



FONDO MULTIDONANTE DE LAS NACIONES UNIDAS PARA EL POSCONFLICTO

INFORME NARRATIVO ANUAL

MÁXIMO 10 PÁGINAS

PERÍODO DEL INFORME: NOVIEMBRE 2016 – MARZO 2017

Título y Número de Programa <ul style="list-style-type: none">• Título del Programa: Actos tempranos de reconocimiento de responsabilidad colectiva• Número del Programa• MPTF Office ID:	País, (Localidad) (s), Área Temática (s), Beneficiarios <p>Colombia, Valle del cauca, Cali. Familiares de los diputados del valle del cauca</p>						
Organizaciones Participantes <p>Fundación El Arte de Vivir</p>	Socios Implementadores						
Costo del Proyecto en US\$ <table><tr><td>Contribución del Fondo:</td><td>US\$ 22,157</td></tr><tr><td>Otras fuentes de financiamiento:</td><td>US\$</td></tr><tr><td>TOTAL</td><td>US\$ 22,157</td></tr></table>	Contribución del Fondo:	US\$ 22,157	Otras fuentes de financiamiento:	US\$	TOTAL	US\$ 22,157	Duración del Programa (en meses) <p>Duración total: 5 meses Fecha de inicio: Noviembre de 2016 Fecha de cierre: 31 de Marzo de 2017</p>
Contribución del Fondo:	US\$ 22,157						
Otras fuentes de financiamiento:	US\$						
TOTAL	US\$ 22,157						
Evaluaciones del Proyecto/Evaluación de Medio Término <p>Evaluación Completada <input checked="" type="checkbox"/> Si <input type="checkbox"/> No Fecha: _17 de Abril de 2017 Informe de medio-término <input type="checkbox"/> Si <input type="checkbox"/> No Fecha: _____</p>	Presentado Por <ul style="list-style-type: none">○ Nombre: Natalia Sarmiento○ Título: Representante legal○ Organización Participante (o Líder): Fundación El Arte de Vivir○ Dirección de Email: nataliasarmientod@gmail.com						

RESUMEN EJECUTIVO

Este proyecto se enmarcó en las medidas de reparación integral adscritas al 5 punto del acuerdo de paz, específicamente en la primera medida que establece la realización de Actos tempranos de reconocimiento de responsabilidad colectiva. Teniendo en cuenta que los actos tempranos de reconocimiento de responsabilidad colectiva tienen como finalidad contribuir a la satisfacción de los derechos de las víctimas, marcar el momento simbólico de un nuevo comienzo, y crear un ambiente favorable para la construcción de la paz, en el marco del fin del conflicto entre el Gobierno y las FARC, este proyecto buscó contribuir a la realización de estos actos a partir de dos actividades puntuales donde la realización del acto público de perdón y reconocimiento de la responsabilidad colectiva con el círculo amplio de familiares de los diputados del Valle del Cauca y miembros de las FARC.

El acto contribuyó a sentar las bases del trabajo de promoción de convivencia y no repetición, a la asistencia y reparación integral de acuerdo con las consecuencias desproporcionadas que esto ha significado y generado en el país. El proyecto permitió un avance concreto en las medidas de reparación colectiva frente al grupo de familiares víctimas de los diputados del Valle del Cauca. Además de contribuir a la satisfacción de los derechos de las víctimas, marcó el momento simbólico de un nuevo comienzo tanto para los familiares como para el país, creando un impacto a nivel colectivo favorable para la construcción de la paz, en el marco del fin del conflicto entre el Gobierno y las FARC.

El planeamiento del acto público en el Valle del Cauca y su realización fue el resultado de un proceso de construcción colectiva en el cual se incorporaron las distintas narrativas y necesidades identificadas en el acompañamiento constante de la fundación a los familiares, en el cual desde un enfoque diferencial y de derechos se priorizó la voz de las mujeres y en general de todos los familiares de los diputados del valle asesinados, además del bienestar emocional de ellos, razón por la cual además de que todos los familiares participantes conocieron las técnicas del manejo de las emociones del arte de vivir, 11 de ellos profundizaron en estas y aún continúan practicándolas.

En el marco del proyecto fue clave contar con el apoyo del Alto comisionado para la paz, la participación de cada uno de los familiares del Valle del Cauca, y el apoyo de las entidades locales que aportaron a la construcción colectiva del encuentro público.

I.CONTEXTO Y OBJETIVO

Este proyecto se enmarca en las medidas de reparación integral adscritas al punto 5 del “Acuerdo Final para la Terminación del Conflicto y la Construcción de una Paz Estable y Duradera”, específicamente en la primera medida que establece la realización de Actos tempranos de reconocimiento de responsabilidad colectiva. Teniendo en cuenta que los actos tempranos de reconocimiento de responsabilidad colectiva tienen como finalidad contribuir a la satisfacción de los derechos de las víctimas, marcar el momento simbólico de un nuevo comienzo, y crear un ambiente favorable para la construcción de la paz, en el marco del fin del conflicto entre el Gobierno y las FARC, este proyecto busca contribuir a la realización de estos actos a partir de dos actividades puntuales donde se contará con la participación de víctimas del conflicto interno armado, el Gobierno y las FARC-EP.

El proyecto buscó contribuir a la transformación de imaginarios y narrativas colectivas por medio de la generación de actos tempranos de reconocimiento de responsabilidad colectiva a partir de dos encuentros entre víctimas y miembros de las FARC-EP. Estos encuentros pretendieron ser actos de reconocimiento de la responsabilidad colectiva por el daño causado de actos específicos de violencia y violación de los derechos de las víctimas. El primer encuentro contó con la participación de miembros de las FARC y algunos familiares cercanos de los diputados del Valle del Cauca. Este encuentro se llevó a cabo en la Habana durante el mes de septiembre de 2016. El segundo evento, fue un acto público de perdón y reconocimiento de la responsabilidad colectiva para el círculo amplio de familiares de los diputados del Valle del Cauca donde se dio cumplimiento a una de las acciones establecidas en el primer encuentro facilitado por el Arte de Vivir Colombia.

Los actos contribuyeron a sentar las bases del trabajo de promoción de convivencia y no repetición, a la asistencia y reparación integral de acuerdo con las consecuencias desproporcionadas que esto ha significado y generado en el

país, teniendo en cuenta las solicitudes directas realizadas por las mujeres y organizaciones de víctimas con respecto a sus necesidades, el impacto de las violaciones a sus derechos y la particularidad de los mismos dependiendo de las características etarias, étnicas, de orientación sexual e identidad de género, discapacidad y ubicación geográfica o lugar de origen en donde dichos efectos diferenciados se exacerban. Estos eventos tuvieron como objetivo dar visibilidad a los resultados de reconciliación y de perdón que se llevan a cabo tras las negociaciones de paz llevadas a cabo en la Habana.

Los procesos propuestos por el Arte de Vivir se realizaron desde un enfoque diferencial desde el primer abordaje de trabajo con las víctimas en relación a cuestiones étnicas, regionales, de género, así como de distinción entre los distintos roles familiares (hijos, madres cabeza de familia). Por otra parte, el planeamiento del acto público se organizó como un proceso de construcción colectiva en el cual pudieron participar más personas y así se apoyó la identificación de las distintas narrativas y detección de distintas necesidades.

II.RESULTADOS

i) Informe Narrativo de los resultados:

- **Resultados:**

Apertura de espacios para el perdón y la reconciliación

En octubre del 2016 las FARC manifestaron el interés de reunirse con los familiares de los diputados del Valle para pedir perdón por lo ocurrido y reconocer los hechos. A su vez muchos de los familiares se mostraron interesados en acceder a este encuentro, no sin antes cuestionarse sobre el desarrollo del mismo, teniendo muchos sentimientos encontrados y preguntándose cómo abordar ese momento. A partir de los espacios previos y al acompañamiento constante donde se priorizó su voz y solicitudes y donde los participantes pudieron experimentar los beneficios de las técnicas de la Fundación, todos los participantes manifestaron a través de diferentes medios que estas técnicas les permitieron encontrar paz, tranquilidad, y mucha sabiduría para vivir en calma los encuentros y para avanzar en sus vidas posterior a esos momentos de reconciliación.

Indicador 1: % de participación de víctimas y familiares de víctimas y miembros de las FARC en los encuentros establecidos.

En relación al indicador 1 que se tenía un resultado previsto del 80%, se alcanzó el 85% de participación de víctimas y familiares de víctimas y miembros de las FARC en los encuentros establecidos, dado que en relación al encuentro entre los familiares de los diputados del Valle del Cauca la participación fue de 46 familiares de los 50 que estaban previstos. Como preparación a este encuentro los familiares tomaron el curso del Arte de Vivir para el manejo de las emociones, lo que les permitió contar con herramientas de manejo emocional para enfrentar este encuentro y estar dispuestos a participar y reflexionar en torno al perdón. Se logró una alta participación de los familiares en el encuentro público. El encuentro entre cuatro víctimas políticas y miembros de las FARC no fue realizado.

- **Productos:**

Indicador 1: % de participación de víctimas y familiares de víctimas y miembros de las FARC en los encuentros establecidos.

- Se realizó un encuentro público de reconocimiento de responsabilidad colectiva con 46 familiares de los diputados del Valle del Cauca el 2 y 3 de diciembre en Cali, Colombia, en el cual miembros de las FARC pidieron perdón.
- 46 familiares de los diputados del Valle del Cauca participaron en los talleres de manejo de las emociones de la Fundación El Arte de Vivir. 26 fueron mujeres, madres, esposas e hijas, de los diputados del Valle del Cauca.

- 11 familiares del Valle del Cauca profundizaron en las técnicas del Arte de Vivir en Bogotá.

Producto 1.1: Encuentro realizado y documentado entre víctimas políticas y miembros de las FARC en La Habana, Cuba.

Teniendo en cuenta que el secretariado de las FARC accedió a realizar un encuentro pero no tenían la intención de pedir perdón y que la prioridad del programa es la garantía de los derechos de las víctimas, desde un enfoque de acción sin daño, no se llevó a cabo el encuentro entre víctimas políticas y miembros de las FARC.

Producto 1. 2:

- % de participación de círculo ampliado de familiares de los diputados del Valle del Cauca.

El 2 y 3 de diciembre se realizó un encuentro entre los familiares de los diputados del Valle del Cauca y miembros de las FARC, en el cual las FARC realizaron un acto temprano de reconocimiento de responsabilidad colectiva, en el cual se esclareció los hechos a los familiares y pidieron perdón a las víctimas del secuestro de 12 diputados y el asesinato de 11 de ellos. En el encuentro participaron 46 familiares de los cuales 26 fueron mujeres y 20 hombres.

46 familiares participaron en los talleres de manejo de las emociones del Arte de Vivir, en Cali y Bogotá. 11 de ellos profundizaron en las técnicas de respiración y participaron en el curso del silencio en Bogotá.

Producto 1. 2:

- % de participación de delegados de los familiares de víctimas de diputados del Valle del Cauca y miembros del secretariado de las FARC al encuentro.

Hubo participación de 9 delegados de los diputados del Valle del Cauca en los encuentros privados previos al encuentro público con los miembros del secretariado de las FARC, entre los que se encontraron Fabiola Perdomo y Sebastian Arismendy, en el cual el secretariado de las FARC esclareció los hechos ocurridos y pidió perdón a los familiares en un espacio privado. En estos encuentros se determinaron a partir de las solicitudes de los familiares los pasos a seguir para la realización del acto público de reconocimiento de responsabilidad colectiva y sus peticiones a las FARC para contribuir a la búsqueda de verdad y reparación de las víctimas. La participación de los delegados fue clave pues permitió darle voz a los familiares, priorizar sus derechos como víctimas, espacio para las mujeres y generar acuerdos para la realización del acto público.

- **Retrasos en la ejecución, desafíos y lecciones aprendidas y mejores prácticas:**

Dada la naturaleza de este proyecto, muchas de las actividades dependen de factores externos a la Fundación El Arte de Vivir lo que implicó un atraso/cambio en el cumplimiento de las actividades. Las principales razones que explican el atraso y cancelación de uno de los encuentros fue:

1. ***La disponibilidad de tiempo de los miembros de las FARC para realizar los actos públicos:*** Como es de conocimiento público el resultado negativo al plebiscito implicó que los miembros de las FARC estuvieran casi todo el mes de noviembre en la Habana renegociando el acuerdo, lo que hizo muy compleja la puesta en marcha del evento de perdón a los familiares de diputados del Valle del Cauca. Planeado originalmente para fines de Octubre, finalmente en diciembre se llevó a cabo el evento público de acto temprano de responsabilidad con los familiares de los diputados de Valle del Cauca. Este retraso afectó la disponibilidad de las FARC para realizar las reuniones planificadas con otras víctimas políticas. Finalmente, en enero de 2017 los miembros del secretariado de las FARC accedieron a realizar un encuentro pero no tenían la intención de pedir perdón, por lo que, teniendo en cuenta que la prioridad del programa es la garantía de los derechos de las víctimas, desde un enfoque de acción sin daño, no se llevó a cabo el encuentro entre víctimas políticas y miembros de las FARC.
2. ***La disponibilidad de tiempo y la voluntad de las FARC para hacer encuentro con víctimas políticas:*** Por

diferentes motivos señalados por los miembros del secretariado de las FARC, el encuentro con víctimas políticas no se llevó a cabo. Por un lado los congresistas estaban en periodo de vacaciones y con dificultades de tiempo. Simultáneamente los miembros de las FARC manifestaron no tener interés en pedir perdón a los congresistas previamente identificados. En esa lógica este encuentro de perdón no se llevó a cabo, pues la Fundación El Arte de Vivir consideró que realizar un encuentro donde no se fuera a llevar a cabo un acto de solicitud de perdón podría ser perjudicial para los congresistas. Fue así como se pospuso esta actividad y a cambio se profundizó en las prácticas de manejo de las emociones con los familiares de los diputados del Valle.

La principal lección aprendida de este proyecto es que los encuentros de reconciliación se dan en los tiempos en que las partes están en capacidad de llevarlos a cabo los cuales no siempre corresponden a lo planeado inicialmente. Existen muchos factores no controlables para la entidad acompañante al momento de garantizar los encuentros. Como se ha dicho previamente los espacios de reconciliación están sujetos a voluntades y capacidades personales, a contextos políticos y al nivel de voluntad de las partes.

En esta lógica para todas aquellas entidades que deseen fomentar espacios de reconciliación deben contar con la flexibilidad y creatividad para ajustarse a las realidades del contexto, prevaleciendo los derechos, solicitudes y el bienestar de las víctimas.

- **Evaluación cualitativa:**

El proyecto permitió un avance concreto en las medidas de reparación colectiva frente al grupo de familiares víctimas de los diputados del Valle del Cauca. Se realizó un acto temprano de reconocimiento de responsabilidad colectiva público, que además de contribuir a la satisfacción de los derechos de las víctimas, marcó el momento simbólico de un nuevo comienzo tanto para los familiares como para el país, creando un impacto a nivel colectivo favorable para la construcción de la paz, en el marco del fin del conflicto entre el Gobierno y las FARC.

En el marco del proyecto fue clave contar con el apoyo del Alto Comisionado para la Paz, cada uno de los familiares del Valle del Cauca, y el apoyo de las entidades locales que aportaron a la construcción colectiva del encuentro público.

El planeamiento del acto público en el Valle del Cauca y su realización fue el resultado de un proceso de construcción colectiva en el cual se incorporaron las distintas narrativas y necesidades identificadas en el acompañamiento constante de la fundación a los familiares, en el cual desde un enfoque diferencial y de derechos se priorizó la voz de las mujeres y en general de todos los familiares de los diputados del Valle asesinados, además del bienestar emocional de ellos, razón por la cual además de que todos los familiares participantes conocieron las técnicas del manejo de las emociones del arte de vivir, 11 de ellos profundizaron en estas y aún continúan practicándolas.

ii) Matriz de resultados del Proyecto

Título del programa: ACTOS TEMPRANOS DE RECONOCIMIENTO DE RESPONSABILIDAD COLECTIVA									
Efecto/Outcome del Fondo al cual el programa/proyecto contribuirá		Contribuir a la transformación de imaginarios y narrativa colectiva.							
Sub-Resultado 1:		Apertura de espacios para el perdón y la reconciliación.							
Indicadores del sub-resultado 1 del Fondo	Áreas geográficas	Beneficiarios (Hombres, Mujeres, Niñas y Niños)				Información de línea de base ¹	Metas finales	Medios de verificación	Organización responsable
% de participación de víctimas y familiares de víctimas y miembros de las FARC en los encuentros establecidos.	<i>Por definir</i>	Total		54		Listado de participantes (familiares de víctimas del Valle del Cauca y congresistas víctimas)	60% 85% alcanzado	Listas de asistencia	Fundación El Arte de Vivir
		H	M	Nas	Nos				
		30	24	0	0				
		20	26						
Producto 1.1 ²	<i>Encuentro entre víctimas y miembros de las FARC</i>								
Indicadores de resultados inmediatos	Áreas geográficas	Beneficiarios (Hombres, Mujeres, Niñas y Niños)				Información de línea de base ³	Metas finales	Medios de verificación	Organización responsable
Encuentro realizado y documentado	<i>Lugar por definir</i>	4 Se espera que al menos una de ellas sea mujer y los 3 restantes				Listado de participantes (Congresistas víctimas)	60%	Listas de asistencia. Reportes gráficos	Fundación El Arte de Vivir

¹ Si hay información de la línea de base disponible. Si no, provee una justificación.

² Estos productos deben ser parte del Resultado esperado del Fondo, al cual corresponde este Proyecto.

³ Si hay información de la línea de base disponible. Si no, provee una justificación.

		hombres. Esto dependerá de las FARC y la disponibilidad de las víctimas				
		0		0		Tal como explicado previamente este encuentro no se pudo llevar a cabo porque las FARC no decidieron no pedir perdón a estas víctimas políticas
Producto 1.2	<i>Encuentro círculo amplio de familiares de los diputados del Valle del Cauca</i>					
Indicadores inmediatos de resultados	Áreas geográficas	Beneficiarios (Hombres, Mujeres, Niñas y Niños)	Información de línea de base⁴	Metas finales	Medios de verificación	Organización responsable
% de participación de círculo ampliado de familiares de los diputados del Valle del Cauca. % de participación de delegados de los familiares de víctimas de diputados del Valle del Cauca y miembros del secretariado de las FARC al encuentro.	<i>Cali, Valle del Cauca</i>	50 Se espera que al menos el 60% de estas sean mujeres. Dependerá de la disponibilidad de cada una de ellas.	Listados familiares de los diputados del Valle del Cauca.	60%	Informe de observación. Reportes gráficos	Fundación El Arte de Vivir
		46 familiares		92%	Reportes gráficos Listas de asistencia	NOTA: Además de las técnicas básicas, se profundizó con un grupo de 11 víctimas en técnicas más avanzadas

NOTA: Se señala en amarillo las metas alcanzadas al finalizar el proyecto.

⁴ Si hay información de la línea de base disponible. Si no, provee una justificación.

iii) Una historia específica

La masacre cometida contra los diputados del Valle del Cauca el 11 de abril del 2002 fue un acto que quedó marcado en la memoria de todos los colombianos. Tanto los diputados como muchos otros secuestrados de ese momento estuvieron privados de su libertad, viviendo en condiciones de extrema dureza, donde se les veía esporádicamente a través de videos pidiendo ayuda para su liberación y suplicando el acompañamiento virtual de sus familias. Entonces en el 2003 se filtró la noticia que habían sido asesinados y se informó que un solo diputado había sobrevivido a esta tragedia pero que seguiría retenido. Toda esta historia generaba para los espectadores innumerables cuestionamientos, dolores, compasión hacia los diputados y sus familias, rabia, y muchos sentimientos mas que hacen parte de las consecuencias que generan las guerras. Desde ese día y hasta la fecha las esposas, los hijos, las madres y familiares de los diputados tuvieron que atravesar por momentos de inmenso dolor y gran estrés para avanzar a pesar de la desesperanza y del reconocimiento que sus familiares no volverían a estar presentes.

Con las negociaciones de paz entre el Gobierno del Presidente Santos y las FARC se abrió la posibilidad para muchas víctimas de hacer preguntas, de revivir momentos de gran dolor todo con la esperanza de poder cerrar un capítulo que durante años les drenó su energía. Desde el 2015 la Fundación el Arte de Vivir acompañó las negociaciones de paz, se hizo presente en la Habana para hablar de manera directa con el secretariado de las FARC, así como con el Presidente Santos y su equipo negociador. Se establecieron lazos para generar confianza en las partes y lo más importante se difundieron las técnicas de manejo del estrés para dar herramientas a las partes de mantenerse en la mesa de negociación. En octubre del 2016 las FARC manifestaron el interés de reunirse con los familiares de los diputados del Valle para pedir perdón por lo ocurrido y reconocer los hechos. A su vez muchos de los familiares se mostraron interesados en acceder a este encuentro, no sin antes cuestionarse sobre el desarrollo del mismo, teniendo muchos sentimientos encontrados y preguntándose cómo abordar ese momento.

El papel mediador de la Fundación El Arte de Vivir y en particular el nivel de confianza de los participantes hacia Francisco Moreno Ocampo (Director del Arte de Vivir en Colombia), permitió que este encuentro se llevara a cabo. Para preparar a ambas partes a enfrentar este momento, se llevaron a cabo cursos en Cali y en la Habana para enseñar las técnicas de respiración y manejo del estrés. Adicionalmente se generaron varios encuentros preparatorios y se acompañó a los familiares para esta primera reunión. Con el apoyo del Fondo Multidonante, el 22 de octubre del 2016, 9 familiares viajaron a la Habana a encontrarse con el secretariado de las FARC. Fue un encuentro privado donde las partes pudieron hablar de sus sentimientos, pudieron manifestar su dolor, los familiares hicieron preguntas, pidieron información, y mirándose a los ojos ambas partes atravesaron este momento. Como resultado de este encuentro se acordaron varios compromisos futuros; uno de ellos el de hacer un segundo encuentro en Cali para pedir perdón de manera publica.

Posteriormente al viaje a la Habana y para preparar el evento publico en Cali, la Fundación el Arte de Vivir siguió acompañando a los familiares y a las FARC. Se dictaron más cursos de respiración y manejo del estrés al que participaron más de 40 familiares de los diputados. Durante estos cursos ellos pudieron prepararse para un encuentro que contó con la participación de miembros de la comisión negociadora, el Gobierno del Presidente Santos, y algunos familiares que no pudieron viajar a la Habana y por supuesto los miembros del secretariado de las FARC. El 3 de diciembre en Cali se llevó a cabo el evento público de reconocimiento de perdón. Nuevamente los familiares de los diputados y las FARC se encontraron para ser los protagonistas de un espacio de reconciliación. Innumerables sentimientos se vivieron en estos espacios, momentos de gran tensión, de liberación de emociones y todo con el reconocimiento que había una necesidad de cerrar un capítulo muy largo y doloroso para todos.

Finalmente, gracias al apoyo de este Fondo, 11 familiares de los diputados pudieron profundizar en las técnicas de manejo del estrés, cuando en enero de este año pudieron participar en el curso avanzado del Arte de Vivir. Este último curso les permitió interiorizar las técnicas de respiración y avanzar en la búsqueda de la calma y la paz interior. De acuerdo al testimonio de uno de los participantes sobre los resultados del curso “[...] Respirar, aprender la sabiduría que nos da el Arte de Vivir, me alegró el alma. Hoy solo tengo gratitud por lo aprendido”

INSPIRACIÓN

Problema / desafío que enfrenta: Describir el problema o desafío específico que se enfrenta el tema de su historia (esto podría ser un problema experimentado por un individuo, comunidad o gobierno).

El mayor desafío de este proyecto fue como llevar a buen termino los encuentros de reconciliación entre los familiares de los diputados del Valle, las victimas políticas y las FARC.

La experiencia de la Fundación El Arte de Vivir en contexto de guerra es grande, pero garantizar los encuentros entre las partes enfrentadas no depende del tercer actor acompañante (en este caso la Fundación el Arte de Vivir) sino directamente de las partes involucradas.

Pudimos acompañar a las partes, pudimos enseñar las técnicas de respiración y manejo del estrés. Tanto las FARC como los familiares pudieron experimentar los beneficios, fueron testigos del cambio interno que las técnicas de respiración les generó, pero al momento de encontrarse se dieron varios imprevistos. Las fechas se modificaron, los participantes cambiaron de parecer, en el desarrollo del proyecto se dio el voto negativo al referendo que hizo modificar el cronograma de los encuentros.

A pesar de esto, la Fundación El Arte de Vivir, las FARC, los familiares de los diputados, las victimas políticas buscamos salidas. Se fortalecieron los lazos de confianza sabiendo que era necesario entender las dinámicas de este proceso.

Sin embargo para todas las partes siempre estuvo presente la necesidad de contar con técnicas de respiración que les ayudaran a enfrentar los encuentros. Es por esto que en lo que correspondía directamente a la Fundación se pudo lograr el objetivo al 100%. Los cursos se llevaron a cabo, para aquellas personas que quisieron profundizar se ofreció un segundo curso, y actualmente tanto las victimas como las FARC cuentan con técnicas de manejo del estrés y de las emociones que les sirven para el largo plazo.

Las intervenciones del proyecto: ¿Cómo fue el problema o desafío abordado a través de las intervenciones del proyecto?

El desafío abordado en este proyecto era demostrar que después de mas 50 años de guerra, las FARC y las victimas políticas y los familiares de los diputados del Valle se podían encontrar para ser los protagonistas de un espacio de reconciliación. Este acto de reconciliación serviría de ejemplo para todo el país, y sobre todo sentaría las bases para que ambas partes pudieran avanzar en sus procesos personales de perdón y búsqueda de tranquilidad interior.

La Fundación El Arte de Vivir, a través de las técnicas de respiración y manejo de las emociones se encargó de acompañar a las partes para llevar a buen termino los encuentros.

El resultado:

Durante el desarrollo del proyecto se realizaron cursos de respiración y manejo del estrés para más de 55 personas entre familiares de los diputados del Valle, victimas políticas y miembros del secretariado de las FARC.

Todos han manifestado a través de diferentes medios que estas técnicas les permitieron encontrar paz, tranquilidad, y mucha sabiduría para vivir en calma los encuentros y para avanzar en sus vidas posterior a esos momentos de reconciliación.

Estas técnicas de respiración generan cambios a nivel personal de manera muy profunda y se manifiestan en cada persona en diferentes momentos. Esta comprobado su efecto a nivel cerebral, a nivel físico y a nivel emocional, que generan sin lugar a dudas cambios . Numerosos estudios comprueban los resultados de las técnicas de respiración y en participar del Sudarshan

Kriya, técnica enseñada por el arte de vivir.⁵ Todo esto nos permite asegurar que los cambios experimentados por las víctimas (familiares de los diputados del valle y políticas) así como en las FARC son reales, y las técnicas de respiración fueron elementos fundamentales para vivir los encuentros. Sin embargo es importante reconocer que estos son cambios que se experimentan a nivel son personales y que se van manifestando en el tiempo.

Lecciones aprendidas:

La principal lección aprendida de este proyecto es que los encuentros de reconciliación se dan en los tiempos en que las partes están en capacidad de llevarlos a cabo los cuales no siempre corresponden a lo planeado inicialmente. Existen muchos factores no controlables para la entidad acompañante al momento de garantizar los encuentros. Como se ha dicho previamente los espacios de reconciliación están sujetos a voluntades y capacidades personales, a contextos políticos y al nivel de voluntad de las partes.

En esta lógica para todas aquellas entidades que deseen fomentar espacios de reconciliación deben contar con la flexibilidad y creatividad para ajustarse a las realidades del contexto.

III. Otras evaluaciones

No procede

IV. Revisiones

En enero del 2017 se solicitó una modificación al plan de trabajo del proyecto dado que las FARC manifestaron que no estaban dispuestas a hacer una solicitud de perdón y a asistir a un encuentro de reconciliación con algunas víctimas políticas previamente identificadas.

En esta lógica, el proyecto se ajustó para profundizar en las técnicas de respiración con algunos de los familiares de los diputados del Valle que estaban interesados en participar en los cursos avanzados.

En esta lógica también se ajustó el presupuesto para llevar a cabo el curso avanzado.

⁵ http://www.aolresearch.org/pdf/Published_Research_Summary05.pdf

Un estudio de los indicadores bioquímicos del estrés tomo como medidas de referencia tres de los principales antioxidantes: Superoxido Dismutasa, catalasa, glutatión, y también el nivel de lactato en sangre. Los antioxidantes nos protegen del daño que pueden causar los radicales libres; el lactato en sangre es un indicador bioquímico del estrés. Los participantes que fueron estudiados, eran hombres saludables que estaban pasando a través de un programa profesional de entrenamiento muy estresante (programa de entrenamiento de la Academia de Policía (PTA) en Delhi, India). Un grupo de estas personas practicaron Sudarshan Kriya por 5 meses, mientras que otro grupo no lo hizo. Al pasar los 5 meses aquellos que practicaron Sudarshan Kriya mostraron una producción de antioxidantes mayor y una concentración de lactato en sangre significativamente menor que aquellos que no practicaron Sudarshan Kriya. Este estudio piloto sugiere que la práctica regular del Sudarshan Kriya y demás prácticas conducen a una defensa de antioxidantes mejor, y una mayor resistencia al estrés en la vida diaria.