

La Cultura de Una Joven Palenquera Pervive en su Mente y Corazón

Adíela Beatriz Villarreal Cortes y Angélica Julieth Vargas Huérfano

Facultad de Ciencias Humanas y Sociales
Corporación Universitaria Minuto de Dios Sede Virtual y a Distancia

Documento resultado de trabajo de grado
Para optar por el título de PSICÓLOGO.

Director: Daniel A. Velásquez-Mantilla

Doctorando en Investigación Transdisciplinar en Educación
Magíster en Intervención social

Agosto 01 del 2020

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS SEDE VIRTUAL Y A DISTANCIA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA BOGOTÁ UVD

La Cultura de Una Joven Palenquera Pervive en su Mente y Corazón

Sub-línea de investigación: PSICOLOGÍA Y DESARROLLO HUMANO

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS SEDE VIRTUAL Y A DISTANCIA

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

PROGRAMA DE PSICOLOGÍA BOGOTÁ UVD

COLOMBIA

2020

Contenido

Resumen	5
Introducción.....	8
Planteamiento del problema.....	10
Pregunta problema.....	13
Justificación.....	14
Objetivos.....	17
Objetivo general.....	17
Objetivos específicos.....	17
Referentes teóricos y apuestas conceptuales del trabajo.	18
La Psicología y los estudios decoloniales	19
Interculturalidad.....	20
Colonización-Descolonización.....	21
Palenque.....	22
Contexto histórico: palenque, un pedazo de África en Colombia y la experiencia de una joven palenquera en Bogotá.	24
Metodología (autobiografía: reviviendo la historia y reconstruyendo pensamientos)	26
Instrumentos de investigación	27
Resultados.....	29
Mi niñez, año 1995	29
Mi adolescencia, año 2010.....	32
Mi adultez, año 2020	35
Rutas y letras: miradas otras al palenque tumaqueño.	40
Tumaco, tierra de sabores, sabor a libertad.....	40
La cocina tradicional: historia e identidad.....	42
El achiote	50
Tumaco, sonidos de libertad	51
El Carnaval del Fuego prende la alegría en Tumaco	54
Discusión	59
Conclusiones.....	63
Recomendaciones	65
Glosario.....	66
Referencias	68

Tabla de figuras

Figure 1. Familia Villareal: conformada por 14 hermanos, yo soy la última. Fotografía del álbum familiar tomada en el Morro, playa principal de Tumaco. Paseo familiar un fin de semana.	29
Figure 2 Rio Caunapí, fotografía personal	31
Figure 3 Momentos divertidos en el Rio Caunapí, fotografía personal.....	32
Figure 4. Tradicional trenzas africanas, blancos y negros quieren trenzarse así. Actualmente genero ingresos extras haciendo trenzas, es una forma de ganar dinero para pagar mi sustento.	35
Figure 5. Pusandao. Tradicional de la comida tumaqueña.	41
Figure 6. Encocado de pescado. Preparación personal.....	43
Figure 7. Tapao de cabezas de tilapia. Preparación personal.....	44
Figure 8. Emplatado del tapao	45
Figure 9. Chillangua. Cilantro silvestre	46
Figure 10. Plantaciones de cacao en la Espriella, Tumaco.....	47
Figure 11. Exposición semana de la cultura en Tumaco. Muestra el proceso del cacao para la comercialización.....	48
Figure 12. Plantaciones de plátano, Espriella, Tumaco.....	49
Figure 13. Plantaciones de popocho.	50
Figure 14. Achiote: pigmento natural de color rojo para sazonar comidas. (Organización Achiote, 2020).....	51
Figure 15.. Baile del currulao. Experiencia personal en festival del currulao 2018.	52
Figure 16 Vestuario típico baile del currulao. Fotografía personal	53
Figure 17. Carnaval del fuego, febrero de 2019, Tumaco, Nariño.....	55
Figure 18 Vestuario tradicional bailes típicos, festival del fuego, Tumaco, Nariño año 2019.....	56
Figure 19. Preparándonos para bailar Mapalé. ciudad de Bogotá, exposición semana de la Cultura Instituto Técnico, estudiante del programa de logística, año 2014.	57

Resumen

Este trabajo como opción de grado Para optar por el título de PSICÓLOGO, está enfocado en la vida de una joven tumaqueña palenquera radicada en la ciudad de Bogotá, estudiante de 10 semestre de psicología en la Corporación Universitaria Minuto de Dios , Virtual y a Distancia, , encontrara en este trabajo todas las vivencias de una mujer de raza negra proveniente de Tumaco Nariño al sur del país colombiano, una zona totalmente olvidada por el gobierno, azotada por el narcotráfico y pandillas al margen de la ley, pero por otro lado un municipio rico en paisajes, flora, pesca, rico en costumbres africanas provenientes de antepasados esclavizados, un municipio que por décadas ha luchado por una igualdad social, luchan por mitigar o erradicar el racismo y los tabúes frente a esta raza de gente afro descendiente.

Este trabajo basado en varias entrevistas y charlas cotidianas nos coloca al tanto de cómo vive una mujer tumaqueña palenquera en la ciudad de Bogotá, lejos de su pueblo natal y costumbres, cómo hace para afrontar el día a día con comentarios racistas y discriminatorios.

Esta joven no ha olvidado su cultura, aunque lleva aproximadamente diez años en la ciudad, aclaramos que existen personas que salen de su tierra natal y se olvidan de sus orígenes, de donde vienen y sobre todo de su cultura.

En cada capítulo que lea se podrá ver cómo cambian los planes y pensamientos de una persona cuando decide tomar un nuevo rumbo, un nuevo camino sin saber si puede cumplir sus objetivos saliendo de su zona de confort para luchar por tener algo que la identifique, que la apasione, pero sobre todo sin olvidar todo lo enseñado por sus abuelos, padres y amigos como son: la comidas típicas, la ganadería, la finca y la educación, esta joven palenquera de origen afro en cada palabra escrita en este proyecto quiere demostrar que ser negra no es un motivo para recibir rechazo, porque eso y mucho más fue lo que ha recibido en una ciudad como Bogotá, por lo contrario, que todos los seres humanos somos iguales no nos

diferencia sino cada forma de pensar. Ni siquiera el color de piel, ya que somos seres humanos.

Para la comunidad palenquera y yo en representación de ella, es un orgullo llevar mis orígenes en la sangre, mi cultura, mis tradiciones y todo cuanto represente el África, será siempre una oportunidad para que el mundo observe que la diferencia es solo un color, porque todos independientemente de nuestro origen, tenemos diversidad.

Una vida con valores, formas de expresar ideas, maneras diferentes de cocinar y convivir con la sociedad o nuestro núcleo familiar, las características que poseemos de generación en generación es decir que podemos contribuir a fortalecer todas las costumbres de nuestros antepasados, y no olvidar la parte de la historia en donde la sociedad luchó por una libertad y es ejemplo cada día para continuar de manera justa una igualdad de oportunidades, basadas en nuestros conocimientos y planes futuros y no por el color de piel, estatus social, ubicación geográfica, o simplemente por las condiciones económicas impuestas por la sociedad.

Es por ello que este trabajo relata anécdotas y momentos vividos; nos abre las puertas para una mejor perspectiva de esta joven palenquera y como de manera inconsciente la sociedad aporta de manera negativa racismo y discriminación y superar estos obstáculos de una manera ejemplar aportando a la sociedad conocimiento de su vida familiar, su núcleo social, todas las costumbres que la cobijan de una raza africana, nos invita a conocer su gastronomía, sus ingredientes, los paisajes de su tierra, sus experiencias vividas en la infancia en casa de su abuela y junto con sus hermanos, como vivieron una infancia de alegría en medio de una guerra silenciosa en este municipio.

Esperamos que este trabajo ayude abrir la perspectiva de cómo es la vida en Tumaco y todos los aportes que generan a este país de una manera intercultural a través de una vida real, pero sencilla.

Palabras Clave: Interculturalidad, decolonialidad, autobiografía, cultura palenquera,

Introducción

A continuación, no solo queremos describir a una joven palenquera cuya cultura pervive en la ciudad de Bogotá, sino a todos los palenqueros afrocolombianos y a las personas que por un motivo han dejado su tierra natal, su cultura y su tradición. Aquí se sentirán identificados si luchan día a día por un pasado que se niegan a olvidar, por una cultura que pervive en su sangre, mente y corazón.

Colombia ha afrontado cambios a partir de la llegada de los españoles, sometiendo el pueblo indígena a entregar el oro, posesiones, tierras, maltratos físicos y psicológicos, desde entonces surge la compra y venta de personas como mano de obra no solo gente de origen propio, si no la trayectoria como se llamó el triángulo negro exportación de seres humanos del África a la nueva América, personas esclavizados por su color de piel negra, un proceso de racialización, “sistema social racializado” (Bonilla, 1997, p. 469). El proceso de racialización es un proceso de construcción de relaciones dominantes, a través de la determinación de diferencias humanas culturales y fenotípicas y de las relaciones sociales. (Hellebrandová, 2014)

Todos formamos parte de alguna categoría racial o étnica por la que el resto nos identifica: blancos, negros, asiáticos, gitanos... Una persona racializada es alguien que recibe un trato favorable o discriminatorio en base a la categoría racial que la sociedad asigna.

Es por esto en que este trabajo vamos a proceder a una investigación profunda frente a las vivencias de una mujer tumaqueña palenquera con raíces del África, los antepasados de esta mujer enfrentaron duras luchas para convertir su libertad en un acontecimiento histórico, frente al país en una sociedad con desigualdad, las vivencias las transcribimos por medio de varias entrevistas, para conocer sus costumbres tanto en el municipio de Tumaco como en la ciudad de Bogotá donde se radicó; enfrentado en varias ocasiones palabras racistas, siendo juzgada por su tono de piel.

En este proceso intercultural transmitiremos todos los conocimientos de la cultura palenquera. A través de la socialización y la exploración conjunta, guiadas por la experticia y conocimiento del docente asignado para orientar el desarrollo de esta opción de grado.

Abordamos experiencias vividas en la niñez y adolescencia en un pueblo olvidado por el gobierno, azotados por el narcotráfico; sometido a grupos al margen de la ley, un pueblo desigual, que motivó la salida a la capital del país, en busca de superación y siendo adulta, enfrentado retos personales, sociales, típicos de una ciudad como Bogotá. Entornos diferentes, la educación, el clima, las costumbres, la gastronomía y en general una cultura diversa y excluyente, pero a pesar de todo, lograr mis objetivos y mantener mis raíces y mi cultura afro.

Planteamiento del problema

La presente investigación, responde a una motivación personal, cuya finalidad propone conocer el interior de las emociones, vivencias y experiencias de una joven palenquera, nativa de Tumaco, Nariño, cuya identidad cultural, pervive a pesar de la influencia citadina en una ciudad como Bogotá. Enfrentada a temores, rechazo y discriminación, no obstante con un propósito de vida claro, contribuir de alguna manera a fortalecer y empoderar la identidad negra palenquera, reivindicando un pasado doloroso y perturbador y que hoy por hoy aún hay vestigios de esclavitud; disminución y anulación de los derechos humanos, es decir, humanos categorizados, ordenados y seleccionados cualitativamente; sometidos a la minoría y expuestos de manera generosa en una población vulnerable sistemáticamente. Entonces, cómo no, pretender a través de mi interpretación, evocando memorias históricas, narradas a lo largo de este proyecto, que, aunque no están escritas en ningún libro de historia, de autoayuda personal o de psicología, ayudaría a la construcción de la identidad afro palenquera.

Y este es como el mandamiento uno que me impulsa, desde mi profesión, a contribuir con mi historia, el cambio desde adentro de nuestro ser.

La pérdida de la identidad cultural; envía a los pueblos a un olvido sentenciado, porque sus habitantes pierden el sentido de pertenencia y dejan de sentir suyo, algo que inclusive va en la sangre. La supervivencia de un pueblo, es consecuencia de actos humanos que ayuden a mantener vivo su esencia y que le recuerde siempre por qué existen, apropiarse de una cultura garantiza que perdure por generaciones y no pase jamás.

La interculturalidad es necesaria para entender a los otros así como queremos que nos entiendan nuestros pueblos, el respeto por su tradición así como la aceptación de las nuestras, pero cada uno de nosotros, debemos fortalecer y enriquecer nuestra vida sin olvidar

nuestra esencia, no olvidar el origen y la historia de nuestro pueblo, porque eso es lo que nos identifica como únicos en medio de muchos. (Walsh, 2005)

Este trabajo, pretende darle sentido a nuestra existencia a pesar de los pronósticos negativos racistas que pretenden eliminarnos por minoría, cada persona, es una historia de vida que contar y cada historia es la vivencia de alguien más, entonces creo firmemente que mi historia personal, puede inspirar a otros y a mí, a encontrarse con un pasado y reivindicar su presente, con orgullo y el mismo ímpetu de lucha que tuvieron nuestros ancestros africanos, pero ahora más civilizados y más conscientes del valor de la vida y demostrarnos a nosotros mismos y al mundo entero, que el negro es un color, eso y nada más, que el verdadero súper humano, está debajo de la piel.

Motivo entonces a todos los que puedan leer esta investigación autobiográfica a decolorar el prejuicio y unir fuerzas para hacer de la raza humana, un arcoíris de experiencias que forjan un futuro seguro para las próximas generaciones y que la historia ya contada, no se repita, sino que se corrija.

La interculturalidad, busca desarrollar una interrelación equitativa, entre pueblos, personas, conocimientos y prácticas culturalmente diferentes; una interacción que parte del conflicto, inherentes en las asimetrías sociales, económicas, políticas y del poder. Para Walsh (2005) no se trata simplemente de reconocer, descubrir o tolerar al otro o a la diferencia en sí, “se trata de impulsar activamente procesos de intercambio que permitan construir espacios de encuentro entre seres y saberes, sentidos y prácticas distintas”.

Según Maritza Montero (2004) psicóloga y especialista en estudios comunitarios, afirma que el fortalecimiento comunitario, permitirá desarrollar en forma conjunta capacidades, habilidades y recursos para la transformación o cambio social. Se deben desarrollar acciones liberadoras que permitan superar situaciones o condiciones de vida marcadas por la

desigualdad, opresión, sumisión y explotación, en la medida que las personas logren el bienestar personal deseado y se sientan felices o a gusto con lo que son, generan bienestar a la comunidad, permitiendo así caminos transformadores a una sociedad equitativa, sensible y sobre todo igualitaria.

Situaciones como el racismo, la discriminación, la pérdida de identidad por falta de oportunidades en la ciudad natal, hacen del individuo una persona insatisfecha; que no está a gusto con su vida y claro está, la comunidad y la sociedad en general, es el reflejo de lo que somos cada uno individualmente, si somos mejores, el entorno mejorará y por ende la comunidad estará fortalecida. (Montero, 2004, párr.1)

Y es aquí donde cobra importancia mi interés en ayudar a otros a sentirse mejor consigo mismos, a que aunque la realidad es incierta, los sueños siguen hasta hacerse realidad, narrar algunos momentos de mi vida a través de esta autobiografía, permite a otros seguir insistiendo hasta alcanzar una meta o un objetivo y que no por ser negro, no seremos mejores personas, sino que por el contrario, mostrar coraje ante la adversidad, mostrar que la lucha histórica por darnos un lugar en el mundo, no es en vano y que una condición impuesta por la misma raza humana, no volverá a someternos y en la medida que yo como individuo me siento segura de lo que soy y lo que puedo ofrecer al mundo, empezaré por hacer de mi comunidad un lugar seguro para mí y para los míos.

Las pequeñas acciones; una tras otra, pueden generar grandes cambios, pero el cambio es desde adentro, así que empiezo por mí, manifestando que, aunque me ha tocado adaptarme a entornos diferentes al acostumbrado, tal vez un poco hostil e insensible, con rutinas automáticas de supervivencia, como lo exige la sociedad bogotana; no dejaré de ser quien decido ser, mi cultura afro es orgullo, está en mi sangre y me siento bien con mi color de piel y todo cuanto signifíco.

Pregunta problema

¿Cómo pervive la identidad de una joven palenquera en la ciudad de Bogotá?

Justificación

El presente trabajo, propone investigar el impacto en la identidad cultural de una joven palenquera en la ciudad de Bogotá, cómo se preserva y se fortalece su referente cultural de origen africano, en una ciudad como Bogotá, el legado africano arraigado a través del tiempo, historias de pueblos negros en especial el pueblo de palenque en Tumaco, Nariño. Este proyecto pretende interiorizar la historia y la vivencia de los palanqueros, que, aunque está escrito y se proclama a voces, hoy en día son víctimas de discriminación.

Más que la supervivencia y más allá de la lucha diaria por cumplir sueños, en general el ser humano, está sometido a la sombra de las mayorías, está sumergido en un perturbador juego manipulador de emociones y de necesidades.

“(…) las realidades económicas, las desigualdades, la enorme diferencia de los modos de vida” (Fanon, 1961, p. 2) es decir, los dos extremos la clase social blanca y la clase negra. La historia nos ha contado cómo el mundo de los humanos avanza rápido y sorprendentemente, preocupándonos más por avanzar tecnológicamente que humanamente, dejando atrás el interés por el bienestar del otro a no ser que represente la fuerza de la mayoría y esté categorizado dentro de los estándares que el mismo humano ha dispuesto para merecer un acto de amor y de apoyo incondicional.

Si estás dentro de estos estándares, aprobarás ser aceptado y obtendrás todos los beneficios que un humano puede conceder a otro humano. Es decir, estás donde tienes que estar, sin embargo, la cosa cambia cuando no aprobaste la lista de chequeo que te incluye en una categoría para vivir en sociedad con derechos fundamentales e inclusive para merecer la vida misma. Muchas veces, ser minoría, implica no tener un trato digno, un trato igualitario, inclusive vivir como los demás viven. Te debes hacer a un lado para que pasen aquellos que tienen el pasaporte de piel blanca, paso sin restricción y con derecho a todo. Así es,

lamentable, aquellos que pertenecemos a la minoría, como es el caso de una joven palanquera, radicada en la ciudad de Bogotá, cuya representación cultural y experiencia de vida, ha sido un desafío por no morir en el intento de lograr la inclusión en una sociedad discriminatoria.

Si bien es cierto que Colombia, aprobó el 30 de noviembre de 2011, la Ley antidiscriminatoria 1482, asumiendo que las leyes se hacen para dar cumplimiento, la realidad es otra, parece como si hubiera un desconocimiento general de dicha ley entre la población, ya que cada día son más reincidentes los actos discriminatorios y racistas a los que en especial la comunidad afrocolombiana se enfrenta. Parece que, dentro de los humanos, hay dos especies diferentes de humanos; los humanos piel blanca y los humanos piel negra, otros logran pasar desapercibidos porque no son tan negros y estos en un acto de bondad por así decirlo, los humanos blancos, permiten que interactúen con ellos de manera más cercana, pues su piel morena no merece del todo el rechazo total, si eres moreno, mereces algunos beneficios, uno de ellos, mezclarte con los piel blanca y meritorio gesto de piedad, ser aceptado.(Ley 1482, 2011)

Para la comunidad palenquera y yo en representación de ella, es un orgullo llevar mis orígenes en la sangre, mi cultura, mis tradiciones y todo cuanto represente el África, será siempre una oportunidad para que el mundo observe que la diferencia es solo un color, porque todos independientemente de nuestro origen, tenemos diversidad. Suprimir la barrera que se opone a la igualdad, representa un reto a nivel personal, ya que a pesar de los gobiernos insistir en la inclusión de las minorías, es desalentador ver cómo el mismo gobierno aprueba la ley pero si ésta no es cumplida, no hay sanción alguna que castigue o juzgue a quien no la cumple, de cierta manera también es racista el Gobierno y eso de las leyes que favorecen las comunidades negras, es solo un papelón para aparentar un apoyo falso y el plan nefasto de clasificar a la población como parte de las “prioridades” del Gobierno.

En el artículo 1, de la Ley 70 del año 1993, las comunidades palenqueras son reconocidas, desde entonces se realizan procesos de visibilización comunitaria, que nos permiten mejorar nuestra calidad de vida, obtener oportunidades de estudio y mejores condiciones laborales ya que el ser negro, es visto como inferioridad y donde cada vez somos menos de nosotros mismos, las nuevas tendencias y la falta de apropiación de nuestras raíces y sentido de pertenencia, están provocando una pérdida en la identidad cultural. (Ley 70, 1993)

En cuanto a gastronomía, también se ve un proceso de desplazamiento ya que aunque he sido criada con los sabores del pacífico, una ciudad como Bogotá, ofrece una amplia variedad de platos nacionales; comidas rápidas, alimentos procesados, platos dietéticos y diversas marcas multinacionales se han apropiado de la cocina, cambiando las costumbres en la alimentación de nuestra población y pérdida de ingredientes como el achiote, la “chocolata”, la chillangua, entre otros, que cuando tengo la oportunidad de probarlos, me transportan en un viaje nostálgico a mi niñez, con mis abuelos, contando historias mientras cocinaba en una hornilla de leña.

Es cierto que somos una sociedad de constantes cambios, pero la indiscriminada forma de explotación de los recursos, aun del recurso humano, desdibuja nuestro legado y todo cuanto sentimos. Los retos que ofrece el presente y el futuro, son la comprensión de la riqueza de nuestra diversidad y de saber afrontar nuestras diferencias, incompreensión e intolerancia que viene desde el sistema colonial, es por eso, que, en esa búsqueda de mejores oportunidades, no solo yo decidí iniciar un viaje a lo desconocido, somos muchos los que hoy intentamos pervivir con nuestra cultura en una ciudad como Bogotá. (Hernández, 2014)

Objetivos

Objetivo general

Comprender las vivencias de una joven palenquera tumaqueña en la ciudad de Bogotá desde su perspectiva cultural.

Objetivos específicos

- Reconstruir las memorias sobre costumbres, identidad de cultura de una joven palenquera en Bogotá
- Obtener una perspectiva de vivencia sobre una joven palenquera de Tumaco en la ciudad de Bogotá.
- Analizar los acontecimientos y trayectoria sobre la vida de una joven palenquera en Bogotá

Referentes Teóricos y Apuestas Conceptuales del Trabajo.

Para realizar este proyecto de autobiografía en dónde, se desea ver un mundo de tradiciones, anécdotas y pasajes a través de la herencia familiar de una joven palenquera tumaqueña y sus antepasados africanos en una era de esclavitud luchando por libertad, en una tierra desconocida y posteriormente acogida como hogar, hemos tomado como referencia los aportes de grandes autores que se han preocupado por enseñar a través de sus teorías, la posibilidad de un cambio de paradigma respecto a la comunidad afrodescendiente y todas las consecuencias que ha generado el rechazo.

A lo largo de esta investigación autobiográfica tendremos la posibilidad de analizar opiniones de Frantz Fanon (1961), Catherine Walsh (2005) y Maritza Montero (2004). Martin Baro (2006).

Estos autores nos aportan conocimiento en cómo se crea la interculturalidad en una ciudad como Bogotá en donde acoge a diario a personas de los demás departamentos y grupos étnicos, así como también podemos identificar las marcas de la esclavitud y los estereotipos creados y no olvidados frente a las personas que tienen un tono de piel oscura.

La Psicología y los Estudios Decoloniales

Todo acontecimiento lleva consigo una afectación psicológica de manera positiva o negativa la resolución 4030 de la ONU nos aclara que “víctimas son las personas que individual o colectivamente han sufrido daños, lesiones física o mentales, sufrimiento emocional” (Hernández, 2011, p. 24)

Como efecto de barbarie, una esclavitud sin valores de por medio, para todas las familias africanas, rotas, desintegradas, explotadas, mujeres violadas niños muertos en tierras lejanas, traumas físicos y mentales, en palabras no se nota la trascendencia de un terrible acto deshumanizado, incomprendido en la época que vivimos en la actualidad.

Tal proceso a través de una colonización por europeos a tierras latinas, creyentes de una autoridad y supremacía por portar un color de piel blanca, por tener un discurso opresor, construyendo identidades de poder, político, social, económico, el negro arrancado de su tierra e implantado a la fuerza al nuevo mundo mantuvo a pesar de todo, restos de sus valores humanos y de memorias que contra todo obstáculo fecundaron en el nuevo suelo, lo mantuvo por debajo de la piel y eso desembocó en una toma de conciencia de considerarse diferente, pero ser solidario con otros que comparten estas vivencias. (Fanon, 1961)

Es una liberación que no se da del todo en pleno siglo XXI, se continúa con el racismo, la indiferencia y desigualdad y por ello seguimos gobernados por personas de la supremacía, con discursos arreglados en donde brindan oportunidades vacías promesas falsas una descolonización aún no concluida.

Si damos un vistazo de los aportes a una sociedad maltratada, el aporte de la psicología al pueblo nos remitimos a Martin Baro “hay que reconocer que el aporte de la psicología como ciencia y praxis al pueblo es extremadamente pobre” (Baro, 2006, p.12), es decir, que a pesar de tratar de hacer aportes significativos, en ocasiones no se aterriza ni se aplica de la forma psicológica para la cual hemos estudiado, y deseamos ejercer una profesión en pro de la comunidad que realmente lo necesita y no solo al pensar en la psicología social, comunitaria, clínica si no desde la psicología como tal, y poder brindar soluciones respuestas a los problemas de nuestro pueblo, como se ha evaluado la situación de Tumaco y el abandono del gobierno y discriminados al portar su piel negra, es por ello que a través de testimonios y relatos sobre las vivencias de esta mujer tumaqueña palenquera.

Por ende, nosotras como futuras psicólogas por medio de este trabajo como opción de grado, realizar una investigación, sobre las costumbres de mi pueblo natal, de mi familia como parte de una comunidad palenquera, de la raíz africana que llevo en mi piel negra, cabello rebelde y todas las situaciones positivas y negativas de mi vida en la ciudad de Bogotá, así como lo refiere Maritza Montero (2004) “poder transformar”.

Interculturalidad

Al hablar de interculturalidad nos referimos con Catherine Walsh (2005) profesora y directora del doctorado en estudios culturales de la universidad andina Simón Bolívar sede Ecuador.

Walsh (2005) nos orienta frente al conjunto que encierra la interculturalidad, es decir cómo podemos alcanzar a promover las relaciones entre varias personas pertenecientes a diferentes grupos étnicos, culturales y por los tonos de piel sin crear un tema racismo y de poder sobre los demás es por ello que “ las diferencias y capaces de trabajar conjuntamente en el desarrollo del país y en la construcción de una sociedad justa, equitativa, igualitaria y plural” (Walsh, 2009, p. 21)

Relacional

“Es algo que siempre ha existido en América Latina porque siempre ha existido el contacto y la relación entre los pueblos indígenas y afro descendientes” (Walsh, 2009, p. 21) es decir la manera más básica de contacto entre los pueblos, o zonas habitadas la interacción de las culturas, lenguas, creencias, costumbres saberes, y por ende se generan el mestizaje una transculturación a nivel mundial.

Funcional

“ El reconocimiento y el respeto a la diversidad cultural se convierten en una nueva estrategia de dominación” (Walsh, 2010, p. 21) reconocen las diferencias culturales y generan una inclusión, es decir en el momento que se abolió la esclavitud en Colombia se incluyeron las culturas explotadas para conformar una sociedad justa e igualitaria, pero no del todo ya que se recae en limitar y verlos como métodos de una nueva economía, en lo invisible se continúa con el racismo y desigualdades tanto económicas como sociales y básicas.

Crítica

“Del problema estructural-colonial-racial.” (Walsh, 2010, p. 21) de la manera en que Walsh nos redacta esta última perspectiva, es la indicada una jerarquía establecida en donde siguen las personas blancas o blanqueadas en la cima y las personas indígenas y afro descendientes en el último escalón es decir en seguimos enfrente una desigualdad visible.

Colonización-Descolonización

Al pensar en colonización Fanon de origen martiniqués, psiquiatra, filósofo, escritor un revolucionario en los años de 1960 y 1970 su obra los condenados de la tierra nos identifica un proceso donde la sociedad se parte en dos fronteras, es decir al colonizado lo limitan a sobrevivir en su tierra o explotarlo en tierras ajenas, limitan las condiciones médicas sociales y educativas, (Fanon, 1961)

Dos estatus de vida diferentes y una misma tierra, es por ello que la colonizada lucha por una igualdad, y al decir lucha es desde su interior, en su día a día añorando un cambio, una oportunidad de crecer, una lucha por ser aceptado por su tono de piel o identidad étnica.

Los antepasados de esta joven tumaqueña palenquera son actores de una descolonización trascendental, abolir las cadenas de la esclavitud en tierras extranjeras son la lucha viva de un proceso que por años han deseado demostrar, una raza negra luchadora incansable por sus derechos de una vida digna e igualitaria, una descolonización vigente.

Cómo Fanon (1961) lo explica en su libro es un proceso y un proceso largo y violento, al abolir la esclavitud en Colombia se ha trabajado en cambiar pensamientos, tabúes y leyes que limitan a las personas que portan su color de piel negra, un pensamiento racista en dónde se vulneran los derechos y oportunidades, como lo vemos es este trabajo el día a día de una joven palenquera tumaqueña en la ciudad de Bogotá.

Palenque

Es un proceso leal a su vida es la vida de decenas de afro descendientes que lucharon por abolir la esclavitud es por ello que a través de los años de malos trato y trabajos forzados, mujeres violadas, buscan refugio en palenques, en zonas de difícil acceso y estratégicos para tener una resistencia a la esclavitud de los blancos, a partir de estos palenques de refugio se reagrupan las diferentes culturas extraídas de África, crean un nuevo lenguaje que lleva consigo también la lengua palenquera un dialecto netamente criollo las cuales combinan el léxico español y características bantúes del África.

Estas comunidades se agrupan después de abolir la esclavitud en la zona de San Basilio de Palenque departamento de Bolívar donde se conserva la lengua, y costumbres intactas del palenquero primer pueblo de Colombia y América Latina en ser libre de esclavitud (Mininterior, 2014)

Estos palenques se acentúan sobre la costa de pacífico sur de Colombia siendo Tumaco, Nariño la segunda parte más poblada por el afro descendiente luego de san Basilio de palenque, la comunidad tumaqueña se identifican como palanqueros.

Todos queremos imitar a Europa, el mundo toma de ejemplo el desarrollo, pero lo que pocos recuerdan es que su avance ha sido en gran parte, por el beneficio obtenido de la esclavitud, mano de obra gratuita y de poca inversión, sostienen hoy por hoy a la gran Europa, baños de sangre y sacrificio lavan la memoria de todos. Franz Fanon (1961), en su libro *Los Condenados de la Tierra*, nos invita cordialmente a reiniciar nuestro pensamiento para que la humanidad avance, a ser mejores sin cambiar nuestra esencia. Somos negros, eso nadie lo cambiará, pero hay algo que todos sin importar el color jamás dejaremos de serlo, humanos, y mientras eso no cambie debemos alcanzar lo merecido, un mundo menos enfermo y más activo.

“Pero si queremos que la humanidad avance con audacia, si queremos elevarla a un nivel distinto del que le ha impuesto Europa, entonces hay que inventar, hay que descubrir”. “Por Europa, por nosotros mismos y por la humanidad, compañeros, hay que cambiar de piel, desarrollar un pensamiento nuevo, crear un nuevo hombre”. (Fanon, 1961, pp. 100-101)

Fanon nos invita a través de estas palabras, a liberarnos, a no fijarnos solo en la prosperidad de Europa como continente desarrollado, ya que su filosofía fue dominante no liberadora, recordemos que los europeos sometieron a América y la esclavitud fue idea de ellos, entonces hoy día vemos por supuesto un desarrollo económico y social bastante avanzado, pero no dejan de pretender dominar a quien lo permita, entonces estamos llamados a independizar nuestras acciones, a la autodeterminación, a no imitar sino a desarrollar autonomía, los americanos estamos llamados a sacudirnos y actuar por nuestro propia creatividad, no más cadenas. Si seguimos imitando a Europa, seremos entonces una especie de colonizados modernos por así decirlo.

Es decir que podemos a través de la historia de la esclavitud, el racismo y la discriminación que se ha mantenido por décadas, no olvidar la lucha constante de cada persona juzgada y sobre ella no continuar con el legado de racismo si no mirar una manera más sana para una humanidad agobiada por el maltrato y la guerra, una perspectiva de superación, una manera de cambiar pensamientos negativos, fortalecer las relaciones de una sociedad, realmente implementar una igualdad de pensamientos y creencias, valorar al ser humano por su capacidad intelectual, su etnia, raza, y lengua, trabajar en conjunto para crear mejores oportunidades tanto educativas como económicas.

Para el pueblo de Tumaco Nariño en donde añoran mejores oportunidades, luchan día a día por ser tenidos en cuenta no en una guerra injusta sino en una sociedad llena de oportunidades, demostrar las capacidades intelectuales, trabajar y contribuir a mejorar su municipio, fortalecer su cultura, un cambio que inicia desde cada casa.

Contexto Histórico: Palenque, un Pedazo de África en Colombia y la Experiencia de una Joven Palenquera en Bogotá.

La identidad palenquera tiene un referente importante construido por los ancestros africanos, quienes a partir de la esclavitud a la que fueron sometidos por parte de los europeos, aun así conservan costumbres, religiones y manifestaciones culturales que hoy en día se mantienen, ya no tanto como un estilo de vida en las grandes ciudades, pero si se hace un homenaje a ello, algunas ciudades importantes dado su acceso al mar, representan hoy la vía de acceso que permitió a esta cultura africana, penetrar en nuestro territorio y la mezcla de raíces, costumbres y culturas son evidentes a través del tiempo. Cartagena de Indias, la costa pacífica, representó esa vía de acceso y la cultura palenquera está presente. (Hernández , 2014)

Al indagar a los tumaqueños migrantes visualizan mejores oportunidades laborales en la capital del país, donde las oportunidades laborales son limitadas en algunas áreas, cabe mencionar que las mujeres afros son apetecidas para labores de cocina y empleadas domésticas pero sin igualdad de condiciones salariales, prestaciones sociales expuestas a explotación laboral y psicológico en algunos casos y si bien los caballeros obtienen trabajos informales como venta de comestibles en la calle o ayudantes de construcción de igual manera con salarios precarios, sin prestaciones sociales y ninguna base de conocimiento por tales consecuencias los niños y jóvenes se ven afectados y obligados a trabajar de manera informal para ayudar a sostener su familia, el círculo que abandonan en Tumaco lo reproducen en la ciudad frente a las pandillas el micro tráfico y el trabajo ilegal.

Pervivir la identidad cultural, con la influencia de otras culturas que se dan en Colombia, representa un reto personal y social, ya que es propio del ser humano adaptarse a los cambios y posiblemente se desprendan para volver aprender. Existe en Bogotá, fundaciones sin ánimo de lucro que luchan porque esa identidad cultural no se pierda, sino que, por contrario, se fortalezca, una de ellas es la Agrupación Pataki conformada por un grupo de jóvenes afro de la cual yo pertenezco con un rol de apoyo, tenemos la esperanza de construir una comunidad consciente del enfoque diferencial pero que contribuya a la formación social, cultural y política del país.

Motivamos a grupos sociales comunitarios afro, a construir un mejor entorno con estrategias pedagógicas generadoras de cambios mentales constructivos fomentando el arte en los jóvenes.

Proyectos culturales como Deidades Ancestrales, año 2016 fue desarrollado con niños, niñas, jóvenes y adultos de las localidades de Ciudad Bolívar y Bosa. Un montaje teatral que rescata el conocimiento y la memoria espiritual de los ancestros del continente africano “Orishas”.

Se realizan capacitaciones para formular proyectos comunitarios, encuentros de lectura, que fomentan espacios de interacción ciudadana.

Metodología (Autobiografía: Reviviendo la Historia y Reconstruyendo Pensamientos)

Este proyecto de investigación, se ubica en un enfoque metodológico de tipo autobiográfico, elegir este tipo de metodología, obedece a la forma de abordar este proyecto, ya que se busca la obtención de datos propios suministrados a través de una entrevista a una joven palenquera, cuya participación y aporte personal en la Fundación Pataki en la ciudad de Bogotá, quien a través de narrarnos su experiencia vivida en torno a su identidad palenquera y cómo perviven sus costumbres y tradiciones, aún lejos de su lugar de origen, podemos también reflejar el sentir de muchos otros jóvenes palenqueros y de comunidades negras en general.

Para tener acceso a la información con la que vamos a documentar este proyecto, consideramos la importancia de la autobiografía empleando la herramienta de la entrevista directa, solicitando al entrevistado que narra experiencias, sensaciones, sentimientos y emociones entre otras vivencias, para que podamos identificar lo que tanto ella como las personas que tengan acceso a esta investigación, también se le permita un encuentro consigo mismo y una oportunidad para expresar lo que siente, si bien sabemos, que a los jóvenes palenqueros, se les presentan diversas dificultades a la hora de relacionarse con otros diferentes de su cultura palenquera, permitiendo así con este tipo de herramienta, indagar el pasado, el presente y cómo piensan actualmente a pesar de la discriminación que viven muchos jóvenes en las ciudades. (Tamayo, 2010)

Esta investigación se realizará a partir de la autobiografía, reconstruyendo e interpretando la experiencia de vida de una joven palenquera; su contraste social y cultural que

representó el paso de su niñez en su pueblo natal, pero por varias circunstancias continuó su vida en la ciudad de Bogotá.

Las historias de vida, permiten reflexionar sobre los hechos que acontecen en la existencia de alguien, suponiendo que todo fuera cierto y sin errores, sin embargo, la percepción es personal, ya que las vivencias son individuales, aunque puede ser también la vida que otros llevan. Acontecimientos culturales y sociales en los que se puede encontrar similitud de vivencias. (Tamayo, 2010)

Instrumentos de Investigación

La herramienta usada para el desarrollo de este proyecto, será la entrevista personal a una joven palenquera, es una autobiografía, construida a partir de memorias históricas, fotografías del álbum familiar, conversaciones con mis hermanos mayores que recuerdan un poco más algunas experiencias culturales. Con los datos obtenidos nos ayudará en la construcción de una historia de vida que nos cuente cómo pervive mi cultura y puedo adaptarme a una sociedad que propone cosas distintas a mis raíces. (Hernández , 2014)

Esta entrevista se hizo en casa de la entrevistada Beatriz Villareal la joven palenquera radicada en Bogotá. Las preguntas puestas en escenas están relacionadas al mismo contexto proyecto.

Preguntas realizadas durante la entrevista:

1. ¿Por qué eligió hacer una autobiografía?
2. ¿Que tanto daño hace la palabra “negra”?
3. ¿Cómo se siente estando radicada en Bogotá?
4. ¿Por qué salió de su pueblo Tumaco?
5. ¿Cómo fue su tu niñez en Tumaco?
6. ¿Cómo fue su adolescencia?

7. ¿Cada cuánto visita a Tumaco?
8. ¿Desea regresar a vivir en Tumaco?
9. ¿Su familia que enseñanzas le dejó sobre las costumbres palenqueras?
10. ¿Se sientes orgullosa de pertenecer a la comunidad palenquera?
11. ¿Cuéntenos que festividades tienen en Tumaco?
12. La gastronomía de su tierra, ¿cómo es, que platos típicos existen?
13. ¿En Bogotá encuentra todo para preparar tus platos típicos?
14. ¿Siente rechazo en Bogotá por su color de piel?
15. ¿Cómo se sintió dando esta entrevista?

Estas son las preguntas que se hicieron, las cuales fueron respondidas en su totalidad, al finalizar se cierra la entrevista con apretón de mano y agradecimiento por brindarnos un poco de su tiempo, aprender más de cultura y llevarnos una experiencia satisfactoria.

Resultados

Mi Niñez, Año 1995



Figure 1. Familia Villareal: conformada por 14 hermanos, yo soy la última. Fotografía del álbum familiar tomada en el Morro, playa principal de Tumaco. Paseo familiar un fin de semana.

Hechos de corrupción y violencia en la región de Tumaco, presencia de grupos paramilitares cuya complicidad entre empresarios, comerciantes, funcionarios públicos y miembros del ejército nacional con varios grupos paramilitares, hicieron de Tumaco una región sometida al desalojo emocional del país, más recordada por la pobreza que por la violencia, ya que ésta se mantenía en silencio por temor a la represalias aun de los mismos entes gubernamentales. (Verdad Abierta, 2013)

La familia Villareal, mi familia, inmersa en la sociedad tumaqueña, sometida a la realidad violenta y poco alentadora en ese entonces, decide seguir la lucha por sus hijos, trabajan en el campo, pueblo de San Bernardo de la Espriella, cultivando la palma, cacao,

plátano, yuca, chontaduro, entre otros, se vendía en la ciudad de Tumaco y así se obtenía el dinero para cubrir necesidades básicas, como alimentación, medicinas, vestuario y colegiaturas, aunque eran escuelas públicas, representaba gasto de dinero en útiles escolares y uniformes, era en ese entonces la hermana número 14, ya que para la época y la región era normal familias numerosas.

Así transcurrían los años, esperando la navidad con tantas ansias, pues representaba para la familia una alegría grande, mis hermanos mayores que vivían en las grandes ciudades, llegaban al pueblo y compartían con los menores. También se esperaba el mágico momento de obtener el único juguete y “la parada” como se le dice en mi pueblo, la única pinta de ropa nueva, que posiblemente veríamos en todo el año, hasta que llegara el próximo diciembre, nuevamente renace la alegría.



Figure 2 Rio Caunapí, fotografía personal

Pero la aventura nunca para, a orillas del río, se viven momentos únicos en familia y con amigos. Acá la “piscina” del pueblo, pero rodeado de naturaleza, nos bañamos, jugamos y como plato fuerte del paseo, la gran “boda”, momento de compartir lo que todos llevamos para preparar una comida en leña. Se le dice “boda” , al famoso paseo de olla, todos llevan algo, pollo, arroz, patacones, carne, para preparar sancocho o normalmente al ser productores de mariscos, realmente esa ya es la comida tradicional y en las bodas preferimos preparar pollo, ya sea sudado o arroz con pollo, con el fin de variar lo que siempre se come y los cocineros más expertos en el paseo, toman las ollas, alistan los ingredientes, mientras otros prenden fuego a la leña y preparan ladrillos lado a lado, para montar la olla.



Figure 3 Momentos divertidos en el Rio Caunapí, fotografía personal

El río Caunapí llega directamente a la bahía de Tumaco. Es un río que a pesar de las plantaciones de palma todavía conserva en sus alrededores algunos metros de arborización. Cuando no se presentan derrames de petróleo es un río que inspira paz y meditación. Pero además es un río que tiene una función y es la de ser fuente de agua de las más de 10 mil personas que habitan sus alrededores. Atraviesa el pueblo de San Bernardo de la Espriella y representa vida y alegría para sus habitantes.. (Colombia, 2020).

Mi Adolescencia, Año 2010

Panorama poco emocionante, guerra, drogas, corrupción, pobreza, nada había cambiado para ese entonces a pesar del paso de 15 años, en donde la sociedad Tumaqueña, no cambió en nada, aunque el pueblo había avanzado en cuanto a la mejora de recursos sociales como agua potable, escuelas con enciclopedias para consultar tareas, transporte nacional más formal, construcción de carreteras que facilitaban la conexión con el resto de las ciudades. La economía de la región, continuaba básicamente la agricultura.

Culturalmente la región es rica en manifestaciones que evocan un pasado que aunque doloroso por recordarnos el sufrimiento de nuestros ancestros africanos al llegar al pacífico y

costa colombiana, nos llena de orgullo representar hoy a los negros del África, somos la extensión de su esencia, somos la continuidad de una raíz que nos mantiene vivos y que a pesar del sometimiento sangriento y doloroso, representamos en Colombia 3 millones de personas que se denomina negra, afrocolombiana, raizal o palenquera, dato oficial del DANE, censo 2018. (Becerra, 2019, párr. 1)

La bahía de Tumaco, rodeada por el Océano Pacífico, motiva a sus habitantes a mantener viva la cultura afro, sus calles son testigo de las festividades que impulsan sus habitantes; día de la afrocolombianidad, semana cultural, día de la raza, con bailes palenqueros como la danza, el mapalé, la cumbia, entre otros bailes. Manifestaciones gastronómicas con platos típicos de la región entre ellos, el pusandao, el tapao, el arroz con coco y obviamente y toda clase de mariscos que se consigue en el mar.

Recordemos que a finales del siglo XVI se conoció el “triángulo negrero” la captura y comercialización de población africana los transportaban hasta la nueva américa donde los explotan y esclavizan, cerca de 15 millones de afro descendientes fueron víctimas de racismo y malos tratos ya que los consideraban por el color de su piel como inferiores, estas personas llegaron al territorio colombiano por los puertos de Cartagena , Tolú, Santa marta, Riohacha y Buenaventura entre otros, algunos lograron aprender la lengua española por lo que los catalogan como “negros criollos o ladinos” y los que no podían hablar el lenguaje se le señalaba como “negros bolazos” (Centro de Pastoral Afrocolombiana, 2020)

El 21 de mayo de 1851, durante el gobierno de José Hilario López, se asumió que sería abolida la esclavitud en Colombia, marcando este día en nuestro país como conmemorativo a la afrocolombianidad e igualdad. (Secretaría del Senado, 2019)

El año presente 2020 la lucha contra el racismo y la igualdad en derechos humanos sigue en pie, líderes de las comunidades siguen siendo asesinados, las condiciones en

vulnerabilidad y las pocas oportunidades que se les brindan son motivos más fuertes para no decaer, es por ello que parte este trabajo la vida de un palenquero sus costumbres y lucha por una igualdad justa en la ciudad.

Tumaco Nariño ubicado al sur de Colombia sobre el pacífico cuenta con el segundo puerto marítimo importante del país con una biodiversidad en cultural sinónimo de música cuenta con los carnavales de fuego siendo una semana antes de pascua en donde se concentra la mayoría para organizar, disfrutar y transmitir las costumbres, el festival del currulao es otro de gran importancia con la celebración en el mes de diciembre en donde llegan participantes de todos los grupos folclóricos del pacífico colombo ecuatoriano, durante estos días de carnavales exponen y transmiten los bailes típicos de la región, en cuanto a la gastronomía por su ubicación geográfica la fuente de comida es el pescado platos destacados como el tapao de pescado, encocado de camarón y cangrejo, pusandao y el jugo de aguacate platos insignias del municipio entre otros manjares, así como es uno de los mejores municipios en el cultivo del aguacate.

Tumaco como medio de industria es el primer puerto petrolero del país con la exportación e importación de esta materia, los paisajes con los que cuenta son de gran admiración por sus playas como cabo manglares, las islas del gallo, la barra, la bahía de Tumaco, el morro, el bajito y boca grande donde cada año más turistas viajan a este municipio por su gran riqueza de cultura, fauna y flora, alrededor de 221.469 mil habitantes ocupan el municipio. (Banco de la República, 2020).

Tumaco además de ser el primer exportador de petróleo para el país, también sufre el olvido del gobierno un municipio azotado por las bandas criminales, uno de los municipios que por su geografía se presta para el cultivo ilegal de la hoja de coca y la ruta de transporte de la misma, como lo señala un artículo "El 80% de la población afrocolombiana vive por debajo de la línea de pobreza absoluta y posee el mayor coeficiente de desigualdad de distribución de los ingresos, mientras que el 74% recibe salarios por debajo del mínimo legal y

el Índice de desarrollo humano es de 0.66 que es el más bajo de la población colombiana” (Otros) los tumaqueños por la falta de oportunidades generadas optan por los trabajos ilegales uno de ellos es la tala de árboles dañando el medio ambiente sin tener el previo conocimiento que es ilegal y deben tener un permiso de tala autorizado, es una población en alta vulnerabilidad sin tener un sistema de alcantarillado, agua potable, sistema de luz y gas natural, los menores de edad sufren de enfermedades en la piel por el agua. (Verdad Abierta, 2013)

Mi Adultez, Año 2020



Figure 4. Tradicional trenzas africanas, blancos y negros quieren trenzarse así. Actualmente genero ingresos extras haciendo trenzas, es una forma de ganar dinero para pagar mi sustento.

Ser afro, ser palenquera, piel negra, cabello fuerte, rasgos predominantes, en un mundo moderno, en una ciudad multicultural, aun me rechazan, aun me señalan, aún nos discriminan. Esta es la vivencia del pueblo afro, categorizada entre la especie humana pero aún no

merecemos el trato igualitario, blancos y negros, todos humanos, pero unos allá, otros acá. La dificultad para conseguir empleo, es una de esas consecuencias por ser negra, en mi experiencia, he tenido que enfrentar la dificultad para obtener un puesto de trabajo, ya que, aunque las empresas no lo digan abiertamente que no se aceptan negros, el no obtener un puesto de trabajo, aun cuando estás capacitado y con méritos para lograrlo, es fácil darse cuenta de la preferencia por un rostro de piel blanca. En la calle, cuando no aceptas un comentario inapropiado, el grito emitido por el comentarista, seguido de un sonoro y claro negra, poco interesante, dejan ver que ser negros es sinónimo de maldad.

La ciudad de Bogotá, me ha ofrecido un mundo amplio de posibilidades académicas, realicé mis estudios secundarios, tecnológicos y profesionales, permitiéndome el vínculo laboral, el cual me ha ayudado a llevar a cabo éste propósito. A lo largo de estos 10 años en la ciudad, algunas veces he dudado de si ha sido la decisión correcta, vivir acá, pues no es fácil adaptarse a una vida agitada y desconocida al principio de mi estadía, pero con el tiempo, como todo humano centrado en sus objetivos, me lleno de coraje y continuo la lucha de supervivencia. Aun con la esperanza de poder transformar a mi país desde mi propia transformación interior, ser mejor para ayudar a más.

Cambiar la rutina de mis días tranquilos en el pueblo, por una responsabilidad conmigo misma, postergar mi vida familiar por una vida de estudiante y empleada al mismo tiempo, contar con hasta 2 horas de anticipación a cada actividad que planeo, pues al ser una ciudad tan grande, consume tiempo. Enfrentar situaciones tan sencillas como transportarme de un lugar a otro, los trancones, el horario extenso de trabajo, la convivencia y la interacción con una cultura que aunque muchos piensen que no es así, los bogotanos son respetuosos y cuidan de su ciudad, pero creo que el mismo afán de una gran ciudad, nos consume a todos y nos vuelve un poco indiferentes.

Y ahí voy yo, adaptándome aún. Extrañando la simplicidad de la vida, la calma de un día soleado o tal vez una lluvia fuerte y refrescante, la cercanía de amigos comprometidos, la generosidad de un vecino. Bogotá, es imponente y ruidosa, pero ofrece la oportunidad de estudiar y trabajar al mismo tiempo. Estoy agradecida con todo lo que me ha dado, pero no dejo de soñar con un futuro en mi ciudad natal. Agradecida con Bogotá por permitirme espacios de entrenamiento personal y laboral, el caos también me muestra el camino para una mejor vida, me enseña lo que debo dejar atrás y cómo ayudar a construir un mundo mejor desde lo que he aprendido con mi profesión y con el coraje que he forjado en mí. El futuro de mi región está en todos los que cambiamos el chip de la conformidad por un esfuerzo mayor ahora y un disfrutarse de lo merecido después.

Vivir en Bogotá, es un proceso de crecimiento personal y profesional, la convicción de querer ser mejor pone a prueba mi tenacidad y me demuestro todos los días que si puedo. Cada obstáculo superado me recuerda la razón por la que llegué a esta ciudad y sé que hace parte de la preparación que necesito para ayudar a los míos. Extraño la casa de mis padres, reuniones familiares, amigos de la infancia y adolescencia, pero también entiendo que los cambios nos fortalecen como personas y nos vuelve más sensibles y agradecidos con lo poco que tenemos.

Bogotá, me ofrece diversidad de cultura, aprender de otras regiones de Colombia, enriquece mi visión de la vida diaria y me muestra cuán valiosa es mi propia cultura, me muestra lo afortunada que soy al representar una parte de mi país y me motiva a mostrar también todo lo que somos, todo lo que hemos logrado como persona y como región. No importa el rechazo, al principio duele, pero después entendemos que es otro obstáculo más que superar para llegar a la meta. Y mientras la meta exista hay camino por recorrer y por supuesto, aquí voy yo nuevamente, decidida a lograrlo. Ser mejor cada día, en mi profesión, en mi vida personal, en mi mundo familiar. No importa cuántas veces Bogotá me ha enviado a casa cansada, triste y abatida, no importa cuántas noches llego tarde a casa por razones de

transporte ineficiente, si tengo claro que, al llegar a la meta, seré mejor y me voy a merecer los beneficios obtenidos con sacrificio.

Mis costumbres, mi esencia afro, el sabor de mi tierra, sus sonidos y todo cuanto representa Tumaco, van conmigo siempre y aunque Bogotá impone lo suyo, eso no cambiará lo que soy. Me adapto para facilitarme el día a día, pero mi identidad pervive a pesar de los años. Obviamente hay algunos nuevos hábitos y conocimientos aprendidos que son necesarios para encajar en la sociedad bogotana, pero no significan ausencia de mis raíces, se puede aprender nuevas culturas.

La amplia gastronomía que ofrece Bogotá, es tan deliciosa, que seduce mi paladar, sin embargo, los sabores con los que fui criada, exigen presencia en mi mesa. Entonces decido que puedo disfrutar un plato con sabores andinos, únicos del altiplano cundiboyacense, como el ajiaco que definitivamente me encanta, pero nada tan delicioso como un sancocho preparado con mis manos al estilo tú maqueño. Mi madre me decía que el plátano se corta con las manos no con cuchillo, preferiblemente en leña, pero como en Bogotá no puedo en leña, bueno cambia un poco la forma de cocinarlo, pero al final queda delicioso.

Estas preparaciones que toman tiempo, lo hago un fin de semana o día de descanso. Frecuento las plazas de mercado para obtener de ahí ingredientes frescos; compro pescado, yuca, plátanos, ajos, cebollas, entre otros ingredientes. Las plazas de mercado me parecen mágicas, son espacios llenos de historia, cultura y tradición, me recuerdan el paseo dominguero en el pueblo, madrugar a comprar a la plaza los ingredientes para preparar una boda, recorrer sus pasillos, comprar flores, llegar a casa cansada pero sonriente, porque eso significa que habrá comida deliciosa en mi mesa.

Encuentros casuales con mis hermanos, una celebración de cumpleaños, un bautizo, un puente festivo, es una razón para bailar salsa choke, así es, me fascina este ritmo urbano nacido en mi querido Tumaco. Esta música activa mis sentidos y me pone a bailar, contenta,

disfrutando esos sonidos maravillosos que evocan las festividades decembrinas de mi pueblo donde todos estamos felices.

La salsa choke es una salsa de tipo urbano, nacido en las costas de pacífico colombiano, con sonidos africanos. (Olavo, 1992)

Actualmente vivo de forma permanente en la localidad 10 de Bogotá, Engativá, adelanto estudios en Psicología y trabajo medio tiempo para solventar mi economía.

Escogí estudiar esta carrera, principalmente motivada a ayudar a mi región, dada las condiciones de olvido sometido por el Gobierno y la ausencia de entes que quieran matar de raíz uno de los problemas que aqueja a los niños y jóvenes de Tumaco, no disfrutar de una niñez ideal, sometimiento a temprana edad a tener pareja y como consecuencia hijos. Los jóvenes de Tumaco, no tienen aspiraciones de estudio y una mejor calidad de vida, se conforman con tener un techo a punto de caerse y comida de mar, pero no prometen a sus hijos un futuro mejor. A los 13, 14 y 15 años con hijos, muchas jóvenes, antes de la mayoría de edad ya tienen 2 hijos. Abandonan sus estudios básicos por atender un hogar cuyo compañero de vida es otro joven también menor de edad, que madruga al campo a trabajar duro para obtener una mínima paga que solo alcanza para cubrir menos de lo básico.

Es cierto que la vida debería de ser simple, pero eso no significa que no podamos disfrutar de todo cuanto esta tierra tiene para regalarnos, pero debemos prepararnos un poco más, estudiar, viajar y vivir sin necesidades. La tierra nos regala todo lo que el hombre cobra por ello, es injusto, sí, pero mientras el hombre cambie su chip egoísta, debemos luchar por lograr una vida mejor.

Entonces mi propósito de vida es y será, servir a los demás desde mi profesión como psicóloga, pero no puedo ser ejemplo a seguir si no pongo mi grano de arena en la construcción de una persona mejor, empiezo por sentirme orgullosa de lo que soy y de donde nací, sigo adelante dejando atrás el prejuicio y llevo conmigo la mágica cultura que forjó mi carácter. Guardo la esperanza que los humanos aprendamos a ver con nuevos ojos la

maravillosa diversidad que siempre ha existido, porque hasta el momento nuestra existencia es una fotografía a blanco y negro.

Rutas y Letras: Miradas Otras al Palenque Tumaqueño.

La comunidad tumaqueña ha generado un proceso de recolección de sus costumbres y transmitirlos a los niños y jóvenes como el arte la música, danza, teatro y gastronomía identificamos el festival del currulao, el carnaval donde la comunidad participa activamente no sólo los seis días de fiestas si no días previos en la organización y el vestuario y pinturas, máscaras y rituales representativas del carnaval. (Larios, 2019, pp. 76-86)

(...) la música y la danza al ser repetitivas, evocar e invocar ancestralidad, se convierte en lo que Connerton llama la memoria Incorporada, en la que se preservan imágenes del pasado sedimentadas en el cuerpo permiten la actualización del pasado en el presente, por lo cual la danza y la música, al ser procesos colectivos, reviven la memoria en la actualidad situación. (Larios, 2019, pp. 76-86).

Tumaco, tierra de sabores, sabor a libertad

Bien decía Rémy Leveau y Dominique Schnapper “Cada plato es instrumento de memoria del pasado, de lo sagrado. La mesa es un lugar pedagógico y la cocina un lugar de reelaboración de la historia”. (Pantxeta, 2015)

Sancocho



Figure 5. Pusandao. Tradicional de la comida tumaqueña.

No hay paseo ni festividad que se celebre sin deleitarse con un delicioso “pusandao”, plato típico de la región, es un caldo a base de carne serrana, plátano verde, papa con cáscara, huevos duros, carne de gallina si así se prefiere, entre otros platos representativos. El sabor de Tumaco, se siembra y se cosecha en la huerta de las abuelas, el patio trasero de mi casa, además de colorido por las flores de mayo, plantaciones pequeñas de achiote para dar color a las comidas, chillangua; para darle sabor a la comida (lo que las grandes ciudades utilizan como cilantro, pero no es cilantro), popocho; un tipo de plátano pequeño, pero “riquijimo”, expresión coloquial muy sonora en las calles de mi hermoso Tumaco.

La Cocina Tradicional: Historia e Identidad

Un estilo de vida moderno y agitado, como el que se vive en ciudades grandes como Bogotá, también se refleja en la alimentación, siendo ésta la principal necesidad de su población, pero a la vez la opción más difícil de cubrir. Podría decirse que trabajamos para comer, pero no comemos para vivir y es aquí donde infortunadamente, caemos en el lamentable momento de alimentarnos ligero y económico; si es posible.

Sumergiendo nuestra salud quizá en un círculo castrante de sabores, que aunque sabemos que podemos disfrutarlos, decidimos casi que voluntariamente, adaptar nuestros paladares a nuevos sabores o solo tolerarlos y posponer para el futuro, tal vez con el anhelo de una celebración especial en casa, tal vez una reunión con familiares o a fin de año, cuando nos reunimos con amigos y familia, preparar un plato que aunque sería típico de mi pueblo, en la gran ciudad es algo maravilloso, recordando la receta de la abuela y esos mágicos y efímeros momentos cuando entre todos apoyamos a la abuela en la cocina, unos cortaban, otros lavaban y los mayores eran los del sabor, entonando cantos religiosos, observando al cielo si ya era hora de recoger la ropa para que el sereno no la humedeciera otra vez, mientras con movimientos lentos, uno tras otro, el cucharón de madera rústica, mezclaba todos los ingredientes con hierbas aromáticas, que al cabo de una hora, el olor se impregnaba en nuestro paladar, esa era la señal, que pronto la abuela diría, “alisten la mesa”.

Y así es, hoy por hoy, Bogotá me consume con un afán necesario claro está y preparo las delicias de mi pueblo, en ocasiones especiales, una vez al mes, en reunión con mis hermanos, quisiera por supuesto, tener la posibilidad de poder disfrutar más a menudo la cocina tradicional de Tumaco, pero la ciudad me exige tiempo y a toda marcha, no me da

espera para disfrutar de sabores que evoquen recuerdos que aunque ahora son recuerdos, mantiene viva la historia de mis raíces, me recuerdan lo que soy y de dónde vengo y claro está, podría llegar a **inspirar a otros la pasión por mis raíces africanas**, que aunque nos tengan separados por color, represento para la raza humana, lucha y libertad.

Encocado de Pescado

Preparación a base de coco rallado con chillangua, camarones y leche del mismo coco. Se cocina durante 40 minutos, inmerso en los sabores de las especias recogidas de la huerta. Se acompaña con arroz blanco y patacones o tajadas de plátano.



Figure 6. Encocado de pescado. Preparación personal

Tapao



Figure 7. Tapao de cabezas de tilapia. Preparación personal

La imagen corresponde a una preparación personal, se limpian las cabezas de tilapia con limón y sal, posteriormente se incorporan en una olla exprés, con trozos de plátano verde, se sazona con ajo, cebolla, chillangua, sal y algo de comino. 40 minutos a fuego medio y suelo disfrutar de un almuerzo o cena.

Preparación para almorzar, podría acompañarse con arroz blanco para aquellos que no pueden dejar de disfrutar su almuerzo sin una porción de este importante cereal.



Figure 8. Emplatado del tapao

Chillangua

Fotografía personal, tomada en el patio de la casa de mis padres: también llamada cimarrón, es el cilantro silvestre, hierba aromática, de clima tropical, utilizado en las cocinas ancestrales y hoy en día se utiliza en las zonas costeras, como Tumaco.



Figure 9. Chillangua. Cilantro silvestre

Cacao

Fotografía tomada en una finca productora de cacao “chocolata”. En el municipio de Tumaco hay en la actualidad más de 14.440 hectáreas de cacao, en su mayoría son cultivos tradicionales que tienen más de 50 años, con un rendimiento por hectárea que no supera los 200kg/año, esta baja productividad requiere mayor atención y apoyo por parte del gobierno y de entidades que promuevan el agro colombiano. (Tumaco, 2020)



Figure 10. Plantaciones de cacao en la Espriella, Tumaco



Figure 11. Exposición semana de la cultura en Tumaco. Muestra el proceso del cacao para la comercialización.

Mata de plátano y popocho



Figure 12. Plantaciones de plátano, Espriella, Tumaco



Figure 13. Plantaciones de popocho.

El achiote

La bixa Orellana o achiote, un arbusto con flores que van de lo blanquecino al rosado y vainas color rojizo, es una de las pocas especies de procedencia sudamericana. De esta manera, el origen del achiote se ubica en la zona tropical de América, específicamente en el suroeste del Amazonas. Se dice que su utilización data desde la época prehispánica. Actualmente la industria alimentaria y cosmética lo utilizan

en grandes cantidades. (Rivera, 1988)



Figure 14. Achiote: pigmento natural de color rojo para sazonar comidas. (Organización Achiote, 2020)

Tumaco, sonidos de libertad

Nuestros antepasados esclavos, al llegar a tierra americana, por supuesto que conservaron ritmos africanos, los cuales hoy, me eriza la piel al escuchar tambores, marimbas que evocan sonidos ancestrales, gritando libertad. Danzas como la piangua, el pescador, el rayador, el currulao, siendo ésta la más conocida actualmente y de hecho cada año se celebra el festival del currulao.



Figure 15.. Baile del currulao. Experiencia personal en festival del currulao 2018.

Baile del currulao, el canto del **currulao** se caracteriza por tener una voz líder acompañada de un coro de 'respondedores' que complementan la historia contada al ritmo de los tambores y la marimba. Este ritmo da origen a una danza de enamoramiento en la que el hombre busca conquistar a la mujer a través del zapateo y ondeando su pañuelo.



Figure 16 Vestuario típico baile del currulao. Fotografía personal

La historia de Tumaco es contada a través de cantos y bailes, siendo el currulao la danza representativa que nos habla de la perla del pacífico, son muchas las letras que nos cuentan al ritmo de tambores y marimbas, es la voz del pueblo a una sola voz. Y son muchos los ritmos y voces que nos dejan saber que ocurrió históricamente en Tumaco, letras significativas que revelan la lucha incansable de un pueblo sometido social y económicamente.

“A Tumaco lo quemaron, a la 1 y a las 2, a las 3 de la mañana, unas mujeres lloraron, ya Tumaco se acabó. Vamos corriendo a la iglesia que el señor cura llegó.”

Verso del currulao que, aunque han pasado 73 años del evento ocurrido en la plaza de Tumaco, un incendio sucumbió gran parte de la ciudad, el año 1947, fue marcado por este hecho, razón por la que la cantautora Anita Hernández, dejó para recordarnos a todos los tumaqueños que, a pesar de las adversidades, el pueblo se levanta y continúa. (MinCultura, 2020)

El Carnaval del Fuego prende la alegría en Tumaco

Una semana antes de la celebración del Miércoles de Ceniza del 20 al 25 de febrero, los Tumaqueños nos preparamos con murgas, desfile de carrozas, cantos tradicionales, concurso de reinas y la actuación de artistas nacionales y extranjeros.



Figure 17. Carnaval del fuego, febrero de 2019, Tumaco, Nariño

En la “Noche Afro”, los cununos, bombos, el guasá y la marimba como protagonista acompañan a las cantadoras que deleitan a lo largo del desfile con letras improvisadas y los bailarines van danzando diferentes ritmos, entre los que se destacan el currulao y la salsa.

Durante estas fechas la belleza del Pacífico se desborda y muestra los colores entre manglares, enredaderas y árboles, por donde los antepasados africanos se abrieron camino en este territorio indígena en una fusión de culturas que aún se conservan en celebraciones y ritos como el del fuego. (Aviatur Colombia, 2020)



Figure 18 Vestuario tradicional bailes típicos, festival del fuego, Tumaco, Nariño año 2019



Figure 19. Preparándonos para bailar Mapalé. ciudad de Bogotá, exposición semana de la Cultura Instituto Técnico, estudiante del programa de logística, año 2014.

La danza y los bailes típicos que aprendí durante mi niñez y adolescencia, representaba alegría y compromiso por hacerlo bien, pero ahora en mi adultez, ya no hace parte de mis actividades cotidianas, es poca la posibilidad que tengo, casi nula, por tiempo, por espacios propicios, no me permiten mantener esta tradición ancestral. Casualmente cuando voy a mi pueblo, si voy en febrero, época del carnaval del fuego en Tumaco, tengo la posibilidad de participar en un baile, sin embargo, no siempre puedo viajar en esa época. Ya sumergida en el día a día, trabajo y estudio, no tengo acceso a esta maravillosa experiencia. Puedo decir que solamente la salsa choke, es el ritmo que más se baila en fiestas cotidianas.

La fotografía anterior es mi último recuerdo de baile típico el mapalé, aquí en la ciudad de Bogotá, fue durante la semana de la cultura celebrada en el instituto técnico donde estudiaba una tecnología en Logística, año 2014, pero luego de esa posibilidad, no he bailado formalmente danzas típicas. Si tuviera la facilidad de participar de esta maravillosa experiencia artística aquí en Bogotá, no dudaría en hacerlo, pero aun no tengo tiempo disponible, inclusive en la universidad participe en algunos ensayos de la clase de danza, pero se me cruzaba con el resto de clases, así que lamenté mucho no volver, me gustaba mucho participar.

Discusión

La cultura que reconstruimos en este trabajo por medio una joven tumaqueña palenquera y las de sus antepasados provenientes de África en la época de esclavitud se identifica el nacimiento de una era de racismo a nivel mundial como lo expresa el apartheid en Sudáfrica desde 1948 donde el partido nacional genera 317 leyes para segregar a toda persona que tenga un color de piel diferente a la blanca, se comercializaba a las personas de piel negra como mano de obra en la nueva América por años de malos tratos muertes injustas y estados deplorables para la salud y convivencia, una raza desterrada de sus tierras, familias separadas creencias, costumbres, hábitos despropiados, juzgados por su lengua, cohibidos por sus ritos hacia la naturaleza. (Ros, 2019)

Por años estas personas olvidan su esencia, pero al mismo tiempo luchaban por una libertad, romper las cadenas de la esclavitud poder ser tenidos en cuentas no como mano de obra o inferiores si no como seres humanos que sienten, hablan y pueden contribuir a una sociedad justa e igualitaria “esta descolonización es un proceso histórico no puede ser comprendida, que no resulta inteligible, traslúcida en sí misma, sino en la medida exacta en que se discierne el movimiento historizante que le da forma y contenido.” (Fanon, 1961, p. 13) el 20 de julio de 1810 se genera el grito de independencia no solo para que los colonos salieron de la tierra de Colombia si no para que todo ser humano tomara su libertad de expresión, romper las cadenas de la esclavitud.

Los tumaqueños son especialistas en la preparación y elaboración de productos a base alimentos del mar su fuente el pescado, camarones entre otros, las mujeres tumaqueñas con su sabor en la preparación nos enamoran por el paladar, es por ello que podemos encontrar restaurantes típicos del pacífico colombiano, que son fundados y atendidos por personas afro descendientes la gran mayoría en la ciudad de Bogotá, la capital del país que acoge a centenares de personas de todas las regiones del país y turistas anualmente, hay una mezcla de cultura al igual que racismo y discriminación, una mujer tumaqueña palenquera enfrenta a

diario una serie de obstáculos en la ciudad por el color de su piel, la forma de expresar sus ideas sin dejar a un lado la alegría de sus raíces.

El Dane frente a la encuesta calidad de vida -ECV- 2018 nos refiere “que el volumen de la población negra, afrocolombiana, raizal y palenquera en 2018 es de 4.671.160 personas, que corresponde al 9,34% de la población total nacional”, esta población está en todo el territorio nacional de Colombia. (Toquica, 2020)

Al transcurrir décadas en donde se abolió la esclavitud, en donde se generan leyes para proteger a todo ser humano sin referirse al color de su piel, siguen siendo paños de agua tibia en una sociedad del siglo XXI en donde la tecnología se desborda, una sociedad que se habla de una igualdad de género, sin importar su orientación sexual, en donde se observan nuevas culturas, creencias, ritmos, en una sociedad que ya no lucha contra el consumo de la marihuana si no una sociedad que grita una legalización.

Un mundo que gira alrededor de aparatos tecnológicos, de economía mundial, una sociedad que lucha contra una pandemia, huracanes, tsunamis, deforestaciones, cazas ilegales, luchan contra la conservación de especies animales, es una sociedad que no ha podido erradicar el racismo, la exclusión, una sociedad que se justifica con el decir “por uno pagan todos” pero al indagar las causas de racismo no se dan explicaciones justas, en la ciudad Bogotá no podemos obtener una estadística exacta del nivel de racismo o discriminación “el carácter de una conducta, actitud o trato discriminatorio podía ser consciente o inconsciente”.

Al indagar el origen de la migración en ocasiones por desplazamiento forzado es decir cuando un grupo armado al margen de la ley obliga a las familias dueñas de casas, fincas a salir de su sitio de origen ya puede ser por temas de cultivo de la palma, de coca, narcotráfico etc. Y en otras ocasiones no es el desplazamiento forzado y si no por proteger a sus hijos de no caer en esos grupos ilegales, cómo lo podemos ver en Tumaco donde brilla la ausencia el gobierno y catalogado por la sociedad, como lo expresa Fanon, “es un lugar de mala fama,

poblado por hombres de mala fama, allí se nace en cualquier parte, de cualquier manera. Se muere en cualquier parte, de cualquier cosa. (Fanon, 1961, p. 14).

Es un mundo sin intervalos, los hombres están unos sobre otros, las casuchas unas sobre otras. La ciudad del colonizado es una ciudad hambrienta, hambrienta de pan, de carne, de zapatos, de carbón, de luz. La ciudad del colonizado es una ciudad doblegada, una ciudad a rodillas, una ciudad revolcada en el fango.

Es una ciudad de “negros” (Fanon, 1961, págs. 100-101) es decir la falta de oportunidad laboral, económica y digna para vivir una región azotada por el narcotráfico y grupos armados ilegales es por ello que desean apartarse de este ambiente poco favorable para un futuro próspero.

Es por esto que al llegar a la ciudad de Bogotá su perspectiva de vida gira un poco las oportunidades están un poco más a su alcance, en temas de educación secundaria es más viable por el tema que hay una mejor cobertura de colegios, una etapa decisiva en la vida de cada adolescente a la vida adulta es aquí donde se generan estigmas y rechazos siendo personas con su piel de color oscuro no solo en Afro descendientes si no en las demás culturas como las indígenas, por ello el estigma de racismo o discriminación en la ciudad es un tema de cada día en cada esquina de cada barrio, en las puertas educativas de cada colegio o universidad en cada oferta laboral sin importar el cargo o profesión.

El proceso de adaptación en la ciudad de Bogotá es sobrellevado ya que la cultura no se olvida es decir se lleva en las venas, en la sangre corre ese sentido de pertenencia.

Es decir que al radicarse en la ciudad de Bogotá no se olvida el baile, pasos y cantos, como tampoco se olvida el gusto por los platos típicos y las formas de elaboración, en las mañanas frías no puede faltar al desayuno el pescado con patacón, o un “tapao”, aunque el sabor siempre va ser diferente, por eso cada fin de año u oportunidad que tengo para viajar “al pueblo” como me refiero a mi tierra natal, viajó desde Bogotá aproximadamente 1 y media en avión, al llegar la brisa fresca su calor abrasador, alegría por ver a mi familia sus playas

me enamoran cada instante, en un momento dejen de sentir el rechazo de una sociedad, me siento acogida, me siento igual que todos los seres humanos.

Conclusiones

En este trabajo manejamos la interculturalidad como proceso de exploración pero no como un trabajo individual si no grupal, al poder obtener la perspectiva de vida de mi compañera de estudio, una mujer orgullosa de su raza negra, con su cabello rebelde, en ocasiones trenzado, su forma de comunicar su cultura a través de alegría y anécdotas vividas en su pueblo, es la trasmisión de una cultura rica de costumbres, rica en historia, rica por sus paisajes y apetecida por su gastronomía, un proyecto que enriquece el conocimiento de una mujer bogotana frente a la etnia palenquera, cosas que no sabía, historia olvidada y en ocasiones somos de manera inconsciente parte del sistema de racismo, por no tener sentido al indagar y conocer las culturas que están a nuestro alrededor, analizar de cómo vive una joven tumaqueña palenquera es un ejemplo de lucha en una ciudad sin equidad, en un país que le falta mucha igualdad, en una sociedad que va muy rápido.

Es por ello que para iniciar este trabajo pudimos identificar la riqueza en cultura que posee una persona, sin darnos cuenta nos preguntamos de porque no realizábamos una autobiografía, de las costumbres de esta mujer que se identifica como palenquera tumaqueña, y desde ahí comenzamos a indagar toda su trayectoria en su pueblo natal.

Al trascurrir las semanas pudimos identificar por medio de preguntas y fotografías familiares, nos entrega un concepto de la cultura palenquera y la trayectoria de como su familia abuelos, y amigos se identifican con la raza africana esclavizada y como luchan por pervivir su alegría por medio de bailes, danzas y carnavales.

En cuanto a gastronomía indagar en esta fase nos ayuda a identificar los manjares de esta región y los condimentos otorgados por la tierra identificados con nombres de su cultura africana, es así como podemos ratificar los placeres de la culinaria en manos de las mujeres afro descendientes por toda Colombia.

Sus fotografías sin filtro, visto de una manera sencilla con humildad la vida de una familia llena de valores y creencias criando a sus hijos en medio de un municipio con falta de oportunidades, es una manera de evocar el amor de familia y por encima de las dificultades demuestran felicidad, se identifican con seres humanos alegres por portar su color de piel negra y poder aportar a la etnia de un país.

Como experiencia desde el punto de vista de una mujer 100% bogotana me complace poder explorar la cultura palenquera, no olvidar la época de esclavitud vivida en mi país, poder indagar autores maravillosos como fanón en donde nos da una idea más clara de todo el proceso que liberación y cómo podemos contribuir para seguir mitigando el racismo y discriminación, y poder enriquecer mi conocimiento sobre la cultura palenquera de mi compañera que por años compartimos salones de aula, pero nunca indague su grupo étnico, es decir la conocía como una mujer de raza de negra pero no me imagine o pregunte su origen palenquero.

Al finalizar este proyecto entendimos la riqueza que cada persona trae desde generaciones pasadas y las travesías por salir adelante sin ser juzgados. Las personas con test negra desde la época de la esclavitud han aportado a la tierra de Colombia con trabajo, esfuerzo y en muchas ocasiones con sangre para tener una igualdad social.

Gracias al docente por crear esa idea de autobiografía, guiarnos y ayudarnos a colocar las palabras adecuadas en cada párrafo, gracias a mi compañera por crear ese lazo de confianza y contar su vida.

Recomendaciones

Recomendamos a nuestros lectores hacer suyas estas vivencias, identificarse con una cultura emocionante de personas con un corazón resiliente, a vivir una vida plena desde la simplicidad, desde el amor sentido en casa; inagotable fuente de poder transformador que hace a una sociedad más empática y una nación más humana. La memoria nos recuerda aquello que nos marca de por vida, pero una vida con propósito puede hacernos olvidar poco a poco, un pasado doloroso, está en nosotros, marcar un antes y un después en nuestra existencia. Ninguno de nosotros, tiene la certeza de vivir y morir en el lugar que te vio nacer, pero si podemos asegurar que vivirás siempre con el recuerdo de una niñez llena de sueños y quien nos dice que no podemos despertar un día y verlos hecho realidad.

Al iniciar este trabajo no imaginamos poder llegar tan lejos y obtener un conocimiento claro de las costumbres y la cultura palenquera tumaqueña de Nariño, es de gran importancia mantener la mente abierta al proceso y poder indagar de una manera objetiva todo texto o autor recomendado, esto hizo que durante el proceso de escritura se argumente bien la autobiografía.

Glosario

- **Tumaco:** municipio ubicado en el departamento de Nariño Colombia al suroccidente, cerca de la frontera con el país del Ecuador.
- **Palenquera:** grupo de personas conformada por los descendientes de los esclavos africanos en forma de resistencia y lucha por la libertad del pueblo de San Basilio de palenque en Bolívar.
- **Cultura:** características que comparte un grupo o comunidad como ideas, tradiciones, costumbres y gastronomía.
- **Tradición:** costumbres, doctrina que se transmite de generación en generación.
- **Racialización:** es la construcción de relaciones para enseñar creencias, ideas, culturas.
- **Etnia:** grupo de personas que pertenecen a una misma raza, comunidad, cultura.
- **Interculturalidad:** interacción entre personas con identidades culturales diferentes partiendo de la igualdad, integración y convivencia entre ellos.
- **Identidad:** rasgos de una comunidad o individuo donde se caracterizan frente a la sociedad.
- **Achiote:** pigmento natural de color rojo para sazonar comidas.
- **Chilangua:** cilantro silvestre, hierba aromática, de clima tropical.
- **Chocolata:** nombre tradicional de la región para el cultivo de cacao.
- **Decolonial:** "latinoamericana" para comprender las relaciones de poder/dominio en el espacio-tiempo,
- **Descolonización:** independencia política de una colonia con la nación extranjera.
- **Colonizado:** acción para dominar un país o territorio por cuestión económica, militar, cultural por otro país.
- **Racismo:** ideología de superioridad de una raza frente a las demás y la necesidad de mantenerla aislada.

- **Discriminación:** trato diferente que se le da a una persona por motivos de raza, sexo, ideas, religión etc.
- **Afrocolombianidad:** conjunto de valores culturales, materiales espirituales y políticos de antepasados africanos, africano criollo, afromestizo.
- **Raizal:** comunidad étnica posee su propia lengua, cultura trayectoria de las raíces africanas, europeas y caribeñas en la época de la esclavitud (rosario).
- **EsPriella:** es un corregimiento de ubicado a 30 minutos Tumaco Nariño, es uno de los pueblos más grande de Tumaco, habitado por afrocolombianos en su mayoría palenqueros.

Referencias

- Aviatur Colombia. (2020) el carnaval del fuego prende la alegría en tumaco
<https://www.aviatur.com/blog/experiencias/carnaval-del-fuego-tumaco-colombia>
- Baro, M. (2006). Hacia una psicología de la liberación. *psicología sin fronteras vol 1 , N 2. , 7.*
- Becerra, L. (7 de Noviembre de 2019). población afrodescendiente en el censo de 2018. *La República.*
<https://www.larepublica.co/economia/el-dane-informo-que-la-poblacion-afro-asciende-a-298-millones-de-personas>
- Beltrán, L. F. (2018). *identidad, memoria y arte popular: una mirada al centro cultural afro en el municipio de tumaco.* obtenido de identidad, memoria y arte popular: una mirada al centro cultural afro en el municipio de tumaco: (trabajo de grado para optar por el título de comunicadora social) pontificia universidad javeriana
<https://core.ac.uk/download/pdf/185621139.pdf>
- Bonilla, E. (1997). Repensando el racismo: hacia una interpretación estructural. *Asociación americana de sociología*, 465-480.
- Centro de Pastoral Afrocolombiana. (2020). Historia del pueblo afrocolombiano. *Raíces africanas.* Colombia: Cepac.
- Colombia, O. p. (2020). *Observatorio Pacífico de Colombia.* <https://pacificocolombia.org/ro-caunap-tumaco-contaminado-por-derrame-de-petrleo/> pacifico colombiano.
- Velazquez V. (30 de Noviembre de 2011). *Ley 1482 de 2011. Sentencia C-282/13* Corte constitucional de colombia <https://www.corteconstitucional.gov.co/RELATORIA/2013/C-282-13.htm>
- Fanon, F. (1961). Los condenados de la tierra. Grove Press.
https://www.encaribe.org/Files/Personalidades/frantz-fanon/texto/Fanon_Los_condenados_de_la_tierra_def_web_2.pdf
- Hellebrandová, K. (2014). *Escapando a los estereotipos (sexuales) racializados: el caso de las personas afrodescendientes de clase media**
<https://revistas.uniandes.edu.co/doi/pdf/10.7440/res49.2014.07>. Uniandes.
- Hernández, G. (2011). Psicología jurídica iberoamericana. Manual moderno.
- Hernández, R. (2014, 01 de junio). *Identidad Cultural Palenquera.* redalyc.org
<https://www.redalyc.org/pdf/110/11031312009.pdf>.
- Hernández, R. (2014). *Metodología de la investigación.* Mc Graw Hill.
- Pantxeta, (2015, 09 de Julio) Gastrolibro. Fogón de negros.
<http://blogs.eltiempo.com/gastromimix/2015/07/09/gastrolibro-fogon-de-negros/>
- Minicultura (15 de 07 de 2020). musicas de marimba y cantos tradicionales del pacifico sur. *Ministerio de Cultura de Colombia.* <https://www.mincultura.gov.co/prensa/noticias/Documents>

- Mininterior. (2014). *Fortalecimiento organizativo de las comunidades negras, afrocolombianas, raizales y palenqueras*. mininterior <http://hdl.handle.net/20.500.11788/334>
- Congreso de la República. (1993, 27 de agosto). *Ley 70 de 1993*.
<https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=7388>
- Montero, M. (2004). El fortalecimiento en la comunidad, sus dificultades y alcances. *Intervención psicosocial*, 6-8., 2-16. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=179817825001>
- Olavo, R. (1992). *De lo afrocubano a la salsa*. Cubanacan.
- Orellano, C. M. (2015). Perspectivas en Psicología., 8. *Revista de Psicología y Ciencias Afines*, vol. 12, núm. 2, <https://www.redalyc.org/pdf/4835/483547667001>
- Organización Achiote. (2020, 18 de julio). Achiote propiedades, beneficios, nutrientes y usos. *Organizacion Achiote*. <https://www.achiote.org>
- Rivera, D. (1988). Morfología floral del achiote. *Revista de biología tropical*, 499-505.
- Ros, L. (2019). ¿Qué era el 'apartheid'? *La vanguardia*, <https://www.lavanguardia.com/vida/junior-report/20190503/462004443147/que-era-el-apartheid>
- Scannone. (2015). *Perspectivas en Psicología: Revista de Psicología y Ciencias Afines*, vol. 12, núm. 2., <https://www.redalyc.org/pdf/4835/483547667001>
- Secretaría del Senado. (31 de Diciembre de 2019). *Secretaria del Senado*.
http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/c-931_2009.html
- Tamayo, M. (2010). *El proceso de la investigación científica*. Limusa.
- Toquica, k. g. (2020). *Creacion de un programa radial participativo etnoeducativo*.
<https://www.chocolatetumaco.com>
- Verdad Abierta. (2013, 02 De octubre). *Tumaco tiene sitio para la memoria*.
<https://verdadabierta.com/tumaco-tiene-sitio-para-la-memoria>
- Walsh, C. (2010). *Interculturalidad critica y educacion intercultural*. Andres Bello.