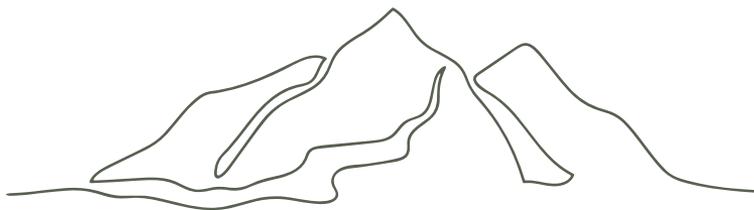


*As Artes têxteis
das curandeiras andinas*

Ana Lucia Medeiros



*As Artes têxteis
das curandeiras andinas*

Ana Lucia Medeiros

Cosmovisão, a ecologia profunda, o têxtil andino, o útero feminino, as afetividades e as manualidades: outras realidades e modos de ser e existir possíveis.

PÓS-GRADUAÇÃO EM ARTES-MANUAIS PARA EDUCAÇÃO



SUMÁRIO

RESUMO	06
INTRODUÇÃO	08
OS ANDES	10
GEOGRAFIA	12
HISTÓRIA	14
ESPIRITUALIDADE	16
COSMOVISÃO ANDINA	18
PACHAMAMA	22
BEM VIVER	24
TÊXTIL	26
CURA, RESGATE E CONSUMO	28
CURANDEIRAS	30
CONSIDERAÇÕES FINAIS	32
REFERÊNCIAS	34



RESUMO

A proposta dessa pesquisa é investigar o universo têxtil andino e a relação invisível dessa manualidade com o todo. Unidade. Complexidade.

Pretende-se trazer dois outros aspectos que estão intrinsecamente conectados a esse universo: a cosmovisão (ou astrologia) e a agricultura. Porq tanto, ao falar das tessituras andinas, isso não será feito de modo isolado, pois, para essa cultura, as artes têxteis envolvem várias camadas e mundos conectados. São quatro a cinco mil anos de história das tramas. E nessa contextura, em que tecer não é apenas tecer e, sim, nutrir um diálogo com a origem, iremos reverenciar a profunda devoção que as mulheres dos Andes têm pela mãe Terra, em que a agricultura vai muito além de uma prática de subsistência; é uma atividade de gratidão e respeito. A curandeira andina enquanto está lidando com o solo se relaciona com o universo místico e mágico das plantas.

Essa devoção também é grande e genuína com o Cosmos em que o conhecimento pelas estrelas está na maior parte dos tecidos. Então, através do têxtil, essa cultura se especializou em criar poéticas, registros, mistérios e rituais, se configurando em uma perspectiva espiritual e estabelecendo uma forte relação entre céu, terra e humano.

Pretende-se também mergulhar no útero das curandeiras andinas, se aproximando da perspectiva da criação do micro (útero) com o macro (Cosmos e Terra).

**PALAVRAS-CHAVE: Andes, Têxtil, Cosmovisão, Pachamama, Curandeiras Andinas.*



INTRODUÇÃO

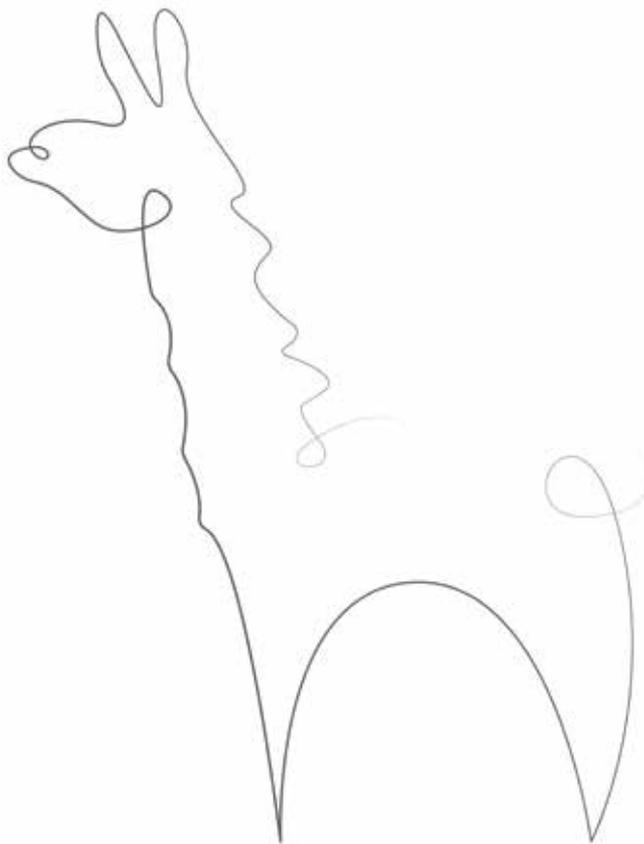
No decorrer do meu trabalho com artes-manuais, venho observando a potência e a aceitação da imperfeição que traz o simples fazer com as mãos. Me atento a algo de não fácil definição. Uma sensação. Conexão. Um encaixe com o todo. Um reconhecimento com a unidade. Um coexistir intrínseco com o processo artesanal. Algo talvez não visto a olho nu, mas como diz Nathalia Abdalla: *“No invisível, nada passa despercebido”*. E, olhando ao redor, notei como o meu cotidiano já estava preenchido pela nuance da poética manual que, no fundo, sempre habitou em mim.

Nas artes têxteis das curandeiras andinas, tema da pesquisa, percebi certo diálogo com essa minha inquietação: com a percepção do tecer ser muito mais que “apenas tecer”. Existe algo a mais nessa junção de fios, nessa trama, nessa teia. Um quê de alma, um gosto de espiritualidade, um perfume de paz, um som de plenitude, um tom de mistério. Amor. Néctar... Me aproximar desse silêncio, que tudo revela, é a força motora da minha pesquisa!

Juntamente tenho como um desejo a inspiração. Inspiração para voltarmos. Voltarmos a coexistir integralmente, com todos os seres, com as forças e com os elementos. De forma não linear, nem tampouco hierárquica. Mas sim um coexistir harmônico. Uma reconexão a uma ruptura que, na verdade, nunca ocorreu. Assim como afirma Carolina Guimarães em sua tese, “A Cultura do Cuidado”:

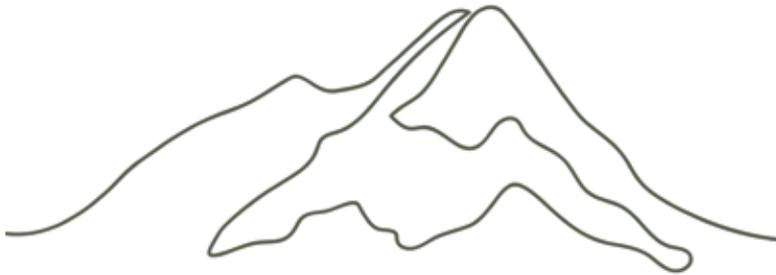
“Muitas gerações se passaram desde que nos esquecemos da ligação primordial e intransponível entre o humano e toda a criação. Os homens e as mulheres modernos, engajados na busca por respostas intelectuais para os mistérios da vida, acabaram por desacreditar nos gestos sutis que explicitavam essa relação de pertencimento.”

A não insistência das curandeiras andinas na busca por respostas intelectuais para os mistérios da vida talvez seja justamente o que as aproxima das respostas. Naturalidade, simplicidade, desapego e, acima de tudo, **PRESENÇA**.



OS ANDES

Não é objetivo dessa pesquisa nos aprofundar na geografia, história e colonização andina, no entanto, para nos situarmos melhor, segue uma visão panorâmica dos aspectos a seguir.





GEOGRAFIA

Se o povo andino fosse um tecido seria um patchwork ou uma colcha de retalhos. Sua formação é composta por diferentes e variadas culturas independentes que se desenvolveram aos arredores da Cordilheira dos Andes que, geograficamente, surgiu de um choque entre duas placas tectônicas: a placa de Nazca e a placa sul-americana.

A Cordilheira dos Andes está localizada na costa ocidental da América do Sul e se estende desde a Venezuela até a Patagônia, caracterizando a paisagem de Chile, Argentina, Peru, Bolívia, Equador e Colômbia, também conhecida como América Andina.

Possui aproximadamente oito mil quilômetros de extensão. No nível de comprimento, é considerada a maior cadeia de montanhas do mundo. Sua altitude média gira em torno de quatro mil metros, sendo seu ponto culminante o monte Aconcágua, situado na província de Mendoza, na Argentina, com seis mil novecentos e sessenta e dois metros de altitude.

O clima na América Andina varia de acordo com a proximidade da Cordilheira dos Andes, podendo ser equatorial, tropical, mediterrâneo e temperado e desértico (sul do Peru e norte do Chile). Nos picos mais elevados, existe a presença constante de neve.

A vegetação também é distinta, seguindo as condições climáticas. Sendo assim, podemos encontrar floresta equatorial amazônica; arbustos; floresta temperada de coníferas, florestas tropicais, xerófitas e estepes.

A formação geológica da Cordilheira apresenta diversos vulcões, com a presença de terremotos. Já, em outros trechos, é ramificada, o que impede a formação de uma cadeia montanhosa.



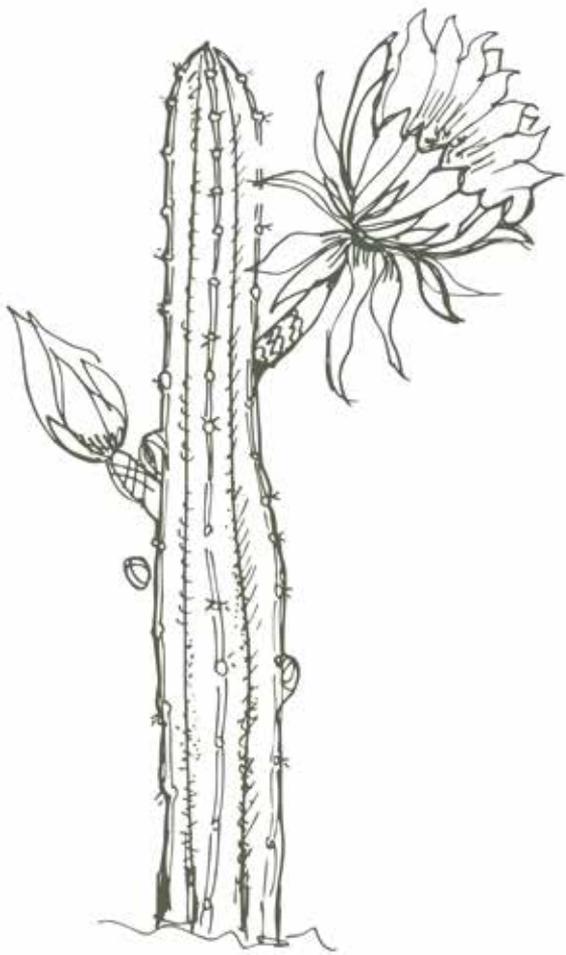
HISTÓRIA

Muito antes da chegada dos espanhóis e portugueses à América, desde 1492, o continente já era habitado por várias tribos e povos originários. As civilizações andinas compunham um mosaico de diferentes culturas independentes que se desenvolveram no entorno da Cordilheira dos Andes. Elas tinham base principalmente nas culturas do Peru Antigo.

Algumas tribos cresceram e se desenvolveram bastante, como foi o caso da civilização Inca, que surgiu no início do século XII e se estendeu por um grande território. O império Inca foi a última entidade política soberana; a convivência com os povos, que foram conquistados, era muitas vezes hostil.

Muitos elementos das antigas civilizações como a arquitetura, idioma, artesanato e religião foram exterminados. Entretanto, alguns povos andinos sobreviveram e até hoje criam uma cultura de respeito e reciprocidade entre si e com a natureza. Levam um dia a dia em harmonia entre si e com o planeta.





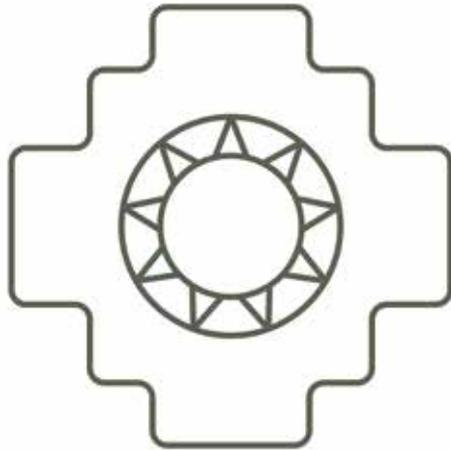
ESPIRITUALIDADE

Ainda que, com algumas distinções entre os povos, a espiritualidade andina se baseia no cosmos, na terra e em todos os elementos divinos e naturais como a chuva, o trovão, o vento, as montanhas, alimentos, plantas, animais, rios, oceanos, fontes... É uma espiritualidade sutil ligada à percepção da vida. Entre as deidades, destacam-se o Sol, as Luas, Vênus e os aglomerados estelares do Cruzeiro do Sul, Plêiades e Orion.

Na observação desses fenômenos e da realidade ao redor, começaram a surgir os questionamentos de quem somos nós, de onde viemos, o que é tudo isso, o que é real, o que é sonho... E, a partir da necessidade de compreensão e de pertencimento, originaram-se os conceitos de cosmovisão e a mitologia andina como expressões e representações em que o real e imaginário se conectam. Sendo também a reprodução de como cada povo enxerga, entende, decodifica e sente o mundo.

Acredita-se que alguns xamãs, mulheres e curandeiros das comunidades lidam com o sobrenatural e têm a habilidade de atuar nos dois planos. Em síntese, o coração e a alma da espiritualidade andina são contínuos e conferem uma constante conduta em restabelecer o desequilíbrio universal. Possuem consciência que os fazeres individuais refletem e se estendem desde a Terra, passando pela comunidade e seguindo até o cosmos numa teia de inter-relações essenciais. Está tudo conectado.





COSMOS

“O mundo é comigo dentro.”

Nina Veiga

No dicionário, encontramos a definição de ‘cosmos’ como *“o universo que, constituído por matéria e energia, se ordena de acordo com suas leis particulares”*. E, segundo a filosofia, o universo é mantido por leis regulares e está disposto de maneira integrada.

Etimologicamente, ‘cosmos’ vem do grego kósmos que pode ser traduzido da como “organização”, “ordem”, “beleza” e “harmonia”. Caracteriza o universo em todo seu conjunto. Do micro ao macro. Totalidade dos elementos – desde as estrelas até as micropartículas.

Para o filósofo grego Pitágoras, que foi o primeiro a utilizar o termo ‘cosmos’, em cada ser e no universo inteiro existe harmonia perfeita, o que conversa diretamente com o conceito andino de cosmologia e tessituras.

“Tudo o que já foi, tudo o que é e tudo o que será.”

Carl Sagan

O conceito de Cosmovisão andina nada mais é do que a consciência de que fazemos parte do todo. De que estamos conectados com o céu e as estrelas assim como com a Terra (carinhosamente chamada de Pachamama), com o reino vegetal, mineral e animal. A consciência dessa grande teia, muitas vezes invisível a olho nu, faz com que cada ação provoque uma reação nesse conjunto. Até aí pode ser que não seja nenhuma novidade nem

algo que possa ser recebido de uma maneira tão espetacular, mas esse é justamente o singular olhar andino: tudo muito simples e harmônico. Já é! Só precisamos entrar na dança cósmica. Se apropriar do nosso lugar. Incorporar!

Essa visão, compreensão e entendimento das curandeiras e do povo andino são usados como força motriz para exercerem qualquer atividade que estão realizando.

“O jeito que você faz uma coisa é o jeito que você faz todas as coisas.”

Scott Schwenk

Não se trata, desse modo, propriamente do que está sendo feito e, sim, como está sendo feito. Não existe essa separação entre a agricultora, a contadora de histórias, a dona de casa, a poeta, a mãe, a tecelã... Todas são UMA! Todas são UNA! Assim, segue a contínua relação andina com o todo, em que o universo é primordialmente um sistema de energias e seres interconectados e vinculados uns aos outros.

É cuidar da natureza, observar e vivenciar o cosmos e a Terra. Entender que entre esses dois pontos está o humano (além dos outros reinos – vegetal, mineral, animal). E, para garantir a harmonia da unidade, a relação sagrada entre todos os seres entre si, a Mãe Terra, o sol e estrelas se faz presente. Por isso, o viver em comunidade e o cuidado com todas as relações, o amor e o respeito a todos os seres. É a incansável tentativa de se assemelhar a esse sistema unitário, bem ordenado e harmonioso.

Em resumo, a conexão sagrada entre a mãe terra Pachamama, a humanidade e o céu é o mais importante na cosmologia andina. É a relação vital entre o micro e o macro. É a observação e a contemplação desses grandes

processos cósmicos resultam na compreensão da vida humana. Autocoq
nhhecimento. Pistas e respostas para a pergunta que constantemente nos
ronda: “*Quem somos nós*”; “*O que é tudo isso*”?

A observação do cosmos e da Terra e de toda a totalidade é, ao mesmo
tempo, a observação de nós mesmos. A observação do ser humano. O req
conhecimento de si no todo. O pulsar da vida.





PACHAMAMA

*“Montanha, vale, floresta e mar
Flora e fauna, paisagem sem fim
Caverna de pedra, lagoa de água
Semente, raiz, caule e flor
Como pode ser que o humano não respeite
A lei da vida
O que nos sustenta
Honre a terra, reze para o céu
Ame seus irmãos
Levante o peso
Terra a mais bonita de todas
Eles querem vender seu belo corpo
Perdoe-os porque eles não sabem
Que procuram poder em vez de amor
Fé e força
Fé e força
Nós elevamos nosso amor para a vida
Para a terra, o sol e a lua
Juntos em direção às estrelas.”*

Danit Treubig



Pachamama, a Mãe Terra, é uma divindade na cultura dos indígenas andinos. Considerada como uma deusa que está presente em meio aos seres humanos não apenas através do solo, mas em toda a sua totalidade, provê o sustento e o amparo. Provê a vida!

Pacha – abrange conceitos como tempo, espaço, a terra o divino e o sagrado.

Mama – maternidade, fertilidade...

Existe muito saber no gesto das curandeiras andinas quando estão lidando com a terra. Muita consciência. Plantam e semeiam com veneração e gratidão. Percebem que estão trabalhando não só com o alimento, plantas e ervas, mas também com o espírito deles. Dessa maneira, a agricultura ganha uma visão mais ampla.

As curandeiras andinas fazem muitos rituais e oferendas para Pachamama. Além dos agradecimentos, pedem proteção, uma boa colheita, fertilidade e intuem com esses cuidados reparar o dano crescente que nós, seres humanos, exercemos sobre a terra e o meio ambiente. Elas se espelham em Pachamama adquirindo a paciência de quem percebe os fenômenos de vida-morte-vida, entendendo e respeitando os intervalos, em que cuidar da terra é uma forma de oração.

Acima de qualquer coisa, uma curandeira andina é uma protetora de Pachamama – uma senhora das folhas e dos elementos. E a curandeira, que é primordialmente agricultora, se relaciona com o universo místico e mágico das plantas enquanto lida com a Terra. Cuidar de Pachamama é um cuidado intrínseco ao cuidar da vida. Não é apenas para se manter vivo, mas por estar vivo.

BEM VIVER

No mundo andino, o tempo passa lentamente e nesse compasso as curanqueiras se rendem a um ritmo bem distinto do mundo contemporâneo. Um tempo em que não há necessariamente dias da semana, meses, anos. São influenciadas pelos ciclos das luas, estações, solstícios e equinócios. Um tempo governado por uma força maior. Natural e invisível, longe de calendários e agendas com infundáveis tarefas. Um tempo em que sendo sensíveis, atentas, calmas e presentes, permitem abrir-se ao sutil. Habitadas em suas próprias peles e corpos. E é nesse contexto que elas tecem, plantam, cozinham, bordam, leem, escrevem, amam, se relacionam, ouvem e contam histórias. Um estilo de vida simples e poético. A qualidade do Bem Viver.

No livro “La palabra que Camina”, o sociólogo Adalid Baspineiro explica que o Bem Viver é um conceito que abarca, como os aspectos principais da cosmovisão andina, a harmonia entre todos os seres, o compartilhamento do trabalho coletivo, a solidariedade comunitária, o respeito à Mãe Terra, o equilíbrio entre todas as forças e elementos naturais e com o espaço solar. Considera que esses planos são inseparáveis, o que reafirma o conceito de cosmovisão.

O Bem Viver está se espalhando por vários países europeus e já faz parte da constituição do Equador e Bolívia. E não se trata de incentivar a arte de não fazer nada, mas propor outros mundos possíveis, uma alternativa a um modo de viver atual que devasta o meio ambiente e culmina em uma extrema desigualdade social. Propõe a tarefa de aprender desaprendendo, construindo uma nova história pensada e sentida a partir do respeito aos povos originários, à diversidade e à natureza.

Alberto Acosta ressalta em “O Bem Viver” uma oportunidade para imaginar

outros mundos: os princípios da solidariedade, responsabilidade e reciprocidade, conceitos básicos do mundo andino. Escreve também sobre uma nova economia baseada nas bases comunitárias, diferente do capitalismo ou socialismo.

O Bem Viver se preocupa em satisfazer as gerações atuais sem comprometer as futuras. Preocupa-se em promover padrões de consumo que levam à sustentabilidade e não ao mercantilismo ambiental que existe hoje. Acosta ainda salienta que o Bem Viver não é uma meta e sim o motor do processo. Um jeito em que o ser humano é colocado como uma promessa e não uma ameaça.

Ou seja, uma simplicidade voluntária, genuína, que vai na contramão dessa euforia pelo desenvolvimento devastador e descontrolado. Essa simplicidade não se descola da beleza, da magia e da poesia – ela tem graça, charme, vida e amor. É uma simplicidade em tirar os excessos prejudiciais e deixar apenas o que potencializa a nossa essência.

A Terra dá sinais claros de falência e toda essa busca tecnológica para solucionar os desequilíbrios que causamos parece somente agravar o problema. O ponto é: há diferentes modos de existir com intensa qualidade, ternura e prazer, diferente do modo negativo como vivemos hoje, e o modo andino de viver, em que o individual, social e planetário coexistem, serve como muita inspiração. Mesmo porque a base do pensamento do Bem Viver é indígena. Em Quechua, um dos idiomas nativos, Bem Viver é SumakKawsay.

“Tecer nos Andes não é só tecer, é sustentar um diálogo com a origem.”

RESISTIR E EXISTIR

Apesar de todo massacre e tentativa de homogeneização que os colonizadores persistiram com a invasão espanhola em nome do “progresso” e de se sentirem legitimados a desqualificar conhecimentos de povos tradicionais, o têxtil andino persistiu e perdurou, carregando com ele histórias e memórias. E ainda que o colonizador tenha tentado acabar e proibir a cultura local, impondo a sua própria, o povo andino tecia às escondidas e, clandestinamente, fiava e trabalhava em seus teares.

Desse modo, não temos como falar do universo andino sem falar do têxtil, pois está na sua origem. Ele não apenas vive, como também atua no povo andino. Faz parte do sentir. As crianças aprendem a tecer desde muito cedo. Tecer é um ato de lembrar, não é apenas um trabalho artesanal. É um modo de viver, um estilo de vida. Tecer, para o mundo andino, é um ato de registrar história, de fazer literatura. É a relação com os outros seres como as ovelhas e as alpacas. A relação com o tear e com as agulhas. A relação com a palavra. É poetizar através dos fios, agulhas e teares.

Hoje, assim como antes, o tecido faz parte do cotidiano. As mulheres tecem rezando, meditando, durante as contações de estórias, nos encontros, nos rituais... As mãos se ocupam enquanto o espírito vai as banhando. Transportando em suas tramas muito mais do que fios e lãs. Sustentando gerações, emoções, conexões, sentimentos, respirações. Amor e verdade. Presença! Ele foi urdido e originado das entranhas do universo interno. Gestos manuais e ancestrais. E desse “tudo junto”, que é tão poderoso, os fios, como um prolongamento dos dedos, vão se expressando ao que laco-

nicamente denominamos tecido. Portanto, nas tessituras andinas, com sua cosmovisão e integração, o visível e o invisível estão sendo tecidos, em pleq na comunhão com a vida, deixando vazar ao máximo a experiência.

Soma-se a isso o fato do que está em questão quando se tece. O elemento de preservação de identidade e de resistência sociopolítica, além do próprio susq tento econômico. Assim como o seu valor utilitário nos mantos, vestuários, chumbres, e outros artigos do cotidiano andino necessários para o conforto e até sobrevivência.

Cada aldeia usa os seus próprios elementos, de acordo com seu entorno, e imprime em seus tecidos a marca de sua cultura. Antes, nos tecidos, estavam escritos rituais espirituais, como se fossem livros. Por isso, também essa rela q ção preciosa com o tecido. E a tecelã, que tece com maestria, preserva a sabeq doria do mundo andino. Sabedoria e mãos se expressando no Andes. São gesq tos cósmicos do que está atuando no exterior, se reproduzindo no interior e sendo traduzido no tecido. Um fazer com o que há de mais espiritual. Sagrado!



CURA, RESGATE E CONSUMO

Há aproximadamente três décadas começou um movimento de resgate e preservação das artes têxteis andinas. Uma busca da ancestralidade. Os motivos para isso vão desde uma tentativa de transformação nos padrões de consumo atuais, visando a uma economia mais inclusiva e sustentável e transcendendo a coisificação, até a busca por uma qualidade do bem viver. Isso porque a sociedade levou as mulheres a viverem de uma forma extremamente perfeccionista, controladora, complexa e esse resgate do feminino é muito curador em vários aspectos.

As artes-manuais nos ajudam a fazer o caminho de volta para casa, para nossa casa interna. Para nosso lugar de potência. Voltar ao nosso ritmo natural. Ao ritmo da terra. Abundância. Estou falando aqui de simplicidade, sutileza, conexão e delicadeza. A maior parte dos objetos de poder do mundo andino tem a ver com o tecido. Por isso, buscar uma comunhão com os fios nos permite voltar a transitar pela alma e devanear pela existência feminina.





CURANDEIRAS

“Ser uma mulher de conhecimento é uma das coisas mais belas que uma mulher pode fazer.” Trinidad Aguilar

O poder do tear é tão potente, que as mulheres andinas, para se tornarem curandeiras, eram treinadas como tecelãs. Aprendiam e aprendem a ser mestras com o básico. A sua missão principal é entrar em contato consigo mesma. Com o feminino que está no profundo do seu ser. Entrar em contato com o seu útero. É se colocar a serviço. Serviço de alma que é o mesmo serviço de amor à terra. Amor a Pachamama.

Uma curandeira andina é uma mãe, uma avó, uma agricultora, uma parqueira, uma filósofa, uma poeta. Uma mulher! Uma mulher que está à vontade na própria pele. Rendida a si mesma. Rendida à vida. Liberta.

É também uma maga, uma alquimista, uma artista de Pachamama que, com seus pés na terra a partir de uma completa conexão cósmica e com o seu útero, ela (se) cura.

Ela cura desse lugar de amor.

Ela cura a partir de um querer do todo e de todos.

Ela cura, pois vive o coletivo e não o individual.

Por acreditar intensamente na unidade, a curandeira andina tece sensivelmente já que está aberta ao sutil acessando algo maior.

Ela reconhece o todo e reproduz conhecimento.

Ela é livre para seguir o caminho de sua alma.

Cristina Tomé mostra bem esse lidar com o tecer das curandeiras andi-

nas e de como uma mulher que se cura, cura também as gerações passadas e futuras. Ela afirma:

“A arte-manual é uma respiração que torna possível a materialização de forças contidas do ser, não necessariamente consciente, mas que torna consciente. Este fazer coisa viva, com material criado do vivo que habita o ser humano, torna possível criar mais de si em si mesmo e em torno. É um respira mundo dentro que transforma o mundo afora.”

Nos Andes, as mulheres aprendem a tecer desde pequenas. É um processo iniciático, em que a sementinha da sabedoria feminina já vai sendo cultivada. Elas amarram seus teares na cintura, de modo que os fios saiam diretamente do útero. Assim vão fazendo a relação do ventre com as lãs, os fios e as estrelas. Muitas vezes, amarram os teares na cintura e a outra extremidade nas árvores, ao tentarem conversar; na realidade, escutar Paq chamama. A árvore é como se fosse um cordão umbilical.

As curandeiras andinas também têm ciência que a atividade com o tecido é um grande exercício terapêutico para as mulheres. Além de presença, lembram do valor do que é feito à mão, assim como o ritmo do tempo de todas as coisas. Percebem os hiatos, entendem a força da paciência.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

“A poesia é um compromisso da alma.”

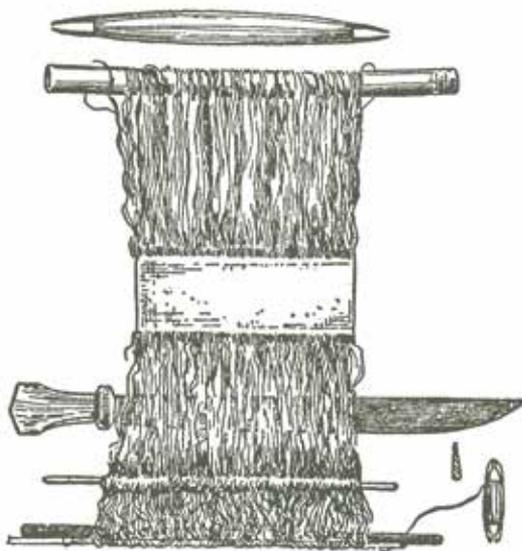
Quando iniciei essa pesquisa, queria muito descobrir o segredo das curandeiras andinas no têxtil. Tinha até uma ingênua esperança de visualizar algo concretamente mágico no Cruzeiro do Sul e talvez ser capaz de tecer esses códigos secretos, essas geometrias sagradas.

Queria ter uma resposta. Mas, ao longo dos estudos, descobri que não existe uma resposta concreta, curta, restrita, encaixotada, linear. Pelo menos não existe uma resposta mensurável, científica ou racional. O que existe, e isso sim é muito forte, é uma confiança inabalável dessas mulheres que as coloca nesse espaço de paz e conexão. Elas não questionam, pois têm a resposta. E a resposta é o amor, é a luz, é a unidade. E estes são os ingredientes que estão nos mágicos tecidos andinos.

As curandeiras não tecem de um lugar de ego: está bonito, está feio, está certo, está errado... O tecido é consequência de uma mulher que está completamente apaixonada pela vida. Integrada. Encaixada. Em completa conexão com o mundo. Com o ventre transbordando.

Elas se permitem ser um canal. Sabem que são sementes do universo. Sabem que há algo sutil que inspira a matéria e que é soberana a matéria. Estão em um estado de presença e comunhão com o tecido que tudo passa a ser uma coisa só, um só corpo. Um grande enlace cósmico. Unidade!

O mundo andino nos chama a sermos puras, simples. A sermos livres. Nos convoca também a salvar Pachamama. A terra está nos esperando. Uma consciência maior está nos esperando. A vida está nos esperando. As outras mulheres estão nos esperando. Precisamos nos lembrar. Precisamos despertar!



REFERÊNCIAS

ACOSTA, Alberto. O Bem Viver: uma oportunidade para imaginar outros mundos. São Paulo: Elefante, 2016.

BASPINEIRO, Adalid Contreras. La palabra que camina comunicaci3n popular para El vivir bien/buen vivir.

ESTÉS, Clarissa Pinkola. A ciranda das mulheres sábias. Rio de Janeiro: Rocco, 2007.

ESTÉS, Clarissa Pinkola. Mulheres que correm com os lobos. Rio de Janeiro: Rocco, 2018.

GUIMARÃES, Carolina de Carvalho Duarte. A cultura do cuidado: narrativas de reencantamento do mundo. Tese de Doutorado. Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF), 2019.

MCKEOWON, Greg. O Essencialismo – a disciplinada busca por menos. Rio de Janeiro: Sextante, 2015.

SHUCMAN, Helen. Um Curso em Milagres. São Paulo: Pensamento, 2007.

ZAMBRANO, Pilar Echeverry. Samai, A Arte das Curandeiras. Porto Alegre: Gráfica RJR, 2016

