



Capítulo 5

JUSTICIA INTERCULTURAL Y BIENESTAR EMOCIONAL

Restableciendo vínculos

Juan Ansion
Antonio Peña Jumpa
Miryam Rivera Holguín
Ana María Villacorta Pino

Justicia intercultural y bienestar emocional
Restableciendo vínculos

Juan Ansion, Antonio Peña Jumpa, Miryam Rivera Holguín,
Ana María Villacorta Pino

© Juan Ansion, Antonio Peña Jumpa, Miryam Rivera Holguín,
Ana María Villacorta Pino

De esta edición:

© Pontificia Universidad Católica del Perú, Fondo Editorial, 2017
Av. Universitaria 1801, Lima 32, Perú
feditor@pucp.edu.pe
www.fondoeditorial.pucp.edu.pe

Diseño, diagramación, corrección de estilo
y cuidado de la edición: Fondo Editorial PUCP

Primera edición: noviembre de 2017

Tiraje: 500 ejemplares

Prohibida la reproducción de este libro por cualquier medio,
total o parcialmente, sin permiso expreso de los editores.

Hecho el Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N° 2017-15043

ISBN: 978-612-317-304-3

Registro del Proyecto Editorial: 31501361701188

Impreso en Tarea Asociación Gráfica Educativa
Pasaje María Auxiliadora 156, Lima 5, Perú

CAPÍTULO 5.

BIENESTAR EMOCIONAL: CLAVE PARA LA JUSTICIA COMUNAL

Miryam Rivera Holguín y Tesania Velázquez

El bienestar emocional es definido desde diferentes enfoques en la psicología (Diener, Weiting, Harter, Arora, 2010; Ryan, & Deci, 1985), presentándolo asociado a la satisfacción con la vida así como al desarrollo de capacidades requeridas para un funcionamiento positivo. Posteriormente se ha añadido el enfoque de lo social, que plantea a las relaciones sociales como beneficiosas, pues, funcionan como un soporte para que uno sea respetado por sus pares y contribuya a la felicidad del otro (Diener, Weiting, Harter, & Arora, 2010). En muchos estudios se ha encontrado una fuerte relación entre las medidas de bienestar y las de salud mental (Diener, Keseir, & Lucas, 2008; Lamers, Glas, Westerhof, & Bolhmeijer, 2012). De tal modo, que se puedan desarrollar intervenciones que promuevan el bienestar (campañas, políticas públicas, talleres, etcétera), para contribuir a reducir los factores de riesgo y aumentar la salud mental de la población (Huppert, 2004).

Este concepto actual recupera la noción de Aristóteles, para quien el bien máximo es el bien del alma. La justicia, como la virtud más elevada, al buscar el reparto equitativo de los bienes en la comunidad política, privilegia por ello el bienestar del alma, o bienestar emocional, de los ciudadanos.

Los estudios sobre bienestar y salud mental reconocen, desde hace varias décadas, su carácter contextual y cultural (Desjarlais, Eisenberg, Good & Kleinman, 1995). El bienestar y malestar son realidades socioculturales en sí mismas, de forma que son afectadas en su origen, desarrollo y consecuencias por la sociedad y la cultura (Foucault, 1997; Velázquez, 2007). Entonces, se trata de reconocer múltiples escenarios que suponen valores, normas y tradiciones diferentes que generan variadas formas de comprender el bienestar y el dolor; así como disímiles formas de enfrentarlo (Pedersen, 2003, 2006; Theidon, 2004).

Las comunidades comparten históricamente distintos significados y rituales con relación al bienestar y malestar (Escribens, Portal, Ruiz & Velázquez, 2008; Malvaceda, 2010; Theidon, 2004). Se trata, entonces, de reconocer y validar las diferentes formas de nombrar y sentir el bienestar y malestar, así como las diversas maneras de responder ante ellos. De ahí, resulta sumamente importante reconocer la existencia de ambos, nombrarlos y, desde esta base, poder construir un diálogo más complejo (Zuluaga, 2009).

En el mundo andino, las nociones de bienestar emocional y malestar están asociadas a una concepción de persona integrada en sí misma, en relación con los otros y con su entorno natural. Se basa en una cosmovisión andina que se caracteriza por la espiritualidad, la circularidad y una naturaleza animada y en relación viva con uno mismo, los otros y el entorno (Golte, 1981; Mujica, 2014; Zuluaga, 2009).

La noción de bienestar emocional y malestar están ligadas, aparecen como dos dimensiones de un mismo fenómeno (Rivera & Taipe, 2013); por lo tanto, cada vez que se pregunta por el bienestar emocional, emerge el malestar como parte del discurso. Cuando este aparece, la literatura apela al uso de etiquetas. La mirada biomédica tiende a patologizar lo diferente, esta perspectiva hegemónica propone entonces una sola forma de estar bien, o de estar mal. En este modelo se propone una receta biomédica que deja fuera la posibilidad de reconocer diferentes formas de expresión del malestar y de buscar, encontrar y permanecer en bienestar,

las cuales incorporan la cultura y las propias tradiciones de la población (Rivera & Taipe, 2013). Por eso, en el Perú, algunas investigaciones (Escribens *et al.*, 2008; Pedersen, 2003, 2006; Theidon, 2004) plantean la importancia de revisar el uso de categorías diagnósticas que no tienen validez universal, proponiendo una mirada distinta para aproximarse a la aflicción sufrida por poblaciones con culturas heterogéneas. Se requiere reconocer la multiplicidad cultural, y la dimensión contextual y social del bienestar emocional, así como del malestar. Por ello, presentamos algunas reflexiones a partir del análisis de testimonios sobre las nociones de bienestar emocional y malestar de un grupo de estudiantes de Ayacucho, muchos de ellos provenientes de zonas rurales de esa región andina.

Sabemos que la universidad no es un escenario neutral, y en nuestro país, en la mayoría de casos, es un espacio homogeneizador de discursos; en palabras de Zavala y Córdova (2010), se mantiene vigente un «paradigma asimilacionista». No obstante, desde hace unas décadas florecen discursos de una educación intercultural o bilingüe que también tiñen todos los espacios educativos. Coexisten, entonces, diferentes miradas y enfoques al interior de la formación universitaria; por ello, es fundamental conocer cuáles son las nociones de bienestar emocional y justicia presentes en estudiantes y docentes universitarios de Ayacucho.

I. NOCIONES DE BIENESTAR EMOCIONAL: VÍNCULO Y PERTENENCIA A LA COMUNIDAD

En líneas generales, la mayoría de los participantes señala que el bienestar emocional se encuentra asociado al estado de salud y al acceso a la salud; se relaciona también con la justicia y tiene impactos directos en el desempeño de la persona en su comunidad.

Cuando hablamos de salud, justamente estamos hablando de equilibrio bio-físico-social y va jugar un papel fundamental para el desenvolvimiento de la mujer o de cualquier individuo en su comunidad (TD1 0514).

En ese sentido, la salud es entendida como una concepción integral de equilibrio, vale decir, estar bien consigo mismo y con el entorno (Rivera & Taipei, 2013), y ello en directa relación con la justicia. La ausencia de salud es percibida con problemas a nivel de la salud mental y de la salud física, disminuyendo la calidad de vida y reconociendo el impacto de hechos del pasado en el presente.

La salud, como el equilibrio de justicia psicosocial y estos problemas de justicia, son factores que van a contribuir en la salud, desde la salud en la comunidad, el *allin kawsay*, también la armonía con su entorno, con su familia, la comunidad, el medio ambiente; entonces, es el hecho que estos problemas no solo afecten a la salud mental sino incluso a la somatización física [...] Por ejemplo, en Ayacucho justamente estos problemas no resueltos están repercutiendo en la salud emocional y el aspecto físico [...] tanta gente está sufriendo en Ayacucho posviolencia (TD1 0514).

A partir de los diferentes testimonios de estudiantes y docentes, se halla que el bienestar emocional aparece asociado al vínculo con el otro, así como a la pertenencia a un grupo mayor: familia o comunidad. Estos dos aspectos, el vínculo y la pertenencia a la comunidad, están entrelazados y se retroalimentan, ya que en ambos lo fundamental es lo relacional y lo social. Esta visión integra las experiencias y los conocimientos ancestrales, y se manifiesta a través de conceptos y términos aprendidos en la universidad.

Dicho bienestar emocional se ve afectado por múltiples conflictos; lo más importante no es el acontecimiento conflictivo en sí mismo, sino el impacto que genera a nivel del vínculo o de la pertenencia a una comunidad,

Mayormente las personas del campo lloran para desahogarse [...] Empieza el conflicto [...] mi mamá se molesta y con mi papá discuten: «tu familia no respeta, tú no le dices nada» (TE3 0814).

Este testimonio expresa cómo el impacto de los hechos materiales trasciende al aspecto concreto y daña los vínculos. Las personas valoran

más que el hecho que suscita el conflicto, el impacto generado, debido a que daña las relaciones en la familia, produce ruptura, en síntesis, atenta contra el bienestar inherente al grupo familiar. Este tipo de relaciones son el soporte del bienestar emocional en las personas y en las comunidades.

Ser parte de la comunidad se asienta en el soporte familiar, por tanto, romper la comunicación con la familia y no poder compartir con ella significa perder la responsabilidad del cuidado mutuo como parte de la comunidad, y afecta la pertenencia a ella.

Este problema aparentemente tan simple que puede parecer para nosotros, pero en la comunidad tiene mucha implicancia, puede repercutir [...] a nivel de las relaciones comunales porque son parte de la comunidad [...], entonces es un problema que trasciende (TD3 0814).

Entonces, el bienestar emocional como concepto aparece asociado al estar con otros y al ser parte de un colectivo mayor; el bienestar también está relacionado con la salud integral: física y mental. Estas dos características son centrales en la definición dada por los participantes.

Como se ha señalado antes, existe una estrecha relación entre bienestar y malestar, por lo que pasaremos ahora a presentar cómo la vivencia de algunas situaciones de injusticia afectan el bienestar. En ese sentido, describiremos algunos tipos de conflictos que han sido identificados por los participantes, como aquellos que les hacen experimentar injusticia y les generan malestar, encontrando así conflictos cotidianos —como los de posesión de terrenos, lucha por el agua, por las chacras, por las relaciones de pareja o en la familia— e identificándose también otros vinculados al conflicto armado interno.

2. IMPACTO DEL CONFLICTO COTIDIANO EN EL BIENESTAR EMOCIONAL

El bienestar emocional incluye el vínculo y las relaciones interpersonales, familiares y comunales, de allí que los conflictos con los otros originan

un impacto en él. Un conflicto pone en evidencia las formas de relación entre las personas; en ocasiones, se nota cómo se valora a la otra persona, el reconocimiento que se le tiene como par, como persona digna de respeto o no. El conflicto se manifiesta mediante la ruptura de la comunicación y del diálogo, por lo que se plantea que el pedir perdón puede contribuir a diluir el resentimiento y restaurar el vínculo. Tal como se observa en el siguiente testimonio:

A veces suele ser más impactante. Yo quiero que venga y me pida perdón, a veces basta que pida perdón. [...] Cuando pasa el tiempo, en la medida que pasa el tiempo, esa cosa material ya no es tan importante, sino el resentimiento es más importante [...] El lado familiar en las comunidades es muy fuerte, eso afecta más [...] porque rompe toda la comunicación que se tenía con toda la familia (EE10 0614).

Las situaciones reiteradas de conflictos no resueltos entre las personas de las comunidades van impactando en la salud y el bienestar emocional de la población, pues derivan en sentimientos de impotencia, resentimiento, desconfianza y temor que acompañan y afectan a la vida cotidiana.

A veces se ponen a llorar, simplemente entre ellos discuten, pero queda ahí, el resentimiento se lo guardan muchas veces. Pareciera como si el odio se apoderara de ese vínculo [...] ahí hay ese odio tan fuerte, que no puedes tomar un vaso de chicha porque no sabes qué te van a dar ahí (EE4 1114).

En ese contexto, los conflictos dañan los vínculos tradicionales, pues los cargan de emociones que van a debilitar las relaciones y con ello las posibilidades de solidaridad y trabajo conjunto, principio de la vida colectiva en el campo.

De repente la gente va ver y puede hablar mal y podría haber mal interpretaciones o habladurías, para que no haya esas habladurías [...] y se deriva que nosotros somos personas dañinas y así diferentes etiquetas que te ponen las personas (EE9 1114).

Mi amigo que estudia educación me dice que la gente ha cambiado [...] que todos son envidiosos y egoístas. Desde nuestros padres quechuahablantes nos cuentan que eran solidarios y que ahora vas a la comunidad y te dicen que hay envidia [...] y ver esta situación debilita la unidad comunal (EE1 1114).

Las situaciones de conflicto no resueltas activan sentimientos que amenazan las condiciones de bienestar emocional de las personas. Por ejemplo, la desconfianza que corroe las relaciones se desarrolla en el vínculo de los hijos con la comunidad, pero también en el anidamiento de estas emociones en el propio cuerpo albergando estoicamente la riña y la cólera.

Mi padre sigue con riña, no me cuenta pero hay algo en eso [...] porque cuando voy [al pueblo] me miran mal, como [a] una persona extraña, eso no me gusta (EE1 1114).

Cuando viajo, siempre noto que entre ellos hablan diciendo o murmurando ahí: «¿a qué ha venido?», «¿no es de la familia tal?». Eso incomoda [...] se siente como algo extraño. Eso es lo que a mí [me] lleva a investigar por qué, de algo debe venir esto, porque así nomás no creo que me estén diciendo (TE6 1114).

La vinculación del daño emocional con el daño físico es muy referida por los participantes, vale decir, respecto a la forma cómo se afecta el cuerpo a partir de las emociones experimentadas. Esa misma correlación ha sido planteada por Darghouth (2006) en su estudio titulado *Umananay*, realizado en Lima con mujeres desplazadas por la violencia de Ayacucho.

Un daño emocional permanente va a devenir con el tiempo en un daño físico, porque sabemos que se somatiza esto. El daño físico va [a] generar la disminución de la esperanza de vida, porque es así. El daño emocional es mucho más difícil de poder tratar [...] porque todo el tiempo está recibiendo reclamo, porque tiene que afrontar por su familia que a la larga puede afectar su vínculo conyugal (TD3 0814).

En el caso de las mujeres, se observa, en mayor medida, cómo el malestar se expresa en y a través del cuerpo (Theidon, 2014; Hernández, 2013; Velázquez, Seminario & Jave, 2015). Las diferencias entre hombres y mujeres se evidencian en cómo se expresa el malestar.

El conflicto y las consecuentes divisiones no solo afectan a las personas o a las familias, sino a la comunidad, porque se construyen narrativas divergentes en función a su perspectiva de lo sucedido y en las que cada quien se victimiza.

Cuando se violentan dos personas, se separan dos grupos. [...] A pesar de que son de dos familias, de algún modo va [a] involucrar a la comunidad. De repente el conflicto entre los dos puede seguir de generación en generación. Tal vez se sentirían abrumados en el momento o recordar siempre les molestaría [...] el daño es colectivo, aparte de ser individual de ellos mismos, papá, mamá, abarca también a la comunidad porque ellos adoptan esa concepción [...] se genera un conflicto interfamilias, por el terreno empiezan a pelear, se ven mal (TE3 0814).

Además, se identifican situaciones en las que el disfrute con la familia no es parte del registro cultural de todos, probablemente por el desplazamiento forzado, suscitado por los años del conflicto armado interno o por los cambios generacionales.

Yo creo que el sobrino ya no disfrutó tanto estos lazos familiares, estos compromisos y el significado que esto tiene, sin pensar mucho invade. Pasados cinco años, ese resentimiento se va traduciendo en terreno, podría haber hablado con su madre para ver la solución, como sembrar el terreno por un determinado tiempo [...] hubiera recurrido a otra solución que no era la invasión porque el terreno está ahí, nadie sembraba (EE10 0614).

La cita anterior menciona a un retornante, un sujeto que vuelve a su lugar de origen después de un largo periodo, que no valora los lazos familiares porque no disfrutó de ellos; por esto, da prioridad a sus

necesidades individuales, expresando el tránsito de una cultura en la que se valora el compartir colectivo hacia otra que monetariza la tierra, el trabajo o la faena. Este antagonismo de concepciones no es nocivo intrínsecamente. En el caso particular, se instala una dificultad mayor, cuando el retornante invade un terreno, acto violento dentro de situaciones de crisis, que exponen las condiciones de escasez de recursos, ausencia de autoridades y de mecanismos de control externo. Todo esto se convierte en un cóctel de factores propicios para la emergencia del conflicto.

3. IMPACTO DEL CONFLICTO ARMADO INTERNO EN EL BIENESTAR EMOCIONAL

El conflicto armado interno, según el Informe Final de la CVR (2003), generó secuelas importantes, no solo en las víctimas y familiares, sino también en la sociedad en su conjunto, por su afectación en el tejido social y en el bienestar emocional de las personas y las comunidades.

La gente estaba muy preocupada, porque había matanzas y otros porque hacían violaciones, violencia; por ejemplo, justo el 84, 85, mi suegro estaba como ganadero [...] hacían su fiesta, ahí llegaron [los militares], a la gente la llevaron a la cárcel y así como de burla lo castigaron, lo golpearon y la gente tenía mucho resentimiento por los militares porque hacían abusos (EP2 1114).

La CVR (2003) plantea que las secuelas psicosociales abarcaron el nivel individual —discapacidad física, ansiedad, irritabilidad, actitudes violentas y abuso del alcohol—, el nivel familiar —deterioro de las relaciones de pareja y familiares, desconfianza, inseguridad, abandono y conflictos, familias estigmatizadas, desintegración familiar y orfandad— y el nivel comunal —desidia colectiva, incremento de conflictos intercomunales e intracomunales, consumo masivo de alcohol, pandillas juveniles, pérdida de valores culturales, entre otros—. En la mayoría de los testimonios de los participantes, el conflicto armado interno aparece como telón de fondo

al conflicto cotidiano; el CAI es un evento que provocó muerte, dolor, violencia y pugnas.

El 82 ya comenzaron, antes solo adoctrinaban [...] después en el colegio también hablaban. Después comenzaron a castigar, después comenzaron a matar. Después llegó el enfrentamiento de militares. [...] eso fue una horrible situación [...] cuando mataron a mi papá por ahí encontraron gentes que andaban [...], seguramente la gente que ahí estaba, habrán seguido y habrán desaparecido [...] la mayoría de esas gentes que estaban ahí han muerto, [...] según comentaban las autoridades, de mi edad habían desaparecido 280 jóvenes, ya han muerto [...] más que nada mujeres, niños, ancianos quedaron (EP2 1114).

Durante los años de conflicto armado interno, la vida cotidiana de las familias estaba amenazada y atravesada por el miedo. Las condiciones de sometimiento a las que las familias estuvieron expuestas generaron angustia y ansiedad en todos sus miembros, lo cual produjo desconfianza, temor y dificultad para sostener vínculos con los otros y con el entorno; tal como lo ha señalado la CVR (2003) y diversas publicaciones posteriores (Bustamante, Rivera, & Matos, 2013; Cárdenas, Crisóstomo, Neira, Portal, Ruiz & Velázquez, 2005; Comisedh, 2007; Laberiano, 2010; Gonzáles, 2011; Jiménez, 2009 y Theidon, 2004). Todo este proceso se confirma de modo similar en los testimonios de los participantes,

Sí, me recuerdo que en las noches no podíamos dormir, teníamos que estar alerta, es que yo era joven, mi hermana también era joven. «Vienen los Sinchis», decían, y los jóvenes ya sabían que tenían que salir a escaparse al monte, si no los reclutan. Nosotros nos quedábamos con mi mamá, es que como éramos niños no nos hacían nada. Mi papá sí, siempre amanecía, casi no dormía, me acuerdo que dijeron: «vienen», y se habían metido dentro de la tuna, pero cuando es así ni siquiera sientes, el miedo es más fuerte que el dolor de la espina (EE8 1114).

Yo nací el 84, llegó la violencia y me trajeron a los ocho años a Huamanga, pero de hecho murieron mis tíos, menos mis papás porque se escaparon a tiempo. Cuenta mi papá que se escondieron con sus tres hermanos debajo de la roca, de cuevas, hasta que pasara unos dos días. Dice que solo se alimentaban con miel porque sobraba [y] que cuando estaban a punto de salir, se encontraron con los militares y otra vez los agarraron. Con helicóptero ya venían, de ahí lograron escapar, y se dio la oportunidad de escapar, migrar a otro sitio que es Huamanga [...]. Ahora tú ves ese lugar, está ahí, pero como museo porque ahí está [...] todo un monte, ya no es como antes. Tú puedes ver ahí está todo esos restos y no sé si habrá enterrados, qué se yo, fosas, no sé si habrán denunciado. No sé yo (EE4 1114).

Los recuerdos de los participantes están teñidos de emociones negativas como temor, desconfianza, recelo, entre otras. Las familias se vieron afectadas por el CAI y eso implicó pérdidas, duelos, desplazamiento, pero también reorganización de los roles y nuevos desafíos. No obstante, aparece un distanciamiento de los eventos, ellos no fueron directamente los protagonistas y marcan esa diferencia, lo cual les permite un mejor análisis. Adicionalmente, la distancia implica un temor a la estigmatización y a ser asociados con el CAI, pero también podría expresar un desinterés sobre lo sucedido.

Por otro lado, lo descrito por los participantes señala que con el CAI se pierde la noción de lo bueno y lo malo, se naturaliza la violencia y se recurre a ella con mayor frecuencia y sin censura, perdiendo la autorregulación y la sensibilidad por el dolor ajeno. Esa época de violencia generalizada afectó enormemente las nociones de bienestar individual y social.

La gente con el dolor y el sufrimiento ya no reconocían qué era bueno y qué era malo, y matar era algo normal y hacer daño también. La violencia familiar, después de esto, va en aumento y el alcoholismo también (EE8 1114).

La vida no vale nada, la muerte acecha y salvar la vida es una casualidad, un evento fortuito. Un ejemplo es el siguiente testimonio, que narra cómo por recoger al cadáver del padre, el narrador se separa de un grupo, que luego fue desaparecido en Totos.

[Mi papá] no era autoridad [...] él era un inválido, sentía un malestar en su cuerpo y no podía caminar bien y se vestía bastante [abrigado]. Algunos nos han dicho según [el chullo blanco] lo han matado, un chullo blanco y encima de eso su sombrero. Entonces, ese momento cuando entraron a Punkupata, a mí me llamaron, más o menos a las cinco en punto, que está viniendo gente, entonces salimos y mi papá seguro ha salido a las siete. Entonces a las siete u ocho lo han matado, cuando nosotros estábamos al otro lado. Unos amigos ex militares nos dijeron que no nos va hacer nada y nos entregamos a los militares. Cuando [nos] entregamos, casi tranquilo no más, alguien habrá comentado que a mi papá lo han matado [...] así me han soltado: «anda mira como está», y teníamos miedo, tal vez me mata[ba]n. La gente que han llevado junto conmigo han desaparecido y lo han encontrado en Totos después de veinte años. Conmigo se han entregado, [los] llevaron a Punkupata, luego a Unión Potrero, luego acá y después lo han llevado a Chuschi y de Chuschi lo han llevado con helicóptero a Totos o a otro lugar, pero han encontrado después de 20 años. Eran militares (EP2 1114).

Estas condiciones tienen consecuencias en las familias, los varones vivían en situación de riesgo permanente, muchos de ellos huyeron para evitar ser secuestrados por Sendero Luminoso (SL); sin embargo, otros fueron secuestrados y enrolados a la fuerza.

Mi mamá me dice que Cayara sufrió más en la época de la violencia, recuerdo cuando mi padre me decía que una vez los agarró [SL], los llevó por la puna, [el padre le dice] «nos llevaron y delante de nosotros mataban» [...] A mi padre se lo llevó [SL] a la fuerza, tenía veinte o dieciocho años, [dice que] caminaban por los cerros, robaban animales

para comer, si no sabían matar un pollo los dejaban a su suerte. Mi papá está en Lima (EE1 1114).

Así, otros también fueron reclutados por las fuerzas del orden y eran obligados a armar los «Comités de Autodefensa» bajo las directivas que les daban: el Estado controlaba y organizaba los cuerpos más pobres en su propia lucha contra la amenaza de Sendero Luminoso.

[Los hombres de la comunidad] eran perseguidos, por los dos bandos [...] yo me recuerdo que no dormíamos en la casa porque de ahí al frente había una base de Sinchis, si te quedabas en la casa ellos venían y te reclutaban. Nos íbamos de mi casa, al frente hay como un bosquecito, ahí dormíamos siempre, nos íbamos en la tardecita [...] también venían los Sinchis y si no estaban organizados se los llevaba y obligaba al presidente de la comunidad que tiene que formar, organizar a todos. Me recuerdo que había seguridad de 100, 200 o 300 metros creo [...] Esa época le mataron de mi papá a su primo [...] porque en la mañanita había salido y justo estaba regresando a su casa [y] antes de que llegue habían llegado los Sinchis, ya lo han interceptado, «terruco habrás sido, a dónde has ido». Ellos no han respetado nada, los Sinchis eran muy abusivos (EE8 1114).

Se debilitan los roles familiares tradicionales (mujer y varón) que daban balance a las relaciones al interior de la comunidad.

En ese espacio de Pampa Cangallo, Chuschi, Vischongo y Vilcas, entre todos esos espacios ha pasado terrorismo ida y vuelta. Las mujeres [que] no son de agarrar lampa ni pico para escarbar la papa, aquí las mujeres si se amarran bien en la cintura el *chumpi* y escarban la papa, siembran, manejan los bueyes [...] Acá la mujer trabaja como hombre, así mi abuela me comentaba, cargaban los sacos de papa, sin preocuparse del prolapso, las mujeres se parecen a los hombres y ahora un poco lo relaciono [...] La abuela, la tía, la hermana, todas participan (TD2 0614).

Los estudiantes dan cuenta de los cambios generados por el CAI y de sus implicancias en toda clase de relaciones, como los roles de género y las nuevas configuraciones familiares. La desestabilización político-militar del CAI ingresa a las dimensiones más íntimas del núcleo familiar y de su acción social en la región andina.

Por otro lado, estas nuevas tareas y nuevas condiciones serían perjudiciales en la salud, sumado a la ausencia de servicios, o al abandono de miembros de la familia, profundizando la pobreza y exclusión en la que se vive (estas ideas se profundizarán en el capítulo 8).

[Mi mamá] se enfermó gravemente de úlcera, aprendió a amargarse más. Se ajustaba la cintura para no sentir hambre. Hambre hemos pasado todos, mi padre vuelve a sembrar hace poco. Sopa de cebada, sopa de cebada con papa todos los días porque consigues fácil. Mi madre se enferma gravemente y es llevada a Lima, mi padre se queda aquí con nosotros y los animales, pero estaban en abandono las cosas, mi padre no sabía cuidar (EE10 0614).

La falta de alternativas, la imposibilidad de migrar por falta de recursos y el gran arraigo hacia la tierra provocaron que para muchos el salir para atender las necesidades significara un gran esfuerzo, ni siquiera la guerra los hizo salir. Estos testimonios evidencian esta dramática situación. En un caso se debilitó la figura de autoridad del padre y esto incrementó los factores de conflicto familiar.

Sobre todo fue [mal] vista por los cuñados, ella quería poner orden, como ella no siembra quería que ya se repartiera la herencia, los hermanos de mi padre regresaban [de Lima] y querían apoderarse de las tierras. Si no siembras, el terreno se lo llevan, [...] no podía sembrar por el dinero básicamente. Todo el año tenía que estar sembrado. [No] se recurre al *ayni* [porque] ya está fragmentado [...] Yo le pregunté a mi padre: «¿por qué tú no te has ido?», él me respondió: «porque quería asumir mi responsabilidad con la comunidad y por tu madre que no quería retirarse».

El hermano menor de mi padre vuelve a la comunidad, porque ellos sí escaparon, y vuelven en el 90 y el conflicto empieza por el terreno, ya el hermano [retornante] se asocia con las autoridades y más con el alcoholismo [del padre], y mi madre, que se interesaba en cuidar todas las cosas, era un fastidio para ellos. La familia también se va desintegrando, por eso el sobrino tiene la valentía para invadir el terreno (EE10 0614).

Este padre toma una decisión diferente a la de los hombres de su familia al quedarse en la comunidad, tal vez salir implicaba más riesgos, como perder sus tierras, principal fuente de sustento. Este testimonio ilustra también que existe una comprensión «moral y ética» sobre los roles de género, compartida por los miembros de la comunidad. Si alguien traiciona estos sentidos comunes, la comunidad lo sanciona moralmente, pues transgredirlos trae consecuencias graves para el bienestar colectivo, genera conflictos familiares que corroen el tejido social.

El uso de alcohol se agudiza y se hace parte de la vida cotidiana durante los años del conflicto y postconflicto armado en la región. Este tema aparece de manera recurrente en los testimonios recogidos, y es uno de los elementos que impacta negativamente en el bienestar emocional. El alcohol es una vía de escape de la dura realidad o un recurso para actuar sin contemplaciones ni miedos.

En todos los lugares, para que la gente esté atenta a la llegada de Sendero o de los militares para huir, tenían que chachar su coca para que no les de sueño y el alcohol para que les de valor. Es por eso que en muchas comunidades la gente se ha alcoholizado dada esa situación (TD2 0614).

Surge así una epidemia social que se expresa en cada cuerpo y, por tanto, en la mente de cada uno de los alcohólicos. Por otra parte, en varios de los testimonios, se señala que existen afectaciones al cuerpo y a la salud general de las personas, pero muy pocas veces se habla en primera persona, se emplea la tercera para distanciarse de la experiencia dolorosa.

Los estudiantes participantes no han vivido ellos mismos el conflicto, pero se refieren a él a través de la memoria de los padres u otros familiares.

Sus hijos mayores han estudiado en la universidad, [los] otros no han podido, han viajado y están en Pisco, y otro tiene dificultad, se siente muy incómodo, no quiere salir, no quiere hablar con la gente, quizá porque estaba presente en ese tiempo, no sé (EP2 1114).

El impacto ha sido fuerte [...] Yo recuerdo que para mi mamá, [...] cuando ella descubrió su enfermedad ya era demasiado tarde, yo creo que ella sentía una presión muy fuerte porque ella migra de la violencia política y otro porque ella no podía regresar [...] a veces eso genera descontrol. Mi mamá murió por derrame cerebral, el cuerpo se descontrola, ya no hay por dónde canalizar (EE10 0614).

De manera específica los estudiantes narran el impacto en las personas que detentaban cargos de autoridad en las comunidades. Ser autoridad implicaba asumir un riesgo de muerte, muchas fueron asesinadas o desaparecidas. Un estudiante describe acertadamente la situación:

«Estamos hablando de una época complicada, todas las autoridades estaban desintegradas» (EE10 270614).

Se aceleran procesos de cambio en la denominación de autoridades, como los *varayug* que, como describe la siguiente cita, mueren en su mayoría sin transferir el cargo por desactivación de la organización comunal.

La violencia política dejó desactivadas muchas organizaciones de las comunidades [...] las autoridades han fallecido bastante [...] autoridades comunales, el presidente, el agente, el teniente [...] ya no existía el *varayug*, deja de existir el 85 o el 86, matan a la mayoría [...] es reemplazado por el presidente, me imagino que ahí aparece el teniente (EE10 0614).

Por ejemplo, los líderes de Quisillacta han desaparecido [...] después ya ha muerto mi primo Jorge, que era un agente municipal [...]

cuando ellos mueren no sabíamos tanto qué hacer. [Los] líderes han desaparecido, se quedó roto, esas personas formadas para el liderazgo murieron y quedaron la gente menor de edad y los ancianos [...] Además tenían miedo, desconfianza [...] El 83 comenzaron a matar los mismos terroristas a las autoridades, diciendo «soplón» (EP2 1114).

La cita anterior evidencia la preocupación por la pérdida de quienes tienen la formación e información como autoridades, capacidades aprendidas y transmitidas culturalmente a través de la práctica y el ejercicio directo del cargo o como testigo del mismo. Dado que esa experiencia ya no llega a los más jóvenes, aumenta la distancia y la falta de compromiso de estos con su comunidad; adicionalmente, la violencia política origina temor y la desconfianza de asumir eventualmente algún cargo.

Entonces eran perseguidos, si alguien llevaba cargo en alguna comunidad era como mal visto, como el cabecilla de esa comunidad y tenían que eliminarlo y hacerle daño de alguna manera u otra, es por eso que ellos no se sentían más como de su comunidad sino más expuestos (TE2 0614).

Yo me recuerdo que [...] esa tarde vinieron a recoger al juez a su casa, como ahora los llaman, los terroristas vinieron entre diez creo [...] se lo llevaron a golpes, yo solo escuchaba los gritos y todas las groserías que decían y cómo se quejaba la víctima y decía: «discúlpenme», y todas las palabras que le decían: «tú eres un soplón, eres gente del Estado, eres un traidor, no quieres a tu pueblo», y cosas así; él decía: «a mí me ha elegido la población y yo no sé qué cosa es Estado cuando dices», y se lo llevaron (TE2 0614).

Ahí, por ejemplo, si me recuerdo un señor que era un vecino de la casa, era el juez de paz, y pasa de que su esposa de ese señor tenía contacto con los terroristas y ella se había quejado [...] diciendo que mi esposo me pega y esa noche fueron a buscarle a su casa. Para eso no estaban mis papás, nos dejaban a nosotros debajo de la cama, así. Mis papás se iban a esconderse dentro de las cuevas, todas las personas mayores y las autoridades se escapaban un kilómetro, más o menos. Ahí abajo

por las carreteras [...] yo tenía más o menos cuatro o cinco años. Entonces se lo llevaron al señor, gritando, con todo lo que es su llanto de una persona, y lo decapitaron en la plaza. Así me dijeron, fue casi de tardecita, lo decapitaron y gritaron esas arengas «autoridades que defienden al gobierno» todas esas arengas gritaron, «indio de mierda, cholo de mierda» esas cosas que siempre se decían, y a raíz de eso, las autoridades escaparon [...] migraron, dejaron solo a su comunidad [...] y así varios de la comunidad (EE4 1114).

La ruptura del tejido social y el impacto emocional se formalizan en la pérdida de legitimidad de quienes aceptaban asumir cargos de autoridad en reemplazo de los desaparecidos, ante el temor de que sus decisiones pudieran poner en riesgo sus vidas al convertirlas en argumento o justificación para alguno de los dos frentes armados.

Las autoridades no tenían poder como autoridad justamente por el miedo a esos conflictos. Por esos conflictos fue que viajaron del campo a la ciudad dejando sus animales, sus terrenos (TE3 0814).

El CAI tuvo nefastas consecuencias para los que se quedaron y sus comunidades, como bien lo describe uno de los participantes:

Quispillacta era una comunidad muy organizada, pero ahora está debilitada, por ejemplo han crecido jóvenes sin conocer a sus padres, por eso contábamos con un liderazgo que se ha retrasado en veinte años y de ahí sale y hasta que prepare y se forme ya no hay (EP2 1114).

El testimonio anterior expresa que la comunidad y las autoridades van de la mano, y que la desaparición de las segundas conlleva graves consecuencias para la primera. La ruptura de la cadena de responsabilidad y compromiso, entregada al cuidado del bien y los acuerdos comunes, es una nueva realidad que enfrentar porque como bien explica otro estudiante:

La palabra de las autoridades comunales era como una ley, tienen que respetar porque ellos mismos han elegido, porque esas personas

tienen o han visto sus cualidades, son personas respetables, y no puedo desobedecer (TE1 0514).

El siguiente testimonio continúa describiendo el proceso de preparación y formación de los jóvenes para ocupar cargos de responsabilidad en sus comunidades, y cómo el conflicto cambió el criterio de elección del saber-hacer a esperar que pudieran hacer solo por haber pasado por la escuela, es decir, se impone el valor de la educación formal sobre la práctica ancestral.

Las autoridades tenían una formación que formaban a los jóvenes para que ocuparan cargos y por eso, pues, desde que eran envarados iban formándose. En cambio, a mí me han elegido porque era un letrado, conocía, con secundaria completa, por ahí. Si no era, no me hubieran elegido (EP2 1114).

Ante la falta de quienes cumplan con los requisitos como antes, la valoración de la educación cubre este vacío.

Peor ahora esas autoridades, peor autoridades hay, no sé qué serán. De los que pelean, cualquier arreglo los gobernadores arreglan. Así es, hija (EP3 0714).

Estas constataciones pueden explicar también la reacción de desconfianza que surge entre las personas con sus autoridades como propone un docente,

Quizás las autoridades comunales no intervienen más y no logran ayudar a la resolución de conflictos, de repente por desinterés también de la comunidad y esto se articularía también a la desorganización de la comunidad (TD2 0614).

Una de las consecuencias, mencionada reiteradamente, es el deterioro de la reciprocidad, como principio de ayuda mutua, y la generalización del intercambio de dinero por trabajo, que obliga, a su vez, a disponer de fuentes de ingreso y de liquidez, situación que tampoco está garantizada

por la escasez de posibilidades de lograr alguno de ellos, como se sostiene en este testimonio:

La ayuda o la reciprocidad ya no se da ya, ya no ya, ahora más, ahora el trabajo es por no más ya. Cuando era pequeña, sí nos ayudábamos con la yunta, el par de toros era pues la yunta, le ayudábamos para su yunta de toros; y así cuando le ayudábamos, nos daba su yunta de toros o arábamos con su toro nuestro terreno y se lo devolvíamos. Así era anteriormente, ahora ya no ya [...] por dinero no más ya es ahora (EP1 1114).

El testimonio continúa describiendo los cambios que acarrea la pérdida de la reciprocidad, descritos y sentidos como negativos. Inclusive la disponibilidad de ganado mejorado, producto de políticas de apoyo a retornantes, ocasiona nuevas situaciones que no son valoradas positivamente porque, en su condiciones, sigue siendo más importante la vigencia del principio de ayuda mutua.

Aprendieron a ordeñar la vaca, en cantidad de quince o veinte litros sacan ahora y con eso reciben diario su platita, es por eso que ahora ya no hay, por eso antes en un baldecito no más ordeñábamos de nuestra vaquita que era chusquita y de eso hasta cachipa también hacíamos dos o tres no más. Ahora ya hay otras cosas, para dinero no más ya hay, cuando hay también. Anteriormente sí había pues la reciprocidad, nos ayudábamos, «por favor, ayúdame, pues», decíamos y nos ayudábamos, ahora hasta en hacer casa todo es dinero no más ya. Anteriormente, pues, había para llevar ichu, había también para amarrar techos, con ichu había para ayudar a trenzar el techo también, ahora es teja, calamina y todo eso no más ya hay (EP1 1114).

El sentimiento expresado es que la comunidad ya no funciona plenamente porque

Los lazos familiares, comunales, el presidente no es de prestigio, no le respetan, tiene ambiciones, el teniente gobernador era abigeo. La comunidad es más grande, [un anexo] está intentando separarse

porque las autoridades perdieron los cuadernos. [Las actas comunales] cada presidente hereda todo el paquete [...] ya no hay nada de eso (EE10 0614).

Las fiestas como espacios compartidos se han reducido y, con ellas, todas las posibilidades que se abrían para el bienestar individual y comunal. Allí era donde se hacían alianzas, solucionaban conflictos, definían matrimonios; donde se expresaban sentimientos positivos y negativos, pero socialmente controlados.

Otra cosa que se degrada son los carnavales: teníamos la fiesta del Carmen, [la] fiesta del cerro Machucruz [para] peregrinar [ya] desapareció, los niños llevaban los lirios, ahí te encuentras con todos. No es una fiesta católica, sino del *apu* y se encontraban [las] dos comunidades, Machucruz y Buena Vista (EE10 0614).

El calendario festivo y el calendario productivo conformaban una unidad cultural. El deterioro o desaparición del primero afecta significativamente al segundo: la cosmovisión religiosa andina se debilita ante el avance del mundo secular y las economías individualistas.

Antes los animalitos bajaban, ahora ya no. Era una costumbre del pueblo que cuando termina la cosecha del pueblo de las alturas, bajaban al pueblo a comer la chala, todo eso. Terminando casi un mes estaba, por ejemplo, la fiesta patronal de Quispillaqta, es en julio, [después] la Virgen del Carmen, el día catorce están bajando. A eso le llaman *vacayaykuy* [...] Había en ese tiempo en Kuchoquesera, en Catalinayuy, había en Toku. De todos esos sitios entraban y cada uno tenía sus mayordomos, sus *karguyuyq* (EP2 1114).

En muchos lugares, los cambios implican modificación del paisaje y nuevos modos de organizar la propiedad y, con ello, la producción. Estos cambios, especialmente para quienes se quedaron, demandan y exigen constante adecuación y modificación cultural, la cual no necesariamente es deseada.

Ahora ya no cuidamos bien ya, ya esos corrales todo ha lotizado, luego así, todo en corralones y corralones, la chacra del vecino todo lotes y lotes no más ya, y no hay campo ni para la oveja, así el cerro no más está libre ahí no más, ya no hay más. Ya no es así, ahora ya no sembramos cereales, ahora sembramos puro pasto no más, ya hay avena y ahora ya no sé qué va a comer, comerá pues todo arrocillo no más ya será, pues (EP1 1114).

Las vacas, anteriormente a este tiempo, en el cerro estaban sueltos, ahí arreábamos, ahí comían las ovejas también... ahora ya no, ahora ya no hay ni ovejas, ahora las vacas no más ya están en su corral, ha terminado el cerco, solo hay corral no más ya. Ummm... ahora ya no, ahora cortar pasto, dar de comer la avena, darle pasto, con ello estamos ocupados, ya no es como la vida de antes, antiguamente nos íbamos cargándonos encima, llevando nuestros tejidos nos íbamos tejiendo detrás de las vacas y ovejas y ahora ya no hay ni ovejas (EP1 1114).

La comunidad, en general, tiene que enfrentar nuevas condiciones, en su mayoría adversas;

La gente ha cambiado [...] todos son envidiosos y egoístas. Desde nuestros padres quechuahablantes, nos cuentan que eran solidarios y que ahora vas a la comunidad y te dicen que hay envidia [...] y ver esta situación debilita la unidad comunal. El terrorismo terminó con las instituciones, con la unidad comunal (EE1 1114).

La envidia presupone considerar el bienestar del otro como una pérdida personal: la expansión de este sentimiento fortalece una sociedad de individuos en disputa, antes que un ente comunitario solidario. De este modo, los motivos de conflictos se diversifican, se complejizan y las formas tradicionales de enfrentarlos no son suficientes. Por ejemplo, los conflictos ocasionados por quienes no asisten a las asambleas comunales por vivir fuera de la comunidad o venir de otro lugar. El desconocimiento de los acuerdos socava la legitimidad de la organización comunal.

Hay gente que entra en conflicto con eso porque no estaban en la asamblea, son de Lima, son de Ayacucho, son de Cusco, pero si va a sembrar pagan para que se lo siembren, pero si tú no le sigues pagando, ya la persona no te lo deshierba, entonces todo es a base de pedidos cuando hay gente que no va, que ya no vive allá. Entonces eso sí he visto porque la cosecha empieza y dan un plazo de veinte días [...] y dice bien claro el acta que, una vez cumplido los veinte días de la cosecha ya pasada, no se hará responsable la comunidad de que suelten los ganados, porque una vez que acaba la cosecha toda la comunidad, toda la gente, suelta su ganado y los ganados están en todas las chacras (EE4 1114).

En este caso, desconocer el tiempo establecido para la cosecha producirá la invasión y daño en las chacras de quienes no respetan el plazo establecido, generando conflictos difíciles de enfrentar mediante el reconocimiento y reparación del daño, pues el acta de la asamblea establece la no responsabilidad, pasado el plazo establecido.

Finalmente, el impacto negativo en la estructura y tejido social, familiar y comunal se expresa en la tendencia a establecer poderes o habilidades dañinas aprendidas o recogidas en otros lugares, como se menciona en el siguiente testimonio:

Ahora último de que hay brujos, hay brujos, eso me dice mi madre, que ellos aprendieron de otros lugares, saben hacer, ponen huevos sembrados, muñecos. Antes se hacían ofrendas a los cerros para que no caiga helada y ahora que ya no hacen nada de eso, creo que el cerro ya se molesta y arrasa con todos sus sembríos y piden ayuda a las instituciones, como [al Ministerio de] Agricultura (EE1 1114).

Los que estuvieron fuera no solo han aprendido malas artes sino que han dejado de relacionarse con los poderes que son importantes para quienes se quedaron, como hacer ofrendas al cerro, con consecuencias negativas previsibles sobre los sembríos, obligando a recurrir al Estado con quien podría no necesitar seguir con las prácticas y ritos tradicionales (EE5 1114).

Es decir, estos procesos de migración y retorno han generado cambios en las relaciones al interior de las comunidades, en ese sentido, no es gratuito atribuir que el mal viene de fuera y ubica en una situación de peligro a quienes permanecieron en la comunidad, como por ejemplo, con brujería o *qarqachas*.

Eso de la mala sangre, pues había estado caminando [...] y había dejado un olor a zorrino y ese olor fue que ella habría inhalado y es a raíz de eso que empezó a enfermarse. Varias personas se habrían enfermado a raíz de todas esas personas pecadoras que andaban con su familiar no más [incesto] y estas personas dejaban un olor a zorrino y ese olor es que le afectó para que ella pueda enfermarse (EP3 1114).

Este testimonio se puede relacionar también con la historia de «el *qarqacha*», que encarna a un familiar que llega, busca hospedaje y hace daño a la persona que lo recibe. Quien llega puede ser retornante y puede haberse convertido en *qarqacha* cuando estuvo fuera de la comunidad.

Hizo descansar a su familiar lejano [...] y parece que ese familiar estuvo con un familiar [...] eso de lo que dicen *qarqacha*, esos que con su familia no más, con su mamá, con su papá, con su hermana [...] Hemos hecho dormir y eso no más pues me había tentado [...] no sé cómo así ese maldito me habría tentado y es por eso que mi cabeza me dolía, aquí, me sentaba así con la cabeza reclinada y mi mano ya también así de muerto, así mi cabeza también sin vida y la cabeza dolía que daba miedo [...] Mi ojo no podía ver, totalmente opaco pues veía y yo decía «¿qué acaso ya anocheció?» y sin embargo aún era temprano. Y en la cama, en el suelo, estaba que me revoloteaba pues y no tenía fuerzas. [...] Ese mismo *qarqacha* nos ha denunciado todavía, ese mi sobrino nos ha denunciado pues. Mi nuera ya también le había pegado con un pequeño chicotito y luego [él] le había denunciado [a ella] diciendo que le había pegado, que le había llamado *qarqacha*, diciendo al policía. [...] Es nuestro paisano no más, pues, ese hombre no es, pues, ni lejano, es nuestro compoblano [...] él había ido al juez diciendo «me ha pegado, me ha dicho que soy un *qarqacha*» (EP3 1114).

De este modo, la presencia de este sujeto causó graves consecuencias en la salud de las personas del núcleo familiar y deterioró sus relaciones sociales por el conflicto judicial, activado por la denuncia que realizó él mismo. Él es miembro de la familia, pero ya no actúa bajo las reglas antiguas y previsibles que promovían la cohesión del grupo.

Para muchos, la única manera de poner a salvo sus vidas es abandonar todo y huir del campo a la ciudad, como menciona el testimonio anterior, engrosando las estadísticas de los desplazados. El desplazamiento se convierte en un fenómeno social generado por el CAI, una necesidad para salvar la vida; años después muchas familias han retornado. Como hemos visto, esto no siempre ha provocado mejores condiciones de vida; por el contrario, ha supuesto nuevas problemáticas en la convivencia diaria. Veamos el siguiente testimonio:

Migramos porque ya no vivían; casi la mayoría, por el peligro, no se quedaban; otros se han ido a la selva, pero ya cuando se tranquilizó, después de cinco o diez años, algunos regresaron, pero ya no hay mucho porque el lugar no es como para crecer algo así porque no hay agua, es seco y con lluvia no más. Si no hay lluvia, no se puede hacer nada; para los ganados tampoco no hay, en agosto así, y muchos se fueron a la selva (EE8 1114).

Las condiciones adversas de quienes tuvieron que huir distorsionan las posibilidades de reencuentros, y las influencias positivas para su retorno; ya que huyeron en malas condiciones a donde se pudo, lo que se aprendió fue para sobrevivir, y no necesariamente representan aprendizajes que contribuyen al desarrollo personal o comunal. En el siguiente testimonio, uno de los participantes indica conductas delictivas de los retornantes y el conflicto que se genera en la actualidad.

San Francisco de Puqas, es un anexo [que] luego pasó a ser Consejo Menor por el retorno de los pobladores que migraron por la violencia sociopolítica [...] están volviendo, están retornando, a causa de eso se está ampliando más la población. Ese señor ha retornado y ha

empezado a robar gallinas, de eso vivía y la gente preguntaba quién está robando gallinas si nunca pasaba y a él tampoco le echaban la culpa porque era de una familia respetada; [...] seguía robando y una vez lo pescaron (EE4 1114).

La siguiente cita ilustra las consecuencias a nivel familiar ocasionadas por la carencia de tierras para quienes retornan y la ausencia de lazos familiares y experiencia comunal en estos, pues «sin pensar mucho invade».

Yo creo que el sobrino ya no disfrutó tanto estos lazos familiares, [de] estos compromisos y el significado que esto tiene [y] sin pensar mucho invade [...], podría haber hablado con su madre para ver la solución, como sembrar el terreno por un determinado tiempo en otras circunstancias [...]; el sobrino había regresado, me imagino, con la intención de formar familia (EE10 0614).

En medio del conflicto, la conciencia de una realidad de escasez de recursos, aunada al deterioro de lazos familiares parecen propiciar situaciones límite en las que se puede delegar la crianza de los hijos a terceros, solo por imaginar que hay alguien más que lo puede hacer mejor, al tener mejores condiciones económicas, planteando así que los recursos materiales pueden ser percibidos como más importantes que la dimensión no-material, como el mundo afectivo.

[Una joven] tiene veinticinco años y tiene dos hijas [...]. Se viene a la ciudad [durante] poco tiempo y luego se va a otro lugar [...]. Las dos hijitas deja con su mamá y [ella] se hace cargo de esas criaturas. [Cuando] vuelve, su hermana llega a enterarse que tuvo [otro] hijo que lo había regalado a un familiar de su actual pareja (TE1 0514).

Por su parte, el sistema de justicia no encuentra caminos para plantear alternativas de solución frente a la complejidad de este tipo de casos.

La única manera que ha encontrado esta familia para enfrentar esta situación familiar es la vía judicial: primero, contra la madre que regaló a su hijo; luego, [contra el] padre de la criatura, para recuperarlo, pero

hasta el momento «este problema no ha llegado a tener una solución» (TE1 0514).

La migración y el desplazamiento forzado han acelerado procesos, que crean cambios culturales inéditos en sus modos de adecuarse a una nueva realidad. El crecimiento de los cordones urbanos acerca las ciudades al campo y, con ello, otras formas de vivir, como señala el siguiente testimonio:

Las comunidades que están más cerca de la ciudad ya tienen otras formas de vivir y de practicar sus costumbres, incluso dejan de sembrar sus productos para comprar cosas de la ciudad (EE5 1114).

Entonces, a partir de estas citas, se observa cómo el conflicto, ya sea el cotidiano o el generado por el CAI, es central para entender la afectación del bienestar emocional y la producción de malestar. Como lo ha señalado la literatura (Huppert, 2014; Lamers, Glas, Westerhof, & Bolhmeijer, 2012) se afecta la calidad de vida, la relación con el otro, la pertenencia a un grupo social. De este modo, irrumpen las emociones negativas y se genera un desequilibrio en la armonía consigo mismo, con los demás y con el entorno, especialmente con la naturaleza.

4. RECURSOS Y ESTRATEGIAS EN LA BÚSQUEDA DEL BIENESTAR EMOCIONAL

A pesar del sufrimiento y el malestar descrito en los testimonios de los estudiantes, se identifican móviles de bienestar en las personas. A partir de los testimonios, se hallan dos estrategias centrales: las prácticas tradicionales de su cultura y la acción para enfrentar al malestar.

4.1. Prácticas tradicionales de la cultura y el entorno

Los testimonios evidencian la presencia de prácticas tradicionales de la cultura que se sustentan en el vínculo con los otros y con la naturaleza,

esto se convierte en un soporte para la comunidad y en una búsqueda de bienestar.

[...] En el río se peinaban, lavaban la ropa juntos con doña Sabina, con ella los lazos nunca se ha roto. [A] ella al menos le quedó claro mantener [la tranquilidad] porque es una persona mayor que ve con ojos un poquito más grandes la escena donde las autoridades ven peleas. Por tanto, sabe cómo se siente mi mamá vista como extraña y [...] siempre la ha acogido y a nosotros también. Luego estaba don Guille, cuando necesitas orientación medicinal, necesitas pago [...] Mi madre, al estar con esta preocupación y tensión al no ver al padre ahí [...] y vernos a nosotros un poco solitarios, cuando salía a ver a las vacas, el terreno, los animales, se transformaba y te encuentras con doña Estefa, es también contemporánea, doña Sabina, Lucio tocando la guitarra, por cierto a mi madre le gusta la música. Pero ya cuando volvía, [...] bajando la ladera para hundirse en el pueblo, cambiaba su cara porque veía el camino por donde tendría que estar apareciendo mi padre [pero] veía la casa con el caballo solo. Una fecha se le paralizó la mitad del cuerpo porque rabió mucho [...], quien la ayudó a salir fue doña Estefa, con masajes, y Guille, con las hierbas, ellos no faltaban a la casa. Yo me acuerdo de un primo, él la ayudo más con las mudas, pasar el cuy por el cuerpo para extraer la enfermedad (EE10 0614).

Esta cita nos plantea, que frente a las secuelas de nostalgia, aparecen estrategias locales de sanación como parte de un entrenamiento de vida vinculada al campo, la naturaleza y la cultura local. Naturaleza y cultura han permitido desarrollar habilidades frente a continuas e históricas adversidades estructurales y se recurren a ellas en situaciones extremas, como las vividas en la región de Ayacucho. Esto, nos permite comprender cómo el contacto con la naturaleza es adiestrador, la naturaleza enseña que así como se inicia se termina, es cíclica. Y eso adiestra, enseña a seguir haciendo. En el campo no se puede permanecer completamente aislado o indiferente y así se desarrollan capacidades de toda índole, como la valiosa imparcialidad de la persona mayor, que es capaz de ver el bienestar

colectivo antes que el personal. Al ser una persona anciana, es poseedora de mayor riqueza cultural.

Por otro lado, emerge la oración, que se convierte en un recurso muy importante para enfrentar las consecuencias del conflicto armado interno, la religión, etimológicamente, religa, cohesiona lo separado y desestructurado; por ello «se propagan los grupos evangélicos en las comunidades» (EE8 1114).

La religión ha sido un recurso muy bueno para fortalecer a la gente, por eso ahora hay mil iglesias. Los afectados por la violencia política han encontrado un recurso en su fe en Dios [...] porque no han encontrado otro recurso, se han agarrado de su fe y ha salido adelante mucha gente (EE10 0614).

Quispillacta es pueblo evangélico y se han puesto a orar, a ayunar, han ayunado con animales, pueblo general, para que haya pacificación [...]; la gente seguramente entregaban hasta por calumnias, él también era terrorista, y ya mataban. En otros pueblos ha sido así, pues, han desaparecido pueblos enteros después de las matanzas (EP2 1114).

La última cita no solo grafica la apuesta por vivir en paz, sino también la relación con la naturaleza en la que los animales forman parte integral de la comunidad humana andina y también ayunan por aquello que hará bien a la comunidad.

La manera de procesar la pérdida es diferente. Si bien es cierto hay personas que señalan haber aceptado la experiencia de pérdida, también hay otros que reconocen que en sus propias familias no ha sucedido de la misma manera.

A nivel emocional [...] Yo siento que no llevo cargas [ni] heridas, aunque eso no significa que lo que lleva mi hermano y mi mamá no me pueda afectar. Mi hermano sí lo ve con otra mirada (EE10 0614).

4.2. La acción frente al malestar

Las relaciones después del conflicto armado no solo están caracterizadas por el dolor y el sufrimiento, sino también están matizadas con prácticas cotidianas que derivan en bienestar para las personas.

A veces cuando nos encontrábamos con las amigas, nos poníamos a jugar jaloneándonos, nos hacíamos cosquillas y así, si no estábamos con la amiga, estábamos con la *puchka* (hilado) o la *awa* (tejido) y así hasta el *simpatu* (trenzado) (EP1 1114).

El disfrute tiene espacios y formas propias; cuando ya se ha cumplido con la labor asignada por la familia de cuidar a los animales, entonces, surgen actividades que producen sensación de bienestar. En el caso de las mujeres, el hilado y el tejido, las cuales son actividades productivas realizadas con sus manos, que permiten producir ropa, utilizada no solo por ellas mismas, sino por los varones y los niños de la comunidad. En este caso, las mujeres encuentran disfrute en hacer lo que saben, en reproducir una práctica ancestral y en sentirse parte de una historia viva y colectiva.

Cuando [las ovejas] comían bien, en la pampa descansaban y nosotros hacíamos el *awa* (tejido), ya también tejíamos con palitos, con croché, hasta con la misma *millwa* (lana de oveja), lavo la *millwa*, la deshilacho, luego jalando, jalando tejo con palito y así hago, pues. En nuestras manos llevábamos y con eso hasta chompas hacíamos, capas. [...] Para tejer una chompa, entra de una cortada de una oveja casi un kilo, a veces pesa, pues. Cuando la *millwa* es de un carnero maduro [...] Luego de deshilarlo la lavo con agua caliente, bien blanquita, luego ya también la deshilacho y le saco sus grumitos y para luego enrollarla jalando así, o si no, lo junto con el *puchka tullu* [...] el mismo hilo le pongo [...] Son esas cositas que hago, pues, si caliente, hago hasta chalequitos, y aquí vengo así nomás, pues, en la chacra caminamos con eso nomás, con la bayeta. Hilábamos con la mano y en el telar tejíamos, y con lo que se tejía en telar se ponían los varones, también con hilo nomás su pantalón, había la manta también de la lana de oveja, nomás (EP1 1114).

El bienestar emocional no solo es presente, aparece también como esperanza, da fortaleza para convivir con el problema, implica tener la posibilidad de dejar a un lado el problema pero no olvidarlo, el hacer y seguir haciendo sirve como estrategia para convivir y no estar concentrados solamente en el conflicto. Esta cita demuestra que el bienestar está asociado al hacer, al trabajo, al desarrollo de actividades productivas —útiles— o artísticas.

Pensar en el futuro en su familia, hacer y seguir haciendo [...] conviven con el problema. Pensar en el futuro les da voluntad [...] el motivo de la persona es tener algo en el futuro para sus hijos [...] Yo creo que para seguir viviendo dejan a un lado el problema. Al menos yo he visto que cuando dos personas tienen conflicto en las fiestas, se insultan [...] siempre van a hablar del terreno, especialmente se insultan, a veces se pelean, van a mayores (TE3 0814).

La acción es el contrapeso al sufrimiento, ubica a la persona en un rol activo, lo convierte en protagonista de su propia vida, a pesar de las circunstancias. La capacidad de acción se refuerza por las convicciones de la persona y por el valor de la cultura. No se olvida completamente el conflicto, que se retoma y deja de lado según el momento, como se observa en la siguiente cita: «Ella se va resentida pero continúa con sus quehaceres» (TE3 0814).

Por otro lado, observamos que la creencia en las ventajas de la acción impulsa a recurrir a la justicia formal como última instancia, aún con experiencias fallidas en el sistema.

Un conflicto siempre genera problemas internos en las personas, y estos problemas no son muchas veces tomados en cuenta para que el juez pueda determinar. Es cierto, le dan la razón [a uno], pero ni siquiera los propios jueces pueden resolver este tema [...] porque hay daño y esto va seguir de generación en generación (TD3 0814).

La violencia disminuye la posibilidad de seguir actuando en búsqueda de la resolución del conflicto. Ella restringe la capacidad de respuesta y

bloquea las acciones, y esto perjudica el bienestar emocional. Los saberes prácticos y la capacidad de actuar sobre la naturaleza o el entorno social son presupuestos para alcanzar el bienestar emocional. El CAI y los numerosos conflictos interpersonales que dejó como secuela no han destruido ese saber-hacer ni esa voluntad de acción, pero los han afectado significativamente.

Los estudiantes participantes logran explayarse en las diferentes dimensiones del bienestar emocional, su concepción, su afectación y las estrategias para hacer frente al malestar. Los testimonios evidencian que estos temas se nutren de su experiencia de vida, de su pasado, historia, cultura y entorno. El bienestar emocional está integrado a su desarrollo profesional y a sus concepciones de justicia comunal y estatal. Los estudiantes no dejan fuera su identidad ni su experiencia de vida y logran darle cabida en el espacio de la universidad.