

Schriftliches Interview mit Deyanet Garzòn

1. Frage: WAS, GLAUBEN SIE, MACHT DIESE METHODE (PLANES DE VIDA) ERFOLGREICH?

Dass es sich um einen Vorschlag mit einer integralen und systemischen Vision handelt, der von den Menschen oder Gemeinschaften und ihrer Fülle ausgeht, der die Rituale und Prinzipien der Menschen respektiert, obwohl er zum Aufbruch auffordert; dass der Vorschlag partizipativ, dynamisch und anpassungsfähig ist; und dass er das Kleine anerkennt und schätzt.

- Die Methode basiert auf einer integralen Vision, deren Facetten dem menschlichen Wesen entsprechen. Deshalb erkennen die Menschen, was für ein gutes individuelles und kollektives Leben wesentlich ist, und nehmen es für sich an.
- Da die Methode einen ganzheitlichen Ansatz verfolgt, nimmt sie neben den wirtschaftlichen, technischen, rationalen und produktiven Aspekten auch andere Dimensionen auf, die den Prozessen Nachhaltigkeit verleihen. Diese sind zwar wesentlich, werden aber üblicherweise ausgeschlossen oder als unwichtig betrachtet: z.B. Affektivität, Miteinander Leben, traditionelles Wissen oder Spiritualität, die die persönliche, soziale und ökologische Ebene verbinden.
- Die Achtsamkeitspläne schließen die persönliche existenzielle Ebene mit ein und nicht nur die Gemeinschaft und die Umwelt, da so die psychische, emotionale und spirituelle Entwicklung miteinbezogen wird. Dadurch erkennen die Menschen, dass der Wandel von innen kommt und dass die Verantwortung für den Wandel bei ihnen liegt. Es wird berücksichtigt, dass es in Menschen und Gemeinschaften bereits äußeren und inneren Überfluss gibt, nicht nur Probleme und Bedürfnisse. Es gibt individuelle und Gruppenpotentiale, Formen der Fürsorge und Ausdruck von Lebensprinzipien in Beziehungen, die erkannt, geschätzt und aktiviert werden müssen, damit sie Kraft gewinnen und integrale und nachhaltige Veränderungen bewirken.
- Es sind die Einzelpersonen, Familien oder Gemeinschaften, die entscheiden, was und wie sie sich verändern wollen und die, ausgehend von der Erkenntnis ihres Mangels und ihrer Fülle, die Wege der Achtsamkeit, die Entwicklung und das Lerntempo vorgeben; darüber hinaus können sie diese selbst überprüfen.

- Die Methodik ist partizipativ, dynamisch und an verschiedene Kontexte anpassbar. Sie verbindet Theorie und Praxis, ermöglicht kollektives Lernen, die Einbeziehung lokalen Wissens, kritisches Realitätsbewusstsein, kollektive Organisation und verbindet die verschiedenen Akteure für den Wandel. Sie schlägt eine symbolische und erfahrungsorientierte Sprache vor, die eine spirituelle Verbindung begünstigt, die sich im täglichen Leben der Menschen artikuliert.
- Sie schätzt das Kleine, die Veränderungen, die unbedeutend erscheinen, die aber die Grundlage für komplexere, kollektive und dauerhafte Lösungen bilden.

2. Frage: IST SIE AUF ANDERE KONTEXTE UND LÄNDER ÜBERTRAGBAR?

Ja, natürlich. Die gegenwärtige Krise, die sich in der Vernachlässigung der eigenen Person, von anderen und der Umwelt manifestiert, ist eine einzigartige Weltkrise, die von uns Menschen mit unserem schlechten Beziehungsverhalten verursacht wird. Sie zu überwinden bedeutet tiefgreifende Veränderungen, nicht nur äußerlich, sondern grundlegend in unserer Persönlichkeit: Veränderungen in unserer Art zu denken, zu sehen, zu fühlen, zu handeln und in Beziehung zu uns selbst, zu anderen und der Natur zu treten, indem wir die Praxis der Achtsamkeit und die universellen Lebensprinzipien, die die Beziehungen ins Gleichgewicht bringen, in den Mittelpunkt unseres Lebens stellen, damit das Leben nachhaltig ist.

Mit anderen Worten, es impliziert, dass wir in Kopf und Herz einen Paradigmenwechsel vollziehen und die reduktionistische Vision des Lebens mit der Betonung auf Ausgrenzung und Fragmentierung überwinden, um die verlorene Einheit mit einer umfassenden Vision und Praxis wiederzugewinnen. Dies führt dazu, dass wir uns selbst und die wirtschaftlichen und politischen Beziehungen, denen wir bisher Priorität eingeräumt haben, umgestalten - ohne zu berücksichtigen, dass das soziale Wohlergehen und das Wohlergehen des Einzelnen miteinander verbunden und vom Wohlergehen der Umwelt abhängig sind. Dieser Wandel ist für die Menschheit, in jedem Land oder Kontext, von entscheidender Dringlichkeit. Papst Franziskus nennt sie in Laudato Si Bekehrung und schlägt sie als eine Praxis der Integralen Ökologie vor.

Die Mehrheit der Menschen, egal in welcher Ecke des Planeten, braucht diese Veränderung, da wir im persönlichen, sozialen oder umweltbezogenen Bereich mehr oder weniger verzerrt sind. Zum Beispiel haben wir alle ständig mit der Natur zu tun, nicht nur indigene Völker oder bäuerliche Gemeinschaften. Wir alle Menschen gehören der Natur an und sind von ihr abhängig, schauen Sie sich nur die Kleidung an, die wir tragen, die Schuhe, die Lebensmittel, die uns ernähren, das Wasser, das wir trinken, die Luft, die wir atmen, die Utensilien für unseren Komfort oder unsere Arbeit, alles kommt aus der Natur, und deshalb kann sich jeder Mensch seines Beitrags zum Leben oder zur allgemeinen Selbstzerstörung oder Zerstörung bewusst werden und sich aus seinem Kontext heraus je nach Bedarf auf verschiedenen Ebenen und in unterschiedlicher Weise darum kümmern. Zum Beispiel durch Veränderung der Formen des Konsums und der Beziehung zu materiellen, physischen und/oder externen Gütern.

Unser Körper, unser Verstand, unsere Psyche, unser Geist sind auch Güter, Geschenke für ein gutes Leben, die gepflegt werden müssen, die auch das Gleichgewicht und die ganzheitliche Gesundheit wiedergewinnen müssen. Das Leben des anderen, sei es Mutter, Vater, Ehepartner, Bruder, Schwester, Nachbar, Fremder, sind ebenfalls Geschenke, die in der Familie oder in der Gemeinschaft gepflegt werden müssen. Die meisten von uns müssen lernen, miteinander zu leben, die anderen und uns selbst eingeschlossen, mitverantwortlich zu sein für das Gemeinwohl der Menschen, denn bisher waren wir bei so viel Technologie und Evolution nicht in der Lage, das grundlegendste und Wesentlichste der menschlichen Existenz zu praktizieren, um uns am Leben zu halten: die Liebe, die ihren maximalen Ausdruck in der Achtsamkeit, in der Rolle des Hüters des Lebens - unseres eigenen und des der anderen - findet.

Diese Methodik, wenn wir sie so nennen können, ist also an alle und in allen Kontexten angepasst, denn wir alle müssen uns selbst heilen und wir können unsere eigene und notwendige Achtsamkeit für das persönliche, soziale und ökologische Haus, aktivieren, indem wir verstehen, dass wir eins sind, dass wir nicht getrennt und ja, miteinander verbunden sind und dass die Zukunft des Planeten und der Menschheit von Veränderungen in jedem einzelnen Wesen abhängt, die sich auf das Ganze auswirken.

3. Frage: WAS HAT EINE GEMEINSCHAFT VERÄNDERT UND ERHALTEN, INDEM MAN IHR POTENZIAL UND DEN ZUSAMMENHANG ZWISCHEN PERSÖNLICHEN, SOZIALEN UND ÖKOLOGISCHEN ASPEKTEN ERKANNT HAT?

Aus dem Kontext der indigenen Völker Amazoniens werden mit der Umsetzung der Achtsamkeitspläne die Lebensbedingungen der Gemeinschaften und die Möglichkeiten des Verbleibs in ihrem Territorium verbessert, weil sie in erster Linie ihre Kosmovision zurückgewinnen, die im Einklang mit der integralen Vision steht, die das Gleichgewicht in den persönlichen, sozialen und umweltbezogenen Beziehungen ermöglicht, die dem Leben als Ganzes Nachhaltigkeit verleihen. Dies zeigt sich in konkreten Veränderungen, wie z.B.:

1) Sie kehren zu ihrer eigenen Achtsamkeitspraxis der ökologischen Lebensgrundlagen zurück: Boden, Wasser, Wälder und Saatgut, sowie zur Anwendung diversifizierter Anbauweisen, was die Wiederherstellung einer zyklischen und nachhaltigen Wirtschaftens ermöglicht, wobei sie verstehen, dass es, wenn die Lebensgrundlagen gepflegt werden, gesunde Böden, Wasser, Wälder und Saatgut gibt, auch gesunde Tiere und Menschen, eine Garantie für die Kontinuität des Lebens und die Bedingungen des Fortbestands in einem Gebiet.

Mit dieser Praxis sinkt die Abhängigkeit der Gemeinschaften von Entwicklungsprojekten, die von außen kommen und sich teilweise durch eine reduktionistische und lineare wirtschaftliche Vision auszeichnen, die auf Extraktivismus, Monokultur und der Nutzung der natürlichen Ressourcen basiert - koste es, was es wolle. Dies war in letzter Zeit die Alternative, die einige Gemeinschaften als eine Form der Nachhaltigkeit haben, die aber in Wirklichkeit zur Zerstörung der Grundlagen dessen führt, was für die amazonischen Gemeinschaften bedeutsam ist.

2) Sie verbessern die physischen Gesundheitsbedingungen der Familien und der Gemeinschaft. Die Veränderung in der Beziehung zu den Grundlagen des Lebens und die Wiedergewinnung ihrer traditionellen diversifizierten Anbauweisen, macht folgendes möglich:

- Sie gewinnen die Ernährungssouveränität zurück, weil sie sich selbst, das Land und die Tiere mit einer Ernährung versorgen können, die ihrem traditionellen Wissen und ihren Bräuchen entspricht.

- Sie verringern die Abhängigkeit von gekauften oder assistenzialistisch von außen geschenkten Lebensmitteln, die meist chemisch verarbeitet sind, verpackt, und stark mit Zucker, Salzen und Fetten belastet sind, z.B. Softdrinks. Dadurch verringert sich das Risiko von Krankheiten wie Bluthochdruck, Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Unterernährung usw., die bei den Menschen in der Region weit verbreitet sind.

3) Sie stärken die eigene Spiritualität. Mit dem Anbau, der Vielfalt und der Fülle an Nahrungsmitteln wird traditionelles und spirituelles Wissen verbunden, das dem Leben und den Beziehungen in Familie und Gemeinschaft Unterstützung und Sinn gibt. Sie bauen wieder Heilpflanzen an und beziehen das Wissen traditioneller Ärzte mit ein, die die Achtsamkeit in Bezug auf Worte, Gedanken, Blicke, Gesten sowie Heilpraktiken und Praktiken zur körperlichen, geistigen, seelischen und spirituellen Reinheit fördern, die alle einen direkten Einfluss auf ein gutes Leben mit sich selbst und mit anderen haben.

4) Sie verbessern das Zugehörigkeitsgefühl und Selbstverständnis und stärken die Identität als Menschen:

- Sie erkennen, dass sie in der Lage sind, durch die Unterstützung der Menschen und der Umwelt vor Ort schöpferisch zu werden, Probleme zu transformieren und zu lösen.

- Sie wecken das Interesse an althergebrachtem Wissen, das heute geschätzt, praktiziert und geteilt wird, ohne das eigene als schlechter und das von außen kommende als besser anzusehen.

- Sie sind offen für den Dialog, für das Hören auf eigene und fremde Worte, sie lernen von anderen.

- Sie sind eher für Teamarbeit und gegenseitige Unterstützung bei der gemeinsamen Suche nach Alternativen und Lösungen verfügbar.

- Die Opfer- und Abhängigkeitspositionen nehmen ab.

- Konflikte mit anderen aufgrund von Neid und Eifersucht nehmen ab, da sie in der Lage sind, sich zu verändern und in der Gemeinschaft die Führung zu übernehmen, was wiederum die Fähigkeit beeinflusst, Entscheidungen zu treffen, sich gegen paternalistische und assistenzialistische Projekte zu wehren und unter Wahrung der Unterschiede zusammenzuarbeiten.

5) Sie verbessern das Zusammenleben, die Teilhabe und die Organisation der Gemeinschaft, als Grundlagen einer im Gemeinwohl verankerten Gemeinschaftspolitik oder Selbstverwaltung.

Mit den diversifizierten Anbauweisen nehmen die indigenen und traditionellen Gemeinschaften die Festlichkeiten und die traditionellen Kooperationsformen wieder auf, Räume, in denen gesundes Gemeinschaftsleben, Identität und Spiritualität wiedergefunden werden, weil in ihnen die grundlegenden Lebensprinzipien für das gemeinschaftliche Beziehungsgleichgewicht praktiziert werden:

- Intergenerationelle Integration und Zugehörigkeit zu verschiedenen Familien- und Gemeinschaftsrollen unter Beteiligung verschiedener sozialer Akteure: Behörden, Männer, Frauen, Kinder, Jugendliche, ältere Menschen, Erzieher, traditionelle Ärzte, Hebammen, nicht indigene Akteure.
- Reziprozität und gegenseitige Unterstützung beim Austausch von Waren, Lebensmitteln, Geschenken und Wissen.
- Das Bündnis zwischen Familien und zwischen Gemeinschaften, das Gleichgültigkeit und Streitigkeiten auflöst.
- Die Organisation, Teilnahme und Zusammenarbeit bei der Bildung von Versammlungen, spezifischen Gruppen, Ausschüssen der eigenen Regierung und mit anderen regionalen, nationalen Regierungsbehörden oder ähnlichen Initiativen zur Pflege und Verteidigung des Lebens im Territorium.
- Sie stärken das Vertrauen in ihre eigene Führung und ihre eigenen Organisationsformen.