

UBUNTU!

El Espíritu de la Humanidad



"Soy porque Somos"

Redescubriendo el Arte de
Vivir Juntos en Armonía

Helen Sayers

Revisiones y recomendaciones

Esta es la mejor presentación sobre cómo enseñar humanidad al mundo y la apoyo de todo corazón. Lo interesante es que puede ser utilizado por cualquiera en cualquier parte del mundo que desee facilitar un taller sobre Ubuntu. Este es un libro que atraerá a aquellos que están involucrados en la promoción de actividades en valores humanos, tales como facilitadores de talleres sobre educación basada en valores. Los practicantes de Ubuntu, como yo y las organizaciones e instituciones que están involucradas en el desarrollo de Ubuntu también estarán encantados de tenerlo.”

Mfuniselwa John Bhengu, ex Miembro del Parlamento en Sur África y renombrado autor de Ubuntu.



Participantes de un taller Ubuntu en Londres, Noviembre 2009, facilitado por Nina Buchanan, Mediador de Jóvenes y familia, dio su retroalimentación y respondió la siguiente pregunta:

“¿Qué les inspiró acerca de la experiencia del taller?”

“Una forma simple pero efectiva en la cual los valores funcionan...las actividades les permiten a las personas abrazarse unas con otras...nada artificial.”

“Conexión, desarrollo de empatía...conocerse mutuamente.”

“Gran oportunidad para estar involucrado en un proceso constructivo de auto-desarrollo usando Ubuntu como medio.”

“Ocasionalmente leo un libro que realmente re-enciende el espíritu de la humanidad. **‘UBUNTU! El Espíritu de la Humanidad’** es uno de esos maravillosos y atractivos libros. Hay una necesidad cada vez más creciente de que la humanidad redescubra el arte de vivir juntos en armonía. La antigua tradición Africana de Ubuntu es un modelo inspirador para todos, ya que es universalmente aplicable en todas las culturas.

No dudo en recomendar este excepcional libro tanto para niños como para adultos, como herramienta para vivir la vida en plenitud, en paz y armonía con los demás.”

Dr. Neil Hawkes, Consultor Internacional para una Educación basada en Valores, RU

‘UBUNTU! El Espíritu de la Humanidad’ contribuye a satisfacer la necesidad de encontrar formas que traigan la belleza del pasado a la realidad del presente para poder crear un futuro mejor. La guía es apropiadamente dedicada a Nelson Mandela quien proporcionó el tema central: “Ubuntu...es una verdad universal; una forma de vida universal.”

Aukram Burton, Especialista en Educación Multicultural,
Departamento de Programas para la Diversidad, Equidad y Pobreza
Escuelas Públicas del Condado de Jefferson, Louisville, Kentucky, EEUU

‘Este es en realidad una guía para taller muy bien pensado y bien escrito el cual alcanza el objetivo de re-encender el espíritu de la humanidad. Los módulos incluyen un amplio rango de actividades basadas en inteligencias múltiples, tales como kinestésica, musical, espacial, intrapersonal e interpersonal. Estas actividades hacen de este libro una vivencias y reflexivo.

La visualización creativa es usada efectivamente para realzar el pensamiento creativo y reflexivo. Probamos con uno de estos ejercicios de visualización en nuestra escuela durante la ‘Semana de la Paz’. Los niños dibujaron su sueño de un mundo de paz y lo describieron con hermosas imágenes.

A mi especialmente me gustó la forma en la que UBUNTU enciende la conciencia colectiva y nos permite hacer conexiones con la naturaleza y el mundo que nos rodea.

Esta es una incursión maravillosa y estoy segura de que ayudará a cada uno de nosotros a vivir los valores que predicamos, trayendo así congruencia y equilibrio a nuestros pensamientos, palabras y acciones.’

Sra. LataVenkateswar,
Supervisora de grados 3 y 4
Nuestra Propia Escuela Inglesa
Sharjah, Emiratos Árabes Unidos



El Espíritu de

¡UBUNTU! La Humanidad

Redescubrir el arte de vivir juntos en armonía.

Un libro con actividades creativas para educadores y capacitadores que trabajan con niños, jóvenes, padres y organizaciones y para cualquiera que esté interesado en conocer más acerca de Ubuntu.

Disponible en Oasis Human Resource Development Omán
(www.oasisoman.com)

Talleres creativos, interactivos se pueden organizar por pedido.
(por favor contacte info@oasisoman.com).



Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, almacenada en un sistema digital o transmitida en ninguna forma o por ningún medio sea electrónico, mecánico, fotocopiado, grabado u otro, sin el previo consentimiento de la autora (por favor contacte a helen--@oasisoman.com).

Se han hecho todos los esfuerzos para encontrar a los propietarios de derechos de autor de parte del material de este libro y el editor pide disculpas por cualquier omisión inadvertida. Cualquier persona que tenga un derecho de autor por cualquiera de los materiales debe comunicarse con la autora quien estará feliz de hacer los ajustes apropiados en cualquier re-edición subsecuente.

Primera Edición Enero 2010
Segunda Edición Marzo 2012

© Copyright 2009 Helen Sayers. Todos los derechos reservados.

Traducción al español: Belén Romero



Ubuntu

1

RECONOCIMIENTOS

Este libro y guía para facilitadores ha sido desarrollado en cooperación con un equipo de entrenadores internacionales experimentados en el trabajo en el campo de la educación basada en valores. Está dedicado a **Nelson Mandela** y a incontables individuos alrededor del mundo que mantienen encendido el espíritu de la humanidad en su vida diaria.

‘Ubuntu... es una verdad universal; una forma de vida universal.’

**Nelson Mandela, Ex-
Presidente de Sur África**

Contribuyentes

Diseño de Carátula:	Ahmed Ezzat (Egipto), Prashant Mohan (India/Qatar)
Diseño:	Ahmed Ezzat (Egipto), Stephen Paul (Tamil Nadu)
Dibujos:	Marie Binder (Francia)
Pinturas:	Patrick Nereus (Camerún)
Traducción:	Belén Romero (Venezuela)
Desarrollo en curso:	Shelagh Moore (Reino Unido)
Ideas e Inspiraciones:	Marietta Sayers (Alemania); Chris Drake (Hong Kong); Wajeeha Habib, Peter Williams (Kuwait); Hamoud Al-Azri, Thoraya Al-Bakri (Omán); Junaline Bañez (Filipinas/Canadá); Fatima Dike, Lefuma Mokhethi, Pratiba Daya (Sur África); Monique Vlok (Suiza); Joan Sayers, Lynn Henshall, Nina Buchanan, Phil Sayers (Reino Unido); Frances Burkhalter-Carroll (EUA/Suiza), Rene Alemawo, Fode Sarr (Senegal).



¡Bienvenido!

La autora desea agradecer a todos aquellos que han contribuido a este proyecto, muchos de los cuales no son mencionados, por su valioso tiempo, experticia, asesoría y estímulo, dados generosamente en el verdadero espíritu de Ubuntu.

De igual manera extiende su aprecio a los entrenadores y educadores de *Valores para Vivir Educación* quienes donaron su tiempo con atención y compromiso para el beneficio de los niños del mundo y quienes han desarrollado en conjunto el enfoque de *Valores para Vivir Educación* el cual ha influenciado partes de este libro.

Vaya un agradecimiento especial para la Escuela Americana en Kuwait, TED Istanbul Koleji y a los Guías Scout de Omán por hacer el piloto de algunas de las actividades de este proyecto.

Acerca de la autora

Helen Sayers es directora de Oasis Human Resource Development, una compañía con base en Omán que ofrece entrenamiento en desarrollo personal y profesional basado en valores a educadores, estudiantes y organizaciones.

Helen fue profesora de ciencias en escuelas en el Reino Unido, Kenia y Suazilandia. Su experiencia de vida y trabajo en África la inspire a ver de manera más profunda los valores universales y a desarrollar un interés especial en la educación basada en valores y su adaptación dentro de las diferentes culturas.

Fundadora y ex presidenta de la Asociación Suiza de Valores para Vivir, actualmente coordina sus programas en parte de África Central y Occidental, organizando talleres para profesores y para niños de la calle y sus cuidadores. Así mismo ha entrenado educadores en varios países de Europa, India, Kuwait y Omán.

‘Estamos llamados a asistir a la Tierra a sanar sus heridas y en el proceso sanar las propias — de hecho, a abrazar toda la creación en toda su diversidad, belleza y maravilla. Esto sucederá si vemos la necesidad de revivir nuestro sentido de pertenencia a una familia más amplia, con la cual hemos compartido nuestro proceso de evolución. A través de la historia, llega un momento cuando la humanidad es llamada a desplazarse hacia un nuevo nivel de conciencia, para llegar a un espacio de moral más elevada. Un tiempo cuando tenemos que soltar nuestros miedos y darnos esperanzas mutuamente.

Ese tiempo es ahora.’

**Wangari Maathai,
Premio Nobel de Paz, Kenia**

CONTENIDOS

Introducción

Metas y objetivos.....	5
Estableciendo el contexto.....	6
¿Qué es Ubuntu?	7
Orientaciones para los facilitadores.....	8
Ubuntu y la práctica de la reflexión silenciosa.....	9

Módulos de los talleres

Módulo 1. Presentaciones.....	11
Módulo 2. Valores Ubuntu – ¡en mí y en ti!.....	14
Módulo 3. Ubuntu y la comunidad.....	21
Módulo 4. Ubuntu y la interconexión de la vida... ..	25
Módulo 5. Ubuntu y la prevención y resolución de conflicto.....	27
Módulo 6. Ubuntu en un mundo mejor.....	30
Módulo 7. Ubuntu en el mundo de hoy.....	33
Módulo 8. Implementando Ubuntu en la vida diaria.....	35
Módulo 9. Despedidas.....	37

Ubuntu: una verdad universal

Conectándose con lagente.....	41
Empoderando nuestra juventud.....	43

Apéndices

1. El enfoque Ubuntu para la resolución de conflictos y reconciliación.....	47
2. Resolviendo conflictos y manteniendo la disciplina: valores en acción.....	49
3. Canciones con un mensaje Ubuntu.....	51
4. Cuestionario Ubuntu.....	53

Recursos y referencias	55
-------------------------------------	----

Tarjetas Ubuntu	57
------------------------------	----

‘Como seres humanos estamos todos vinculados. Si permanecemos indiferentes al sufrimiento de los demás, solo estamos privándonos nosotros mismos de nuestra propia humanidad. Necesitamos actuar juntos como humanidad para la humanidad.’

Dr. Kofi Annan, Ex Secretario General de las Naciones Unidas

‘Los principios Ubuntu ... Ellos son un reflejo de la humanidad impoluta. Si se da crédito a África por ellos, es debido a que el vivir humano aún está de manifiesto en este continente. Pero me temo que el espíritu Ubuntu está perdiendo terreno con rapidez en África – por esta razón este proyecto es interesante y oportuno.’

Dr. Walters Samah, Misión de las Naciones Unidas para la Estabilización en Haití; Representante de Valores para Vivir Educación, Camerún



INTRODUCCIÓN



Metas y Objetivos

Reconociendo la rica herencia de a sabiduría espiritual que existe en el núcleo de cada cultura, este taller creativo busca sacar provecho y revitalizar los valores sociales y personales que viven en el corazón y alma de cada individuo – los valores universales que son la base para vivir juntos en armonía.

Al usar Ubuntu como ejemplo de una forma de vivir basada en valores, se estimula a los participantes de los talleres a:

- explorar y experimentar sus valores personales y sociales;
- entender los principios esenciales para vivir juntos en armonía;
- crear una visión y plan de acción para estos valores y principios en la vida diaria.

El taller no pretende ser un estudio académico de la filosofía de Ubuntu. Más bien es un viaje compartido de exploración de la sabiduría espiritual y los valores que han existido por mucho tiempo en las sociedades tradicionales y que son relevantes en el mundo de hoy — usando el concepto de Ubuntu como marco de referencia.

Profesores, facilitadores, orientadores y entrenadores que trabajan en el campo de la educación, desarrollo de recursos humanos y cohesión comunitaria, son estimulados a adaptar las actividades en esta guía de acuerdo a su cultura, situaciones y contextos.



Profesionales de una variedad de campos participantes de un retiro de Ubuntu, Italia, 2005

‘Podemos extraer inspiración del concepto africano de Ubuntu, ese antiguo término que abraza lo humano, el cuidado, compartir y estar en armonía con el mundo entero.

... El Arzobispo Desmond Tutu explicó cómo el concepto representa lo opuesto a ser egoísta y egocéntrico. Ubuntu empodera a todos a ser valorados, par alcanzar su complete potencial a la vez que permanecen en concordancia con todo los que les rodea.

Este espíritu está reflejado en la Declaración Universal de los Derechos Humanos, cuando habla de “la dignidad inherente y los derechos igualitarios e inalienables de todos los miembros de la familia humana.”

Sra. Mary Robinson
Ex Presidenta de Irlanda y
Alta Comisionada de las
Naciones Unidas por los
Derechos Humanos

‘Realmente aprecié descubrir el profundo significado de Ubuntu durante el taller. Me pareció que es un programa que estimula la sencillez; en este sentido es muy valioso. Necesitamos sencillez. El mundo entero necesita sencillez.

Siento mucha curiosidad acerca de este proyecto ya que creo fuertemente en su posibilidad de unir las creencias de las diferentes culturas, con todos sus valores positivos’

**Ines Caloisi, consultora en
proyectos europeos y
derechos humanos, Italia**



ESTABLECIENDO EL CONTEXTO

¡UBUNTU! Una palabra... ¡un mundo de significado!



¿Qué fue lo que tocó mi corazón tan profundamente durante el tiempo que pasé en Kenia y Suazilandia en los 80?

Hace varios años, estaba preparándome para tomar parte en una conferencia internacional en Sur África sobre el tema de combatir el racismo. Algunos colegas y yo estábamos discutiendo sobre cómo podríamos hacer una contribución positiva al debate. Uno de ellos era de Soweto, cerca de Johannesburgo y conocía, de experiencias de primera mano, por haber vivido bajo el régimen del apartheid, la miseria y los horrores que el racismo puede traer. “Podríamos organizar un taller sobre un tema: Ubuntu —una fuerza para vivir juntos,” sugirió y continuó definiendo lo que es Ubuntu.

Él explicó que Ubuntu es un antiguo código de ética, que se refiere a lo ‘humano’ del espíritu humano. Se trata de buena voluntad, dignidad, reconciliación, un sentimiento de responsabilidad por el bienestar mutuo y la solución conjunta de los problemas. Es una forma de vida que ha mantenido juntas, durante siglos, a familias y comunidades. Ubuntu no está limitado a África, agregó — es parte de nuestra humanidad común.

El taller fue un enorme éxito. Los conferencistas hablaron desde el corazón de una forma de vida que está desapareciendo rápidamente y que necesita ser despertada. Al final del evento, un colorido caballero Nativo Americano se levanto en medio de la audiencia y orgullosamente nos habló acerca de los valores de sus ancestros. Él habló de los mismos valores Ubuntu.

Ubuntu es una profunda aunque natural forma de ser — es acerca de la esencia de nuestra humanidad – de lo que realmente significa ser un ‘ser humano’. Sin embargo, las palabras pueden tocar solamente la superficie de algo que es tan profundo. Ubuntu no es una simple filosofía. Su sentido y significado solo pueden ser realmente entendidos al realmente experimentar Ubuntu y compartir esa experiencia con otros. Entonces descubrimos que es algo que está en todos nosotros – un ‘vínculo universal de compartir que conecta a toda la humanidad’ – y encontramos que Ubuntu existe en el corazón de cada cultura y tradición.

Este taller ha sido desarrollado justo para eso. Espero que cualquiera que participe experimentarla, tal y como yo he sido afortunada en experimentar, la alegría y belleza de Ubuntu y ¡unirá sus manos con las mías y muchos otros para reencender el espíritu de la humanidad!

Helen Sayers

‘¡Ubuntu! El Espíritu de la humanidad es uno de los libros más inspiradores que he leído. Profundo, creativo y lleno de sencillez, el libro presenta una encantadora y espiritual perspectiva de la filosofía Ubuntu, típica de los grupos étnicos africanos. Al mismo tiempo nos informa acerca de la belleza de la diversidad de la humanidad, ya que presenta un amplio y contextualizado concepto de Ubuntu, relacionándolo con otras culturas dentro del paisaje global, estableciendo un diálogo multicultural.

El libro propone modelos de actividades inspiradoras para adultos, estudiantes, profesores, etc. Estas actividades han sido exitosas en mis aulas de clase y muy apreciadas por los estudiantes.

De hecho, lo que el libro ofrece es la práctica de espiritualidad, mostrándonos que la filosofía Ubuntu es paz, solidaridad, amor, cooperación, tolerancia y compasión, valoradas y deseadas por todas las culturas y presente en cada uno de nosotros como cualidades innatas.’

Paulo Barros, Educador, Miembro de Valores para Vivir Educación, Fortaleza, Brasil

‘Ubuntu está arraigado a un nivel profundo dentro del individuo — es universal. Para mostrar la universalidad de este concepto, muchos de nosotros hemos buscado palabras alternativas (tales como bondad, integridad, ‘existencia’ etc.) pero hemos encontrado que, aunque estas palabras se acercan, no captan el concepto en su totalidad. Este taller emergerá la inteligencia emocional y espiritual subyacentes en Ubuntu y creará un espacio para que los participantes experimenten su propio Ubuntu, tanto durante el taller como después, en su vida diaria.’

Srta. Lefuma Mokhethi, Especialista en Relaciones Humanas, Sur África



¿QUÉ ES UBUNTU?



Soy porque somos

Hoy en día escuchamos de fondos Ubuntu para la educación, foros Ubuntu, aldeas Ubuntu, toldos y conferencias sobre desarrollo Ubuntu, una universidad Ubuntu, un sistema operativo Ubuntu de libre acceso e incluso hay un día Ubuntu (1º de septiembre).

¿Qué es Ubuntu exactamente?

Ubuntu es una Antigua forma de vida que personifica la generosidad, calidez, inclusión y solidaridad que aún son típicas en muchas comunidades africanas. Aunque la palabra Ubuntu tiene sus orígenes en los dialectos locales del sur de África, los valores que abarca se encuentran por todo el continente y en el origen de cada cultura y tradición religiosa y espiritual en el mundo. Palabras en idiomas diferentes que expresan uno u otro aspecto de Ubuntu incluyen **'Harambee'** (Swahili, África Oriental – ¡Halemos juntos!), **'Terranga'** (Wolof, África Occidental – Hospitalidad), **'Insanya'** (Árabe – Humanidad), **'Aloha'** (Hawái- Compasión y misericordia), **'Vasudhaiva Kutumbakam'** (Sánscrito – Perteneciente a la familia humana), y quizás un equivalente europeo pueda ser **'Uno para todos y todos para uno'**.

La teología Ubuntu orientó al Arzobispo Desmond Tutu cuando presidió la Comisión para la Verdad y la Reconciliación — establecida en Sur África después de la abolición del apartheid — ayudando a sanar las heridas infligidas por este régimen, implementando los valores de la compasión, perdón, asumir responsabilidad personal y dignidad.

Un concepto clave de Ubuntu deriva del Zulú (Xhosa (Sur africano): 'umuntu, ngumuntu, ngabantu' que significa una persona es una persona a través de otras personas' – que se expresa también como: 'Soy porque somos' o 'existo porque existes.' Esto reconoce el valor de cada individuo o grupo, la aceptación y aprecio de nuestras diferencias, a la vez que reconocemos nuestra espiritualidad común, nuestra responsabilidad por el bienestar de otros y un sentido de pertenencia a una familia humana y a estar profundamente conectados con la naturaleza y el universo. Promueve respeto para todos, especialmente por los mayores, jóvenes y mujeres y cooperación y confianza entre los individuos y entre comunidades y naciones. Por encima de todo, Ubuntu personifica el poder de reconciliación, el potencial para construir puentes y crear unidad entre las personas y entre culturas.

El everendo Desmond Tutu, Premio Nobel de la Paz, describe a Ubuntu de la siguiente forma:

'...UBUNTU. Es parte del regalo que África dará al mundo. Habla de la esencia misma de ser humano. Cuando queremos alabar altamente a alguien decimos: 'Yu, u nobuntu': él o ella tiene Ubuntu. Esto significa que son generosos, hospitalarios, amigables, atentos y compasivos. Comparten lo que tienen y son capaces de ir más allá por los demás.

Soy humano porque pertenezco, participo, comparto. Una persona con Ubuntu es abierta y accesible a otros, edificante para otros, no se siente amenazada de que otros son capaces y buenos, porque tiene una adecuada confianza en sí mismo que viene de saber que pertenece a un todo mayor. Creemos que una persona es una persona a través de otras personas, que mi humanidad está atrapada, vinculada, inextricablemente con la tuya. El ser humano solitario es una contradicción en términos y por lo tanto cuando te deshumanizo, inexorablemente me deshumanizo.'



ORIENTACIONES PARA FACILITADORES

El taller bosquejado en las siguientes páginas tiene como objetivo desarrollar una comprensión y experiencia global del concepto de Ubuntu y reconocer sus paralelos en cada cultura.

Estructura del taller:

- de uno a cuatro días de taller que consiste en nueve módulos
- los módulos se relacionan para desarrollar la comprensión y experiencia de Ubuntu
- los talleres se pueden hacer a la medida de las necesidades y los módulos pueden ser adaptados de acuerdo al contexto y objetivos
- los módulos pueden ser usados por separado o en una variedad de combinaciones como mini talleres.

El taller es interactivo. Se incluyen métodos y técnicas:

- reflexión, visualización, discusión, expresión artística, música y danza y meditación creativa
- actividades y ejercicios – que no son obligatorios y deberían ser seleccionados de acuerdo a la edad y composición del grupo e integrados al módulo en diferentes momentos de acuerdo a la dinámica de la sesión.
- rompehielos/energizantes – estos pueden ser usados en diferentes intervalos durante el taller para mantener la concentración y el entusiasmo y para resaltar un aspecto de Ubuntu. ¡Usa la creatividad por favor!

Organización del taller:

- distribución informal de salón y grupos, es decir en un círculo o ‘herradura’, de acuerdo a la preferencia
- se permiten las discusiones para generar espontaneidad dentro de una agenda flexible, de acuerdo al interés y dinámica del grupo
- compartir experiencias, ideas e historias (forma tradicional de transmitir valores de una generación a otra) – en parejas, grupos pequeños y plenaria
- la composición de los grupos pequeños puede cambiarse regularmente de manera que los participantes se junten y comuniquen con ‘nuevos amigos’.
- Se recomienda la retroalimentación al final de cada actividad para ayudar a los participantes a procesar su experiencia y aprender de los demás y para permitir al facilitador(a) determinar si los objetivos se han alcanzado. Ejemplos de preguntas abiertas: “¿Cómo se sintieron?” “¿Qué aprendieron?” “¿Qué valores exploraron durante este ejercicio/actividad?”

Desarrollando la comprensión del concepto de Ubuntu:

- se dan interpretaciones en cada módulo, basadas en experiencias de Ubuntu en la vida real
- se enumeran publicaciones recomendadas y otros recursos (ver Recursos y referencias).
- se han seleccionado citas de una amplia variedad de recursos, para dar una visión amplia de Ubuntu
- el facilitador(a) puede incluir sus experiencias personales relevantes y extraer de la experiencia del grupo para desarrollar y compartir conceptos.

Uso de música:

- la música ligera crea una atmósfera relajada durante los ejercicios de reflexión
- la música/canción vivaz, rítmica pueden acompañar los ejercicios creativos o de danza
- se han recomendado varias canciones que transmiten el significado/sentimiento de Ubuntu (ver Anexo 3).

Se puede proporcionar a los participantes con un cuaderno de trabajo o diario, que contenga la agenda del taller, una selección de algunos puntos clave de información y mucho ‘espacio en blanco’ para las otras personales, reflexiones, observaciones, dibujos, etc.

UBUNTU

y la práctica de la reflexión silenciosa



Durante el taller habrá momentos para la reflexión silenciosa y la meditación, para permitir a los participantes experimentar sus valores innatos, entender el significado completo de Ubuntu y apreciar la riqueza que trae a la vida diaria.

El uso de la reflexión también asegura que nuestras respuestas venga del ‘corazón’ y no sola de la ‘cabeza’.

Durante los ejercicios de reflexión, el facilitador(a):

- crea una atmósfera conducente a la relajación y contemplación tranquila
- pone música de fondo o estimula el silencio si lo prefiere
- invita a los participantes a tomar unas cuantas inhalaciones profundas y a relajarse
- presenta la reflexión pidiendo a los participantes que pongan a un lado todas las preocupaciones del día, problemas del mundo, etc., y a que se concentren en pensamientos pacíficos
- quizás desee pedir al grupo que se imaginen estar en un lugar tranquilo – su propio ‘Mokgorong’ (descrito en esta página)
- puede dirigir con un comentario

Se proporciona comentarios sugeridos para acompañar la reflexión y visualización, los cuales pueden ser modificados de acuerdo al contexto (quizás el facilitador(a) desee crear sus propios comentarios). Se recomienda incluir una pausa de algunos segundos — mayor si es apropiado — entre las frases en los comentarios (... indica una pausa), y permitir tiempo para que los participantes anoten sus pensamientos y observaciones. El facilitador(a) estimula a los participantes a expresar y compartir sus ideas, sentimientos y experiencias, en parejas, grupos de cuatro o cinco o en plenaria.

Mokgorong

‘ En Ubuntu la forma de auto empoderamiento es a través del silencio.

El silencio fue parte importante de las comunidades africanas en el pasado. Había lugares en donde las personas podían ir y estar solas — consigo mismos. El espacio era muy respetado y se creía que era profundamente transformador, de ahí que los que estaban en ‘Mokgorong’ no eran perturbados bajo ninguna circunstancia. Hoy en día tales lugares son reservados para jefes y reyes. Cuando un rey estaba molesto iba y pasaba un tiempo allá y cuando salía se esperaba que estuviese calmado — lo que con frecuencia era así. Aunque no había iglesias, mezquitas o templos, había — y aún lo hay — un entendimiento de que hay algo sagrado en el estar solos y consigo mismo. En algunos momentos podían estar todos juntos pero aun así estar solos — en Mokgorong.

Es así que Mokgorong no es solo un lugar físico, es también un lugar interno en el cual verse a sí mismo y transformarse. Este es el espacio en donde creo que surgió la transformación de Mandela. Fue el resultado de cómo él usó la soledad impuesta (aislamiento en la cárcel) y así, de entre muchos otros, se convirtió en la personificación del perdón. Él entró en Mokgorong y salió limpio/purificado.

Cuando se va a Mokgorong, con frecuencia uno tiene que doblarse y amoldarse a un espacio pequeño, simbólico de la humildad requerida para que ocurra la transformación y para recibir la orientación necesaria. Eso implica que en ese espacio no se busca sino que se recibe y por lo tanto somos capaces de dar cuando se sale de él.’

Sra. Lefuma Mokheti, Sur África



MÓDULOS DE LOS TALLERES



Módulo 1

Presentaciones

En este módulo somos invitados a experimentar la calidez, unidad y hospitalidad de Ubuntu y comenzamos un viaje de exploración dentro de la antigua sabiduría y valores de las sociedades tradicionales, de manera que podamos re-encender el espíritu de la humanidad en el mundo de hoy.

- Se estimula a los participantes a encontrarse y saludarse ‘estilo Ubuntu’
- Se explican brevemente las metas y objetivos del taller
- Se presenta el concepto
- Las actividades pueden ser seleccionadas para ayudar a crear una atmósfera amistosa, para conocerse entre sí y reconocer las cualidades y valores de cada uno.

Saludos / conociéndose unos con otros

En muchas culturas el intercambio de saludos es un aspecto importante del vínculo social. Los saludos pueden ser largos y complejos (algunas veces casi ritualistas y con frecuencia acompañados por gestos), expresando interés y preocupación acerca de la salud, familia, asuntos, etc. Esto indica la importancia dada al sostenimiento de buenas relaciones, especialmente entre extraños y asegura que ambos lados se sientan cómodos entre sí antes de entrar en una discusión.

‘**Sawubona**’ es un saludo utilizado por muchos en Sur África, cuyo significado literal es ‘Te veo’. Es un reconocimiento sincero, cálido y respetuoso y de aprecio hacia la otra persona.

Similarmente, ‘**Namaste**’ es usado en partes de India y significa ‘me reverencio ante la divinidad que hay en ti’, mientras que ‘**Asalaam alikum**’ es la expresión árabe para ‘La paz esté contigo’.

Los saludos que siguen son de Zimbabue y están hablados en lenguaje Shona:

‘Saludo mañanero: "**Mangwani. Marara sei?**" (Buenos días. ¿Dormiste bien?)

Respuesta: "**Ndarara, kana mararawo.**" (Dormí bien si tú lo hiciste).

Saludo de medio día: "**Maswera sei?**" ¿Cómo ha estado tu día?)

Respuesta: "**Ndaswera, kana maswerawo.**" (Mi día ha sido bueno si tu día ha sido bueno).

Este intercambio indica que estamos tan conectados unos con otros, que si usted no durmió bien o si su día no es tan bueno, ¿cómo puedo yo dormir o tener un buen día?-'

Bárbara Nussbaum, escritora y coach, Sur África



‘Un saludo no está reservado solamente para las personas que conoce, sino a cada persona que se encuentra. Vivo en un municipio y uso taxis para moverme. Cuando las personas entran saludan a todos los que están adentro diciendo “Molweni.” (Xhosa para “¡Hola todos!”). Los africanos pueden sentirse insultados si alguien no les saluda.

Cuando los africanos saludan a una persona con la que se ven por primera vez, con frecuencia dicen “Soy tal y cual de tal y cual lugar.” Al presentarse con su nombre de familia o de clan y decir de dónde vienen, puede ser que encuentren que están conectados de alguna manera con el otro. Ubuntu es acerca de la interconexión.’

Fátima Dike, Guionista y productora, Sur África

Si hay varias nacionalidades entre los participantes, se pueden identificar los saludos y los participantes podrían ser invitados a saludarse entre sí en varios idiomas.

Introducción al Ubuntu, discusión

El concepto de Ubuntu es presentado, refiriéndose a la información dada en páginas anteriores. El facilitador agrega su conocimiento y experiencia y estimula la discusión.

Actividades creativas

Las siguientes actividades permiten a los participantes conocerse mutuamente de manera informal, a través del reconocimiento de valores y cualidades de la otra persona. Por favor seleccione e integre la actividad (es) al módulo de acuerdo a la composición, edad y dinámica del grupo.



'Tarjetas de presentación'

Esta actividad ayuda a los participantes a reconocer sus propias cualidades y a observar y apreciar cualidades en los demás. Genera un clima de cálido, amistoso y de pertenencia.

Se entrega a los participantes una tarjeta del tamaño de una tarjeta de presentación. Escriben su primer en letras grandes en el medio, dejando suficiente espacio para que se puedan agregar palabras.

Se les invita a moverse por el salón, en cualquier dirección, acompañados de música (la cual puede ser vivaz o suave), mezclándose al azar y saludándose mutuamente con la mirada, desde el corazón y con una sonrisa. Cuando la música se detiene, cada uno Saluda a la persona que tiene al frente, e intercambian su 'tarjeta de presentación.'

El facilitador pide a los participantes: "Mientras hablan, anoten una o dos cualidades en la otra persona y escribanlas en su tarjeta de presentación." Luego cada uno recibe de nuevo su tarjeta y continúa moviéndose por el salón hasta que la música se detenga.

Luego saludan a la persona que tienen al frente e intercambian tarjetas. Esto continúa durante seis o siete veces. Cuando la música se apaga por completo, todos se detienen y ven la lista de cualidades que sus amigos les han dado.

Luego el facilitador puede pedir a 3 o 4 participantes que se presenten leyendo sus cualidades a todo el grupo, diciendo "Mi nombre es... y yo soy... (amable, jovial, amistoso, sincero, etc.)"

Finalmente se les pide a los participantes que den su opinión sobre la actividad.

Las personas comentan que se sorprenden gratamente por los valores que otros ven en ellos y que desarrolla su confianza para relatar sus valores al grupo. Todos están de acuerdo de que este tipo de tarjetas de presentación es mucho más interesante y ;dice mucho acerca de la persona que una tarjeta con una lista de números telefónicos, correos, direcciones, etc.!

Variación

La actividad se lleva a cabo en silencio, los participantes observan las cualidades unos de otros a partir de su cara, ojos, sonrisa, etc.

Nota: Se describe una actividad similar en el Módulo 9 ("Despedida y expresión de aprecio").

Materiales: Por persona – tarjetas en blanco (del tamaño de una tarjeta de presentación, marcadores de colores (opcional).

Tiempo: 15 – 20 minutos



Intercambiando 'tarjetas de presentación'

'...Todos compartimos una humanidad común. Ubuntu se posa en cada uno de nuestros corazones, de manera que les invito a abrir sus corazones y a traer a la superficie el Ubuntu y a sentir su poder y la alegría que genera a medida que reconocemos la presencia de cada uno.'

SE Nozipho January-Bardill,
Ex Embajador de Sur África en Suiza



★ Amigos visibles e invisibles

Esta actividad estimula el valor del cuidado, la amistad y asumir la responsabilidad por el bienestar de otra persona.

Se les pide a los participantes que escriban su nombre en pequeño pedazo de papel y que lo doblen para que no se vea. El facilitador reúne los papeles en un envase, los revuelve y les dice a todos que por turno saquen un nombre. La persona cuyo nombre está en el papel que sacas es tu 'amigo visible' (;que no se entere!). Mientras tanto alguien más (;que tú no conoces!) ha sacado tu nombre — de manera que él o ella ¡es tu 'amigo invisible' y tú eres su 'amigo visible'! Desde ahora hasta el final del taller cada persona debe cuidar de su amigo visible de diferentes maneras (;usen la imaginación!) pero tu amigo ;no debe saber que eres TÚ quien les está cuidando!

Al final del taller (ver Módulo 9), ¡todos los amigos invisibles son revelados! Los participantes se sientan en un círculo y el facilitador le pide a una persona al azar(A) que vaya al centro del círculo y le diga al grupo algo positivo que ha observado en su amigo visible (B) – (;mientras todos los demás están tratando de adivinar quién puede ser!) A entonces va hacia la persona B y le da la mano y un abrazo. B entonces va al medio del

círculo, habla acerca de unas pocas cualidades que ha visto en su amigo visible (C) y ¡revela la identidad de C!

Esto continúa hasta que todos los amigos han sido revelados ¡con mucha alegría y risas!

Materiales: Pequeños pedazos de papel, un contenedor.

Tiempo: Inicio del taller: 10 minuto. Cierre: 30 minutos.

★ Actos amables al azar

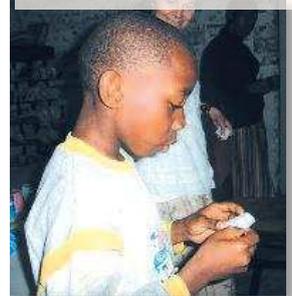
Esta actividad desarrolla la cualidad del amor incondicional y la alegría de vivir. El facilitador podría sugerir: “Durante este taller (o – cuando regresen a casa esta tarde), hagan algo amable por otra persona. Puede ser algo simple – pero ¡la otra persona no debe saber que fuiste tú!”

Al día siguiente los participantes comparten sus experiencias.



‘En nuestro país, los hoteles son un concepto relativamente nuevo, cuando a la aldea llegaban viajeros, se presentaban al jefe, se les daba hospitalidad y al día siguiente el jefe llamaba a un ‘pitto’ (reunión) para que los aldeanos conocieran al visitante. Celebrábamos con una cena especial en su honor y hablábamos para saber sobre sus vidas. Encontrábamos que teníamos muchas cosas en común y eventualmente los visitantes se consideraban parte de la comunidad.’

Pitso Montwedi, Director Jefe, Derechos Humanos y Asuntos Humanitarios, Departamento de Relaciones Exteriores, Sur África



Mi amigo ‘visible’

‘Lo ultimo que deseo es que cualquiera de nuestros descendientes mire hacia atrás y nos desprecie por no habernos atrevido a actuar cuando pudimos. Debemos atrevernos a buscar el cómo, el por qué y el para qué de nuestros acuerdos. Así seremos capaces de juntarnos para buscar soluciones alternativas y nuevas formas de manejar los desafíos del mundo. Ser diferentes es nuestra riqueza, actuar juntos será nuestra fortaleza.’

Federico Mayor Zaragoza, Ex Director General de UNESCO, Presidente de UBUNTU Foro Mundial de Redes de la Sociedad Civil

MODULE 2

Valores Ubuntu — ¡en mí y en ti!

En este módulo el facilitador guía a los participantes a través de una serie de reflexiones y actividades para ayudarnos a explorar nuestros valores personales innatos, reconocer los valores en los demás y descubrir cómo nuestros valores ayudan a desarrollar relaciones armoniosas con los otros.

La sección ‘Orientaciones para Facilitadores’ da ideas para conducir las reflexiones.

a) ¡Reconociendo los valores Ubuntu en mí!

Mfuniseni John Bhengu describe Ubuntu en una palabra: VIRTUD (ver Referencias y Recursos).

Cuando estamos conscientes de Ubuntu en cada uno de nosotros, reconocemos nuestra divinidad y dignidad y el potencial para ser una persona verdaderamente victoriosa y noble.

Reflexión

El facilitador crea un ambiente reflexivo y de quietud y hace un comentario breve sobre los temas que siguen (por favor adapte/cámbielos para que se adapten al grupo). Después de cada comentario se les da tiempo a los participantes para escribir sus reflexiones en pocas palabras.

1. Un momento especial:

“Reflexiona sobre un momento especial en tu vida — cuando descubriste algo muy bueno de ti... no un logro externo como aprobar un examen, sino una cualidad de la que te sientes orgulloso... ¿Cuáles eran las circunstancias?... ¿Cómo te sentiste?...”

Por favor escribe las cualidades o valores que sentiste.”

2. Cómo me ven los demás:

“Recuerda un momento cuando alguien dijo algo muy bueno acerca de ti – acerca de tus fortalezas y valores... ¿Qué dijeron?... ¿Cómo te describieron?... Escribe esos valores (¡Sin pena!)”

3. Mi música favorita:

“Piensa en una música o canción que te gusta mucho... Imagina que la puedes escuchar en tu mente... ¿Por qué esta música es tan especial para ti?... ¿Qué sentimientos provoca en ti?... ¿De qué valores te recuerda?... Escribe esos valores.”

4. Mis valores centrales:

“Revisa los valores que has anotado en las reflexiones previas... estos son algunos de tus valores personales clave que guían tus pensamientos, actitudes y acciones.

Diseña un símbolo que represente lo mejor de ti.”

Después de permitir un tiempo prudencial, el facilitador invita a los participantes a compartir sus sentimientos y los valores que han observado, con la persona que tienen al lado.

Podría seguir luego la retroalimentación en plenaria.



Compartiendo ideas...

‘Mientras reconozcamos que lo que mantiene unida a la humanidad es más fuerte que lo que nos divide, podremos ayudar. Llegando a las personas de diferentes orígenes puedes convertirte en un ciudadano global. En esta forma, persona a persona, comunidad a comunidad, país a país, podemos construir un mundo mejor.’

Ban Ki Moon, Secretario General de las Naciones Unidas



Actividades creativas

Las siguientes actividades pueden ayudar a los participantes a experimentar y expresar sus valores personales. Por favor seleccione e integre al modulo de acuerdo a la dinámica del grupo.

★ **Árbol Ubuntu: compartiendo nuestros valores con el mundo**

Esta actividad crea unidad y desarrolla la cooperación, la creatividad y el compartir.

Se pinta un gran árbol vacío bien sea sobre un lienzo/rotafolio/pared (para crear un mural) o se puede construir de alambra (puede ser que los participantes sugieran otras ideas).

Previamente se cortan hojas de cartulina de colores.

Se pide a los participantes que reflexionen sobre un valor que les gustaría dar al mundo – recuerde, ¡solamente podemos dar lo que tenemos! Se puede utilizar el siguiente comentario:

Mi regalo para el mundo:

“Ve las cualidades especiales que te hacen único... estas cualidades viven en un lugar tranquilo en tu corazón... imagina que estás en ese lugar tranquilo... Date cuenta de que, al estar en contacto con tu belleza interior, también estás compartiendo un regalo con el mundo...”

Escoge un valor que te gustaría darle al mundo.”

Cada persona escribe en una hoja de cartulina su valor bien resaltado, que luego se pega al árbol. Rápidamente el árbol vacío cobra vida, brilla y se vuelve vibrante a medida que se agregan más valores.

Materiales: Papel de rotafolio / lienzo / pared, etc. Tarjetas de colores, marcadores.

Tiempo: Flexible, de acuerdo al diseño y materiales.

★ **Valores Ubuntu: ‘Lluvia de ideas’**

(Esta actividad puede ser usada en cualquiera de los módulos).

El grupo medita durante 10 – 15 minutos con música suave de fondo, reflexionando sobre los valores explorados en el módulo. Durante el curso de la meditación, los participantes quizás deseen pararse y escribir espontáneamente una palabra o símbolo en el rotafolio o pizarra, cuando nos movamos para eso.

Podría seguir a continuación una enriquecida discusión y exploración más profunda de ciertos ‘valores Ubuntu’ seleccionados.



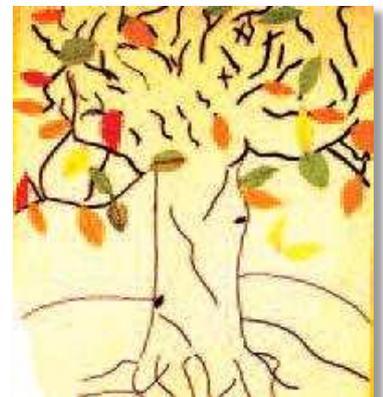
Árbol Navideño



Árbol de alambre, hojas de papel



Árbol sobre lienzo



Árbol en hoja de rotafolio



Árbol en técnica collage

★ **Árbol de mi Vida: reflexión y ‘exposición de móviles’**

Esta actividad estimula el pensamiento creativo, positivismo, autoconfianza y auto-empoderamiento. Nos permite apreciar nuestros valores personales, ver la interconexión de los diferentes aspectos de nuestra vida personal y reconocer el importante rol que nuestros valores juegan en la determinación de la calidad de nuestras relaciones y logros en la vida.

Tenga presente que hay una actividad similar en el Módulo 6 para explorar los valores de una familia o grupo.

Al utilizar el árbol como un símbolo que representa singularidad, dignidad y belleza junto con interdependencia (con los elementos y otras formas de vida) y el dar incondicional (de oxígeno, resguardo, alimento, sombra, perfume, etc.) los participantes son guiados a través de ‘un viaje de descubrimiento’ de sus valores personales y sociales.



Con el sonido de música ligera, el facilitador pide a los participantes que piensen cómo podrían representar su vida en un árbol. Se les pide que dibujen la silueta de un árbol en una hoja de papel blanco (al menos tamaño oficio), para que incluya raíces, tronco y 4 o 5 ramas y para reflexionar sobre las funciones de estas partes (ej.: raíces= ancla, tronco= apoyo, ramas= equilibrio).

Puede usar el siguiente comentario:

“Piensa en las **raíces** de un árbol – van profundo en la tierra y crean la base para que el árbol crezca – son su ancla... ¿Cuál valor es la base de tu vida?... el que te proporciona un anclaje para crecer y desarrollarse... (podría ser por ejemplo la esperanza).

Por favor escribe ese valor entre las raíces de tu árbol...

Ahora piensa en el **tronco** — da apoyo a todo el árbol... ¿Cuál de tus valores te da apoyo y fuerza en t vida?...

Por favor escribe ese valor a lo largo del tronco... (algunos escogerán determinación, otros valentía o amor, etc...).

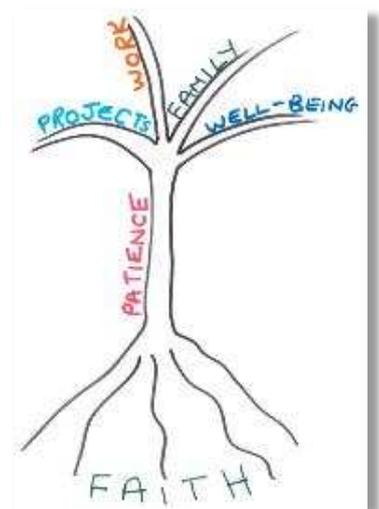
Las **ramas** se abren en diferentes direcciones. Representan las áreas importantes de tu vida... por favor reflexiona sobre cuáles áreas son esas... por ejemplo tu familia y amigos, tu trabajo, salud, religión, intereses, pasatiempos, proyectos, etc...

Escribe cada una de tus áreas importantes a lo largo de una rama.

Imagine las **hojas** de tu árbol... piensa en todas las cosas que hacen las hojas... (producen oxígeno, dan alimento, resguardo, sombra...). Piensa sobre una de tus calidades o valores... algo que ‘das’ a otros... traza la silueta de las hojas del árbol y agrega ese valor...

Las **flores** hacen que el árbol sea único y atractivo... ¿cuál es tu valor especial?... Dibuja una flor... agrega este valor que te hace único.

Agregue unas pocas **frutas**... estos son tus logros y éxitos... ¿Cuáles de tus valores te permiten tener excelencia en lo que haces? ... Escríbelo al lado de una de las frutas...



Piensa sobre cómo se nutre un árbol... con **luz del sol** y **lluvia**... ¿Cuál es el sol de tu vida? (!)...

Dibuja el sol y coloca este valor a su lado.

¿Qué valores representa la lluvia para ti?... Por favor agrégalo...”

El facilitador adaptará el nivel de complejidad de los símbolos de acuerdo al grupo. Para grupos de más edad el facilitador puede continuar con lo siguiente:

“Hay algunos **insectos** hambrientos cerca de tu árbol, preparados para comerse las hojas, flores y frutas... piensa en lo que esto pudiera significar para ti... ¿cuáles son los ‘insectos’ en tu vida... las cosas que evitan que crezcas y florezcas en tu pleno potencial?... (podría ser algo externo, pero también pudiera ser una actitud o hábito negativo...). Agrega este insecto al lado de tu árbol y la actitud que asocias con eso... (¡sé honesto!).

¿Con suerte hay un poco de insecticida disponible!... ¿Qué puedes hacer o qué valor puedes usar para destruir ese insecto?...” (algunos pueden escoger ‘entusiasmo’ para eliminar la ‘pereza’; otro se puede decidir por ‘sacar tiempo extra para mi mismo’ para poder reducir el ‘estrés’, y así sucesivamente...)

Después de que se hayan completado los árboles, se les pide a los participantes que vean su ‘árbol de vida’ y que reflexionen sobre cómo su vida y personalidad están determinadas por sus valores.

Exposición de móviles

Luego el facilitador organiza una ‘exposición de móviles’: los participantes se sientan en un círculo y cada uno pasa su ‘árbol’ a la persona que tienen a su derecha, todos hacen una pequeña pausa para apreciarlo y luego lo pasan de nuevo una y otra vez, hasta que todos hayan visto el árbol de los demás. La exposición funciona mejor si se hace en silencio con una música suave de fondo.

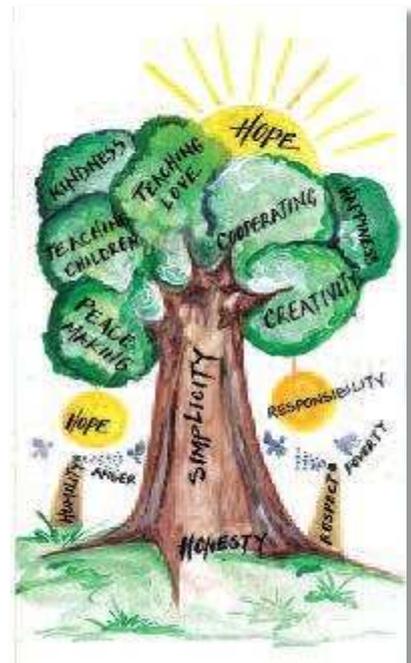
Por favor adapte esta actividad de acuerdo a las necesidades del grupo (los niños muy pequeños puede que necesiten que se les proporcione la silueta del árbol para comenzar).

¡Sea creativo!

Tiempo: 20 - 30 minutos dependiendo del tamaño del grupo.



Docentes reflexionando sobre El Árbol de mi Vida, ORT/SEN Prescolar, Aldea Hann, Senegal



Pintura: Patrick Nereus, Camerún



Dibujo: Srta. Sampada Vijay Shelar (13 años), Hindú que vive en Omán.

b) Apreciando los valores en los demás

Quizás el facilitador desee mencionar algunas personalidades, tanto presentes como pasadas, que son bien conocidas y quienes demostraron el espíritu de Ubuntu y sus valores subyacentes.

Por ejemplo las siguientes personas, siempre serán recordadas por su compasión y por su convicción en sus emprendimientos para remover las barreras de color, casta y religión:

Nelson Mandela, ex-presidente de Sur África, a pesar de haber estado 27 años en prisión por su rol como luchador por la libertad en contra del apartheid, nunca perdió su dignidad y valentía, ni olvidó su cultura de respeto, perdón y reconciliación.

Madre Teresa, monja católica albanesa, dedicó su vida a ayudar a los pobres, enfermos, huérfanos y moribundos en India. Reconocida con el premio Nobel de la Paz por su trabajo humanitario, es admirada por su compromiso, misericordia y amor incondicional.

Abraham Lincoln, ex-presidente de los Estados Unidos, guio a su país a través de una Guerra Civil, uniendo a los líderes opositores en cooperación y unidad. Famoso por su honestidad, integridad y perseverancia, ayudó a abolir la esclavitud y reintegrar la libertad y la dignidad.

Mahatma Gandhi, lideró una campaña nacional en India para reducir la pobreza y desarrollar armonía religiosa y étnica. Utilizó como 'armas' la no violencia y la resistencia pacífica para alcanzar la unidad y la reconciliación. Es recordado por su valentía, sencillez y determinación.

Su Majestad la Reina Noor de Jordania, cuyo nombre significa 'luz' en árabe, es un incansable apoyo para causas humanitarias tales como pobreza, prevención de conflictos y recuperación, desarme, refugiados y relaciones Árabe-occidente. La Reina Noor y Nelson Mandela, como Presidente y Presidente Honorario de las Universidades Unidas del Mundo, se unen para promover la paz y el entendimiento internacional.

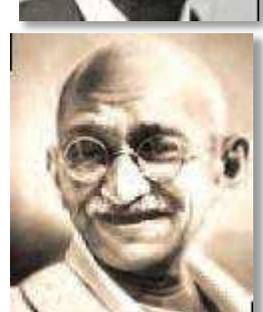
Wangari Maathai, de Kenia, fundó el Movimiento cinturón Verde, el cual se concentra en sembrar árboles, conservación natural y derechos de las mujeres. En 2004 se convirtió en la primera mujer africana y la primera ambientalista en recibir el Premio Nobel de Paz.

Reflexión: Gente que nos inspira

La siguiente reflexión ayudará a los participantes a apreciar los valores que orientaron a estas y otras personas, y a experimentar algunos de esos valores en sí mismos.

Comentario:

“Trae a la mente una persona que ha influenciado tu vida con sus cualidades... alguien a quien admiras profundamente... podría ser una persona famosa – que esté viva o no – o podría ser incluso una persona común y corriente en tu vida ... Imagina que esa persona está frente a ti... Reflexiona sobre sus cualidades especiales o valores que te inspiran... Escribe esos valores.” Los participantes discuten sus reflexiones en parejas, luego dan su retroalimentación a la plenaria.



Actividades creativas

Las siguientes actividades nos ayudan a reconocer y apreciar los valores en los demás y a usar nuestros propios valores para desarrollar relaciones armoniosas.

★ Tarjetas de valores, afiches, sketches

Esta actividad estimula la creatividad, recursividad y aprecio y profundiza nuestro entendimiento de los diferentes valores.

Después de la reflexión en la página anterior, se les pide a los participantes que seleccionen un valor que ellos más admiran en otros y que reflexionen sobre ese valor por un minuto, luego deben buscar esa cualidad en ellos mismos.

El facilitador luego pide a cada persona que cree una tarjeta basada en su experiencia y comprensión de ese valor (podría incluir una definición, una bendición, un logo o símbolo).

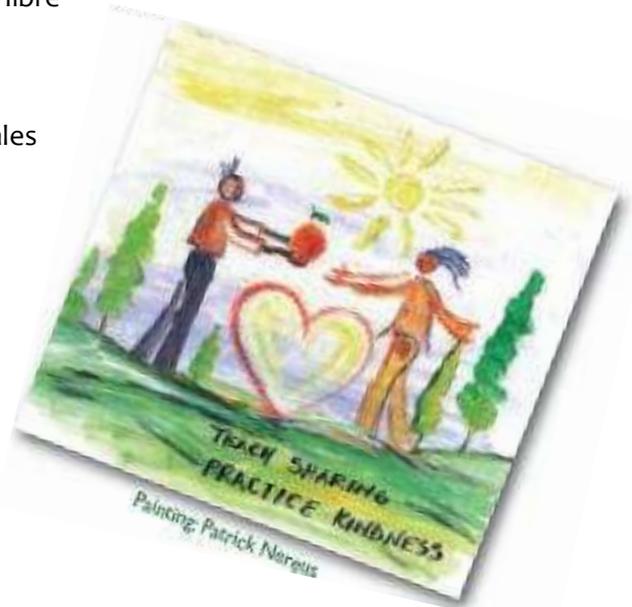
A medida que cada persona termina su tarjeta, se levantan en silencio y le dan la tarjeta a alguien a quien no conozcan muy bien.

Una alternativa es que un grupo pequeño diseñe un afiche o un collage para ilustrar el valor escogido.

Otras variaciones: escribir una prosa/historia/canción o componer un sketch/mímica para ilustrar ese valor. Por favor ¡siéntase libre de ser creativo!

Materiales: tarjetas, marcadores de colores, materiales varios

Tiempo: desde 10 hasta 30 minutos



Maneras creativas de expresar los valores de felicidad, amor



Ubuntu

19

Marionetas

Esta actividad ayuda a desarrollar confianza, entendimiento, intuición, seguridad en sí mismo, cuidado, concentración humor y comunicación no verbal.

Trabajando en parejas, los participantes imaginan que uno de ellos es una marioneta y el otro es el titiritero. El titiritero mueve suavemente las manos, brazos, cabeza y pie de la marioneta, moviendo cuerdas imaginarias atadas a esas partes corporales. La marioneta responde a esos movimientos del titiritero al mismo tiempo que el titiritero es sensible a las respuestas de la marioneta y no la fuerza a hacer ningún movimiento. Luego de unos minutos intercambian los roles.

Una vez establecida la confianza y el entendimiento entre los dos, ¡pueden ser más ‘aventureros’ con sus movimientos!

Cuando trabajen con niños muy jóvenes o con jóvenes tímidos o traumatizados, esta puede ser una forma efectiva de comunicarse y estimular al niño a intercambiar sus sentimientos, al mismo tiempo que da apoyo y empatía. Es igualmente una forma intuitiva de reconocer y admitir las cualidades y valores de la otra persona.

Los participantes dan sus opiniones después de la actividad.

Tiempo: 10 minutos



Proyecto de investigación

Un grupo de eminentes líderes globales conocidos como **‘Los Ancianos’**, unieron esfuerzos en solidaridad para ‘promover los intereses comunes a la humanidad’. Su idea era simple. ¿En un mundo en creciente interdependencia— una aldea global — podría un grupo pequeño y dedicado de ancianos independientes resolver los problemas y aliviar el sufrimiento de la humanidad? Buscaron inspiración en sociedades tradicionales, en donde los ancianos frecuentemente ayudan a compartir sabiduría y resolver disputas dentro de las comunidades (ver Recursos y referencias).

Estos ancianos son:

Martti Ahtisaari, Kofi Annan, Ela Bhatt, Lakhdar Brahimi, Gro Brundtland, Fernando H Cardoso, Jimmy Carter, Graça Machel, Mary Robinson, Desmond Tutu, Ancianos Honorarios: Aung San Suu Kyi y Nelson Mandela

Se puede pedir a los participantes que compartan en plenaria, el conocimiento previo que tengan acerca de estos eminentes líderes. Pueden surgir discusiones interesantes (pudiera ser prudente recomendar que las

discusiones se concentren en los valores y logros por el bien de la humanidad ¡evitando a toda costa el debate político!).

Cuando los participantes sean estudiantes, el facilitador podría pedirles que lleven a cabo un proyecto de investigación personal sobre el trabajo y los valores ilustrados por estos u otros modelos de su elección.

Su Majestad la Reina Rania de Jordania, por ejemplo, está comprometida a reconciliar a las personas de diferentes fe y culturas estimulando el diálogo transcultural, particularmente entre los jóvenes. Como embajadora de UNICEF, promueve la compasión, el respeto mutuo y la tolerancia entre las naciones y trabaja incansablemente para ayudar a los menos privilegiados. La Reina Rania hace un buen uso del internet para intercambiar ideas con su red global.



Títeres y Titiriteros



Chicos de la calle desarrollan confianza y concentración

‘Creo firmemente que podemos crear un mundo libre de pobreza si creemos en ello en forma colectiva... Cada ser humano nace en este mundo completamente equipado, so solo para cuidar de sí mismo, sino también para contribuir a incrementar el bienestar del mundo como un todo.

Grameen me ha proporcionado una fe insacudible en la creatividad de los seres humanos. Esto me ha llevado a creer que los seres humanos no nacieron para sufrir la miseria del hambre y la pobreza.’

Muhammad Yunus,
Fundador del Banco Grameen
Premio Nobel de la paz en 2006



MÓDULO 3

Ubuntu y la comunidad

Usando ejemplos que ilustran los valores Ubuntu en acción en la comunidad, este módulo tiene por objetivo:

- profundizar nuestro sentimiento de pertenencia a una comunidad
- entender cómo la comunidad puede ayudar al individuo
- reconocer nuestra contribución y responsabilidad personal a la comunidad.

Ubuntu se deriva de la palabra en dialecto Zulú/Xhosa ‘Umntu’ – que significa ser humano. Ella abraza los valores de la hospitalidad, generosidad y respeto por otros. Tener Ubuntu significa reconocer el valor de cada individuo, reconocer la divinidad en mí y en ti – nuestra divinidad compartida – esa que es sagrada en cada ser humano. Es el darse cuenta, consciente o inconscientemente de que somos seres espirituales y pertenecemos a una gran familia.

Cuando reconocemos lo sagrado de nuestra propia existencia y la bondad intrínseca en cada uno de nosotros, entonces tendremos una influencia positiva en nuestras familias, amigos, colegas y en las comunidades en donde vivimos. Ubuntu tiene su raíz en reconocer ante otros y ante mi comunidad el valor de mi propia existencia.

a) El valor de mi existencia para otros y el valor de la comunidad para mí

En Sur África hay una tradición llamada ‘ukusisa’. Una familia en una aldea rural ‘presta’ una vaca y un toro a una pareja recién casada que haya llegado recientemente a la aldea y esperan hasta que nazca un becerro y lo crían por un tiempo antes de regresar la vaca y toro originales. La cría permanece con los recién llegados, dejándoles así un ‘capital semilla’ y su dignidad. Esta transacción de mutuo beneficio está basada en la amabilidad, pero también con la idea de la reciprocidad, compartiendo la riqueza con el interés de construir una comunidad plena, como un todo.

Reflexión: Dar incondicional

Comentario:

“Recuerda una experiencia en la que hiciste algo especial por alguien – sin esperar nada a cambio... ¿Cuál fue el resultado?... ¿Cómo te sentiste? ... ¿Cómo crees que se sintió la otra persona?... Ahora recuerda un momento cuando recibiste generosidad incondicional... ¿Cómo te sentiste?...”

Escribe tus pensamientos al respecto.”

Luego los participantes comparten sus experiencias en grupos pequeños.

Actividades creativas

‘Ubuntu ... para nosotros significa que el mundo es muy pequeño, nuestra sabiduría demasiado limitada, nuestro tiempo aquí demasiado corto para desperdiciarlo más en obtener victorias temporales a expensas de otra personas.’

Ahora tenemos que encontrar la manera de triunfar juntos.’

Bill Clinton, Ex Presidente de los Estados Unidos de América



‘El respeto es muy importante en Sur África porque crea límites adecuados entre los mayores y los jóvenes. Cuando se trata de trabajar juntos, hay respeto por el jefe de la tarea, la tarea, las personas involucradas en la tarea y por sí mismos. El autorrespeto anula los egos que puedan de otra forma amenazar la tarea y va de la mano con la cooperación.’

Fátima Dike, Sur África

Las siguientes actividades ayudan a los participantes a identificar y apreciar los valores que ya existen en sus comunidades y a encontrar formas de agregar su propia contribución.

★ **Reflexión y expresión artística:**
los valores de mi comunidad / país/ cultura

Comentario:

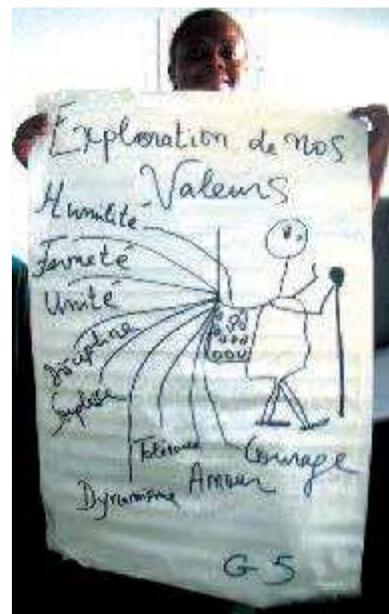
“Reflexiona sobre los proverbios, historias o canciones sobre tu cultura / país / comunidad... Piensa sobre algunas de las grandes personas de tu nación, pasadas o presentes...”

Haz una lista de los valores que atesoras y que te hacen sentir orgulloso de pertenecer a tu país.”

El facilitador pide a los participantes que digan en voz alta los valores que han identificado y que los escriban en una hoja de rotafolio, de manera que el grupo pueda apreciar la amplia gama de valores relacionados con su comunidad o país.

Luego, se separan en grupos pequeños y se les da 10 minutos para que diseñen una nueva bandera, compongan un himno o creen un afiche que ilustre los valores de su país.

Luego cada grupo presenta su resultado a la plenaria.



¡Valores de Camerún!

Proverbios y palabras de sabiduría del alrededor del mundo

Takipar bich che meloljinge ma: Es fácil derrotar a aquellos que no encienden el fuego (una comunidad fuerte es la que se reúne –alrededor del fuego – para discutir y resolver conflictos). **Tuguen, Kenia**

Mikono mingi kazi haba: Tu cooperación inspira a otros a trabajar colaborativamente. **Swahili, África Oriental Africa**

Nalukolekejaga sonda walola lwala: Señalé las estrellas y lo único que viste fue mi dedo. **Sukuma, Tanzania**

Generosidad no es darme lo que yo necesito más que tú, sino darme aquello que necesitas más que yo. **Kahlil Gibran, Líbano**

El primer día que se encuentran, son amigos. Al siguiente día que se encuentran, son hermanos. **Afganistán**

No juzgues a ningún hombre hasta que no hayas caminado dos lunas en sus mocasines. **India**

Al tener dos oídos y una lengua deberías escuchar dos veces más de lo que hablamos. **Turquía**

No te protejas con una barda, más bien protégete con tus amigos. **República Checa**

Tres que ayuden a otro harán tanto como seis hombres trabajando juntos. **España**

Es mejor ser amable en casa que prender incienso en un lugar remoto. **China**

¿No destruyo a mis enemigos al hacerme amigo de ellos? **Abraham Lincoln, EUA**

Nuestra tecnología ha sobrepasado a nuestra humanidad. **Albert Einstein, Alemania**

No hagas a otros no lo que no te gusta te hagan a ti. **Confucio, China**

★ **Reflexión: ¿Qué hace buena a una comunidad?**

Comentario:

“Imagina tu aldea / vecindario / grupo social... ¿Cuáles son los valores que los mantienen juntos?... ¿Con qué valores te gustaría contribuir para llevar mejoras a tu comunidad?... Por favor escríbelos.”

Luego los participantes comparten sus ideas e inspiración en grupos pequeños.



a) Vida comunitaria: desarrollando cohesión y responsabilidad

Hay un dicho que dice: ‘Se requiere de una aldea para criar a un hijo’. En el pasado (y en algunas instancias en el presente) todos — no solamente tías, tíos y otros parientes — se sentían responsables por la crianza de cada niño y tenían el derecho de estimular o corregir a los hijos de otros. Los roles de madre y padre no estaban dirigidos únicamente a sus propios hijos. A un niño hambriento siempre se le daba comida y, si un huérfano llegaba a la puerta, era el deber de uno el recibir a ese niño en la familia como si fuera propio. No había ancianatos u orfanatos, ni tampoco existía el fenómeno de niños de la calle. La idea de ‘ser dueño’ de la tierra u propiedad no existía; era un regalo de Dios, para ser usada por toda la comunidad.

“En el pasado, toda la comunidad celebraba y se lamentaba juntos. No se esperaba a ser invitados a una boda — simplemente íbamos. De la misma forma si había ocurrido una muerte en la aldea, todos iban a lamentarse juntos en condolencia con los familiares del difunto, asegurándose que no estuviesen solos hasta que no se sintiesen confortados.

... Letsema ha sido siempre parte de nuestra sociedad. Si necesito que mi campo sea arado, todos en mi aldea vendrán a ayudarme — simplemente les proveo de comida y bebida y me aseguro que todos estén felices. Lugo unos días más tarde, alguien más necesitará que su campo sea arado y así llama a un ‘letsema’ y todos vamos allá para ayudar. En esta forma se hace en toda la aldea.”

Sr. Pitso Montwedi, Sur África

“Un proyecto de jardín comunitario desarrolla cohesión: En Londres la conducta antisocial se había vuelto un problema en un suburbio. Para resolver el problema, la comunidad desarrolló un jardín en un área rodeada de concreto en donde merodeaban pandillas de jóvenes aburridos y potencialmente violentos. La municipalidad proporcionó inmensas cantidades de tierra y materos y la comunidad se unió para decidir qué sembrar y quién sería responsable de esa acción - ¡incluyendo algunos miembros de pandillas! El espíritu comunitario creció y las pandillas dejaron de merodear en el área que ahora se había convertido en un jardín. Los vecinos comenzaron a hablarse entre sí y comenzó a haber entendimiento y amistad..

¡Era Ubuntu en acción y no lo sabían!”

Sra. Shelagh Moore, Reino Unido

Reflexión y discusión

El facilitador invita a los participantes a reflexionar y discutir los ejemplos anteriores y a contar sus propias experiencias de vida comunitaria.

Sería interesante compartir también ideas sobre las ventajas / desventajas de la comunidad Internet.



‘Con respecto a nuestros roles como madres, esposas, hermanas, líderes, no deberíamos ser indiferentes a ningún sufrimiento. Ninguno debería ser desconocido para nosotros. Todos deberíamos sentirnos afectados y prestar nuestro incesante apoyo a la lucha en contra del SIDA y el sufrimiento. Queridas hermanas, es el desafío maternal el que debemos asumir.’

Madame Chantal Biya, Primera Dama de Camerún - Presidenta Fundadora de African Synergy



Primeras Damas del Continente Africano, 2009

African Synergy es una organización no gubernamental que se compone de 15 Primeras Damas del Continente Africano e incluye Ex Primeras Damas de África y otros continentes.

Su meta es contribuir con la paz y el alivio del sufrimiento de las víctimas de conflictos y crisis en África, al usar sus posiciones para mejorar la salud materna, reducir la **epidemia de SIDA y promover la educación de las niñas.**

¡Este es Ubuntu en acción en la ‘familia extendida’... en este caso, el continente africano!

Actividad creativa

Esta actividad estimula el trabajo en equipo, la recursividad, unidad, aprecio, responsabilidad y muchos otros 'valores Ubuntu'. Favorece la cooperación a expensas de la competencia.

En grupos de cuatro o cinco, se da a los participantes 20 minutos para que construyan un edificio de solo 10 piezas de papel tamaño oficio y no más de medio metro de cinta pegante, ¡sin ninguna otra herramienta o materiales! El facilitador les dice que sus edificios serán juzgados en base a diferentes factores, por ejemplo, altura, estabilidad, diseño, belleza, trabajo en equipo, etc.

Cuando se acaba el tiempo se exhiben las construcciones sobre un 'mesa de exposición' y se pide a un 'juez' que anuncie los resultados. Al juez se le ha pedido previamente que encuentre algo especial en cada construcción — de manera que cada intento razonable recibe un 'reconocimiento' – por ejemplo, por ser el más alto, el más estable, el mejor diseño, el más original, el más creativo, el más hermoso, el mejor trabajo en equipo, etc. También se da un pequeño 'premio', como un caramelo a cada miembro de cada grupo, junto con un 'certificado' (ej. Una tarjeta de valores). En esta forma, el juez reconoce y valora la contribución especial de cada grupo y cada persona, demostrando que la competencia no es siempre necesaria o deseable en algunos casos.

Cada persona es estimulada a dar lo mejor de sí mientras trabajan juntos para obtener los mejores resultados en su grupo. En esta forma ¡todos son ganadores!

Variaciones:

- ¡Se puede pedir a los grupos que creen las construcciones en silencio!
- Se pide a los grupos que construyan una casa diseñada para mantenerse fresco en el desierto'.
- En escuelas / universidades la actividad puede ser adaptada para usarse en una sesión técnica en alguna materia relacionada con construcción, materiales, estabilidad, etc....

¡Por favor sea creativo!

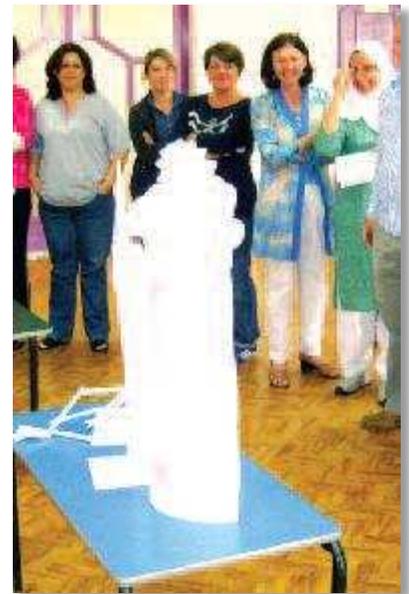
Materiales: Mesa de exhibición

Por grupo de 4/5 personas: 10 hojas de papel oficio (puede ser viejo/usado), un metro de cinta pegante

Por persona: 'certificado' (ej. tarjeta de valores) y 'premio' (ej. Un dulce)

Tiempo: Aproximadamente 40 minutos,

Actividad adaptada de 'haciendo cosas juntos – Torres Blancas' actividad en el libro 'Visiones de un Mundo Mejor' (ver Referencias y recursos).



Torres de Kuwait



Trabajo en equipo en Camerún



Niños de India crean un colorido cohete



Scouts en Omán comparten ideas ... y crean una casa para combatir el calor



MÓDULO 4

Ubuntu y la interconexión de la vida

En este módulo, el facilitador estimula a los participantes a explorar y experimentar un sentido de ser en armonía con uno mismo y con los demás; de estar conectados con el mundo natural y con toda la familia humana y el sentimiento de pertenecer a un mundo incluso más grande.

‘En mi visión Ubuntu es espiritualidad en acción. Nos permite ver nuestro nivel de ‘ser’. Nuestra interacción con la gente — y en tiempos antiguos, con la naturaleza — nos refleja nuestra verdadera naturaleza. Es el espejo para nuestra alma, así como tenemos un espejo para nuestro ser externo. En esta medida, la forma más elevada de cumplido en Sur África / Lesotho es, ‘pelo ya hao e tshweu’, que significa: ‘tienes un corazón blanco’. Esto se reconoce como la forma más elevada de bondad / de ser, y describe la pureza y limpieza de corazón en interacción con otros y con la naturaleza. El resultado es cuando las personas pueden ver una interacción ser a ser.’

Srta. Lefuma Mkhethi, Sur África

Reflexiones

a) Sentirse conectado con la naturaleza:

“Imagina que estás en un lugar hermoso, en algún lugar en donde te encanta estar... en donde te sientes cómodo a solas... por ejemplo, puedes estar sentado bajo un árbol o al lado de un lago... parado en la cima de una montaña u observando el amanecer o atardecer... Describe la escena para ti... Permítete sentirte conectado con el ambiente, una sensación de ser una parte integral de lo que te rodea... ¿Cómo te sientes? ...”

b) Sentirse conectado con otros:

“Recuerda un tiempo o un momento en tu vida cuando sentiste una profunda sensación de pertenencia: en tu familia, con tus amigos, la comunidad o toda la humanidad... Te sentiste uno contigo mismo y sin embargo conectado con los demás... pertenecías a todos y todos te pertenecían... ¿En dónde estabas?... ¿Cuáles eran las circunstancias?... ¿Cuáles eran tus pensamientos y sentimientos?... ¿Qué cualidad especial o valor estaban en contacto contigo y que agregaron a este sentimiento de armonía e interdependencia?....”

Después de las reflexiones a) y b), los participantes discuten sus experiencias e ideas en parejas o grupos pequeños. También pueden crear un símbolo / logo / dibujo para expresar sus sentimientos.



‘Estamos en el comienzo de una nueva era de descubrimiento, una era que nos ve conectándonos abiertamente y redescubriéndonos a nosotros mismos y a nuestros vecinos.’

Su majestad la Reina Rania de Jordania

‘Ubuntu habla particularmente acerca del hecho de que no puedes vivir como ser humano en aislamiento. Habla acerca de nuestra interconexión. No puedes ser humano tú solo y cuando tienes esta cualidad — Ubuntu — se te conoce por tu generosidad. Con frecuencia pensamos en nosotros como individuos, separados unos de otros, mientras que sí estás conectado y lo que haces afecta al mundo entero. Cuando haces el bien eso se esparce; es para la humanidad entera.’

Reverendo Desmond Tutu, Sur África

Actividades creativas

Esta actividad nos ayuda a experimentar nuestra interconexión unos con otros y con la naturaleza.

★ Danza Ubuntu

Esta actividad crea unidad, armonía, felicidad y una sensación de bienestar.

Se invita a los participantes a bailar al ritmo de una música suave (ej. 'One love' de Bob Marley) o alguien puede sugerir una canción tradicional o popular que todos puedan cantar juntos. Cada uno baila a su manera pero a medida que se mueven y se encuentran con otros, uno a uno por turnos, se sincronizan / 'sintonizan' con los movimientos de la otra persona, trayendo unidad y alegría.

Una alternativa es que todos bailen en fila, las manos en los hombros de la persona que tienen al frente (danza de la 'conga'). El movimiento de cada uno es único y sin embargo contribuye al ritmo del grupo en general.

★ Caminata silenciosa: conectándose con la naturaleza

Esta actividad estimula la reflexión personal y un equilibrio de independencia junto con interdependencia. Igualmente desarrolla los valores de autoconfianza, dignidad y aprecio.

Dependiendo de la composición y dinámica del grupo, se invita a los participantes a ir para una caminata silenciosa, bien sea a solas o con un amigo que esté de acuerdo en permanecer en silencio... en el jardín, en un parque cercano, si no es posible salir del salón, pasar algo de tiempo en un balcón o ventana. El facilitador les estimula a conectarse a su manera con el mundo natural (y a desconectarse de las distracciones como teléfonos celulares, material de lectura, etc.) y a reflexionar sobre su conexión con el mundo y con 'algo más grande' o 'un todo mayor'. Si es de noche, ¡un cielo estrellado presenta un extraordinario telón de fondo para este ejercicio!

Esta actividad puede ser insertada en cualquier parte del taller, cuando se considere necesario un receso de la información y la actividad.

★ Globos de valores

Esta actividad es energizante y crea un sentido de interconexión.

Los participantes se sientan en un círculo. El facilitador da a todos un globo y un marcador y les pide que reflexionen por un minuto o dos (con música de fondo) sobre un valor o cualidad que les gustaría dar a otros. Los participantes inflan su globo y escriben ese valor claramente en la superficie del mismo. Luego, al compás de la música, se ponen de pie, lanzan su globo al aire y todos tratan de mantener los balones moviéndose, sin permitir que caigan al suelo. ("nunca deberíamos dejar caer nuestros valores".)

Luego de dos o tres minutos, la música se detiene y cada quien agarra el globo que tenga más cerca. Leen el valor escrito en el globo y el facilitador les explica que este valor es un regalo para ti de un amigo especial.

Se pide a todos que se sienten por unos momentos a reflexionar sobre el valor que han recibido y el porqué de su importancia / significado para ellos.

Materiales: Globos, marcadores

Tiempo: – 15 minutos



Educadores en valores bailan la conga



Globos de valores



MÓDULO 5

Ubuntu y la prevención y resolución de conflictos

En este módulo, los participantes exploran cómo los valores Ubuntu, especialmente el perdón, tolerancia, apertura y entendimiento — y principios tales como el consenso en la resolución de problemas y escuchar sin juzgar – pueden contribuir a la prevención y resolución de conflictos

Discusión

Acorde con su conocimiento y experiencia, el facilitador puede describir cortes tradicionales tales como ‘Ndaba’ o ‘Lekgotla’ en Sur África y las cortes ‘Gacaca’ de Ruanda, en donde los conflictos son resueltos juntando a las partes opositoras y estimulando el entendimiento mutuo, el perdón y la reconciliación; o discutir sobre la Comisión de Verdad y Reconciliación (TRC) de Sur África la cual tenía como metas sanar las heridas ocasionadas por el apartheid.

Quizás el grupo desee discutir otros métodos de resolución de conflicto y (o prevención, basados en principios similares al Ubuntu, y que se encuentran en otras culturas.

A continuación se sugieren algunos temas para la discusión con el objeto de extraer de ellos principios y valores Ubuntu. (Nota: algunas de las historias y discusiones que surgen pueden evocar respuestas emocionales de los participantes que puedan requerir un manejo empático y sensible.)

- ‘Existo porque existes’, por lo tanto tu alegría es mi alegría, tu dolor es mi dolor, tu crimen es nuestro crimen (es una herida en la comunidad que necesita ser sanada con la ayuda de todos los involucrados)
- reconciliación a través de los valores de empatía, compasión y perdón
- justicia reparadora (término usado durante TRC) versus justicia castigadora
- perdón versus castigo; tolerancia en lugar de venganza
- cooperación versus competencia
- alianza (ganar-ganar) versus contrato / resultado condicionado
- el concepto de amnistía pero sin impunidad
- la importancia del consenso en la toma de decisiones
- disciplina basada en valores: ¿pueden el respeto y el honor remplazar el castigo? (Ver Anexo 2.)
- las cualidades de un buen líder y su rol en la prevención / resolución de conflictos (ver ‘Conectándose con la gente: liderazgo en valores Ubuntu en Omán’).



‘Las habilidades de los jefes tradicionales u otros buenos líderes comunitarios o corporativos incluye la sensibilidad hacia la inclusión, la transparencia y la tolerancia del otro.

... un buen jefe escucha a grupo y encuentra el punto de consenso. Él tendrá bajo perfil, escuchará todos los puntos de vista, facilitará el debate y al final resumirá y tomará una decisión que es justa, preserva la dignidad y refleja el consenso del grupo.’

Sra. Barbara Nussbaum,
Sur África

Actividades creativas

Estas actividades ayudan a desarrollar las habilidades sociales necesarias para evitar o resolver un conflicto.

★ Juego de Roles: Perdón

Los participantes se colocan de pie frente a su pareja, sosteniéndose de las manos. El facilitador pide a todos que imaginen que han hecho algo muy doloroso al otro y que sientan arrepentimiento, remordimiento y compasión. Ambos se miran mutuamente y por turnos, en forma clara y llena de sentimiento dice: “Por favor perdóname – te herí. Lo lamento. Te pido desde mi corazón que me perdones.”

Luego, cada uno imagina que el otro le ha hecho algo malo – realmente le ha herido. Sientan el dolor / resentimiento... Luego desde el fondo de su corazón, perdonen a la otra persona. Ambos se miran uno al otro y dicen en forma clara: “Está bien, te perdono.”

Luego se dan la mano o si es culturalmente apropiado, se dan un gran abrazo ;(si no dese a sí mismo un abrazo)!



“Te perdono”

★ Juego de Roles: Reconciliación

Después de leer o escuchar el proceso pacifista tradicional que se encuentra en las sociedades Ubuntu (ver Anexo 1), se pide a los participantes que expresen su comprensión del proceso a través de un juego de roles. En grupos de 6 u 8, en círculos, ellos imaginan una situación en donde una persona en el grupo le ha hecho algo malo a otro y juntos encuentran la manera de resolver esa situación estimulando el perdón y la reconciliación entre ambos.



Resolviendo problemas a través de la reconciliación



‘Aferrarse del hecho de que alguien nos ha traicionado o decepcionado, nos vuelve rehenes de la rabia interna. De hecho, también deberíamos ayudar a aquellos que nos han decepcionado para que olviden que nos han hecho eso. Cuando vemos la oportunidad de perdonar, tenemos que ayudarles a reducir su dolor y sufrimiento, el cual es consecuencia de las acciones pasadas. Es por esto que necesitamos tener perdón, amor, misericordia y compasión. Ayudar a alguien a olvidar sus propios errores es la forma más elevada de caridad.’

Dadi Janki
Directora Administrativa
Universidad Espiritual Mundial
Brahma Kumaris



‘En las sociedades Ubuntu, a la reconciliación con frecuencia le sigue el perdón por medio de un gesto que muestra la voluntad de ‘arreglar el daño’. Así, si jugaste en mi jardín y arruinaste mis matas, luego, después de admitirlo, pedir y recibir perdón, ofrecerías venir a trabajar en mi jardín para arreglarlo.’

Fatima Dike, Sur África





Habilidades de escucha activa: base para la prevención de conflictos

Esta actividad permite a los participantes identificar algunas de las actitudes, valores y habilidades que se requieren para ser un ‘buen escucha’ y pueden ser usadas como punto de partida para explorar el arte de la comunicación efectiva.

Los participantes se sientan en filas una frente a la otra. Cada persona tiene un compañero en la fila opuesta. El facilitador da un nombre a cada fila, ej. Los ‘diamantes’ y las ‘estrellas’. Se pide a los diamantes que piensen sobre cierto tema y luego hablen de ello durante un minuto (ej. Todo lo que saben sobre diamantes’) mientras las estrellas escuchan. Mientras tanto el facilitador el facilitador hace llegar un mensaje secreto – que solo las estrellas pueden ver – el de ‘ignorar’ a la pareja. Se escribe la palabra ‘IGNORAR’ en letra gruesa en un papel oficio y se muestra solamente a las estrellas (detrás de las espaldas de los ‘diamantes’)

Luego se pide a las estrellas que piensen y hablen a su compañero diamante sobre otro tema (ej. ‘todo lo que saben sobre las estrellas’). En este tiempo el facilitador muestra un mensaje secreto a los diamantes – ‘INTERRUMPIR’. El proceso continúa, con otros temas de discusión y diferentes mensajes negativos como ‘CRITICAR’ o ‘ACONSEJAR DEMASIADO’. El paso final consiste en ambas filas teniendo discusiones más largas en un tema de interés mutuo, ej. ‘crear un proyecto nuevo e inspirador’, y el mensaje secreto, esta vez para **ambas** filas, es ‘ESCUCHA Y DISCUTE CON RESPETO’.

Luego los participantes se unen con la pareja más cercana (para formar grupos de cuatro) y comparten sus experiencias... ¿Cómo se sintió ser ignorados, interrumpidos, criticados, demasiado aconsejados? ¿Y finalmente... ser escuchados con respeto?

La retroalimentación y más discusión en plenaria hace emerger la importancia de entender los sentimientos de las otras personas, de ‘ponerse en sus zapatos’ ser capaz de empatizar y ofrecer apoyo adecuado. Así mismo puede iniciar un diálogo acerca de cómo cambiar as propias actitudes negativas y cómo responder a – sin ser influenciado por – las actitudes negativas de los demás.

Luego todo el grupo resume en una lista en el rotafolio ‘HACER’ y ‘NO HACER’ para una buena escucha y comunicación, basados en sus observaciones y experiencias de estar ;ser receptores de varias actitudes y comportamientos positivos y negativos! Una lista promedio incluiría cosas como:

HACER

Muestra interés genuino, sea atento, usa el lenguaje corporal (ej. Asentir, moverse hacia adelante, sonreír, tener buen contacto visual (de acuerdo a su cultura), estimular, empatizar (no tener lástima), validarlos comentarios de las personas

NO HACER

Ignorar, interrumpir, cambiar el tema, hablar alto, dar DEMASIADOS, consejos, terminar la frase de la otra persona, fruncir el ceño, criticar,

Nota: Los participantes usualmente encuentran que es empoderador el que ellos hayan producido la lista de ‘Hacer’ y ‘No hacer’ (en lugar de que se les de ya hecha).

Materiales: 5 hojas oficio que exhiba claramente las instrucciones ‘secretas’

Tiempo: 30 – 40 minutos



Escucha activa



Instrucciones en Turco – ‘Ignorar’



Instrucción – ‘Escuchar con respeto’



Practicando habilidades de comunicación



MÓDULO 6

Ubuntu en un mundo mejor

En este módulo los participantes son guiados — por medio de un ejercicio de visualización — a imaginar un mundo mejor y a reflexionar sobre los valores que existirían en él – a que consideren cómo sería pertenecer a un todo mayor, en donde la ayuda mutua es natural y espontánea.

Este proceso de visualización nos permite ir más allá de las normas y limitaciones para ver las posibilidades y crear metas más elevadas.

Creando una visión de futuro

El facilitador presenta los beneficios de crear una visión, explicando que los logros más grandes en el mundo comienzan con un sueño o un pensamiento poderoso. Por ejemplo: Martin Luther King tuvo un sueño de libertad en los estados Unidos de América; la Madre Teresa envisionsó dignidad para los moribundos; mientras que Mahatma Gandhi mantuvo viva la esperanza de independencia en India.

Comentario:

“Imagina que, mientras estamos aquí juntos el tiempo se acelera... nuestros problemas se quedan atrás... y nos encontramos en el mundo futuro de nuestros sueños... Mira a tu alrededor... Describe este mundo futuro...

¿Cómo es el ambiente?... ¿Cómo son las edificaciones?...

¿Cómo son las personas?... ¿Cómo interactúan entre sí?... ¿contigo?... ¿Cómo te sientes?... ¿Cuáles son los valores que traes a este mundo?

Escribe tus observaciones y sentimientos.”

Se pide a los participantes que expresen su visión en una forma creativa, a través de la poesía, imágenes o símbolos, luego que los compartan con el grupo.

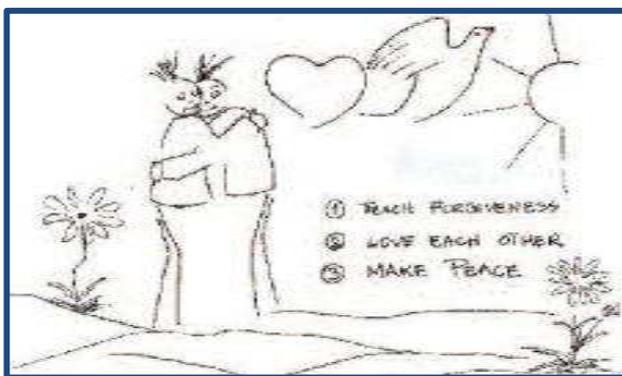


‘El futuro pertenece a aquellos que creen en la belleza de sus sueños.’

Eleanor Roosevelt
Ex Primera Dama de Estados Unidos de America



Niñas de la calle crean su visión



Relaciones en un mundo mejor



Actividades creativas

★ El Árbol de la Familia

Esta actividad es una adaptación de ‘El Árbol de mi Vida’ que se trabajó en el Módulo 2 y puede ser usada como ejercicio grupal en una clase escolar, en familia o en una organización.

- Desarrolla el pensamiento creativo, auto-empoderamiento y motivación grupal.
- Los participantes trabajan juntos para construir consenso e identificar valores y metas comunes.
- Ilustra cómo los valores determinan el progreso de un grupo o empresa y el bienestar de sus miembros.

La imagen de un árbol es usada como símbolo o metáfora para representar el futuro del grupo / clase / escuela / organización / comunidad etc. El facilitador puede dividir el grupo en un número de ‘empresas’ de 5 o 6 personas. Los participantes escogen el tipo de empresa que desean crear y deciden en conjunto qué simboliza cada parte del árbol – ej. Las raíces podrían representar los valores centrales que le dan a la empresa una base sólida, mientras que el tronco puede ser los valores que soportan la visión de la empresa, las ramas representan los diferentes aspectos de la misión, los frutos son las metas comunes, etc.

Si el grupo necesita orientación, el facilitador podría hacer un comentario, con música suave de fondo. Puede comenzar invitando a los participantes a pensar acerca de cómo su grupo o empresa pueda ser representada por un árbol. Se les pide que dibujen la silueta de un árbol en una hoja de rotafolio, que incluya unas pocas raíces, tronco, 4 o 5 ramas y que piensen en las funciones de cada una de estas partes (ej. Raíces= ancla, tronco= apoyo, ramas= crecimiento).

Comentario (el facilitador puede revisar el Módulo 2):

“Piensa en las **raíces** de un árbol – van profundo en la tierra y crean la base o ancla para que el árbol crezca... ¿Cuál valor es la base del crecimiento y desarrollo de tu empresa? (podría ser por ejemplo la unidad).

Ahora piensa en el **tronco** — da apoyo a todo el árbol... ¿Cuál de tus valores te da apoyo y fuerza a tu empresa?... (algunos escogerán cooperación, otros valentía, confianza, etc.)

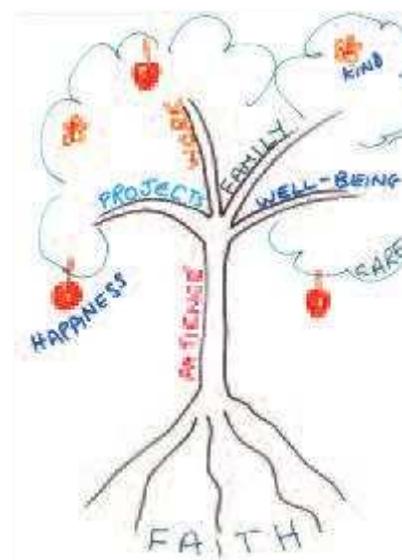
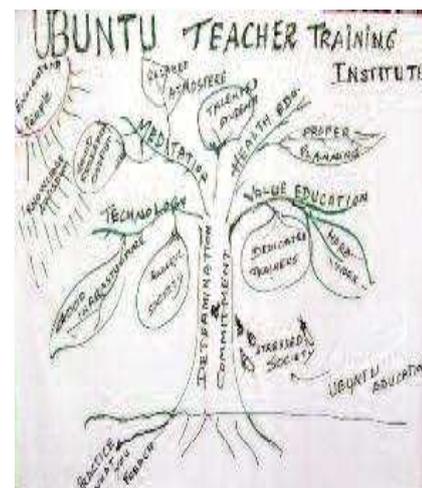
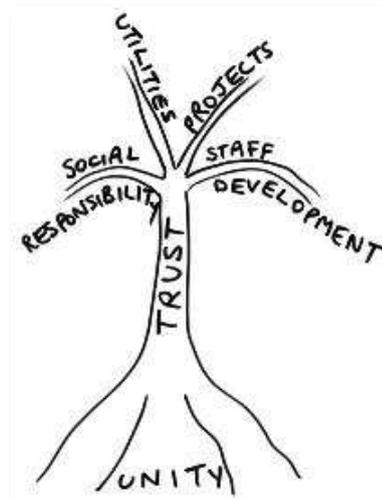
Las **ramas** representan las áreas importantes en la misión de tu empresa... por favor reflexiona en cuáles pueden ser... por ejemplo desarrollo del personal, calidad de servicio, responsabilidad social...

Escribe cada una de tus áreas importantes a lo largo de una rama.

Imagine las **hojas** de tu árbol... piensa en algunas de las cosas que hacen y dan las hojas... por ejemplo producen oxígeno, dan alimento, resguardo, sombra... Esto simboliza el servicio que tu empresa provee.

¿Cuáles son los valores que influyen el servicio que tu empresa provee?...

Las **flores** hacen atractivo al árbol... ¿cuál es el valor especial que TÚ traes a tu empresa?....



Las **Frutas** simbolizan las metas de la empresa... ¿Qué valores ayudarían al éxito de tu empresa?

Piensa sobre lo que un árbol recibe... energía del **sol** y la **lluvia**... ¿Cuál es la energía que hace avanzar a tu empresa?... ¿Qué valores representa la lluvia?

¡Cuidado! Hay **insectos** cerca de tu árbol, listos para comerse las hojas, flores y frutos... ¿cuáles son los insectos que podría evitar que tu empresa lograra sus metas?... pudiera ser algo externo, pero también podría ser una actitud o hábitos negativos de sus miembros... ¡Sé honesto!

¡Afortunadamente hay **insecticida** disponible!... ¿Qué pueden hacer como equipo o qué valor pueden usar para destruir los insectos?...”

(Puede que escojan ‘entusiasmo’ o ‘aprecio’ para eliminar la ‘pereza’: otros pueden escoger ‘sacar tiempo extra’ para reducir el ‘estrés’, etc...)

Discusión

Después de la reflexión anterior, los miembros de cada grupo discuten sobre una visión y metas comunes para su empresa / familia / clase y combinan sus ideas en el árbol.

Cada empresa presenta su árbol en plenaria.

Variación: La Casa de Ubuntu

Esta actividad se puede usar en lugar del ‘Árbol de Familia’ especialmente si ya se ha realizado la actividad ‘El Árbol de mi Vida’ en el Módulo 2.

El facilitador simplemente sustituye los componentes de una casa por las partes de un árbol. Por ejemplo, las raíces son substituidas por la base de la casa; el tronco substituye las paredes externas; las ramas, las diferentes habitaciones; las hojas el jardín, las ventanas son las flores y así sucesivamente (¡usen su imaginación!) No olviden la calefacción o aire acondicionado central, el cual podría simbolizar un buen ambiente de trabajo y las actitudes y valores necesarios para crear ese ambiente.

En lugar de ‘insectos’, se podría utilizar ‘contaminación’ o ‘una tormenta’ para representar las actitudes negativas que dañan la cohesión grupal y para la cual ¡se necesita algún tipo de ‘protección’ – o valores positivos!



El Árbol de la Humanidad: ¡trabajo de investigación!

En muchos cuentos, creencias y leyendas, se utiliza un árbol para simbolizar la familia humana, sus ramas representan las diferentes religiones o culturas – separadas más sin embargo unidas en la base. Podría estimular a los participantes (especialmente si son estudiantes) a investigar un poco sobre el árbol como símbolo de unidad en la diversidad, concentrándose en los valores universales que unen a la humanidad.



‘En África tenemos este concepto de Ubuntu es cual es humanidad. Significa que no soy humano si no estás presente — y si no te permito estar presente. Soy humano porque eres humano. A partir de ese concepto vemos que tenemos una experiencia compartida y que podemos encontrarnos y crear una coexistencia pacífica..’

Sra. Nozizwe Madlala-Routledge, Ex Vice Ministra de Salud, Sur África



MÓDULO 7

Ubuntu en el mundo de hoy

En este módulo el facilitador estimula a los participantes a reflexionar en qué medida existe Ubuntu en el mundo de hoy. Se les pide que piensen en formas de reencender y mantener vivo el espíritu Ubuntu. El módulo comienza con una revisión del significado de Ubuntu.

Reflexión: el significado de Ubuntu

Ubuntu ha sido definido como ‘la creencia en un vínculo universal de compartir que conecta a toda la humanidad’ o también como ‘la esencia de nuestra humanidad’. En resumen: ‘existo porque existes’ o ‘soy porque somos’.

Comentario:

“Después de reflexionar sobre las ideas y conceptos que han surgido en el taller, así como sus propias reflexiones, ¿qué significa Ubuntu para ti?... ¿Cómo definirías la palabra Ubuntu? ...

Por favor escribe tu definición personal.”

Los participantes comparten y discuten sobre sus definiciones.

Preguntas para reflexión, discusión o debate

- ¿En qué medida existe el espíritu de Ubuntu en el mundo de hoy? Da ejemplos de dónde existe y en dónde se puede haber perdido, no solo en relación a África sino también al mundo en general.
- ¿Cuáles podrían ser algunos de los obstáculos que hacen difícil mantener Ubuntu vivo en nuestros corazones y en nuestras comunidades?
- Sugiere algunas soluciones – formas de reencender el espíritu de Ubuntu (nota: Este tema se profundiza en el Módulo 8).

Meditación / reflexión acompañada de música

El facilitador selecciona una canción con palabras relacionadas con el tema: ‘Ubuntu en el mundo de hoy’. En el Anexo 3 se recomiendan algunas canciones. Quizás el facilitador desee seleccionar una canción de la cultura local que sea apropiada.

Se invita a los participantes a relajarse, escuchar cuidadosamente las palabras de la canción, captar los sentimientos y reflexionar sobre los mensajes.

En parejas, los participantes comparten su experiencia y comprensión del mensaje en la canción y si lo desean agregan a la misma sus propias ideas.



‘Si vienes a ayudarme, estás perdiendo tu tiempo. Pero si vienes porque tu liberación está unida a la mía, entonces trabajemos juntos.’

Mujer Aborigen Australiana

‘Todos debemos aprender a vivir juntos como hermanos o todos pereceremos juntos como tontos. Estamos unidos en el único vestido del destino, atrapados en una red sin salida de lo mutuo. Cualquier cosa que afecte a uno directamente, afecta a todos indirectamente. Por alguna extraña razón nunca podré ser lo que debo ser hasta que tú no seas lo que debes ser. Y tú nunca podrás lo que debes ser hasta que yo sea lo que debo ser. Esta es la forma en que está hecho el universo de Dios; así es como está estructurado.’

Dr. Martin Luther King, Jr.
Estados Unidos de America

‘Hemos entrado en el tercer milenio a través de una puerta de fuego. Si hoy, después del horror del 11 de septiembre, vemos mejor y más allá, nos daremos cuenta de que la humanidad es indivisible.’

Dr. Kofi Annan, Gana

Actividades creativas



Torta Ubuntu

Esta actividad nos ayuda a reflexionar sobre las necesidades no materiales del mundo y a pensar sobre cómo podemos contribuir a hacer de él un mejor lugar.

Desarrolla los valores de cuidado, compasión, consideración, cooperación y unidad, además de ciertas habilidades como planificación, desarrollo de consenso, compartir tareas, expresión artística y habilidades de presentación.

El facilitador le pide a la plenaria que tengan una lluvia de ideas sobre los problemas actuales del mundo (la discusión puede llevar a la conclusión de que hasta cierto punto la mayoría de los problemas se debe a falta de valores).

Luego se pide a los participantes que discutan sobre las actitudes y valores que se necesitan para poder ayudar al planeta.

“¿Si le fuésemos un regalo al mundo en forma de torta los ingredientes fuesen valores, ¿qué ingredientes usarían?... ¿en qué proporciones?... ¿cómo harían su torta?...”

En grupos de hasta cinco, se le pide a los participantes que decidan sobre los ingredientes y sus cantidades, inventan una receta y diseñan y crean su torta. Se les proporciona una selección de puntos varios (ver más abajo).

Se les dan 20 minutos para terminar la tarea.

Cuando el tiempo se acaba, un ‘relator’ de cada grupo presenta la torta y lee la receta (ver los ejemplos al lado izquierdo).

Si el tiempo lo permite, se puede entregar a cada grupo y cada participante ‘premios’ y/o ‘certificador’, ej. Premio para la torta ‘mejor decorada’ / ‘la más compasiva’ / la más creativa’, ‘los cocineros más cooperadores’, ‘la mejor receta’... ¡usen la imaginación! (Por favor revise la actividad ‘desarrollo de equipos’, Módulo 3.)

Materiales: papel y tarjetas de colores, marcadores, tijeras, engrapadora, pega, decoraciones de reciclaje, ej. Pedazos de cinta brillante, oropeles, etc.

Tiempo: Aproximadamente 45 minutos

Esta actividad es adaptada de ‘Torta de Paz’ en el libro Actividades de Valores para Vivir para niños 8 – 14 (ver Recursos y Referencias).

‘La idea original para esta actividad nació de un café en la acera en Hamburgo con mi amigo Dietrich von Hornen 1985. Estábamos trabajando con un grupo de estudiantes de ambos países tratando de encontrar una forma de ayudar a hacer de nuestro mundo un mejor lugar, en una forma sencilla en la que todos puedan contribuir en su propio idioma’

Peter Williams, Director
Escuela Americana en Kuwait



¡Torta con una diferencia!



Los niños preparan...



¡... premio para todos!

Receta

Ingredientes:

4 tazas de paz

2 tazas de tolerancia

3 cucharadas de generosidad

2 cucharadas de amistad

Un chorro de perdón

Método:

Revolver con felicidad,

hornear con amor, decorar

con dulzura y chispas de

alegría.

Agregar mil velas de

contentamiento y

¡encenderlas con el espíritu

de la unidad!



MÓDULO 8

Implementando Ubuntu en la vida diaria

En este módulo el facilitador ayuda a los participantes a reflexionar juntos sobre formas de aplicar los principios y valores Ubuntu en sus vidas diarias. Ellos crean un plan de acción — tanto individual como colectivo.



Ubuntu es sobre interdependencia, inclusión, esfuerzo colectivo, dando a las personas confianza en sí mismos y confianza para ayudar a los otros. Nuestro éxito es solamente sobre cómo tenerlo, sino cómo ayudar a otros a ser exitosos.

Reflexión y visualización:

De la visión a la realidad, de los pensamientos a la acción

Comentario: (por favor dejes suficiente tiempo entre las pausas)

“Imagina algo especial que podrías hacer para hacer que la visión que creaste (en el Módulo 6) se haga realidad... no solamente para ti mismo sino también para otros... podría ser algo que hagas en tu vida personal, con amigos o familia, o en tu lugar de trabajo... Visualiza los resultados... Reflexiona sobre los pasos que necesitarás dar... ¿Qué valores usarás para realizar tu tarea? ... Por favor escribe tus ideas.”

Los participantes comparten sus ideas, luego discuten sobre cómo podrían trabajar juntos para ayudarse mutuamente en el logro de sus objetivos individuales. Si el tiempo lo permite, quizás el grupo desee crear un plan de acción para un proyecto conjunto y discutir sobre cómo se implementaría y sostendría.

Así mismo, se puede pedir a los participantes que investiguen sobre el trabajo de las organizaciones humanitarias, tanto a nivel local como internacional, ej. UNICEF, UNFPA, UNHCR, Iniciativas de Cambio Internacional (dedicadas a construir confianza al otro lado de las divisiones del mundo), Fundación ACCENTUS, Suiza.

Muchas personas famosas se dedican a crear fundaciones humanitarias como por ejemplo Academia de Liderazgo para Chicas de Oprah Winfrey, la Fundación Roger Federer, la Fundación Pies Descalzos (Shakira).

Otros líderes filántropos contribuyen activamente al trabajo de organizaciones, por ejemplo Su Alteza Sheikha Mozah de Catar apoya a la UNESCO y a la Alianza de Civilizaciones de la ONU, el Dr. Cornelio Sommaruga, Ex Presidente del Comité Internacional de la Cruz Roja, es el Presidente del Centro Internacional de Ginebra para la Desminización Humanitaria.

‘No todos podemos hacer cosas grandes, pero todos podemos hacer cosas pequeñas con inmenso amor y juntos podemos hacer algo maravilloso.’

Madre Teresa

‘Nuestro propósito principal en la vida es ayudar a otros y si no puedes ayudarlos, al menos no les hagas daño.’

Dalai Lama



Sra. Thoraya Ahmed Obaid, consuela a un bebé togolés refugiado en la República de Benin

‘El reto para el UNFPA (Fondo de Población de las Naciones Unidas) es ayudar a los países, como siempre lo hemos hecho, sin agenda propia, con sensibilidad hacia los valores culturales únicos; con una infinita voluntad de trabajar con lo positivo y con la determinación de ayudar a los países y personas a que conviertan los valores y principios universales en acciones.’

Sra. Thoraya Ahmed Obaid,
Ex Directora Ejecutiva de UNFPA



Actividades Creativas

Estas actividades nos ayudan a enfocarnos y explorar nuestros valores, ponerlos en práctica en nuestra vida diaria y reflexionar sobre los resultados.



Calendario Ubuntu

Esta actividad estimula tanto la responsabilidad personal como la unidad.

Los cambios que vemos en nosotros nos ayudan a darnos cuenta de que ¿damos forma a nuestro destino de acuerdo a cómo vivimos nuestros valores!

Cada participante puede crear su propio calendario personal o todo el grupo puede hacer un calendario conjunto.

El facilitador crea una atmósfera reflexiva e invita a los participantes a diseñar un calendario que se concentre en los valores ‘Ubuntu’ durante el año, comenzando con el mes actual (por ejemplo, si esta actividad la realizan agosto, entonces se selecciona el valor para el mes de agosto).

Se le pide a cada persona que escoja su ‘valor del mes’ al azar, de un paquete de tarjetas de valores. (Al final de este libro se proporciona un set de tarjetas o usted puede crear las suyas fácilmente, que contenga al menos 20 tarjetas, con un valor ‘Ubuntu’ escrito en cada una, tales como: reconciliación, atención, generosidad, aceptación, perdón, unidad, solidaridad, respeto, armonía, empatía, tolerancia, compasión, compartir, dignidad, etc.)

“Lleva ese valor a tu conciencia cada día en tus oraciones, meditación o contemplación. Piensa en él, siéntelo en tus acciones y experimenta los cambios en tu vida. Nota el efecto positivo en las personas cercanas a ti y en tu comunidad cuando TÚ cambias. En esta forma, por pequeña que sea, tu vida llevará esperanza e inspiración a muchos otros y juntos podemos crear a mundo mejor.”

Los participantes escriben el valor en sus calendarios, al lado del mes actual. Luego colocan en el paquete la tarjeta del valor y toman otra de un valor diferente para el siguiente mes.

Esta actividad es excelente para grupos, ej. Clases escolares, toda la escuela u otras organizaciones. Cada mes una persona escoge una tarjeta de valor para todo el grupo, de manera que se seleccionan los 12 valores clave para el año (al lado derecho hay un ejemplo de un calendario terminado, con un valor para cada mes del año). Luego todos practican el mismo valor y pueden intercambiar experiencias e inspiraciones durante y al final de ese mes.

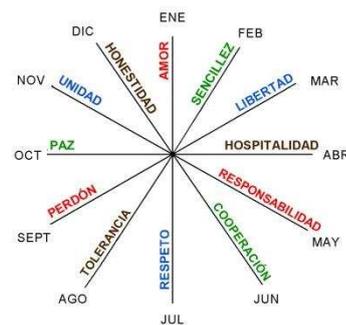
Materiales: Paquete de tarjetas de valores (ver al final del libro)

Tiempo: 20 – 30 minutos



Cuestionario Ubuntu (ver Anexo 4)

Esta liviana aunque reveladora actividad nos ayuda a reflexionar sobre la medida en que aplicamos los valores ‘Ubuntu’ en la vida diaria. Las preguntas pueden ser adaptadas al grupo. Después que los participantes lo hayan terminado y calculado sus puntajes, podría tener una discusión.



Calendario Ubuntu

“Por supuesto, el reconocimiento de nuestra humanidad común es solo el comienzo de nuestra tarea. Las palabras solas no pueden satisfacer las necesidades de nuestra gente. Solamente serán satisfechas si actuamos con atrevimiento en los años venideros y si entendemos que los retos que afrontamos son compartidos y que nuestra falla en afrontarlos nos hará daño a todos. Hemos aprendido en experiencias recientes que cuando un sistema financiero se debilita en un país, se afecta la prosperidad por doquier. Cuando un nuevo virus de gripe infecta a un ser humano todos están en riesgo de infectarse. Cuando una nación busca desarrollar una bomba nuclear, se eleva para todas las naciones el riesgo de ataque nuclear. Cuando extremistas violentos operan desde un sector montañoso, se ponen en peligro a las personas allende el océano.. Cuando inocentes son masacrados en Bosnia y Darfur, esa es una mancha en nuestra conciencia colectiva. Eso es lo que significa compartir este mundo el el siglo 21. Esa es la responsabilidad que tenemos unos con otros como seres humanos.”

Barack Obama,
Presidente Estados Unidos de América



MÓDULO 9

Despedidas Ubuntu

En este módulo, el facilitador puede pedir a los participantes que emitan su evaluación o retroalimentación, antes de cerrar, el taller con la ayuda de una actividad reflexiva.

‘He estado enseñando durante algún tiempo en la Escuela Internacional de Kenia y finalmente llego el día de partir. Me había despedido de mis colegas y amigos expatriados y estaba empacando mis últimas pertenencias cuando alguien tocó suavemente mi puerta. No estaba esperando a nadie. Abrí la puerta y delante de mí había una fila de personas que habían venido a decir adiós. Estaba la anciana del Mercado local, quien apartaba los mejores mangos para mí.; estaba Philip, quien me había ayudado con la casa; la joven a quien le pasaba mis ropas Viejas y dos niños a quienes les encantaba subirse al árbol del jardín; estaba el querido anciano caballero Masai a quien saludaba cada día en mi camino a la escuela; Alicia la de la limpieza de la escuela, quien me había ayudado a aprender Suajili y muchos más. Yo había asumido que no vería a estar personas nunca más. Tomaron mi mano en sus manos, uno a la vez, me miraron con ojos llorosos y dijeron “Que seas siempre feliz” “Que Dios vaya contigo”, “Que tu vida este llena de bendiciones”. Yo me quedé muda, un nudo en mi garganta y lágrimas en mis ojos, al reconocer y aceptar su amistad verdadera, incondicional y desde su corazón.

Sea que ellos aún me recuerden o no, nunca olvidaré el regalo invisible que me dieron.’

Helen Sayers



Jóvenes artistas con René Alemawo, entrenadora de ‘Valores con Arte’, dedicada a ayudar a los niños de todos los orígenes a recuperar su dignidad, creatividad y felicidad. Goreé Island, Senegal

Despedirse de amigos, familiares o colegas, es un momento para expresar nuestro aprecio mutuo. A continuación una carta de despedida de un ingeniero cuando se retiraba de la compañía en la cual trabajaba.

‘Queridos todos,

Al continuar adelante me gustaría tomarme un momento para recordar y atesorar nuestros momentos juntos. Ha habido gran interacción y conocimiento mutuo. Todos en esta tierra han sido una verdadera fuente de inspiración para mí. He aprendido de cada uno de ustedes, lo cual me ha ayudado a alcanzar nuevos horizontes en mi vida. Me duele un poco cuando pienso que me voy, sin embargo me llevo conmigo mis relaciones de toda la vida con los mejores amigos, los más grandes colegas y mentores ideales. Finalmente, quizás erróneamente, puede que haya hecho enfadar o infeliz a algunos. Por favor acepten mis más fervientes y sinceras disculpas. A los que me hicieron daño extendiendo mi perdón incondicional. Necesito de todas sus oraciones y perdón para tener paz mental y felicidad en mi nueva vida. Este no es un adiós, solamente “Ila Liqa” o “hasta luego”. Por favor sigamos en contacto.’

Yahya Sulieman Al-Yaarubi,
Ingeniero, Omán



En Sur África, ‘Hamba kahle’ significa ‘Que te vaya bien’. Se responde con ‘Sala kahle’ que significa ‘Que estés bien’.

Actividades Creativas

Estas actividades pueden ser utilizadas para cerrar el taller, consolidar amistades, crear sentimientos de unidad, alegría y buenos deseos mutuos.

★ **Los amigos invisibles y visibles ;se revelan!**

Aquí se puede completar la actividad descrita en el Módulo 1.

Los participantes se sientan en un círculo y el facilitador pide a una persona al azar (A) que vaya al centro del círculo y le diga al grupo algo positivo que haya observado en su amigo visible (B) – ¡mientras todos están tratando de adivinar quién puede ser! Luego va hacia la persona B le da la mano un abrazo. Luego B va al medio del círculo, habla acerca de las cualidades que ha visto en su amigo visible (C) y luego C revela su identidad.

Esto continúa hasta que todos los amigos hayan sido revelados, ¡con mucha diversión y risas!



★ **Despedida y expresiones de aprecio**

El facilitador invita a los participantes a despedirse entre sí, sin hablar. Caminan con música suave de fondo, mezclándose al azar, deteniéndose de vez en cuando para ‘decir adiós’ a la persona que tengan al frente — a través de los ojos y desde el corazón— reconociendo las cualidades especiales de esa persona.

Variaciones:

- Continuando el ejercicio anterior, se podría pedir a los participantes, que se den mutuamente ‘bendiciones’ o ‘buenos deseos’ silenciosos, transmitiendo sus sentimientos sinceros unos por los otros. Al final, todos comparten cómo se sintieron y lo que ‘recibieron’ de los demás.
- Los participantes crean ‘tarjetas de despedida’ (ver ‘tarjetas de presentación’ en el Módulo 1).



★ **Ceremonia de cierre: ¡Felicitaciones!**

Los participantes se paran en dos filas, una frente a la otra con un ‘pasillo’ o ‘corredor’ entre ellas. El facilitador y un huésped especial quien ha sido invitado para entregar los certificados, se colocan al final.

Se dice el nombre de una persona. Esa persona va hacia un extremo de las filas y camina por medio del pasillo. Cada participante susurra un breve mensaje o bendición al oído de esa persona a medida que va pasando (puede ser un valor que ese participante ha visto en la persona o un buen deseo para su futuro).

Cuando la persona llega al final del pasillo, ¡se le entrega un certificado!

Esta actividad es muy efectiva cuando se hace en silencio – ¡excepto cuando se están susurrando los mensajes!



UBUNTU: UNA VERDAD UNIVERSAL



CONECTÁNDOSE CON LA GENTE

Liderazgo en valores Ubuntu en Omán



Fuente: Oman Electronic Network, Ministerio de Información, Sultanato de Omán

El artículo que sigue a continuación, escrito por el Sr. Saleh Abdullah Alkhamyasi, periodista de Omán, nos cuenta acerca del recorrido Real anual ‘encuentro con la gente’, en donde Su Majestad Sultán Qaboos Bin Said viaja por todo el sultanato para consultar directamente con sus súbditos en reuniones al aire libre, obteniendo información de primera mano de sus condiciones, evaluando sus necesidades y revisando y haciendo seguimiento en persona, de la implementación de los planes nacionales para asegurar el bienestar de la gente. El artículo ilustra la naturaleza universal de Ubuntu y destaca el liderazgo basado en valores.

“El recorrido anual encuentro con la gente, se ha convertido en la huella única del estilo de liderazgo de Su Majestad Sultán Qaboos Bin Said. Es un viaje de sacrificio y compromiso. Es gerenciar estableciendo un ejemplo a seguir.

Su Majestad Sultán Qaboos, quien dedicó toda su vida a Omán y su gente, deja atrás la lujosa vida de los palacios en un gesto de tal negación personal, para encontrarse con su gente en las áreas remotas de Omán. El recorrido anual de encuentro con la gente de Su Majestad se ha convertido en un evento que es esperado con ansias, no solo por los ciudadanos Omaníes sino también por otros residentes. Es un momento de alegría y cálida recepción entre un amado líder y su amada gente en una épica indescriptible. Es una escena que deja sin aliento, observar a todas las personas, sin importar su edad, sexo y estatus, saludar a su líder recitando poemas, cantando canciones folclóricas y realizando diferentes danzas tradicionales, para celebrar la llegada entre ellos del líder.

‘Aunque basado en el tradicional ‘Majlis’ Omanís (Majlis = un salón en donde las personas se encuentran, saludan y discuten), el recorrido anual ‘encuentro con la gente’ conducido por Su Majestad Sultán Qaboos Bin Said refleja la sociedad contemporánea omaní.

En sus alocuciones, Su Majestad reflexiona sobre los asuntos importantes que enfrenta la sociedad, dirigiendo su atención en particular al rol de la familia, las mujeres, el desarrollo sustentable, la protección ambiental, a la vez que reafirma las relaciones amistosas – coexistencia pacífica – con otras naciones.

Una contribución significativa al extraordinario desarrollo visto por todo el Sultanato de Omán, es el resultado de recomendaciones y subvenciones que son concedidos durante cada recorrido anual y la forma cuidadosa en que éstos son implementados, evaluados y seguidos bajo la orientación constante de Su Majestad.’

Sra. Lakshmi Kothaneth locutora y periodista de India, vive en Omán desde hace 17 años

El recorrido anual encuentro con la gente, se ha convertido en una efectiva técnica de seguimiento. Es un abordaje evaluativo del proceso de desarrollo. Durante el recorrido Su Majestad el Sultán es acompañado por varios ministros, quienes son instruidos por Su Majestad para que exploren las diferentes necesidades de las personas en los Wilayats (distritos) respectivos en los cuales se asienta la Caravana Real. A su vez, Sus Excelencias, los Ministros, conducen visitas de campo en donde se encuentran con personeros oficiales y ciudadanos, de manera de poder estudiar constructivamente los asuntos que les inquietan, cada uno en relación con su cartera respectiva.

Es una escena fascinante ver a Sus Excelencias los ministros, realizar danzas folclóricas de la mano de sus conciudadanos. Tales momentos registran una cultura política única y amistosa con la gente.

La atmósfera al aire libre que se establece, pone en marcha el estilo de liderazgo participativo. Ilumina las trazas genuinas del liderazgo de Su Majestad el Sultán. El toque paternal en Su Majestad es claramente visible en el diálogo con los Jeques, dignatarios y compatriotas; el alto nivel de empatía, la escucha efectiva, la comunicación constructiva, no sin mencionar el amplio conocimiento y el estar al corriente con los asuntos actuales alrededor del mundo y sus implicaciones en nuestro ambiente. Después de todo, el mundo entero se ha vuelto una aldea global.

El recorrido encuentro con la gente de Su Majestad, se ha convertido en un foro en donde los asuntos sociales y económicos son sujeto de investigación científica y consenso general. Durante tales encuentros, muchos asuntos son sujeto de diálogo constructivo, desde el empleo de mano de obra nacional, hasta el desarrollo sustentable del sector agrícola y muchos por venir.

El enfoque de Su Majestad el Sultán de pensar globalmente y actuar localmente, está bien sintonizado con la peculiaridad de la versátil cultura omaní y la herencia profundamente arraigada. Un parlamento así de abierto da mucho espacio para escuchar las diferentes opiniones antes de formar el marco conceptual. Escuchar las discusiones de Su Majestad con su gente, sobre asuntos como el agua, el turismo, las ramificaciones de la era de la información y el viento de la globalización, sin importar sus antecedentes educativos y su forma de simplificar tales asuntos de manera que todos los puedan aprehender, es con mucho el hilo que ha mantenido esta interacción tan efectiva y saludable.

Tal concepto basado en lo práctico y lo tradicional, toma sus raíces del concepto islámico de Shuwra (consulta) y refuerza su viabilidad a partir de la tradición omaní del Sablah – un cabildeo en donde los omanís se reúnen para compartir opiniones sobre asuntos de inquietud mutua. Por lo tanto, no es de extrañar que una técnica tan singular de liderazgo atraiga muchos investigadores que lo ponen bajo el microscopio de sus investigaciones científicas, para poder re-examinarlo a la luz de las teorías modernas y el pensamiento contemporáneo. Que Alá todopoderoso otorgue salud a nuestro amado líder y lo bañe con gracias y guía de manera que Omán continúe siendo un oasis de paz y tranquilidad.”

Saleh Abdullah Alkhamyasi, Omán

‘La cooperación y el intercambio de beneficios e intereses entre las naciones en una atmósfera de armonía y paz, es un asunto vital que todos deberíamos perseguir sin descanso, con diligencia y dedicación por el bien de la humanidad.’

Su Majestad Sultán Oaboos Bin Said, Sultán de Omán

‘Es de hecho algo único que el gran líder del Sultanato de Omán, Su Majestad Sultán Qaboos Bin Said, viaje extensivamente por toda la nación, cada año, para encontrarse con su gente. Su Majestad visita cada aldea, junto con sus ministros y personeros del gobierno, para informarse sobre las condiciones y problemas de la gente, tomando decisiones en el mismo lugar para resolver sus problemas. Así mismo, a donde sea que Su Majestad vaya, el área se desarrolla aun más. Su Majestad es la única cabeza de estado en el mundo que ha dedicado su vida para el mejoramiento de las personas y de el país.’

Wasin Ahmed Khan, contribuyente, Readers Forum, Times de Omán, Pakistani, vive en Omán desde 1974

EMPODERANDO A NUESTRA JUVENTUD

Principios Ubuntu en práctica en el Reino Unido

Aunque el concepto tiene sus raíces en África, 'Ubuntu es una verdad universal, una forma de vida universal.' (Nelson Mandela). En este artículo, el autor sugiere que la visión de SAR el Príncipe de Gales y los principios, enfoque y actividades llevadas a cabo por el Fondo del Príncipe tienen en su corazón valores Ubuntu.

El Prince's Trust, la organización para jóvenes, líder en el Reino Unido

Hay más de un millón de jóvenes en el Reino Unido que no están estudiando, empleados o en entrenamiento. El Prince's Trust concentra sus esfuerzos en esas personas que necesitan más nuestra ayuda, dando apoyo práctico y financiero, ayudando a desarrollar habilidades, confianza y motivación, permitiendo a los jóvenes trabajar, estudiar o entrenarse.

A través de la Buena voluntad y dedicación de un personal de más de 700 personas y más de 7000 voluntarios por todo el reino Unido y una red de apoyo a personas y organizaciones, el Prince's Trust ofrece una amplia gama de oportunidades a los jóvenes en desventaja, lo cual incluye entrenamiento, desarrollo personal, apoyo para inicio de negocio, tutorías y asesorías.

Programas para cambiar las vidas de los jóvenes:

El Trust apoyó durante el año 2008 a 40.000 jóvenes, por medio de programas tales como:

- Programa de Voluntarios del Trust, un programa de desarrollo personal de 12 semanas (que incluye desafío personal, actividad de trabajo en equipo al aire libre y atención comunitaria);
- Oportunidades para viajar y explorar Europa y el programa en alianza con Voluntary Service Overseas para proporcionar oportunidades internacionales de seis meses de duración.
- Internado de música;
- Subsidio para que los jóvenes desarrollen sus propios proyectos en la comunidad local.

Investigación: las visiones y aspiraciones de los jóvenes

Con frecuencia a los jóvenes se 'les provee' o 'se les hace' de acuerdo a lo que los adultos piensan que ellos necesitan, pero raras veces son escuchados. A través de un número de estudios de investigación el Prince's Trust trata de saber qué es lo que realmente necesitan los jóvenes en el Reino Unido—preguntándoles qué es exactamente lo que les preocupa y qué esperan y escuchando lo que dicen sobre sus vidas.

Uno de esos estudios se concentró en jóvenes afectados por tres asuntos clave: paternidad (con frecuencia solos), ofensas (y los que están 'en riesgo' de ofender) y desempleo.



'Cuando fundé el Prince's Trust en 1976, quería ofrecer un asidero a todos esos jóvenes que la sociedad había dejado atrás. ind. It struck me that there was a huge amount of potential that lay untapped, leaving young people without motivation and direction, and communities without hope for the future. I wanted in some small way to do something practical to enable young people to discover and to fulfil their own particular potential..'

Wasin Ahmed Khan,
contribuyente, Readers Forum,
Times de Omán, Pakistani, vive
en Omán desde 1974

Se encontró que mucho de lo que los jóvenes tenían que decir desafiaba los estereotipos creídos por los medios alrededor de los jóvenes en desventaja. Muchos se sienten ‘etiquetados’ y prejuizados debido a su ambiente, antecedentes étnicos, asuntos pasados o estatus. A pesar de los mensajes e imágenes negativas, estos jóvenes luchadores en general tienen actitudes y aspiraciones positivas y quieren un lugar en la sociedad.

Por ejemplo los padres jóvenes sienten mucho amor y responsabilidad por sus hijos, las jóvenes madres se sienten capaces de afrontar y disfrutar la maternidad y muchos de los jóvenes desempleados quieren trabajar, pero les faltan los modelos positivos adultos que les motiven.

Esta investigación mostró igualmente que muchos de los jóvenes que son los más alienados de la sociedad – quienes afrontan inmensos retos y problemas en sus vidas – sienten que nadie les escucha, entiende o respeta. Muchos desconfían de la autoridad y son altamente influenciados por sus pares. Pero la mayoría expresó el deseo de tener alguien que les oriente – ‘mentores’ que estén en su misma onda.

Otro estudio confirmó que la habilidad para hacer sus propias elecciones es de gran importancia para los jóvenes entre 14 y 25 años. Ellos quieren que se les proporcione suficiente información para tomar sus propias decisiones y resienten que se les diga lo que es mejor para ellos. En cada etapa de su vida perciben que hay un sistema que busca ‘dirigir’ en lugar de ‘involucrar’.

Un joven manifestó: “Lo que no entiendo es por qué las personas no me ayudaron antes. Cuando dejé la escuela a los 13, ¿por qué me dejaron ‘desaparecer’? Nadie me preguntó ¿por qué? Los tribunales están muy ocupados para preguntar... El simple escuchar puede hacer una gran diferencia. A las personas como yo se les dice qué hacer no se les pregunta.”

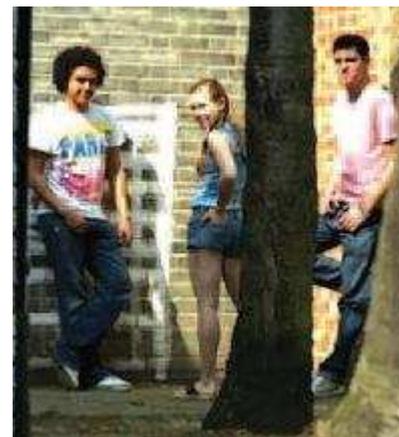
El Prince’s Trust busca entender las visiones y esperanzas de estos jóvenes y encontrar formas de conectarse con ellos, tales como a través de lo que les apasiona — música, modas, deportes. “Tenemos programas que estimulan a los jóvenes a asumir sus responsabilidades — ayudándolos a construir la vida que escojan en lugar de aquella en la que han estado viviendo.”

Analogías con los valores y principios Ubuntu

El enfoque del Trust para abordar las necesidades de los jóvenes ilustra un aspecto clave de la filosofía Ubuntu: “Soy humano porque pertenezco, participo, comparto... una persona es una persona a través de otras personas... mi humanidad está inextricablemente enlazada, vinculada con la tuya.” (Reverendo Desmond Tutu).

El Trust trabaja para ayudar a los jóvenes marginados / en desventaja, a integrarse en la sociedad con dignidad, creatividad y sentido de propósito— no solo para ellos mismos, sino también para que la comunidad como un todo pueda experimentar una coexistencia pacífica juntos.

Escuchar, entender, ver el más alto potencial en los otros, empoderar los buenos comportamientos en lugar de criticar y castigar lo malo y llegar juntos a soluciones que cuales abordan las necesidades materiales, emocionales y sociales – estos valores y principios resuenan con los principios Ubuntu de construcción de consenso, búsqueda de soluciones ‘ganar-ganar’ y de compartir no solamente nuestros recursos sino también nuestras alegrías y problemas.



Fuente: The Prince’s Trust
www.princes-trust.org.uk

‘Si observamos el trabajo del Príncipe, aunque él no habla de Ubuntu, su trabajo muestra cómo los líderes con valores y el deseo de desarrollar a los de su comunidad pueden verse como reflejos de aspectos de Ubuntu que se relatan en este libro.

El trabajo del Prince’s Trust muestra cómo la comunidad, si se le da la oportunidad de desarrollar sus fortalezas, puede alcanzar tanto para aquellos cuya necesidad particular es apoyo.

La filosofía de Ubuntu, que apoya al individuo para la mejora del mundo, es reflejada en el enfoque de el

Prince’s Trust, mostrando cómo las comunidades, la educación y las empresas pueden trabajar juntos para proveer un futuro mejor para todos.’

**Shelagh Moore, educadora,
Reino Unido**

Historia de Gina

“Yo estaba en la prisión Holloway, cumpliendo una sentencia de seis años, “recuerda Gina Moffat, madre de gemelos de 7 años de edad.

“... eso no solamente te afecta, afecta a tu familia, tus amigos... como si fueses una gran decepción... pierdes toda la confianza que tenías.

El Prince’s Trust literalmente me recogió de la prisión.

Había como 533 muchachas en la prisión así que pensé, “¡No sería fabuloso que una de las muchachas fuera una forista de la prisión!” Con la ayuda Cohen, Mentor de Negocios del Prince’s Trust, Gina Moffat redactó un plan de negocios y consecuentemente se le otorgó un préstamo.

“Ella comenzó desde cero” dice Nevile Cohen, “no podía haber empezado en una peor posición — comenzar desde la base en prisión y luego sacarlo de la prisión afuer.”

James Caan, empresario, filántropo y panelista del ‘Dragon’s Den’, también está lleno de alabanzas para los esfuerzos de Gina. “Ella tiene fe, tiene empuje y tiene determinación. No se trata solo de dinero. Ellas necesitan sentirse importantes y valoradas. Ahí es en donde el Prince’s Trust ha tenido un extraordinario efecto en el éxito de ella.”

La Srta. Moffat, ahora dirige una exitosa floristería en Londres “Ahora puedo mirar a las personas a la cara y decir, ‘¡Esto es lo que he hecho!’ Las personas del sistema de prisiones vienen a trabajar conmigo el día que salen – puedo ayudar a otros y dar el retorno a la comunidad. Disfruto de eso.”

‘Decimos que es un concepto presente en África. Creo que está presente en todos los seres humanos si se les permite crecer prosperar. Es el espíritu de compartir.’

Sra. Nozizwe Madlala-Routledge, Ex Vice Ministra de Salud, Sur África



Fuente: Haringey Independent



‘... nada podría darme mayor recompensa o satisfacción que ver las vidas de las personas transformadas, particularmente la de los jóvenes delincuentes quienes han estado por el programa que tenemos para ellos, salen a ser líderes de equipo e inspirar a otros. Hemos visto con frecuencia que las personas más difíciles son en realidad las que se convierten en mejores líderes.’

SAR el Príncipe de Gales, en el lanzamiento de la Semana Joven, Centro Comunal Beckton, Londres, Noviembre 2008

APÉNDICES



ANEXO 1

El enfoque Ubuntu para la resolución de conflicto y reconciliación

El artículo que sigue a continuación, es una adaptación de Sabiduría Pacifista Africana en Práctica: Reflexiones sobre ‘Ubuntu’, por Tim Murithi (ver Recursos y Referencias).

Las sociedades Ubuntu valoran altamente la vida comunitaria y mantener relaciones positivas dentro de la sociedad es una tarea colectiva en la que todos se involucran.

... En el contexto de las sociedades Ubuntu que se encuentran en el sur de África, particularmente entre los Xhosa, las disputas se resolvían por medio de una institución conocida como inkundla / lekgotla la cual servía como foro grupal para la mediación y reconciliación. Este foro inkundla / lekgotla tenía carácter comunitario en el sentido en que toda la sociedad estaba involucrada en diferentes niveles, tratando de encontrar una solución al problema el cual se veía como una amenaza a la cohesión social de la comunidad. En principio el proceso era guiado por un Consejo de Ancianos y por el Jefe, o, si las disputas eran mayores, por el mismo Rey. El proceso de determinar los desaciertos y encontrar una solución incluía a los miembros de las familias relacionadas con las víctimas y con los perpetradores, incluyendo mujeres y los más jóvenes.

Por lo tanto, el mecanismo permitía al público compartir sus puntos de vista y hacer conocer sus opiniones en forma general. Así, la comunidad ampliada podía involucrarse en el proceso de resolución de conflicto. En particular, los miembros de la sociedad tenían el derecho a hacer preguntas a las víctimas, perpetradores y testigos, así como hacer sugerencias al Consejo de Ancianos sobre posibles formas de avanzar. El Consejo de Ancianos, en su capacidad de intermediario, tenía una función investigativa y también tenía el rol de consejería al Jefe. Al escuchar los puntos de vista de los miembros de la sociedad, el Consejo de Ancianos podía aconsejar sobre soluciones que promovieran la reconciliación entre las partes agravadas y así mantener el objetivo general de mantener la unidad y cohesión de la comunidad.



‘No creo que en el avance hacia el mundo moderno deberíamos dejar atrás aquellos valores que eran primordiales para nuestra existencia.’

**Srta. Nozizwe Madlala-
Routledge, Sur África**



El proceso en sí implicaba seis pasos clave:

- primero, después de un proceso de determinación de los hechos, en donde se escucharon los puntos de vista de las víctimas, perpetradores y testigos, los perpetradores eran estimulados –si se consideraba que habían errado – tanto por el Consejo como por otros miembros de la comunidad en el foro inkundl lekgotla, a reconocer responsabilidad o culpa.
- segundo, los perpetradores eran estimulados a demostrar remordimiento o arrepentimiento genuino.
- tercero, los perpetradores eran estimulados a pedir perdón y las víctimas a su vez eran estimuladas a mostrar misericordia.
- cuarto, cuando era posible y como sugerencia del Consejo de Ancianos, se requería a los perpetradores que pagasen una compensación o reparación apropiada por su actuar erróneo. (Esto era con frecuencia más simbólico que un pago, con la función principal de reforzar el arrepentimiento de los perpetradores.) Así se podía garantizar la amnistía, pero no con impunidad.
- el quinto estado buscaba consolidar todo el proceso al estimular a las partes a comprometerse en la reconciliación. Este proceso de reconciliación tendía a incluir a la víctima y a los miembros de su familia y amigos, así como a los perpetradores y los miembros de su familia y amigos. Ambos grupos eran estimulados a abrazar la coexistencia y a trabajar hacia la sanación de la relación entre ellos y así contribuir con la restauración de la armonía dentro de la comunidad, la cual era vital para asegurar la integridad y viabilidad de la sociedad. El acto de reconciliación era vital ya que simbolizaba la voluntad de las partes de ir más allá de la amargura psicológica que había reinado en las mentes de las partes durante la resolución del conflicto.

... La sabiduría de este proceso radica en el reconocimiento de que no es posible construir una comunidad saludable, en paz consigo misma a menos que los errores pasados sean reconocidos y sacados a la luz, de manera que la verdad de lo que ocurrió pueda ser determinada y la confianza social pueda ser renovada a través de un proceso de perdón y reconciliación. Una comunidad en la cual no hay confianza a la larga no es viable y gradualmente comienza a desmoronarse. Con referencia al concepto de ‘Soy porque somos’ y el de una persona siendo una persona a través de otras personas, el proceso anterior enfatiza sobre el hacer uso de los valores Ubuntu cuando se afronta la dificultad del desafío de reconocer la responsabilidad y demostrar remordimiento o en el otorgamiento del perdón.



‘Debido a su énfasis en nuestra humanidad común y el llamado ético a representar nuestra capacidad de respuesta comunitaria al mundo, Ubuntu ofrece una forma alternativa de recrear un mundo que funciona para todos.

... Dicho en palabras sencillas, las personas, empresas y países reaprenderán cómo vivir juntos con respeto, compasión, dignidad y justicia y por consiguiente a reorganizar los recursos.’

Fuente: Wikipedia



ANEXO 2

Resolviendo conflictos y manteniendo disciplina: valores en acción

El artículo que sigue a continuación, fue escrito por Jonathan Kuma Gavi, Mag. Phil., profesor asistente en postgrado, Departamento de Psicología, Universidad de Ghana.

Un día, después de haber sido maestro de primaria en Ghana, durante una de mis acostumbradas reflexiones matutinas, me encontré encarando las siguientes preguntas: ¿Cuán exitoso has sido como maestro? ¿Qué tipo de relación estás desarrollando entre tú y tus estudiantes? ¿Qué te hace diferente de los niños a quienes enseñas?

Después de una cándida autoevaluación, hurgando profundo en el alma y una larga y sobria reflexión, llegué a la conclusión de que podía haberlo hecho mucho mejor de lo que lo había hecho y que mi relación con mis estudiantes había sido demasiado autoritaria, si no autocrática – de hecho, mis estudiantes, hasta eso momento, no se acercaban a mí con facilidad. Se me temía como disciplinario estricto. También tuve luz sobre el hecho de que la única diferencia entre yo y mis estudiantes era que yo tenía más edad que ellos y que si todos fuésemos de la misma edad, teniendo en cuenta lo que algunos de ellos eran capaces de hacer en su edad actual, muchos de ellos podrían haber estado muy por delante de mí en algunos aspectos relacionados con los logros de la vida.

Este fue el momento crucial en mi Carrera de enseñanza. Me determine a asumir a cada uno de mis estudiantes como amigo personal, corregir sus errores con amor y tratarlos con el mismo respeto con el que uno trataría a un colega. Por encima de todo, me decidí firmemente a nunca usar la palmeta de la disciplina en los niños. Ésta se usaba ampliamente (afortunadamente las cosas están cambiando) para controlar el aula y mantenerla en orden, pero en realidad solamente controla a los niños a través del miedo. Como más tarde un niño me confió, eso simplemente crea enemistad y rabia en los niños en contra de quien sea que lo esté usando. Un niño me dijo que él insulta a su padre en su mente (no se atreve a hacerlo verbalmente) cuando éste lo golpea con la palmeta. Sin embargo, muy pronto se hizo difícil controlar a los niños difíciles sin usar la palmeta y yo me estaba volviendo indefenso para controlar la conducta agresiva. Había un problema en particular que involucraba a los niños que golpeaban o daban patadas a las niñas. Sermonearlos y hablar con ellos no estaba dando resultados. Entonces decidí usar los valores tradicionales de respeto y honor para promover el cambio.

Un día una niña vino a quejarse conmigo que uno de los niños la había pateado. Luego de un amplio interrogatorio al niño, se hizo claro que la única ‘ofensa’ de la niña había sido cruzar en medio del patio de juegos, en donde los niños estaban jugando fútbol. Le pregunté al muchacho si él

‘No es un misterio, es algo llano y sencillo. Somos seres humanos y deberíamos sentirnos mutuamente y sentir uno por el otro. Esto es Ubuntu — que debo hacer a otros lo que me gustaría que otros me hicieran... que soy un ser humano porque hay otros seres humanos rodeándome.

... Ubuntu es nada más y nada menos que compasión colorida en la práctica.’

Vusamazulu Credo Mutwa, sanador tradicional y escritor, Sur África



estaba de acuerdo conmigo de que esta acción era inaceptable y por lo tanto penada. Él asintió y estuvo de acuerdo.

Para este momento un pequeño grupo de niños nos había rodeado. Luego le pregunté a la niña si ella perdonaría al niño si él se disculpaba con ella. Dijo que sí.

Contrario a todas las expectativas, le pregunté al muchacho si se arrodillaría a pedir perdón a la niña diciendo: “Por favor mi señora, lo lamento. No la patearé de nuevo.” (En mi comunidad es poco común pedirle a un hombre que se arrodille frente a una mujer a pedir perdón, ya que el hombre es considerado el jefe – ¡y mis niños saben esto muy bien!) Tal y como era de esperarse, él estaba reacio a disculparse en esta forma. Sin embargo, él murmuró una disculpa — pero omitió el ‘mi señora’. Insistí en que se disculpara apropiadamente. Él lo hizo. Aparentemente, las niñas estaban muy felices, pero no así los niños. Su orgullo había sido herido.

Una semana después, los niños en la clase vinieron a discutir el asunto de la disculpa conmigo. Su vocero fue enfático en que no les gustaba el nuevo arreglo y preferirían ser castigados con la palmeta que arrodillarse ante las niñas. Al día siguiente, organicé una discusión en la clase, para todas las partes (niños, niñas y yo), para aclarar nuestras posiciones. Durante la discusión, le expliqué a ambos lados que era importante para todos nosotros tratarnos mutuamente con respeto, amor y justicia. También hice que los niños entendieran que las niñas se sentían heridas y deshumanizadas cuando eran pateadas como animales, así como ellos se sentían humillados al tener que arrodillarse ante las niñas. Al final todos llegamos a un acuerdo y pudimos diseñar un conjunto de reglas y regulaciones que rigen la conducta tanto dentro como fuera de la clase.

Debo señalar que el proceso no fue tan tranquilo y fácil como suena aquí, pero al final, por medio de la paciencia, la fuerza de voluntad para triunfar y la persistencia, fui capaz de establecer una clase disciplinada sin usar la regleta. Así mismo se engendró una maravillosa y cordial relación interpersonal, creando en la clase el clima abierto que se necesitaba para una enseñanza y aprendizaje efectivos.



Taller Ubuntu en Omán

‘Mi vida pertenece a toda la comunidad y mientras viva es mi privilegio hacer por ella lo que pueda. Porque mientras más duro trabaje más vivo. Me regocijo en la vida misma. La vida para mí no es una simple vela. Es más bien una suerte de antorcha espléndida que puedo sostener por el momento y quiero hacer que arda tan brillante como sea posible antes de entregársela a las futuras generaciones.’

Mfuniselwa John Bhengu,
escritor, Sur África (tomado de
**Ubuntu: The Global Philosophy
for Humankind, 2007:p293)**



Profesores y estudiantes, Ghana



Anexo 3

Canciones con mensaje Ubuntu

Lucinda Drayton: No más guerra

Ponte en mi lugar
y yo me pondré en el tuyo.
Bebe de mi copa
y yo compartiré la tuya.
Ve con mis ojos
y yo veré a través de los tuyos.
Siente con mi piel
y te dejaré entrar
y no peharemos más, no más.
No peharemos más.
Ve en mi corazón todo lo que
soy. Separa las capas
de hombre y mujer.
Camina con mi Dios,
que es el mismo tuyo.
Siente con mi piel
te dejaré entrar.
y no peharemos más, no más.
No peharemos más.
Cuida de mi hijo
Y yo atesoraré el tuyo.
Reconoce mi historia
Y yo honraré la tuya.
Entérate de que mis
esperanzas y sueños son
iguales
a los tuyos.
Siente con mi piel
te dejaré entrar.
y no peharemos más, no más.
No peharemos más.

The Hollies: No es una carga es mi hermano

El camino es largo
Con un buen número de
vueltas sinuosas
Eso nos dirige hacia quién sabe
donde
Quien sabe cuándo
Pero soy fuerte
Lo suficientemente fuerte para
llevarlo
Él no es una carga, él es mi
hermano y así seguimos
Su bienestar es de mi
incumbencia
No es ninguna carga a
soportar
llegaremos allá
Pues sé
Él no me estorbaría
Él no es una carga, él es mi
hermano
Si estoy cargado con la tristeza
de que el corazón de todos
No está lleno de felicidad
De amor de unos por los otros
Es un largo, largo camino
del cual no hay retorno
Mientras estamos en camino
hacia allá
por qué no compartir
Y la carga
No me agobia para nada
Él no es una carga, él es mi
hermano
Él es mi hermano
Él no es una carga, él es mi
hermano

Michael Jackson: Curar al Mundo

Hay un lugar en tu
corazón
y yo sé que es amor,
y este lugar puede ser
mucho más brillante
mañana.
Y si tu realmente intentas
encontrarás que no hay
necesidad de llorar
en este lugar sentirás que
no hay dolor ni penas.
Hay maneras de llegar allí
si te preocupas suficiente
por la vida
haz un pequeño espacio
haz un lugar mejor...
Coro:
Cura al mundo
hazlo un lugar mejor
por ti y por mi y por toda
la raza humana.
Hay gente muriendo
si te preocupas suficiente
por los que están vivos
haz un mejor lugar por ti y
por mí.
Si quieres saber porque
hay un amor que no puede
mentir
el amor es fuerte
solo importa que sea dado
alegremente.
Si tratamos debemos ver
en esta felicidad
no podemos sentir miedo
o pavor
dejaremos de existir y
comenzaremos a vivir.
Entonces siento que
siempre
el amor es suficiente para
nuestro crecimiento
así que hagamos un
mundo mejor
haz un mundo mejor.

Coro:
Cura al mundo
etc.

Y el sueño que estamos
concibiendo
nos revelará una cara alegre
y el mundo en el que creíamos
brillará una vez más.

Entonces por que
mantenemos esta sofocante
vida
que hirió este planeta
crucificó su alma
aunque esto es sencillo de ver
este mundo celestial existe por
el brillo de Dios.

Podemos volar tan alto
sin dejar que alguna vez
mueran nuestros espíritus
en mi corazón yo siento que
todos ustedes son mis
hermanos.

Crean un mundo donde no
haya miedos
juntos lloraremos lágrimas
felices
veremos las naciones convertir
sus espadas en rejas de arado.
Podemos realmente llegar allí
si te preocupa lo suficiente la
vida

haz un pequeño espacio
para hacer un lugar mejor...

Coro:
Cura al mundo, etc.

Anexo 3

Cuestionario Ubuntu

Una actividad ligera que nos ayuda a reflexionar sobre la medida en la que aplicamos los valores ‘Ubuntu’ en nuestra vida diaria (por favor siéntase en la libertad de modificarlo y adaptarlo).

Instrucciones

- Responda rápidamente (Sí o NO) a cada una de las situaciones en la tabla que sigue a continuación, de acuerdo a cómo piensa usted que actuaría. ¡No piense mucho!
- Sume el total de números en los que marco ‘Sí’ y revise la interpretación que se proporciona más abajo.
- Reflexione sobre los valores y ‘antivalores’ que se pudieran aplicar a cada situación.
- Discuta sus ideas con otros (esto se puede hacer en plenario o en grupos pequeños).

	Pregunta	Sí / No	Valor y Antivalor
1.	En la estación o terminal de pasajeros, me cruzo con alguien que está llorando. Paso para el otro lado para no quedar atrapado en los problemas de esa persona.		
2.	Si me encuentro con dos amigos en conflicto, me uno al más fuerte para poder calmar al más débil.		
3.	Cuando camino en el campo aplasto cualquier pequeña criatura que me parezca molesta.		
4.	Cuando llego tarde a una reunión pretendo que el bus estaba demorado o que el tráfico estaba pesado, sabiendo que los otros participantes no podrían verificar si eso es verdad.		
5.	Acompaño a un grupo de jóvenes por una caminata en la montaña y un perro guardián se escapa. Corro para el final del grupo para no ser mordido primero.		
6.	Llego primero al estacionamiento. Alguien sale de la nada y toma el puesto en el que me iba a estacionar. Insisto que se vayan.		
7.	Obtengo una distinción por mérito en mi trabajo. Envío un correo a todos diciendo que soy el mejor.		
8.	Una amiga es hospitalizada. En lugar de ofrecerme a cuidar a sus hijos e ir a visitarla, envío una carta excusándome.		
9.	Mi jarrón favorito se rompió en mi ausencia. Pregunto a todos hasta encontrar al culpable.		
10.	En las noticias vespertinas escuché que, en un remoto país, un tren se descarriló y murieron 200 personas. Cambio de canal porque no me gusta ver esas escenas horribles.		
11.	Se me asigna la tarea de seleccionar los candidatos para un puesto. Pongo los papeles de mis conocidos encima del resto.		
12.	Una persona mayor entra a un autobús abarrotado en el cual estoy sentado cómodamente. Desvío mi mirada y no me hago consciente de la situación.		
13.	Se propone una nueva tecnología que lo más probable es que mejore a mi familia y relaciones cercanas. Alabo y felicito a la persona que hizo la propuesta y espero los frutos.		
14.	En la oficina, hay algo de trabajo que en realidad no es mi asignación pero necesita ser completada rápidamente para el beneficio de la compañía. Se lo dejo a las personas del departamento en cuestión y continúo con mi propio trabajo. Yo lo dejo para los que trabajan en ese departamento y continúo con mi trabajo.		

Resultados e interpretación (¡que no debe ser tomado en cuenta con mucha seriedad!)

- Si obtuvo una puntuación entre 7 y 14 'Sí', por favor ¡estudie más la filosofía Ubuntu!
- Si obtuvo entre 3 y 6 'Sí' va muy bien en el camino de la sabiduría personal ¡Siga mejorando!
- Si obtuvo menos de 3 'Sí' usted tiene muchos tesoros que transmitir a otros. Ya usted tiene Ubuntu, ¡incluso aunque no lo sepa!

Diseñado por Joseph Martin Masabo, charlista y entrenador, ciencias ambientales, universidad de Ginebra, Suiza. Originalmente de Burundi, Joseph es miembro fundador del centro Ubuntu en Ginebra.

RECURSOS Y REFERENCIAS

1. Tributo a Su Majestad, Sultán Qaboos Bin Said, disponible en la página web del Ministerio de Información, Sultanato de Omán.

<http://www.omanet.om/english/government/hmepage/tribute.asp>

Ver también la página web dedicada a Su majestad el Sultán, traducida a 15 idiomas: www.oman-qaboos.net

2. Asociación Internacional Valores para Vivir Educación (ALIVE). Información acerca de esta iniciativa global, su enfoque educativo, metodología y actividades basadas en 12 valores universales visite www.livingvalues.net

3. Battle, Michael. Ubuntu: I in You and You in Me. Seabury Books, 2009.

4. Bhengu, Mfuniselwa. Ubuntu: The Essence of Democracy. Kima Global Publishers, South Africa, 1996.

5. Bhengu, Mfuniselwa. Ubuntu: The Global Philosophy for Humankind. Lotsha Publications, South Africa, 2007.

6. Drayton, Lucinda. War No More by Bliss from the album Bliss. www.lucindadrayton.com

7. Los ancianos (The Elders) – grupo independiente de eminentes líderes globales, unidos por Nelson Mandela, quienes ofrecen su influencia colectiva y experiencia para apoyar la construcción de la paz, ayudar a abordar las grandes causas del sufrimiento humano y promover los intereses comunes de la humanidad. www.elders.org

8. Folke Bernadotte Academy (agencia gubernamental suiza dedicada a mejorar la calidad y efectividad del conflicto internacional y manejo de crisis). Proyecto Prevención de Conflictos en Acción.

http://www.folkebernadotteacademy.se/roach/The_Conflict_Prevention_in_Practice_Project

9. The Hollies. No es una Carga es mi Hermano (He ain't Heavy, he's my Brother). 1969. Parlophone R5806, US: Epic 10532. Writers: Bob Russell and Bobby Scott. Producer: Ron Richards.

10. Invictus. Película que muestra cómo Nelson Mandela comenzó a construir la nación arcoíris al reconciliar a las personas por medio de un juego de Rugby. Por Clint Eastwood, distribuida por Warner Brothers, 2009.

11. Jackson, Michael. Heal the World del album Dangerous. 1991. Label Epic EK-45400. Productores: Michael Jackson, Teddy Riley, Bill Bottrell.

12. January-Bardill, Nozipho. Ubuntu y Educación. Ensayo presentado en a conferencia 'Ubuntu, Construyendo Paz', Ginebra, 2003. <http://www.afrikaviva.com>

13. Lundin, Stephen & Nelson, Bob. Ubuntu! An Inspiring Story about an African Tradition of Teamwork and Collaboration. Broadway Books, New York. 2010.

14. Mandela, Nelson. A Long Walk to Freedom: The Autobiography of Nelson Mandela. Little, Brown & Company, Boston, 1994.

15. Murithi, Tim. Practical Peacemaking Wisdom from Africa: Reflections on 'Ubuntu', Journal of Pan-African studies, Vol.1, No.4, 2006, pp.25–34. <http://www.jpanafrican.com>



16. Nussbaum, Barbara (2003). En las lenguas nativas no existen los pronombres posesivos. *Resurgence*, issue 221.
17. Nussbaum, Barbara (2009). Obama and Ubuntu. *Wordsetc. South African Literary Journal*.
<http://wordsetc.book.co.za/blog/2009/01/20/obama-and-ubuntu-by-barbara-nussbaum>
18. The Prince's Trust. www.princes-trust.org.uk
19. Rodgers, Judy & Naraine, Gayatri. *Something Beyond Greatness*. Health Communications, Inc. USA, 2009.
20. Swanson, Darlene. M (2009). Where have all the fishes gone?: Living Ubuntu as an ethics of research and pedagogical engagement. Article in D. Caracciolo and A. Mungai (Eds.), *In the Spirit of Ubuntu: Stories of Teaching and Research* (pp. 3-21). Rotterdam, Netherlands: Sense Publications.
21. Tillman, Diane & Hsu, Diana. *Living Values Activities for Children Ages 8-14*. Sterling Publishers, India, 2003.
22. Tutu, Rev. Desmond. *God has a Dream*. Published by Doubleday, 2004.
23. Alianza de civilizaciones de las Naciones Unidas (UNAOC) es una iniciativa del Secretario General de la ONU que tiene como meta mejorar la comprensión y relaciones cooperadoras entre las naciones y personas, más allá de culturas y religiones y para ayudar a contrarrestar las fuerzas que alimentan la polarización y el extremismo. www.unaoc.org
24. Ubuntu Day. Facebook. <http://www.facebook.com/group.php?gid=87904422679>
25. 'Ubuntu' video. The Global Oneness Project (Explora cómo la simple noción de interconexión puede ser vivida en nuestro cada vez más complejo mundo). <http://www.globalonenessproject.org/videos/ubuntu>
26. UBUNTU Foro Mundial de Redes Sociales: funciona como una 'red de redes' que tiene como meta unificar esfuerzos para construir puentes de diálogo entre las instituciones nacionales e internacionales que están enfocadas en promover la paz, dignidad y derechos humanos. www.ubuntu.upc.edu
27. *Visiones de un Mundo Mejor*. United Nations Peace Messenger Publication. Editado y publicado por Brahma Kumaris World Spiritual University, London, 1993.
28. Yunus, Muhammad (2006). Nobel Lecture
http://nobelprize.org/nobel_prizes/peace/laureates/2006/yunus-lecture-en.html





+

+

+

+

APERTURA

ARMONÍA

COMPARTIR

+

+

+

+

COMPASIVO

RECONCILIACIÓN

COOPERADOR

+

+

+

+

APRECIATIVO

VALIENTE

DIGNIFICADO

+

+

+

+

SOLIDARIDAD

GENEROSO

ACEPTACIÓN

+

+

+

+

GENTIL

INDULGENTE

FELIZ





+

+

+

+

RESPONSABLE

SANADOR

SENTIDO
DEL HUMOR

+

+

+

+

HONESTO

AMISTOSO

AMOROSO

+

+

+

+

INTEGRIDAD

UNIDAD

INTUITIVO

+

+

+

+

ATENTO

CORAZÓN
PURO

PACIENTE

+

+

+

+

RECURSIVO

PACÍFICO

POSITIVO

+

+

+

+



“UBUNTU ...

Es una verdad universal; una forma de vida universal.”

Nelson Mandela

“...UBUNTU. Es parte del regalo que África dará al mundo. Le habla a la esencia misma del ser humano. Cuando queremos alabar a alguien decimos, ‘Yu, u nobuntu’: él o ella tiene Ubuntu. Esto significa que son generosos, hospitalarios, amistosos, preocupados y compasivos. Comparten lo que tienen y son capaces de ir más allá por el bien de otros.

Soy humano porque pertenezco, participo, comparto. Una persona con Ubuntu es abierta y está disponible para otros, ratifican el lugar de los demás y no se sienten amenazados de que otros sean capaces y buenos; porque esa persona tiene su propia auto seguridad que viene de saber que pertenece a un todo mayor.

Creemos que una persona es una persona a través de otras personas, que mi humanidad está inmersa, unida, inextricablemente con la tuya. El ser humano solitario es una contradicción en términos y por lo tanto cuando te deshumanizo, inexorablemente me deshumanizo.”

Reverendo Desmond Tutu, Premio Nobel de la Paz 1984

