

¿A QUÉ LLAMAMOS PERMACUIDADO?

Elizabeth Cadavid Murcia
elizabethcadavidmurcia@gmail.com
2021.4.4

Permacuidado puede entenderse como una propuesta que promueve el equilibrio entre el cuidado que nos prodigamos como personas con el de los demás seres vivientes y los entornos que habitamos, aportando a la evolución de la humanidad en el actual contexto de transición planetaria.

El objetivo de este artículo es dar a conocer elementos básicos de este planteamiento como son sus antecedentes, ideas principales y el desarrollo actual. Lo que comparto es un entramado de ideas, elaboraciones, experiencias y reflexiones que he ido sumando a la construcción alrededor de la gran pregunta por el cuidado de la vida en el contexto mundial y planetario actual, tan marcado por las consecuencias de nuestra devastadora forma de habitar y de hacer en el planeta en los últimos siglos como especie. Es posible que no haya mucho de nuevo aquí, más que la forma de organizar, corelacionar y transmitir mis pensamientos, sentires, algunas conclusiones y recomendaciones sobre este tema como persona, mujer, trabajadora del cuidado tanto informal como formal y profesional. Quizá lo más valioso sea la forma en la que se propone desde esta visión desarrollar acciones concretas de transformación de la conciencia de cuidado con las personas teniendo presente la consideración y renovando la relación con otras formas de vida y con los entornos.

Agradezco a cada lector y lectora por su atención y las interlocuciones que a bien tengan realizar por medio del correo electrónico.

1. ANTECEDENTES

Esta construcción comenzó hace algo más de 20 años cuando inicié mis experiencias comunitarias como “educadora popular” (sin saber en ese entonces que podría nombrarse así hoy), era una adolescente y planeaba, desarrollaba y formaba a otras personas en la facilitación de experiencias pedagógicas con grupos de personas de diferentes edades. Luego en mi formación como enfermera y en a través de mi ejercicio profesional, recogí un maravilloso acervo que me permitió laborar en contextos clínicos y comunitarios como docente.

Mientras ejercía como enfermera, me formé como psicóloga, profundizando en el complejo arte del relacionamiento con los seres humanos, lo hice con el ánimo de responderme preguntas que como persona y profesional me surgían en mi ejercicio profesional como cuidadora.

Más adelante, me encontré con la palabra Permacultura, que según el libro titulado Introducción a la Permacultura (Mollison,1979), es *“un sistema de diseño para la creación de medioambientes humanos sostenibles. La palabra en sí misma es una contracción, no solo de agricultura permanente, sino también de cultura permanente, pues las culturas no pueden sobrevivir por mucho tiempo, sin una base agrícola permanente y una ética del uso de la tierra”*. Pasé un año de mi vida en un viaje por Suramérica como aprendiz en lugares, proyectos y comunidades orientadas por principios permaculturales. Este este sistema de diseño, se orienta por 3 principios éticos: cuidar la Tierra, cuidar

¿A QUÉ LLAMAMOS PERMACUIDADO?

Elizabeth Cadavid Murcia
elizabethcadavidmurcia@gmail.com
2021.4.4

a las personas y redistribuir de forma equitativa los excedentes del cuidado. Este sistema me ayudó a reconectar con la propuesta de Florence Nightingale, iniciadora de la Enfermería moderna, especialmente en lo que respecta a la importancia que le da a la categoría entorno en su teoría y aportes a la construcción y armonización para que los entornos sean facilitadores de la salud y la recuperación de la enfermedad. Además, me amplió la perspectiva de la conexión del cuidado humano y su relación con la consciencia del momento planetario y de especie que experimentamos.

Comencé a darme cuenta de la insostenibilidad del modelo de desarrollo dominante en la actualidad, ya que pretende un crecimiento y sobre todo una acumulación infinita, a partir de recursos que son finitos y muchos de ellos no renovables en corto tiempo. Comprendí que este modelo orienta la propuesta general del “cuidado” de la humanidad, también de forma insostenible pasando por alto que es imposible devastar el equilibrio del planeta por satisfacer las supuestas necesidades de nuestra especie y lograr que esta subsista sin ser alterada por el desequilibrio causado.

Es entonces cuando en medio de transitar la pregunta, ¿cuál es mi postura como frente a esta manera de cuidar? y por supuesto, ¿Cuál es mi propuesta?. Es así como aparece con mucha claridad la palabra Permacuidado, neologismo resultante del sufijo PERMA de la permacultura al unirlo con la palabra CUIDADO que es la esencia de sus principios éticos y además aquello a lo que me había dedicado en mis últimas décadas.

Pasé un tiempo bastante significativo practicando Permacultura viviendo en área rural, diseñando, regenerando el paisaje, compartiendo con una comunidad campesina en pos conflicto, aprendiendo, reconectando con el cuidado de otras formas de vida y con el entorno. De ahí hasta ahora he estado escribiendo, indagando, compartiendo, probando, transformando, emprendiendo con Permacuidado y procurando responder preguntas que me orientan, por ejemplo: ¿Cómo aportar al cuidado con las personas, en equilibrio con los demás seres vivos y con el entorno, en el contexto global actual?

Ese llamado contexto global tiene las siguientes características:

1. Crisis energética. Los combustibles fósiles, especialmente el petróleo que actualmente es la mayor fuente de energía usada desde la revolución industrial para el desarrollo de la vida humana como se ha venido constituyendo en las grandes urbes, tienen su fin proyectado hacia el 2050.
2. El cambio climático. Por primera vez una especie humana con sus estilos y modos de vida, contribuye de forma tan directa al calentamiento global, el derretimiento de los polos y el aumento del nivel del mar, especialmente el uso de combustibles fósiles en el transporte y la industria, la deforestación y ganadería extensiva, la emisión de gases de efecto invernadero.
3. Alteración de la diversidad biológica y cultural. La especie humana ha causado la pérdida definitiva de multitud de especies vegetales y animales y ha alterado alrededor del 75% del ambiente terrestre y el 66% del marino.
4. Contaminación general. La OMS proyecta que millones de personas podrían morir prematuramente por la contaminación del agua y el aire para 2050.

¿A QUÉ LLAMAMOS PERMACUIDADO?

Elizabeth Cadavid Murcia
elizabethcadavidmurcia@gmail.com
2021.4.4

A esta lista, se suman crisis en lo económico, lo político, lo social, es decir vivimos una crisis sistémica inédita en la que Tierra y humanidad son dos caras de una misma moneda. Este contexto ha suscitado movimientos a nivel mundial como Movimiento de Transición en el que se busca hacer cambios de la alineación de la mente, el corazón y las manos en correspondencia con dicho contexto, la agricultura regenerativa, las organizaciones permaculturales, el decrecimiento y el minimalismo, las ecoaldeas y comunidades resilientes, y muchos más en correspondencia con el cuidado de la vida, como paradigma de la nueva civilización. A estas propuestas se le ha hecho una fuerte campaña de desprestigio y tergiversación con las masas alienadas a un sistema que considera que la riqueza es solo tener dinero, menospreciando la vida y ultrajando la Tierra que finalmente es la fuente concreta de todo elemento para el progreso.

2. IDEAS PRINCIPALES

Características. Dado que el Permacuidado es una propuesta que trasciende las fronteras físicas del organismo humano y aún las de la especie humana, es más fácil entender que es una propuesta: holística, sistémica, compleja, integradora, fractal, circular, natural, ecológica y en desarrollo.

Procesos vitales. Son las dinámicas que ocurren de forma inherente a la existencia de los diferentes seres vivos. Hay unos que se comparten entre las formas de vida y hay otros exclusivos. Así que los procesos vitales están relacionados con:

- La presencia de la vida
- El nivel de salud, bienestar, calidad de vida, buen vivir, de acuerdo al cuidado que se les proporciona y a la forma en la que se desarrollan.
- La atención que les damos es a lo que llamamos cuidado.

En lo humano son multidimensionales, es decir que se dan en tanto en dimensiones físicas o materiales del ser (células, tejidos, órganos y sistemas y organismo) así como en otras dimensiones llamadas genéricamente sutiles del ser (alma, mente, espíritu) habiendo entre ellas correlaciones e influencias en las diferentes direcciones. Así mismo, están estrechamente vinculados con la cualidad de los entornos que habitamos afectándonos mutuamente.

Para ilustrar estas relaciones podemos ver por ejemplo como el proceso vital respirar podemos atenderlo con consciencia desde la dimensión física con consecuencias físicas, emocionales y espirituales. También el cuidado que una persona o grupo le da a este proceso vital se verá reflejado en el entorno que habita, especialmente en el cuidado con el aire que respira.

Los procesos vitales que en el momento abordamos desde el Permacuidado son:

- Respiración
- Emoción y sentimiento
- Pensamiento
- Nutrición
- Interacción
- Cobertura y refugio

¿A QUÉ LLAMAMOS PERMACUIDADO?

Elizabeth Cadavid Murcia
elizabethcadavidmurcia@gmail.com
2021.4.4

- Comportamiento
- Posturas y movimiento
- Eliminación y limpieza
- Descanso
- Recreación
- Creación
- Trascendencia
- Mantenimiento y retorno al equilibrio

El permacuidado en este sentido, podría entenderse como modos de ser, estar, hacer, tener o usar en atención a los procesos vitales teniendo en cuenta que dicha atención a la especie humana al menos no vaya en detrimento de otra ni amenace el equilibrio de los entornos que todos compartimos. Debería ser obvio que el cuidado real es cuidadoso con la vida en general, pero la realidad nos ofrece múltiples ejemplos de devastación de otras formas de vida y un daño ecosistémico como consecuencia de las prácticas que se soportan en una visión antropocéntrica egoísta; por lo que la propuesta de Permacuidado, viene más a recordar que es posible cuidarnos como humanos sin necesidad de dañar otras formas de vida o el ambiente.

Enfoques. Son conjuntos o espacios del panorama del cuidado de la vida, agrupados de esta manera por razones de abordaje práctico, en todo caso, cada elemento de cada enfoque se relacionan con cada uno de los demás y el orden solo propone que somos los humanos los que requerimos transformar la forma de cuidarnos y cuidar, porque tanto las demás especies como los ecosistemas se cuidan a sí mismos.

Cuidado de sí. La expresión es tomada de Michael Foucault y el legado socrático de conocerse a sí mismo, en el sentido de que conociéndonos a nosotros, podemos acercarnos a conocer la vida en nosotros y a través de nosotros y estaremos mejor habilitados para otorgarnos un cuidado más adecuado y ese cuidado ha de ser una práctica de libertad, de autonomía, de soberanía de sí mismos.

Por otro lado, la propuesta de Permacuidado, invita a experimentar esta propuesta en y desde nosotros en la medida de lo posible previamente a la entrega de cuidados hacia otros seres. Hacernos responsables de nuestro cuidado, experimentar la relación con el cuidado de la vida en sí mismos y desde ahí desarrollar las prácticas cuidantes con otros humanos y con la vida en general. Este cuidado de sí, lo vivenciamos de forma práctica y cotidiana dándonos cuenta de la atención a nuestros procesos vitales y desarrollando formas de ser, estar, hacer, tener y usar en el mejor equilibrio que podamos lograr con las demás formas de vida y con los entornos.

Es una forma de volver a conectar con la Tierra, conectando a través de nuestro cuerpo, comprendiendo que cuando realizamos desde una consciencia holística una acción con nuestro

¿A QUÉ LLAMAMOS PERMACUIDADO?

Elizabeth Cadavid Murcia
elizabethcadavidmurcia@gmail.com
2021.4.4

cuerpo también lo hacemos en campos sutiles y viceversa. Así que en este enfoque el área o campo de “acción” por excelencia para actuar es nuestro **cuerpo**, como primer territorio de cuidado, volviendo a la integración desde la escisión mente cuerpo bastante marcada en un aspecto de la visión occidental. Por ejemplo, al nutrirnos físicamente, hay unas sustancias que tienen consecuencias en la forma como nos sentimos y hay unas vibraciones que absorbemos en dimensiones sutiles. Así mismo, al nutrirnos emocionalmente, hay unas transformaciones que se dan en el campo físico y así podemos ver la influencia que se da entre nuestras dimensiones y los elementos de los entornos que habitamos. De igual forma, las características nutricionales del suelo que habita un grupo humano, será otra arista de ese proceso vital de nutrición. Y así, cada proceso vital se desarrolla integralmente, en los humanos, en los seres vivientes y en el entorno

que habitan. Suelos degradados están relacionados con la desnutrición de sus habitantes y a su vez esta desnutrición les limita para nutrir su suelo y nutrirse a sí mismos. Así que los procesos vitales son dinámicas que se dan integradamente entre las personas, los demás seres vivientes con los que comparten y el entorno que habitan.

Cuidado con otros seres vivientes. Se considera aquí observar el cuidado en el relacionamiento que tenemos como humanos con otras formas de vida, desde las que llamamos más simples hasta aquellas entidades que se escapan de métodos sistemáticos de estudio que desarrollamos “sobre otros” como entidades sutiles, como las llamadas ángeles y que sin pretensión de demostración de verdad, en este contexto son reconocidas como seres creados o reconocidos por la humanidad desde tiempos inmemoriales y con los que desarrolla relaciones y en ese sentido es importante aplicar la mirada del cuidado.

Prefiero hablar de cuidado “**con**” en lugar de cuidado “de”, con el ánimo de reconocer que estos seres son autónomos en su cuidado por naturaleza y que lo más respetuoso es acercarnos para conocer su naturaleza y aportar cuidados correspondientes, desarrollando relaciones de cuidado mutuo en los que ellos no son elementos pasivos. El área de cuidado privilegiada en este enfoque es el **campo relacional** con cada uno de estos seres. Los otros seres vivientes que están contemplados en los procesos de Permacuidado son:

- Microorganismos
- Hongos
- Plantas
- Animales
- Otras personas
- Seres no encarnados (ángeles, espíritus...)

¿A QUÉ LLAMAMOS PERMACUIDADO?

Elizabeth Cadavid Murcia
elizabethcadavidmurcia@gmail.com
2021.4.4

Cuidado con los entornos. Abordamos en este enfoque aquellos elementos naturales del Planeta y del Mundo actual, que se encuentran manifestados de diferentes formas en los ecosistemas intervenidos o no por la humanidad y que estamos en contacto con ellos de forma cotidiana, es decir en el territorio que habitamos, siendo **la casa**, el campo de acción privilegiado en este enfoque, como la unidad mínima de entorno por excelencia, especialmente en las ciudades, ya que en ella se presentan a pequeña escala estos elementos, así que suelen servir como un microespejo de la realidad mundial y así mismo nos ponen de frente con la posibilidad de responsabilizarnos de nuestra parte del cuidado con el ambiente. Así mismo, puede trascenderse este enfoque a los entornos comunitarios sean urbanos o rurales, como **el barrio y la vereda**.

Los elementos que abordamos en este enfoque son:

- Energías
- Ciclos y tiempos
- Aire
- Agua
- Suelo
- Cosas
- Hábitat
- Residuos
- Dinero

3. METODOLOGÍAS Y HERRAMIENTAS

El Permacuidado se corresponde con una concepción integral y multivariable de la salud y la enfermedad y en su interés formativo con propuestas educativas también desde lugares más integradores usando herramientas de la lúdica y las artes para la experimentación, el descubrimiento y el aprendizaje, principalmente aquellas que privilegian la creación y la experiencia corporal. También se integran de manera privilegiada, metodologías, estrategias, técnicas, didácticas y ejercicios que se correspondan con la gradualidad, la vivencialidad, lo contextual, la coherencia y lo natural.

El método CUIDA. Es una secuencia de 5 fases que orientan de inicio a fin un proceso de permacuidado (ciclo formativo, taller, experiencia, asesoría...) en cualquiera de los enfoques. Estas fases son:

C onoce el estado actual de cuidado

¿A QUÉ LLAMAMOS PERMACUIDADO?

Elizabeth Cadavid Murcia
elizabethcadavidmurcia@gmail.com
2021.4.4

U sa una fórmula apropiada
I nicia ya la práctica
D iviértete y celebra
A brete a compartir

4. DESARROLLO ACTUAL

El permacuidado está siendo una propuesta que está reuniendo a personas y grupos que se sienten identificados con la elección de transformar sus estilos y modos de vida, de cara al cuidado de la vida en general, con ello, se va conformando una comunidad denominada **Permacuidantes** y que por facilitación de las tecnologías de la información y la comunicación hace posible que esta comunidad sea global.

Se han venido realizando encuentros, retiros, talleres, experiencias, ciclos de inmersión, conferencias, formaciones acerca de la propuesta, procurando especialmente la transformación consciente del cuidado en la cotidianidad. Estas acciones van generando nuevos conocimientos que van perfilando la propuesta también como una investigación permanente.

Finalmente, el permacuidado también es una invitación a:

- Hacernos conscientes acerca de cómo nuestras prácticas de cuidado con las personas se relacionan con el cuidado de otros seres y con el de los entornos.
- Disminuir aquellas prácticas que en aras de cuidar a los humanos deterioran el bienestar de otros seres vivientes y el equilibrio de los entornos.
- Conectar aquellas tecnologías de punta con los saberes ancestrales de cuidado.
- Darle prioridad a todo cuidado que represente bienestar de manera más sencilla.
- Ampliar el panorama del cuidado de la vida, en aquellos que nos dedicamos al cuidado con lo humano.
- Vincular con el cuidado de sí a aquellos que están cuidando otras formas de vida.
- Vincularnos con el cuidado como elemento esencial de humanidad independientemente de la dedicación profesional, oficio o labor; es como una alfabetización en el cuidado, base y orientador del desarrollo humano.
- Considerar la interrelación que hay entre nuestra vida y la de los demás seres vivientes y los entornos.
- Regresar a la convivencia armónica como humanos en un sistema de vida planetario, diseñando y desarrollando comunidades y sociedades alrededor del cuidado de la vida en todas sus formas (cudadanías) comprendiendo que es requisito esencial de la permanencia como especie.
- Transformar y adaptar nuestros modos y estilos de vida de cara a la transición planetaria.

¿A QUÉ LLAMAMOS PERMACUIDADO?

Elizabeth Cadavid Murcia
elizabethcadavidmurcia@gmail.com
2021.4.4

- Mejorar y crear sistemas de cuidado y cuidadores más que sistemas de salud. La salud es un concepto abstracto, el cuidado es concreto.
- Entender, aceptar y poner en la práctica que el cuidado con lo humano es posible de manera real y regenerativa, solo desde el equilibrio de la vida en general (seres vivientes y entornos).

¡MUCHAS GRACIAS!