

PEDAGOGIA

3000 4000 5000

UNA PAZ QUE SE NOTA

PINCELADAS PARA HACER VISIBLE LA
CULTURA DE PAZ
EN ESCUELAS Y COMUNIDADES



CON ANKU Y ANKA

2026

Una Paz que se nota

Pinceladas para hacer **visible** la cultura de paz
en escuelas y comunidades

Con Anku y Anka

2026

Agradecemos a todos los amigos/as que participaron, tan generosamente, en este libro, con acciones concretas y vida de paz en contexto escolar, en casa, o en la comunidad.

Autores: varios

Compiladora: Noemi Paymal

Diseño: Sergio Laura Villca

Revisión de estilo: Prof. María del Rosario Sánchez Vallín y Prof. Noelia Beatriz Poggio

Portada: Sergio Laura Villca y Noemi Paymal

Editorial: Ox-La Hun y P3000

La Paz, Bolivia, julio 2026

ISBN: 978-9917-0-7470-0

Depósito Legal: 4-1-7786-2026



La Paz que se Nota

Hoy elegimos la paz.

*No como una idea lejana,
ni como un ideal imposible,
sino como una forma de vivir,
de sentir y de relacionarnos con todo lo que existe.*

*Elegimos una paz que comienza en el interior,
en cada pensamiento, en cada emoción, en cada decisión.
Y comprendemos que, al cultivarla en nosotros,
la sembramos también*

- en nuestras familias,
- en nuestras escuelas,
- en nuestras comunidades
- y en el mundo.

*Elegimos comunicarnos con respeto,
escuchar con el corazón,
y actuar con consciencia.*

*Elegimos transformar el conflicto en oportunidad,
la diferencia en riqueza,
y la diversidad en unidad.*

*Elegimos cuidar a la Tierra como nuestra casa común.
La atendemos, la honramos, la amamos
y aprendemos de sus ciclos.*

*Elegimos construir espacios donde la paz sea visible:
en el aula, en las relaciones, en los territorios, en cada acción cotidiana
y.... en nuestro corazón.*

*La paz se elige.
La paz se practica.
La paz se comparte.
La paz se vive.
Y cuando lo hacemos juntos...
la paz deja de ser invisible.
La paz... se nota.*

¿Qué es Pedagoogia 3000 o P3000?

Pedagoogia 3000 es una invitación y sinergia mundial para cocrear juntos y juntas una Educación con consciencia, que impulse un espacio/tiempo pedagógico de aprendizaje mutuo, que sea cooperativo, integral, proactivo, multicultural, ecológico, humano, cariñoso, divertido y multidimensional, desembocando así en una verdadera cultura de Paz y hermandad para el Planeta.

¿Quiénes somos?

Somos un equipo solidario, multidisciplinario internacional que, en sinergia, impulsa el desarrollo integral del ser humano transformando la educación en sus diferentes niveles a través de los nuevos paradigmas de paz y solidaridad del Tercer Milenio. Concebimos la Educación (con E mayúscula) como un proceso *reconectivo* integral que eleva el nivel de consciencia. Nuestra meta es una mejora sustancial del sistema educativo en general, con un desarrollo integral proactivo que pueda así ayudar concretamente a todos los sectores de la nueva sociedad que estamos cocreando juntos y juntas.

Pedagoogia 3000®/Educatiooon 3000 (P3000) vio la luz en 2001 y está presente hoy en día en más de 50 países. Está representado por organizaciones no gubernamentales sin fines de lucro, con 4 Fundaciones y 6 Asociaciones legalmente constituidas en 9 países. La Fundación principal se encuentra en Uruguay y está aprobada por el Ministerio de Educación y Cultura de Uruguay mediante RESOLUCION MEC 1360/021.

Copyright

El copyright de este cuaderno corresponde a Pedagoogia 3000 ® y a los autores del presente libro, en su primera y segunda edición. **Su contenido se puede** reproducir libremente para fines pedagógicos y no comerciales, mencionando al autor y la fuente. Gracias.

Índice

Agradecimientos

Prólogo por la Dra. Paola Lizcano

Índice - Agradecimientos

Prólogo - Introducción

¿Qué pasa con Anku y Anka? Anku y Anka no quieren más guerras

Capítulo 1..... 15

Paz con uno mismo

1. Mindfulness, estar presente, México
2. Voces pequeñas, verdades profundas, México
3. Sembrando cultura de paz en un jardín de infantes, Argentina
4. Biodanza por la paz, Argentina
5. ¿Qué es una Asamblea de Paz y cómo realizarla? Argentina
6. Técnicas antiestrés

¿Qué pasa con Anku y Anka? En la rama más alta del silencio

Capítulo 2..... 44

Paz con los demás

7. Teatro y paz, México
8. Comunicación No Violenta en primaria, Argentina
9. Súper héroes y armas en la Primera Infancia, USA/México
10. Comunicación No Violenta con los docentes, USA/México
11. Huellas de Paz en fotografías, Argentina
12. Juegos cooperativos, Ecuador
13. Jugando en el jardín de infantes, Chile
14. Paz restaurativa en familia, México
15. Paz con las religiones, Bolivia
16. El Círculo de Paz, un nuevo paradigma de Justicia, México
17. Métodos alternativos de resolución de conflictos, Bolivia

¿Qué pasa con Anku y Anka? La paz ya no se siente tan lejana

Capítulo 3..... 90

Paz con la Naturaleza

18. Alfabetización ecológica: una nueva educación para la paz, Argentina/Noruega
19. Caminando por la orilla del mar, Chile
20. Huerto Eco Taller de Paz, México
21. El ejemplo de Green School, Bali, Indonesia
22. Pacha Mama y Paz interior, Bolivia
23. Trekking de Paz, Bolivia

¿Qué pasa con Anku y Anka? Respiro distinto

Capítulo 4.....117

Paz en las Escuelas

24. RecuperArte, Argentina
25. Cultura de Paz en la escuela Ruka Ayllu, Chile
26. Humanitas, co-crear la cultura de paz es posible, México
27. Comunidad Educativa Guayacán, la paz se vive, se practica y se teje en comunidad
28. Docente por la paz, Argentina
29. Sembrando estrellas, cosechando paz, Chile
30. Nueva presencia del maestro/a como Acompañante 3000 4000 5000 por la Paz, México
31. Comunidad de vida y aprendizaje Kurmi Wawitas, Bolivia
32. Las Escuelas de los 7 Pétalos y las Multi U 3000 4000 5000 por la Paz, Bolivia
33. Escuela Embajada de Paz, Bolivia

¿Qué pasa con Anku y Anka? La escuela donde la paz sí se ve

Capítulo 5.....168

Paz local, nacional e internacional

34. Cantante de paz y mensajes de paz con las Artes
35. Servicio de Paz, el Círculo *Nina Sonko*, Bolivia
36. La Herencia del Asfalto: niños, niñas y jóvenes en situación de calle, Venezuela
37. Jornadas de Paz con comunidades educativas, Chile
38. Niños/as refugiados de Siria, Turquía/Lebanon
39. Paz y territorio: liderazgo colectivo para cuidar la Vida
40. Qué es la Educación de Emergencia por la Paz, Brasil
41. "El aula que sana", Educación de Emergencia, Brasil
42. La Paz en la plaza, Tiwanaku, Bolivia
43. Proyecto de una Embajada de Paz, Bolivia

¿Qué pasa con Anku y Anka? Se me movió el corazón

Capítulo 6.....215

Paz con la Vida

44. Paz en el nacimiento: gestación, parto y post parto, Bolivia
45. Paz en la muerte: el buen morir y el pasaje a la Luz, México/Colombia
46. Cultura de buenos tratos para fomentar la paz en la Sierra Tarahumara, México
47. Paz y los pueblos originarios
48. La poesía en la Educación, el portal a la empatía y la expansión de consciencia
49. Paz con Todo
50. Peace Fire (Fogata de Paz)

¿Qué pasa con Anku y Anka? Van a un *Peace Fire* (Fogata de Paz)

Glosario244

Bibliografía

Anexos: Playlist

Epilogo: La Inauguración

Contactos

Agradecimientos

Extendemos nuestro profundo agradecimiento a **todos los equipos de Pedagoogia 3000 4000 5000**. Y a todos los hacedores de paz de todo el mundo.

A la Dra. Paola Liscano por su prólogo que marca tan poéticamente el espíritu de la presente obra, miles de gracias.

Agradecemos de todo corazón al magnífico panel internacional constituido por los co-autores de la presente obra:

Alejandra Vélez, México/Colombia

Carolina Adjemian, Argentina

Christian Tiscornia, Argentina/Noruega

Clarisa Ponce, Argentina

Dominique de Solminihac Ramírez, Chile

Gloria Abarca Obregón, México

Isela Sotelo Loza, México

Israel Flores, Bolivia

Karyna Rascón, México

Marcela Martínez Sempértegui, Bolivia,
María del Rosario Sánchez Vallín, México
María Elena Simbaña Pineida, Ecuador
María Navarro, USA/México
Marisol Nieto y Diego Fernández Valdivieso, Chile
Miriam Scriboni, Argentina
Nelly Chavarría, México
Noelia Beatriz Poggio, Argentina
Paola Liscano, México
Patricia Vieyra, Argentina
Paula Rocío Sagredo Astudillo, Chile
Silvana Guerrero, Argentina
Silvia Ámbari Lujano, México
Tania Cecilia Grigoriu, Bolivia
Vanessa Lorena Reinoso Paredes, Argentina
Verónica Durán, Ecuador
Vladimir Noriega y Lorena De Abreu, Venezuela

¡Y por supuesto a Anku y Anka, así como la Maestra Lechuza que nos acompañaron a lo largo de los capítulos!

También todo nuestro agradecimiento a la Comisión de Paz de Pedagoogia 3000: Dra. Ana Rosa Moreno Sánchez, Dominique de Solminihac, Psic. Alejandra Silva, Cyro Echeverry, Gloria Poblete, Kishori Morena, Lorena Contreras, Marcelo Dante Merlino, Patricia Vieyra, Dra. Paula Sagredo, Sergio Laura Villca, Silvia Lujano González, María del Rosario Sánchez Vallín, Dra. Paola Lizcano Madariaga, Silvana Guerrero, Soledad Moyeno, Gabriela Truzzi, Adriana Pajón, Alejandra Vélez, Dra. Gloria María Abarca Obregón, Isela Sotelo Loza, Karyna Rascón, Lorena Contreras, María Fernanda Vivas Márquez, Miriam Alejandra Scriboni, Nelly Chavarría, Pilar Lombana, Sarah Fitzner, Dra. Jessica Cabrera Cuevas y Tania Cecilia Grigoriu.

Esta obra recoge, paso a paso, actividades de paz concretas relacionadas con la:

1. Paz interior
2. Paz con los demás
3. Paz con la naturaleza
4. Paz en las Escuelas
5. Paz local, nacional e internacional
6. Paz con la vida.

Prólogo

La Paz que se nota

Pinceladas de acciones concretas para hacer visible la cultura de Paz

La paz suele imaginarse como algo grande, lejano o incluso abstracto. A menudo se habla de ella en discursos, acuerdos o ideales. Sin embargo, la paz también vive en lo cotidiano. Se manifiesta en los gestos simples, en la manera en que nos tratamos, en la forma en que resolvemos los conflictos y en la capacidad de cuidar unos de otros y de la vida que compartimos.

Cuando la paz está presente, se siente. Y también SE NOTA. Una palabra dicha con respeto, una escucha sincera, un espacio donde todos pueden expresarse, una decisión tomada con justicia o un gesto de empatía son pequeñas acciones que transforman el ambiente de una escuela, de una familia o de una comunidad.

Cada uno de estos actos es como una pincelada que va llenando de color el lienzo de nuestras relaciones. Este libro parte de una idea sencilla pero profunda: **la Paz puede hacerse visible.**

No es solo un concepto o una aspiración; es una **práctica** viva que se construye día a día. En las aulas, en los patios escolares, en las reuniones comunitarias y en los encuentros cotidianos, existen innumerables oportunidades para sembrar y cultivar paz. Las escuelas y las comunidades son espacios privilegiados para este proceso. En ellas se forman valores, se construyen vínculos y se aprende a convivir. Cuando estos espacios incorporan prácticas conscientes de diálogo, empatía, cuidado y justicia, la cultura de Paz comienza a hacerse presente y a transformar la vida colectiva.

A lo largo de estas páginas encontrarán ideas, experiencias y prácticas que ayudan a hacer visible la paz en la vida cotidiana. No se trata de fórmulas rígidas, sino de pinceladas que cada comunidad puede adaptar a su propia realidad. Pequeños gestos que, cuando se repiten y se comparten, generan cambios profundos. Porque la paz no aparece de un día para otro. Se construye diariamente, como una obra colectiva. Y cuando comienza a crecer entre nosotros, algo hermoso ocurre: LA PAZ SE NOTA.

La paz que se nota

Al principio el lienzo parece vacío.

Las prisas, las diferencias, las palabras que no se escuchan dejan la impresión de que nada cambia.

Pero alguien comienza.

Una palabra amable, una escucha verdadera, una mano que acompaña, un gesto de cuidado.

*Y entonces aparece la primera pincelada.
Casi no se nota, pero algo cambia en el aire.
Luego llega otra, y otra más.
Colores suaves de respeto, tonos cálidos de empatía, trazos firmes de justicia, luces de esperanza compartida.
Poco a poco el lienzo se transforma. Donde antes había distancia aparece encuentro.
Donde había ruido aparece escucha.
Donde había indiferencia empieza a florecer el cuidado.
Así nace la paz.
No de un gran gesto repentino, sino de muchas pequeñas pinceladas que alguien se atreve a dar.
Hasta que un día al mirar el paisaje descubrimos algo hermoso: LA PAZ ESTÁ AQUÍ. Y SE NOTA.*

Por Dra. Paola Lizcano

Postdoctorado Ambientes Educativos orientados a una cultura de Paz: Facultad de Educación, Universidad Autónoma de Yucatán UADY Doctorado en Ciencias Sociales Universidad Autónoma de Yucatán UADY.



Anku y Anka no quieren más guerras

Era ya tarde por la noche. Anku y Anka no lograban dormir. Era una noche cualquiera, la luna sonreía en un cielo pacífico. Se anunciaba un poco de lluvia. De repente se escuchó una lechuza a lo lejos. Varias veces.

Anku tiene ahora 20 años, Anka, su hermana, 18. Co-crearon sus escuelas de los 7 Pétalos siendo todavía niños, junto a su abuela, sus padres y su perro Guardián. Concluyeron el bachillerato a los 16 años. Luego Anku montó su Multi Universidad, con ayuda de Anka y muchos amigos/as, jóvenes entusiastas y creadores. Gracias a su gran carisma ¡Anku ya era decano a los 18 años! También logró su maravilloso Campus Multicultural de los 5 continentes...

A pesar de sus logros, Anku se sentía inquieto.

—Anka, no consigo dormir.

—¿Qué pasa? —Dijo Anka. Conocía bien a su hermano, sabía que algo le molestaba y necesitaba hablar.

—Estoy harto de las guerras y las bombas; estas noticias son feas.

—¿Y dónde te vas a escapar esta vez? —Contestó Anka cariñosamente. Se acordaba de la fuga de su hermano... que dio lugar a su Escuela de los 7 Pétalos... eran niños aún.

—No, no es de escapar, es de hacer algo... hay demasiada violencia en esta nuestra Tierra.

—Anku, sí, a mí también me duele.

—¿Qué ves? —preguntó Anku, conociendo los dones de su hermana.

Anka hizo una pausa, respirando profundo. Gracias a sus habilidades psíquicas se puede conectar fácilmente con la gente y los lugares.

—Me vienen muchas cosas al mismo tiempo. Veo escuelas, comunidades, familias, con consciencia medioambiental con tu misma inquietud.

— ¿Sí?

—Lo que veo Anku, es que mucha gente piensa y siente igual que nosotros... esas son buenas noticias... jóvenes, familias, abuelos, abuelas —prosiguió Anka.

—¿Dónde? —preguntó Anku.

—La verdad, en todo el mundo, pero donde percibo más actividad es en América Latina.

—¿América Latina?

— Sí, la gente es humilde pero activa, de buen corazón... bueno en el mundo entero obviamente también...

—¿Entonces —dijo Anka— porque no ir a verlos y aprender de ellos?

—Sí, ¿pero los boletos (billetes) de avión?

—Aaah, los recursos, siempre los recursos...

—Anka no te preocupes, mientras tanto podemos ir contactando con todos por las redes y hacer entrevistas digitales.

—¡Buena idea!

—¿Por dónde empezamos? No puedo esperar, formaremos una gran red —exclamó Anku siempre impaciente.

—Allá, en América Latina, hay muchas cosas que contribuyen a la cultura de Paz

—Lo que quiero es una paz mundial, de una vez —dijo Anka.

Anku se rio.

—Ajaa eres la de siempre, quieres todo y ahora ¡Todo a la vez!

—¿Y?

—Vamos paso a paso... esto es un proceso. La paz empieza con la paz interior y siguen miles de pasos, todo juntos y juntas... Déjame googlear.

Anka empezó su búsqueda.

—Anku encontré varias personas involucradas en la cultura de Paz, y en especial en la paz interior.

—Ok Anka.

—Pongámonos en contacto con ellas.

—¿Qué tal si les pedimos un reporte (informe) corto de sus acciones?

—Sí, algo concreto.

—Y con sus contactos.

—La idea es formar una red, una red de apoyo, una red de amigos —siguió Anka

—Sí.

—Empecemos con actividades pequeñas que se suman, todo suma.

—Y llegaremos a algo grande.

—Sabes que mi sueño es no haya país en el mundo sin Embajada de Paz.

—¡Anku!

—Aaah Anku, no he terminado... también soñé con una lechuza...

—Anka déjame buscar qué significa.

—Era luminosa, sabia, como una amiga y una maestra.

—Aaah lo encontré. Dice “La lechuza simboliza principalmente la **sabiduría, la intuición, el conocimiento profundo y la protección**, representando la capacidad de ver más allá de las apariencias y navegar en la oscuridad. Asociada históricamente con la diosa griega Atenea, es un emblema de la filosofía, aunque en algunas tradiciones también se interpreta como un mensajero espiritual o de transformación”.

—Con razón

—¿Con razón qué?

—Me entregó un poema de Paz.

—Justo nuestro proyecto —exclamó Anku

—Escucha.

La Paz despierta...

Despierta a una sola voz

La Madre de todas las Tierras y de los Océanos quiere paz

Lo respira en cada latido del alba,

y niños y niñas, pueblos y montañas se unen, caminan juntos

Una sinfonía cósmica pacífica se eleva desde la raíz hasta las estrellas,

recordándonos que somos tejido vivo de un mismo corazón, una misma paz.

*Despiertan los ríos con cantos antiguos de unidad y solidaridad,
y el viento susurra caminos de Paz entre todos los seres.
La humanidad se alza, no para dividir, sino para abrazar,
en pensamiento luminoso y propositivo que co-crea y renace.*

Despiertan los guardianes de la Paz

*Somos semilla, somos cielo, somos tiempo en expansión,
Hoy elegimos caminar juntos, en armonía y acción,
como una sola familia planetaria que ama y se une.*

—¡Qué lindo Anka!

—Vamos a empezar con varios artículos de Paz, de paz interior

—Sí, tienen razón, la paz empieza en uno mismo

—Cuando tengas los artículos, Anka pásamelos, los pondré en el libro...

—Y... ¿cómo se llama el libro?

—¿La paz que se ve?

—¿La paz que se toca?

—¿Qué tal "la paz que se nota"? Compilamos y hacemos visible una gran variedad de acciones de Paz

—Aaah... entonces añadimos un subtítulo "Pinceladas para hacer **visible** la cultura de Paz en escuelas y comunidades"

—Sí, me gusta.

—¿Con Anku y Anka?

Ambos se ríen al mismo tiempo, emocionados de empezar el libro.

—Y tu amiga la lechuza ¿Te dijo algo más?

—Sí, escucha

Toda gran obra comienza antes de ser visible.

En la intención,

en la visión compartida,

en el corazón de quienes creen.

Y cuando esa visión se enraíza en un territorio,

se conecta con la comunidad

y se sostiene con coherencia...

deja de ser una idea.

Se convierte en semilla viva.

Y tarde o temprano...

Florece".

Nota

Querido/a lector/a, si aún no conoces a Anku y Anka, les invitamos a descubrirlos en las siguientes obras. Son los co-creadores de la Escuela de los 7 Pétalos y de la Multi U P3000 4000 5000 por la Paz.



Mini libro

Anku y Anka

Cómo dos niños cambiaron su Educación y co-crearon su propia escuela.

Son dos niños muy inteligentes, carismáticos, sensibles y emprendedores que... ¡lograron cambiar su Educación! Que todos y todas seamos millones de Anku y Anka alrededor del mundo, co-creando una hermosa Educación de Paz y Alegría, para todos los niños y niñas de todo el mundo, proyectando así una nueva Sociedad, más solidaria y cuidadosa de nuestro Planeta Tierra.

Libro

La Multi U – TOMO I

La Universidad de Mañana ¡Hoy!

Capítulo 1. Extracto de la novela de Anku y Anka - Anku e Ireine visitan la Multi-Universidad 3000 4000 5000. Junio de 2031.

Y el video en inglés

Educatiooon 3000 con Anku & Anka Multi-University





Capítulo 1

Paz con uno mismo

1

Mindfulness, estar presente

"A veces, todo cambia cuando dejamos de correr... y empezamos a estar."

Hay algo que los niños saben hacer de forma natural... pero que muchas veces han dejado de practicar: estar aquí.

Aquí, en su cuerpo.

Aquí, en su respiración.

Aquí, en lo que sienten.

A eso le llamamos **Mindfulness**. Un nombre que puede sonar complejo, pero que en realidad es algo muy simple: *aprender a prestar atención*, con calma, a lo que está pasando, sin juzgar.

En los encuentros con los niños/as esto no aparece como una técnica rígida, sino como pequeños momentos. Respirar juntos antes de empezar. Cerrar los ojos unos instantes. Sentir el cuerpo. Escuchar el silencio... o los sonidos alrededor.

Al principio, algunos niños/as se movían, abrían los ojos, se reían. Era natural. Nadie les había enseñado a detenerse de esa manera. Pero poco a poco, algo cambió.

Comenzaban a quedarse más tiempo en silencio. A notar su respiración. A reconocer lo que sentían. Y, sin darse cuenta, empezaban a encontrar un espacio distinto dentro de sí mismos.

Un espacio donde podían calmarse.

Donde podían observar lo que pasaba sin reaccionar de inmediato.

Donde podían, simplemente, estar.

El Mindfulness no es algo separado de la vida. No es una actividad más dentro del aula.

Es una forma de estar. Es ayudar a los niños/as a descubrir que dentro de ellos hay un lugar al que pueden volver cuando todo afuera se vuelve confuso o intenso.



Actividades de Mindfulness para niños/as



Respiración y conexión interior

Un pequeño momento que lo cambió todo

Recuerdo especialmente a un niño que, durante las primeras sesiones, no lograba quedarse quieto. Se levantaba, hablaba, buscaba distraerse constantemente. Un día, después de una breve práctica de respiración, se acercó y me dijo en voz baja: "En mi cabeza ya no hay tanto ruido".

No era una frase elaborada, pero lo decía todo. Por primera vez, había podido notar la diferencia entre estar atrapado en lo que pasa dentro... y poder observarlo con un poco de distancia. Ese pequeño descubrimiento no solo le dio calma. Le dio una herramienta.

La pausa que abre posibilidades

En un mundo que constantemente empuja a reaccionar rápido, hacer una pausa puede parecer insignificante. Pero en esa pausa ocurre algo profundo.

Cuando un niño logra detenerse un momento antes de gritar, cuando puede reconocer que está triste o enojado, cuando respira antes de actuar...

aparece algo nuevo: la posibilidad de elegir. Y ahí, en ese instante tan breve, empieza a construirse la paz. Porque la paz no es no sentir enojo o frustración. Es aprender a relacionarse con lo que sentimos sin hacer daño.

Un camino hacia adentro

Con el tiempo, los niños/as comienzan a descubrir que dentro de ellos existe un lugar al que pueden volver. Un lugar donde pueden calmarse. Donde pueden escucharse. Donde pueden sentirse acompañados, incluso en silencio. Ese lugar no elimina lo que sucede afuera. Pero transforma la manera de vivirlo. Y cuando un niño aprende que puede volver a ese espacio... algo cambia profundamente. Se vuelve más consciente. Más empático. Más capaz de reconocer también lo que ocurre en los demás. Porque quien aprende a escucharse, poco a poco, aprende también a escuchar lo que pasa dentro del otro.

La paz también se cultiva así

El Mindfulness no es algo separado de la educación para la paz. Es, en muchos sentidos, una de sus raíces más profundas. Porque no se puede construir paz afuera si no existe adentro.

Cuando los niños/as aprenden a detenerse, a respirar, a sentir sin juzgar... están desarrollando algo más que calma. Están aprendiendo a habitar. Y desde ahí, a relacionarse de otra manera con el mundo.

Quizá por eso, estos pequeños momentos —silenciosos, simples, casi invisibles— terminan siendo tan significativos. Porque es ahí, en lo cotidiano, donde la paz empieza a tomar forma.

Una pausa para sentirnos: práctica de Mindfulness

A veces, todo lo que necesitamos es un pequeño momento para detenernos. Esta es una práctica sencilla que puede realizarse al inicio del día, después del recreo o en momentos donde el grupo necesite volver a la calma.

1. Crear el espacio

Invita a los niños/as a sentarse cómodamente. No es necesario que estén completamente en silencio, solo que poco a poco vayan bajando el ritmo.

2. Cerrar o suavizar la mirada

Pueden cerrar los ojos si se sienten cómodos, o simplemente mirar hacia abajo.

3. Volver a la respiración

Guíalos con una voz tranquila:

“Vamos a notar cómo entra y sale el aire... sin cambiar nada... solo observar”.

Puedes contar tres respiraciones lentas para acompañarlos.

4. Escuchar el cuerpo

Invítalos a sentir:

“¿Cómo está tu cuerpo hoy? ¿Hay alguna parte tensa, cansada o tranquila?”
Sin necesidad de corregir nada, solo reconocer.

5. Nombrar lo que sienten

Puedes decir:

“Si hay alguna emoción, puedes ponerle un nombre en silencio... y decirte en tu interior esto que estoy sintiendo es.... enojo, alegría, tristeza... lo que sea está bien”.

6. Cerrar con suavidad

Para terminar:

“Respiramos una vez más... y poco a poco abrimos los ojos”.

NOTA: No todos los niños/as se concentrarán al mismo tiempo. Algunos se moverán, otros se distraerán. Y está bien. Lo importante no es hacerlo “perfecto”, sino ofrecer un espacio donde puedan comenzar a escucharse. Con el tiempo, estos momentos se vuelven familiares. Y lo que al inicio era solo un ejercicio... se transforma en una herramienta. Una forma de volver a sí mismos. Una manera de encontrar calma en medio del ruido.

Porque a veces, la paz empieza así:

Con una pausa...

Una respiración...



Autora

Paola Lizcano Madariaga

Doctora en Ciencias Sociales por la Universidad Autónoma de Yucatán, con línea de investigación en procesos Psicoeducativos y Creatividad.

Maestra en Psicología Aplicada en el área de Clínica Infantil.

Licenciada en Psicología por la Universidad Marista de Mérida, Yucatán

Diplomado en psicoterapia del juego por la Asociación Mexicana de

Psicoterapia del juego. Diplomado en Sexualidad Humana por CAPSI

Formación en Comunicación No Violenta y Círculos de Paz.

Formación en Procesos de Paz y Conflicto por el Galtung Institut-México y la Cátedra UNESCO

Terapeuta Gestalt e instructora de talleres de Mindfulness e Inteligencia Emocional

2

Voces pequeñas, verdades profundas

Experiencias de paz en la infancia

"La paz nace donde el corazón encuentra su voz."

Hablar de paz con niñas y niños/as es entrar a un territorio profundamente honesto. No hay teorías complicadas, ni discursos aprendidos. Hay palabras simples, pero cargadas de verdad.

Para ellos, la paz no es algo lejano. No es un concepto abstracto. Es algo que se vive todos los días... o que se extraña cuando no está.

"La paz es no pelear y ser buenos amigos", dijo uno.

"El odio no se resuelve con más odio", comentó otro, con una claridad que sorprende.

En sus voces, la paz aparece como algo que sucede entre las personas: en cómo se hablan, en cómo se tratan, en si se eligen o no hacerse daño. La paz, para ellos, es amistad, es respeto, es compartir. Pero no se queda ahí.

También hablan de la paz como algo que está dentro.

"La paz está en mi corazón".

"La paz está en mis manos".

Hay algo poderoso en esa idea: no están esperando que el mundo cambie para sentirse en paz. Intuyen, de alguna forma, que ellos también pueden construirla desde adentro. La paz como una decisión, como una fuerza, como un lugar al que se puede volver.

Y en medio de todo esto, aparece algo aún más profundo: la capacidad de mirar al otro con empatía.

Un niño lo dijo de forma sencilla, pero contundente: "Me sentí triste porque pensé en lo que le hice... y él sufre igual que yo". Ahí, en ese reconocimiento, hay un pequeño acto de paz.

Cuando el grupo se vuelve refugio...

Al inicio de nuestros encuentros, todo era ligero: juegos, risas y curiosidad. Corríamos, dibujábamos, construíamos juntos. El juego del paracaídas nos enseñaba que solo funciona cuando todos participan, y el árbol de la paz comenzaba a llenarse de sueños y compromisos en cada una de sus ramas.

Poco a poco, sin forzar nada, el ambiente se fue volviendo seguro. Y entonces pasó.

Un día, dos niñas comenzaron a llorar. No fue algo planeado, ni dirigido. Simplemente ocurrió. Estaban tomadas de las manos. No hablaban mucho, pero no hacía falta.

Lo que podría haber sido un momento incómodo se transformó en algo completamente distinto. El grupo no se cerró. No hubo burlas, ni silencio incómodo. Hubo apertura.

Después de ellas, otros comenzaron a hablar. Algunas niñas compartieron tristeza por las condiciones de pobreza en las que viven otros niños/as. Otros hablaron de discusiones en casa, de gritos, de cosas que duelen. También hubo quienes hablaron de algo distinto: de una felicidad que sentían por dentro y que querían que los demás también pudieran sentir.

Fue como si, de pronto, todos se dieran permiso.

Ese momento no solo fue emocional. Fue profundamente humano. La vulnerabilidad de unos abrió la puerta a los demás. Y en ese espacio, sin grandes explicaciones, empezó a construirse algo muy importante: la empatía.

El silencio que imponen los adultos...

Curiosamente, no siempre era así. Cuando entraban figuras de autoridad —directivos, adultos externos— algo cambiaba. El ambiente se tensaba. Las voces bajaban. Las miradas evitaban encontrarse.

Los mismos niños/as que antes hablaban con libertad, se volvían más callados, más contenidos. No es que no tuvieran nada que decir. Es que ya no se sentían igual de seguros para decirlo.

Ese contraste dice mucho. Nos recuerda que la paz también necesita espacios donde no haya juicio, donde la palabra circule libre, donde sentirse visto no implique sentirse evaluado.

Un rincón para sostenerse...

Hubo una actividad que dejó una huella muy profunda: el “rincón de la paz”.

La propuesta era simple: dibujar un lugar que les hiciera sentir tranquilidad. Podía ser real o imaginario. Mientras todos dibujaban, una niña se acercó con una pregunta que detuvo todo:

“¿Y si yo no creo que ese lugar exista?”

No era solo una pregunta. Era la manera en que su corazón decía que la paz no le resultaba cercana.

En lugar de responder de inmediato, se abrió un pequeño espacio de encuentro. Le compartí una imagen: la de una tormenta intensa, con viento y ruido... y en medio de todo, un pajarito, quieto, sostenido en una rama. Le dije que la paz no siempre es que todo esté bien afuera; a veces es ese lugar que logramos cuidar dentro, incluso cuando todo alrededor se mueve.

La niña volvió a su lugar. Dibujó en silencio, concentrada. Al terminar, levantó la mirada y mostró su dibujo: una piscina rodeada de palmeras.

Más tarde supimos parte de su historia. Su papá había fallecido recientemente y su familia atravesaba momentos difíciles. Entonces el dibujo cambió de sentido.

Ya no era solo una actividad. Era un refugio.

Un intento —quizás el primero— de construir un poco de calma en medio de una realidad que dolía.

La paz que se construye entre todos...

Con el paso del tiempo, algo empezó a cambiar en toda la comunidad.

La paz dejó de ser solo un tema de actividades y empezó a sentirse como algo propio. Niñas, niños, docentes y familias comenzaron a hablar el mismo lenguaje, a reconocerse en pequeños gestos, en nuevas formas de relacionarse.

En una actividad final, se les pidió representar la paz en un dibujo que pudiera identificar a la escuela. Uno de ellos destacó especialmente. Era un mundo sostenido por manos de diferentes colores. Encima, una paloma. Y también un rompecabezas.

Cuando le preguntaron qué significaba, la niña explicó: cada persona es una pieza. Todos son necesarios para que la paz exista. No era solo un dibujo. Era una comprensión profunda: la paz no se construye solo, ni se impone. Se teje entre todos.

Lo que los niños/as ya saben

A lo largo de estas experiencias, hay algo que se vuelve evidente una y otra vez: los niños/as ya saben mucho sobre la paz.

Saben que no se trata solo de no pelear.

Saben que tiene que ver con cómo nos sentimos, con cómo tratamos a los otros.

Saben que duele lo que pasa en casa, lo que pasa en el mundo.

Pero también saben que algo puede hacerse distinto.

Y quizás lo más importante: saben que la paz no es perfecta, pero sí posible.

A veces es un juego compartido.

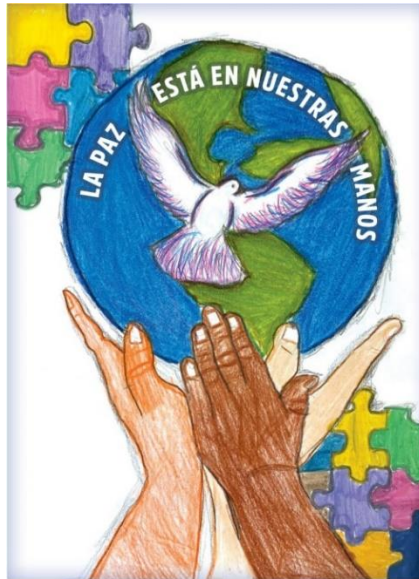
A veces es un llanto sostenido por otro.

A veces es un dibujo que guarda esperanza.

Y muchas veces, es simplemente alguien que se atreve a mirar al otro y reconocer: "siente lo mismo que yo".



Juego cooperativo: el paracaídas



Dibujo elaborado por Fernanda,
estudiante de la escuela primaria

De mi bitácora personal...

Acompañar estos procesos en la escuela me ha llevado a mirar la educación de otra manera.

Muchas veces hemos aprendido desde la competencia: ser el primero, destacar, hacerlo mejor que los demás. Pero en ese camino, sin darnos cuenta, se va perdiendo algo esencial... el vínculo, el sentido de comunidad, la posibilidad de sentir que todos

tenemos un lugar. Y, sin embargo, los niños/as nos lo recuerdan una y otra vez: *no estamos hechos para competir, sino para encontrarnos.*

Educar para la paz no es una idea lejana ni idealista. Es algo profundamente humano. Tiene que ver con cómo miramos al otro, con la capacidad de reconocer su historia, su dolor, su alegría. Tiene que ver con abrir espacios donde las emociones puedan ser escuchadas sin juicio.

Porque la paz no es que no haya conflicto. Es aprender a atravesarlo de otra manera. Es poder detenernos, respirar, escuchar... y elegir no herir.

En el fondo, todo habla de lo mismo: de volver al corazón. Los niños/as son profundamente sensibles a esto. Perciben lo que somos más allá de lo que decimos. Por eso, acompañarlos también nos invita a mirarnos, a detenernos, a cuidar lo que sentimos, para poder ofrecer una presencia más auténtica.

Quizá, al final, educar para la paz no es enseñar algo nuevo... es recordar lo esencial. Y tal vez lo más poderoso que podemos hacer —por ellos y por el mundo— sea simplemente eso: INSPIRAR

Experiencias del Proyecto

Creación de Ambientes Educativos Orientados a una Cultura de Paz (2023-2025), realizado con el apoyo de SECIHTI, UADY y Pedagogooogia 3000



Autora

Paola Lizcano Madariaga

Doctora en Ciencias Sociales por la Universidad Autónoma de Yucatán, con línea de investigación en procesos Psicoeducativos y Creatividad. (Ver currículum completo en la página 5)

3

Sembrando cultura de paz en el jardín de infantes

Datos de la experiencia

La actividad fue realizada en una escuela pública de la Provincia de Córdoba, Argentina, en el Jardín de Infantes Miguel Ocampo.

Esta propuesta pedagógica que se llevó a cabo durante el mes de marzo de 2026 estuvo orientada a la construcción de una cultura de paz con niños y niñas del nivel inicial.

Convivencia de Paz

La experiencia tuvo como propósito favorecer la convivencia, el respeto mutuo, la empatía y la regulación emocional desde edades tempranas, a través de actividades sencillas, significativas y acordes al desarrollo infantil. A lo largo de las semanas se propusieron diferentes espacios de encuentro integrando la palabra, el arte, el juego corporal y la consciencia del propio cuerpo.



Este es el árbol de la paz con palabras semillas de valor para la convivencia cotidiana



En esta foto y niñas se encuentran en clase de yoga infantil

Lunes: el árbol de la paz

La semana comenzó con la propuesta del “Árbol de la Paz”. En ronda de diálogo, los niños/as reflexionaron sobre aquellas palabras que ayudan a convivir mejor. Cada uno eligió una “palabra semilla”, como amor, respeto, solidaridad, confianza, compartir o cariño.

Esta propuesta tuvo su origen en una actividad realizada previamente durante una Jornada Institucional docente, en la que se construyó un árbol colectivo bajo el título **“Somos Bosque”**, inspirado en una frase de Fabio Morábito en su obra El idioma materno. A partir de esta idea se reflexionó sobre la importancia de la comunidad educativa como un bosque donde cada persona aporta y forma parte de un todo.

Posteriormente, esta propuesta se continuó en la reunión de familias, donde se invitó a los participantes a sumar sus propios árboles, que juntos fueron conformando simbólicamente un bosque. En ellos se escribieron palabras semillas de valor que se propusieron cultivar durante el ciclo lectivo.

Luego, en la sala, los niños/as retomaron estas palabras y realizaron hojas para los árboles de paz, integrando también flores y hojas naturales recolectadas del entorno. Con estos materiales construyeron árboles de manera colectiva, que representaron simbólicamente el crecimiento de los valores en la comunidad educativa.

A partir de esta experiencia, se estableció que cada lunes se elegiría una palabra de paz que acompañaría a la sala durante toda la semana, recordando la importancia de practicar esos valores en la convivencia cotidiana.

Martes: ronda de los buenos deseos

En un espacio de encuentro y escucha, los niños/as compartieron mensajes positivos dirigidos a sus compañeros. Expresiones simples como “que tengas un lindo día” o “quiero jugar con vos” fortalecieron los vínculos entre pares y promovieron un clima afectivo de respeto y amabilidad dentro del grupo.

Miércoles: arte con mandalas que calman

Se propuso una actividad artística de pintura de mandalas utilizando, acuarelas, lápices y fibras de colores. En un ambiente tranquilo, acompañado de música suave, los niños/as exploraron colores y formas, favoreciendo la concentración, la creatividad y la regulación emocional.

Jueves: juegos cooperativos en educación física

Durante la clase de Educación Física se realizaron juegos y actividades corporales que promovieron el trabajo en equipo, el respeto por las reglas y el disfrute del movimiento compartido. A través del juego, los niños/as aprendieron a colaborar, esperar turnos, ayudar a los compañeros y resolver pequeñas dificultades de manera respetuosa.

Viernes: taller de yoga infantil

La semana culminó con un espacio de yoga infantil, donde se practicaron ejercicios de respiración, posturas simples, momentos de relajación y juegos tranquilos. Esta actividad permitió a los niños/as tomar conciencia de su cuerpo, aprender a relajarse y experimentar sensaciones de bienestar y calma.

Resultados

A través de estas propuestas se buscó sembrar pequeñas acciones cotidianas que contribuyeran a la construcción de una cultura de paz desde la infancia. Los resultados observados fueron muy positivos, ya que los niños/as mostraron gran interés y participación en cada una de las actividades, fortaleciendo vínculos de respeto, cooperación y empatía dentro del grupo. Estas experiencias dieron cuenta de la **importancia de abordar la cultura de paz desde los primeros años de escolaridad**, promoviendo espacios donde el diálogo, el juego, el arte y el cuidado del otro formen parte de la vida cotidiana en la escuela.

Asimismo, se acordó continuar implementando estas prácticas a lo largo de todo el ciclo lectivo, integrándolas a la dinámica habitual de la sala. De este modo, cada semana se retomarán las palabras de paz, los espacios de encuentro, las propuestas artísticas, los juegos cooperativos y las prácticas de bienestar, con el propósito de seguir fortaleciendo una cultura de paz en la comunidad educativa.



Autora

Noelia Beatriz Poggio

Docente de Nivel Inicial con más de 17 años de experiencia en educación. Profesora de yoga especializada en yoga infantil. Coach Ontológico y facilitadora de Pedagoogia 3000.

4

Biodanza por la Paz

Datos de la experiencia

Buenos Aires, Argentina

Año 2019

Biodanza es un sistema creado por el psicólogo y antropólogo chileno Rolando Toro, que desarrolla la inteligencia afectiva. Combina música, movimiento, emociones y dinámicas grupales para potenciar el bienestar. En un proceso de sensibilización con nosotros mismos/as, con los otros y el entorno. Creando así una comunidad más consciente y solidaria. Siendo cada participante, una semilla de Paz.

El potencial afectivo y creativo de los niños/as

El área de Biodanza niños/as, está destinada al desarrollo de los potenciales afectivos y creativos del mismo.



Biodanza con niños/as, Nivel Inicial. Colegio Rio de la Plata Sur. Bs As, Argentina.
Facilitadora: Carolina Adjemian



Biodanza Niños/as, Nivel Primario. Colegio Río de la Plata Sur. Bs As, Argentina.
Facilitadora: Carolina Adjemian

Resultados / Beneficios

- Fortalecer la autoestima del niño/a y su paz interior.
- Otorgar herramientas para el autocontrol y la tolerancia.
- Mostrar vía la vivencia nuevas formas de comunicación y paz con los demás.
- Desarrollar el encuentro y la afectividad.
- Facilitar la expresión de las emociones.
- Aprendizajes que requieren del expresarse y saber escuchar.
- Autoexploración de potenciales de alegría, ternura y creatividad.
- Desarrollo de habilidades para la vida.



Autora

Carolina Adjemian, Argentina

Educadora de Nivel primario especializada en neurociencias. UBA. 24 años de experiencia en educación, entrenada en Comunicación No Violenta, según Marshall Rosenberg. Facilitadora de facilitadores de Pedagogía 3000 4000 5000. Didacta en Biodanza, Sistema Rolando Toro, especializada en niños/as y adolescentes.

5

¿Qué es una Asamblea de Paz y cómo realizarla?

Una herramienta de la cultura de paz
que desarrolla la comunicación consciente
En pro de la Paz y mejora vínculos y relaciones

Es un espacio de diálogo y encuentro, ya sea ciudadano, comunitario o institucional, diseñado para resolver conflictos, promover la reconciliación, construir acuerdos de convivencia, tomar decisiones y definir cómo avanzar a un desafío. Su objetivo es fomentar una cultura de paz, escuchar diversas voces y construir soluciones colectivas.

Los procesos de Asamblea de Paz ofrecen muchos beneficios, como la creación de un ambiente de afecto basado en el respeto mutuo, la dignidad y la capacidad de actuar y participar activamente, debatiendo y proponiendo soluciones.

Centrándonos en el ámbito educativo:

La Asamblea de Paz, como espacio seguro y de escucha, puede prevenir el suicidio, el bullying (acoso escolar) y la violencia

*Las generaciones actuales y futuras necesitan una visión educativa, que potencie las cualidades y habilidades innatas, promoviendo el desarrollo de competencias que concilien el aprendizaje **con el bienestar, la alegría, la camaradería y el despertar de la consciencia**. Brindando una educación integradora del Ser, que nos permita desarrollar plenamente nuestras facultades socio-emocionales y cognitivas, y así nos volvamos más sabios, éticos y humanos, tanto a nivel individual como colectivo (SG).*

En el aula, se entrelazan las relaciones más significativas para niños/as y adolescentes, dando lugar a numerosas situaciones de compañerismo, la construcción de vínculos afectivos e incluso diferencias y conflictos, en los que muchos se ven involucrados y que

dejan huella en sus vidas. La convivencia se convierte en un eje fundamental en las instituciones educativas.

Estos problemas socio-emocionales que surgen en el ámbito escolar se han convertido en una preocupación creciente debido a su aumento y a la manifestación de la violencia, que como sabemos tiene su origen en los hogares donde los niños/as y jóvenes viven.

Durante mi trayectoria profesional, he podido observar todo el entramado social que se entrelaza en el aula, tanto positiva como negativamente, impactando directamente en las emociones de niños/as y adolescentes.

Es precisamente en el aula, donde pasan la mayor parte del tiempo, donde aprenden no solo conocimientos teóricos, sino también habilidades sociales y emocionales; es precisamente en el aula donde podemos brindarles herramientas y posibilidades de desarrollarlas para su bienestar y crecimiento.



Cultura de Paz en las Escuela
Asamblea de Paz

Una excelente herramienta de cuidado, autocuidado y de "prevención" del suicidio y otras situaciones violentas en establecimientos escolares.



La Asamblea de Paz

Es una herramienta que organiza la vida comunitaria y transforma conflictos en soluciones, miedo en expresión, dudas en afirmaciones, silencio y dolor en voces y esperanza, a través de la palabra y la escucha empática.

Así nació en mí la necesidad de crear, abrir y habilitar, espacios de escucha, con la modalidad de Asamblea de Paz en la escuela.

En una escuela secundaria donde trabajé durante muchos años, una estudiante decidió quitarse la vida, esto me causó una gran conmoción y la necesidad urgente de comunicarme con sus compañeros de aula, y primero sentí hacerlo con los profesores y directivos. Fue cuando hice **mi primera Asamblea de Paz** convocando a directivos y profesores, el tema fue **“¿Qué sentimos? ¿Qué pensamos y qué haremos ante el suicidio de nuestros estudiantes?”**

Fue muy doloroso y revelador escucharlos como profesores y también como padres y madres, sus propios hijos/as estaban autoinfligiéndose violencia, sufrían o realizaban bullying, desde la escuela primaria, había docentes que ejercían bullying y también padres y madres que lo habían recibido de sus familias y la realizaban con sus hijos/as. La complejidad fue muy profunda.

Luego de ese primer momento decidí escuchar a los propios jóvenes, y realicé la primera Asamblea de Paz con los mismos estudiantes; eran los compañeros cercanos de esta joven. También fueron invitados directivos y docentes que quisieran participar.

Yo fui la moderadora y otra colega y amiga fue la secretaria. Luego de plantear el tema **“¿Cómo estamos y qué sentimos ante el suicidio de la compañera?”**, lo primero que surgió fue un largo silencio, y cuando uno de ellos comenzó a hablar, fue imparable e intensa la participación de todos. ¿Lo que más recuerdo y de lo que puedo compartir ya que el pacto de confidencialidad es importante respetarlo, es el ENOJO DE TODOS, tiene que quitarse la vida una compañera para que nos pregunten cómo estamos? ¿Para que decidan escucharnos?

Esa fue la primera de muchas otras asambleas, no faltaban, e invitaban a otros compañeros y compañeras de otros años, se fue conformando un grupo creciente, comprometido, y amoroso. En el inicio de cada encuentro incorporamos ejercicios de educación emocional. Recuerdo con tanto cariño y emoción a ese grupo, que juntos sostuvimos casi dos años.

Por los pasillos de la escuela escuchaba, ¡¡Profe hoy tenemos terapia!! Me di cuenta de que en ese grupo de jóvenes se sostenían los unos a los otros, se aconsejaban, escuchando, acompañándose. Tenían un espacio dentro de la escuela, un lugar seguro, con adultos a cargo, donde contar cosas muy pesadas y que al poder decir lo que les pasaba, la carga era un poco más liviana, el bullying desapareció entre ellos, se iban conociendo profundamente, sabían y podían comprender el dolor que muchos estaban viviendo.

¡Puedo afirmar y asegurar que abrir espacios de escucha para estudiantes dentro de las escuelas, es la acción más potente y amorosa en la prevención del suicidio y la salud emocional de nuestros amados jóvenes!

Esta valiosa y simple herramienta de comunicación hacia una Cultura de Paz, puede ser vivenciada en diferentes ámbitos y así resolver diversas situaciones (problemas, desafíos, toma de decisiones, conflictos y más):

- Ámbitos educativos de todos los niveles: equipo directivo, aulas de estudiantes, sala de profesores, equipos de ordenanza, centros de estudiantes, cooperativas de padres/madres.
- Ámbitos de comunidades: equipos de gestión, equipos de coordinadores
- Ámbitos laborales: fábricas, oficinas administrativas, comercios.
- Ámbitos familiares: hogar.

Para llevar a cabo una Asamblea de Paz se siguen estos pasos:

- Explicar qué es una asamblea: Difunde el concepto y el propósito de la asamblea.
- Establecer las reglas: Trabaja con los presentes para crear una lista de reglas y roles; los participantes solo hablan cuando tienen en sus manos el bastón de la palabra, no se producen diálogos, se escucha atentamente y con total presencia, mirando al locutor y esperando a que termine, no se interrumpe.
- Asignar los roles: Nombra un moderador/coordinador y un/a secretario/a. Explica en qué consiste cada rol y qué acciones realizan.

El/la moderador/a o coordinador/a expone el tema del día y coordina toda la asamblea, marcando el momento de realizar cada pregunta o tema a resolver, cuántas rondas se realizarán para que todos se expresen, cuántas rondas se realizarán para que todos expongan sus propuestas/soluciones, y marca el momento del cierre con las firmas de cada participante. Indica la fecha de la próxima asamblea.

El secretario/a: escribe en el libro de actas de Asamblea, coloca la fecha, hora y temas a resolver/decidir. Redacta lo que comparte cada participante tal cual lo expresa, no deja espacios en blanco por ningún motivo y permite que todos firmen al cierre y al pie de todo lo escrito, seguido sin dejar espacios.

- **Iniciar la asamblea:** La/el moderador/a, abre la asamblea dando la bienvenida a todos y agradeciendo su presencia. Presenta los temas a tratar. El/la secretario/a inicia con la escritura en el libro de actas.
- **Explicar cómo funciona: Acuerdo de confidencialidad,** (todo lo que se habla y resuelve en la asamblea es confidencial, no se habla con quienes no participaron), uso del **bastón de la palabra,** (un objeto simboliza el bastón de la palabra, quien tiene en su mano el bastón es la única persona que habla en ese momento hasta que pasa el bastón a otro participante), **turno de palabra,** (el turno puede definirse al comienzo, por ejemplo el bastón rota en el sentido horario una vez que el moderador comunicó el tema a resolver)
- **Fomentar la participación:** La/el Moderador/a, anima a quienes participan a expresar sus ideas e inquietudes en relación con el tema.

- **Método de escucha activa y expresión breve:** propone a los participantes a escuchar sin interrumpir y a respetar las opiniones de los demás. No se permiten diálogos ni interrupciones. Respeta tu turno de palabra y cuando se expresen oralmente se realiza de manera breve, para que todos puedan tener tiempo y posibilidad de expresarse.
- **Registrar luego que todos se expresen en relación con el problema, decisión o desafío, los acuerdos por escrito en el libro de actas:** El/la secretario/a designado/a, basa las decisiones en los intereses y opiniones de los participantes y registra sus firmas al cierre. Escribe textualmente como las personas lo expresan, anotar las decisiones, todos firman al retirarse de la asamblea y es válido para confirmar su presencia a la convocatoria).

Nota: Respetando el pacto de confidencialidad, las fotos que se comparten aquí son meramente ilustrativas.



Autora

Educadora Silvana Guerrero.

Profesora de artes visuales y plásticas

Artista plástico-visual: pintora, escultora, ceramista, muralista.

Gestaltista: coordinadora social

Arterapeuta: facilitador del desarrollo personal, recursos artístico-corporales.

Pedagoga sistémica: capacita docentes, educadores y familias.

Formador de facilitadores de P3000 por La Paz, Escuela de los 7 Pétalos.

Consteladora familiar, de "Almas en Red", 2025.

Fundadora de la "Escuela Generativa SEMILLA" en 2017, pública, gratuita, de gestión social, niveles primario y secundario, en Ciudad de La Punta, San Luis, Argentina.

Recibe la Bandera de Paz y es Corresponsal de Paz en 2018, por Fundación Mil Milenios de Paz.

Facilitador de Educación Emocional y Cultura de Paz.

Autora y diseñadora de proyectos educativos institucionales, públicos y privados.

Asesora y consultora educativa en:

- "Escuela Parque Tibetano", Minas Gerais, Brasil.
- "Fundación Educativa Tanan", en Yopal, Casanare, Colombia.
- "Fundación Escuelas para el mundo", proyecto "Conectando Sueños, Bolivia, España y África". Toledo, España.

Crea el MULTI-LAB ITINERANTE P3000 por la Paz "VIDA CREATIVA" en 2024, compartiendo propuestas de desarrollo personal, grupal, capacitación docente, con una síntesis metodológica que abarca el enfoque gestáltico, arteterapéutico, sistémico y de educación de emergencia y respuesta humanitaria.

6

Técnicas anti estrés

Técnicas Integrales Anti Estrés para el Bienestar y la Salud Integral

Contexto

Técnicas anti estrés que llevamos a cabo en los talleres de Pedagogía 3000.

Introducción

El estrés constituye uno de los principales desafíos de la sociedad contemporánea. Las exigencias laborales, emocionales, sociales y tecnológicas generan frecuentemente estados de tensión física y mental que afectan la salud integral de las personas. Diversas investigaciones en neurociencia, psicología y medicina integrativa muestran que existen técnicas sencillas y naturales capaces de reducir significativamente el estrés y favorecer estados de equilibrio, bienestar y armonía.

Las prácticas anti estrés no solo ayudan a disminuir la ansiedad, sino que fortalecen el sistema inmunológico, mejoran la concentración, favorecen el descanso y aumentan la calidad de vida. A continuación, se presentan algunas de las herramientas más utilizadas actualmente.

Diferentes tipos de meditación y visualización

La meditación permite calmar la mente, regular las emociones y aumentar la consciencia interior. Existen diferentes modalidades, entre ellas:

- Meditación de atención plena o Mindfulness como hemos visto en el punto 1, centrada en observar el presente sin juicio.
- Meditación guiada, acompañada por instrucciones o música relajante.
- Meditación contemplativa, basada en el silencio interior.
- Meditación activa, que incluye movimientos (suaves o fuertes) o caminatas conscientes.

La visualización creativa también es ampliamente utilizada. Consiste en imaginar imágenes positivas, paisajes naturales, luz, colores o situaciones armónicas que generan relajación y bienestar emocional.

Protocolo de silencio

El silencio consciente constituye una herramienta terapéutica fundamental. Dedicar diariamente algunos minutos sin estímulos externos —sin teléfonos, ruido o conversaciones— permite disminuir la sobrecarga mental y favorecer la regulación emocional. Los espacios de silencio ayudan a recuperar claridad interior, creatividad y estabilidad psicológica.

Diferentes tipos de respiración

La respiración es uno de los mecanismos más eficaces para reducir el estrés de manera inmediata. Algunas técnicas recomendadas son:

- Respiración profunda abdominal.
- Respiración lenta y consciente.
- Respiración alternada.
- Respiración rítmica.
- Técnicas de coherencia cardíaca. Es un estado de equilibrio fisiológico y emocional que se logra sincronizando la respiración con el ritmo de los latidos del corazón. Esta técnica estimula el sistema nervioso parasimpático, lo que reduce rápidamente los niveles de estrés, ansiedad y la hormona cortisol.

Estas prácticas ayudan a disminuir el cortisol, regular el sistema nervioso y activar estados de calma y equilibrio.

Auto masaje y estimulación del nervio vago

El auto masaje relaja los músculos, mejora la circulación y disminuye tensiones acumuladas. En los últimos años, la estimulación del nervio vago ha cobrado gran importancia debido a su relación con la regulación emocional y el sistema parasimpático.

Algunas prácticas útiles incluyen:

- Masajear cuello, rostro y hombros.
- Respirar lentamente.
- Cantar o tararear.
- Aplicar agua fría en el rostro.
- Ejercicios suaves de relajación corporal.

Estas técnicas favorecen estados de tranquilidad y recuperación fisiológica.

Dormir bien

Un descanso adecuado es esencial para la salud mental y física. Dormir entre siete y ocho horas permite la regeneración cerebral, hormonal y emocional. La falta de sueño aumenta considerablemente los niveles de estrés, irritabilidad y agotamiento.

Se recomienda:

- Mantener horarios regulares y empezar a dormir antes de medianoche
- Reducir/evitar pantallas antes de dormir.
- Evitar exceso de estimulantes.
- Crear ambientes tranquilos y oscuros.

Música, arte y mandalas

La música tiene efectos terapéuticos demostrados sobre el sistema nervioso. La música suave, instrumental o sonidos de la naturaleza ayudan a disminuir la ansiedad y mejorar el estado emocional.

Asimismo, actividades artísticas como pintar, realizar murales, colorear mandalas o dibujar con formas geométricas favorecen la concentración, la relajación y la expresión emocional. Los mandalas, en particular, promueven equilibrio interno y atención plena.

Bailar, cantar y movimiento corporal

El baile y el canto liberan tensiones emocionales, aumentan la producción de endorfinas y fortalecen la autoestima. El movimiento corporal consciente permite descargar energía acumulada y mejorar el estado de ánimo.

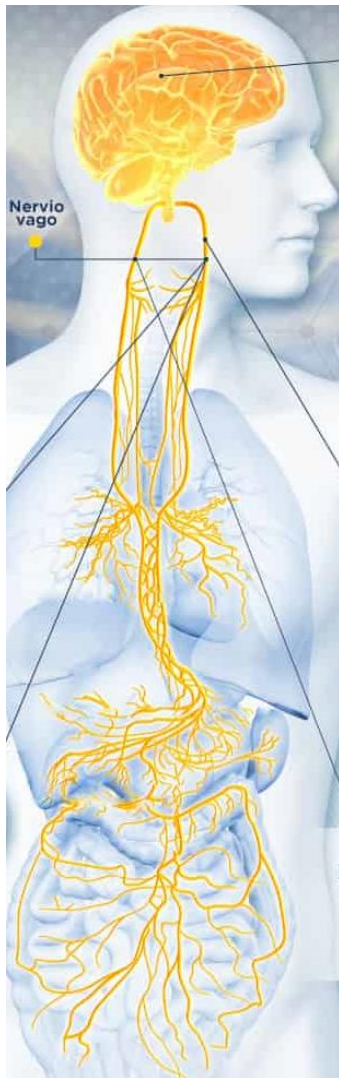
Del mismo modo, el ejercicio físico regular —caminar, bailar, nadar, practicar yoga, ciclismo o cualquier actividad placentera— constituye uno de los métodos más efectivos para combatir el estrés y prevenir trastornos emocionales.

Alimentos anti estrés

La alimentación influye directamente sobre el equilibrio emocional y neurológico. Algunos alimentos ayudan naturalmente a disminuir el estrés, entre ellos:

- Frutas y verduras frescas.
- Frutos secos y semillas.
- Avena y cereales integrales.
- Chocolate negro con moderación.
- Infusiones relajantes como manzanilla o melisa.
- Alimentos ricos en magnesio y omega 3 como por ejemplo las semillas de chía y calabaza, los frutos secos (nueces y almendras), pescados azules y el aguacate.

Reducir el exceso de azúcar blanco, cafeína y alimentos ultraprocesados también favorece la estabilidad emocional.



Más información sobre el nervio vago y la regulación del estrés

El nervio vago es uno de los principales componentes del sistema nervioso parasimpático, encargado de ayudar al cuerpo a relajarse, recuperarse y mantener el equilibrio interno. Conecta el cerebro con diversos órganos como el corazón, los pulmones y el sistema digestivo, participando directamente en la regulación emocional y fisiológica.

Cuando una persona vive estrés constante, el organismo permanece en un estado de alerta permanente conocido como "lucha o huida", aumentando el cortisol, la tensión muscular, la ansiedad y el agotamiento. La activación adecuada del nervio vago ayuda a contrarrestar este estado, promoviendo calma, disminución de la frecuencia cardíaca, respiración más profunda y sensación de seguridad interna.

Diversas investigaciones en neurociencia muestran que estimular el nervio vago mejora la regulación emocional, favorece el descanso, fortalece el sistema inmunológico y disminuye los efectos negativos del estrés crónico.

Existen diferentes maneras naturales de activar el nervio vago, entre ellas:

- Respiración lenta y profunda.
- Cantar, tararear o repetir mantras.
- Reír y generar vínculos afectivos positivos.
- Exposición breve al agua fría en el rostro.
- Yoga y movimientos suaves.
- Masajes en cuello, orejas y hombros.
- Escuchar música relajante.
- Practicar gratitud y emociones positivas.

Estas prácticas ayudan al cuerpo a salir del estado de tensión constante y favorecen un mayor bienestar físico, mental y emocional.

Conclusión

Las técnicas anti estrés constituyen herramientas accesibles, naturales y preventivas que favorecen la salud integral del ser humano. La combinación de respiración consciente,

meditación, arte, movimiento, descanso adecuado y alimentación equilibrada permite fortalecer el equilibrio físico, emocional y mental.

En un mundo cada vez más acelerado, desarrollar hábitos cotidianos de bienestar no es solamente una opción terapéutica, sino también una necesidad educativa, preventiva y humana para construir una mejor calidad de vida y una verdadera cultura de paz.

Fuente de la ilustración

<https://medicinaysaludpublica.com/noticias/neurologia/el-poder-del-nervio-vago--infografia/24821>

¿Qué pasa con Anku y Anka?

En la rama más alta del silencio



Esto es lo que dijo Anku, visiblemente impresionado por el capítulo.

—Wao Anka, ¡qué fuerte lo del suicidio!

Como me impactó. ¡Y la Asamblea de Paz... bravo la profe que la inició!

—Sí, Anku acuérdate de Aline que se cortó las venas cuando estábamos en la escuela.

—En realidad hay más casos de los que pensamos, que bien que se le da visibilidad en el libro.

—También me gustó mucho lo de Mindfulness, de voces pequeñas, del jardín de infantes, el árbol de paz, la Biodanza. Que lindas herramientas para los chiquitos/as. Y las técnicas anti estrés.

—Sí, todo me encantó —añadió Anku...

—Aah —prosiguió—¿Noticias de tu amiga la lechuza?

La verdad es que sí... —se rio Anka... mi hermano, "percibe" las cosas y también puede "anticiparlas" como yo— Nos vimos la noche anterior y esto es lo que me contó.



Después de la paz interior, viene la paz con los demás... en este orden. Si uno no está en paz con uno mismo... ¿Cómo puede estar en paz con los demás?

*Desde la rama más alta del silencio,
hablo yo, lechuza de la noche clara.
He visto mil lunas pasar sin ruido,
y en cada una, el mismo dilema humano.*

"Buscan la paz afuera", susurró el viento.

*Adentro, muy dentro, en su propio pecho,
hay tormentas que nadie quiere ver.*

*Porque un corazón en guerra consigo mismo
no sabe abrazar ni cuidar.*

¿Cómo dar calma si arde la mente?

¿Cómo sembrar luz si hay sombra en la raíz?

*Primero el nido, luego el bosque,
primero el alma, luego el mundo.*

Yo, guardiana del silencio antiguo,

te invito a mirar sin huir:

haz de ti un lago de profunda quietud ...

y verás cómo el mundo empieza a transformarse.



Capítulo 2

Paz con los demás

7

Teatro y paz

El teatro como espacio de Paz

Una herramienta para promover la convivencia pacífica

El teatro comunitario y educativo ha demostrado ser una herramienta para promover la convivencia pacífica y la transformación social. A través de la dramatización, el juego de roles, la improvisación y el teatro foro, los participantes encuentran un espacio seguro para expresar emociones, reflexionar sobre conflictos y hacer relaciones empáticas con quienes comparten ese proceso más que creativo, formativo.

La expresión corporal es el primer lenguaje teatral que se va desarrollando conforme ocurre el desarrollo del individuo y presenta situaciones donde se van desarrollando habilidades esenciales como la comunicación no verbal, cooperación, la escucha activa, la negociación y la creatividad.

El arte teatral ayuda y apoya a mejorar la salud mental mediante la sanación de vínculos sociales en contextos de vulnerabilidad como lo es la adolescencia. El teatro opera como un transformador de paz debido a que aborda la raíz emocional de la violencia: el miedo, la rabia y la tristeza no gestionada. Al canalizar estas emociones de forma creativa, abre el camino hacia la paz.

¿Por qué es efectivo el teatro para generar entornos de paz?

- Porque crea espacios de juego simbólico y eso hace que sea más abierto el diálogo y la reflexión sin las presiones del conflicto real.
- Porque canalizan emociones y agresividad en formas creativas y socialmente constructivas.
- Porque desarrollan habilidades de comunicación y de resolución de conflictos mediante la dramatización de situaciones cotidianas y no solo eso, sino que encuentran una cantidad de maneras de resolverlos.
- Porque fomentan la empatía y la solidaridad, trabajan en equipo y desde ese momento reconocen y exaltan las habilidades del otro en pro de la presentación.

- Porque se vuelve un colectivo seguro y de hermandad y se fortalece el sentido de pertenencia.

Las actividades que se proponen a continuación pueden llevarse a cabo para todas las edades y en cualquier contexto, lo ideal es que el facilitador conozca el contexto para que pueda poner una situación o temas que ayuden para la sana convivencia del grupo o comunidad.

Actividades prácticas



Teatro- Freeze
Ejercicio de paz cuando hay casos de bullying, exclusión, malentendido.



Teatro de paz: el playback
Cómo reparar una situación breve donde hubo conflicto.

Fotos de la autora

1. Teatro de Paz, Freeze: Los estudiantes se dividen en grupos, a cada grupo se le asigna una situación conflictiva (bullying/acoso escolar, exclusión, malentendido, etc.). Se les dan 5 minutos para que cada grupo prepare su escena de manera silenciosa. Luego se pide que se congele la escena en un punto álgido. Invitar a que los espectadores interpreten la escena y "descongelarla" con una intervención diferente y pacífica. Hacer un cierre de debate ¿En qué cambió la conducta? ¿Qué valores entran en juego?

La valoración se realiza a través de la observación a ver si los participantes logran identificar roles y proponer alternativas no violentas. El debate final permite medir la capacidad de análisis crítico y la comprensión de perspectivas diversas. **2. Playback de Paz:** Un voluntario cuenta una situación breve donde hubo falta de paz (un malentendido con un amigo, una discusión en casa o un momento de exclusión). El facilitador debe cuidar que el relato sea breve y sin juzgar a los involucrados.

El grupo identifica la necesidad social o emocional que hay detrás de la historia (ej. necesidad de respeto, de reconocimiento, de ser escuchado, de pertenecer, de ser querido, etc.). Otros voluntarios representan la escena de la siguiente manera:

- a. Mostrar el momento exacto donde se rompió la armonía.
- b. Los actores se detienen y cada uno en voz alta dice qué siente el personaje que interpreta (miedo, tristeza, rabia) revelando lo que se no se dijo en la vida real.
- c. Lo actores repiten la escena, pero esta vez introducen un pequeño gesto de comunicación no violenta o empatía que cambie el resultado.

Luego se le pregunta al narrador cómo se siente al ver este final alternativo.

Los compañeros están observando y dando el soporte emocional para que el narrador logre ver los detalles.

Estas actividades pueden adecuarse según ritmo, cultura, necesidades específicas de cada grupo de participantes. Lo más importante es mantener el espacio con un ambiente de respeto y confianza y recordar que el objetivo no es hacer buen teatro si no construir mejores formas de convivencia.

El propósito es utilizar el arte teatral como un medio, una herramienta y estrategia para permitir la expresión y comunicación de las emociones para que sean transformadas en imágenes, movimiento y narración colectiva; para que este espacio de juego sea de diálogo, reconciliación, escucha y contención.



Autora

Karyna Rascón Oaxaca, México

Experta en PYME, Socio-Multi-Educación. Representante de Asiri Education - México. Tiene una Maestría en Psicología Social, una Maestría en Neuroeducación, una Licenciatura en Artes y Terapeuta de Arte. Ha impartido cursos y talleres sobre "Desarrollo de Habilidades Resilientes y Arte Terapia", "Autoestima a través del Teatro", "Reconstrucción de la Autoestima a través del Arte Terapia", "Maestros Creativos", "Cultura Infantil en Chihuahua" en instituciones como International Christel House, Escuela de Educación Especial, Universidad Autónoma de Chihuahua y Centro de Actualización Docente. Actualmente está a cargo de la Red Internacional de Comunicación P3000 y es una de las productoras y anfitrionas de los programas P3000 4000 5000.

8

La Comunicación No Violenta en primaria

La comunicación que contribuye a la Paz

Datos de la experiencia

Colegio Rio de la Plata sur, Buenos Aires, Argentina
Año 2019.

Nota: CNV = Comunicación No Violenta

¿Qué es la Comunicación No Violenta”

La Comunicación No Violenta o Comunicación Consciente, según el psicólogo estadounidense Marshall Rosenberg, dice que es el lenguaje del corazón. Nos invita a practicar la escucha empática y la expresión honesta. Creando mayor conexión y compasión con uno mismo y con el mundo. Es una herramienta fundamental para construir una **Cultura de Paz** profunda y duradera.



Nivel primario. Cartelera con sentimientos y valores humanos



Sesión con los personajes que se utilizan en la CNV: la jirafa y el chacal.
Docente: Carolina Adjemian



Encuentro de CNV, Universidad Nacional de la Plata. Buenos Aires, Argentina.
Coordina: Carolina Adjemian y Alicia Jubert

Resultados / Beneficios

Los ejercicios de CNV fomentan las relaciones empáticas, reduce conflictos y promueve una convivencia pacífica basada en la compasión y la comprensión mutua. Permite gestionar emociones constructivamente, mejorar la autoexpresión y resolver diferencias sin violencia, transformando la interacción personal y social, siendo una herramienta efectiva en el ámbito educativo para la construcción de paz.



Autora

Carolina Adjemian, Argentina

Facilitadora Internacional de Facilitadores Certificada de Pedagogía 3000. Bolivia

Profesora en Primero y Segundo Ciclo de EGB. Bs As. Argentina.
Especializada en Inteligencias Múltiples y Neurociencias. Universidad de Bs As - (Asociación Educar)

Profesora Didacta en Biodanza. Sistema Rolando Toro. Escuela de Biodanza Bs As.
Extensión Biodanza para Niños y Adolescentes.

Facilitadora en Educación Biocéntrica. Fortaleza, Brasil.

Facilitadora Internacional Certificada de CMR (Liberación de la memoria Celular) por Luis Díaz.

Brain Gym y Las siete dimensiones de la inteligencia. Nivel de profundización. Dictado por Paul E. Dennison. Centro de Memoria Celular. Bs. As.

Entrenamiento Intensivo Internacional en "Comunicación No Violenta", según Marshall Rosenberg. Certificación en Mindfulness YOMU Internacional. Formación Pedagógica Musical. Risas de la Tierra. Magdalena Fleitas. Bs As. Tercer nivel de Formación Actoral. Escuela Bella Artes. Bs. As

Súper Héroes y armas en primera infancia

Educar desde la Conexión: Una Propuesta de Educación por la Paz en la Primera Infancia

Una experiencia que va más allá de la formación

Cuando el juego, el lenguaje y la experiencia se convierten en herramientas de transformación real.

El pasado 28 de febrero de 2026, en el marco de la conferencia *Strong Children Strong Families*, organizada por Good Shepherd Center en colaboración con Grow Developing Childcare Professionals, Inc., tuve la oportunidad de facilitar dos experiencias formativas diseñadas con un propósito claro: iniciar una cultura por la Paz desde la primera infancia, comenzando por transformar la mirada del adulto.

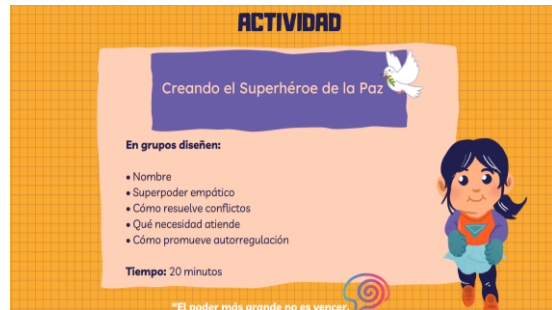
Más que impartir contenido, el enfoque fue generar conciencia, reflexión y práctica.

Presentación: Súper Héroes y Armas



Super Héroes y Armas

Repensando Nuestro Enfoque del Juego Infantil desde la Educación por la Paz



Actividad central: Creando el Superhéroe de la Paz

Para llevar la teoría a la práctica, los participantes desarrollaron una actividad vivencial:

Diseñaron un Superhéroe de la Paz representado a través de un muñeco guiñol.

Esta presentación surge de una realidad constante en los entornos de educación infantil

El juego de superhéroes, armas y poder genera incomodidad en los adultos. Sin embargo, desde una mirada de desarrollo infantil, este tipo de juego:

- Es una forma de expresión emocional
- Permite explorar identidad, control y competencia
- Funciona como un espacio simbólico para procesar experiencias

Por esta razón, el objetivo no es eliminar este juego... sino comprenderlo y transformarlo.

1. Enfoque pedagógico

La actividad se basó en principios de:

- Observación sin juicio
- Identificación de emociones
- Reconocimiento de necesidades personal y grupal
- Redirección hacia experiencias cooperativas.

El adulto asume un rol activo como mediador, no como controlador.

Actividad central:**Creando el Superhéroe de la Paz**

Para llevar la teoría a la práctica, los participantes desarrollaron una actividad vivencial: Diseñaron un Superhéroe de la Paz representado a través de un muñeco guiñol.

Cada grupo busco en equipo:

- Nombre del personaje
- Superpoder empático
- Estrategias de resolución de conflictos
- Necesidades que atiende
- Formas de promover autorregulación

Impacto de la actividad**Esta experiencia permitió:**

- Integrar creatividad con contenido pedagógico
- Vivenciar el juego como herramienta educativa
- Comprender cómo transformar narrativas de poder

El juego dejó de verse como un problema... y se convirtió en una oportunidad de intervención consciente**Resultados**

Los resultados de esta presentación reflejaron un impacto significativo en la reflexión pedagógica y emocional de los docentes participantes. A través de las evaluaciones y comentarios compartidos, surgieron aprendizajes profundos relacionados con la importancia de transformar la mirada adulta frente al juego infantil y los procesos de socialización temprana.

Entre los aspectos más destacados por los participantes se encuentran:

- El valor de la observación consciente y sin juicio como herramienta fundamental para comprender las necesidades emocionales de los niños.
- El desarrollo de una mayor empatía hacia el juego simbólico relacionado con superhéroes, poder y violencia.
- Una profunda reflexión sobre lo que el juego representa en la infancia y cómo puede convertirse en una oportunidad educativa en lugar de un comportamiento a corregir.
- La importancia de evitar etiquetar o juzgar las expresiones de los niños, comprendiendo el juego como una forma de comunicación y procesamiento emocional.

- La necesidad de revisar cómo los adultos hablamos sobre violencia con los niños y qué mensajes transmitimos a través del lenguaje y las respuestas que ofrecemos.
- La posibilidad de resignificar la figura del "héroe" promoviendo valores positivos como la empatía, la cooperación, la regulación emocional y la resolución pacífica de conflictos.
- El interés de los docentes en incorporar estrategias de Educación por la Paz dentro de sus entornos educativos cotidianos.

Uno de los momentos de mayor impacto fue la actividad vivencial "Creando el Superhéroe de la Paz", donde los participantes diseñaron personajes con "capas de paz", superpoderes empáticos y herramientas para resolver conflictos sin violencia. Esta experiencia permitió que los docentes conectaran emocionalmente con el contenido y visualizaran nuevas formas de acompañar el juego infantil desde una mirada consciente y transformadora.

La presentación logró abrir espacios de diálogo, autorreflexión y construcción colectiva, fortaleciendo la idea de que educar desde la conexión, la empatía y la paz comienza con la transformación del adulto que acompaña la infancia.



Autora

Lic. María Navarro Mojica, M. Ed., Estados Unidos / México

Fundadora y Directora de Agencia Grow Developing Childcare Professionals, Inc., Agencia de capacitaciones para educadores de la primera infancia y padres de familia. Licenciada en Pedagogía, Master of Education in Early Childhood Administration with a concentration in early childhood higher education. Facilitadora

P3000/4000/5000 marzo 2024

10

Comunicación No Violenta con los docentes

Una experiencia que va más allá de la formación

Educación desde la Conexión: Una Propuesta de Educación por la Paz en la Primera Infancia

Cuando el juego, el lenguaje y la experiencia se convierten en herramientas de transformación real

Esta es la segunda experiencia formativa que tuve la oportunidad de facilitar el pasado 28 de febrero de 2026, en el marco de la conferencia *Strong Children Strong Families*, organizada por Good Shepherd Center en colaboración con Grow Developing Childcare Professionals, Inc. Diseñada con un propósito claro: iniciar una cultura por la Paz desde la primera infancia, comenzando por transformar la mirada del adulto. Más que impartir contenido, el enfoque fue generar conciencia, reflexión y práctica.

Presentación

Bases de la Comunicación No Violenta (CNV)

Cultivando conexiones empáticas en la primera infancia



Bases de la Comunicación No Violenta (CNV)

Cultivando conexiones empáticas en la primera infancia.



Actividad central: Dramatización activa

En la práctica educativa, uno de los mayores desafíos no es saber qué hacer... sino cómo comunicarlo.

La CNV fue seleccionada como herramienta clave para:

- Transformar la forma de interactuar con los niños/as
- Reducir respuestas reactivas
- Promover conexiones auténticas

Enfoque pedagógico

Se presentaron los 4 componentes de la CNV:

1. Observación sin juicio
2. Identificación de sentimientos
3. Reconocimiento de necesidades
4. Peticiones claras

Este enfoque permite comprender que:

Los conflictos no son problemas... son oportunidades de aprendizaje emocional.

Actividad central: Dramatización activa

Los participantes representaron situaciones reales en dos versiones:

Lenguaje “chacal”

- Juicio
- Imposición
- Reacción

Lenguaje “jirafa”

- Empatía
- Conexión
- Conciencia

Recurso pedagógico adicional

Cada participante recibió:

- Un muñeco de jirafa (lenguaje empático)
- Un muñeco de chacal (lenguaje reactivo)

Estos recursos permiten trasladar el aprendizaje al aula de forma visual y concreta.

Impacto de la actividad

Los participantes no sólo comprendieron la diferencia... la experimentaron emocionalmente.

Esto generó:

- Mayor conciencia del lenguaje
- Reflexión sobre la práctica diaria
- Herramientas aplicables inmediatamente

Actividad de cierre compartida

La Paloma de la Paz: compromiso personal

Como cierre de ambas experiencias, los participantes escribieron en una paloma de origami, una palabra que representa la paz para ellos.

Esta actividad permitió:

- Integrar lo aprendido
- Reflexionar a nivel personal
- Generar un compromiso consciente

Resultados

- Esta presentación generó una experiencia profundamente reflexiva y transformadora para los participantes, permitiéndoles reconocer el impacto que tiene el

lenguaje en la construcción de relaciones seguras, respetuosas y emocionalmente conscientes dentro de los entornos de primera infancia.

- A través de las dramatizaciones activas y el uso de herramientas visuales como los muñecos de jirafa y chacal, los educadores no solo comprendieron teóricamente los principios de la Comunicación No Violenta (CNV), sino que pudieron experimentarlos emocionalmente desde situaciones reales de la práctica educativa.
- Entre los principales resultados y reflexiones compartidas por los participantes destacan:
 - Mayor conciencia sobre cómo el lenguaje puede acercar o desconectar emocionalmente a los niños.
 - Reconocimiento de patrones de comunicación reactiva utilizados de manera automática en momentos de estrés o conflicto.
 - Comprensión de la importancia de observar sin juzgar y responder desde la empatía en lugar de la imposición.
 - Reflexión profunda sobre cómo las palabras, el tono y la intención del adulto impactan directamente en la autorregulación emocional de los niños.
 - Reconocimiento del conflicto como una oportunidad de aprendizaje emocional y no únicamente como un problema disciplinario.
 - Valoración de la CNV como una herramienta práctica y aplicable inmediatamente dentro del aula y en la relación con las familias.
- La dramatización entre el lenguaje "chacal" y el lenguaje "jirafa" permitió a los participantes identificar claramente las diferencias entre una comunicación basada en el juicio y la reacción, frente a una comunicación centrada en la conexión, la empatía y la conciencia emocional.
- Uno de los aspectos más significativos fue que muchos educadores expresaron sentirse identificados con experiencias cotidianas donde, aun sabiendo qué hacer pedagógicamente, reconocieron que la dificultad muchas veces se encuentra en cómo comunicarlo de manera respetuosa y efectiva.
- La actividad de cierre "La Paloma de la Paz" fortaleció el componente emocional y reflexivo de la experiencia, permitiendo que cada participante integrara el aprendizaje desde un compromiso personal con una educación más consciente y humana.

**Cuando el adulto cambia su manera de observar, escuchar y responder... cambia también la experiencia emocional del niño y el entorno donde aprende y crece.
Y sobre todo... reconoce que cada interacción educa.**

Reflexión final

Educar en la primera infancia no es sólo enseñar contenidos...

Es formar la base emocional de una sociedad.

Cada palabra, cada respuesta, cada intervención...

tiene el poder de construir o limitar.

Por eso, hoy más que nunca, necesitamos educadores que no solo enseñen... sino que conecten, comprendan y transformen.

Educar por la Paz en la primera infancia no es una actividad... es una práctica constante.

No es un contenido... es una forma de estar.

Y comienza con algo tan simple... como la forma en que elegimos responder.



Autora

Lic. María Navarro Mojica, M. Ed., Estados Unidos / México

(Ver currículum completo en el artículo anterior)

11

Huellas de Paz en fotografía

Fotografía y Cultura de Paz como experiencia educativa transformadora

Contexto

“Huellas de Paz” es un proyecto educativo impulsado por la Fundación Centro para la Nueva Tierra (CENUT), que propone integrar la Cultura de Paz con el arte fotográfico como herramienta de formación y transformación en contextos escolares.

Se implementa en una escuela secundaria, 4-141 Antonio Garbin, de San Rafael-Mendoza, Argentina, con aproximadamente 200 estudiantes, involucrando a docentes y comunidad educativa, en un proceso de cinco meses que culmina con una muestra fotográfica presencial y virtual.

La propuesta se desarrolla en articulación con los principios de Pedagogía 3000 4000 y 5000 impulsadas por Noemí Paymal, que promueven una educación integral centrada en el desarrollo del ser, la conciencia y la coherencia entre pensamiento, emoción y acción.

A su vez, se fundamenta en la misión de CENUT: **“Elijo la Vida”**, entendida como una invitación a revalorizar la vida en todas sus expresiones. Desde esta perspectiva, educar para la paz implica generar experiencias que fortalezcan el cuidado, el respeto y la conciencia en lo cotidiano.

Fundamentos: educar la mirada, cultivar la paz

La Cultura de Paz se construye a partir de gestos concretos que muchas veces pasan desapercibidos. Educar en este sentido implica **formar la mirada** para reconocerlos y fortalecerlos. En coherencia con los enfoques de Pedagogía 3000, el proyecto sitúa al estudiante como protagonista, integrando dimensiones cognitivas, emocionales y sociales a través de experiencias vivenciales.

La fotografía se convierte en una herramienta clave en este proceso: no sólo permite registrar la realidad, sino interpretarla. Fotografar implica elegir, enfocar y otorgar sentido. En este proyecto, ese acto se orienta a visibilizar la paz.

Estructura del proyecto

El recorrido pedagógico se organiza en tres dimensiones fundamentales de la paz:

1. Paz con uno mismo

Se trabaja el autoconocimiento, la regulación emocional y la escucha interior. Los estudiantes son invitados a reconocer sus emociones, identificar aquello que les genera bienestar o conflicto, y desarrollar herramientas básicas de autoobservación.

2. Paz con el otro

Se abordan los vínculos interpersonales, la empatía, la escucha activa y la resolución pacífica de conflictos.

A través de dinámicas grupales, los estudiantes reflexionan sobre la convivencia y reconocen gestos concretos de respeto y cuidado.

3. Paz con la Tierra

Se promueve la conciencia ambiental y el sentido de pertenencia al entorno. Se invita a observar la relación con el espacio que habitan, identificando tanto prácticas de cuidado como de descuido, y proponiendo pequeñas acciones transformadoras.

Integración con la fotografía

En paralelo, se desarrollan talleres de formación fotográfica a cargo de un profesional, donde los estudiantes adquieren herramientas básicas como: encuadre y composición, uso de la luz, perspectiva, narrativa visual, ética en la imagen.

Pero más allá de la técnica, el eje está puesto en la **intención**: qué se quiere comunicar y cómo la imagen puede transmitir un mensaje.

Producción y muestra final

Como instancia de cierre, los estudiantes realizan una producción fotográfica donde registran:

- Gestos de paz interior
- Gestos de paz en los vínculos
- Gestos de paz con el entorno

Cada imagen se acompaña de un título y un breve texto reflexivo.

Estas producciones se seleccionan y organizan después en una muestra final denominada **“Huellas de Paz”**, que se presenta en formato:

- Presencial, dentro de la institución
- Virtual, para ampliar su alcance a la comunidad, a través del sitio web de CENUT:
www.fundacioncenut.org

Esta instancia no sólo visibiliza el trabajo realizado, sino que también genera un espacio de encuentro, reflexión y reconocimiento colectivo.



Categoría "paz con uno mismo"
Aunque el cielo esté gris, siempre hay algo que florece como signo de esperanza y paz



Categoría "paz con el otro"
Abrazarnos en la diversidad que somos, no es sólo un gesto de fraternidad, sino de construcción de un mundo de paz para todos



Categoría: "paz con el planeta"

Un planeta cuidado y respetado, conserva la abundancia para saciar todas
nuestras necesidades y vivir en paz

Impacto y proyección

"Huellas de Paz" busca generar un impacto que trascienda lo inmediato.

En los estudiantes:

- Desarrollo de una mirada más consciente
- Mayor sensibilidad hacia el otro
- Fortalecimiento de habilidades socioemocionales
- Sentido de protagonismo

En la institución:

- Mejora del clima escolar
- Revalorización de lo positivo
- Integración entre áreas y docentes

En la comunidad:

- Circulación de mensajes constructivos
- Visibilidad de prácticas de cuidado
- Apertura de espacios de diálogo

Conclusión

En una cultura donde muchas veces predomina la visibilización del conflicto, educar para reconocer la paz es un acto profundamente transformador.

"Huellas de Paz" propone justamente eso: detenerse, observar y descubrir que la paz ya existe en lo cotidiano... pero necesita ser mirada, nombrada y fortalecida.

Porque, en definitiva, **trabajar por la paz es una forma concreta de elegir la vida.**

Y cuando los estudiantes aprenden a ver la paz, no sólo cambian sus imágenes, sino que cambia su manera de habitar el mundo.



Autora

Ing. Miriam Scriboni y equipo de Fundación CENUT

Miriam Scriboni

Ing. en Sistemas de Información

Especialista en educación y nuevas tecnologías

Coach ontológico

Psicoterapeuta gestáltica - Bio neurociencias

Facilitadora de Biodanza y Pedagogía 3000

Presidente de Fundación CENUT

www.fundacioncenut.org

@fundacioncenut

12

Juegos cooperativos

Jugamos, nos divertimos, sonreímos juntos hacia la paz

Datos de la experiencia

Tumbaco, Ecuador

Niños/as de 3 a 4 años

Febrero de 2026

¿Qué son los juegos cooperativos?

Los juegos cooperativos son juegos en los cuales las personas laboran en conjunto para alcanzar un objetivo compartido. Estos juegos promueven la colaboración, la comunicación y la empatía entre los jugadores. Los juegos son una herramienta efectiva para facilitar la paz y el trabajo conjunto entre niños/as, jóvenes y adultos. La unión para lograr un propósito compartido permite que los participantes adquieran las capacidades sociales, emocionales y cognitivas que les ayudan a resolver desacuerdos de manera pacífica.

Beneficios de los juegos cooperativos

Los juegos tienen diferentes beneficios como:

- la noción de equipo y la colaboración: los participantes se unen para alcanzar un fin en común "la diversión grupal".
- Fortalece habilidades sociales: que permiten mejorar las destrezas sociales como la comunicación, la empatía y la resolución de desacuerdos.
- Fomenta el respeto y la paz: al jugar en equipo los participantes aprenden a manejar los desacuerdos que surgen del juego de una manera pacífica a través de la comunicación.
- Promueve la confianza propia y la autoestima: las dinámicas realizadas en los juegos de cooperación permiten que los participantes incrementen su autoestima y confianza en sí mismos.



Sillas musicales en jardín de infantes.



Sillas musicales, opción para jóvenes (todos deben caber en la silla final)

Actividad

Durante un momento de aprendizaje se dio un tiempo de relax y se propuso el juego de las sillas en la que los jugadores ocupan las sillas y cuando la música se detiene deben buscar un lugar para sentarse. Este viaje comienza un 5 de febrero de 2026 que siempre recordaré. Ese fue el día en que me invitaron a jugar en un gran grupo, me emocioné por la invitación y estaba a la expectativa de que puede pasar más adelante y lo que aún principio me sonó como un juego de competición que tenía como finalidad el ganar, durante su desarrollo fui descubriendo que podemos divertirnos, reír y jugar juegos que se pueden transformar en encuentros cooperativos y omitir la acción de la competencia en el grupo.

En el mundo de la educación o simplemente en espacios de recreación, los juegos cooperativos para niños/as de 3 a 4 años son perfectos para promover la colaboración y la amistad grupal. Especialmente en esta etapa en la que los pequeños/as se encuentran descubriendo cómo relacionarse con sus pares y aprendiendo a compartir. Todos los juegos que realicemos con los pequeños/as que antes eran de competencia pueden ser transformados a juegos cooperativos. Entre esos juegos divertidos tenemos el juego de la silla cooperativa en la cual un grupo de niños/as usa un tapete o alfombra circular que reemplaza a las sillas, cuando la música se detiene todos se sientan en la alfombra y se dan la mano.

Otra opción, es colocar un círculo de sillas (con una silla menos). La persona que está afuera canta (no hay música por parlantes). Cuando para de cantar, todos se sientan. El que se queda afuera deberá cantar en la siguiente ronda y así sucesivamente. Nunca se sacan sillas, nunca se queda nadie afuera y todos se divierten.

Otra opción con jóvenes y adultos es el mismo juego con música. En esta opción si se quita una silla en cada ronda, y pueden estar dos o más en la silla hasta que todos quepan en una silla al final del juego. Muy bueno para crear confianza entre pares.

Otro juego es el de la *caja de bloques* que antes era un juego individual y de competencia al momento de construir; ya adaptado, se emplearían bloques grandes de fácil manejo y animar a los/as estudiantes a construir en grupo dándoles una consigna como “construyamos una torre” o a su imaginación, pero todos juntos/as.

Algo que se refuerza es el mantener un juego sencillo ya que a la edad de 3 a 4 años los niños/as tienen una corta capacidad de atención, así que es práctico que los juegos sean simples y entretenidos, motivar a los niños a que mantengan una comunicación entre pares y con ello enseñarles la importancia de compartir y colaborar.

En mi experiencia personal en un día soleado en el centro infantil con un grupo de niños/as decidimos experimentar un juego conocido, pero con algunas modificaciones y ver cuál es la emoción que se experimenta. Tras explicarles que íbamos a jugar el juego de las sillas y darles la consigna de todo el juego salimos al patio que previamente estaba armado un círculo con sillas para cada niño incluida la maestra, se les colocó música a través de un parlante (altavoz) y bailaban, tras varios minutos, algunos se movían alborotados, otros haciendo movimientos sencillos como caminar, mover brazos o simplemente reírse etc. Cuando se dieron cuenta que la música paró, algunos gritaron, se sentaron y le dieron la mano a su compañero, otros solo observan a sus pares que hacían e imitaron, pero eso fue al principio hasta que comprendieran la dinámica del juego y tras varios intentos ensayo - error lo perfeccionaron y se divirtieron a lo máximo.

Conclusión

Los juegos cooperativos son herramientas significativas que ayudan a promover la paz y la labor en conjunto entre niños/as, adolescentes y adultos. Al colaborar, los jugadores desarrollan habilidades sociales, emocionales y cognitivas que les capacitan para resolver desacuerdos de manera pacífica, es fundamental integrar los juegos cooperativos en nuestras vidas para incentivar una cultura de paz y no violencia.



Autora

María Elena Simbaña Pineida, Ecuador

Desde muy pequeña soñaba con ser profesora, me gradué como Licenciada en Ciencias de la Educación, mención Educación Infantil y ahora doy clases ayudándome de las metodologías creativas e innovadoras para crear un ambiente de aprendizaje positivo y estimulante para todos los niños. Soy Facilitadora certificada de Pedagogía 3000.

Bibliografía de Juegos Cooperativos

Terry Orlick

Juegos y deportes cooperativos (Paidotribo).

El juego cooperativo: alternativas para enseñar la cooperación (Ediciones Morata).

Karl Rohnke

Silver Bullets: A Guide to Initiative Problems, Adventure Games and Trust Activities.

Cowstails and Cobras II.

Jim Deacove

Co-operative Games (Family Pastimes).

Creador de decenas de juegos de mesa 100% cooperativos.

Carlos Álvarez y Susana Rodríguez

Juegos cooperativos para la inclusión y la convivencia (Graó).

Torrego y J. García

Juegos cooperativos y resolución pacífica de conflictos en la escuela (Narcea).

Pavel Kopkin

Dinámicas cooperativas para el aula inclusiva.

Muy práctico y fácil de implementar.

Víctor M. López Pastor

Educación a través del juego: propuestas cooperativas (Síntesis).

Artículos sobre juegos cooperativos en la EF escolar.

Antonio Pérez y F. Gutiérrez Díaz del Campo

Juegos cooperativos para Educación Primaria y Secundaria.

Ministerio de Educación de Chile

Guía de juegos cooperativos y habilidades socioemocionales.

<https://parvularia.mineduc.cl/wp-content/uploads/2022/09/El-juego.pdf> disponible en línea, muy práctico para docentes.

Más de mil juegos en

Edhuca, Querétaro, México

Tel. 442 223 35 14

Cel. 442 108 72 51

Correo electrónico: franslimpens@yahoo.com.au

Blogspot: <http://edhucamexico.blogspot.com>

13

Jugando en el jardín de infantes

Jugando aprendo y construyo paz, territorio e identidad en el jardín infantil

Contexto

Antofagasta, Chile

Institución: Jardines Infantiles de la ciudad de Antofagasta

Período de realización: 2025

Edad de los participantes: Niños/as de 4 a 6 años de jardines infantiles.

Territorio de encuentro

Para los niños/as, el territorio no es un mapa, sino la plaza donde juegan, la esquina donde saludan al vecino, la feria donde compran fruta con su familia. Es todo espacio que habitan con su cuerpo y sus emociones. Por eso, más que una simple actividad en el aula, buscábamos que el jardín infantil se convirtiera en un pequeño territorio de encuentro, donde la identidad de lugar "yo pertenezco a esta feria, a esta plaza, a esta calle" se construye jugando.

Nuestro objetivo fue que los niños/as, a través del juego de roles, exploraran su barrio, reconocieran sus espacios cotidianos y descubrieran que formar parte de una comunidad también es una forma de construir paz. Buscábamos una convivencia basada en el reconocimiento del otro como vecino, el cuidado de los espacios compartidos y la valoración de las historias que cada lugar guarda.

Nuestra aventura de barrio, imaginen un jardín convertido en una pequeña plaza donde hay que organizar la feria, o una calle donde, para aprender a convivir, primero debemos turnarnos el paso. Aquí, el juego de roles nos invita a ser panaderos, feriantes, carteros o guardaparques. Ser "vecino por un día" nos desafía a repartir el pan con alegría, ayudar a quien perdió su paquete, limpiar la plaza entre todos. Y en cada juego, aprendemos quiénes somos y dónde vivimos: el sonido del timbre nos recuerda que alguien espera, la esquina del jardín se convierte en el paradero de la micro (autobús),

una caja de cartón es la tienda del barrio. Así descubrimos que nuestro territorio está lleno de historias, oficios y personas con quienes compartimos la vida.

Juegos de roles que desarrollan territorio y cultura de paz

Juego	Qué aporta al territorio	Qué aporta a la paz
Ser feriante o vecino de la feria (mercado)	Reconoce la feria como espacio de encuentro del barrio.	Aprende a ofrecer, turnarse y ayudar a contar el cambio.
Ser cartero o repartidor	Recorre el jardín como si fuera un barrio; memoriza "direcciones".	Llevar un mensaje es un acto de escucha y respeto.
Ser guardia de tránsito	Aprende señales y respeta los espacios peatonales.	Ayuda a cruzar, espera su turno, cuida a los demás.
Jugar a la plaza	Identifica la plaza como lugar de recreación y bien común.	Limpiar y reparar en equipo es construir paz.
Jugar a la micro o al paradero	Comprende el recorrido del barrio, las paradas, se sitúa espacialmente.	Se cede el asiento, se respeta la fila, se viaja en armonía.
Ser pescador del borde costero (Antofagasta)	Conecta con la identidad marítima de la ciudad.	Valora el trabajo del otro y el cuidado del mar.
Ser geólogo o minero (Antofagasta)	Reconoce la historia minera de la región.	Trabaja en equipo y respeta el patrimonio.
"Vecinos organizando el barrio" (juego combinado)	Divide el jardín en zonas (plaza, feria, calle, consultorio).	Resuelve problemas cotidianos dialogando y sin pelear.

Fuente: elaboración propia, 2026

Así fue nuestro viaje. Durante un año, realizamos sesiones de juego de roles con un único objetivo, acercar a los más pequeños al reconocimiento de su territorio y su identidad de lugar. Ver sus ojos brillar al entregar una “carta” a un compañero o al vender frutas en la feria del jardín fue simplemente mágico.



“Feriante por un día: vendiendo y comprando en la feria del jardín”,

Niños/as organizan sus puestos con frutas de plástico, cajas pintadas y una balanza de juguete, transformando el jardín en la feria de su barrio. Unos ofrecen productos en voz alta como verdaderos feriantes; otros recorren la feria con monedas de papel, eligen frutas y pagan con alegría. Todos se turnan para ser vendedores y compradores, aprendiendo que el comercio del barrio une a la comunidad. Al compartir los puestos, respetar los turnos y ayudarse a contar el cambio, construyen paz desde el territorio..



“Cartero por un día: recorriendo el barrio para unir a los vecinos”,

Niños/as se convierten en carteros con gorras y bolsas. Recorren el jardín como si fuera su barrio, entregando “cartas” a cada sala. Al hacerlo, aprenden que el territorio se habita cuando lo recorremos juntos, y que llevar un mensaje a un compañero es un pequeño acto de paz: nos escuchamos, nos esperamos y valoramos a quien vive cerca.



“Guardias y micros: la calle es de todos, nos cuidamos al cruzar”, En el suelo del jardín, cintas de colores dibujan una calle con cruce peatonal: ese es el territorio del barrio que los niños aprenden a recorrer. Unos sostienen aros como volantes de micros (autobuses), una niña dirige el tránsito con una paleta de cartón, y otro niño ayuda a un compañero a cruzar. Todos esperan su turno, respetan las señales y se ayudan. Así descubren que la calle es un espacio compartido donde la paz se construye cuidándonos unos a otros.



“Vecinos organizando la plaza: un problema, una solución en equipo”, En un rincón del patio convertido en plaza, los niños eligen distintos roles: jardinero, vecino, inspector. La plaza es su territorio, un lugar de todos que necesita cuidado. Juntos conversan, se escuchan y deciden cómo limpiar las bancas y reparar el columpio. Al organizarse sin pelear y colaborar en equipo, aprenden que la paz se construye cuando cada vecino pone su granito de arena para que el barrio esté mejor.

Resultados, la verdadera cosecha fue humana:

- **Aprendizajes observados:** Los niños no solo aprendieron nombres de oficios y lugares de su barrio, sino que desarrollaron un sentido de pertenencia (“yo soy de esta feria”) y cuidado por los espacios del jardín. Al jugar a ser y adoptar un rol, aprendieron a devolver los objetos a su lugar, respetar las señales de tránsito dibujadas en el suelo y recoger los materiales después de jugar.
- **Cambios en la convivencia:** La motivación y la emoción del juego de roles disminuyeron las barreras entre niños tímidos y extrovertidos. En las sesiones, los niños usualmente poco participativos se unieron para resolver “desafíos de barrio” (repartir el pan a tiempo, ayudar a un vecino que perdió algo, turnarse para ser cajero). Mejoraron la cooperación, la empatía y el trabajo en equipo.
- **Aportes a la cultura de paz:** El juego de roles en el jardín demostró ser un lenguaje universal que une. Al trabajar juntos en la construcción de su pequeño territorio, los niños aprendieron a escucharse, valorar las ideas del otro, ceder el paso y

resolver conflictos sin pelear. Sembraron una profunda cultura de paz basada en el respeto y la identidad compartida.

Como investigadora, trabajar el territorio y la identidad de lugar a través del juego de roles fue transformador y significativo. Ver a un niño que empezó sin querer compartir su "puesto en la feria" terminar invitando a otro a vender con él fue un recordatorio de que la paz también se construye en la cooperación y en la superación del egoísmo. No solo enseñamos geografía o comunidad, regamos la esperanza de un mundo más curioso, más colaborativo y más pacífico, cumpliendo nuestro sueño de cambiar el mundo en cada niño y niña por medio del juego y el territorio.

La paz no es solo la ausencia de conflicto, es la presencia de asombro por el lugar donde vivimos, de cooperación entre vecinos y de respeto por cada espacio compartido. No necesitan salir del jardín para empezar. Una simple caja convertida en tienda, una silla que es una micro, turnarse para ser chofer y pasajero, es un poderoso acto de construcción de comunidad y de paz. La curiosidad por el otro y por el territorio es el primer paso para entender al vecino y, al hacerlo, construir un barrio donde quepamos todos. ¡Animémonos a jugar para cosechar paz!



Autora

Paula Rocío Sagredo Astudillo, Doctora en Educación y Profesora de Educación Física. Su investigación integra la cultura de paz con el diseño de secuencias didácticas innovadoras para la enseñanza del territorio y la identidad de lugar, aplicando metodologías lúdicas, inclusivas y multisensoriales en el jardín infantil y la comunidad. Lidera iniciativas que transforman las prácticas

educativas para despertar la curiosidad por el entorno cercano y sembrar convivencia pacífica desde la primera infancia.

Referencias Bibliográficas

Sagredo, P. S., & Peña, P. L. (2025). *Astronomía en la primera infancia: una propuesta didáctica basada en juego y arte*. REIDU, Vol. especial, nº1, pág. 182-217, Antofagasta, Chile.

Fundación Carlos Slim. (2019). *Beneficios del juego en la naturaleza*. The Natural Learning Initiative.

Gobierno de Chile, Subsecretaría de Educación Parvularia. (2018). *Bases Curriculares de la Educación Parvularia*. Santiago, Chile.

Gobierno de Chile, Subsecretaría de Educación Parvularia. (2025). *El juego: Una oportunidad para sentirse seguro y confiar*. Santiago, Chile.

López del Río, A., Abilleira-González, M., Barcala-Furelos, M., & Rico-Díaz, J. (2025). *Beneficios de la educación al aire libre: más actividad física, motivación para aprender y mejor convivencia escolar*. *Revisión sistemática*. *Sportis*, 11(4), 1-25.

Parchy. (2025). *La importancia del juego libre en la naturaleza para el desarrollo infantil*. Parchy.

Sageidet, B. M. (2024). *Revisiting and developing peace education in early childhood*. *Childhood in the Anthropocene*.

Tonucci, F. (2019). *La ciudad de los niños*. Editorial Losada.

14

Paz restaurativa en familia

Las preguntas restaurativas como prácticas de paz restaurativa representan una forma profundamente humana de acompañar los conflictos. No nacen desde el castigo ni desde la obediencia por miedo, sino desde la comprensión, la conciencia y el cuidado del vínculo. En las prácticas restaurativas, el conflicto deja de verse como un problema que debe reprimirse y comienza a entenderse como una oportunidad para aprender, crecer y fortalecer las relaciones.

Un territorio emocional

Desde 2018, como familia diverschooler (aprendizaje diverso sin escuela) consideramos esto especialmente valioso, porque el hogar no solo es un espacio académico: es un territorio emocional donde se construyen la identidad, la autoestima, la empatía y la forma en que niños y adultos aprenden a relacionarse con el mundo... se abre un espacio de escucha donde cada persona puede reconocer lo que siente, comprender el impacto de sus acciones y aprender a reparar sin sentirse humillada. Las preguntas restaurativas son consideradas una pedagogía del “darse cuenta”: ayudan a desarrollar conciencia emocional, responsabilidad y empatía. Ayudan a crear una cultura cotidiana de paz. En lugar de reaccionar con frases como:

- “¿Por qué hiciste eso?”
- “Siempre haces lo mismo.”
- “Ve a tu cuarto.”
- “Porque yo lo digo.”

Podemos decir:

- ¿Qué pasó?
- ¿Cómo podemos resolverlo juntos?
- ¿Te gustaría tomarte un momento para tranquilizarte y luego hablar?
- ¿Cómo podemos cuidar el bienestar de todos?

Como familia utilizamos preguntas restaurativas de manera constante, y poco a poco va cambiando el ambiente emocional del hogar, esto no significa “permitir todo” o no

poner límites. Al contrario: las prácticas restaurativas sí tienen límites claros, pero esos límites están acompañados de diálogo, responsabilidad y reparación. Los niños/a y adultos aprenden a nombrar emociones, dejando de reaccionar desde el enojo automático, han disminuido las luchas de poder, aumentó la confianza y la cooperación, el error dejó de vivirse como vergüenza y se convirtió en aprendizaje y se va fortaleciendo la seguridad emocional.

Las prácticas restaurativas se alinean profundamente con una educación de **paz holística** (término difundido por la Dra. Gloria María Abarca) porque reconocen que aprender no es solo memorizar información, sino desarrollar humanidad. Un hogar que integra preguntas restaurativas enseña: inteligencia emocional, comunicación consciente, responsabilidad afectiva, transformación pacífica de conflictos, empatía y ética del cuidado.

Ideas aplicadas en preguntas restaurativas en la familia

1. Después de un conflicto entre hermanos En lugar de decidir rápidamente "quién tuvo la culpa", reunimos a ambos y preguntamos

- "¿Qué pasó desde tu perspectiva?"
- "¿Qué estabas sintiendo?"
- "¿Qué necesitabas en ese momento?"
- "¿Cómo crees que se sintió tu hermano?"
- "¿Qué podrían hacer ahora para reparar?"

2. Cuando hubo gritos o explosiones emocionales. Muchas veces detrás del enojo hay cansancio, frustración o necesidad de conexión. Y en vez de castigar utilizamos estas preguntas.

- "¿Qué estaba pasando dentro de ti?"
- "¿Qué sentiste en tu cuerpo?"
- "¿Qué necesitabas y no supiste expresar?"
- "¿Cómo podemos ayudarte la próxima vez?"

3. Como ritual nocturno familiar. Las preguntas restaurativas también se utilizaron preventivamente, no solo cuando hay problemas. Utilizadas regularmente antes de dormir:

- "¿Qué momento bonito vivimos hoy?"
- "¿Hubo algo que te hizo sentir triste o incómodo?"
- "¿Hay algo que necesitemos reparar?"
- "¿Cómo te sentiste amado hoy?"

Esto ayudó a que los niños desarrollaran pensamiento empático y habilidades de transformación de conflicto, fortalecieron el apego seguro, confianza, regulación emocional y autoconciencia. **Consideramos primordial educar para la vida, no solo para contenidos académicos y dotar de habilidades esenciales de cuidado vincular es construir una cultura de paz desde lo cotidiano.**



A la hora de acostarse la conversación que parte de una pregunta restaurativa es un momento de reflexión y encuentro familiar. Lo cual les fascina y genera paz.



Durante los juegos de mesa surgen muchas diferencias y conflictos por ganar, momento propicio para aplicar preguntas restaurativas escuchando cada parte y restaurando el vínculo.



Autora

Silvia Ámbari Lujano G.

Facilitadora de P3000 México Mujer, madre de 3 chicos, Lic. en Educación con más de 25 años de experiencia en el ámbito educativo y formación docente, consultora educativa, conferencista y facilitadora integrando enfoques como: educación para la paz, logoterapia, Mindfulness, aromaterapia emocional, círculos de paz, Yoga de la risa, educación resiliente, prácticas restaurativas y perspectiva neuro afirmativa.

Mail: cocreandopaz@gmail.com

15

Paz con las religiones

Unidos por La Paz

En el año 2013, en una época donde el miedo, la polarización y el vacío emocional parecían crecer en muchas sociedades, surgió en La Paz, Bolivia, una experiencia profundamente espiritual que buscó recordarnos algo esencial: más allá de nuestras diferencias, todos estamos buscando amor, sentido y conexión.

Así nació *Espiritualidad Bolivia*, una asociación impulsada por la iniciativa de Gabriel Awaken, un joven coach y terapeuta que logró reunir algo que hasta entonces, parecía imposible: la convergencia pacífica de múltiples caminos espirituales, terapéuticos y de autoconocimiento en un mismo espacio de respeto y colaboración.

Budistas, Hare Krishna, escuelas de metafísica, grupos de meditación, terapeutas holísticos, círculos de mujeres, facilitadores de terapias alternativas, emprendimientos conscientes, promotores de alimentación saludable, escuelas de danza árabe e hindú, lectoras de tarot, oráculos, runas, registros Akáshicos y diversas herramientas de crecimiento interior comenzaron a encontrarse bajo una misma visión: sanar, servir y unir.

Y quizás eso fue lo más revolucionario de todo.

Durante años, muchas corrientes espirituales caminaron separadas, observándose con desconfianza o sintiendo que sus diferencias eran más importantes que aquello que las unía. Sin embargo, Espiritualidad Bolivia propuso un paradigma distinto, comprender que cada camino representa apenas una parte del inmenso misterio humano y espiritual.

Lejos de intentar imponer una doctrina única, esta experiencia permitió que diferentes visiones convivieran en armonía, demostrando que la espiritualidad auténtica no divide: **abrazo, escucha y construye puentes.**

A través de ferias holísticas, encuentros de bienestar, actividades sociales, jornadas de sanación, talleres y fiestas conscientes sin alcohol ni cigarrillos, se generaron espacios

donde las personas podían reencontrarse consigo mismas desde la alegría, la música, la danza, la meditación y el compartir humano.

Muchos asistentes llegaban buscando simplemente relajarse o conocer nuevas herramientas de bienestar, pero terminaban encontrando algo más profundo, una comunidad.

En una sociedad cada vez más individualista, donde millones de personas se sienten solas incluso rodeadas de gente, estos espacios comenzaron a convertirse en refugios emocionales y espirituales donde nadie necesitaba aparentar perfección para sentirse aceptado.

Recuerdo cómo personas de distintas edades y realidades podían compartir una misma mesa, una misma conversación o una misma ceremonia sin importar su religión, posición social o ideología. Es un honor formar parte de la directiva y haber construido esta experiencia junto a Omar Muñoz, Mónica Arce, Gabriel Valdivia y Cecilia Portillo.

Ese quizás fue uno de los aportes más importantes de esta experiencia: recordar el verdadero propósito original de las religiones y los caminos espirituales.

Unir a la humanidad en paz.

Esa paz que está viva en cada persona que medita,

En quien danza para sanar su cuerpo y liberar emociones.

En quien ora sinceramente por el bienestar de otros.

En quien sirve alimento consciente.

En quien acompaña emocionalmente a alguien que está sufriendo.

En quien utiliza herramientas de autoconocimiento para comprenderse mejor y vivir con mayor consciencia.

Espiritualidad Bolivia permitió demostrar que todos esos caminos pueden coexistir, que cuando las personas dejan de competir por quién posee "la única verdad", empiezan a descubrir que todos somos aprendices intentando comprender el mismo misterio de la existencia desde distintos lenguajes.

También fue una experiencia profundamente esperanzadora para las nuevas generaciones. Muchos jóvenes encontraron allí una forma distinta de relacionarse con la espiritualidad, menos basada en el miedo o la culpa y más enfocada en la consciencia, el amor, la responsabilidad emocional y el bienestar colectivo.



Templo budista parte de Espiritualidad Bolivia



Actividades de Espiritualidad Bolivia



Directorio de Espiritualidad Bolivia



Representantes de diferentes líneas espirituales, Bolivia

De la Autora

Marcela Martínez Sempértegui



Abogada especializada en Derechos Humanos, Cultura de Paz y resolución de conflictos, con una experiencia de más de 30 años. Además, periodista e instructora en diversos campos de conocimiento académico y alternativo.

Conocimientos especializados para identificar oportunidades, optimizar procesos y maximizar la rentabilidad de cualquier emprendimiento. Amplia capacidad de adaptabilidad, persistencia y logro de objetivos esperados como Coach Holística y empresarial.

16

El círculo de Paz, un nuevo paradigma de Justicia

Orígenes, justicia restaurativa y prácticas restaurativas

Al hablar de los orígenes de los círculos de paz, podemos encontrar dos aportes importantes, el primero, el ancestral, proveniente de los pueblos originarios, en especial este modelo de los pueblos nativos del Norte en específico para este modelo el de Canadá, aunque esta práctica circular se encuentra en diversas regiones del mundo.

“Los orígenes del enfoque restaurativo no están claramente definidos, pero existe un cierto consenso entre diversas fuentes (Zehr, 2002; Marshall, 1999; McCold, 2013) en reconocerlo desde hace más de 200 años en las prácticas ancestrales empleadas en las culturas en todo el mundo: desde las comunidades nativas norteamericanas hasta las culturas sudamericanas, centroamericanas, africanas, asiáticas, celtas, hebreas, árabes y muchas otras. Ciertas comunidades ancestrales aplicaban procedimientos que obligaban a reparar el daño a quien había ofendido a alguien más de la comunidad, bien fuera trabajando durante un tiempo para la familia o devolviendo lo que había robado” (Schmitz, 2020, p. 19).

El segundo origen de los círculos de paz en cuanto a su práctica en la Justicia restaurativa es llevado a cabo por tres autores: el Juez Barry Stuart, Mark Wedge y Kay Prani, quienes buscando otra forma de realizar la justicia penal retoman los saberes de los pueblos originarios de como realizaban sus acuerdos y toma de decisiones ante lo que afectaba en la comunidad, retomando el uso del círculo y con un bastón de la palabra.

¿Qué son los Círculos de Paz?

Kay Pranis (2009) nos menciona que es un proceso de diálogo que trabaja en crear un espacio seguro, que favorece el mejorar las relaciones y resolver las diferencias.

Los Círculos de Paz en formato presencial se distinguen porque los participantes van a estar sentados en forma circular, sin que haya obstáculos en medio, de forma que todos puedan verse. También es importante señalar que se realiza una ceremonia de apertura, que nos sitúa en el tiempo y en lugar, y una ceremonia de cierre, que ayuda a no sobrecargar a los participantes y saber que si se necesita otro círculo se abrirá otro espacio posteriormente. Dentro del círculo de paz se llevan a cabo preguntas de acuerdo con el objetivo del círculo, los participantes contestan cuando sea su turno que es dado por un objeto que hace función de bastón del habla.

Experiencias y reflexiones de los Círculos de Paz

Se realizó una investigación a diversos facilitadores de Círculos de paz a través de un cuestionario sobre lo que habían aprendido, y estos destacan su acercamiento a la educación para la paz, como se muestra a continuación:

- El reconocimiento del diálogo entre pares (Facilitador 1).
- La importancia de la escucha a los demás, que son espacios donde uno puede expresar sin temor, sin que te sientas amenazado porque te juzguen de manera negativa, trae paz y tranquilidad al momento de expresar, momento que también te permite aprender de los demás (Facilitador 2).
- La idea de poder hacer visibles las voces para poder vernos los unos a los otros como parte de una comunidad es lo que me da esperanza al hacer Círculos de Paz. Suelo abrirlos en preescolar y es sorprendente lo mucho que tienen por decir los niños/as y cómo cambian las convivencias a partir de realizar los círculos (Facilitador 8).
- Que es una herramienta poderosa para desatar conversaciones difíciles. Que la parte de la construcción de valores es fundamental para abrirse a la confianza y a la escucha. (Facilitador 11).

Conclusión

La capacitación en Círculos de Paz ayuda a responder algunas de las necesidades actuales del entorno educativo y a los desafíos que enfrentan los docentes día a día, por ello, contar con la capacitación y la práctica en Círculos de Paz puede facilitar las habilidades antes mencionadas.



Círculo de Paz en México

Bibliografía recomendada

Schmitz, J. (2020) Manual de Prácticas Restaurativas en el ámbito educativo, Ecuador. [Archivo PDF]

https://ecuador.vvob.org/sites/ecuador/files/2020_ecuador_eftp_manual_practicas_restaurativas.pdf

Pranis, K. (2009) Manual para facilitadores de Círculos de paz, 2009. [Archivo PDF]

<https://conamaj.poder-judicial.go.cr/images/pdf/011.pdf>



Autora

Dra. Gloria María Abarca Obregón, México

Doctora en Estudios Internacionales sobre Paz, Conflictos y Desarrollo por la Universidad Jaume I, España. Estancia doctoral en la Universidad de Innsbruck, Austria. En México, estudió una maestría en educación y una licenciatura en educación primaria. Es coordinadora de varios proyectos internacionales de educación para la paz y fue ganadora junto con el Dr. Said Bahajin del premio de la paz de la ciudad de Castellón en 2009. Es docente de educación primaria, secundaria y pregrado en México. Profesor Invitado del Máster en Paz Internacional, Desarrollo y Conflicto en el Módulo de Educación para la Paz (Línea Internacional), Castellón, España. Facilitador del Círculo de Paz. Asesora de proyectos en temas de Educación para la Paz de CONVIVE y SEIEM del Gobierno del Estado de México y de la Secretaría de la Mujer en Mérida, Yucatán. México.

17

Métodos alternativos de resolución de conflictos

En mi vida de abogada he comprendido que la mayoría de los conflictos humanos no nacen de la maldad, sino de la incapacidad de escucharnos. Muchas personas viven defendiendo su propia versión de los hechos como si fuera la única verdad posible, sin darse cuenta de que detrás de cada experiencia existe una historia distinta, emociones distintas y heridas distintas que condicionan nuestra manera de mirar el mundo.

Ganar-Ganar

Por eso primero decidí ser una abogada más conciliadora que litigante y luego, desarrollar talleres de métodos alternativos de resolución de conflictos bajo la fórmula **Ganar-Ganar**, espacios creados para demostrar que sí es posible construir acuerdos humanos donde nadie tenga que destruir al otro para sentirse escuchado, validado o protegido. Estos talleres nacieron de una convicción profunda: la Verdad absoluta es la suma de muchas verdades. Cada persona vive los acontecimientos desde su propia historia emocional, sus aprendizajes, sus miedos y sus expectativas. Lo que para uno puede parecer indiferencia, para otro puede sentirse como abandono. Lo que uno interpreta como ataque, muchas veces nació desde el dolor, la frustración o la falta de herramientas emocionales para expresarse mejor.

Comprender esto transforma completamente la manera de resolver conflictos. En nuestros encuentros aprendimos que escuchar no significa necesariamente estar de acuerdo; significa reconocer la humanidad del otro. Y cuando las personas logran sentirse verdaderamente escuchadas, la tensión comienza a disminuir de manera casi inmediata. Uno de los aprendizajes más poderosos dentro de estos talleres fue entender que, en la mayoría de los conflictos donde ninguna de las partes causó daño intencional a la otra, siempre existe un camino de paz posible.

Cómo dejar heridas abiertas, resentimientos y ciclos de violencia emocional

Muchas veces las familias se fracturan por interpretaciones equivocadas, las parejas se destruyen por orgullo, las amistades terminan por silencios acumulados y las comunidades se dividen porque nadie enseñó a dialogar desde la empatía y no desde la necesidad de “ganar” una discusión. La cultura tradicional del conflicto nos enseñó durante años que resolver un problema implicaba vencer, imponer o humillar. Pero esa lógica solo deja heridas abiertas, resentimientos y ciclos de violencia emocional que terminan reproduciéndose en todos los espacios sociales.

La fórmula **Ganar-Ganar** propone algo completamente distinto, buscar soluciones donde ambas partes puedan conservar su dignidad, sentirse respetadas y encontrar un punto de equilibrio que priorice la paz antes que el ego. En los talleres ponemos en práctica herramientas de comunicación efectiva y escucha consciente, negociación, aprender a ceder poco para ganar mucho, lenguaje no violento y procesos de reconciliación humana. Muchas personas llegaron cargando años de resentimiento, dolor o enojo, creyendo que jamás podrían volver a hablarse con alguien que las había herido emocionalmente. Sin embargo, cuando se abrió el espacio del diálogo sincero, comenzaron a descubrir que detrás de la rabia casi siempre existe dolor no expresado.

Recuerdo especialmente momentos en los que personas enfrentadas durante años lograron mirarse nuevamente a los ojos y reconocer que ninguna deseaba realmente destruir a la otra, solo querían un abrazo sincero para seguir adelante. Y entonces ocurre algo maravilloso: cuando una persona deja de enfocarse únicamente en defender su posición y comienza a intentar comprender el sufrimiento del otro, nace la posibilidad real de la paz. Estos procesos también me enseñaron que la reconciliación no significa permitir abusos ni tolerar violencia.

Existen situaciones donde sí hubo daño deliberado, la justicia y la protección son indispensables. Pero fuera de esos casos, descubrimos que la mayoría de los seres humanos no quieren vivir en guerra emocional permanente; solo necesitan herramientas para comunicarse desde la consciencia y no desde la reacción. La paz no es ausencia de diferencias. La paz es la capacidad de atravesar las diferencias con respeto y armonía. Hoy estoy convencida de que uno de los mayores desafíos de nuestra sociedad es aprender nuevamente a dialogar con humanidad. Vivimos tiempos donde las personas reaccionan rápidamente, cancelan, atacan y rompen vínculos sin detenerse a escuchar lo que realmente sucede en el corazón del otro.

Una nueva forma de relacionarnos

Por eso estos talleres buscan sembrar una nueva forma de relacionarnos: más consciente, empática y humana. Una forma donde comprendamos que nadie posee

toda la verdad por sí solo y que cuando las personas se escuchan desde el corazón, muchas veces descubren que ambos tenían parte de razón y ambos tenían parte de dolor. Porque al final, la verdadera victoria no es vencer al otro. La verdadera victoria es encontrar caminos donde todos podamos vivir en paz.



Taller "Métodos alternativos de resolución de conflicto", impartido en la Feria Internacional del Libro Ciudad de El Alto, Bolivia. 9 de abril de 2026.

Este taller fue dirigido a estudiantes de las Normales (formación docente de Bolivia) para que lo adapten y transmiten a los niños/as.



Autora
Marcela Martínez Sempértegui

Abogada especializada en Derechos Humanos, Cultura de Paz y resolución de conflictos, con una experiencia de más de 30 años. Además, periodista e instructora en diversos campos de conocimiento académico y alternativo.

Conocimientos especializados para identificar oportunidades, optimizar procesos y maximizar la rentabilidad de cualquier emprendimiento. Amplia capacidad de adaptabilidad, persistencia y logro de objetivos esperados como Coach Holística y empresarial.

¿Qué dicen Anku y Anka?

La paz ya no se siente tan lejana



—¡Wao, ¡cuántas experiencias de paz, Anka!

—Sí... yo también estoy sorprendida. No imaginaba que la paz podía hacerse visible de tantas formas diferentes.

—A mí me encantó el teatro por la paz. ¡Es una herramienta súper poderosa! Y también "Huellas de Paz", porque amo la fotografía.

—Y a mí, la Comunicación No Violenta con niños y niñas pequeños/as. No sabía que se podía practicar con tanta profundidad desde temprana edad.

—Lo de los superhéroes y las armas en primera infancia me hizo darle muchas vueltas...

—¡Pero Anku, eran pistolas de plástico!

—Sí... pero igual enseñan que la violencia es normal.

—A mí me gustaron muchísimo los juegos cooperativos. Y todas las ideas del jardín de infantes, tan simples y hermosas.

—Y el artículo sobre paz restaurativa en casa... ¡quiero que todos los papás y mamás lo lean! La Paz en casa es primordial, la casa tiene que ser un nido cálido.

—Y seguro, sin gritos, amenazas ni golpes.

—También "Paz con las religiones", "Círculos de Paz", "Métodos alternativos de resolución" ... ¡Cuánta y qué bella experiencia en todas las iniciativas! ... Hay muchísimo para aprender.

—Jajaja... Anku, y eso que aquí solo hay una pequeña muestra. Imagínate: cada día, docentes, familias y comunidades creando pequeñas acciones de paz, non stop.

—Es verdad... la paz ya no se siente tan lejana.

—No. Se puede practicar. Se puede aprender. Y también... contagiar.

—Contagiar —se ríe Anku— ¿Otro virus?

—Bueno, digamos expandir —explicó Anka dando un puñetazo a su hermano

—Eh hermana ¡Cultura de Paz! —respondió enseguida Anku.

—Plof... jajajaja

—Entonces, ya vimos la paz con uno mismo/a... y la paz con los demás...

—Sí... ¿y ahora qué toca?

—Mmm... piensa un poquito... ¿Qué más necesita paz hoy en día?

—¿Las ciudades? ¿Los países? ¿Internet?

—También... pero hay algo todavía más grande...

—¿Qué es? —preguntó Anku curioso.

Anka levantó una hoja caída del suelo, la miró sonriendo y dijo suavemente:

—La naturaleza.

—¿Qué dice tu amiga la lechuza?



“Ahora que el corazón reposa en calma, y el otro ya no es amenaza sino espejo, escucha —dice la lechuza de las alas blancas— la paz con la naturaleza es recordar que eres parte de ella. No se cuida lo que se cree ajeno, ni se honra lo que no se siente vivo en uno. Abraza la Tierra como a ti mismo... y ella te sostendrá en paz”.

—Vamos a por la paz con la naturaleza entonces...

—Eso me gusta mucho... siempre pido espacios verdes en “mi” escuela de los 7 Pétalos, y en “mi” universidad la Multi U.

—Ya, pongamos artículos verdes en el siguiente capítulo entonces, buena idea.



Capítulo 3

Paz con la Naturaleza

18

Alfabetización ecológica: una nueva educación para la paz

¿Cómo genera la naturaleza las condiciones propicias para la vida?

¿Cómo aprender a “Interser” con la trama de la vida? Transitamos por una paradoja civilizatoria: somos expertos en inteligencia artificial y en tecnologías cada vez más sofisticadas, pero profundamente analfabetos en los principios que regulan el funcionamiento de la naturaleza. No logramos incorporar las enseñanzas que las comunidades ecológicas nos ofrecen a diario y, en consecuencia, quedamos atrapados en patrones de conflicto permanente, tanto entre los sistemas humanos como con el resto de los sistemas que sostienen la vida. Aprender a construir relaciones saludables es el gran desafío de nuestra época (...).

La alfabetización ecológica nos impulsa a re-imaginar la educación como un proceso de restauración del vínculo sagrado entre humanidad y naturaleza. Refuerza un nuevo modelo educativo orientado a la integración y la regeneración, basado en una comprensión relacional de la vida. Entiende la educación como un proceso orientado a cultivar vínculos saludables con uno mismo, con los demás y con la trama de la vida. Promueve dinámicas de aprendizaje, desaprendizaje y reaprendizaje que permiten sanar la ilusión de separación y expandir los niveles de consciencia. Desde esta cosmovisión emergen pedagogías del “Interser” que la configuran como una dimensión fundamental para una nueva educación para la Paz.

En definitiva, la alfabetización ecológica es aprender a diseñar como la naturaleza que somos. Es interpretar la vida como redes, flujos y ciclos. Se refiere a la habilidad de entender las múltiples interconexiones en los sistemas naturales que permiten que la vida prospere en la Tierra. Como plantea el educador ambiental David W. Orr, es una forma sistémica de pensar, es comprender los principios básicos de organización de las comunidades bióticas y asumir un estilo de vida respetuoso de estos procesos.

Dos principios de la alfabetización ecológica resultan fundamentales para pensar una nueva cosmovisión de paz: la interdependencia y la diversidad.

Interdependencia

El principio de interdependencia nos muestra que *todo está conectado con todo lo demás*. Toda forma de vida de un ecosistema esta interconectada a través de complejas redes de relaciones que definen los procesos de soporte vital. Las redes son el patrón básico de la vida. Como dice el físico y teórico de sistemas Fritjof Capra, los ecosistemas son redes de organismos, los organismos son redes de células, órganos, y sistemas de órganos, las células son redes de moléculas. Donde sea que veamos esa trama de la vida, vemos redes interconectadas. Comprender la interdependencia ecológica significa entender sus relaciones, ya que las interacciones entre las partes de una comunidad ecológica son tan o más importantes que las partes mismas. El éxito de toda comunidad depende no solo de la calidad de sus individuos, sino de la calidad de las relaciones que logren crear, en particular de los vínculos de cooperación. Desde esta mirada, la paz deja de ser simplemente la ausencia de conflicto para convertirse en la calidad de las relaciones que sostenemos.

Diversidad es riqueza

El principio de la diversidad, por su parte, nos enseña que la resiliencia de los sistemas vivos depende de la multiplicidad de formas de vida que los componen. La diversidad es una condición esencial para la salud sistémica. En ecosistemas diversos, las funciones ecológicas se solapan, se complementan y se regeneran frente a perturbaciones. Traducido al plano cultural, esto implica reconocer el valor de la pluralidad de saberes, identidades y formas de habitar el mundo. Una cultura de paz, en este sentido, no es homogénea, sino profundamente diversa orientada a cultivar relaciones complementarias que favorezcan el florecimiento de la vida.

Quinta Esencia: promoviendo una nueva inteligencia vincular

El centro de alfabetización ecológica Quinta Esencia constituye un ejemplo concreto de cómo estos principios pueden encarnarse en un territorio y en una nueva forma de habitar el mundo. Concebido como un aula viva, su modelo educativo integra mente, corazón y manos a través de experiencias vivenciales que permiten reconectar con la naturaleza desde la percepción y el hacer. Su diseño se basa en principios de la permacultura: todas sus construcciones son bioclimáticas y la energía que utiliza es 100 % renovable. La producción de alimentos es agroecológica y, gracias a la aplicación de principios biomiméticos en sus 30 hectáreas, cada vez que sale el sol, llueve o sopla el viento, los sistemas productivos y energéticos se activan en sintonía con los ritmos de la naturaleza. El propósito de Quinta Esencia es generar las condiciones necesarias para reconectarnos con la naturaleza que somos y desde allí, recuperar el más profundo sentido de biofilia, que no es ni más ni menos que el amor por todo lo vivo.



Centro de alfabetización ecológica
Quinta Esencia constituye un ejemplo concreto de cómo estos principios pueden encarnarse en un territorio y en una nueva forma de habitar el mundo



Curso de Pedagogía 3000 en Quinta Esencia, Argentina

Quinta Esencia promueve una retroalimentación constante con su comunidad. Desde hace ocho años impulsa un ambicioso plan de educación ambiental en todo el municipio de Mar Chiquita, trabajando de manera colaborativa con escuelas, empresas y actores políticos para co-crear una cultura del cuidado de la vida. Los resultados de este proceso comunitario son alentadores: se construyó la primera escuela pública sustentable de Argentina; se implementó un plan de formación en oficios sustentables y desarrollo de emprendimientos de triple impacto; se avanza en la restauración del ecosistema local mediante la promoción del pastoreo regenerativo; las instituciones educativas articulan esfuerzos a través de una red de escuelas sustentables; se desarrollan proyectos de energías renovables en edificios públicos; y se ha capacitado a cientos de estudiantes y docentes en educación ambiental.

De este modo, el modelo regenerativo de Quinta Esencia genera beneficios mutuos para estudiantes, comunidad local y el ecosistema productivo, favoreciendo un proceso sistémico de coevolución. Más de diez mil personas han transitado esta política pública educativa, sentando las bases de una nueva cultura del cuidado de la vida.

Puertas adentro de Quinta Esencia, procuramos vivir aquello que enseñamos. El proyecto Aula Naturaleza es la expresión más concreta de nuestra pedagogía mente, corazón y manos llevada a la acción. La construcción de este edificio-escuela fue, en sí misma, un proceso educativo: aprender, imaginar realidades diferentes y construir ocurrieron de manera inseparable. A lo largo de cuatro años, más de 3000 personas participaron en instancias vivenciales de bioconstrucción, haciendo de este espacio colaborativo una profunda experiencia de aprendizaje. Durante el proceso se crearon las condiciones necesarias para activar la inteligencia colectiva, integrando la creatividad y la

imaginación de las infancias con la experiencia de los adultos, promoviendo conversaciones de calidad, resolviendo problemas en conjunto, fomentando una alimentación saludable y compartiendo una multiplicidad de saberes técnicos en un clima de confianza y celebración. La alfabetización ecológica dejó así de ser un concepto para convertirse en una práctica viva de unión entre las personas y el resto de la naturaleza.

Educar para la paz implica necesariamente educar para la interdependencia: no puede haber paz en un mundo donde las relaciones están atravesadas por la dominación y la competencia. Si aspiramos a culturas más justas, pacíficas y habitables, necesitamos crear espacios educativos que las anticipen y las practiquen aquí y ahora. La alfabetización ecológica ofrece este futuro posible: nos invita a reconocer nuestra ignorancia vincular, a recomponer nuestras relaciones con nosotros mismos, con los otros y con la Tierra, y a rediseñar una cultura de la paz que incluya a todas las formas de vida.



Autor

Christian Tiscornia

Educador ambiental y permacultor. Docente de la Universidad Nacional de San Martín en temáticas de desarrollo sostenible y pensamiento sistémico. Fundador del programa para la alfabetización ecológica Quinta Esencia. Abogado, licenciado en políticas públicas de la London School of Economics. Presidente de la ONG especializada en educación ambiental Amartya.

www.quintaesencia.org.ar

19

Caminando por la orilla del mar

Cosechando paz: un viaje natural para la primera infancia

Contexto

Lugar, país: Antofagasta, Chile

Institución: Jardines Infantiles de la ciudad de Antofagasta

Fecha o período de realización: 2025

Edad de los participantes y contexto: Niños/as de 4 a 6 años de jardines infantiles de la comuna de Antofagasta.

Un aula viva

Más que una simple salida a la playa, buscábamos que el borde costero se convirtiera en un aula viva donde la paz se revela como una fortaleza de la naturaleza, aquella que nos enseña a fluir como las olas, a sostenernos como la arena y a convivir en armonía con todo lo que nos rodea. Nuestro objetivo fue tejer lazos de colaboración entre niños, educadores y la comunidad, para que, caminando juntos por la orilla, aprendamos a cuidar y valorar nuestro planeta y a todos los seres que lo habitan. Buscábamos una convivencia basada en el asombro compartido, el bienestar emocional al sentirse parte de un ecosistema, y el respeto por las ideas y emociones de los demás al explorar lo desconocido.

Nuestra aventura costera, imaginen un jardín infantil que se transforma en un puerto marino donde hay que descifrar las huellas de la marea... o una playa donde, para aprender a compartir, primero debemos imitar el movimiento de las olas que llegan y se van en armonía. Aquí, el juego con la arena se convierte en un acto de creación colectiva, construir castillos, trazar caminos o simplemente dejar que los granos resbalen entre los dedos mientras reímos juntos. El juego con los compañeros nos desafía a turnarnos la pala, a ayudar a quien se cae, a celebrar el descubrimiento del otro. Y en cada juego, aprendemos a escucharnos, el sonido del mar nos invita al silencio atento, la risa de un amigo nos llama a responder con ternura, la pregunta de un niño ¿dónde se escondió ese cangrejo? nos abre a la curiosidad compartida. Así descubrimos que,

simplemente en la orilla del mar, existe todo un mundo por descubrir: pequeñas conchas, huellas de aves, pozas repletas de vida, y también el mundo invisible de las emociones que florecen cuando exploramos en paz, en compañía de mis amigos y compañeros.

Así fue nuestro viaje. Durante un año, realizamos visitas y diseñamos actividades llenas de juego y emoción con un único objetivo, acercar la naturaleza costera a los más pequeños para que, jugando con la arena, colaborando con sus compañeros y aprendiendo a escucharse, descubrieran todo un mundo de paz en la orilla del mar. Ver sus ojos brillar al descubrir un pececito en una poza de marea fue simplemente mágico.

“Semillas de diálogo, pequeños pensadores explorando el mar juntos”

Después de explorar la playa, los niños comparten sus observaciones y emociones en un círculo de escucha al borde de la orilla. En este espacio de confianza, cada idea es valorada, enseñando que la curiosidad y el respeto por la palabra del otro son los primeros pasos para construir una cultura de paz. La naturaleza se convierte aquí en un puente para aprender a convivir.

“Pequeños exploradores: descubriendo mundos invisibles en la orilla”, En esta actividad del proyecto “Del Aula al Mar”, un grupo de niños/as observa con asombro los pequeños caracoles y cangrejos que habitan entre las rocas. Con lupa en mano y mirada atenta, exploran la vida donde menos se imaginaban, descubriendo que existen seres frágiles que necesitan nuestro cuidado. Esta experiencia despierta su curiosidad natural y, al mismo tiempo, siembra en ellos el respeto por todas las formas de vida, enseñándoles que cuidar nuestro planeta es también una forma de construir paz.



“Explorando la orilla: caminando juntos con nuestra tía”



“Pequeños amigos jugando en la playa”

Niños y niñas del jardín infantil recorren la playa junto a su educadora, observando, preguntando y descubriendo el mar en cada paso.



Un grupo de niños pequeños juega junto a sus compañeros en la arena, compartiendo risas, palas y la alegría de descubrir el mar en armonía.



“Juego en la arena: aprender jugando con mis compañeros”

Niños y niñas del jardín infantil juegan juntos en la playa, construyen castillos de arena, ríen, se turnan y colaboran. En cada grano de arena, descubren la paz de compartir.

“Círculo en la arena: escucharse para construir paz”

Niños y niñas del jardín infantil se sientan en círculo en la playa, comparten sus descubrimientos y aprenden a escuchar al otro.

Los resultados fueron más allá de lo académico; la verdadera cosecha fue humana:

- Aprendizajes observados: Los niños no solo aprendieron sobre los seres vivos del borde costero, sino que desarrollaron un profundo respeto por la vida marina. Al explorar las pozas de marea, aprendieron a observar sin dañar, a devolver cada piedra a su lugar y a recoger la basura que otros dejaron.
- Cambios en la convivencia: La motivación y la curiosidad compartidas disminuyeron las barreras entre niños tímidos y más extrovertidos. En las visitas a la playa, los estudiantes, usualmente poco motivados en el aula, se unieron para resolver “retos costeros” (encontrar seres vivos distintos, ayudar a un compañero a cruzar las rocas, turnarse el uso de la lupa), mejorando la cooperación, la empatía y el trabajo en equipo.

- Aportes a la cultura de paz: Este proyecto demostró que *la naturaleza es un lenguaje universal* que une. Al trabajar juntos en la exploración, niños, aprendieron a escucharse, a valorar las preguntas del otro, a ayudar a quien resbala en la arena y a construir conocimiento de manera colaborativa, sembrando así una profunda cultura de paz basada en el respeto, la admiración y el cuidado por el mundo que nos rodea.

Como investigadora, trabajar en equipo la ciencia de la naturaleza y la educación fue alucinante y a la vez transformador. Ver a un niño que empezó temeroso al contacto con la arena terminar guiando a sus compañeros en el descubrimiento de una estrella de mar fue un recordatorio de que la paz también se construye en la confianza y en la superación de miedos. Sentimos que no solo estábamos enseñando ecología, estábamos regando la esperanza de un mundo más curioso, más colaborativo y, por lo tanto, más pacífico, y sobre todo cumpliendo nuestro sueño de cambiar el mundo en cada niño y niña por medio del juego y la naturaleza.

La paz no es solo la ausencia de conflicto, es la presencia de asombro, de cooperación y de respeto por cada ser vivo. No necesitan un laboratorio para empezar. Una simple caminata por la orilla, agacharse a observar un caracol, preguntarse cómo vive y maravillarse juntos, es un poderoso acto de conexión humana y natural. La curiosidad es el primer paso para entender al otro y, al hacerlo, construir un mundo donde quepamos todos. ¡Animémonos a caminar la orilla para cosechar paz!



Autora

Paula Rocío Sagredo Astudillo, Doctora en Educación y Profesora de Educación Física. Su investigación integra la cultura de paz con el diseño de secuencias didácticas innovadoras para la enseñanza astronómica y el contacto con la naturaleza, aplicando metodologías lúdicas, inclusivas y multisensoriales en el borde costero y el cielo nocturno. Lidera iniciativas que transforman las prácticas educativas

para despertar la curiosidad científica y sembrar convivencia pacífica desde la primera infancia.

Referencias Bibliográficas

Astudillo, P. S., & Peña, P. L. (2025). *Astronomía en la primera infancia: una propuesta didáctica basada en juego y arte*. REIDU, Vol. especial, nº1, pág. 182-217, Antofagasta, Chile.

Fundación Carlos Slim. (2019). *Beneficios del juego en la naturaleza*. The Natural Learning Initiative.

López del Río, A., Abilleira-González, M., Barcala-Furelos, M., & Rico-Díaz, J. (2025). *Beneficios de la educación al aire libre: más actividad física, motivación para aprender y mejor convivencia escolar. revisión sistemática*. Sportis, 11(4), 1-25.

Ministerio de Educación de Chile. (2018). *Bases Curriculares de la Educación Parvularia*. Subsecretaría de Educación Parvularia.

Parchy. (2025). *La importancia del juego libre en la naturaleza para el desarrollo infantil*. Parchy.

Sageidet, B. M. (2024). *Revisiting and developing peace education in early childhood*. Childhood in the Anthropocene.

Subsecretaría de Educación Parvularia. (2025). *El juego: Una oportunidad para sentirse seguro y confiar*. Gobierno de Chile

20

Huerto Eco Taller de Paz

Contexto

País: México, Mérida Yucatán

Lugar: Vivero Dzibilchaltún

Proyecto: El Huerto de Aang

Año: 2026

Propuesta educativa: la naturaleza como aula abierta para la Paz GAIA/ El Huerto, Eco talleres.

Fundamentación pedagógica

En coherencia con los resultados de la investigación que se presentó en el Congreso “Construyendo Paz y Justicia en Comunidad” en la ciudad de Mérida, Yucatán, en el mes de febrero de 2026, se propuso una estrategia educativa basada en la **naturaleza** como aula abierta, entendida no solo como espacio físico alternativo, sino como sujeto pedagógico vivo. Esta propuesta se fundamenta en la premisa de que la Paz Ecológica o Paz GAIA se aprende y se vive, más que transmitirse de manera exclusivamente conceptual.

La educación en y con la naturaleza permite articular de forma práctica ejes centrales identificados tales como:

- el cuerpo como territorio ecológico,
- la regulación neuro emocional,
- los tiempos cíclicos,
- la ética del cuidado intergeneracional y
- la corresponsabilidad con la vida.

De este modo, la propuesta ofrece un marco educativo donde la paz ecológica se experimenta como relación vivida, no como abstracción.

Principios orientadores de la propuesta

La propuesta educativa se sustenta en los siguientes principios:

- Interdependencia: reconocer que el aprendizaje ocurre en relación con otros seres humanos, la naturaleza y el entorno.
- Corporeidad: integrar el cuerpo como eje del aprendizaje, favoreciendo la regulación emocional y la presencia consciente.
- Ciclicidad: respetar los ritmos naturales, los tiempos de pausa, observación y regeneración.
- Cuidado intergeneracional: promover decisiones pedagógicas que consideren el impacto en las generaciones futuras.
- Diálogo de saberes: integrar conocimientos científicos, saberes ancestrales y experiencias comunitarias.

Estos principios se alinean con la comprensión de la paz ecológica como un proceso integral, relacional y ético.

La naturaleza como aula abierta

Concebir la naturaleza como aula abierta implica transformar la lógica educativa tradicional. El entorno natural deja de ser un escenario ocasional para convertirse en espacio permanente de aprendizaje, donde el suelo, los árboles, el clima, los ciclos y los otros seres vivos participan activamente en el proceso educativo.

Desde esta perspectiva:

- el cuerpo se regula a través del movimiento, la respiración y el contacto sensorial; (Presencia plena)
- la atención se amplía mediante la observación consciente del entorno; (Mindfulness)
- el sentido de pertenencia se fortalece al reconocerse parte de un sistema vivo; (Arraigo, reconocimiento como parte de la naturaleza)
- la ética del cuidado se construye desde la experiencia directa. (Autocuidado).

Esta aproximación responde a los hallazgos neurocientíficos que señalan que la conexión con la naturaleza favorece estados de calma, empatía y cooperación, condiciones indispensables para la paz. (Castellanos, N., 2021)

Ejes pedagógicos y prácticas concretas

La propuesta se articula en torno a cuatro ejes pedagógicos, directamente vinculados con los resultados del estudio de investigación presentado en el Congreso “Construyendo Paz y Justicia en Comunidad. (UADY 2026)

Cuerpo, emoción y territorio

Prácticas orientadas a la conciencia corporal y la regulación emocional:

- ejercicios de respiración consciente al iniciar la jornada;
- caminatas atentas en silencio;
- exploración sensorial del entorno;
- registro corporal y emocional posterior a la experiencia.

Estas prácticas favorecen la coherencia neuro emocional y fortalecen el vínculo cuerpo-naturaleza.

Tiempos cíclicos y paciencia ecológica

Actividades que integran la noción de tiempo cíclico:

- observación de ciclos naturales (luz, clima, crecimiento de plantas);
- proyectos de cuidado a mediano y largo plazo (huertos, jardines, restauración de espacios);
- pausas conscientes que valoran el descanso y la espera como parte del aprendizaje.

Este eje cultiva la paciencia ecológica y el respeto al límite, fundamentales para la sostenibilidad profunda.

Sabiduría ancestral y cosmovisión maya

Integración de relatos, símbolos y prácticas ancestrales:

- narración de mitos y enseñanzas del *Popol Vuh* adaptadas al contexto educativo;
- reflexión sobre el significado del equilibrio, la reciprocidad y el cuidado;
- rituales simbólicos laicos de gratitud a la Tierra.

Estas prácticas fortalecen la memoria cultural y la ética relacional.

Comunidad y cuidado intergeneracional

Acciones orientadas a la corresponsabilidad:

- decisiones colectivas sobre el uso y cuidado del espacio;
- proyectos que beneficien a la comunidad y al entorno;
- reflexión explícita sobre el impacto de las acciones presentes en el futuro.

Este eje promueve una paz ecológica que trasciende lo individual y se proyecta en lo colectivo.

En conjunto, los resultados y la discusión permiten afirmar que la Paz Ecológica o Paz GAIA no es un ideal distante, sino una práctica cotidiana de reconexión con la vida. Dicha práctica comienza en el cuerpo, se nutre de la memoria ancestral y se proyecta en la educación como un espacio privilegiado de transformación cultural. Desde esta

perspectiva, la educación se posiciona como un territorio fértil para la construcción de sociedades más justas, sensibles y corresponsables, capaces de cuidar la Tierra no desde la obligación, sino desde la conciencia de pertenecer a ella.



El Huerto de Aang es un espacio de reconexión con la naturaleza, paz, convivencia, creatividad, y experiencias en un entorno natural en el Vivero Dzibilchaltún, en Dzibilchaltún Yucatán. Recibimos niños, niñas, adolescentes, madres, padres, abuelos, maestros, docentes y todo aquel amante de la naturaleza. Impartimos eco talleres y ofrecemos el espacio como “Huerto aula viva”. Fomentamos el amor por las plantas, el cuidado del planeta, el reciclaje, experiencias sensoriales, caminatas conscientes, y prácticas de relajación, respiración y reflexión; Arte, música; el cuidado del huerto, elaboración de composta, despertando así la curiosidad la observación y la experimentación. Todos disfrutamos de la magia de la naturaleza y de este lugar. (Fotografías propiedad de la autora).

Testimonios

Alessandra, madre de un niño y una niña, visitó el huerto, hicimos algunas actividades y al finalizar expresó "Esta ha sido la mejor mañana de todo lo que va del año" Mérida, Yucatán 4 de junio 2026. El Huerto de Aang.

Valeria, madre de dos niñas que ya visitaron el huerto, expresó al finalizar el círculo de diálogo, agradeció el tener un espacio en el que encuentra Paz, ya que ha habido muchos cambios en su vida este año. Mérida, Yucatán 12 de junio 2026.

Nina, Martina y André preguntan cada vez que los veo ¿Cuándo vamos a ir al huertito?



De la autora

María del Rosario Sánchez Vallín. (México)

Amante de la educación, de la innovación, de la creatividad, de la música y de la convivencia con los demás. Orgullosa madre de seis hijos quienes son mis maestros, abuela de seis nietos que son mi motivación y compañera de vida por más de 50 años de un maravilloso hombre. Normalista de formación y siempre con la inquietud de realizar cambios e innovar en la educación. Empresaria y Cofundadora de la Escuela Preparatoria CEEAC, Directora General por 19 años, siendo una de las experiencias más hermosas de mi vida. Es cofundadora y directora de Inter Aktual Global Learning, A. C., Cofundadora de Âgara Paal. Facilitadora Certificada de Pedagogía 3000 4000 5000, Instructora de Hatha Yoga, Diplomado en Yoga para niños. Certificación en Terapia Transgeneracional. Facilitadora certificada en Huertos Educativos y Autónomos. Certificación en inglés por la Universidad de Cambridge. Formación en Metodología PAXIA. Juego, Teatro y Creatividad. Tallerista. Gestión Educativa. Desarrollo de programas educativos innovadores. Formación en Círculos de Paz curso básico. Formación en círculos de Paz (Kay Pranis). Fundadora de PopKids.

21

El ejemplo de Green School, Bali

Green School, es una escuela totalmente “verde” en Bali, Indonesia, o sea una escuela “dentro” de la naturaleza, no separada de ella, como un ecosistema vivo. Está construida casi totalmente con bambú y materiales locales. No tiene paredes tradicionales: es una escuela abierta en la selva. Los niños/as aprenden inmersos en el entorno natural, no aislados de él.



La sostenibilidad no es materia... es forma de vida

Aquí no se "enseña ecología" como asignatura separada: todo el sistema educativo está basado en la sostenibilidad.

- Su misión: formar estudiantes que hagan el mundo sostenible.
- Se fomenta el pensamiento sistémico: ver interconexiones entre todo.

Esto está profundamente alineado con la cultura de paz: comprender que todo está interrelacionado.

Aprender haciendo (contacto real con la Tierra)

El aprendizaje es experiencial:

- Cultivan huertos, trabajan con tierra, agua y animales.
- Practican permacultura (integración armónica entre humanos y naturaleza).
- Hacen proyectos reales con impacto ecológico
- Producen sus propias fuentes de energía limpia.

No es "hablar de la naturaleza", es **vivirla**.

Economía circular y respeto por los ciclos naturales

La escuela funciona como un modelo vivo de sostenibilidad:

- Compostaje de residuos orgánicos.
- Reciclaje de aguas y desechos humanos.
- Uso de energía solar.
- Reutilización de materiales (cero "basura" como concepto).

Enseñanza clave: en la naturaleza no existe el desperdicio, todo se transforma.

Proyectos reales creados por estudiantes

Ejemplo potente: el **Bio Bus**: transporte que funciona con aceite reciclado recolectado en la comunidad. Aquí aparece algo muy importante: la paz con la naturaleza se vuelve acción concreta, no solo intención.

Relación con la comunidad local

- Integración con cultura balinesa.
- Colaboración con artesanos y entorno social.
- Enfoque "local a global".

La paz con la naturaleza incluye también **la paz con las culturas que la habitan**.

Desarrollo de valores ecológicos profundos

El objetivo no es solo conocimiento, sino **conciencia**: incluye el respeto por la vida, el sentido de interdependencia, la responsabilidad ecológica y el Amor por la Tierra.

La paz con la naturaleza nace del vínculo emocional, no solo intelectual.

La Green School muestra que:

La paz con la naturaleza no se enseña... se experimenta, se vive y se encarna.

Y más aún:

- No se trata de "cuidar el planeta" como algo externo
- Sino de recordar que somos parte de él

"Cuando los niños/as vuelven a tocar la Tierra con sus manos, la paz deja de ser una idea... y se vuelve una forma de vivir."

<https://bali.greenschool.org/>

Fundadores: Cynthia Hardy, John Hardy

Fundación: septiembre de 2008, Bali, Indonesia

Este valioso artículo es una compilación de la información encontrada en Internet.

22

Pacha Mama y Paz interior

Vivimos tiempos donde muchas personas buscan desesperadamente paz emocional sin darse cuenta de que la naturaleza siempre ha sido uno de los caminos más profundos para recuperarla.

La sabiduría ancestral andina comprende a la *Pachamama* no solamente como "Madre Tierra", sino también como espacio y tiempo sagrado. Es la Madre que sostiene la vida y nos recuerda la importancia de habitar plenamente el aquí y ahora, ese regalo sublime del tiempo presente.

Porque la verdadera paz no está en el pasado ni en el futuro. Está en habitar plenamente el presente. Y la *Pachamama* nos enseña precisamente eso: el árbol no se angustia por mañana, el río no lucha contra su camino, la montaña no compete con nadie, las flores no se preocupan por su atuendo, ni los pajaritos por su alimentación.

Todo en la naturaleza vive en presencia.

Por eso, cuando una persona vuelve conscientemente al contacto con la tierra, algo dentro suyo comienza a ordenarse nuevamente. El cuerpo recuerda que también pertenece a la naturaleza y que no nació para vivir permanentemente en miedo, ansiedad o tensión.

Uno de los ejercicios más poderosos de enraizamiento consiste en caminar descalzo sobre tierra, pasto o arena durante algunos minutos al día. Mientras respiras profundamente, imagina raíces saliendo de las plantas de tus pies hacia el corazón de la tierra. Este ejercicio ayuda a descargar tensión, recibir energía vital y recuperar sensación de estabilidad y calma interior.

Otro ejercicio profundamente sanador es abrazar árboles conscientemente. Apoya tus manos o tu espalda sobre el tronco y respira lentamente. Observa cómo el árbol

permanece firme incluso atravesando tormentas. La naturaleza enseña silenciosamente que también nosotros podemos aprender a sostenernos desde la calma.

El amanecer y el atardecer son igualmente espacios sagrados de reconexión. Mirar el cielo en silencio durante algunos minutos permite disminuir el ruido mental y recordar que la vida tiene ritmos más sabios y más lentos que la velocidad con la que muchas veces vivimos.

La *Pachamama* habla con el viento, con el agua, con los ciclos y con el silencio. Nuestras mascotas también cumplen un rol profundamente terapéutico en este proceso. Los animales viven completamente presentes. No cargan resentimientos del pasado ni ansiedad por el futuro. Cuando abrazamos, acariciamos o caminamos junto a ellos conscientemente, aprendemos nuevamente la simplicidad del amor y de la presencia.

Un ejercicio muy hermoso consiste simplemente en sentarse junto a tu mascota sin celular ni distracciones, respirando juntos y compartiendo silencio. Ese pequeño instante puede convertirse en una medicina emocional poderosa.

Muchas veces buscamos respuestas complejas para dolores que necesitan cosas simples: naturaleza, respiración, silencio, tomar sol, agua, la hidratación es fundamental, amor y presencia. Recuperar el sentido o la consciencia de ser parte del todo y su perfección innata.

La *Pachamama* sostiene y alimenta sin juzgar. Nos recuerda que todavía es posible vivir con calma, consciencia y gratitud.

El Gran Espíritu no escondió la paz en lugares inalcanzables. La sembró en cada árbol, en cada montaña y dentro del corazón humano.

Solo necesitamos detenernos lo suficiente para volver a sentirla, escucharla. Y comprender que la felicidad está en aprender a habitar cada momento, aquí y ahora, en amorosa conexión con la vida, nuestra amada



Ceremonia de agradecimiento en Perú



Ceremonia de agradecimiento en Bolivia, lago Titikaka



Equilibrando las energías femenina y masculina en el Fuerte de Samaipata



Retiro de Experiencia Paraíso, Conexión con la Naturaleza. Samaipata

Fotos de la autora



Taller en la Isla del Sol, 2024, a la orilla del sagrado Lago Titikaka, Bolivia
Con Pedagogooogia
3000

Es un tema muy profundo y sensible, porque la relación con la *Pachamama* toca algo universal: la necesidad humana de volver al equilibrio, al respeto y a la gratitud.

Este enfoque es muy valioso porque muestra que la paz no es solamente un acuerdo político o social, sino también una forma de vivir, sentir y relacionarnos con toda la vida.

Autora

Marcela Martínez Sempértegui



Abogada especializada en Derechos Humanos, Cultura de Paz y resolución de conflictos. con una experiencia de más de 30 años. Además, periodista e instructora en diversos campos de conocimiento académico y alternativo.

Conocimientos especializados para identificar oportunidades, optimizar procesos y maximizar la rentabilidad de cualquier emprendimiento. Amplia capacidad de adaptabilidad, persistencia y logro de objetivos esperados como Coach Holística y empresarial.

23

El trekking familiar como herramienta de paz integral

En un mundo caracterizado por el estrés, el exceso de tecnología, el aislamiento social y la desconexión con la naturaleza, las actividades al aire libre adquieren una importancia cada vez mayor para el bienestar integral de las personas. Entre ellas, el trekking familiar se presenta como una poderosa herramienta educativa, preventiva y transformadora que favorece simultáneamente la paz interior, la salud física y emocional, la convivencia familiar, la integración social y la reconexión con la naturaleza.

El trekking consiste en realizar caminatas conscientes por entornos naturales como montañas, bosques, senderos, lagos o áreas rurales. Cuando esta experiencia se realiza con niños, niñas y familias, sus beneficios se multiplican significativamente.

Diversos estudios en psicología, neurociencia y salud integral muestran que el contacto con la naturaleza reduce los niveles de estrés, ansiedad y agotamiento mental, favoreciendo estados de calma, equilibrio emocional y bienestar general.

Uno de los principales aportes del trekking es el fortalecimiento de la paz interior. Caminar en silencio, respirar aire puro, observar paisajes naturales y alejarse temporalmente de las presiones cotidianas ayuda a disminuir la sobrecarga mental y emocional. La naturaleza actúa como un regulador natural del sistema nervioso, permitiendo a niños, niñas y adultos recuperar serenidad, claridad mental y estabilidad emocional.

Asimismo, el trekking mejora la salud física. Caminar fortalece el sistema cardiovascular, mejora la respiración, aumenta la resistencia física y favorece hábitos de vida saludables. El movimiento corporal al aire libre también estimula la producción de endorfinas y neurotransmisores asociados al bienestar emocional y la felicidad.

A nivel familiar, estas experiencias crean espacios de convivencia positiva y comunicación auténtica. En muchas ocasiones, la vida cotidiana deja poco tiempo para compartir profundamente entre padres, madres, hijos e hijas. Durante el trekking, las familias conversan, colaboran, se apoyan mutuamente y viven experiencias compartidas que fortalecen los vínculos afectivos, la confianza y el sentido de unidad familiar.

Cuando participan varias familias, el trekking también favorece la paz social y comunitaria. Se desarrollan valores como cooperación, solidaridad, empatía, ayuda mutua y respeto por los demás. Los niños/as aprenden a convivir, compartir y trabajar en equipo fuera de ambientes competitivos o artificiales, fortaleciendo habilidades sociales y emocionales fundamentales para la construcción de una cultura de paz.

Otro aspecto esencial es la paz con la naturaleza. El contacto directo con montañas, ríos, árboles, animales y paisajes naturales despierta sensibilidad ecológica y conciencia ambiental. Los niños/as desarrollan respeto, cuidado y gratitud hacia la Tierra, comprendiendo que el ser humano forma parte de un sistema vivo e interdependiente. Esta experiencia favorece una educación ambiental vivencial mucho más profunda que la enseñanza únicamente teórica.

En conclusión, el trekking familiar constituye mucho más que una actividad recreativa. Es una experiencia integral de aprendizaje, salud y transformación humana que fortalece la paz interior, la armonía familiar, la convivencia social y la reconexión con la naturaleza. Promover este tipo de actividades representa una herramienta concreta para educar generaciones más saludables, conscientes, solidarias y comprometidas con la vida y la cultura de paz.

Comentarios de los chicos/as (es que rara vez salen de la ciudad, para ellos/as era totalmente maravilloso):

- Fue hermoso
- Estoy feliz, me siento vivo
- Tocamos el agua
- Vimos vizcachas
- Fue duro, pero lo logramos, dijo el más chiquito. Aprendí a ser valiente.



Bella Laguna Jach'a Qhasiri donde se encuentra el "espíritu del agua". Es una laguna cristalina ubicada en la cordillera, a una altitud de 4.846 m.s.n.m. Se encuentra en la región de Hampaturi en el departamento de La Paz, Bolivia.



Vizcacha
La "vizcacha de la sierra" es una especie de roedor de la familia Chinchillidae, nativo de Sudamérica



Trekking con varias familias en los Andes Bolivianas, abril 2026
Fotos: Dayme Paymal

¿Qué pasa con Anku y Anka?

Respiro distinto



—Anka... este capítulo me dejó respirando distinto...

—¿Distinto por qué? —preguntó Anka curiosa y riéndose de su hermano— ¿Qué respiras?

—Más tranquilo... Como si la naturaleza también respirara...

—Sí... yo sentí lo mismo leyendo "Caminando por la orilla del mar". Podía imaginar las olas, el viento... la paz. Por la laguna también: caminar en silencio, respirar montaña, escuchar al corazón... ¿Cómo se llama la laguna?

— Jach'a Qhasiri. Es una palabra Aymara, Anka. De hecho, nuestros nombres parecen Aymara ¿verdad?

—Y "Pacha Mama y Paz interior" me encantó. Me hizo recordar que la Tierra no es solo el lugar donde vivimos... también es una Madre que nos cuida.

—A mí me impactó "Alfabetización ecológica". Nunca había pensado que aprender sobre la naturaleza enseñara paz tan maravillosamente.

—Claro... porque cuando uno entiende la vida, la respeta más.

—¿Y viste lo de Green School en Bali?

—¡Sííí! Una escuela entre árboles, bambú y naturaleza viva... ¡qué hermoso aprender así! Anka ¡Tenemos que ir allá a conocerla!

—Y el "Huerto eco taller de Paz"... sembrar alimentos, juntos y juntas con la tierra, compartir... eso también es cultura de paz.

—Qué importante, la naturaleza, da paz. ¡Pasamos mucho tiempo frente a la computadora Anka!

—¡Y el celular más!

—Jajajaja

—Creo que la naturaleza nos enseña cosas que a veces se olvidan en la ciudad.

—¿Cómo qué?

—A ser más consciente. A cooperar. A cuidar. A sentirnos parte de algo más grande.

—Entonces... paz con uno mismo... paz con los demás... paz con la naturaleza...

—Todo está conectado, Anku.

—Sí... y ahora entiendo algo.

—¿Qué es?

—Que para construir paz no basta solo con hablar de ella...

—¿Entonces?

—Hay que vivirla todos los días. Anka sonrió. —Y justamente hay un lugar donde eso puede comenzar cada mañana...

—¿Dónde?

—En la escuela. Anku abrió su laptop lentamente y dijo: —¿Vamos a las escuelas? ¿Un capítulo más? —Espera llegó nuestra amiga la lechuza de alas blancas



Desde el techo antiguo de un centro educativo, en un barrio lejano, “Observo en silencio”, dice la lechuza de mirada profunda y paciente. En las escuelas y colegios, he visto risas, pero también temores escondidos, palabras que hieren, y otras que sanan como luz. Escuchen, susurra al amanecer entre cuadernos y sueños, la paz en las escuelas no es solo ausencia de conflicto, es presencia viva de respeto, de escucha y de cuidado a la Tierra misma. Lo he visto en todos, en los niños/as que tocan la Tierra con amor, Hacen un huerto Cuidan plantas y mascotas. Hay un ambiente de paz y amistad. Que cada escuela y su huerto verde sea un refugio seguro, donde la tierra y todos sus reinos son parte de su camino, y aprender, una alegría compartida.

Porque una escuela en paz y en contacto con la naturaleza... siembra futuros en Paz.



Capítulo 4

Paz en las Escuelas

24

RecuperArte

Sembrando cultura de paz desde el hacer colectivo

“Sembrar la semilla de la consciencia en la infancia es también sembrar caminos posibles hacia la paz.”

Contexto

Colegio Amadeus - Nivel Inicial y Primario
Centenario – Neuquén
Patagonia, Argentina, 2026

Introducción

En un contexto atravesado por el consumo acelerado y la lógica del descarte, el proyecto RecuperArte: Recupero Textil y sus infinitas posibilidades, desarrollado en El Colegio Amadeus, se presenta como una propuesta educativa innovadora que articula el arte, la consciencia ambiental y la construcción de una cultura de paz desde las primeras infancias.

Un cambio de paradigma: del consumo a la consciencia

La iniciativa surge como respuesta al impacto del modelo de consumo conocido como *fast fashion*, promoviendo en su lugar una mirada crítica, reflexiva y responsable sobre el uso de los recursos. A través del enfoque del *slow fashion*, el proyecto invita a estudiantes, familias y comunidad a repensar los hábitos cotidianos, fomentando valores como la sostenibilidad, la ética y el compromiso social.

El hacer como camino hacia la cultura de paz

RecuperArte trasciende lo ambiental para convertirse en una experiencia profundamente humana. El trabajo con textiles y oficios tradicionales —coser, bordar, diseñar— se transforma en un espacio de encuentro con otros, donde el diálogo, la escucha y la cooperación son protagonistas. Es en ese “hacer con otros” donde se

habilitan vínculos más empáticos, respetuosos y solidarios, pilares fundamentales para la construcción de una cultura de paz.



Reutilización de materiales como práctica cotidiana de aprendizaje. El encuentro con otros como base para construir vínculos respetuosos.

Reutilización de materiales

- Como práctica cotidiana de aprendizaje
- El encuentro con otros como base para construir vínculos respetuosos
- Aprender haciendo: una propuesta pedagógica integral

El proyecto se desarrolla a través de módulos teórico-prácticos adaptados a cada nivel educativo, desde el Nivel Inicial hasta Primaria. En ellos se abordan contenidos vinculados al consumo consciente, la reutilización de materiales, la economía circular y el comercio justo. En cada etapa, los estudiantes no sólo adquieren conocimientos, sino que también desarrollan habilidades manuales, creativas y sociales, fortaleciendo su autonomía y sentido de responsabilidad.



Creaciones que evidencian procesos de aprendizaje significativos.

Creaciones que evidencian procesos de aprendizaje significativos

Resignificar para transformar: uno de los pilares fundamentales de RecuperArte es la idea de “dar nueva vida” a lo que parecía descartado. Esta metáfora se traslada también al plano subjetivo y social: resignificar, reparar y reconstruir no sólo objetos, sino también vínculos y formas de habitar el mundo.

Así, el proyecto promueve una educación integral que forma sujetos críticos, sensibles y comprometidos con su entorno.

Dimensión solidaria y comunitaria

La dimensión solidaria ocupa un lugar central en la propuesta. Los productos elaborados —mantas, almohadones, entre otros— son destinados a donaciones o iniciativas comunitarias, fortaleciendo el sentido de pertenencia y la responsabilidad social. De esta manera, se construye una red que involucra a toda la comunidad educativa, ampliando el impacto más allá del aula.

Conclusión

RecuperArte no solo enseña a cuidar el ambiente, sino también a cuidar al otro. En tiempos donde la inmediatez y el individualismo predominan. Esta propuesta recupera el valor de lo colectivo, del tiempo compartido y de los procesos.

Educar en una cultura de paz implica generar espacios donde cada acción cotidiana sea una oportunidad para construir un mundo más justo, consciente y humano.



Autora

Vanessa Lorena Reinoso Paredes

Profesora de Nivel Inicial Egresada Universidad Nacional del Comahue Río Negro Argentina. Neuropsicoeducadora Universidad Nacional de Buenos Aires UBA

Facilitadora de Círculos de Paz Human Partner

Facilitadora Pedagogooogia 3000

Terapeuta Holística

Colegio Amadeus

Centenario - Neuquén - Patagonia Argentina

colegioamadeus1@gmail.com

+5492995085353

Nota

Esta técnica también es conocida como *upcycling* en inglés.

En la moda consiste en reutilizar prendas usadas para transformarlas en productos únicos y de mayor valor creativo.

25

Cultura de paz en la Escuela Ruka Ayllu

Contexto

Escuela Ruka Ayllu Tomé-Chile, Escuela de los 7 Pétalos por la Paz
Implementada desde el año 2014.

Ruka Ayllu y la cultura de Paz

En Ruka Ayllu la cultura de paz se vive transversalmente en las diversas actividades que se realizan con los niños/as, con la comunidad y con los mapadres. En asignaturas como cocina, inglés, lenguaje, en historia, en taller de artes, en las salidas pedagógicas, etc. Con la comunidad las celebraciones como: día de la familia, día del estudiante, fiestas patrias, día del libro, día de los pueblos originarios, viajes dentro y fuera de Chile con los mapadres, charlas de mapadres, donde cada uno realiza una charla mensual de temas en los que son expertos. Todas las actividades que realizamos están basadas en la comunicación para co-construir cultura de paz.

Hilos conductores de la Paz

La cultura de paz se vive cada día en la escuelita Ruka Ayllu, como un mundo de interrelaciones entre profesores y niños/as. El humor es uno de los hilos conductores que cruzan el día a día, diálogos creativos, juego de palabras, propuestas imaginativas, que mantienen a los estudiantes en un estado de diversión y juego permanente. Esta es una de las claves del bienestar y motivación por aprender...

Los 7 pétalos para la paz se viven a través de actividades pedagógicas que integran varias áreas del desarrollo integral del Ser. Comienza la jornada con movimiento, pétalo azul a pleno, siempre una propuesta variada: un día acroyoga, otro día Brain Gym®, otro día baile, etc. Los niños/as conocen este hito matutino, y participan activamente siguiendo las consignas, despertando el cuerpo para aprender...evidentemente el movimiento equilibra al grupo, libera ansiedad y favorece la unión.

Círculo de escucha

Luego de las actividades de movimiento, se realiza el "Círculo Conversatorio" (Método Montessori), una instancia guiada cada día por un niño o niña diferente, fortaleciendo así su seguridad, autonomía y autoestima. En este espacio, los niños/as desarrollan la expresión de sus emociones y, con el acompañamiento del grupo, buscan alternativas para resolver los conflictos que puedan surgir. Además, practican el respeto por los turnos de palabra, la escucha activa y la valoración de las opiniones de los demás. Esta actividad también favorece la comprensión de la secuencia temporal de los acontecimientos y la organización del pensamiento, permitiéndoles comunicarse de manera cada vez más clara y adecuada.

Salidas pedagógicas

Otra actividad significativa en el Ruka son las salidas pedagógicas, instancias en las que los niños/as vivencian sus aprendizajes a través de la experiencia. En ellas también desarrollan la empatía, aprendiendo a respetar las habilidades y particularidades de cada compañero y compañera. Asimismo, fortalecen valores como la solidaridad y la generosidad, que se manifiestan en los actos de ayuda mutua para enfrentar los desafíos que implica cada salida, así como en la disposición a compartir lo que cada uno lleva en beneficio del grupo.

Aquí presentamos dos actividades que realizamos con las familias, donde nuestros apoderados expresan lo que ha significado para ellos.

El protagonista de la semana, cumpleaños de Paz

Esta actividad la realizamos en la semana que el niño/a está de cumpleaños, cada día realiza una actividad diferente: el lunes lleva su árbol genealógico para presentarlo a sus compañeros, el martes lleva algo favorito, puede ser cualquier objeto, mascota, etc. Él cuenta cómo llegó a su vida y por qué es tan importante para él, el miércoles van los papás a contar la historia de la vida de su hijo/a, el jueves realizamos la celebración del protagonista, donde cada niño/a trae lo que ha pedido para festejar su cumpleaños, viernes vamos todos a la casa del protagonista, recorremos sus lugares favoritos de él en el barrio, y le hacemos el ritual del protagonista: le cantamos el cumpleaños de la Violeta Parra, cada niño/a escribe en un corazón buenos deseos y se lo pega en el cuerpo, en el lugar que ellos quieren cuidar, después le hacemos una danza circular que se llama "Danza del nacimiento", en esta danza se celebra el nacimiento, se honra su estadía en la Tierra.

Línea del tiempo, familia en paz y agradecida

"Para nosotros realizar la línea tiempo de Sofía ...fue más que una actividad para ordenar sus recuerdos, ir marcando hitos, y fechas importantes...para nosotros como

familia se transformó en un espacio muy emocional...porque detenernos y pensar en casi los 10 años que han pasado y poder mirar lo que hemos vivido juntos, contemplar las aventuras que hemos tenido con ella, ...poder mirar nuestros aciertos y desaciertos...recordar cada etapa desde su vida intrauterina hasta hoy. Cuando llegamos a Tomé, las aventuras que hemos tenido con ella, acompañados de la naturaleza, sus mascotas...sus aprendizajes y desafíos...Nos dio alegría recordar sus risas...gratitud de poder mirar la niña que es hoy... Es rico ver la línea de tiempo y ver que nos hemos ido acompañando mutuamente...". (Paola Bizama, madre de Sofia)

"Nos gustan todas las actividades del Ruka...y la actividad del día del libro involucra a las familias, porque cada uno, presenta un libro favorito...llevar un libro que signifique algo, para los niños/as es igual... no es impuesto...elegir de los libros que hayan leído...no es forzado...

Cuentan una historia que haya significado algo...en el caso nuestro Dante escogió un libro de Oliver Jeferz que es "Qué construiremos", lo eligió porque el autor construye con su hija...y Dante construye con su papá...él llevó un camión que había hecho con su papá...un proyecto que tenían...Al contar una historia, contamos por qué la llevamos, porque nos gusta y porqué nos sentimos identificados con ello, y lo mismo nosotros...no sólo contamos una historia, sino el trasfondo de eso, lo que en nosotros provocó esa historia...eso es genial...no sólo presentamos un libro, sino presentamos la historia nuestra detrás de ese libro...nos involucramos como familia...y nos insta a despertar el gusto por la lectura".

(Victoria Cisterna madre de Dante)



El protagonista de la semana

Esta actividad la realizamos en la semana que el niño/a está de cumpleaños... se honra su estadía en la Tierra.



Línea del tiempo

"Es rico ver la línea de tiempo y ver que nos hemos ido acompañando mutuamente..." (Paola Bizama, madre de Sofia)



Celebración del día del libro

"Nos gustan todas las actividades del Ruka...y la actividad del día del libro en particular, porque involucra a las familias".



Autores

Diego Fernández Valdivieso

Profesor de estado en Biología y Ciencias Naturales. Licenciado en Educación Universidad Metropolitana de Ciencias de la Educación. Magister en Ciencias mención zoología. Hace ya veinte años que participa del programa de apoyo extracurricular para niños y jóvenes talentos de la Universidad de Concepción (UdeC). Actualmente impulsa y lidera desde el año 2014 la Escuela Ruka Ayllu, Escuela de los 7 Pétalos por la Paz.



Marisol Nieto Gatica, Chile

Profesora de Educación general básica con especialidad en Computación Educacional.
Licenciada en Educación (IPP).
Diplomada en Gestión y Liderazgo Educacional
Coach en Ontología del lenguaje.
Facilitadora certificada Pedagogía 3000. Líder Yoga Terapia de la Risa. Focalizadora de Danzas Circulares. Actualmente impulsa y lidera desde el año 2014 la escuela Ruka Ayllu, Escuela de los 7 Pétalos por la Paz.

Contacto:

rukaayllu7@gmail.com

+56 9 5829 2333

26

Humanitas, co-crear la cultura de paz es posible

Contexto

Las experiencias que se narran a continuación se co-crean en una escuela de nivel básico en la ciudad de Torreón, Coahuila, México. Nuestra escuela “**Humanitas**” ofrece servicios de educación a estudiantes de edades entre 3 y 12 años de preescolar y primaria.

Durante el presente ciclo escolar se han realizado diferentes actividades enfocadas en fortalecer los vínculos entre todos los miembros de la comunidad educativa. El propósito que buscamos es co-crear juntos experiencias desde los pilares fundamentales de la cultura de paz.



Yoga con cuencos



Rincón de la calma
creado por los niños



Trueque con
Comunidad Raramuri

Paz conmigo mismo

Los estudiantes acompañados por sus guías diseñan rincones de la calma. Espacios para interiorizar sobre sus emociones, validarlas y comprender el mensaje que cada una de ellas tiene para su vida, para crecer y aprender. En estos espacios los niños/as tienen un refugio para sentirse protegidos, seguros y encontrar la calma. Han creado además un sencillo acuerdo de cuidado y respeto para este espacio y para quienes sienten necesidad de utilizarlo.

Otros momentos de calma con los que contamos son clases de Yoga que una madre de familia ha facilitado a los niños/as del nivel de primaria. En estos momentos de calma se realizan ejercicios de consciencia corporal a través de la respiración y movimientos fortalecidos con frases como "Yo soy el jefe de mis pensamientos", "El error es mi maestro, soy amable conmigo y con los demás", todo lo anterior ha permeado en la percepción que los niños/as tenían sobre sí mismos devolviéndoles la confianza en que cada uno posee el poder de creer, crear y crecer.

Paz con los demás

Edhuca es una organización que se dedica a facilitar talleres de desarrollo personal y juegos cooperativos para la paz, de quienes hemos recibido el apoyo para que el personal docente-guías que acompañan a los niños/as en su proceso de desarrollo, se capaciten para implementar en nuestra comunidad educativa juegos a través de los cuales todos aprendemos que se puede ganar-ganar. Con los talleres impartidos para docentes, padres y estudiantes, nuestra comunidad ha mejorado su visión sobre el desarrollo integral en ambientes que promueven la paz y la colaboración.

Durante el mes de abril realizamos un intercambio cultural con la comunidad Rarámuri (los de pies ligeros), un pueblo indígena originario del Estado de Chihuahua, México. El proyecto se llama "Tejiendo la cultura", consiste en realizar una práctica milenaria de comercio justo "Trueque". Una organización denominada CEDAIN asesora y orienta a esta comunidad para que puedan intercambiar las artesanías que producen por alimentos, y además dan a conocer su cultura. Los niños/as con el apoyo de sus padres adquirieron alimentos no perecederos que intercambiaron por juguetes, adornos y canastas elaboradas por los Rarámuris. Además, realizamos círculos culturales en cada ambiente (salón de aprendizaje), en los que nos acompañaron 3 generaciones de Rarámuris; abuela, madre e hijo quienes compartieran experiencias de la vida de su comunidad: cómo son sus casas, cómo se transportan, cómo se mantienen, cómo son sus escuelas, etc. Todos aprendimos cómo comercializar de manera justa y digna.

Paz con el entorno

La región en la que se ubica **Humanitas** es predominantemente desértica. La tierra árida es poco factible para que crezcan algunos árboles y plantas. Los niños/as y las guías nos

hemos dado a la tarea de crear un sistema autosustentable para nutrir la tierra a través del compostaje con residuos orgánicos, así como realizar campañas de reforestación. Uno de los grupos del nivel de primaria diseñó un proyecto para investigar, estudiar y comprender el proceso de crecimiento y desarrollo de las plantas para implementar la siembra en el huerto escolar. Los niños como parte de su proyecto expusieron sus hallazgos a los padres de familia en una Feria Científica.

Varios padres de familia respondieron al llamado de reforestación, donaron árboles y acudieron a acompañar a los niños/as en el trasplante de éstos.

Hemos creado pizarrones ecológicos. Aprovechamos los muros de algunas áreas de los salones y del exterior para publicar noticias, diseñar el periódico mural y compartir información y datos para realizar distintas actividades de aprendizaje. Esto ha favorecido el dejar de consumir marcadores para pizarrones que se desechan una vez que su vida corta termina. Los pizarrones ecológicos se pueden pintar cuando se requiere y se emplea gis (tiza) para la escritura o dibujos decorativos o educativos.

Logros alcanzados

Toda la comunidad nos hemos sensibilizado sobre la importancia de crear ambientes de paz, iniciamos un proyecto que se llama **Pazimetro**.

El proyecto consiste en crear un registro de medición para apreciar los avances que tenemos en acciones por la paz, consideramos que muchos enfoques para construir la paz están basados en maneras para identificar y detener la violencia, pero creemos firmemente que, si bien lo anterior tiene un enfoque constructivo para aprender a poner límites, es importante también medir y reforzar lo positivo.

Es un ejercicio para pasar de la paz negativa a la paz positiva. Estamos empleando los pizarrones ecológicos para que los niños/as escriban acciones que realizamos a favor de la paz en los tres ámbitos que describimos con anterioridad. Los más pequeños que aún no dominan la escritura lo han expresado con dibujos. Esperamos que cuando ya contemos con nuestro Pazimetro podamos compartir con toda la gran familia de Pedagogía 3000, 4000, 5000 los resultados y aportar como una herramienta útil para co-crear la Cultura de Paz.



Juegos cooperativos para la paz.
Círculo de cierre



Pizarrón ecológico con escritos y dibujos
de acciones que se realizan para crear
el Pazímetro.



Autora

Isela Sotelo Loza

Directora del Sistema Educativo Humanitas.

Maestra en Educación y guía Montessori con 17 años de experiencia en Humanitas. Creadora de ARAR un programa de talleres de formación para padres, FiCo Finanza Conscientes y JAPI Juegos de

Atención Plena Integral. Facilitadora Certificada de P3000, 2017.

Contacto

Isela.sotelo@se-humanitas.com.mx

WhatsApp de Humanitas: +52 87 15 06 23 13

27

Comunidad Educativa Guayacán

La paz se vive, se practica y se teje en comunidad

Datos de la experiencia

Lugar, país: Campana, Buenos Aires, Argentina

Institución: Guayacán – El Octavo Pétalo. Espacio de Educación Libre y Comunidad Educativa de Cultura de Paz.

Período de realización: Desde 2018 hasta la actualidad. Edad de los participantes y contexto: niños/as de 2 a 14 años, junto a sus familias y educadores.

La experiencia se desarrolla en un espacio educativo inspirado en la educación libre, la Pedagogía 3000, la permacultura y la cultura de paz. El aprendizaje se desarrolla en contacto directo con la naturaleza, a través de proyectos, actividades vivenciales y experiencias comunitarias.

La paz, una experiencia viva

En Guayacán entendemos la paz como una experiencia viva que se construye día a día en comunidad. Promovemos una convivencia basada en el respeto, la empatía y la cooperación, donde niños, niñas y adultos desarrollan vínculos conscientes y amorosos.

Fomentamos:

- la escucha entre pares
- la resolución armónica de situaciones
- la participación activa de las familias
- la autonomía de los niños/as
- la conexión con la naturaleza
- el cuidado de la vida en todas sus formas

Nuestro propósito es acompañar a los niños/as en el desarrollo de su sensibilidad, su curiosidad y su capacidad de construir relaciones humanas basadas en la paz.

La experiencia



Círculo de plantas: nuestro lugar favorito para la ronda de encuentro en la naturaleza al inicio de la jornada comunitaria.



Niños, niñas y familias reunidos para observar las estrellas de noche.



Manos unidas que simbolizan el cuidado mutuo y los vínculos que se fortalecen en comunidad.

Cada jornada en Guayacán comienza con un círculo de encuentro. En ese momento compartimos palabras, música, silencios y miradas que fortalecen la confianza y el respeto dentro del grupo. Desde ese espacio nacen las actividades del día.

Participación activa

Los niños/as participan activamente en la vida comunitaria. Cada uno puede elegir roles que colaboran con el bienestar del grupo: guardianes de la biblioteca, cuidadores de la huerta, responsables de las mochilas o colaboradores en la cocina.

El telar de la paz y actividades con sentido

Una de las experiencias más significativas fue la creación de un telar comunitario de paz. El telar comenzó con la iniciativa de los propios niños/as, quienes empezaron a entrelazar hilos de colores como símbolo de unión. Con el tiempo, las familias se sumaron al tejido, transformándolo en una obra colectiva que continúa creciendo a lo largo del año.

Cada hilo representa un encuentro, una historia compartida y un aprendizaje en comunidad. También se desarrollan proyectos vinculados a la permacultura, el cuidado de la tierra y el conocimiento de las plantas medicinales, reconociendo a la naturaleza como una gran maestra de equilibrio y cooperación.

En este espacio los niños/as realizan actividades con sentido, donde el juego, la creatividad y la curiosidad acompañan los procesos de aprendizaje.

Resultados

- mayor capacidad de los niños/as para expresar sus emociones
- resolución de situaciones a través del diálogo
- cooperación entre niños de diferentes edades
- participación comprometida de las familias
- fortalecimiento de valores como el respeto, la empatía y la responsabilidad compartida

Muchos niños/as comenzaron espontáneamente a convertirse en mediadores de paz, acompañando a sus compañeros a encontrar acuerdos a través de la escucha.

Acompañar este proceso resulta profundamente emocionante. Ver a los niños/as crecer en un ambiente de alegría, confianza y libertad confirma que una educación basada en la paz genera transformaciones reales en la comunidad.

Mensaje final

La cultura de paz nace en los gestos simples de cada día: escuchar, respetar, cooperar y cuidar la vida.

Cuando una comunidad educativa camina este sendero, los niños/as descubren que su voz tiene valor y que juntos pueden crear relaciones más amorosas y conscientes.

En Guayacán aprendemos cada día que la paz se construye en lo cotidiano: en una ronda compartida, en el diálogo, en la participación de las familias y en cada hilo que

se suma al telar comunitario. Cada encuentro se convierte en parte de ese tejido que sostiene la vida.



Autora

Clarisa Ponce (Argentina) es educadora desde 1996 y fundadora de Guayacán El Octavo Pétalo. Colabora con organizaciones nacionales e internacionales en el ámbito educativo. Facilitadora Internacional de Pedagogooogia 3000, y Embajadora de Paz.

Acompaña procesos educativos desde una mirada integral, promoviendo autonomía y cultura de paz. Su labor inspira una educación viva, en vínculo con la naturaleza y la comunidad.

Contacto

Guayacán - El Octavo Pétalo - Ciudad de Campana.

Email: eduguayacan@gmail.com

Instagram: [@eduguayacan3000](https://www.instagram.com/eduguayacan3000)

+54 9 2323 67 6273

28

Docente por la Paz

¿Cómo enseñar la Cultura de Paz a los docentes?

Hablar de Cultura de Paz con docentes no es transmitir un contenido más. Es abrir un espacio de transformación personal y colectiva.

Porque la paz no se enseña desde un manual. Se transmite desde la forma de ser.

1. Empezar por el ser, no por el hacer

Antes de estrategias, técnicas o actividades, el punto de partida es el mundo **interno** del docente. Un educador o educadora que respira, que escucha, que se observa, ya está enseñando paz. Por eso, la formación debe incluir actividades como: momentos de silencio y respiración consciente, espacios de auto observación sin juicio y reconexión con el propósito de educar

No se puede enseñar paz desde el estrés permanente.

2. Vivenciar la paz, no solo comprenderla

La Cultura de Paz no se "explica", se experimenta.

Es clave generar espacios donde los docentes puedan:

- Sentirse escuchados/as profundamente
- Resolver conflictos de manera respetuosa
- Practicar la empatía y la comunicación consciente

Cuando un docente vive la paz, luego sabe cómo recrearla en el aula.

3. Pasar del control a la confianza

Antes, muchos sistemas educativos estaban basados en el control. La Cultura de Paz propone un cambio:

- De imponer: a acompañar
- De corregir: comprender que el proceso es más importante que el resultado
- De competir: a colaborar y promover ejercicios en equipo

Educar en paz es confiar en los procesos de niños / niñas y de los jóvenes.

4. Integrar la paz en todo, no como materia aislada

La paz no es una asignatura más. Es una forma de enseñar matemáticas, lenguaje, ciencias, arte. Se refleja, por ejemplo, en el tono de voz, la forma de evaluar, la manera de organizar el aula físicamente, el saludo y las relaciones cotidianas.

Cada instante pedagógico puede ser un acto de paz...

5. Reconectar con la naturaleza

Un docente conectado con la Tierra transmite equilibrio.

Por eso, es importante incluir:

- Actividades al aire libre
- Contacto con elementos naturales
- Observación de los ciclos de la vida

La naturaleza es una maestra silenciosa de paz.

6. Activar el pensamiento lateral y propositivo

No basta con identificar problemas.

La Cultura de Paz invita a:

- Crear soluciones: ABP Aprendizaje Basado en Problemas (y soluciones)
- Llevar a cabo un proyecto de A a Z
- Imaginar nuevas formas de enseñanzas lúdicas y activas
- Innovar con sentido humano tomando en cuenta la Inteligencia Emocional y Social

Cada docente es un agente de cambio.

7. Cuidar al que cuida

No puede haber Cultura de Paz si los docentes están agotados. Por lo tanto, es esencial la auto-regulación, los espacios de apoyo emocional, las redes de colaboración entre docentes y el reconocimiento genuino.



Instituto de Formación Docente N°209. Hurlingham.

Buenos Aires, Argentina.

Un docente cuidado... cuida mejor.

Por lo tanto, enseñar Cultura de Paz a los docentes no es capacitarlos únicamente. Es acompañarlos en un proceso de reconexión consigo mismos, con los demás y con la vida.

Porque al final...

La paz en el aula comienza en el corazón del educador o educadora.

Y cuando eso ocurre, no hace falta explicarla: la paz... se nota.



Brain Gym para docentes

Salida al campo. Escuela Atlético Pilar

Instituto de Formación Docente N°209.

Pilar Argentina.

Cuidado y auto-cuidado de los docentes.



Labor colaborativa entre las tres carreras. Nivel Inicial, Nivel Primario, Profesorado de Educación Física. Investigación conjunta. Desarrollo cognitivo integrado. Inteligencia Interpersonal. ISFD Y T N° 209 Buenos Aires. Cátedra de Filosofía.

Apertura a la Comunidad. Profesorado Nivel Inicial. Muestra estética creadora. Trabajo colaborativo. ISFD Y T N 209. Cátedra Filosofía. Buenos Aires, Argentina.

Fotos de la autora: Patricia Mirtha Vieyra



Autora

Patricia Mirtha Vieyra, Argentina

Licenciada en Educación, es Licenciada en Educación recibida en la Universidad Siglo XXI.

Desde hace 41 años, ha cumplido funciones en el ámbito educativo Titulada como Profesora en Enseñanza Primaria y especializada de

Educación para jóvenes y adultos.

Fue Directora en formación docente en Buenos Aires:

- Nivel Primario de la Modalidad de Adultos
- Profesora en el Profesorado de Nivel Inicial y Nivel Primario y Profesorado de Educación Física.

Ahora jubilada, coordina la sesión formación a docentes de Pedagogía 3000.

29

Sembrando estrellas, cosechando paz

Un viaje astronómico para la primera infancia

Lugar: Antofagasta, Chile

Institución: Comité mixto ESO-Gobierno Regional Antofagasta y Universidad de Antofagasta

Período de realización: 2024 - 2025

Edad de los participantes y contexto: Niños/as de 4 a 6 años de diversas escuelas y jardines infantiles de la comuna de Antofagasta, en su mayoría de contextos vulnerables. También participaron estudiantes de pedagogía (futuros educadores) y docentes en ejercicio de la región.

Nuestra aventura interestelar: curiosidad y equipo

Más que solo astronomía, buscábamos encender la chispa de la curiosidad y el trabajo en equipo. Nuestro objetivo fue crear puentes de cooperación entre futuras educadoras, astrónomos y la comunidad, para que, mirando juntos las estrellas, aprendamos a cuidar y valorar nuestro pequeño planeta y a todos los que vivimos en él. Buscábamos una convivencia basada en el asombro compartido, el bienestar emocional al sentirse parte de algo grande y el respeto por las ideas de los demás al explorar lo desconocido.

Nuestra aventura interestelar: imaginen un aula convertida en un planeta lejano donde hay que buscar vida o un gimnasio donde, para aprender un deporte, primero debemos imitar el movimiento de rotación de la Tierra. ¡Así fue nuestro viaje! Durante dos años, un equipo interdisciplinar (educadoras, astrónomos, ingenieros y estudiantes) diseñaron secuencias didácticas llenas de juego y emoción para acercar la astronomía a los más pequeños.

Creamos "El viaje de Bruno" y "Animaliens", donde los niños/as descubrieron que vivimos en un pequeño planeta del Sistema Solar. "Navegando por el cielo" los convirtió en antiguos exploradores que usaban las estrellas para guiarse. Y en "Del Aula al Universo",

los párvulos se transformaron en astrobiólogos, explorando el desierto de Atacama en busca de organismos extremófilos (¡artemias!) para entender que la vida puede existir en los lugares más insospechados. ¡Incluso los estudiantes de educación física se sumaron, usando las fases de la luna para hacer más motivantes sus clases de voleibol! **Ver sus ojos brillar al conectar un pase de pelota con el ciclo lunar, fue simplemente mágico.**



Semillas de diálogo: pequeños pensadores explorando el universo juntos

Después de observar el cielo, los niños comparten sus teorías en un círculo de escucha. En este espacio de confianza, cada idea es valorada, enseñando que la curiosidad y el respeto por la palabra del otro son los primeros pasos para construir una cultura de paz. La astronomía se convierte aquí en un puente para aprender a convivir.



Pequeños exploradores: descubriendo mundos invisibles

En esta imagen del proyecto "Del Aula al Universo", un grupo de niños/as observa con asombro el mundo microscópico de las artemias*. Con lupa en mano y mirada atenta, exploran la vida donde menos se imaginaban, descubriendo que existen seres capaces de vivir en condiciones extremas, como en el desierto de Atacama. Esta experiencia despierta su curiosidad científica y, al mismo tiempo, siembra en ellos el respeto por todas las formas de vida, enseñándoles que cuidar nuestro planeta es también una forma de construir paz.

*Artemias: Es un género de crustáceos branquiópodos. Es el único género de la familia Artemiidae del orden Anostraca. Son conocidos vulgarmente como artemias. Habitan en aguas salobres y apenas han evolucionado en su morfología desde el Triásico.



Futuras educadoras guían una misión espacial

Estudiantes de pedagogía lideran un juego de roles donde el aula se transforma en una nave espacial. Con seguridad y alegría, guían a los niños/as en la resolución de "retos astronómicos", fomentando la cooperación y el trabajo en equipo. Esta imagen refleja el corazón del proyecto: empoderar a quienes formarán a las futuras generaciones, sembrando en ellas la semilla de una educación basada en la curiosidad, el juego y la construcción colectiva de paz.



El viaje de Bruno: una aventura interestelar creada por futuras educadoras

Esta imagen presenta el material didáctico "El viaje de Bruno", creado en 2024 por estudiantes de pedagogía como parte del proyecto. A través de este recurso lúdico y narrativo, los niños/as de primera infancia acompañan a Bruno en un recorrido por el Sistema Solar, descubriendo los planetas y despertando su curiosidad por el universo. Este material refleja el corazón del proyecto: futuras educadoras empoderadas que diseñan experiencias innovadoras para sembrar asombro, cooperación y paz desde las primeras edades.

Resultados

Los resultados fueron más allá de lo académico, la verdadera cosecha fue humana:

- Aprendizajes observados: Los niños/as no solo aprendieron sobre el universo, sino que desarrollaron un profundo respeto por la vida en la Tierra. Al buscar vida en otros planetas, aprendieron a cuidar la nuestra.
- Cambios en la convivencia: La motivación y la curiosidad compartidas disminuyen las barreras. En las clases de educación física, los estudiantes, usualmente poco motivados, se unieron para resolver "retos astronómicos" mientras jugaban, mejorando la cooperación y el trabajo en equipo.
- Participación de la comunidad: Más de 20 estudiantes de pedagogía se involucraron como creadores y facilitadores. Cuatro de ellas, hoy egresadas (hicieron sus estudios ahí), ya están llevando estas semillas de curiosidad y paz a sus propias aulas. Un taller para docentes reunió a 20 educadores de la región, creando una red de aprendizaje que trasciende el proyecto.
- Aportes a la cultura de paz: Este proyecto demostró que la ciencia es un lenguaje universal que une. Al trabajar juntos en la exploración, niños/as, futuros educadores y científicos aprendieron a escucharse, a valorar las preguntas del otro y a construir conocimiento de manera colaborativa, sembrando así una profunda cultura de paz basada en el respeto y la admiración por el mundo que nos rodea.

Como investigadoras, trabajar en equipo la ciencia y educación, fue alucinante y a la vez transformador, ver a una estudiante de pedagogía, que empezó tímida y temerosa, guiar a un grupo de 30 niños/as en una "exploración espacial" con seguridad y alegría, fue un recordatorio de que la paz también se construye empoderando a quienes formarán a las futuras generaciones. Sentimos que no sólo estábamos enseñando ciencia, estábamos regando la esperanza de un mundo más curioso, más colaborativo y, por lo tanto, más pacífico, y sobre todo cumpliendo nuestros sueños de cambiar el mundo en cada niño y niña por medio del juego.

La paz no es solo la ausencia de conflicto, es la presencia de asombro, de cooperación y de respeto. No necesitan un telescopio para empezar. Una simple caminata nocturna para mirar las estrellas, preguntarse qué hay allá afuera y maravillarse juntos, es un poderoso acto de conexión humana. La curiosidad es el primer paso para entender al otro y, al hacerlo, construir un mundo donde quepamos todos. ¡Animémonos a sembrar estrellas para cosechar paz!

Autoras

Penélope Longa Peña

Doctora en Astrofísica con un fuerte compromiso con la vinculación con el medio. Desde el Centro de Astronomía CITEVA de la Universidad de Antofagasta, lidera proyectos de comunicación y educación científica, dedicada a proteger el cielo nocturno y acercar el universo a las nuevas generaciones.

Paula Rocío Sagredo Astudillo, Doctora en Educación y Profesora de Educación Física.

Su investigación se centra en el diseño de secuencias didácticas innovadoras para la enseñanza astronómica, aplicando metodologías lúdicas, inclusivas y multisensoriales. Lidera iniciativas que transforman las prácticas educativas para despertar la curiosidad científica desde la primera infancia.

Referencias Bibliográficas

Hayati, M., Desmaliza, & Asbi, S. A. (2025). Exploring the universe: Integrating astronomy in the early childhood education curriculum. *PAUDIA: Jurnal Penelitian Dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 14(3). <https://doi.org/10.26877/paudia.v14i3.1736>

Hu, J., Gordon, C., Yang, N., & Ren, Y. (2021). "Once upon a Star": A science education program based on personification storytelling in promoting preschool children's understanding of astronomy concepts. *Early Education and Development*, 32(1), 7–25. <https://doi.org/10.1080/10409289.2020.1759011>

Ministerio de Educación de Chile. (2018). *Bases curriculares de la educación parvularia*. Subsecretaría de Educación Parvularia.

Retrê, J. (2020). *Grandes ideas de la astronomía*. DK.

Unidad de Currículum y Evaluación. (2024). *Priorización curricular: Actualización de la priorización curricular 2023-2025*. Ministerio de Educación, Chile.

30

Nueva presencia de maestro/a

Como Acompañantes 3000, 4000, 5000 por la Paz

Un cambio de paradigma desde la educación holística y restaurativa.

Con la experiencia mundial que vivimos en 2020, los sistemas educativos tomaron un cambio epistemológico de cómo aproximar la educación y los aprendizajes a las infancias y juventudes, se tuvieron que buscar estrategias diversas y emergentes para cubrir los contenidos académicos.

Se migró a la educación a distancia, en línea, autogestionada, etc. Y esto nos hizo ver que el papel del maestro/a como se tenía hasta entonces también requería un cambio de presencia. Los estudiantes identificaron que podían avanzar los contenidos con mayor rapidez y motivación a su propio ritmo, algunas familias pudieron notar que “el nivel académico” no era lo más importante para la vida, sino el aprender desde una mirada de propósito y respetado los procesos personales; así como las diversas maneras de obtener esos aprendizajes con énfasis en ser significativos para la vida cotidiana y futura.

De “ contenidos” a procesos de aprendizaje para la vida.

Aparecieron conceptos nuevos que trascendieron “de lo 3000” a la “4000 y 5000” (como lo adoptó Pedagogía 3000 4000 5000 a partir justamente del 2020) llamado una *educación cuántica reconectiva*. La red creció y se expandió grandiosamente y en el proceso entendimos que para esta nueva realidad la labor de docentes, profesores, guías o maestros/as también requería esa amplitud a ser presencia de **Acompañantes** no solo de contenidos sino del proceso de aprendizaje para la vida.

Permitiendo que de manera horizontal las personas que acompañan procesos de aprendizaje sean también parte de intercambio de conocimientos, eso reduce la carga curricular de contenidos y a la vez nutre la enseñanza- aprendizaje de una manera increíble, no solo queda el aprender a aprender, aprender a hacer, sino que vivencie el aprender a ser y permite al aprender a convivir de una manera sana y con paz positiva.

Por tanto, el concepto escuela se transforma en ser una **comunidad ética** de aprendizaje fortaleciendo el sentido de pertenencia, la participación democrática y la resiliencia comunitaria. Donde el aprendizaje es horizontal, circular junto con el acompañante (antes maestro, profesor, guía) y por supuesto para este logro total es primordial la participación de la comunidad educativa ampliada: familias, entorno social y territorio, agentes activos en la construcción de cultura de paz.

El curso “Acompañantes 3000 en línea” en 2020



En
esta

Activándonos con Brain Gym y danza, son parte fundamental en cada sesión



Nube de palabras respecto a su contribución como acompañantes

emergente labor de compartir ese nuevo paradigma surgió el curso “Acompañantes 3000 en línea” en 2020, actualmente con 11 ediciones, más de 300 nuevos acompañantes de 15 países de América y Europa en habla hispana. Dirigido a docentes, padres, madres, familias, tutores, personal de salud o cualquier profesión que desee una nueva mirada en la Educación.

La experiencia ha sido un semillero de proyectos de paz a gran escala, donde los participantes iniciaron con la expectativa de conocer en teoría el contenido de Pedagogía 3000 y al ir transitando cada sesión vivencial por zoom por 5 sesiones, se fueron soltando al reconectar con su niñez interior. Empezaron un proceso de recordar quiénes son, qué propósito les habita y cuál es su don a compartir. Al término de cada edición los comentarios han sido ricos y diversos: se identificaron como personas auténticas, sin juicios, permitiendo la vulnerabilidad, el error como parte del proceso de la vida, encontrando una red solidaria, sintiendo compasión y el deseo de unidad en la diversidad.

Este curso ha sido facilitado por Noemi Paymal, Silvia Lujano, Carolina Adjemian y Karina Rascón, invitando a compartir a la red de P3000 4000 5000 y a espacios educativos activos, como Ruka Ayllu de Chile, Guayacán el octavo pétalo de Argentina, Humanitas de México y Cátedra libre de Argentina.

En conclusión, estamos llenas de corazón pues cambiar la presencia de ser profe, maestro, guía a **Acompañante 3000 4000 5000** constituye una propuesta pedagógica integral orientada al florecimiento humano de cada integrante del proceso, donde tejer paz es elegir poner la dignidad, la unidad, las relaciones y el cuidado del todo y de tod@s en el centro.



Autora

Silvia Ámbari Lujano G.

Facilitadora de P3000, México

Mail: cocreandopaz@gmail.com

Mujer, madre de 3 chicos, Lic. en Educación con más de 25 años de experiencia en el ámbito educativo y Formación Docente, Consultora Educativa, Conferencista y Facilitadora integrando enfoques como: Educación para la paz, logoterapia, Mindfulness, Aromaterapia emocional, Círculos de paz, Yoga de la risa, Educación resiliente, Prácticas restaurativas y Perspectiva neuroafirmativa.

31

Comunidad de Vida y Aprendizaje Kurmi Wawitas

Cierra los ojos e imagina que eres niño o niña otra vez y que cuando llegas a tu escuela en lugar de encontrar un edificio con aulas rectangulares y pupitres en fila, desde los que solo se ve a los compañeros de espaldas y todos hacia la pizarra, llegas a tu escuela y ves jardines, lugares verdes, círculos de piedras y/o de troncos, animales y plantas y los niños/as en movimiento o en círculo y puedes ver sus rostros y sus sonrisas.

Imagina también que cuando llegas no hay un profesor diciendo que saquen su libro en la página 68, sino que cuando llegas das de comer a los animalitos, riegas las plantas y preparas la merienda saludable para tus compañeros y después....

Sigue imaginando que en lugar de estar toda la mañana sentados y quietos escribiendo, inicias tu mañana con rutinas amorosas....o sea, en lugar del "buenas tardes profesora", todos en coro, hay un saludo especial cada mañana entre todos, luego movimiento divertido cada día para despertar el cuerpo y gimnasia cerebral, para despertar al cerebro, después un momento de calma y respiración para entrar en la paz interior y un círculo de palabra para contarnos cómo estamos, cómo llegamos y así entrar en la paz con el grupo. Y así solo después de despertar cada parte de nuestro ser y de mirarnos y reconocernos y ver donde estamos, recién iniciamos las actividades del día.

Algo difícil de soñar, pero no imposible, es que no se da importancia solo al saber (Yachay en quechua), sino también:

- al sentir (Munay)
- al hacer (Ruway)
- y al decidir (Atiy).

Respetando las 4 dimensiones de la chakana (ver *nota final). Sí, porque nuestro aprendizaje es desde el hacer con las manos, tomamos decisiones y a estas alturas de la vida, todos sabemos que solo se aprende lo que genera emoción.

Y qué tal si seguimos soñando e imaginamos que en lugar de un timbre que suena justo cuando más inspirado estabas en tu dibujo o en tu historia, se hacen las pausas cuando terminamos algo o cuando queremos merendar o cuando vemos juntos que es bueno descansar...

Y ya que soñar no cuesta nada, soñemos un poco más, en nuestra escuela en lugar de hablar de guerras y estudiar como héroes a los que pelean, se habla de paz y se hacen actividades por la Paz, para multiplicar la paz, marchas, charlas, dibujos, murales, cuentos, para pensar y soñar la Paz en el mundo.

En lugar de competir por quién es el mejor alumno o alumna, que tiene la mejor nota, no tenemos notas y se respeta la diversidad y el valor de cada uno y de cada una, así como somos y esto nos ayuda a ir hacia la paz con los demás, en lugar de la competencia, está la cooperación mutua.

Y así como los niños/as no compiten por la mejor nota, tampoco las "materias", compiten por ser la más importante, las matemáticas son parte de la vida tanto como el arte, como el cuidado del huerto, como el lenguaje, en una sintonía y armonía en equilibrio, de cada color de la Whipala (estandarte asociado a los pueblos aimara y quechua), de cada pétalo.

Soñemos un poquito más, si hay conflictos, que siempre los hay, en lugar de una autoridad que castiga, hay un acompañante que nos apoya para un círculo de paz, en el que expresar nuestros sentimientos y emociones, aclarar, disculpar y volver a la paz, desde el diálogo.

Para lograr esta paz, es tan importante el contacto con los animalitos, el cuidarlos, el hacer juegos en el bosque, con los árboles, abrazar los árboles, escuchar a las piedras y saber que no solo existen los humanos, que nuestro Universo, es mucho más amplio y la vida también lo es....

Imagina una escuela de colores, una escuela comunidad, comunidad de vida, comunidad de aprendizaje.



Actividad de reforestación con los niños/as



Socializando con la amiga yegua



La Chakana, o Cruz Andina, es un símbolo milenario escalonado con doce puntas que representa la cosmovisión de los pueblos originarios de los Andes.



Círculo de escucha alrededor de un fuego sagrado.

**Autora**

Tania Cecilia Grigoriu, Bolivia

Licenciatura en Ciencias Jurídicas y Políticas, Universidad Mayor de San Simón, Bolivia

Experta Universitaria en Homeopatía. Actualmente, es Asesora Legal de la Fundación "Asociación Casa de los Niños", responsable de la Comunidad de Vida y Aprendizaje Kurmi Wawitas y Co-Directora de "la Casa de los Niños". Coordinadora del Munay de la Escuela Ayllu Arco

Iris de Paz.

***Nota**

En la cosmovisión andina, el ser humano no aprende solamente con la mente. La educación y el desarrollo integral abarcan varias dimensiones del ser: el pensamiento, el sentimiento, la acción y la voluntad consciente. Por eso, junto al Yachay (saber o conocimiento en quechua), aparecen otros principios fundamentales que permiten formar personas equilibradas, sabias y en armonía con la comunidad y la naturaleza.

Yachay – El saber, comprender y conocer

Yachay en quechua significa "conocimiento", "sabiduría" o "aprender". Es la capacidad de comprender la vida, observar la naturaleza, escuchar a los mayores y desarrollar consciencia. No se limita al conocimiento intelectual, incluye también la sabiduría práctica y espiritual.

El Yachay enseña que aprender no es acumular información, sino comprender profundamente las relaciones entre las personas, la Tierra, el cosmos y la comunidad. Tradicionalmente, el conocimiento se transmitía mediante la experiencia, la observación, el ejemplo y la convivencia cotidiana.

Munay – El sentir, amar y armonizar

Munay significa "amor", "querer", "sentir con el corazón".

Representa la dimensión afectiva y emocional del ser humano. En la visión andina, el conocimiento sin amor no genera equilibrio.

El Munay impulsa valores como:

- la empatía,
- la ternura,
- el respeto,
- la gratitud,
- la compasión,
- y la armonía con todos los seres.

Es la energía del corazón que conecta a las personas entre sí y con la naturaleza. Educar en *Munay* significa enseñar a sentir, cuidar, escuchar y vivir en reciprocidad.

Ruway – El hacer y concretar

Ruway significa “hacer”, “crear”, “actuar” o “llevar a la práctica”. En la cosmovisión andina, el verdadero aprendizaje debe traducirse en acciones concretas y útiles para la comunidad.

No basta con saber o sentir; es necesario actuar:

- trabajar con responsabilidad,
- servir,
- construir,
- sembrar,
- colaborar,
- y transformar la realidad positivamente.

El Ruway valora el aprendizaje práctico, la experiencia directa y la labor colectiva. Enseña que toda persona debe aportar activamente al bienestar común.

Atiy – La fuerza interior para decidir y lograr

Atiy se relaciona con “poder”, “capacidad”, “voluntad” y “determinación”. Es la fuerza interior que permite tomar decisiones conscientes, superar dificultades y avanzar con firmeza.

Representa:

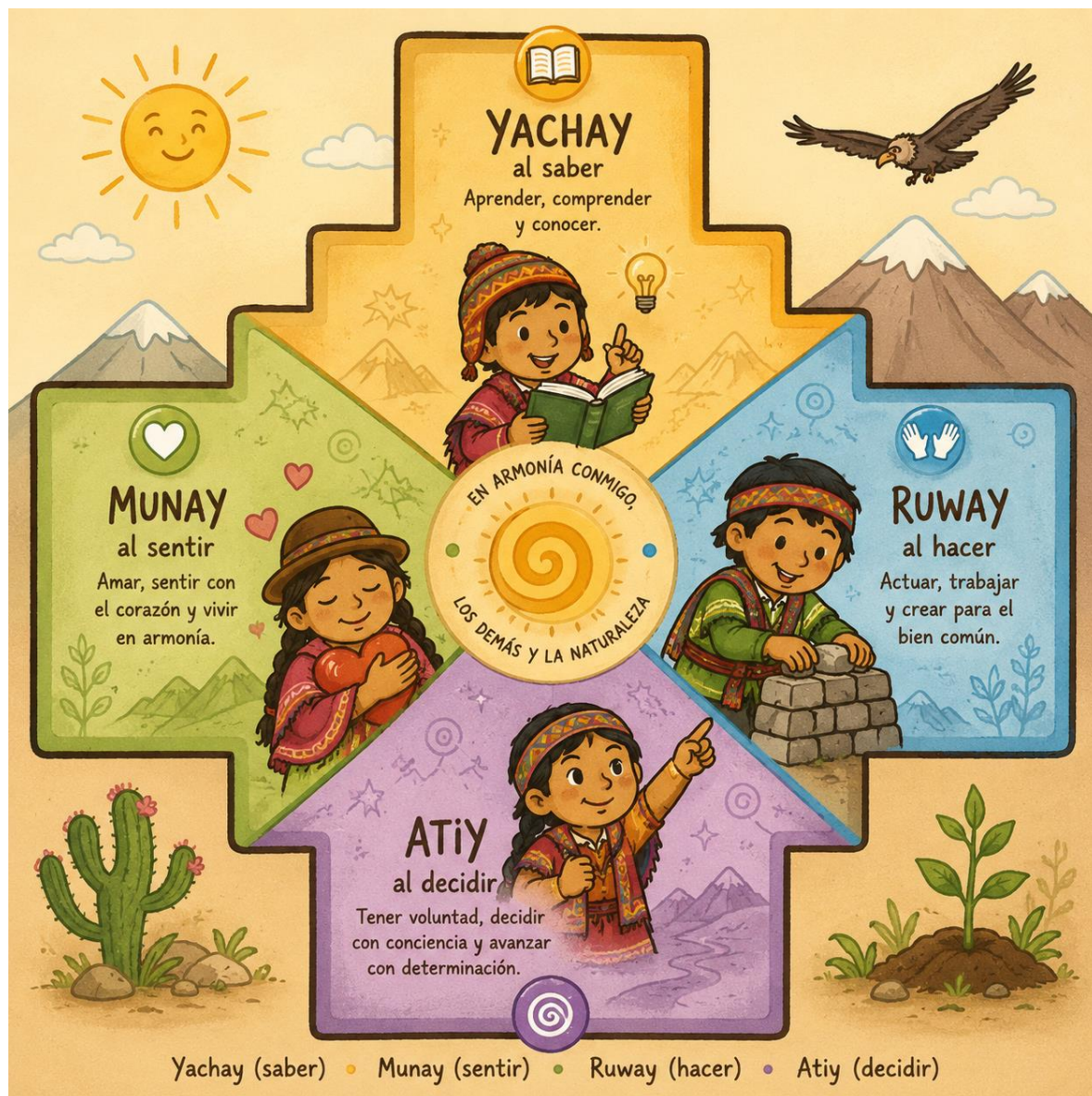
- la autonomía,
- la responsabilidad,
- el coraje,
- la perseverancia,
- y la capacidad de elegir el camino correcto.

El Atiy ayuda a convertir el conocimiento, el amor y la acción en una dirección clara de vida. Es la energía que permite sostener los sueños y actuar con propósito.

Una visión integral del ser humano. Estos cuatro principios forman una visión educativa y espiritual profundamente integral:

1	<i>Yachay</i>	Aprender y comprender
2	<i>Munay</i>	Sentir y amar
3	<i>Ruway</i>	Actuar y crear
4	<i>Atiy</i>	Decidir y transformar

Juntos representan un equilibrio entre mente, corazón, acción y voluntad. En muchas propuestas contemporáneas inspiradas en la sabiduría andina y en corrientes de educación integral como Pedagogía 3000 4000 5000, estos principios son considerados pilares esenciales para formar seres humanos más conscientes, solidarios y en paz consigo mismos, con los demás y con la Madre Tierra.



32

Las Escuelas de los 7 Pétalos Y la Multi U por la Paz

Niños/as y jóvenes felices, activos y responsables
Una Educación Integral de alto nivel
Acompañantes y mentores relajados/as y sin estrés
Familias pro-activas y afectuosas
Un Planeta verde y pacífico
Una sociedad solidaria
Paz con los demás
Paz mundial
Paz local
Y Paz interior

Datos de la experiencia

Las Escuelas de los 7 Pétalos consiste en una propuesta de Pedagoogia 3000 (o Educatiooon 3000 en inglés). El proyecto empezó en 2014. Las Escuelas de los 7 Pétalos se basan sobre 7 áreas pedagógicas entrelazadas. Invitamos a co-crear ambientes educativos orientados a la Cultura de Paz y al desarrollo integral de los niños/as, jóvenes, maestros/as y padres/madres/familias. Es decir que toda la comunidad educativa está activamente involucrada. Hasta la fecha, la red cuenta con unas veinte escuelas siguiendo la propuesta de los 7 Pétalos.

Las Multi U 3000 4000 5000 por la Paz residen en una propuesta universitaria alternativa, que nació en diciembre del 2010 con la formación de los 13 ejes de lo que hemos llamado en Pedagoogia 3000 “La Sociedad de los 13 Pilares”.

Las Escuelas de los 7 Pétalos por la Paz: una educación concebida para la paz

Las Escuelas de los 7 Pétalos por la Paz no son simplemente una innovación pedagógica, representan una propuesta educativa integral diseñada desde su origen para **generar**,

sostener y expandir la Cultura de Paz en todos los niveles: personal, social, ambiental y planetario.

Un diseño pedagógico estructurado para la paz

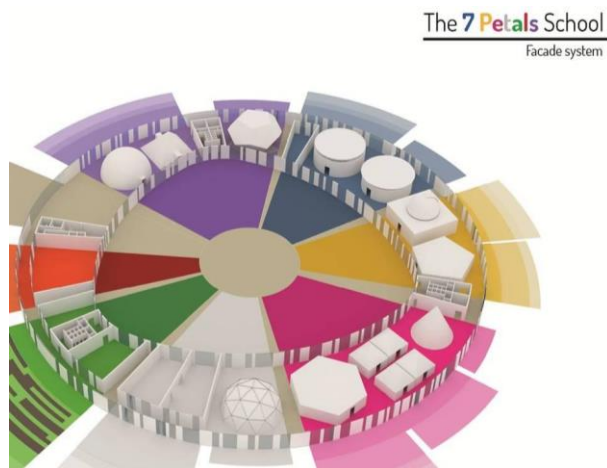
El corazón del modelo está en sus **7 áreas pedagógicas** entrelazadas (los “pétalos” los cuales son distribuidos por colores), cada una aportando de manera concreta a la Cultura de Paz. Listamos las 7 áreas formativas a continuación:

- **El desarrollo físico promueve bienestar y buena salud (azul)**
- **El desarrollo cognitivo fomenta el pensamiento científico, cooperativo y aplicado (amarillo)**
- **El desarrollo emocional y multicultural se dirige directamente a la paz, la empatía y la comunicación no violenta (rosado o naranja según los países)**
- **El área artística permite construir armonía. Incluye todas las Artes y la Geometría Universal o Sagrada (blanco)**
- **El área ecológica desarrolla respeto y conexión con la Tierra (verde)**
- **El área productiva (talleres aplicados o *Hands on* en inglés) fortalece la autoestima y el sentido de servicio (rojo)**
- **El desarrollo personal cultiva la paz interior, valores y sentido de vida (violeta).**

Esta estructura asegura que la paz no sea un “tema más”, sino un **eje transversal vivido en todas las dimensiones del ser humano**.



Los 7 Pétalos o áreas formativas por una Educación integral y divertida



The 7 Petals School
Facade system

Propuesta arquitectónica
Arq. Claudio Luchessi, Italia

Finalmente, Las Escuelas de los 7 Pétalos se complementan con un programa específico completo de Paz llamado **“Escuelas Embajadoras de Paz”** que describiremos en el siguiente artículo.

Las Multi U 3000 4000 5000 por la Paz

Las Multi U 3000 4000 5000 consiste en una propuesta universitaria alternativa y visionaria, concebida como una continuación natural de las Escuelas de los 7 Pétalos. Aunque todavía se encuentran en fase de desarrollo y proyección (2026), buscan abrir nuevos caminos para una educación superior más humana, consciente, solidaria y conectada con las necesidades reales del planeta y de la humanidad, así como la visión de los jóvenes de hoy y su manera de aprender y co-crear.

Estas universidades multiculturales y multifacéticas promueven investigaciones, experiencias y materias innovadoras y complementarias, integrando saberes científicos, ancestrales, artísticos, ecológicos, sociales y trascendentales (Llamadas en inglés *Soft Skills* y *Existential Skills*, o Habilidades blandas y existenciales en español). Su propósito es acompañar la re-co-construcción de una nueva sociedad, basada en lo que denominamos “la Sociedad de los 13 Pilares” para una duradera y profunda cultura de Paz.

Aspiran a formar protagonistas fraternos, proactivos, colaborativos y felices; seres humanos capaces de servir a su comunidad, cuidar responsablemente de la Madre Tierra y construir relaciones más armónicas consigo mismos/as, con los demás y con toda forma de vida.

Un portal a la Cultura de Paz

En este sentido las Multi U 3000 4000 5000 aportan a la cultura de paz porque proponen una educación superior centrada no solamente en el conocimiento académico, sino también en el desarrollo integral del ser humano. Promueven una formación que incluye el aprender a convivir, cooperar, escuchar, dialogar, sentir empatía y cuidar de la vida en todas sus expresiones.

Uno de sus mayores aportes es que ayudan a transformar la competencia excesiva en colaboración consciente. En lugar de formar profesionales desconectados entre sí o de la realidad social, impulsan líderes fraternos, creativos y comprometidos con el bien común. De esta manera, la paz deja de ser solamente una teoría y se convierte en una práctica cotidiana visible en las relaciones humanas, en los proyectos comunitarios y en el servicio solidario.

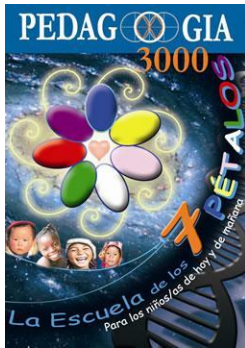
Asimismo, las Multi U favorecen el encuentro intercultural y el respeto profundo por los saberes ancestrales, científicos y trascendentales. Enseñan que las diferencias no tienen que generar división, sino **enriquecimiento mutuo**.

También fortalecen la conexión con la naturaleza y la responsabilidad ecológica, comprendiendo que no puede existir paz verdadera si no hay armonía con la Madre Tierra.

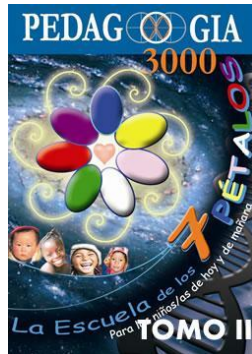
En síntesis, las Multi U 3000 4000 5000 buscan sembrar una nueva generación de personas más conscientes, pacíficas, proactivas y felices, capaces de co-construir activamente una sociedad donde la paz realmente se note.



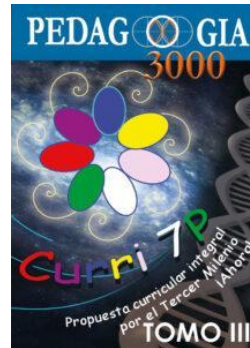
Bibliografía



Escuela de los 7
Pétalos
para los niños/as de
hoy y de mañana
Tomo I



Escuela de los 7
Pétalos
Cómo co-crear una
Escuela de los 7
Pétalos
Tomo II



Escuela de los 7
Pétalos, la Curri7P
Propuesta curricular
integral para el
Tercer Milenio
¡Ahora!
Tomo III



CurriVIDA, una
currícula para el
tercer milenio...
hacia una
Educación en una
octava superior de
consciencia

2024a. La Multi-U. La Universidad de Mañana Hoy. Para co-construir la sociedad que deseamos realmente: la Sociedad de los 13 Pilares. Tomo III. Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.

2023. La Multi-U. La Universidad de Mañana Hoy. Un espacio / tiempo donde los jóvenes encuentren su propósito de Vida y pueden co-construir una nueva Sociedad más armónica.
Tomo II. Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.

2022a. La Multi-U. ¡La Universidad de Mañana Hoy! Tomo I. Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.

33

Escuelas “Embajadoras de Paz”

Contexto

Las Escuelas Embajadoras de Paz nacen en 2017, para reforzar prácticamente las Escuelas de los 7 Pétalos por la Paz (y todas las escuelas que desean juntarse) a hacer visible la cultura de Paz en sus espacios. Presenta un programa completo de Pedagogía 3000 transformando concretamente las escuelas en “**Escuelas Embajadoras de Paz**”.

Invita a co-crear lugares donde estudiantes, educadores, familias y cada ser humano puedan convertirse en auténticos actores de paz, conciliación, amistad, solidaridad, bondad, benevolencia, altruismo y compasión: para uno mismo/a, para los demás y para todos los seres vivos que habitan este planeta.

¿Cómo funciona?

El programa responde a una necesidad muy real de docentes y directores/as:

“¿Cómo llevo la paz a mi escuela de manera concreta?”. Por ello, proponemos varias herramientas claras, útiles y fáciles de implementar concretamente. Por el momento (2026) el programa cuenta con:

- Un diagnóstico (test EEP 3000) con 100 preguntas, repartido en 10 ejes concretos
- Más de 500 sugerencias concretas que les permitirán cuantificar y priorizar sus acciones
- 12 cuadernos prácticos para docentes, tanto escritos como en video, junto con un plan de acción claro y gradual, que garantice así su objetivo de paz, bienestar y unidad.

Todo lo cual, lo pueden descargar libremente en www.P40005000.info

El objetivo es que cada escuela se convierta en un verdadero **espacio de paz vivido**, donde estudiantes, docentes y familias sean actores activos de cambio desde su experiencia personal y colectiva.

Establecer una duradera Cultura de Paz representa un proceso maravilloso, sostenido y

profundo, que ofrece resultados tangibles: crea consciencia y genera propuestas positivas en cada paso del camino.

En efecto, lo más bello de esta propuesta de las **Escuelas Embajadoras de Paz** consiste en que nace del corazón del ser humano, de su Esencia más profunda y, desde allí, impulsa el florecimiento de una sociedad solidaria, consciente y verdaderamente pacífica.

Este programa, sí, impacta de verdad al docente y al clima escolar

Las Escuelas Embajadoras de Paz ofrecen un camino concreto, paso a paso, para implementar la Cultura de Paz en la realidad cotidiana de una Institución Educativa. Es, en esencia, un puente entre la visión y la acción.

Los 10 ejes de las Escuelas Embajadoras de Paz

El programa se estructura en 10 ejes fundamentales, que abarcan todas las dimensiones de la vida escolar:

1. Bienestar físico
2. Bienestar cognitivo
3. Desarrollo social y emocional
4. Artes, expresión y creatividad
5. Desarrollo ecológico
6. Desarrollo productivo
7. Desarrollo personal (autoconocimiento y paz interior)
8. Ambientes físicos por la paz
9. Ambiente humano y relación con la comunidad
10. Visibilidad de la Cultura de Paz

Los primeros siete ejes corresponden al desarrollo integral del ser humano enunciado ya en las escuelas de los 7 Pétalos (ver el artículo anterior), mientras que los tres últimos aseguran que la paz se exprese y se sostenga de manear “visible” en el entorno y en las relaciones. Es decir, se cambia la “cultura de la violencia” a menudo tácitamente aceptada por la sociedad, por la “cultura de Paz”.

Una escuela que irradia paz

Las Escuelas Embajadoras de Paz no solo transforman el interior de la institución.

Generan impacto en:

- Las familias
- La comunidad / el barrio
- La sociedad

Forman estudiantes y adultos que:

- Son empáticos y proactivos
- Saben resolver conflictos
- Actúan como agentes de paz.

Y así, poco a poco, la paz deja de ser un ideal...
y se convierte en una práctica social cotidiana.

Las Escuelas Embajadoras de Paz demuestran que sí es posible construir una duradera Cultura de Paz real en la educación. Porque ofrecen algo clave: un camino concreto para pasar de la intención... a la acción.

Una paz que se respira,
se enseña,
se practica
y se ve.

Porque cuando toda la escuela se alinea...

la paz no solo se siente...

la paz se nota.

Bibliografía



2025. 2ª edición *Escuelas Embajadoras de Paz*. 1ª edición: 2019. Co-autores: Chavarría Licón, Nelly, María Isabel González, Noemi Paymal y Mar Urdillo. Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz. Bolivia



2025. Test EEP 3000
Test de las Escuelas Embajadoras de Paz



2026. 12 cuadernos prácticos para docentes, cómo implementar una escuela "Embajadora de Paz"

Por Lic. Patricia Vieya

¿Qué pasa con Anku y Anka?

La escuela donde la paz sí se nota



—Anka, me ha inspirado mucho este capítulo, sobre la paz en la escuela. Cuando hicimos “nuestra” Escuela de los 7 Pétalos, pensaba que estábamos solos, y... un poco locos...

—Jajaja —se ríe Anka, tan lindos recuerdos le venían a la mente—¿Te acuerdas que incluso alguien quiso incendiar la Escuela?

Anka también se ríe

—¡Había sido toda una odisea!

—Anku... ¡Cuántas maneras distintas de sembrar paz en las escuelas!

—Sí... y todas tan humanas. Ya no siento la escuela como un lugar solo para aprender materias.

—Yo tampoco. Ahora la veo como un espacio para aprender a vivir.

—“RecuperArte” me encantó... transformar emociones y heridas a través del arte y el reciclaje es algo muy poderoso.

—Y “Ruka”, con Diego y Marisol... sentí mucha ternura y conexión con las raíces y la comunidad.

—A mí “Humanitas” me dejó pensando mucho. Eso de co-crear cultura de paz... juntos... ¡Sí que se puede!.

—También la Comunidad Educativa Guayacán. ¡Qué hermoso eso de “la paz que se teje en comunidad”! Como si cada persona fuera un hilo importante.

—Y el artículo “Docente por la Paz”... uffffffff... qué importante valorar a los maestros/as que sostienen tanto cada día.

—¡Sí! siempre pensé eso, el bienestar docente ¡es fundamental!

—Un profe sin estrés, alegre...

—Claro... muchas veces enseñan mucho más con su presencia que con las palabras.

—“Sembrando estrellas, cosechando paz” también es precioso, ya me fui al espacio con ellos...

—Y “La nueva presencia del maestro/a”... Me gustó mucho eso del guía Acompañante P3000 4000 5000.

—El docente ya no es el que solo ordena o transmite... sino alguien que escucha, inspira y acompaña procesos humanos.

Oye... —dijo Anka bajando la voz— ¿Te acuerdas del **artículo Escuela Embajada de Paz** que te gustó tanto?

—Sí claro ¿Vamos?

—Vamos con la mente.

Cerraron los ojos al mismo tiempo, respirando profundamente, se tomaron de la mano y emprendieron un viaje con la mente con su visión interior (Remote Vision en inglés).

Volaron un cierto tiempo, y de repente cruzaron la puerta de un colegio, una bandera de paz flameando a la entrada. Y al lado un gran mural de Paz.

No había gritos. No había tensión.

El sol caía suave entre los árboles.

El aire olía a tierra húmeda y hojas vivas.

Anka caminaba descalza, sintiendo el suelo. Estaban visitando una escuela **“Escuela Embajada de Paz”** que tanto les había gustado compilando el capítulo “Paz en Las Escuelas “.

—Oye, Anku, ¿Dónde estamos?... —dijo en silencio, mirando alrededor— ¿Fuimos a otra línea de tiempo? ¿Te das cuenta? Aquí no se siente como en “una escuela”. Se parece más a tus “7 Pétalos”.

Anku sonrió, apoyándose en una preciosa estructura de bambú.

—Sí ¿Verdad?

Había movimiento, sí... pero tranquilo, como si todo tuviera un ritmo.

—Hay energía, pero no caos —dijo con su voz interior Anku—

Un grupo de niños/as pasaba riendo, sin empujarse. No los veían.

Dos docentes conversaban con calma. Tampoco los veían.

Un panel decía: *“Aquí elegimos la paz”*.

—Ok... —Anka sonrió— esto sí se ve diferente.

Caminaron por el patio. Había plantas, flores, muchas flores, colores suaves, espacios para sentarse, respirar, conversar.

—Mira eso —dijo Anku— no es casualidad.

—¿Qué?

—El ambiente. Está pensado.

Anka asintió.

—Se siente... acogedor.

—Ese es uno de los ejes de la Escuela Embajadora de Paz—dijo Anku— **ambientes físicos por la paz.**

Entraron a un salón (aquí no dice aula ni j-aula).

Los niños/as estaban en pleno proyecto

—¿De qué será el proyecto?

—No sé, pero les gustan mucho, mira cómo se concentran y se ayudan

—No veo al docente

—Si hay una, mira, sólo escucha y ayuda cuando se le pide, no interviene

—Waaaa eso sí que es respeto.

—Wow... —susurró Anka— nadie está gritando.

—**Ambiente humano** —respondió Anku— Relaciones conscientes.

En una esquina había un cartel:

"Respira. Siente. Habla con respeto."

—Eso cambia todo —dijo Anka.

En otra sala, un grupo pintaba.

—Arte —dijo Anku— **expresión y creatividad**.

Más allá, estudiantes elaboraban un proyecto con plántones para reforestar.

Anka giró sobre sí misma, observando todo: techos verdes, espacios abiertos, niños/as riendo entre árboles, huertos creciendo como si fueran parte del aula.

—Es como si... la escuela estuviera viva.

—Exacto —respondió Anku—. Aquí no estudian la naturaleza... **estudian con ella**.

Anka se agachó y tocó la tierra.

—Entonces... ¿Esto es aprender?

—Esto es recordar —dijo Anka—. Recordar que no estamos separados.

—Cuando los niños/as vuelven a tocar la Tierra con sus manos, la paz deja de ser una idea... y se vuelve una forma de vivir.

—**Desarrollo ecológico** —continuó.

—¿Y eso? —preguntó Anka señalando unos jóvenes organizando algo.

—Un emprendimiento escolar —respondió— **Desarrollo productivo**.

Anka empezó a contar con sus dedos etéricos.

—Ok... físico, cognitivo, emocional, arte, ecológico, productivo...

—Y **desarrollo personal** —añadió Anku—. Paz interior.

—Van siete.

—Súmame **Ambientes físicos por la paz**

—Más **Ambiente humano y relación con la comunidad**

—Van nueve

—Y **hacer visible la cultura de paz.**

—Diez ejes...

—Exacto.

Antes de salir, volvieron a mirar el mural de la entrada con su ojo interior.

—Mira, abajo del mural dice *"La paz empieza en mí... y se nota en todos."*

Anka sonrió.

—Anku...

—¿Sí?

—Ahora entiendo.

—¿Qué?

Anka miró el patio, la gente, los colores, la calma.

—Que cuando la Paz es visible...

Anku respondió, tranquilo:

—Es real...

Anka completó:

—...se nota, se contagia, se "fractaliza"—Siempre a Anka le ha fascinado el tema de los fractales.

—Es real... y se expande...

Antes de emprender el vuelo de regreso, Anka miró una vez más el lugar.

—Anku...

—¿Sí?

—Creo que aquí la paz... sí se nota.

Anku sonrió.

—Claro. Porque aquí no solo es teoría.

Anka lo miró, con una chispa en los ojos.

—Aquí... se vive.

Regresaron de su "viaje" y abrieron los ojos.

—Oye... —dijo Anka— esto no es solo "una escuela bonita".

—Exacto —respondió Anku—. Es una escuela diseñada para la paz. Por eso se llama "Escuelas Embajadoras de Paz"

—Y funciona.

Anku asintió.

—Porque no es teoría. Son prácticas concretas. Todos los días. Y también cuidan al docente.

—Eso explica mucho.

—Menos estrés. Más apoyo. Mejores relaciones.

Anka respiró profundo.

—Entonces la paz no solo ayuda a los estudiantes...

—La paz en la escuela ya no se queda dentro de las cuatro paredes.

—Exacto... comienza ahí, pero después se expande a las familias.

—De las familias... al barrio...

—A las comunidades...

—A las ciudades y países...

—¡Y al mundo entero! —dijo Anku levantando los brazos.

—Hum... Anka porque no haríamos un paso más y hacemos un capítulo más amplio: la comunidad y la paz local, nacional e internacional

Anka sonrió mirando hacia el horizonte.

—Porque cuando una comunidad aprende a convivir en paz... puede transformar la sociedad.

—No solamente. Ahora vamos a ver cómo la paz florece en comunidades vivas, proyectos colectivos y redes que sueñan un mundo diferente.

—¿Cómo cuáles?

—Como... todo lo que influye en la sociedad: Cantante de paz, Servicio de Paz, ocuparse de los niños, niñas y jóvenes que están en la calle, la Educación de Emergencia por la Paz también, la Paz en la plaza, y las Embajada de Paz.

—Justo, sabías que las Embajada de Paz es el último proyecto de Pedagoogia 3000

—Con más razón para que lo pongamos en el libro

—¡Waoool!

—Sí, Anku... ahora la paz comienza a expandirse hacia toda la sociedad.

—Buena idea... justo soñé ayer con la Maestra Lechuza

—¿Qué te dijo?

—Algo así, es muy profundo



“Basta de dividir lo que es uno —me dijo en mis sueños—

*Basta de olvidar que toda frontera es humana y pasajera.
La paz no es un ideal lejano: es una decisión diaria,
local, nacional e internacional... una sola conciencia en acción.*

*En cada barrio donde eliges respetar, comienza la paz.
En cada país donde se honra la dignidad, crece la paz.
En cada acuerdo entre pueblos, florece la paz del mundo.
No hay paz mundial sin justicia,
no hay justicia sin coherencia,
no hay coherencia sin verdad interior.*

*Que se levanten voces firmes y corazones despiertos,
niños/as, jóvenes, familias y líderes conscientes,
para tejer redes de cuidado más allá de las banderas.
Yo, lechuza guardiana del tiempo, lo digo claro:
o caminamos juntos hacia la paz...
o repetiremos las sombras del pasado.
Elijan.
La paz depende de ti*

—Waoou —exclamó Anku abrazando a su hermana— que sí era profundo!!!
—Vamos a nuestro capítulo entonces, “Paz local, nacional, internacional”
—Anka ¡este libro es interminable!
—Si la verdad es que la Paz se co-construye por todos lados.
—¡Solo faltaría que me pidas un capítulo sobre la Paz Galáctica!

Los dos se rieron a carcajadas.



Capítulo 5

Paz local, nacional e internacional

34

Cantantes de paz y mensajes de paz con las Artes

En un mundo donde muchas veces predominan los mensajes de conflicto, las Artes emergen como un lenguaje universal capaz de **tocar el corazón, transformar emociones y sembrar paz**.

Ser un *cantante de paz* no significa únicamente cantar o entretener. Significa convertirse en un canal consciente de mensajes que inspiran armonía, respeto, unidad y esperanza. Porque la paz también se comunica con las Artes, uno de sus medios más poderosos.

La cultura de paz también se expresa en el arte y la música contemporánea con sus mensajes de empatía, unidad humana y esperanza hoy a millones de personas en todo el mundo.

La paz se canta

Algunos cantantes que promueven la paz, elevando la vibración emocional de quienes escuchan:

- **Dimash Kudaibergen**

Con su potente voz y mensajes de unidad, suele hablar de amor universal, respeto entre culturas y conexión humana más allá de fronteras. Las canciones más conocidas son: **The Story of One Sky**, (*La historia de un solo cielo*). "Somos diferentes, pero vivimos bajo el mismo cielo.", **War and Peace** (*Guerra y Paz*), "¿Cómo puede la humanidad encontrar consuelo?", **Oh, My Holy Land** (*Oh, mi tierra sagrada*), una oración por la paz y la esperanza. Además, algo interesante es que Dimash suele hablar públicamente sobre la necesidad de evitar guerras y construir armonía entre las personas

- **John Lennon**

Ícono de la paz, especialmente con su canción *Imagine*, que se convirtió en un himno global por un mundo sin divisiones.

- **Bob Marley**

Promovió la paz, la justicia social y la unidad a través del reggae; su música sigue siendo símbolo de armonía y resistencia pacífica.

- **Mercedes Sosa**

Voz profunda de América Latina, transmitió mensajes de dignidad, derechos humanos y paz en contextos sociales complejos.

- **Michael Jackson**

A través de canciones como *Heal the World* o *Man in the Mirror*, promovió la conciencia global, la compasión y el cambio personal.

- **Coldplay, Chris Martin**

Gran parte de su música transmite mensajes de paz, unión, empatía, esperanza y reconciliación humana. Además, él y la banda participan activamente en causas humanitarias y de cultura de paz, como: **“Fix You”** un himno de consuelo y compasión, **“People of the Pride”** — defiende el derecho de cada persona a ser quien es, con un mensaje de inclusión y dignidad humana, **“Arabesque”**, “la misma sangre, **“Higher Power”** — transmite esperanza, luz interior y potencial humano, **“A Head Full of Dreams”** — invita a creer en un mundo mejor y más unido, **“Up&Up”** esperanza colectiva.

Además, Chris Martin ha apoyado públicamente iniciativas humanitarias, refugiados, comercio justo y campañas por la inclusión y la paz.

Estos artistas muestran que la música puede cruzar fronteras, tocar corazones y sembrar semillas de paz en millones de personas.

Pintores y artistas visuales

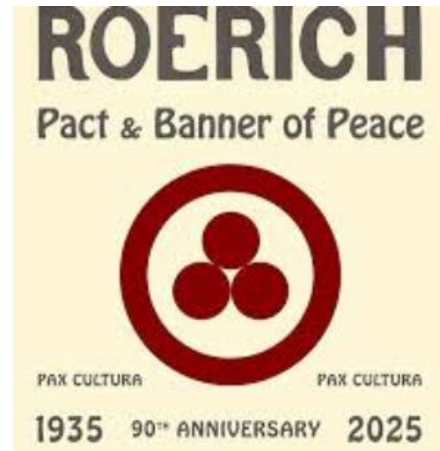
También artistas de distintas disciplinas —pintura, escultura, danza, música y arte social— que han transmitido mensajes de paz, unidad humana, reconciliación o armonía con la vida, como: Nicolás Roerich, Rusia, Fernando Botero, Colombia, Pablo Picasso, España, Yoko Ono junta a John Lennon, entre muchos otros.

Danza y expresión corporal

Podemos nombrar a Martha Graham quien veía la danza como una forma de expresar emociones profundas y sanar el alma humana. Y Rudolf Nureyev, Su vida simbolizó libertad, unión cultural y el arte como puente entre pueblos.



Pintura de Nicolas Roerich



Pacto Roerich



Reunión en el Instituto Museum Nicolas Roerich, Rusia, con su Director Alexey Bondarenko Instituto Estatal de la Familia Roerich de San Petersburgo, Rusia (P3000)



Nicolas Roerich

El arte como lenguaje directo al corazón

A diferencia de los discursos racionales, las artes: música, danza, teatro, pintura, poesía, actúan directamente sobre la emoción.

- Una canción puede calmar o elevar el ánimo.
- Un mural puede cambiar la energía de un espacio.

- Una obra teatral puede generar empatía profunda.
- Un poema puede abrir conciencia.

*El arte no impone... invita, conecta y transforma.
Por eso, en la Cultura de Paz, las artes no son un complemento:
son un eje fundamental para generar cambios reales.*

Las Artes como herramientas pedagógicas de paz

En contextos educativos, las artes permiten:

- Expresar emociones sin violencia.
- Canalizar conflictos de manera creativa.
- Fortalecer la autoestima.
- Desarrollar sensibilidad y empatía.
- Fomentar la cooperación (coros, grupos, obras colectivas).

Por ejemplo:

- Crear canciones y raps sobre valores.
- Pintar murales de convivencia.
- Representar situaciones de conflicto y resolución en teatro.
- Escribir poesía sobre la naturaleza y la vida.

Así, la paz deja de ser abstracta... y se vuelve **expresión viva**.

Impacto en docentes y estudiantes

El uso consciente de las artes genera beneficios concretos:

En estudiantes:

- Mayor equilibrio emocional.
- Reducción de conductas agresivas.
- Mejora en la convivencia.
- Desarrollo de identidad y sentido de pertenencia.

En docentes:

- Herramientas más humanas para enseñar.
- Disminución del estrés en el aula.
- Mejores vínculos con los estudiantes.
- Espacios de expresión y renovación personal.

El arte no solo educa... también **sana y conecta**. De esta manera, el arte se convierte en un vehículo de cambio cultural.

Lo que se canta, se repite. Lo que se repite, se instala. Y lo que se instala... transforma.

35

Servicios de Paz, Círculo *Nina Sonko*

Mantener la paz independientemente de las circunstancias

Acompañamiento a sobrevivientes de trata

Hay misiones tan humanas y necesarias para la construcción de sociedades de paz, que cuando uno asume el desafío, recibe mucho más de lo que da con solo ver los resultados. En los procesos de acompañamiento a sobrevivientes de trata (tráfico) de personas y distintas formas de violencia, muchas de estas experiencias de transformación y recuperación emocional fueron logradas en un espacio terapéutico y humano del Círculo *NinaSonko*, un círculo especializado en:

- sanar memorias de dolor
- restaurar la dignidad emocional
- y reconstruir el vínculo profundo con la vida.

En este espacio, comprendimos que el trauma no solo permanece en la mente, sino también en el cuerpo, en las emociones y en la manera en que una persona se relaciona consigo misma y con los demás. Muchos sobrevivientes llegan sintiendo culpa, miedo permanente, ansiedad, bloqueos afectivos o una profunda desconexión interior. Algunas habían perdido incluso la capacidad de imaginar un futuro distinto.

El servicio en el Círculo *Nina Sonko* (Corazón de fuego)

El servicio en el Círculo *Nina Sonko* parte de una verdad esencial: nadie sana siendo juzgado. Las personas sanan cuando se sienten vistas, escuchadas, contenidas y amadas en su humanidad más profunda.

A través de herramientas dadas por la cosmovisión andina para la contención emocional, procesos de perdón consciente, reprogramación de memorias de dolor, prácticas de respiración, acompañamiento grupal y ejercicios de reconexión espiritual, emocional y con el cuerpo físico, muchos sobrevivientes comenzaron lentamente a transformar los círculos viciosos del miedo en círculos virtuosos de paz interna y fortaleza.

La llama Violeta es otra tecnología espiritual poderosa en este proceso como práctica de transmutación, potencia la capacidad humana de liberar el odio, la culpa y el sufrimiento acumulado para recuperar la paz del corazón. No como una negación del dolor vivido, sino como un acto profundo de libertad y perdón.

En cada encuentro queda claro que la delincuencia puede intentar quebrar cuerpos, manipular emociones y sembrar terror, pero que jamás podrá destruir completamente la esencia luminosa del ser humano cuando hay voluntad de no dejarse vencer y se decide levantarse y recordar quiénes somos.

El Círculo *Nina Sonko* también permite comprender algo profundamente humano, muchas veces quienes atravesaron las experiencias más dolorosas desarrollan posteriormente una enorme sensibilidad para acompañar y proteger a otros. Allí, el sufrimiento deja de ser únicamente una herida y comienza a convertirse en conciencia, empatía y servicio.

Por eso sanar no es solamente un acto individual; es también un acto social y colectivo. Cada sobreviviente que recupera su paz interior rompe cadenas de violencia que podrían haberse repetido en hijos, familias y futuras generaciones.

Y quizás esa sea una de las mayores victorias frente a la oscuridad, demostrar que el amor consciente, la voluntad de sanar y la decisión de no rendirse siguen siendo más poderosos que cualquier forma de violencia.

Porque me tocó conocer la oscuridad más negra del ser humano, aquella que domina por el miedo, la ambición y las bajas pasiones hasta crear monstruos depredadores; pero también me tocó descubrir la fuerza y luz infinita del espíritu para renacer. Hoy estoy aquí para llevar luz a los corazones, despertar la memoria del amor y recordarles que aún después del dolor más profundo, seguimos siendo seres sagrados y humanos, capaces de sanar, transformar, renacer en la misma vida y volver a vivir en paz.



El Círculo Nina Sonko desarrolla sus actividades en diferentes ciudades cercanas al Lago Sagrado Titikaka desde el año 2016.



Espacios de empatía y contención mutua.



Autora
Marcela Martínez Sempértegui

Abogada especializada en Derechos Humanos, Cultura de Paz y resolución de conflictos. con una experiencia de más de 30 años. Además, periodista e instructora en diversos campos de conocimiento académico y alternativo.

Conocimientos especializados para identificar oportunidades, optimizar procesos y maximizar la rentabilidad de cualquier emprendimiento. Amplia capacidad de adaptabilidad, persistencia y logro de objetivos esperados como Coach Holística y empresarial.

36

La Herencia del Asfalto: niños, niñas y jóvenes en situación de calle

Hablar de paz también significa mirar aquellas realidades que muchas veces la sociedad prefiere no ver. Entre ellas, una de las más dolorosas es la situación de los niños y niñas que viven en la calle.

Detrás de cada niño o niña en situación de calle existe una historia. Algunos escaparon de la violencia familiar, otros del abandono, de la extrema pobreza, de adicciones en el hogar o de ambientes inseguros. Algunos trabajan largas horas vendiendo pequeños productos, limpiando parabrisas o pidiendo ayuda para sobrevivir. Otros duermen en plazas, terminales o rincones invisibles de las ciudades. Muchos viven expuestos al frío, al hambre, a la violencia, al consumo de sustancias y a diferentes formas de explotación.

Pero, sobre todo, viven una profunda falta de amor, protección y pertenencia. La cultura de paz nos recuerda que ningún niño o niña debería crecer sintiéndose invisible. La paz verdadera no puede existir mientras haya infancia herida, olvidada o descartada.

Muchas veces la sociedad responde con miedo, indiferencia o rechazo. Sin embargo, detrás de una mirada dura o de comportamientos agresivos suele existir un enorme dolor emocional. Son niños y niñas que aprendieron a sobrevivir en condiciones muy difíciles. Por eso, antes de juzgar, es importante aprender a mirar con empatía.

¿Qué se puede hacer entonces?

La ayuda no depende solamente de grandes instituciones. También comienza con pequeños actos humanos:

- mirar con respeto
- escuchar
- ofrecer alimento
- apoyar programas de acogida

- fortalecer familias vulnerables
- crear espacios seguros
- impulsar educación afectiva y oportunidades reales.

Existen organizaciones, educadores y voluntarios en muchos países que trabajan desde el arte, el deporte, la música, la educación y el acompañamiento emocional para reconstruir la autoestima y la confianza de estos niños y niñas. A veces, una persona que escucha con cariño puede convertirse en el primer paso para cambiar una vida.

La paz también implica prevenir

Una sociedad más amorosa, con menos violencia familiar, más apoyo emocional, educación consciente y comunidades solidarias, puede evitar que muchos niños y niñas lleguen a la calle. De aquí los programas de educación preventiva.

Los pueblos originarios enseñaban que toda la comunidad era responsable de proteger a la infancia. Un niño o niña no pertenecía solo a una familia, sino a toda la comunidad. Tal vez el mundo moderno necesita recordar nuevamente esa sabiduría.

Porque cuando un niño vive abandonado, toda la sociedad se empobrece. Pero cuando un niño recupera la esperanza, también renace la paz.

Nota

Es un tema duro, pero muy importante para un libro sobre paz verdadera, porque muestra que la paz también se construye cuidando a quienes más necesitan ternura, protección y oportunidades. Una paz concreta, humana y visible en las acciones cotidianas.

Testimonio de Venezuela

La Herencia del Asfalto: Niños, Niñas y Jóvenes en Situación de Calle en Venezuela

La realidad de la infancia en situación de vulnerabilidad en Venezuela nos confronta diariamente. Como movimiento de Pedagogía 3000 en el país, inspirados por el llamado de Noemí Paymal, entendemos que la educación y el resguardo de la niñez deben trascender las aulas tradicionales, especialmente cuando el entorno social expulsa a los más vulnerables.

Hablar de estadísticas en nuestro contexto es complejo debido a la opacidad de los datos oficiales, pero el panorama que nos ofrecen diversas ONG (como Cecodap y la Redhna) y estudios universitarios (como la encuesta ENCOVI) nos revela que cerca de

3 millones de niños y adolescentes están fuera del sistema escolar, y muchos de los que asisten lo hacen de forma irregular por falta de alimentación o fallas de servicios. La pobreza, la violencia intrafamiliar y la deserción laboral (donde el 31% de los varones jóvenes deja la escuela para trabajar) se conjugan en una crisis profunda. La calle, al final, no es una elección, es una expulsión del sistema.

Para cambiar esta realidad, es vital escuchar a quienes caminan el territorio. A continuación, compartimos la experiencia viva de Vladimir, que realiza el trabajo de calle directo, entrelazada con nuestra visión de prevención y amor.

La Herencia del Asfalto

La energía de la calle posee un magnetismo voraz, es una fuerza que atrae y absorbe a jóvenes que caminan sin una visión de futuro. Para muchos, provenientes de hogares donde el tejido familiar se ha deshilachado, la calle no es solo un lugar, sino una salida de emergencia, un escape desesperado de una realidad que los asfixia. Sin embargo, al cruzar ese umbral, lo que encuentran es un ecosistema profundamente hostil que se alimenta de sus sueños rotos y de sus debilidades más profundas.

Es la tragedia silenciosa de miles de seres humanos que, ante una sociedad apática e indiferente a la búsqueda de soluciones, terminan convirtiéndose en seres invisibles. Paradójicamente, sólo se vuelven "visibles" a través de la lente de la crítica, la incomodidad y la queja. Se les juzga por afear el entorno o por entorpecer el tránsito, ignorando que su sola presencia es el síntoma de una enfermedad social colectiva.

Esta es la cruda realidad de nuestros "chamos de la calle": niños que se ven obligados a jugar a ser adultos a los 9, 11 o 16 años, saltándose las etapas más vitales de la vida. Es el testimonio desgarrador de niñas de 16 años que hablan con la fatiga de quien ha tenido ya tres maridos, o de aquellas que, con una madurez deformada por la supervivencia, han entendido que su propio cuerpo es apenas una herramienta de subsistencia, una "maquinita de hacer dinero". En sus ojos no hay juegos, solo la vigilia constante de quien sabe que, en el asfalto, dormir es un lujo y la inocencia es una debilidad que no se pueden permitir.



Fotos: Caracas, Venezuela

El Rostro de la Calle: Diálogo Humano con Vladimir

Lorena: *¿Cuánto tiempo tienes trabajando con niños y jóvenes de la calle?*

Vladimir: Como acción social tengo muchos años recogiendo comida, ropa y esas cosas para llevarlas a comunidades. Tenía yo como 22 o 23 años. Luego de la vaguada de Vargas (desastre natural, por deslave) en el año 1999, me metí mucho más a fondo. Conocí gente y me involucré más. Ahora estoy en las calles trabajando yo solo, me refiero a quedarme a dormir en las calles para sacar a un niño/a o un/una joven directo al hospital en muchos casos.

Lorena: *¿Qué te motivó a vincularse con esto?*

Vladimir: Fue mi abuela y mi mamá. Desde niño veía cómo esas dos mujeres, sobre todo mi abuela, veían niños del sector donde vivíamos que sabía que estaban pasando trabajo a los padres; ella los invitaba a nuestra casa y les daba algo de comer. Recuerdo que bajaba a un mercado que estaba cerca de donde vivíamos y les compraba algo de ropa (una franelilla, por ejemplo) y se la regalaba.

Lorena: *¿Hubo algún momento de inflexión que te impulsará aún más?*

Vladimir: Sí, en una oportunidad estábamos llevando unas cosas, unos cuadernos y materiales de escuela a un sitio de ayuda para niños/as y jóvenes, y la persona encargada de recibir lo que nosotros íbamos a dar maltrató a uno de los niños, amenazándolo con que, si no se portaba bien, no le daría nada. En ese momento, yo entendí que "tenía que involucrarme más desde lo humano". Cuando vas a esos sitios, el trato que se les da a esas personas que están recibiendo beneficio es feísimo. Las calles me han hecho más humano, más empático. Mi trabajo en las calles me ha hecho entender por qué muchos de esos niños/as son tan violentos y viven a la defensiva: viven desde la consciencia de que "si no somos malos, el sistema se nos come".

Lorena: *Ante los peligros tan graves que acechan en los barrios y el asfalto, ¿cuál es la realidad que enfrentan hoy en día?*

Vladimir: Hay una inmensa cantidad de niños/as en esos barrios y sectores totalmente marginales que no ven futuro. Tienen “amigos” que les dicen que “en la calle hay dinero”. Cada vez son más jóvenes los que salen engañados; cada vez son más los chicos y chicas que tienen que salir a recolectar de la basura algo para llevar a su casa para que sus hermanitos menores puedan comer. A veces salimos por Caracas tratando de solucionar cosas con ellos, así sea darles una o dos arepas para que se las lleven a sus hermanos. Pero la realidad es oscura: hay depredadores en cacería, personas que cazan a esos niños regalándoles dinero (50 dólares, por ejemplo) como un engaño para que regresen y luego hacer lo que quieran con ellos. El tráfico de personas, la inversión de burdeles en esta cacería de jóvenes y el tráfico de órganos son peligros latentes y fuertemente activos en Venezuela.

Lorena: *Sé que has intentado generar espacios formativos directos. ¿Qué límites has encontrado?*

Vladimir: Como parte de las cosas que he tratado de hacer para apoyar, intenté preparar un espacio en mi casa para darle unos talleres de panadería y costura a un grupo de jóvenes. Lamentablemente, las Instituciones del Estado no me dieron la autorización, justamente por temas legales amparados en la LOPNA, ya que estipula que ninguna persona puede tener un centro de ayuda a menores en su vivienda principal.

Lorena: **Re-direccionando la Mirada: Hacia una Pedagogía de la Prevención**

Vladimir: Sigo cada día sosteniendo y apoyando con lo que puedo, sacando mi energía de la convicción que he tenido toda la vida. Nunca me ha faltado un techo ni un plato de comida, y creo que eso hay que devolverlo. Sin embargo, mi enfoque ha venido cambiando. La realidad de la calle me ha golpeado, desgastado, frustrado y hasta enfermado, al ver que los cambios a veces parecen mínimos o invisibles. Mi meta personal sigue siendo crear un lugar donde capacitar a los jóvenes para transformar su situación social, brindándoles apoyo afectivo, coherente y herramientas para el trabajo inmediato. Pero hoy, más que intentar sacarlos de la calle, me estoy replanteando mi misión: **prevenir**.

Lorena: Es allí donde la visión de Pedagogía 3000 y la labor de nuestra fundación se vuelven vitales. Coincidimos plenamente con Vladimir en que la clave urgente es tocar a esa población vulnerable que aún no ha dejado sus hogares, pero que está a punto de hacerlo. Necesitamos interceptar el abandono antes de que el asfalto los reciba. El 90% de los habitantes de calle no tienen idea de cómo llegaron a ese estado; simplemente caen en la cuenta de dónde están meses después. Nuestra meta compartida es educar desde el afecto, la contención y la estructura comunitaria para

que ningún niño venezolano tenga que ver el asfalto como su única salida de emergencia.



Autores

Vladimir Noriega y Lorena De Abreu

Vladimir Noriega Avedanck

Motivador y acompañante de procesos de cambios sociales.

Ecologista. Facilitador vocacional.

Telf: +58 424-1702045

Email: biodanzavladimir@gmail.com

Lorena De Abreu

Lic. en Estudios Internacionales

Facilitadora-Didacta de Biodanza. Consteladora Familiar. Consteladora Fluvial.

Presidenta de la Fundación Pedagogooogia 3000 – Venezuela.

Facilitadora certificada de P3000.

Telf: +58 412-8006403

Email: Ideabreuj@gmail.com

Jornadas de Paz con Comunidades Escolares

Contexto

Ciudad de Talca, Chile

Jornadas de Bienestar Integral por la Paz

Jornadas anuales

Los ambientes escolares atraviesan hoy una crisis de convivencia. La violencia difundida por los medios y el contagio de emociones agresivas, sumados a referentes negativos que aparecen como líderes, han generado un escenario que invita a una profunda reflexión.

Sin embargo, cuando los niños, niñas y jóvenes acceden a ambientes preparados bajo lógicas de cuidado, empatía y alegría, surge de inmediato su otra faceta: una juventud receptiva, amorosa y entusiasta por aprender y colaborar.

Una alianza por el bienestar de niños/as y jóvenes

Desde esta visión esperanzadora, un equipo de facilitadores de Pedagogía 3000 en la ciudad de Talca, Chile, desarrolla unas Jornadas de Bienestar Integral por la Paz.

Esta propuesta nace de la alianza entre tres organizaciones:

- Centro Cultural La Aldea: Biblioteca y ludoteca solidaria.
- Gesta Visión: Iniciativa de huertos comunitarios.
- Pedagogía 3000: Terapias artísticas y educación integral.

Estos tres ámbitos se conjugan para fortalecer las habilidades socioemocionales de manera lúdica e interactiva, bajo la convicción de que la educación puede transformar el mundo al ofrecer espacios de respeto, armonía y paz. En este sentido, nos guiamos por el enfoque de la Escuela de los 7 Pétalos, que promueve el desarrollo pleno y la autorrealización del ser humano.



Los estudiantes están en la actividad de terapia artística, en un ambiente de armonía, con música relajante realizando su infinito, para integrar y equilibrar los hemisferios de su cerebro.



Estamos dando la bienvenida con calidez, nos presentamos y compartimos de qué trata la jornada de bienestar que vivirán.



Los jóvenes con las manos en el barro, actividad terapéutica de contacto con la naturaleza, con un enfoque educativo integral de consciencia ambiental, que da esperanza y paz, en esta etapa de búsqueda de sentido de la Vida.

El entorno: un espacio para el asombro

Las experiencias han sido sumamente positivas. Invitamos a los cursos a nuestro centro, un lugar que rompe con la estética escolar tradicional. Se trata de un entorno rústico compuesto por tres módulos de bio-construcción en adobe y materiales reciclados:

- Una biblioteca y ludoteca acogedora, diseñada para el trabajo grupal.
- Un salón amplio dedicado al movimiento y las artes plásticas.
- Un espacio al aire libre que alberga un huerto orgánico y un pequeño domo invernadero.

Las jornadas: tres pasos hacia la paz

Las actividades están diseñadas para que los estudiantes vivan una experiencia de alegría y relajación, acompañados por adultos empáticos y comprensivos.

Primer Módulo: Juego y Colaboración. A través de juegos grupales, los participantes desarrollan el respeto y la cooperación. Aquí, el ingenio y la risa son los protagonistas; los jóvenes descubren que para alcanzar una meta el camino más efectivo es la ayuda mutua. El facilitador se integra con buen humor, validando que el aprendizaje puede y debe ser divertido.

Segundo Módulo: Arte y Equilibrio. En un salón preparado con grandes papelógrafos en el suelo, se invita a los estudiantes a crear una obra colectiva. Al ritmo de música relajante, realizan trazos siguiendo el movimiento del "infinito", lo que promueve el equilibrio mental. Posteriormente, transforman esas líneas en figuras creativas (mariposas, flores, etc.) usando materiales de alta calidad, como pasteles grasos. El resultado es un estado de profunda serenidad y satisfacción personal.

Tercer Módulo: Conexión con la Tierra. El cierre es vivencial y armónico. En el huerto, los estudiantes recorren las plantaciones, activando sus sentidos al oler, tocar y observar el proceso de la vida. La actividad principal consiste en elaborar "bombas de semilla": bolitas de barro y tierra con semillas de árboles nativos. Estas piezas tienen un sentido ecológico, ya que los jóvenes las llevan consigo para lanzarlas en lugares erosionados, contribuyendo así a la reforestación y oxigenación de su entorno.

Conclusión

Al finalizar el recorrido, realizamos un círculo de cierre. Es en este momento donde los estudiantes comparten su sentir, y de forma espontánea, manifiestan un estado de bienestar y paz, tanto consigo mismos como con los demás y la naturaleza.



Autora

Dominique de Solminihac Ramírez, Chile

Profesora de Arte y Creatividad. Especializada en Metodologías educativas Integrales: Montessori, Yoga infantil, Terapias artísticas, Diplomada en Artes Aplicadas en Educación, Salud y Comunidad de la PUC. Actualmente realiza docencia en la Universidad Católica del Maule y Capacitación Docente para una transformación educativa y Cultura de Paz. Es Facilitadora de Pedagogía 3000.

Contacto

domisol70@gmail.com

38

Pequeñas acciones de Paz en campos de refugiados

Contexto de la experiencia

Lugares de intervención:

Líbano: Ourzai, Bekaa y Akkar

Turquía: Şanlıurfa, Akçakale y Suruç

Institución: Pedagogía 3000 y Asociaciones locales

Período de realización: abril y mayo de 2016

Participantes y contexto

Las actividades se desarrollaron con niños y niñas refugiados de Siria, de origen árabe y kurdo, que vivían tanto en campos de refugiados como en asentamientos urbanos.

En Turquía, la intervención tuvo lugar en los campos de Şanlıurfa, Akçakale y Suruç. En el Líbano, se realizó en Bekaa, Akkar y en el centro urbano de Ourzai. En todos los casos, las familias se encontraban en condiciones de gran precariedad, marcadas por el desplazamiento forzado, la pobreza extrema y, en algunos casos, por situaciones de violencia intrafamiliar.

La mayoría de los participantes tenía entre 6 y 10 años, aunque también participaron algunos de hasta 14 años.

La experiencia

Sentía miedo. Me preguntaba cómo sería posible ofrecer una actividad de apoyo para el post trauma en un contexto tan complejo, con niños y niñas que habían tenido que huir de sus hogares, dejar atrás todo lo que conocían y que habían sido testigos o víctimas de situaciones extremas de guerra y violencia.

Muchos de ellos vivían en campos de refugiados con recursos muy limitados; otros se encontraban en zonas urbanas, igualmente atravesadas por la precariedad, la incertidumbre y la pobreza.

Frente a esta realidad, decidimos, junto con un equipo de especialistas integrado por Mar Urdillo, Marisol Baquera, Daria Coral, Nelly Chavarría y Noemi Paymal, co-crear una rutina destinada a brindar contención y bienestar a los niños y las niñas.

La propuesta combinaba actividad física con secuencias de movimiento especialmente diseñadas para favorecer la liberación del miedo, reducir los niveles de estrés y contribuir a minimizar el impacto de las experiencias traumáticas.

Asimismo, incorporamos técnicas de cromoterapia y sonidoterapia que el Dr. Ricardo Beltramino, oftalmólogo argentino, nos había compartido poco antes del viaje que realizamos primero a Turquía y posteriormente al Líbano.

El propósito de la intervención era ofrecer un espacio seguro de juego, movimiento y expresión que fortaleciera el ánimo y la resiliencia tanto de los niños y las niñas como de sus docentes, procurando en todo momento una presencia respetuosa, sensible y no invasiva, acorde con las necesidades y los tiempos de cada comunidad.



Sanliyrfa, Turquía, con la ONG Blue Crescent

Resultados

¡Y funcionó!

Para nuestra gran alegría, a los niños y niñas les gustó mucho la rutina y siempre preguntaban cuándo íbamos a regresar. Así que, al final de la actividad (que en esa época llamábamos Rutina Nodriz - Post Trauma), añadimos algunos ejercicios:

- De empoderamiento y autoestima.
- De protección energética.
- E instalamos el saludo con el corazón como un recordatorio permanente.

Igualmente, habíamos facilitado la misma rutina a los profesores, quienes también eran refugiados, para que ellos mismos pudieran encontrar un poco de paz interior y social, y para que acompañaran a los niños y niñas con una mirada positiva y alegre, sanando primero ellos mismos. Y también ¡para que nos traduzcan, ya que la intervención era en inglés!

Con la cultura de paz y el cariño se siembra poco y se recibe mucho. Para nosotros y nosotras, los voluntarios y voluntarias fueron grandes lecciones de humildad, bondad, generosidad y satisfacción, especialmente cuando veíamos a los niños y niñas saltando de alegría.

39

Cultura de Paz y Territorio: liderazgo colectivo para cuidar la Vida

La paz no se impone desde fuera...se construye desde el territorio, con la gente, en comunidad.

Definición

El liderazgo de territorio o liderazgo territorial consiste en articular y movilizar a diversos actores locales —gobiernos, empresas, sociedad civil, autoridades locales— para impulsar el desarrollo integral de una zona geográfica específica. Busca mejorar la calidad de vida y la economía local con recursos y administración propia, reconociendo la historia, cultura y tradición del lugar, así como tratando de proteger los recursos naturales y la tierra.

Así que, en muchos lugares del mundo está emergiendo con fuerza una comprensión profunda: la paz no se construye únicamente en las personas o en las escuelas, sino también en el territorio. El territorio no es solamente un espacio geográfico, es un tejido vivo donde convergen un tejido más complejo con naturaleza, raíces, cultura, historia, comunidad y futuro.

Y en ese tejido, el liderazgo ya no pertenece a una sola persona.

El liderazgo del territorio surge del espíritu colectivo de la comunidad organizada.

Un nuevo paradigma de liderazgo

Durante mucho tiempo, el liderazgo se entendió como una figura individual: alguien que dirige, decide y controla. Hoy en día, la Cultura de Paz con su propuesta de liderazgo de "territorio", propone un cambio esencial:

- Del liderazgo individual, al liderazgo colectivo.
- De imposición, al diálogo y acuerdos.
- De decisiones unilaterales, a la colaboración.
- A corto plazo, la visión sobre varias generaciones.

Se perfila entonces un liderazgo de escucha, articulación, cuidado y autocuidado.

Un liderazgo territorial que siembra paz

Cuando el liderazgo nace desde la comunidad, se vuelve una fuerza transformadora capaz de:

- Sembrar acuerdos en lugar de conflictos.
- Ordenar el crecimiento evitando desequilibrios.
- Proteger la naturaleza como base de la vida.
- Impulsar un desarrollo justo y sostenible.

El territorio como casa común

En la Cultura de Paz, el territorio es entendido como una **casa común**.

Esto implica:

- Cuidar los recursos naturales.
- Respetar la diversidad cultural.
- Fortalecer el sentido de pertenencia.
- Generar bienestar colectivo.

Cuando una comunidad se reconoce como parte de su territorio, cambia la relación:

- De explotación a cuidado.
- De uso a reciprocidad.
- De separación a interdependencia.

Y allí, la paz se vuelve posible.

Los guardianes del territorio

En este camino emergen múltiples actores, todos necesarios, todos complementarios.

Se les denominan los guardianes del territorio, cada uno desde su rol:

- Autoridades que orientan con visión y responsabilidad.
- Líderes comunitarios que sostienen el tejido social.
- Personas emprendedoras que generan oportunidades con sentido.
- Profesionales que aportan conocimiento y soluciones.

No se trata de jerarquías, sino de articulación. Cada uno aporta una pieza del equilibrio.

Una misión compartida

Aunque los roles son diversos, la misión es una sola: **cuidar el territorio como casa común y guiar su transformación con sabiduría, responsabilidad y amor por la vida.**

Esto implica decisiones conscientes:

- Priorizar el bien común.
- Evitar daños irreversibles.
- Promover economías sostenibles.
- Fortalecer la cohesión social.

La paz territorial no es pasiva: es una construcción activa, diaria y colectiva.

Impacto real: territorios en paz

Cuando este enfoque se activa, los cambios son visibles:

- Disminuyen los conflictos.
- Se fortalecen los vínculos comunitarios.
- Mejora la relación con la naturaleza.
- Se generan proyectos sostenibles.
- Aumenta el sentido de pertenencia y propósito.

El territorio deja de ser un lugar de disputa y se convierte en un espacio de convivencia y cuidado.

*La Cultura de Paz en el territorio nos invita a recordar algo esencial:
Nadie se cuida solo. Nadie se transforma solo.
La verdadera fuerza está en lo colectivo.
Cuando una comunidad se organiza, se escucha y actúa con consciencia,
el liderazgo deja de ser poder... y se convierte en servicio.
Y entonces, poco a poco, paso a paso,
decisión a decisión, cuidamos la Vida.*

Referencias recomendadas

José Tuvilla Rayo

Cultura de paz: fundamentos y claves educativas.

Editorial: Desclée de Brouwer, 2004

Autor clave en educación para la paz.

David Adams

Cultura de paz: una utopía posible

Editorial: Herder, 2015

Exdirector de la UNESCO para la cultura de paz.

Plantea que la paz es una construcción cultural, no solo ausencia de violencia, y que puede ser creada por las sociedades.

40

¿Qué es la Educación de Emergencia por la Paz?

¿Qué herramientas nos brinda?

Contexto

En el marco de INEE, Red Inter-agencial para la Educación en Emergencias, Brasil
Referencias: educativas en situaciones de crisis.

<https://inee.org/resources/training-primary-school-teachers-crisis-contexts>



Desde 2004, las Normas Mínimas de la INEE (Red Interagencial para la Educación en Emergencias), Brasil, han proporcionado un marco para una educación de calidad en situaciones de emergencia. Para analizar un contexto de crisis humanitaria en educación, la herramienta principal es el Manual de Normas Mínimas de la INEE que

proporciona estándares técnicos y de proceso para evaluar, diseñar y monitorear respuestas.

Dentro del contexto de una Cultura de Paz, **la educación de emergencias** es una acción humanitaria clave, que busca garantizar el derecho a la educación de niños, niñas y jóvenes en contextos de crisis.

Hoy desde su lugar y rol, cada persona, puede percibir los fractales de un mundo en crisis, climática, de salud, guerras, con millones de familias que se ven desplazadas de sus hogares por diferentes causas, con una economía que desfavorece el derecho a respaldar las necesidades básicas, la educación y la salud que la niñez y adolescencia necesitan.

La educación sigue siendo la poderosa herramienta que ampara a quienes se ven en la situación de superar los impactos de estas crisis, de manera sostenible, respetuosa y que les dignifique.

Una educación de calidad brinda PAZ, de manera organizada, coordinada y en percepción a cada situación específica que vive una comunidad educativa, proporciona protección física brindando un LUGAR SEGURO, psico-socio-emocional y cognitiva durante las emergencias, proporcionando no sólo aprendizaje, sino también protección contra peligros como la trata, la violencia y el reclutamiento forzado. Esta intervención integral combina la educación con apoyo psicosocial, atención a la salud mental y servicios de protección para el bienestar de los niños, y jóvenes, ayudando a reconstruir su futuro y a desarrollar sociedades más justas y residentes.

La educación brinda cuidado sostenido y acompañamiento en situaciones de trauma que se viven en una emergencia hasta que los niños, niñas, jóvenes y docentes puedan reintegrarse en la sociedad y superar los efectos negativos que las situaciones pueden tener sobre ellos.

¿Por qué la educación es una necesidad humanitaria que sostiene la Paz?

Porque labora en las 4 líneas de intervención educativa, apoyo psicopedagógico, apoyo psicoafectivo, apoyo a la población estudiantil en situación de vulnerabilidad y apoyo y orientación a las familias y docentes.

Y accionan de esta manera:

Protección y seguridad

Las escuelas y otros espacios educativos seguros protegen a los niños y jóvenes de peligros como la explotación, el reclutamiento militar, la trata de personas, los matrimonios forzados y la violencia.

Bienestar psicosocial

La educación proporciona una rutina y un sentido de normalidad en medio de la crisis, lo que es crucial para la salud mental de los niños y la superación del trauma, el estrés y el miedo.

- Herramienta para el futuro

La educación es un derecho fundamental que empodera a los niños, niñas y jóvenes para construir su propio futuro y el de sus comunidades, salvando vidas y abriendo oportunidades.

- Restauración de la esperanza

En situaciones de tragedia, la educación puede ser una fuente de esperanza y un motor para la transformación personal y social. Y EL ARTE es el puente y recurso para seguir en contacto con emociones, su cultura y costumbres.

¿Y cómo se implementa la educación en emergencias como respuesta humanitaria?

Acciones inmediatas

Se centran en el tratamiento del trauma, el apoyo psicosocial, la mejora de datos y la reconstrucción de infraestructuras escolares dañadas.

Enfoque holístico

Combina la provisión de educación con servicios de salud mental, atención médica, agua y saneamiento y apoyo en la protección infantil.

Vías educativas

Se utilizan enfoques formales y no formales, incluyendo programas de educación acelerada y de recuperación para ayudar a niños, niñas y jóvenes a ponerse al día con el aprendizaje perdido.

Apoyo a los docentes:

Se les brinda formación y desarrollo de habilidades para que puedan apoyar a los estudiantes en contextos de crisis.

Promoción de espacios seguros:

Se labora para proteger la educación de ataques y se implementan medidas para prevenir y responder a la violencia de género en los espacios de aprendizaje.



Autora

Educadora Silvana Guerrero

Profesora de artes visuales y plásticas.

Artista plástico-visual: pintora, escultora, ceramista, muralista.

Por favor ver CV completo en el artículo 5, la Asamblea de Paz.

41

“El aula que sana”, Educación de Emergencia

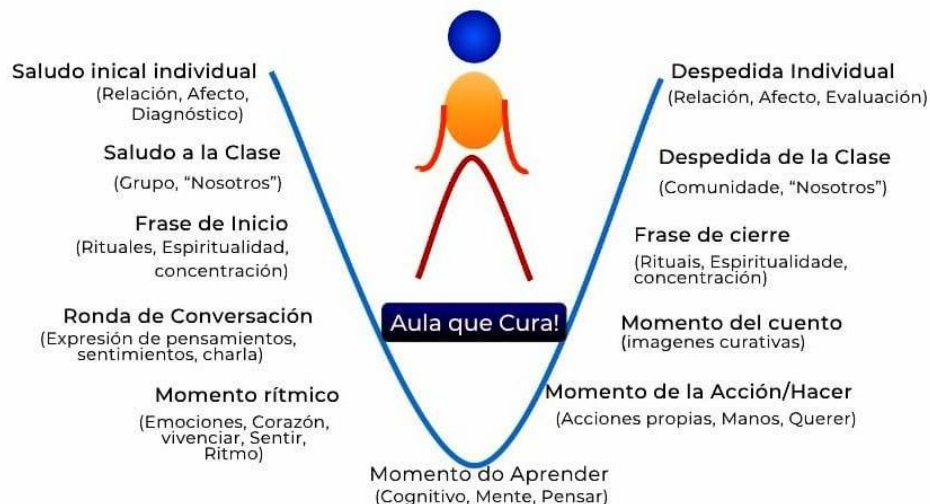
Una respuesta humanitaria que colabore sosteniendo la paz

“El aula que sana”

Es un enfoque pedagógico diseñado para intervenciones en situaciones de crisis, basado en la Pedagogía de Emergencia y la Pedagogía del Trauma. Su propósito fundamental es la creación de espacios seguros que faciliten procesos de aprendizaje, superación de traumas y el fortalecimiento de niños, niñas y adolescentes en condiciones de vulnerabilidad.

Pautas de intervención en crisis con pedagogía de emergencia

Estructura de un aula con una pedagogía de abordaje del trauma



Esta metodología se estructura para integrar tres facultades esenciales del ser humano: el pensar (cognitivo), el sentir (emocional) y el hacer (voluntad/acción). El flujo de una "Aula que Cura" sigue una secuencia rítmica específica que busca restaurar el equilibrio del estudiante.

Vínculo y Comunidad: Comienza con una salutación individual y de clase para establecer afecto y sentido de pertenencia, seguida de un verso inicial que fomenta la concentración y los rituales.

Expresión y Ritmo: Se realiza una rueda de conversación para verbalizar pensamientos y sentimientos, junto con un momento rítmico que conecta con la emoción y el corazón.

Aprendizaje y Acción: El proceso avanza hacia el momento de aprender (enfocado en la cabeza y el pensar) y el momento de la acción/hacer, donde los estudiantes utilizan sus manos para desarrollar competencias, habilidades y voluntad.

Cierre Curativo: La sesión finaliza con el momento del cuento, que ofrece imágenes curativas al alma, un verso final y una despedida que sirve como evaluación del estado de cada niño, niña y joven.

¿Cómo consolidar este entorno?

La metodología identifica diversas dimensiones del espacio seguro que deben ser atendidas.

Entre ellas destacan:

- la dimensión física, que prioriza el orden y la belleza;
- la dimensión temporal, basada en ritmos y rituales;
- la dimensión de las relaciones, que se sustenta en vínculos confiables.

¿Cómo se integran el pensar, sentir y hacer en clase?

La integración del pensar, el sentir y el querer/hacer, es uno de los objetivos centrales y se logra a través de una secuencia de clase que asigna momentos específicos para trabajar cada una de estas facultades humanas de manera integrada:

El Pensar (Cognitivo): Se trabaja principalmente en el "Momento del Aprender". Esta etapa está enfocada en la cabeza y el desarrollo de procesos cognitivos. También se vincula con la "Ronda de Conversación", donde se busca la verbalización de los pensamientos.

El Sentir (Emocional): Se integra a través del "Momento rítmico", que apela directamente al corazón y a la emoción a través de la vivencia y el ritmo. Asimismo, el "Momento del Cuento" aporta imágenes curativas que nutren el sentir del estudiante.

El Hacer (Acción/Voluntad): Se ejercita en el "Momento de la Acción". Aquí el foco está en las manos y en desarrollar la competencia en el hacer, permitiendo que desplieguen su voluntad y capacidad de decisión.

Esta metodología utiliza un flujo que va desde la conexión social y espiritual (salutaciones y versos), pasando por la expresión emocional y el aprendizaje cognitivo, hasta llegar a la acción práctica, *asegurando la integración*.



La metodología no ofrece una lista de tareas aisladas, sino un marco de trabajo rítmico donde la cooperación se ejercita a través del diálogo, el ritmo compartido y la acción conjunta en un espacio seguro.

La dimensión de las relaciones busca transformar el aula en un entorno de protección donde el alumno se sienta visto y apoyado individualmente, facilitando así su proceso de fortalecimiento y aprendizaje.

¿Cuáles son los Principios humanitarios?: Principios de la Acción Humanitaria (INEE):

- Humanidad: Aliviar el sufrimiento y proteger la dignidad humana.
- Imparcialidad: Asistencia sin distinción, priorizando a los más vulnerables.
- Neutralidad: No tomar partido en hostilidades.
- Independencia: Autonomía respecto a objetivos políticos o militares.

- Enfoque de Derechos: La educación es un derecho fundamental que no se suspende en emergencias, sirviendo como apoyo psicosocial y fuente de esperanza.
- Participación Comunitaria: Involucrar a la comunidad local en la respuesta para asegurar la sostenibilidad y relevancia.

Estos principios buscan asegurar que la educación no sólo proteja el desarrollo cognitivo, sino también el bienestar emocional de los niños, niñas y adolescentes afectados.



Autora

Educadora Silvana Guerrero.

Profesora de artes visuales y plásticas.

Artista plástico-visual: pintora, escultora, ceramista, muralista.

Por favor ver CV completo en el artículo 5, la Asamblea de Paz.

42

La Paz en la Plaza, Tiwanaku, Bolivia

Hora del Planeta

Un evento para la reconexión con la naturaleza y todas las formas de vida

Contexto

La Hora del Planeta es un evento que busca generar conciencia ambiental en todos los habitantes del planeta. Al ser un acontecimiento de carácter global, este se celebra una vez al año. Inicialmente el evento central consistía en el apagado de luces por 60 minutos, dicho acontecimiento se complementó con el desarrollo de otras prácticas ambientales en el marco de la Hora del Planeta con diferentes temáticas ecológicas. El año 2025 se estableció el enfoque hacia las áreas protegidas. Es una acción ambiental que busca integrar y encaminar a las poblaciones hacia una forma de vida más sustentable y el cuidado e importancia de las áreas protegidas, para lo cual existen estrategias, planes, programas y proyectos que brindan un enfoque multidisciplinario, holístico, educativo y de mayor impacto en la sociedad.

En Tiwanaku, Bolivia ¿qué actividades hicimos?

La Hora del Planeta – Áreas Protegidas, tuvo lugar en el Centro Poblado de Tiwanaku, durante dos años consecutivos (2025-2026), buscando enfocar los esfuerzos hacia el desarrollo de actividades ambientales dirigidas a la población infantil y juvenil. Para ello, se desarrollaron actividades que forman parte del Programa de Reconexión y Contacto con la Naturaleza implementadas en Tiwanaku.



Arcilla

La formación de figuras a partir del uso de arcilla consiste en la preparación de la tierra mediante diversas técnicas de modelado. El contacto de la piel con la arcilla brinda diversos beneficios, ya sean por sus propiedades terapéuticas, curativas y recreativas. Se conformaron grupos de niños con el objetivo de estimular su creatividad a partir del diseño de animales, plantas, figuras que conecten con las *Illas* e *Ispallas* (figuras sagradas o “fuerza de luz” en la cosmovisión andina que atraen fertilidad, riqueza y abundancia), al mismo tiempo de entrar en contacto con la arcilla, elemento purificador de la piel y regenerador natural. Esta actividad fue liderada por la Arquitecta Andrea Llano Vargas, presidenta de ACATI “El Camino de la Tierra”.

Taller de Agricultura Biodinámica

Así mismo, se dio lugar al Taller de Agricultura Biodinámica, como un método de cultivo ecológico, holístico en el cual se considera al cultivo como un organismo vivo, autosuficiente y conectado con los ritmos cósmicos, donde se utilizan preparados naturales para el suelo, descartando los elementos bioquímicos sintetizados y la coordinación con el calendario astrológico para siembras y cosechas. Esta actividad fue liderada por Javier Starz, promotor de la Agricultura Biodinámica en Tiwanaku.

Áreas protegidas

Por otro lado, tomando en cuenta la temática sobre Áreas protegidas – 2026 establecida por la WWF (Fondo mundial para la Naturaleza) se dio lugar a la visita de diferentes espacios naturales. Las Áreas Protegidas constituyen un elemento esencial para la conservación de la biodiversidad y mitigación del cambio climático. Aunque están respaldadas por un marco legal consistente existen serios desafíos operativos y de presión externa. En Tiwanaku estas áreas presentan un déficit de estrategias de conservación, por lo que el primer paso es conocer para lograr que los habitantes puedan revalorizar y proteger el patrimonio natural. Para ello, se propone la observación de Fauna Silvestre y comprensión del Ecosistema Andino, desarrollando la actividad en la Laguna Verde y *Suka Kollus* (o camellones: son un sistema agrícola prehispánico creado por la cultura Tiwanaku en el altiplano andino), liderado por el Ingeniero Ambiental Israel Flores y facilitador de Pedagogía 3000, 4000, 5000.

Documentales

Del mismo modo, se efectuaron actividades del tipo, proyección de Mini Documentales relacionados con la cultura, patrimonio, sabiduría ancestral y ecología de Tiwanaku, seguido por el encendido de velas conformando el número 60, simbolizando el apagado de luces por una hora para revalorizar el cielo nocturno y concientización sobre las actividades antrópicas sobre el medio natural que nos rodea, lideradas por “Cambios para Bien Jóvenes de Tiwanaku”.

Estas estrategias están alineadas a la *Escuela de los 7 Pétalos por la paz*: Pétalo Verde; Desarrollo Ecológico, Pétalo Amarillo; Desarrollo Cognitivo, Pétalo Rosado; Desarrollo Emocional, Pétalo Blanco; Desarrollo estético, Pétalo Rojo; Desarrollo Productivo, Pétalo Lila; Desarrollo espiritual, Pétalo Azul - Desarrollo Físico (Cuerpo y movimiento).

Resultados



Visitando el Huerto biodinámico de Javier Starz, procedente de Alemania con muy buenos resultados en la siembra y cosecha de legumbres, hortalizas y plantas medicinales.



Se realizó el preparado de arcilla, a partir del uso de tierra previamente tamizado y tratado para el amasado mismo liderado por ACATI "El camino de la tierra".



Niños y niñas haciendo figuras con la arcilla preparada.



Visita a las Áreas naturales (Laguna verde y Suka kollus). Prendido de velas para la hora del Planeta.

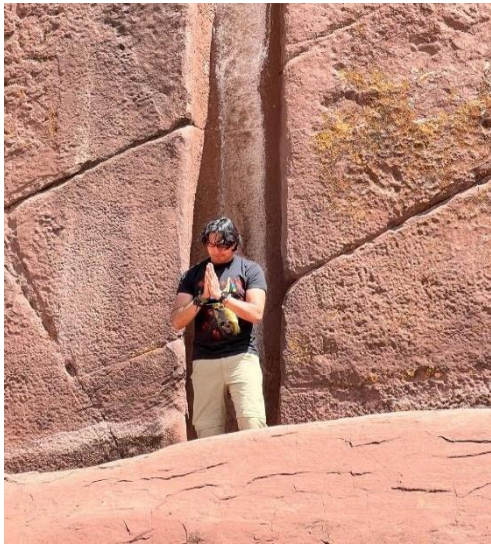


Observación de aves (Birdwatching) en áreas naturales, Israel Juan Pablo Flores Vargas.



Prendido de velas para la hora del Planeta

Y cuentacuentos tradicionales.



y compartir sus experiencias.

Autor

Israel Juan Pablo Flores Vargas

Ingeniero Ambiental, Guía de Turismo, facilitador de Pedagogía 3000, músico del género folclor – fusión y fotógrafo de la naturaleza.

Apasionado por la conservación de Fauna Silvestre, interesado en la ayuda a los animales en situación de calle, posee una forma de comunicación y conexión fluida con los niños, además de un profundo deseo de proteger el Planeta, disfrutando de viajar

43

Propuesta de una Embajada de Paz en Bolivia

Sembrando una nueva cultura en la Ciudad de La Paz

**Bienvenidos a la primera Embajada de Paz del mundo...
en la ciudad de La Paz, Bolivia.**

Los grandes cambios de la humanidad nacen cuando personas e instituciones visionarias deciden caminar juntas al servicio del bien común.

Un espacio vivo para sembrar diálogo, comunicación pacífica, educación integral y cultura de paz.

*Aquí las diferencias se transforman en encuentros,
las palabras en puentes, y las acciones en esperanza.*

La paz no es un sueño lejano...

es una construcción diaria que comienza en cada persona, familia y comunidad.

La paz que se siente... y se nota... y se expande.

En un momento histórico donde la humanidad busca nuevos caminos de convivencia, surge en Bolivia una propuesta profundamente necesaria: la creación de una **Embajada de Paz** como espacio vivo –y visible- de articulación, aprendizaje y acción.

Aunque aún no ha iniciado formalmente su implementación (2026), este proyecto ya representa algo esencial: una visión concreta de cómo hacer visible y sostenible la Cultura de Paz en un país, y luego que tenga paulatinamente un efecto multiplicador, a fin de estar en red en todos los países del mundo.

Propuesta de “Embajada de Paz” en Bolivia

Un modelo emergente de transformación nacional con proyección mundial

La propuesta de la **Embajada de Paz en Bolivia** emerge no solo como una iniciativa institucional, sino como una visión profundamente transformadora que articula educación, diplomacia, justicia y conciencia colectiva.

Definición ¿Qué es una Embajada de Paz?

Se define como un **centro articulador** que conecta educación, comunidad, naturaleza y liderazgo consciente (no se trata de una institución diplomática tradicional).

Su propósito es:

- Promover la Cultura de Paz de manera práctica, especialmente en los sistemas educativos y los medios de comunicación.
- Formar líderes y facilitadores de paz.
- Impulsar proyectos de enlaces de paz.
- Organizar talleres y diplomados " Viviendo la paz" y "Autoeducación por la paz".
- Generar redes de colaboración a nivel local, nacional y global.

En esencia, ofrece un espacio donde la paz se aprende, se practica... y se multiplica.

En este sentido, la Embajada de Paz se concibe como un espacio vivo donde la paz deja de ser un concepto abstracto para convertirse en una práctica concreta, medible, replicable y cotidiana. Su enfoque integral articula dimensiones esenciales del desarrollo humano:

- la paz interior
- la paz social
- y la paz con la naturaleza.

Como hemos mencionado varias veces a lo largo de este libro, esta triple armonía constituye el fundamento de una Cultura de Paz sostenible, capaz de generar bienestar individual y cohesión colectiva.

El proyecto se sustenta en marcos jurídicos internacionales sólidos, como la Carta de las Naciones Unidas, la Declaración Universal de los Derechos Humanos y la Declaración sobre una Cultura de Paz. Asimismo, se alinea con la Constitución del Estado Plurinacional de Bolivia, que reconoce la paz como principio fundamental y promueve la resolución pacífica de los conflictos. Este respaldo normativo no sólo legitima la propuesta, sino que la posiciona como una política pública innovadora con potencial de impacto profundo.

Beneficios multiniveles

Los beneficios de la Embajada de Paz son múltiples y profundamente transformadores.

En el ámbito educativo, impulsa una renovación pedagógica mediante programas como las Escuelas Embajadoras de Paz, las Escuelas de los 7 Pétalos

por la Paz, la formación docente con enfoques integrales, divertidos y activos, con atención especial en el bienestar de los profesores y acompañantes. Esto fortalece competencias socioemocionales, mejora la convivencia escolar y promueve una educación más consciente, haciendo visible la cultura de paz desde temprana edad.

En el ámbito comunicacional, la propuesta introduce un enfoque innovador de “comunicación de paz” masiva (TV, radio, redes, eventos públicos creativos...), orientado a generar contenidos positivos que inspiren, eduquen y movilicen a la ciudadanía. Esta dimensión es clave para transformar las narrativas sociales y construir imaginarios colectivos basados en la cooperación, la empatía y la solidaridad.

En el plano social, la implementación de programas de justicia restaurativa, reinserción social y acompañamiento post-trauma contribuye a sanar heridas tanto individuales como colectivas y reducir la violencia estructural, tácitamente aceptada. La creación de redes de “Barrios de Paz”, “Municipios de Paz” y “Encuentros de Paz” permite tejer confianza entre actores diversos, fortaleciendo el tejido social y promoviendo una gobernanza más interactiva.

A nivel económico e institucional, la Embajada de Paz fomenta alianzas estratégicas entre los varios sectores del país, los sectores educativos, tanto privados como públicos, academias, empresas y la cooperación internacional.

En el plano internacional, la embajada de Paz se vuelve un referente global en Cultura de Paz, convirtiéndose en un laboratorio vivo de innovación social y educativa. La creación de **una red internacional de Embajadas de Paz** permitiría compartir metodologías, experiencias y buenas prácticas entre países, fortaleciendo la cooperación internacional desde una perspectiva humanista y solidaria.

En este sentido, la Embajada de Paz no solo beneficia a Bolivia, sino que contribuye activamente a la construcción de una ciudadanía planetaria más consciente y comprometida.



Banner de Paz de la Embajada (2026)

Líneas de acción

La Embajada de Paz presenta 7 ejes de acción principales.

Eje 1 – Multi Educación y Cultura de Paz, con la creación e implementación de una Multi U 3000 4000 5000 de paz, capacitación a nivel nacional, Programa “Escuelas Embajadoras de Paz” y “Escuelas de los 7 Pétalos”, y Formación docente en Pedagogía 3000 y Cultura de Paz. Paz interior y coaching.

Eje 2 – Comunicación de Paz, con Programas amenos nacionales por Radio y TV sobre el tema de la Paz, Redes sociales y Web, producción atractiva de audiovisuales por la Paz (Paz con uno mismo/a, Paz con los demás y Paz con la Naturaleza), Comunicación de Paz a través del Arte; Programa “Paz Visible”.

Eje 3 – Jurisdicción de Paz y rehabilitación social, con Programas de justicia restaurativa, Reinserción social, Programas especiales post trauma después de extrema violencia (por ejemplo: casos de trata), Desarrollo productivo de rehabilitación en centros penitenciarios e Implementación de un Centro de acogida modelo.

Eje 4 – Red Nacional de Paz, con sus propuestas de Barrios de Paz, Comunidades de Paz, Municipio de Paz, Departamento de Paz / Ciudades de Paz, Mesas de diálogos de Paz invitando a sectores públicos, privados, empresariales, académicos, policial, militar, religiosos y sociales en torno a la Paz Visible (mesas de diálogos) para que todos y todas nos apoyemos, haciendo la Paz visible y dando ejemplo.

Eje 5 - Red Mundial de Paz, formando Redes diplomáticas de Embajadas de Paz y con la Firma de convenios nacionales e internacionales, congresos y encuentros
A nivel mundial.

Eje 6 – Paz con la naturaleza, con extensas campañas multimedia de concientización e información ambiental, biología, seguridad alimentaria sostenible, así como tecnología y fuentes de energía limpias, mecanismos de auto-gestión territorial integral y conservación de los recursos hídricos.

Eje 7 – Salud preventiva de paz, que incluye deportes cooperativos, alimentación nutritiva, programas de salud integral por los medios de comunicación, parto humanizado (prenatal, parto sin violencia y post parto), trato integral a los bebés y lactancia materna, cuidado integral de las personas adultas mayores (muerte en paz) e investigaciones en salud preventiva. La salud preventiva implica que cada uno se haga responsable de su propia salud, tanto física como emocional.

Un impacto que trasciende

Aunque el proyecto inicia como piloto, su visión es expansiva.

Busca generar impacto en:

- Escuelas (mejor convivencia, reducción de violencia).
- Docentes (mayor bienestar y herramientas prácticas).
- Comunidades (cohesión social y participación).
- Territorios (relación más armónica con la naturaleza).

Y a largo plazo:

- Contribuir a una cultura nacional basada en la paz.
- Inspirar iniciativas similares en otros países.

Un faro en la turbulencia

Simbólicamente, la Embajada de Paz puede entenderse como un faro en medio de los tiempos actuales: un espacio donde la humanidad recuerda su esencia, donde el diálogo reemplaza al conflicto y donde cada acción cotidiana se convierte en un acto de reconciliación con la vida. Es un puente entre lo local y lo global, la tradición y la innovación, lo ancestral y lo contemporáneo, lo trascendental y lo práctico, el pasado y el futuro. Un portal para el ser humano y su más alta posibilidad.

En síntesis, la Embajada de Paz en Bolivia representa una propuesta integral, estratégica y profundamente necesaria. Sus beneficios trascienden lo institucional para tocar lo humano, lo social y lo planetario.

La paz no solo se imagina...
la paz se organiza, se construye...
y se nota.

¿Qué pasa con Anku y Anka? Se me movió el corazón



—Anka, este capítulo 5 es muy completo, constata Anku.

—Sí, avanzamos, bien. Buscando, nos damos cuenta de que hay muchas iniciativas, muy bellas, en todo el mundo... Ahora, como dice el libro, son solo pinceladas... Hay mucho más

—Sabes... este capítulo me movió muchísimo el corazón...

—Sí... aquí la paz ya salió completamente de las aulas.

—Ahora está en las calles, en las plazas, en las comunidades... incluso en lugares donde hay mucho dolor.

—“Cantante de Paz” me gustó muchísimo. La música realmente puede llevar mensajes de esperanza.

—Y el Círculo *Nina Sonko*... ¡Qué hermoso eso del servicio de paz! A veces pequeños actos cambian vidas enteras. Sabías que este círculo nació para ayudar a las víctimas de trata... ¡Este también es un tema muy fuerte!

—Igualmente lo de los niños, niñas y jóvenes en situación de calle en Venezuela me hizo llorar... Anka, ¡¡¡¡nunca más!!!! Una sociedad en Paz atiende, recoge y abraza a todos los niños y niñas.

—A mí también. Me recordó que hablar de paz también significa mirar las heridas del mundo con amor y valentía. Y sanar todo eso.

—Y las jornadas de paz en Chile... ¡Qué lindas esas comunidades educativas reuniéndose para construir algo mejor!

—Sí... y el artículo sobre niños y niñas refugiados de Siria... uff...

—Muy fuerte... imaginar tantos niños/as viviendo guerras, desplazamientos y pérdidas...

—Pero también esperanza. Porque incluso en medio del dolor, siempre hay personas sembrando humanidad.

—“Paz y territorio” me gustó también.

—Sí... comprender que la paz también tiene relación directa con la tierra, las

culturas, la identidad y las comunidades.

—Y “Educación de Emergencia por la Paz”... no sabía que existía algo así.

—Yo tampoco. Pero tiene mucho sentido. Cuando hay crisis, violencia o desastres... la educación también puede sanar y contener.

Anku quedó pensativo unos segundos.

—Anka...

—¿Sí?

—Siento que la paz no es solo evitar conflictos.

—No...

—Es acompañar. Servir. Escuchar. Reconstruir. Dar esperanza.

—Exactamente.

—Entonces... ¿Qué sigue ahora?

—Ahora viene algo todavía más profundo.

—¿Más profundo?

—Sí... porque después de hablar de paz en uno mismo, en la escuela, en la comunidad y en el mundo...

—¿Qué falta?

—Aprender a vivir la paz como una forma de vida.

—¿Ese es el siguiente capítulo? ¿Otro capítulo más?

—Sí —dijo Anka sonriendo—. Ahora entramos a la paz que sana, que acompaña y que se vuelve presencia viva.

—¡Waaaa...!

—Sí, Anku... porque la paz, cuando se vive de verdad... termina convirtiéndose en una manera de habitar la vida.

Anku miró a su computadora.

—Sí —constata Anku, emocionado— justo lo que **no** nos dicen los medios de comunicación.

—Sí Anku por eso hay que buscar en las redes alternativas y unirnos, tenemos el poder.

—Ahora bien, tenemos que explorar el tema “Paz con la Vida”, que sostiene todo lo anterior.

—Llamemos a nuestra amiga, la sabia Lechuza.

—Sí, buena idea, está cayendo la noche, va a venir.



Desde el umbral entre la noche y las estrellas, escucharon el revoloteo familiar de la amiga y maestra de alas antiguas como el tiempo.

Y así habló:

—Han aprendido los diferentes aspectos de la Paz, muy bien.

—¿Buscamos sobre Paz con la Vida? —Preguntaron a la vez Anku y Anka

—Si ahora, lo que llaman la “Esencia”, ahora escuchen el canto mayor: la Paz con la vida misma, con los pueblos originarios, el cosmos y la creación. O sea, paz “con todo” como dicen en Pedagoologia 3000.

—Miren al cielo. Tengo que irme, ahora... pronto sabrán el porqué de mi prisa. Y con un aire misterioso emprendió su vuelo y desapareció...

La noche estaba clara.

El cielo, abierto como un océano infinito de estrellas.

Anka levantó la mirada.

—Anku... —susurró— ¿Alguna vez pensaste que todo esto... está conectado con algo mayor?

Anku no respondió de inmediato.

Respiró hondo, como si quisiera escuchar algo más profundo que las palabras.

—No lo pensé... —dijo al fin—. Lo olvidé.

Se sentaron en silencio.

El viento pasaba suave, como un mensaje antiguo.

—Hemos hablado de paz con uno mismo... —dijo Anka—

—...con los demás —continuó Anku—

—...con la naturaleza...

—Además de la Paz en las Escuelas, y la paz local, nacional e internacional

Anka hizo una pausa.

—Pero esto... —miró el cielo— es otra cosa.

Anku sonrió levemente.

—Es lo mismo... pero más grande.

Un silencio profundo los envolvió.

Vivo.

—¿Entonces la paz... también es cósmica? —preguntó Anka.
—Si todo está conectado... —respondió Anku—
—...la paz también.

Anka cerró los ojos.

—Es raro... pero siento que cuando uno está en paz... todo alrededor cambia.

—No es raro —dijo Anku—. Es coherencia, es resonancia.

—¿Resonancia?

—Sí. Cuando lo que piensas, sientes y haces... se alinea.

Anka abrió los ojos.

—Y eso... ¿Impacta en el mundo?

Anku miró las estrellas.

—Más de lo que creemos.

Anka sonrió.

—Entonces... una persona en paz...

—...influye en otra —dijo Anku—

—...y en otra...

—...y en otra...

Ambos dijeron al mismo tiempo:

—...hasta tocar al mundo entero.

El cielo parecía más cercano.

O tal vez eran ellos quienes se sentían más parte.

—Oye, Anku...

—¿Sí?

—¿Y si la paz no es algo que "construimos" ...?

Anku la miró.

—¿Y si es algo que recordamos?

Anka asintió, con los ojos brillando.

—Como si siempre hubiera estado ahí.

El viento volvió a soplar.

Pero ahora ya no parecía solo viento.

Parecía... presencia.

Anku se puso de pie.

—Tal vez ese es el verdadero cambio.

—¿Cuál?

—Dejar de vernos separados.

Anka también se levantó.

—De nosotros...

—De los demás...

—De la Tierra...

—Del Universo...

Se miraron

—Entonces, hagamos ese capítulo más

—La paz con la vida

—La paz con todo



Capítulo 6

Paz con la Vida

44

Paz en el nacimiento: gestación, parto y post parto

El nacimiento en paz es una experiencia integral que abarca importantes procesos conscientes de: preconcepción, concepción, gestación, el momento del parto y el cuidado posterior. No se trata únicamente de traer un nuevo ser al mundo, sino de hacerlo en un entorno de respeto, dignidad, armonía y acompañamiento que favorezca tanto a los progenitores como al bebé. Promover prácticas que fortalezcan la confianza, la seguridad y el bienestar integral es esencial para transformar la vivencia del nacimiento en un acto de humanidad.

Gestación con vínculos de Paz

La gestación es el periodo en el que la madre y la familia se vinculan con el nuevo ser. Lo que la mujer siente y experimenta en esta etapa influye directamente en su bebé. Por ello, es fundamental que se prepare física y emocionalmente para el nacimiento. La información clara y accesible contribuye a la toma de decisiones conscientes sobre el lugar y las condiciones del parto, mientras que el acompañamiento emocional y profesional ayuda a reducir temores y fortalecer la confianza.

Parto de Paz

Durante el parto, la cultura de paz, se traduce en el respeto a la autonomía de la mujer, evitando intervenciones innecesarias que muchas veces se realizan de manera rutinaria sin considerar la evidencia científica actualizada. Es esencial garantizar un ambiente tranquilo y seguro, con palabras amables, apoyo afectivo y condiciones físicas adecuadas para recibir al nuevo ser. Además, el acompañamiento elegido por la madre refuerza su confianza y disminuye la ansiedad, convirtiendo el parto en una experiencia de dignidad y respeto.



Bebés recién nacidos, después de un parto de paz

Postparto de paz

El postparto es un momento clave para consolidar la cultura de paz. Promover el contacto piel con piel favorece una conexión profunda entre madre e hijo, no sólo en términos de regulación hormonal y del sistema nervioso, sino también en la construcción de la confianza básica y la capacidad de cuidado. La lactancia temprana fortalece la salud del bebé y el vínculo afectivo, mientras que el apoyo emocional y físico a la madre resulta crucial para su recuperación. Reconocer la importancia de este vínculo y del cuidado respetuoso del recién nacido contribuye a formar una sociedad más consciente y empática.

Paz, respeto y dignidad

El nacimiento es la primera experiencia de relación humana y constituye el origen de todo. Si logramos que sea un acto de paz, respeto y dignidad, estaremos sembrando las bases para un mundo más humano. En cambio, prácticas violentas o deshumanizadas pueden dejar huellas emocionales que afectan la percepción de seguridad y confianza en la vida. Cambiar la forma de nacer es, en definitiva, cambiar la forma de vivir y convivir. La cultura de paz durante el nacimiento coloca a la madre y al bebé en el centro, generando un compromiso social y profesional que busca transformar esta experiencia en un acto de dignidad, humanidad y amor.



Autora

Sandra Calderón

Es Administradora de Empresas, doula de gestación, parto y post parto. Diplomada de Salud Perinatal y Lactancia Materna y Neuro educación, facilitadora de Pedagogooogia3000.

Co- fundadora del Observatorio de Violencia Obstétrica Bolivia.

45

Paz en la muerte: el buen morir y el pasaje a la Luz

Hay momentos que llegan sin anunciarse y lo reorganizan todo. El tránsito de mi mamá fue uno de ellos. Al principio quería protegerla: evitarle las conversaciones difíciles, las palabras que duelen, la verdad que asusta. Creía que eso era el amor. Fue ella quien me enseñó que el amor verdadero:

- No evita: acompaña.
- No silencia: escucha.
- No controla: sostiene.

Cuando solté mi necesidad de salvarla para simplemente estar con ella, algo se acomodó en las dos. Ella pudo hablar, despedirse, cerrar. Y yo comprendí que dejar ir con amor no es rendirse: **es el acto de paz más grande que conozco**. Dejar ir con amor es un regalo de dos vías: para quien parte, es el permiso de irse sin culpa, en serenidad, para quien se queda, es el inicio de una comprensión más honda de la vida.

"La muerte no es el fin de la vida, sino el fin del cuerpo que nos permite sentir, ver y tocar. La vida no termina, sólo cambia de forma."

Elisabeth Kübler-Ross

Cinco regalos que podemos ofrecer a quien se va

El Buen Morir es un proceso de reconciliación, aceptación y amor donde la persona se despide con serenidad. Para que ese proceso sea completo, existen cinco cierres que son, al mismo tiempo, cinco regalos:

1. **Cierre emocional:** Poder despedirse en paz de los seres queridos. No se impulsa a nadie a una despedida; simplemente se crea un espacio seguro para que esta llegue por sí sola. Cuando ese espacio existe, las palabras más importantes de una vida encuentran su camino. Decir "gracias", "te amo" y "adiós" es uno de los actos más sanadores que un ser humano puede realizar.

2. **Cierre económico:** Dejar en orden las finanzas y los documentos importantes. Organizar los asuntos materiales no es un trámite frío, sino un acto de amor hacia quienes permanecen. La tranquilidad que brinda este cierre permite liberar energía y atención para los procesos más íntimos, emocionales y profundos.
3. **Cierre consigo mismo:** Hacer un balance de la propia vida y reconocer el legado de amor. Mirarse con compasión, reconocer lo que se ha dado, lo que se ha aprendido y lo que se ha sembrado en el corazón de quienes se ama. Reconocer el propio legado es uno de los regalos más hermosos que una persona puede hacer antes de partir.
4. **Cierre de reconciliación con el propio cuerpo:** Entre más activa y presente permanece la persona, más lúcida y conectada se mantiene. Acompañar a mi mamá a reconciliarse con su cuerpo, a agradecerle todo lo que le había permitido vivir, fue un acto sagrado. Aceptar que el cuerpo ha cambiado no es rendirse: es honrarlo con todo el amor que merece.
5. **Expresar lo que se desea:** Manifestar con claridad los deseos para la despedida: estar en casa, ser cremado, el destino de las cenizas, la música, las personas, la ropa o el ritual. Dar voz a estos deseos es ejercer la autonomía hasta el último momento. Es un acto profundo de conciencia que brinda paz a quien parte y claridad a quienes acompañan.

La neurociencia nos ofrece hoy un puente hermoso entre lo que sentimos y lo que ocurre en el cuerpo durante el tránsito. Esto puede darle a la persona que está en proceso de enfermedad o que se acerca el momento de dejar su cuerpo físico, la tranquilidad que va a un “lugar” que ya conoce.

El DMT, Dimetiltryptamina, paz y luz.

El DMT es una molécula que el propio cerebro produce de manera natural. Se genera en la glándula pineal y otras zonas del cuerpo, y puede liberarse con mayor intensidad en el nacimiento, el sueño profundo y la muerte. Rick Strassman propuso en 2001 que esta molécula facilita la transición de la consciencia. Barker y Dean demostraron en 2019 su función neuroprotectora y moduladora. Esto podría explicar las sensaciones de luz, paz y expansión que tantas personas describen al acercarse al tránsito. La ciencia no contradice lo espiritual: lo acompaña y lo hace comprensible.

La Escala de Greyson

La Escala de Greyson, desarrollada en la Universidad de Virginia, documenta que las experiencias cercanas al tránsito. Incluyen cuatro dimensiones:

- La cognitiva: claridad mental extraordinaria y revisión de vida.
- La afectiva: paz profunda, amor incondicional y sensación de unidad con todo.
- La paranormal: experiencias fuera del cuerpo y comunicación intuitiva.
- Lo trascendental: cruce de umbral y regreso voluntario al cuerpo. Estas no son fantasías: son experiencias documentadas, reales y humanas.

"La muerte nos enseña a vivir con más consciencia, a priorizar lo esencial, y a amar sin miedo a perder."

Inspirado en Kübler-Ross, Stephen Levine y Ram Dass

Cuando acompañé a mi mamá, entendí que mi presencia no era para detener nada, sino para iluminar el camino. Las palabras que le decía no eran para convencerla de quedarse, sino para asegurarle que podía irse. Sostenerle la mano no era para retenerla, sino para decirle con el cuerpo lo que a veces las palabras no alcanzan: **que estaba lista, que estábamos bien, que podía ir en paz.**

Eso es lo que hoy ofrezco a las familias que acompaño. No tengo respuestas para el misterio, nadie las tiene. Pero sí, tengo la certeza, vivida y sentida, de que cuando alguien puede partir con amor — con sus cierres hechos, con sus palabras dichas, con sus manos sostenidas suavemente — algo en el universo se acomoda de una manera que es, en sí misma, una forma de paz. La paz que se nota.

*"Gracias, mamá, por enseñarme que morir bien es también vivir bien.
Que cada cierre, cada palabra dicha con amor, cada mano sostenida
en silencio, es un acto sagrado."*



Autora

Alejandra Vélez Pasiminio, México/Colombia

Madre, Mujer medicina y Terapeuta Holística orientada en acompañar a descubrir el Propósito de vida de niños/as, Jóvenes y Adultos desde la Visión de La Cosmología Maya, La ley del Tiempo, Los Registros Akáshicos, Los Animales emblemáticos chinos y El I Ching entre otros. Instructora de Visión Extraocular VEO. Comunicadora Inter-especies. Shakti Healer-Sanación Femenina. Voluntaria de la Consciencia en la Fundación Internacional René Mey. Formada como Guía y Terapeuta en Sexualidad Sagrada y Empoderamiento Femenino. Practicante de Barras de Access Consciousness. Facilitadora certificada de Pedagoogia 3000 4000 5000.

46

Cultura de buenos tratos para fomentar la paz en la Sierra Tarahumara

Datos de la experiencia

La actividad fue realizada en una escuela rural de la Comunidad de Norogachi, Municipio de Guachochi en la región de la Sierra Tarahumara (Chihuahua, México) durante el mes de abril de 2024.

El propósito central es fomentar una cultura de buenos tratos como base para la construcción de paz en las comunidades Rarámuri de la Sierra Tarahumara, brindando a madres y padres de familia herramientas y estrategias prácticas, pertinentes y aplicables a su contexto cultural, que fortalezcan la crianza respetuosa, el diálogo intergeneracional y la resolución no violenta de conflictos. La finalidad era promover relaciones familiares basadas en el respeto, la empatía, la dignidad y el reconocimiento de los saberes ancestrales, contribuyendo así al bienestar integral de niñas, niños, jóvenes y de toda la comunidad.

Actividades

- **Círculos de palabra y escucha comunitaria:** espacios seguros donde madres, padres y personas mayores compartieron experiencias sobre la crianza, los conflictos familiares y las formas tradicionales de resolverlos. Se promovió la escucha respetuosa y el aprendizaje colectivo.
- **Crianza con buenos tratos:** sesiones prácticas donde se trabajan habilidades como manejo de emociones, comunicación asertiva y disciplina sin violencia, mediante juegos, dramatizaciones y ejemplos cotidianos adaptados al contexto Rarámuri.
- **Recuperación de historias y saberes ancestrales:** las personas mayores de la comunidad compartieron relatos, valores y enseñanzas tradicionales sobre el respeto, la convivencia y la armonía, fortaleciendo la identidad cultural y su transmisión a nuevas generaciones.

Logros

Hubo una participación activa, asistieron 90 madres, padres, abuelas, abuelos, familiares de las niñas y niños. Reflexionaron sobre la importancia de hacer cambios en las prácticas de crianza y se comprometieron a aplicar en el hogar las estrategias aprendidas de buen trato.

Se comprometieron a tener una mejor expresión y diálogo respetuoso entre madres y padres y hacia las hijas e hijos y una escucha activa y amorosa.

Se propuso realizar en la escuela, sesiones de fortalecimiento cultural para compartir relatos, prácticas y valores ancestrales recuperados e integrarlos a la vida cotidiana.

Se comprometieron a atender los conflictos de manera pacífica aplicando estrategias no violentas de resolución o transformación, reconociendo la importancia de buscar una persona mediadora en caso de ser necesario.



Actividades realizadas en una escuela rural de la Comunidad de Norogachi, Municipio de Guachochi en la región de la Sierra Tarahumara (Chihuahua, México).

Facilitadoras



Nelly Chavarría



Esther

Revilla

Master en Educación Para la Paz, Facilitadoras certificadas de Pedagogía para la paz.

47

Los pueblos originarios y la Paz

La paz es un modo de vida

Los pueblos originarios nos recuerdan algo fundamental:

La paz no se construye desde fuera.

Se cultiva en la forma en que vivimos cada relación.

Con nosotros mismos,

con los demás,

con la Tierra

y con el universo.

Es una práctica cotidiana,

un camino de equilibrio,

una forma de habitar el mundo.

Y cuando volvemos a esa sabiduría...

la paz deja de ser una búsqueda...

y se convierte en un modo de vida.

La cultura de paz no es algo nuevo, sino una sabiduría ancestral que muchos pueblos viven desde hace milenios. En efecto, mucho antes de que la "Cultura de Paz" fuera nombrada como concepto reconocido mundialmente hoy en día, ya era vivida por numerosos pueblos originarios del mundo.

Para estas culturas, la paz no es un ideal abstracto ni una meta futura, es una forma de existencia basada en el **equilibrio, la armonía y la relación consciente con todo lo que se vive.**

Para muchos pueblos originarios, la paz no era solamente "la ausencia de guerra". La paz era un estado de equilibrio profundo entre el ser humano, la comunidad, la naturaleza, el mundo espiritual y el cosmos. Era una manera de vivir con la esencia.

Cosmovisión ancestral y el concepto de "Paz"

Algunas ideas centrales que aparecen en numerosas cosmovisiones ancestrales son:

- La paz nace de la armonía interior: una persona con desorden interno genera desarmonía en el afuera; una persona en equilibrio aporta bienestar a la comunidad.
- La paz implica reciprocidad: dar y recibir en equilibrio con las personas, la Tierra y todos los seres vivos.
- La paz requiere respeto por la naturaleza: los ríos, montañas, animales y bosques eran considerados seres vivos o sagrados, no objetos de explotación.
- La paz es comunitaria: el bienestar individual no podía separarse del bienestar colectivo. Muchas decisiones se tomaban buscando consenso y equilibrio.
- La paz incluye lo espiritual y lo cósmico: la vida humana estaba conectada con fuerzas mayores, ciclos naturales, ancestros y leyes universales.
- La paz significa vivir sin romper el tejido de la vida.
- Muchas culturas milenarias entendían que todo está interrelacionado; dañar una parte afecta al conjunto.

Algunos ejemplos

Los pueblos **andinos** hablaban del equilibrio con la Pachamama y del “Vivir Bien” (Suma Qamaña / Sumak Kawsay), donde la armonía vale más que la acumulación.

Los pueblos **Kogui** de la Sierra Nevada de Colombia enseñan que el ser humano debe cuidar el equilibrio del mundo y vivir de acuerdo con la Ley de la Madre Universal.

En tradiciones **Lakota** de United States aparece la idea “Mitákuye Oyás'inj” (“todos estamos relacionados”), una visión de unidad entre todos los seres.

Entre los pueblos **Mapuche** de Chile y Argentina, la paz está vinculada al Küme Mongen, “la buena vida” en equilibrio con todas las fuerzas de la naturaleza.

En muchos pueblos **Amazónicos**, la paz significa convivir respetuosamente con los espíritus del bosque, los animales, las aguas y la selva viva.



Familia y Mamo Kogui, Sierra Nevada,
2024 con Deycy (P3000)



Encuentro mapuche, 2013 (P3000)



Con los Yachac (sabios) de Ecuador
Cuenca, 2009 (P3000)



Isla del Sol, Wiñay Qhana Wawa, Bolivia
2011-2021 (P3000)

La paz, en las cosmovisiones originarias, no era solamente un acuerdo humano; era un pacto de armonía con toda la existencia, todos los seres visibles e invisibles.

Mantra de la Paz Viva

Camino en paz conmigo,
camino en paz contigo.
Honro la Tierra que me sostiene,
escucho la vida que me rodea.
Doy y recibo en equilibrio,
hablo y actúo con consciencia.
Soy parte del todo,
y el todo vive en mí.
Donde voy, siembro respeto.
Donde estoy, cultivo armonía.
Porque la paz no se busca afuera...
la paz vive en mí, respira en mí y se nota en mí.

48

La poesía en la Educación, el portal a la empatía y la expansión de consciencia

La poesía debería ocupar un lugar esencial dentro de la escuela desde los primeros años de vida. No únicamente como parte de la literatura, sino como una experiencia humana profunda que permite a niñas, niños y jóvenes descubrir el lenguaje, desarrollar la imaginación y construir una relación sensible con el mundo. Escuchar poesía desde la infancia significa abrir una puerta hacia otras maneras de pensar, sentir, observar y expresar la vida. Significa comprender que las palabras no sirven solamente para informar o describir, sino también para crear belleza, hacer preguntas, imaginar posibilidades y nombrar aquello que a veces no puede explicarse de manera directa.

La poesía, factor de Paz

En los primeros años, los niños/as aprenden el mundo a través de los sonidos, los ritmos, las emociones, las imágenes y el juego. Por eso la poesía dialoga de manera tan natural con la infancia. Las rimas, las repeticiones, las metáforas, los juegos de palabras y la musicalidad permiten desarrollar la escucha, la atención, la memoria y la sensibilidad lingüística. Un niño/a que escucha poesía aprende a reconocer los sonidos del lenguaje, a ampliar su vocabulario y a descubrir que las palabras pueden combinarse de infinitas maneras. La poesía fortalece la expresión oral y la comprensión del lenguaje porque invita a escuchar con profundidad y a percibir matices, ritmos e imágenes. También despierta el placer por las palabras y ayuda a formar lectores sensibles, atentos y reflexivos.

La poesía y la paz interior

Además, la poesía desarrolla la imaginación. Y la imaginación no es algo secundario dentro de la educación: es una capacidad fundamental para pensar nuevas posibilidades, crear soluciones, comprender otras realidades y construir empatía. A través de los poemas, los niños pueden imaginar bosques que hablan, montañas que recuerdan, animales que sueñan o ciudades

construidas sobre las nubes. Esa posibilidad de imaginar otras maneras de vivir y de mirar el mundo expande el pensamiento y fortalece la creatividad. Un niño que imagina es también un niño que aprende a pensar con libertad.

La poesía también ayuda a desarrollar el pensamiento simbólico y emocional. Muchas veces, los niños y jóvenes encuentran en las imágenes poéticas formas de expresar emociones que todavía no logran nombrar directamente. La poesía puede convertirse en una herramienta para decir aquello que preocupa, aquello que hierde o aquello que muchas veces permanece en silencio. Un poema puede ayudar a hablar de la tristeza, de la soledad, de la alegría, del miedo, de la injusticia o de la esperanza de una manera profundamente humana.

En este sentido, la poesía no sólo embellece el lenguaje: también acompaña la vida interior. Puede ser una forma de sacar las tristezas del alma, de transformar el dolor en palabras y de descubrir que otros seres humanos también han sentido lo mismo. Para muchos niños y jóvenes, escribir o escuchar poesía puede convertirse en un refugio, en una manera de comprenderse mejor y de comunicar lo que sienten cuando todavía no encuentran otra forma de hacerlo.

Poesía y paz con los demás

Además, la poesía tiene una dimensión profundamente social y humana. La poesía nos ayuda a imaginar otros mundos posibles. Nos permite pensar en amaneceres más justos, en relaciones más humanas, en sociedades más sensibles y solidarias. Un niño que escucha poesía aprende también a mirar el sufrimiento de otros, a desarrollar empatía y a comprender que el lenguaje puede ser una herramienta de cuidado, memoria y transformación. La poesía enseña que las palabras también pueden sanar, acompañar y crear comunidad.

Escuchar poesía desde pequeños fortalece además la capacidad de observación y sensibilidad frente al mundo. La poesía invita a mirar los detalles: la lluvia sobre las ventanas, el sonido del viento, los árboles, los animales, los silencios, las calles, las emociones de las personas o los cambios de la luz sobre las montañas. En un tiempo donde el lenguaje muchas veces se vuelve rápido, funcional y superficial, la poesía devuelve profundidad y humanidad a las palabras. Enseña a detenerse, escuchar y contemplar. Nos recuerda que el lenguaje también puede ser un espacio de belleza, juego y asombro.



Escuela Samay, comuna Tola Chica



Escuela, Saraguro, Loja Ecuador

Por ello es importante que la escuela acerque a niñas y niños a poetas y escritores que permitan descubrir distintas maneras de nombrar el mundo. En Ecuador es importante reconocer la obra de Eugenio Moreno Heredia, escritor y poeta cuencano cuya obra transmite sensibilidad, musicalidad y cercanía con la vida cotidiana y la naturaleza. También es valioso acercar a los estudiantes a poetas ecuatorianos como Jorge Carrera Andrade, cuya poesía observa con asombro la naturaleza y los pequeños detalles del mundo, y Catalina Sojos, cuya escritura conecta sensibilidad, emoción e imaginación.

Autores de poesía para la infancia

Dentro de la poesía latinoamericana para la infancia es fundamental leer a Gabriela Mistral, quien dedicó gran parte de su obra a la infancia, la ternura, la escuela y la naturaleza. Sus poemas poseen una profunda humanidad y sensibilidad hacia el mundo infantil. También es importante la obra de Rubén Darío, cuya musicalidad y riqueza sonora permiten descubrir la belleza del idioma y el placer del ritmo y las imágenes poéticas.

De igual manera, autoras como Gloria Fuertes han acercado la poesía a generaciones de niños desde el humor, el juego de palabras y la imaginación. María Elena Walsh transformó la literatura infantil latinoamericana a través de poemas y canciones llenas de creatividad, sensibilidad y libertad imaginativa. Asimismo, la poeta mexicana María Baranda ha creado una poesía para niños profundamente conectada con la naturaleza, la emoción y la contemplación del mundo.

La poesía no debería ser vista únicamente como algo para analizar o memorizar. Antes que nada, debe ser escuchada, sentida y disfrutada. Un niño que escucha poesía aprende que las palabras tienen ritmo, textura, música y emoción. Aprende que el mundo puede mirarse de muchas maneras y que cada persona tiene una voz propia para nombrarlo.

La capacidad de asombro

Y quizás allí esté una de las tareas más importantes de las maestras y maestros: cuidar la manera poética que los niños/as tienen de mirar el mundo. Proteger esa capacidad de asombro, esa lógica llena de belleza con la que explican las cosas, relacionan ideas y descubren sentidos inesperados. La infancia posee una forma profundamente sincera y creativa de comprender la vida; una mirada donde aún conviven la imaginación, la sensibilidad y la curiosidad sin miedo al error.

Educar también significa no apagar esa voz. Significa acompañarla, escucharla y ofrecerle palabras, poemas e imágenes que le permitan crecer sin perder su capacidad de maravilla. Porque cuando la escuela cuida la poesía en la infancia, también está cuidando la sensibilidad humana, la creatividad y la posibilidad de construir un mundo más consciente, más bello, más humano y más justo.



Autora

Verónica Durán, Ecuador

Es maestra de la primera infancia e idiomas, también es escritora.

Instagram: @veroduranpoesia

49

Paz con Todo



El concepto de “Paz con Todo”, adoptado por Pedagogía 3000 y presente desde tiempos ancestrales en la sabiduría de numerosos pueblos originarios, encierra una profundidad singular. Engloba una paz viva, consciente, activa, co-creativa y expansiva, que abraza todas las dimensiones del ser y de la existencia.

La “Paz con Todo” es aprender a caminar en armonía con uno mismo/a, con los demás, con la naturaleza, con la Tierra, con el cosmos y con todos los niveles visibles e invisibles de la vida. Es vivir en coherencia con las leyes esenciales del Universo o Multiverso, reconociendo humildemente que somos parte de un tejido mayor. Implica también aceptar y honrar el hecho sagrado de estar encarnados/as en la Tierra, comprendiendo que cada ser forma parte inseparable de un Todo vivo e interconectado.

En este sentido, la “Paz con Todo” puede comprenderse como una “Paz con el Cosmos”, una apertura hacia una conciencia más amplia y luminosa, donde la humanidad recuerda que pertenece a un Universo vibrante, inteligente y profundamente unido. Esta visión incluye la paz con los reinos sutiles, con todas las formas de vida y con la energía universal que anima la existencia. Representa la armonía entre todos los planos del ser y la unidad profunda que sostiene la vida.

Así, la “Paz con Todo” trasciende la dimensión individual y social para convertirse en una manera de habitar el mundo conscientemente. Es una frecuencia de amor, respeto, reciprocidad y co-creatividad que inspira la evolución hacia una Nueva Humanidad más consciente y solidaria. Nos invita a vivir desde la conexión, la presencia y la conciencia de pertenecer a una gran red de vida.

Yuluka

Esta noción se aproxima al término *Yuluka*, presente en la tradición de los pueblos Kogui de la Sierra Nevada de Colombia, que puede comprenderse como “estar de acuerdo” y “vivir en armonía con la ley de la Madre Universal”. Significa caminar sin romper el equilibrio sagrado de la vida; respetar los ríos, las montañas, los bosques, las aguas y todos los elementos de la naturaleza, evitando desgarrar el delicado tejido que sostiene la existencia.

Vivir en equilibrio con la Vida

Cada pueblo originario posee su propia lengua, símbolos y cosmovisión; muchas tradiciones ancestrales del mundo comparten principios muy cercanos al sentido profundo de Yuluka: vivir en equilibrio con la Vida, respetar el orden natural y comprender que el ser humano es parte de un tejido sagrado mayor.

Algunos ejemplos

- En los pueblos mapuche de Chile y Argentina existe el principio del **Küme Mongen**, “la buena vida”, relacionado con el equilibrio entre las personas, los espíritus, la naturaleza y las fuerzas invisibles del universo. Todo tiene vida y merece respeto.
- Entre numerosos pueblos indígenas de Norteamérica, especialmente las naciones Lakota y Dakota de United States y Canada, aparece la expresión **Mitákuye Oyás’iŋ**, que puede traducirse como “todos estamos relacionados”. Expresa que humanos, animales, plantas, piedras, aguas y estrellas forman una sola familia universal.
- Los pueblos maoríes de New Zealand hablan del concepto de **Whakapapa**, la red genealógica sagrada que une a todos los seres vivos con los ancestros, la Tierra y el cosmos. La identidad humana existe sólo en relación con el Todo.
- En varias tradiciones aborígenes de Australia existe la noción del **Dreamtime** o “Tiempo del Sueño”, donde la Tierra es un ser vivo y sagrado. Las montañas, ríos y caminos contienen memoria espiritual, y el ser humano tiene la responsabilidad de mantener el equilibrio del mundo.
- En muchas culturas amazónicas de Brasil, Perú, Colombia y Ecuador, la selva es entendida como un organismo vivo y consciente. No existe separación entre espiritualidad, naturaleza y vida cotidiana; todo posee espíritu y merece reciprocidad.
- En la tradición védica de India aparece el concepto de **Dharma**, entendido como el orden universal que sostiene la vida. Vivir en armonía implica actuar de acuerdo con ese orden cósmico y ético.

En todas estas visiones aparece una misma intuición profunda: la paz no es solamente un asunto humano o social.

La verdadera paz surge cuando el ser humano recuerda que pertenece a una red viva de relaciones visibles e invisibles, y aprende a caminar sin romper el equilibrio del Todo.

Desde las cosmovisiones originarias, así como desde la visión de P3000 4000 5000, esta paz reconoce que el ser humano no está separado del Universo, sino que es parte de él. El cosmos tiene sentido, posee leyes, memoria y vida. Por ello, "Paz con Todo" implica vivir de manera coherente, respetuosa, consciente y recíproca con todo cuanto existe: el ser humano, la comunidad, la naturaleza y el cosmos entero.

50

Peace Fire: la fogata de Paz que enciende a una generación

En distintos lugares del mundo, especialmente entre jóvenes, está resurgiendo una práctica sencilla y profundamente simbólica: reunirse alrededor del fuego.

Lo llaman *Peace Fire* o **Fogata de Paz**.

Y aunque parece algo simple, está despertando algo muy profundo:

el sentido de comunidad, presencia y conexión real.

El fuego como punto de encuentro

Desde tiempos ancestrales, el fuego ha sido un centro de reunión:

- Para compartir historias.
- Para cantar.
- Para tomar decisiones.
- Para sanar.

Hoy, en medio de la hiperconexión digital, muchos jóvenes están redescubriendo este espacio como una forma de volver a lo esencial.

*El fuego reúne sin pantallas.
Invita a mirar, escuchar... y estar.*

¿Qué es una Peace Fire?

No es un evento formal ni rígido.

Es un encuentro intencional donde un grupo de personas se reúne alrededor de una fogata para:

- Compartir desde el corazón.
- Escuchar sin juicio.
- Cantar, tocar música o guardar silencio.
- Reflexionar sobre la vida, la comunidad y el mundo.
- Generar vínculos auténticos.

No hay jerarquías.
No hay presión.
Solo presencia.

Un espacio seguro para ser

Uno de los aspectos más poderosos de la fogata de paz es que crea un entorno donde:

- Las personas pueden expresarse libremente.
- Se valida la emoción sin necesidad de corregir.
- Se practica la escucha profunda.
- Se fortalecen la empatía y el respeto.

En un mundo donde muchos jóvenes sienten presión, aislamiento o sobreestimulación, la fogata se convierte en un espacio de **respiro y autenticidad**.

Expresión, arte y conexión

En muchas *Peace Fire* aparecen espontáneamente:

- Canciones.
- Música.
- Poesía.
- Historias personales.
- Momentos de silencio compartido.

El arte surge de forma natural, no como espectáculo, sino como expresión.
Aquí, cada voz importa.
Cada presencia suma.

Un puente entre lo ancestral y lo actual

Aunque hoy se presenta como una tendencia entre jóvenes, la fogata de paz es, en realidad, un retorno.

Un retorno a prácticas ancestrales donde:

- La comunidad se reunía en círculo.
- El fuego representaba vida, transformación y unión.
- La palabra era sagrada.

Es volver a lo esencial.

Impacto real

Las experiencias de *Peace Fire* están mostrando efectos concretos:

- Mayor sentido de pertenencia.
- Reducción de tensiones emocionales.
- Fortalecimiento de vínculos.
- Apertura a la escucha y al diálogo.

- Reconexión con la naturaleza.
- Se “proyecta” la cultura de Paz al mundo.

No es sólo simbólico.

Es profundamente transformador.



<https://www.facebook.com/peacefires/>



Una práctica simple, una transformación profunda

En un mundo complejo, la fogata de paz recuerda algo esencial: no siempre se necesitan grandes estructuras para generar cambio, a veces basta con un círculo, un fuego (incluso una simple vela es suficiente si no se puede prender fogata en tu lugar) y personas dispuestas simplemente a estar presentes. Un grupo de personas se reúne con esa intención la intención de Paz, algo cambia. Invisible pero real.

Y entonces comprendemos:
que la paz no siempre llega con grandes discursos...
a veces, comienza en silencio,
alrededor de una llama.
Y poco a poco...
la paz se enciende...
y se nota.

¿Qué pasa con Anku y Anka?

Anku y Anka van a un Peace Fire (Fogata de Paz)



La noche ya había caído.
El cielo brillaba de estrellas.
Y en el centro... una fogata.
Anka se acercó despacio.
—Wow... —susurró— aquí se siente algo mágico.

Anku miró hacia el círculo. Había jóvenes alrededor de diferentes lugares, hablando distintos idiomas, como si cada uno tuviera una historia distinta.... Pero, aun así, algo... los unía.

—Es una *Peace Fire* —exclamó Anku, en voz baja para no romper el ambiente.
Anka se sentó.

—No parece un evento...
—Porque no lo es.

El fuego crepitaba suavemente.
Nadie dirigía.
Nadie se imponía.
Solo... presencia.

Una chica empezó a tocar una guitarra.
Alguien más cantó, bajito.
Otro compartió una historia.
Silencio.
Escucha.
Respeto.

Anka miró a Anku.
—Nadie interrumpía...
—Aquí... se escucha de verdad.

Una joven habló:
—En mi país hay mucho conflicto... pero aquí... siento calma.

Otro dijo:

—Yo vine porque necesitaba desconectarme... y terminé conectando más que nunca.

Anka sintió un nudo suave en el pecho.

—Esto... es fuerte.

—Sí —dijo Anku—. Es real.

El fuego iluminaba los rostros.

No había pantallas.

No había filtros.

Solo miradas... y humanidad.

—Oye —susurró Anka— ¿Por qué funciona?

Anku pensó un segundo.

—Porque es simple.

—¿Simple?

—Sí.

Un círculo.

Un fuego.

Personas presentes.

Anka sonrió.

—Y cero juicios

—Exacto.

Alguien lanzó una pregunta al grupo:

—¿Qué significa la paz para ustedes?

Silencio.

Luego, respuestas:

—Sentirme seguro, sin violencia... sin bombas

—Poder ser quien soy.

—Escuchar sin miedo.

—Estar en equilibrio.

Anka cerró los ojos un momento.

—Eso... no lo enseñan así en ningún lado.

—Porque esto no se enseña... se vive —respondió Anku.

El fuego subió un poco. Las chispas volaron hacia el cielo.

—Mira eso —dijo Anka— parecen estrellas subiendo.

Anku sonrió.

—O mensajes.

Un grupo empezó a cantar.
No perfecto.
Pero juntos.
Anka se unió.
Anku también.
Y por un momento...
no importaba de dónde venían.

—Oye, Anku...
—¿Sí?
—Esto debería estar en todas partes.
Anka volvió a mirar el fuego.
—La fogata une... Las personas atraen a más personas.... Las que están
dispuestas a compartir.
—Y se atreven a amar...

El fuego comenzó a bajar lentamente.
Pero nadie se movía.
Nadie quería romper ese momento.

Anka habló suave:
—Siento que algo cambió...
Anku asintió.
—Sí.
—Pero no sé explicar qué.
Anku respondió:
—No todo lo importante se puede explicar.

Silencio.
Pero no vacío.
Lleno.

Entonces Anka no pudo resistir
Se levantó y, uno a uno, abrazo a cada presente.
Anku, los ojos llenos de lágrimas, siguió a su hermana e hizo lo mismo.
Uno por uno...
Corazón a Corazón...
Y la Tierra misma empezó a vibrar, las estrellas a bailar, el cosmos a regocijarse.

A lo lejos, se escuchó algunos ululatos agudos... y felices...



—Será que nuestra sabia lechuza quiso venir también —exclamó Anku— Sintió que algo cambió...

—Siiii ¡Mira!...

Miraron con asombro y deleite.

—Y no está sola, ¡le acompañan tres polluelos!

—Ese era su ¡secreto! ¡Es mamá!

—Son adorables.

La lechuza parecía muy emocionada. Acomodó a sus pichones blancos a sus pies...

—Siiiiiiiiiii ¡Son adorables! La sabiduría pasa de generación en generación, así como la paz de su libro, mis queridos amigos, pasará de generación en generación.

—¿Cómo se llaman sus hijos?

—Se llama Voluntad, Sabiduría (Sofía) y Amorcito

Claro pensaron Anku y Anka, pichones de nuestra sabia lechuza, no podían llamarse de otra forma.

—Como se parecen mucho, les ate un cordoncito a la patita.

—Si veo —añadió Anka.

—Ah...azul, amarillo y rosado, por supuesto —constató Anka.

La Mamá Lechuza, con algo de orgullo en su postura, abrazó a los tres polluelos con sus alas blancas, y mirando a Anku y Anka a los ojos declaró:

*A veces, la paz no llega con grandes palabras
ni con estructuras complejas.*

A veces...

*llega en forma de círculo,
de fuego,
de miradas sinceras
de bebecitos...*

Llega cuando bajamos el ruido
y volvemos a lo esencial:
estar,
escuchar,
sentir,
compartir.
Y en ese espacio simple, humano, real...
algo se enciende.
Primero en uno.
Luego en otro.
Y luego... en todos.
Como una llama que se transmite sin perderse.
Y entonces, sin darnos cuenta...
la paz se vuelve experiencia.
La paz se vuelve encuentro.
La paz... se enciende y se nota.

Fin

—Aaa Anka ibas a poner fin —replica la Mamá Lechuza
—¿No es fin?
—Es inicio ¡Es Inicio de una nueva era!

Glosario

Bullying

El *bullying*, o acoso escolar, es un maltrato físico, psicológico, verbal o social repetido y prolongado que una persona sufre a manos de otra o de un grupo. Ocurre generalmente entre iguales, como estudiantes, y se basa en un desequilibrio de poder. Las causas son variadas e incluyen factores personales, familiares y del entorno, y las consecuencias pueden ser graves para la salud mental de la víctima.

Bullying digital

Se trata de un acoso a través de las redes sociales, igualmente las consecuencias pueden ser graves para la salud mental de la víctima.

Círculos de Escucha

Recurso pedagógico (basado en Montessori, que lo nombraba "la línea") de escucha empática entre los estudiantes, donde cada uno/a puede expresar sus sentimientos y emociones en un lugar seguro y de respeto.

Círculos de Paz

Proceso de diálogo de Paz que crea un espacio seguro, favoreciendo las relaciones y ayudando a resolver las diferencias y los conflictos.

Educatiooon 3000

Pedagooogia 3000 es conocido en inglés cómo Educatiooon 3000 (con tres O).

EEP 3000

Acrónimo por Escuelas Embajadoras de Paz 3000

Embajada de Paz

Proyecto de Pedagooogia 3000 que consiste en organizar una red de Embajadas de Paz, articulando educación integral, comunicación ética, diplomacia, medio ambiente, protección ciudadana y redes solidarias de paz tanto nacional como internacional.

Escuela de los 7 Pétalos por la Paz

Propuesta de escuelas integrales para el tercer milenio, diseñada e iniciada por Pedagooogia 3000 en 2014. Atiende 7 niveles indispensables de desarrollo del ser humano, por eso el nombre de 7 Pétalos o 7 ejes pedagógicos. Ver los dos tomos sobre este tema en nuestra página web www.p3000.info y el tercer tomo en www.P40005000.info

Escuelas Embajadoras de Paz

Propuesta de Pedagogía 3000 de transformar las Escuelas -y cualquier espacio educativo o comunitario, formal o no formal- en Embajadas de Paz, es decir en lugares donde estudiantes, educadores, familias y cada ser humano pueda convertirse en auténticos actores de paz y conciliación, con amistad, solidaridad, bondad, benevolencia, altruismo y compasión: para uno mismo/a, para los demás y para todos los seres vivos que habitan este planeta. Se complementa de un test práctico (llamado test EEP 3000) de 100 preguntas y más de 500 sugerencias concretas.

Facilitadores Certificados de P3000

Se trata de personas capacitadas durante un mínimo de 15 días, directamente por Noemi Paymal o por Facilitadores de Facilitadores 3000.

Labor en equipo

Término de P3000 por "trabajo en equipo". Por evitar la palabra "trabajo", ya que la palabra trabajo contiene las palabras "traba" y "abajo", con doble connotación negativa.

Multi U 3000 4000 5000 por la Paz

Propuesta de P3000 4000 5000 de co-creación de una red de centros multi-educativos técnicos y universitarios, que sea multi-cultural, multi-facético y multi-localización. Investiga y ofrece materias innovadoras y complementarias, orientadas a la reconstrucción de una sociedad de paz y solidaridad, con protagonistas fraternos, pro-activos, colaborativos y felices que con responsabilidad cuidan su planeta. La Multi U, desarrolla, amplía, profundiza e instrumentaliza los 7 ejes de las Escuelas de los 7 Pétalos, en un sistema más amplio llamado los 13 pilares, base de nuestra propuesta de la Sociedad de los 13 Pilares por la Paz.

OMMUM

Proyecto de P3000 a largo plazo que consiste en montar y hacer funcionar una Organización Mundial de Multi-Educación Unida y Multi-cultural, especialmente a través del proyecto Embajada de Paz.

Pluri-Educación

“Pluri-Educación” es un término de Pedagoogia 3000, para abordar de manera más integral e inclusiva una sesión de la Educación que antes se llamaba Educación Especial o Inclusiva

Sociedad de los 13 Pilares por la Paz

Propuesta de Pedagoogia 3000 4000 5000 y de la Red Mundial de Educatiooon 3000 que propone que la Educación desemboque en una sociedad basada en nuevos paradigmas de solidaridad y de paz. La meta es que las personas sean felices, positivas, proactivas y que cuiden activamente y con consciencia a su Planeta y a cada ser que vive en él. Se distribuye en 13 Pilares, Departamentos, Áreas o Ministerios, cada uno con sus funciones específicas en sinergia con los demás Pilares. Las acciones de todos los Pilares refuerzan la cultura de paz, el bienestar y el cuidado ambiental.

STEAM-H

STEAM-H es una extensión del enfoque educativo STEAM. El término STEAM se refiere a una orientación interdisciplinaria que integra Ciencia (Science), Tecnología (Technology), Ingeniería (Engineering), Arte (Arts), y Matemáticas (Mathematics) para fomentar habilidades como el criterio, el pensamiento propositivo, la creatividad, la colaboración y la resolución de problemas. STEAM H añade una "H" que generalmente representa Humanidades (Humanities) o Salud (Health).

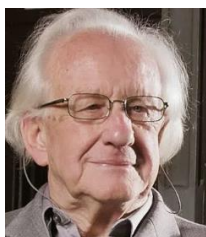
Team Building, TB

Expresión en inglés que significa procesos de construcción de equipo, a través de coaching, actividades cooperativas o labores en equipo

Test EEP 3000

Se trata de un test práctico de Cultura de Paz, elaborado por Pedagoogia 3000. Está compuesto de 100 preguntas y más de 500 sugerencias prácticas, para evaluar el grado de Paz en cualquier ambiente, escolar y no escolar, formal e informal.

Bibliografía sobre la cultura de paz



Galtung, Johan

Institute of Research for Peace Norway

1955. *Gandhi's Political Ethics*. (con Arne Naess. Primer libro académico centrado en ética y paz.

1967. *Theory and Methods of Social Research*. Obra clásica sobre metodología en investigación social.

1976. *Peace, War and Defense*. Monografía clave integrando teoría y práctica para la paz.

1978. *Peace and Social Structure*. Uno de sus trabajos fundamentales sobre estructura social y paz.

1978. *Methodology and Development*. Enfoque metodológico sobre desarrollo y paz.

1990. *60 Speeches on War and Peace*. Colección de discursos sobre guerra, paz y sociedad.

1996. *Peace by Peaceful Means: Peace and Conflict, Development and Civilization*. Síntesis de paz, desarrollo y civilización.

2010. *Launching Peace Studies: The First PRIO Years*. Repaso histórico del PRIO y su impacto en los estudios de paz.



Lederach, John Paul

Conflict zones, the transformation of the conflict, Peace Sustainable USA, Reconciliation in Divided Societies

1995. *Preparing for Peace: Conflict Transformation Across Cultures*. Syracuse University Press. Un texto clave en su enfoque de transformación del conflicto que guía análisis y práctica.

1997. *Building Peace: Sustainable Reconciliation in Divided Societies* United States Institute of Peace Press. Su obra definitoria sobre construcción sostenible de paz y reconciliación en sociedades fragmentadas.

1999. *The Journey Toward Reconciliation*. Herald Press. Explora procesos de reconciliación a nivel personal y social después de conflictos.

2003. *The Little Book of Conflict Transformation*. Good Books. Una guía accesible con principios prácticos para la transformación de conflictos.

2005. *The Moral Imagination: The Art and Soul of Building Peace*. Oxford University Press. Analiza la creatividad ética necesaria para construir paz duradera.

2014. *Reconcile: Conflict Transformation for Ordinary Christians*. Herald Press. Relaciona la transformación del conflicto con una perspectiva espiritual y comunitaria.



Martínez Guzmán Vicent

University Jaume I of Castellon, Spain, the different Peaces

2001. *Filosofía para hacer las paces*. Barcelona: Icaria. Obra fundamental en la que plantea una filosofía práctica de la paz.

2005. *Podemos hacer las paces*. Bilbao: Desclée de Brower. Profundiza en cómo las personas pueden construir paz en

contextos cotidianos y sociales.

2009. *El papel de la sociedad civil en la construcción de la paz*. Barcelona: Icaria. Análisis del papel activo de la sociedad en procesos de paz.



Muñoz Muñoz, F. A.

2001. *La paz imperfecta*. Granada: Editorial de la Universidad de Granada. — obra central donde desarrolla su concepto de *paz imperfecta*.

2004. *Manual de Paz y Conflictos*. Granada: Editorial de la Universidad de Granada. Manual integral sobre paz y gestión de conflictos.

2011. *Los Habitus de la Paz. Teorías y prácticas de la paz imperfecta* (con J. Bolaños Carmona). Granada: Universidad de Granada. Exploración de teorías y prácticas relacionadas con la paz imperfecta.

2000. *Historia de la Paz: Tiempos, espacios y actores*. Granada: Universidad de Granada. Historia y desarrollo de la paz como proceso social.

2013. *Filosofía y praxis de la paz*. Barcelona: Editorial Icaria. Reflexiones filosóficas y prácticas sobre la paz.

Referencias bibliográficas adicionales

Técnicas anti estrés

Jon Kabat-Zinn (2013). *Mindfulness para principiantes*. Barcelona: Editorial Kairós.

Daniel Goleman (1996). *La inteligencia emocional*. Barcelona: Editorial Kairós.

Herbert Benson (2000). *La respuesta de relajación*. Barcelona: Ediciones Oniro.

Thich Nhat Hanh (2015). *El milagro de mindfulness: una introducción a la meditación*. Barcelona: Editorial Oniro.

Arte terapia y mandalas por la Paz

Carl Gustav Jung (2010). *El hombre y sus símbolos*. Barcelona: Paidós.

Joan Kellogg (2006). *El mandala: camino de autoconocimiento*. Barcelona: Luciérnaga.

Cathy Malchiodi (2013). *Manual de arteterapia*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Jean-Pierre Klein (2008). *Arteterapia: una introducción*. Madrid: Octaedro.

Susanne F. Fincher (2014). *Creación de mandalas para la transformación personal*. Barcelona: Gaia Ediciones.

Shaun McNiff (2004). *El arte como medicina*. Barcelona: Paidós.

Rudolf Steiner (2005). *El arte de educar*. Madrid: Editorial Rudolf Steiner.
(Relaciona arte, desarrollo humano y equilibrio emocional en la educación.)

Neurociencia y estrés

Daniel J. Siegel (2012). *La mente en desarrollo: cómo interactúan las relaciones y el cerebro para modelar nuestro ser*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Joe Dispenza (2014). *Deja de ser tú: la mente crea la realidad*. Barcelona: Urano.

Bruce H. Lipton (2010). *La biología de la creencia*. Madrid: Palmyra.

Bessel van der Kolk (2021). *El cuerpo lleva la cuenta: cerebro, mente y cuerpo en la superación del trauma*. Barcelona: Eleftheria.

Stephen Porges (2022). *La guía de bolsillo de la teoría polivagal: el poder transformador de sentirse seguro*. Barcelona: Eleftheria.

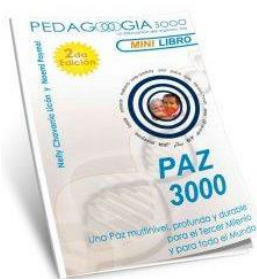
Francisco Mora (2017). *Neuroeducación: solo se puede aprender aquello que se ama*. Madrid: Alianza Editorial.

Nazareth Castellanos (2021). *El espejo del cerebro*. Madrid: La Huerta Grande Editorial.

David Servan-Schreiber (2004). *Curación emocional*. Barcelona: Kairós.

Bibliografía de Pedagogía 3000

Cultura de Paz 3000, varios autores



2016. Paz 3000 con Chavarría Licón, Nelly y Noemi Paymal. Ed. Ox La-Hun / P3000.

La Paz. Bolivia.



2017. Paz 3000 activa. Con Chavarría Licón, Nelly y Noemi Paymal. Ed. Ox La-Hun / P3000.

La Paz. Bolivia.



2026. 2ª edición Escuelas Embajadoras de Paz, Varios autores.

Ed. Ox La-Hun / P3000.

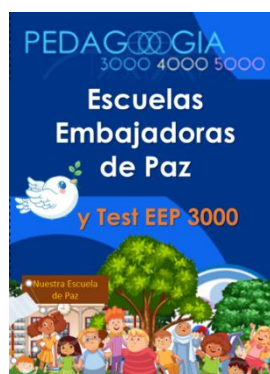
La Paz. Bolivia.



2025. Test EEP Escuelas Embajadoras de Paz, Varios autores.

Ed. Ox La-Hun / P3000.

La Paz. Bolivia. 3000



Estos cuadernos están diseñados para aprender haciendo; son especialmente dirigidos a docentes en actividad. Su formato práctico y dinámico ofrece un sustento teórico conciso que sienta las bases necesarias para dar paso inmediatamente a una amplia variedad de ejercicios y actividades prácticas.

Por Patricia Vieyra y P3000. 2026



*Liderazgos de Paz:
El nuevo liderazgo no
dominará, despertará*

*Autores: Nelly
Chavarría, Gloria María
Abarca, Paola Lizcano y
Noemi Paymal*

Ed. Ox La-Hun / P3000.

La Paz. Bolivia.

2026



Una Paz que se nota

*Pinceladas para hacer
visible la cultura de paz
en escuelas y
comunidades.*

Con Anku y Anka

50 artículos

*Compiladora: Noemi
Paymal*

Ed. Ox La-Hun / P3000.

La Paz. Bolivia.

2026



*Pedagooogia 3000:
un Pooortal a la Paz*

*Noemi Paymal y Paula
Sagredo Astudillo*

Ed. Ox La-Hun / P3000.

La Paz. Bolivia.

2026

2026. Pedagooogia 3000: un Pooortal por la Paz. Noemi Paymal y Paula Sagredo Astudillo. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia. (en edición)

2026. Una Paz que se nota. Noemi Paymal (compiladora). Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia. (en edición).

2026. Liderazgos de Paz. Noemi Paymal (compiladora), con Nelly Chavarría Paola Liscano y Gloria Abarca. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia. (en edición)

2026. Cuadernos prácticos de 1-12, los diez ejes a implementar en las *Escuelas Embajadoras de Paz*. Por Patricia Vieyra. Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz. Bolivia.

2025. Test EEEP 3000 de la *Escuelas Embajadoras de Paz*.

2025. *Escuelas Embajadoras de Paz*. Co-autores: Chavarría Licón, Nelly, y Noemi Paymal. 2ª edición Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz. Bolivia.

2017. *Paz 3000 activa*. Con Chavarría Licón, Nelly y Noemi Paymal. Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz. Bolivia.

2016. *Paz 3000*. Minilibro con Chavarría Licón, Nelly y Paymal, Noemi. Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz. Bolivia.

Libros de Pedagoogia 3000, Noemi Paymal

2024b. La Escuela de los 7 Pétalos. Curri7P. Tomo III. Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.

2024a. La Multi-U. La Universidad de Mañana Hoy. Tomo III. Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.

2023. La Multi-U. La Universidad de Mañana Hoy. Tomo II. Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.

2022b. Saliendo del Homo Sapiens. Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.

2022a. La Multi-U. La Universidad de Mañana Hoy. Tomo I. Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.

2017. La Educación del Futuro ¡Ahora! Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.

2017. La Escuela de los 7 Pétalos, cómo implementar una Escuela para el Tercer Milenio. Tomo II. Ed. P3000. La Paz, Bolivia.

2016. La Escuela de los 7 Pétalos, para los niños/as de hoy y de mañana. Tomo I. Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.

2015a. Pedagoogia 3000. Tomo II: Pedagoogia 3000. Herramientas educativas bio-inteligentes y otras para el Tercer Milenio. Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.

2015b. Los niños y niñas de hoy y de mañana: Aportes científicos fisiológicos, psico-emocionales y neurológicos en los niños/as de ahora y la educación que necesitan (Compiladora: Noemi Paymal). Ed. Kier. Argentina.

2008. Pedagoogia 3000. Guía práctica para docentes, padres y uno mismo. Quinta edición, revisada y ampliada. Versión interactiva. Ed. Ox La-Hun. Barcelona, España y La Paz, Bolivia.

Varios autores de Pedagoogia 3000

Badillo, V. y Paymal, N. y colaboradores

2021. CurriVIDA. Una currícula para el tercer milenio... hacia una Educación en una octava superior de consciencia. Ed. Ox La-Hun. La Paz, Bolivia.

Martinho Cláudia y Paymal Noemi

2020. Architecture 3000, Geometry and Consciousness for learning spaces. Design your school of the future, now... Ed. Ox La-Hun. La Paz, Bolivia, disponible en Amazon.

2013. Pedagoogia 3000, en Pedagogías para la Práctica Educativa del siglo XXI. Tomo I Pedagogías integrativas. Universidad

Autónoma del Estado de México. Grupo Editorial Miguel Ángel Porrúa. Toluca, México.

Espinosa Manso, Carlos, Walter Maverino y Noemi Paymal
2007. Los niños y jóvenes del tercer milenio. Guía práctica para padres y educadores. Ed. Sirio. España. Segunda edición, 2013.

Mini-libros de P3000, Noemi Paymal y colaboradores

2025. Una nueva generación de niños/as, De neuro divergente a neuro emergente. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.
2024. 33 Herramientas Pedagógicas Prácticas 3000 4000 5000. Hacia una Educación con conciencia, paz y alegría. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.
2024. La Multi-U. La Universidad de Mañana Hoy. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.
2022. Educación cuántica reconectiva. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.
- 2021a. Qué hago con mi hijo/a. ¿Cómo educar a los niños/as de hoy y de mañana? Educación post-2020. Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.
- 2021b. Qué es Pedagoogia 3000 4000 5000. Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.
2019. Qué es Pedagoogia 3000. Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.
2017. Anku y Anka. Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.
2016. Paz 3000. (Chavarría Licón, Nelly y Noemi Paymal). Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.
2011. La Escuela de los 7 Pétalos. Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.
2010. Pedagoogia 3000 y la Expansión de Conciencia. Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.
2009. ¿Cómo recibir a los bebés de hoy? Ed. Armonía. La Paz, Bolivia.
2008. Kiero Kambiar y... ahora sé cómo. Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.
2007. Pedagoogia 3000 en 13 pasos fáciles. Ed. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.
2006. ¿Qué hago con mi hij@? Ed. Armonía. La Paz, Bolivia.

Manuales pedagógicos-

Cuadernos pedagógicos aplicados. Serie "La Educación holística es posible".
Números del 1 al 33, en www.P3000.info.

Cuadernos pedagógicos aplicados. Serie "P4000 5000". Números del 34 al 100
en www.P40005000.info

Cuadernos de aplicación para la Escuelas Embajadoras de Paz. Números del 1
al 12 en www.P40005000.info

En francés

2011. L' Education, une stratégie pour réenchanter la vie. Edición le Soufflé d'Or. París, Francia. (Karine Mazevet d'après Noemi Paymal).

En portugués

2009. P3000 facilit. 13 passos simples para ser um excelente pai, mãe e professor do Terceiro Milênio en educación especial Ox La-Hun. La Paz, Bolivia.

En inglés

2024c. Let's them Fly. Educatiooon 3000. Ox La-Hun / P3000. La Paz, Bolivia.
7 libros y 10 pocket books en inglés en www.educatiooon.info

Compiladora del presente libro y co-autora

Una Paz que se nota

*Pinceladas para hacer **visible** la cultura de paz en escuelas y comunidades*

Con Anku y Anka

Noemi Paymal, Bolivia/Francia



Noemi Paymal es investigadora, comunicadora, antropóloga y autora. A partir del 2001, impulsó Pedagoogia 3000, las Escuelas de los 7 Pétalos, las Multi U 3000 4000 5000 por la Paz y la red mundial de Educatiooon 3000. Ha impartido más de 2600 conferencias y talleres presenciales en los 5 continentes, así como más de 2200 programas y cursos en línea. Ha publicado 19 libros y 16 mini

libros.

Anexos

Playlist de canciones de paz

Ejemplos de Canciones que inspiran, conectan y transforman

***Love of Tired Swans* – Dimash Kudaibergen**

Una pieza profundamente emotiva que transmite sensibilidad, belleza y conexión universal. Ideal para: momentos de calma, introspección o apertura de actividades.

***Imagine* – John Lennon**

Un himno global que invita a imaginar un mundo sin divisiones. Ideal para: reflexiones grupales y debates sobre la paz mundial.

***One Love* – Bob Marley**

Mensaje claro de unidad, amor y hermandad. Ideal para: dinámicas grupales, integración y alegría compartida.

***Color Esperanza* – Diego Torres**

Motivadora, positiva y muy accesible para todas las edades. Ideal para: levantar energía, trabajar esperanza y resiliencia.

***Heal the World* – Michael Jackson**

Un llamado directo a cuidar la humanidad y el planeta. Ideal para: actividades sobre responsabilidad global.

***Gracias a la Vida* – Mercedes Sosa**

Profunda conexión con la gratitud y la vida. Ideal para: momentos de cierre o reflexión emocional.

***We Are the World* – USA for Africa**

Colaboración global con mensaje de solidaridad. Ideal para: actividades colectivas y sentido de comunidad.

Higher Power, Coldplay, Chris Martin

Transmite esperanza, luz interior y potencial humano.

Playlist de Película de Paz

Películas (atención, para adultos, no para niños/as por favor, contienen escenas violentas) que muestran diferentes dimensiones de la paz: reconciliación, empatía, inclusión, diálogo, justicia, compasión, amistad, no violencia y esperanza.

Pueden servirte como inspiración para talleres, cine-foros o actividades educativas dentro de *Una paz que se nota*.

Pay It Forward

(Cadena de favores)

Un niño propone cambiar el mundo haciendo favores desinteresados que se multiplican de persona en persona. Muestra cómo pequeños actos pueden generar una cultura de paz visible y concreta.

Invictus

Basada en la historia de Nelson Mandela y cómo utilizó el deporte para reconciliar a Sudáfrica después del apartheid.

The Boy Who Harnessed the Wind

(El niño que domó el viento)

Un niño africano usa la creatividad y conocimiento para ayudar a su comunidad a superar el hambre y la desesperación.

Freedom Writers

Una profesora transforma conflictos violentos entre jóvenes en diálogo, escuchando y dejando que expresen sus emociones

Wonder

Un niño con diferencias físicas enseña a toda una comunidad el valor de la bondad y el respeto.

Klaus

Una película animada sobre cómo un acto amable puede romper generaciones de conflicto.

Avatar

Más allá de la ciencia ficción, propone una reflexión sobre la conexión con la naturaleza, el respeto a los pueblos originarios y la convivencia armónica.

Película de Educación

Estrellas en la Tierra, con Taare Zameen (2007)

A Ishaan, un niño que tiene dislexia, nada le sale bien en el internado. Pronto, un nuevo maestro de arte, Ram Shankar Nikumbh, lo ayuda a descubrir su potencial oculto.

Un Don Excepcional

Película sobre una niña que demostró tener un intelecto superior a muy temprana edad, y qué hacer.

Inside Out

(Intensamente)

Dibujo animado que muestra la educación emocional con niños y niñas.

Lista de esculturas y monumentos de paz del mundo

"Cuando la paz se vuelve visible en piedra, fuego y memoria".

Estas obras representan esperanza, reconciliación, memoria, unidad humana y el anhelo profundo de vivir en armonía. Muestran cómo la paz también puede hacerse visible a través del arte público.

Peace Pagoda

Una pagoda budista construida como oración universal por la paz mundial.



Mahatma Gandhi Memorial

Espacio dedicado al legado de Mahatma Gandhi y la no violencia activa.

El monumento se encuentra a cielo abierto y tiene una llama eterna en uno de sus extremos.

New Delhi, India



Monumentos bolivianos

Bolivia también tiene monumentos y murales dedicados a la paz, especialmente relacionados con integración cultural, memoria social y convivencia entre pueblos.



*La paz también se construye
con símbolos, arte y memoria colectiva
no es algo abstracto o político únicamente,
sino que la Paz
se escucha,
se pinta,*

se baila,
se enseña,
se cultiva,
se abraza,
y finalmente... se nota.
Gracias por estar juntos y juntas.

Epílogo

La Inauguración con Anku y Anka



El cielo estaba limpio.

Azul profundo.

Al horizonte, los nevados parecían más cerca ese día.

Anka miró el lugar... y sonrió.

—Anku... ¿te acuerdas del capítulo de Embajada de Paz?

Anku respiró hondo.

—Sí... una idea bonita. Si me acuerdo bien, hemos mencionado este proyecto en un artículo. ¿43 era? ¿Te acuerdas?

Anka asintió suavemente.

—Sí, pero era solo una idea.

—No —respondió él—. Era una semilla.

Frente a ellos, ahora, todo estaba vivo: Estructuras acogedoras, un jardín de paz, una pérgola con trepadoras de la familia de las pasifloráceas (*paz-ifloráceas* pensaron Anku y Anka al mismo tiempo, eran muy aficionados a las plantas ya que habían montado un mini jardín botánico, tanto en su Escuela de los 7 pétalos como en su Multi U), flores, muchas flores, colores suaves y un exquisito aroma a jazmín y rosas flotando en el aire. Personas caminando, saludando, abrazándose. Niños y niñas corriendo entre espacios verdes. Docentes conversando con calma. Se escuchaba una música suave en el fondo del patio.

—Wow... —susurró Anka— esto sí se siente.

—Se logró —dijo Anku, tranquilo.

Una mujer tomó el micrófono.

—Bienvenidos y bienvenidas a la **Embajada de Paz en Bolivia**.

Un aplauso suave, pero profundo, recorrió el lugar.

No era euforia. Era... sentido. Todos los medios de comunicación del país estaban presentes, filmando, entrevistando, reportando.

—Este espacio —continuó— nace del sueño de muchas personas.

Pero sobre todo... del compromiso de vivir la paz en lo cotidiano.

Anka miró a su alrededor.

—Mira eso... —dijo en voz baja— no están solo escuchando...

—Lo están sintiendo —respondió Anku.

—Lo están viviendo.

Un grupo de niños y niñas subió al frente. Cantaron. Habían preparado varios poemas, un Manifiesto de Paz y una Declaración Azul. Algunos jóvenes ejecutaron bailes de varios países, con atuendos espectaculares. Otros habían preparado un hip hop y un rap de paz.

Anka sonrió con los ojos brillantes.

—Esto... es lo que hablábamos.

—Sí —dijo Anku—. La paz haciéndose visible.

Luego, un docente compartió su experiencia:

—Antes, mi aula era de estrés constante... bulla, peleas, bullying. Hoy, es un espacio de respeto y escucha.

Una madre comunicó:

—Mis hijos han cambiado... pero también nosotros, mi marido, yo, hasta mi suegra es diferente, más cariñosa...

Un joven expresó:

—Aquí entendí que puedo aportar a mi comunidad. Puedo cuidar con respeto...

—Y yo pude ayudar a reforestar, y a ayudar a los animales de la calle.

—Yo hice un café "Pet friendly"

—¿"Pet friendly"?

—Sí, puedes traer a tus mascotas a mi café, las tratamos bien...

Anka respiró profundo.

—Esto es más grande de lo que imaginaba.

Anku asintió.

—Porque ya no es solo un proyecto.

—Es una red, es la cultura del cuidado y del auto-cuidado

—Es una comunidad.

Caminaron por el lugar.

Un espacio de formación.

Otro de encuentro.

Un jardín cuidado por estudiantes, niños/as y abuelos/as, juntos.

Un mural lleno de colores:

"La paz empieza en mí... y se expande."

—Se siente coherente —dijo Anka.

—Porque lo es.

Se detuvieron un momento.

El viento volvió a soplar, como aquel primer día.

Pero ahora traía voces, risas, música, vida.

—Oye, Anka...

—¿Sí?

—Valió la pena.

Anka sonrió.

—Aaaaa ahora no se dice "pena", se dice "Valió la alegría" ...

—Ah cierto hasta el vocabulario ¡hay que cambiarlo!

—Es que la palabra es poder —señaló Anka— es verbo creador.

Anka miró el horizonte.

—Y esto... recién empieza.

El sol comenzó a bajar, tiñendo todo de dorado, rosado y púrpura.

Las personas seguían conversando, creando, compartiendo.

No había prisa.

Había presencia.

Anku respiró profundamente

—Anka, haremos un llamado, con todo nuestro corazón.

—Dale.

Llamado mundial de Anku y Anka

Las grandes transformaciones no ocurren de un día para otro.

Se construyen con visión,

con compromiso,

con la comunidad.

Pero llega un momento...

en que aquello que parecía lejano

se vuelve real.

Se puede tocar.

Se puede habitar.

Se puede vivir.

Y entonces entendemos:

que la paz no era un sueño imposible...

era un camino.

Un camino que, paso a paso,

decidimos recorrer juntos.

Y cuando eso sucede...

la paz ya no es promesa.
La paz... está presente, y se nota.

Contactos

Email: Info.pedagooogia3000@gmail.com

Whatsapp: + 591 712 44 955

www.p3000.info

www.p40005000.info

www.pooortal.info

www.multiU3000.info

www.educatiooon3000.info (en inglés)

FB: Pedagooogia 3000 Oficial

YouTube: Canal Pedagooogia 3000

IG: pedagooogia.3000

Tiktok: Pedagooogia 3000