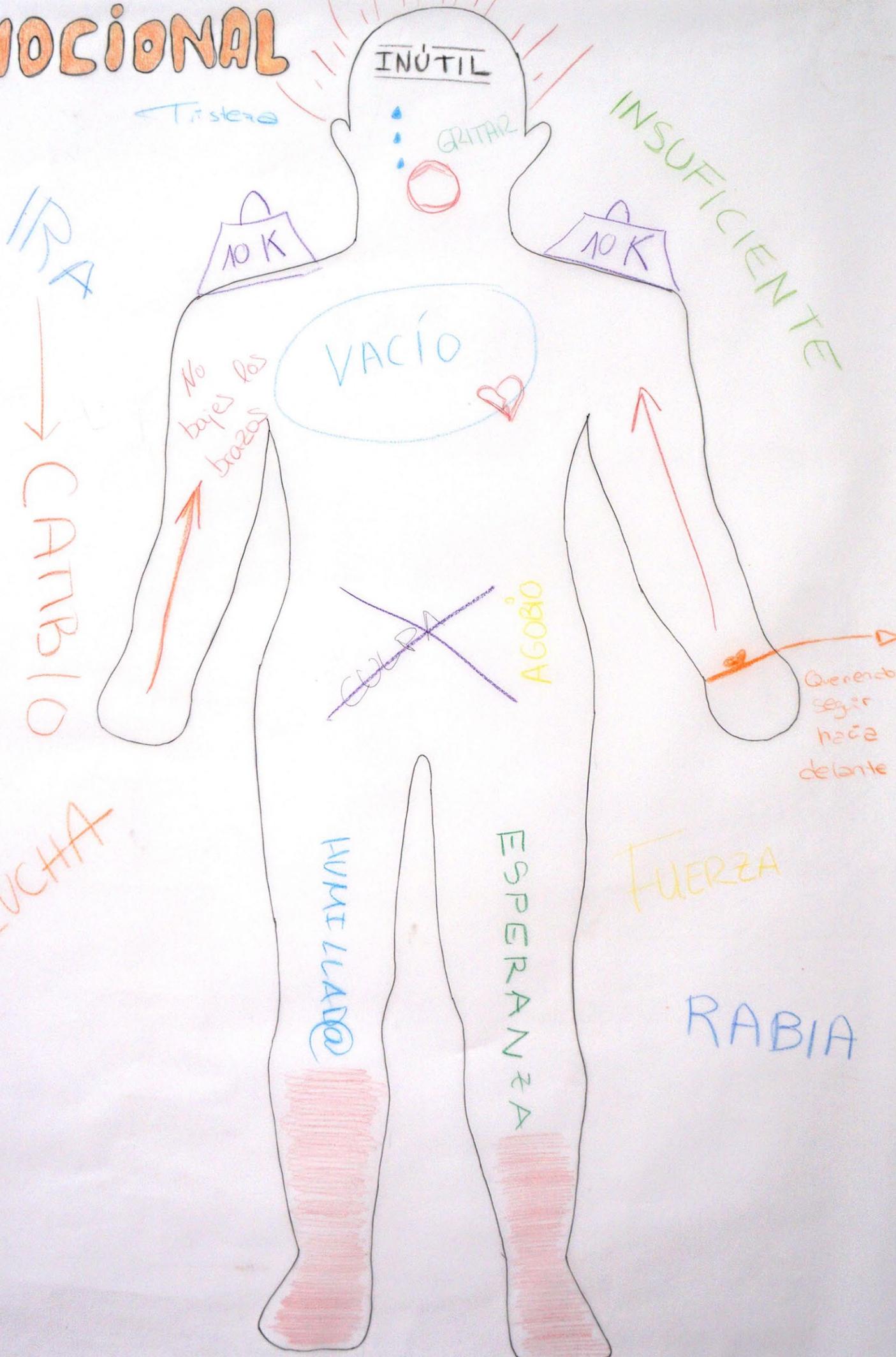


En la sesión de cartografía corporal realizada en la entidad de Entreculturas, se hicieron un total de cuatro cartografías, una por cada dimensión de la integralidad humana siguiendo la Cosmovisión Maya.

Al estar hechas en papel vegetal, se pueden sobreponer unas encima de otras dejando como resultado una única cartografía que junta las cuatro dimensiones, ya que todas están interrelacionadas.

La dimensión emocional fue la primera que se representó cartográficamente, y encima de esta se fueron sobreponiendo las capas de las dimensiones relacional, mental y física.

EMOCIONAL



INÚTIL

Tristeza

GRITAR

INSUFICIENTE

10K

10K

VACÍO

No bajes los brazos



RA

CAMBIO

~~CULPA~~ AGOBIO

Quiero seguir hacia delante

LUCHA

HUMILLADO

ESPERANZA

FUERZA

RABIA

Los discursos de odio a nivel emocional provocan una serie de sentimientos y sensaciones negativas, las cuales se simbolizan con palabras directas que representan la ira, la tristeza, la insuficiencia, la humillación, la rabia, la necesidad de gritar ante estas situaciones, los sentimientos de culpa y el hecho de sentirse inútil ante este tipo de comentarios y actos de odio.

También se representa en el pecho de la silueta, la palabra “vacío” dentro de un círculo, para reflejar esa sensación de inexistencia que sienten las personas a las que se dirigen los discursos de odio, vinculado con el hecho de que la sociedad no las reconoce como personas “válidas”. Por esto, los estereotipos y prejuicios existentes hacia ciertos colectivos, que alimentan y provocan odio, acaban generando una carga que tienen que soportar las personas que pertenecen a estos colectivos estigmatizados, lo que se simboliza en la cartografía con el dibujo de las pesas sobre los hombros.

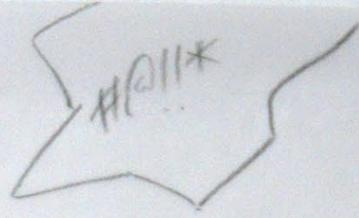
Junto a esto, el color rojo que avanza desde los pies hacia el resto del cuerpo, y que acabará por cubrir toda la silueta, representa esa forma de invisibilizar a ciertas personas en la sociedad. El odio provoca dolor, y eso se representó en la cartografía con unas lágrimas y un corazón roto.

Frente a los aspectos negativos mencionados, la cartografía incluye representaciones de elementos positivos a través de las palabras lucha, cambio y esperanza. Además, la palabra culpa fue tachada para representar que las personas no se tienen por qué sentirse culpables de ese odio que recae sobre ellas, puesto que lo que provoca el odio no es algo objetivo y racional.

Además, en los brazos de la silueta se dibujaron unas flechas hacia arriba junto a las frases “no bajes los brazos” y “hay que seguir hacia adelante”. Todos estos aspectos positivos representan esa fuerza interna que es necesario sacar para luchar contra estas situaciones. No se debe bajar la cabeza y resignarse, ya que aún hay esperanza de que se pueda llevar a cabo un cambio real que elimine o reduzca los actos discriminatorios.

ESPIRITUAL

inseguridad en las relaciones

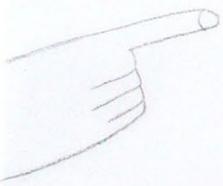


Humor negro y sus peligros



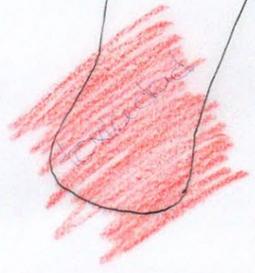
Enfado

CANCELADO!

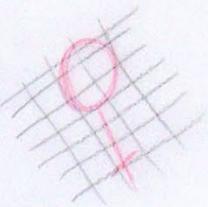


MIEDO

Enojos



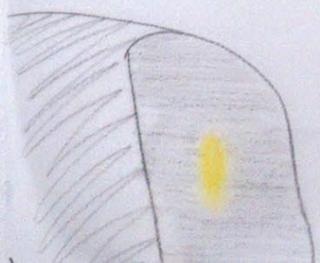
La fuerza para seguir adelante



Frustración

PÉRDIDA DE RELACIONES

FINGIR



"HACIENDO"

"LOCO"



A nivel relacional se representaron en la cartografía las pérdidas de relación debido a los comentarios negativos existentes hacia las personas vulnerables, así como la necesidad de fingir para poder encajar.

No todas las expresiones son dañinas, puesto que encontramos palabras que representan la lucha, la esperanza y el cambio que se debe hacer. Asimismo, están plasmados símbolos, como las pesas en los hombros y en la mano, que representan la carga constante de los discursos y su peso en la persona, así como la línea de ondas en la boca, que transmite ese sentimiento de impotencia al no poder hablar o al no poder expresarse.

Siguiendo esta línea, se puede observar como el corazón partido, el nudo y la cruz, son representaciones del dolor, del revoltijo de emociones que se siente en el pecho y de esa aflicción en el estómago constante en las personas. Todos estos aspectos se siguen representando a lo largo de la silueta, como se observa en la mano que señala a la persona apuntando y criticando; así el rojo de las piernas y en la mano, que representa la ira junto a la necesidad de encajar en todo momento. Por su lado, la planta que no da germinado simboliza los constantes comentarios que impiden su crecimiento. Todo esto son sentimientos negativos presentes en las personas a las que van dirigidas los discursos de odio.

Frente a los aspectos mencionados, en la silueta se incorporan elementos positivos a través del lazo en el brazo y la necesidad de seguir hacia delante, la luz al final del túnel transmite que siempre hay una salida y que se tiene que seguir luchando.

MENTAL

El mundo que no pasa

Agotamiento

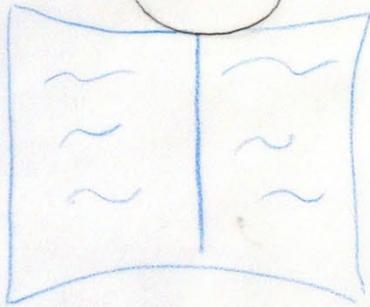
RABIA RABIA RABIA RABIA

RABIA

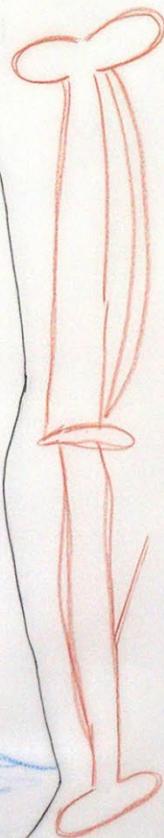


La fuerza del cambio

¿No puedo?!



Trabajo personal para cambiar realidades



FRUSTRACIÓN

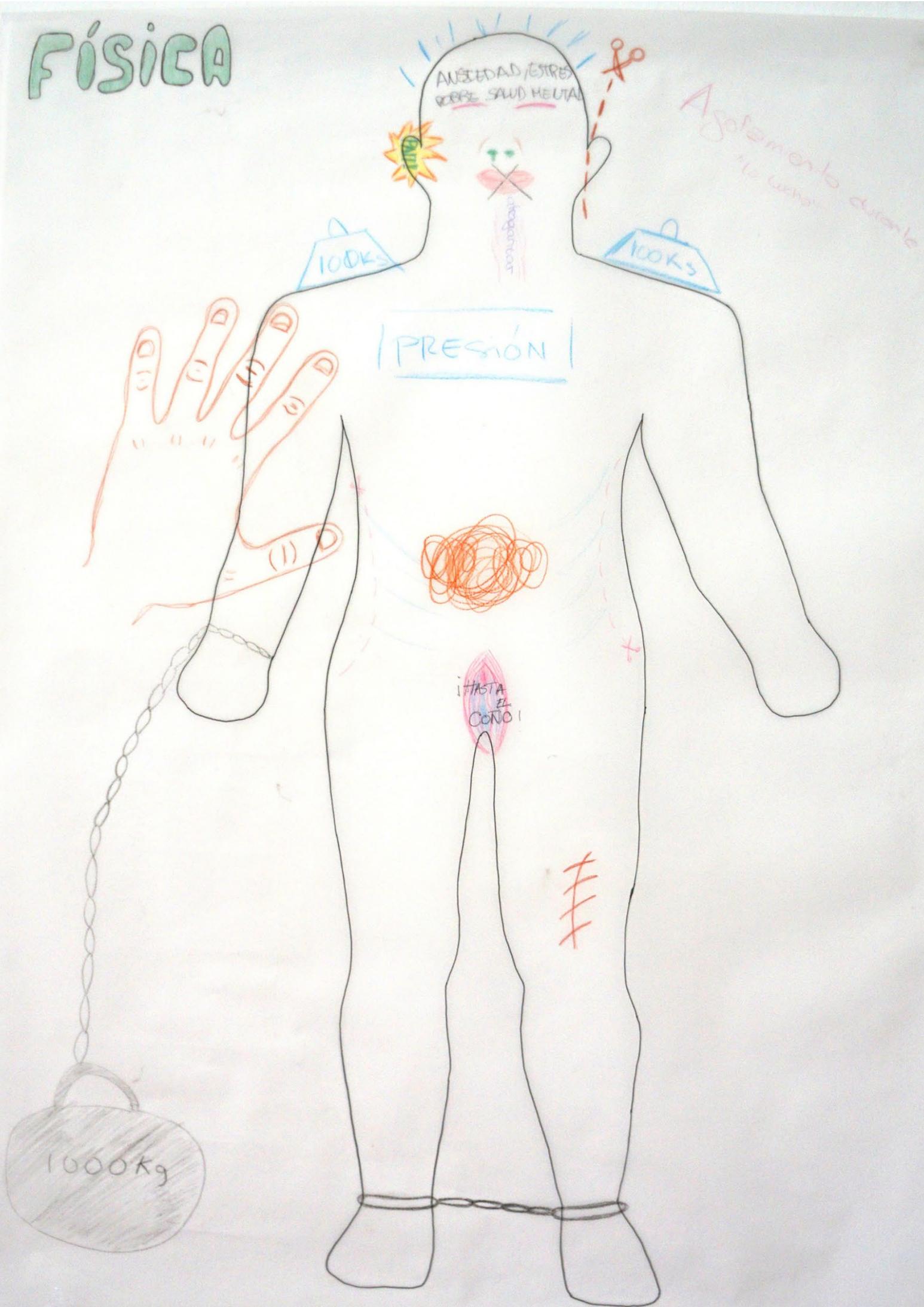
En relación con la dimensión mental, se puede observar cómo se han plasmado aquellos aspectos más racionales de los discursos de odio y cómo estos provocan una sensación de confusión en nuestra mente, simbolizado en la silueta con una nube en la cabeza.

También se simboliza esa lucha constante interna entre lo que sabemos que es real y lo que no de dichos discursos (representado con un ángel y un demonio en los hombros de la silueta). Asimismo, están plasmadas algunas de las sensaciones que se repiten de forma continuada en relación con los discursos de odio, como son: rabia, agotamiento y frustración. Estos mensajes provocan sensaciones de desmotivación y apatía (representada con un nudo en el corazón), provocando esa duda en las personas de “¿no puedo?, ¿no puedo hacer nada para cambiar esta situación?”. De esta forma es como el odio merma el afán de luchar contra estos discursos, provocando que no se actúe o se alce la voz contra ellos (representado con una cruz en la boca).

Siguiendo un poco esta línea, se puede observar en el agua y el dibujo de los huesos, cómo el odio cala hasta en los huesos a las personas y proporciona esa visión de que te ahogan y no puedes salir a flote.

Por último, a través de una estrella en el bíceps se simboliza esa necesidad de sacar fuerza para poder contrarrestar esos pensamientos y discursos que se implantan en las personas, dando esa visión de esperanza y de que, a pesar de la dificultad, no es imposible acabar con estos falsos discursos que oscurecen la sociedad. Además, se ha representado un pequeño manual en el que pone “trabajo personal para cambiar las cosas”, que hace referencia a que el primer paso para luchar contra los discursos de odio es trabajar lo personal.

FÍSICA



En lo relativo a la dimensión física, el odio conlleva una coerción de libertades y, por lo tanto, de movimiento, por lo que se ha plasmado a través de unos grilletes en los tobillos como símbolo de no poder avanzar. A su vez, no solo el odio impide progresar, sino que supone una lacra que como sociedad todos y todas arrastramos, viéndolo mediante una cadena sujeta a una pesa de mil kilos en una de las muñecas.

Asimismo, el odio podría humanizarse como una gran mano gigante que se impone delante de nosotras y, actuando como la pesa y los grilletes, impide avanzar.

En relación con las sensaciones físicas que nos provocan los discursos de odio sobre los que hablamos, muchas veces nos vemos ante situaciones que, bien por impotencia o bien por miedo, nos provocan un nudo en el estómago y en la garganta: nos impiden hablar, comer; nos provocan malestar, ansiedad y estrés, plasmado en la cabeza; nos impide respirar (por ello la representación de la presión en el pecho).

Por otra parte, la representación máxima de los discursos de odio supone agresiones físicas que, para la mayoría de la población, son altamente visibles y reconocibles. Sin embargo, no es necesario un golpe para que exista una herida, llenándonos de cicatrices invisibles a los ojos con el paso de los años, tales como la cicatriz en la pierna izquierda.

Por último, ser testigo constante de estos discursos nos hacen estar “Hasta el coño” de la situación, representándolo así en el cuerpo. Llega un momento que, tras aguantar tanto odio, se llega a un punto de “no querer volver a escuchar ciertas cosas, porque se sienten como un puñetazo en la oreja”. Esto se ve reflejado en ambas orejas, donde en la izquierda hay una tijera haciendo el recorrido de cortarla para no escuchar más comentarios y, en la derecha, el impacto que tendrían estos, hiriéndonos. Sin embargo, y aunque no se refleje en la cartografía ya que se debe a una reflexión posterior entre todas, taparse los oídos no es la solución. Debemos escuchar estos discursos, ver qué los motivan y, con ello, intelectualizarlos y rebatirlos incansablemente.