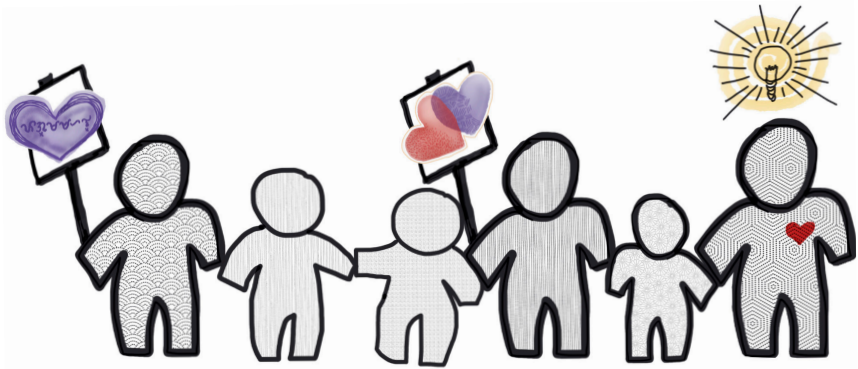




**Verkt yg f r att organisera
mot klimatkrisen**

INNEHÅLL

Vi måste göra slut på förtryck samtidigt

som vi gör slut på klimatkrisen–1

Vilken roll spelar förtryck–2

Viktigt att läka personliga skador–2

Att bevara oss själva som aktivister och organisatörer–3

Omvärderande Parsamtal–6

Verktyg för att förbättra vårt arbete–7

Nytt och bra–8

Uppskattningar–8

Talarordning–9

Samtal–9

Tänk-och-lyssna–10

Stödgrupper–10

Diskussionsformat–11

Paneler–11

Vårt åtagande–13

Illustrationer av Ana Liza (AL) Caballes

Översatt av Søren Holm

Copyright 2019 Rational Island Publishers. Inga delar av denna skrift får användas eller reproduceras utan skriftligt godkännande, förutom korta citat i recensioner.

ISBN: 978-1-58429-238-8

\$2.00 (U.S.)

Vi måste göra slut på förtryck samtidigt som vi gör slut på klimatkrisen

Det går att begränsa effekterna av de klimatförändringar som orsakas av människan och återställa miljön – och det behövs stora förändringar för att lyckas med det. *Bevara och vårda allt liv* och *Förenade för att göra slut på rasism* anser att krisen för miljön inte kan lösas utan att göra slut på rasism, folkmord mot ursprungsbefolkningar, klassförtryck, kvinnoförtryck och andra förtryck samtidigt som vi arbetar för att göra slut på klimatkrisen. Effekterna av miljöförstörelsen drabbar hårdast just de grupper som är utsatta för förtryck, och andra utsatta grupper (bland annat äldre, funktionsnedsatta och mycket unga). Dessa grupper måste vara med i att skapa strategier och lösningar för att ta itu med klimatkrisen. De ändringar som behövs kommer att kräva en enorm, världsomspännande rörelse av människor från alla bakgrunder som kämpar mot både effekterna av klimatförändringarna och förtryck.

I *Bevara och vårda allt liv* och *Förenade för att göra slut på rasism* anser vi att det som kan hindra oss från att bygga en tillräckligt stor och kraftfull rörelse bland annat är: (1) långvariga splittringar (oftast orsakade av förtryck, särskilt rasism och klassförtryck) mellan nationer och stammar och mellan grupper av människor inom nationer och stammarg, (2) utbredda känslor av uppgivenhet och maktlöshet, (3) förnekelse av miljökrisen eller misslyckande att ta itu med den i den omfattning och hastighet som behövs för att lyckas, och (4) svårigheter att effektivt ta itu med sambanden mellan miljökrisen och hur våra ekonomiska system har misslyckats. *Bevara och vårda allt liv* och *Förenade för att göra slut på rasism* arbetar för att ta sig an dessa frågor och fler.



De ändringar som behövs kommer att kräva en enorm, världsomspännande rörelse av människor från alla bakgrunder som kämpar mot både effekterna av klimatförändringarna och förtryck.



* *Bevara och vårda allt liv* (**Sustaining All Life**) är en internationell gräsrotsorganisation som arbetar för att sätta stopp för klimatkrisen inom ramen för att göra slut på alla splittringar mellan människor.

Förenade för att göra slut på rasism (**United to End Racism**) är en grupp människor av alla åldrar och bakgrunder, i många länder, som är engagerade för att eliminera rasism i världen och stöda alla andra gruppers ansträngningar mot detta mål.

Vilken roll spelar förtryck

Våra ekonomiska system bygger på utnyttjande och förtryck och kräver tillväxt och vinst med mycket lite hänsyn till människor, andra livsformer eller jorden själv. Förtryck (som rasism, klassförtryck, kvinnoförtryck och förtryck av unga) påverkar alla, vållar enorma orättvisor, begränsar tillgång till resurser och skadar livet för miljarderna av människor. När vi väl har utsatts för förtryck skapar det en dragning att agera ut de skador vi fått på andra. Mycket av de känslomässiga och mentala skador som människor drabbas av kommer från att skador förs vidare på det här sättet. Även om människor är sårbara för att agera ut förtryck så är förtryckande beteenden inte inneboende i oss. Det uppstår bara när en människa har skadats känslomässigt. Förtryckande samhällen utnyttjar denna sårbarhet för att skapa och upprätthålla ekonomiskt utnyttjande.

Viktigt att läka personliga skador

Den känslomässiga skada som vi får i våra samhällen av förtryck hindrar vår förmåga att tänka klart och ställer olika grupper mot varandra. Det gör det svårt för oss att tänka på och svara effektivt på miljökrisen. Människor skulle inte gå med på ett samhälle som exploaterar människor och skadar miljön om de inte hade blivit skadade själva först.

Att läka från de skador som hjälper till att hålla förtryck på plats, och leder till andra skadande beteenden, är inte lätt och går inte snabbt. Många av oss undviker att göra det jobbet eller rättfärdigar vårt beteende därför att vi känner oss skadade. Eller så överlever vi genom att bedöva oss och blunda för de skador vi bär på och utgår från att vi aldrig kan bli fria från dem.

I *Bevara och vårda allt liv* och *Förenade för att göra slut på rasism* har vi lärt oss att det är möjligt att befria oss från dessa skador. Vi kan läka skadliga upplevelser om någon lyssnar uppmärksamhet till oss och tillåter och uppmuntrar oss att släppa ut sorgen, rädslan och andra smärtsamma känslor. Det sker genom våra naturliga läkningsmekanismer: prata, gråta, skaka, uttrycka ilska och skatta. När vi släpper ut olyckliga känslor i ett stödjande nätverk kan vi förbli enade, hoppfulla, glada och beslutsamma. Det ger i sin tur styrka att bygga våra rörelser för att stoppa effekterna av klimatförändringarna och förtryck. (Se sidan 6)



Människor skulle inte gå med på ett samhälle som exploaterar människor och skadar miljön om de inte hade blivit skadade själva först.



Att bevara oss själva som aktivister och organisatörer



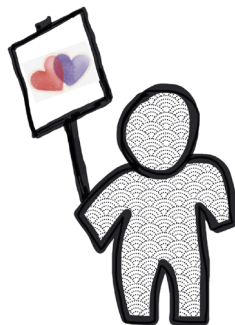
BATANGAS, PHILIPPINES • ANA LIZA (AL) CABALLES

Många viktiga förändringar i vårt samhälle har redan åstadkommits genom att människor gick ihop, sa ifrån och slöt sig samman runt gemensamma krav. Vi som är miljöaktivister och organisatörer bryr oss mycket om jorden, dess invånare och vårt arbete och vi har gjort viktiga framsteg. Det finns mycket att vara stolta över, men vi glömmer lätt vad vi åstadkommit i det dagliga slitet med att organisera.

De stora företag vars vinster fortfarande bygger på verksamhet som orsakar klimatets sammanbrott och de offentliga instanser som stödjer dem, kämpar alla emot de förändringar som måste ske, med alla till buds stående medel. De angriper aktivister, organisatörer och organisationer. De ljuger, köper "experter" som stödjer deras lögnar och dränker media med felaktig information och lögnar. Deras enorma vinster ger dem resurser att kunna upprätthålla de exploaterande policyer och verksamhet som fortsätter att skada jorden och dess invånare.

▶ **Vi som är miljöaktivister och organisatörer bryr oss mycket om jorden, dess invånare och vårt arbete och vi har gjort viktiga framsteg. Det finns mycket att vara stolta över.** ◀

Detta kraftfulla motstånd kan få många av oss att känna oss uppgivna när våra försök att förändra inte omedelbart lyckas. Vi kan också känna oss maktlösa, utmattade, inte tillräckligt smarta, ensamma och överväldigade av det vi behöver göra. När vi känner så är det svårt att vara motiverade att skapa förändringar.



Vi försöker oftast att strunta i dessa känslor och fortsätter att jobba på för att förändra, men om vi inte tar itu med dem kan det leda till att vi offrar vår hälsa och välmående. Vi kanske inte kan förstå våra egna intressen och länka samman dem med andras. Vi kan till och med kritisera, bli arga på eller underminera varandra. Vi kanske inte hittar lösningar och ger upp att vara aktivister, organisatörer och ledare. Vi kanske inte längre har energi nog att göra det jobb vi bryr oss så mycket om.

Vi brottas alla med att leva i ett förtryckande samhälle. Vi är förtryckta av och bevittnar rasism, klassförtryck, kvinnoförtryck, förtryck av ursprungsfolk och många andra förtryck och det är omöjligt att inte införliva deras budskap. Dessa införlivade förtryck kan få oss att tvivla på oss själva, känna oss otillräckliga och kämpa med våra relationer till varandra. När dessa införlivade förtryck splittrar oss inom eller mellan våra organisationer och grupper kan vi komma att konkurrera med varandra för makt, kontroll, erkännande eller resurser. Det kan hindra oss från att se eller agera utifrån våra gemensamma intressen för en rättvis och hållbar framtid.

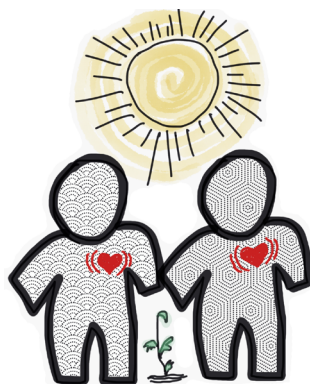


EREMITKRABBA I YIGO, GUAHAN • TRESSA DIAZ



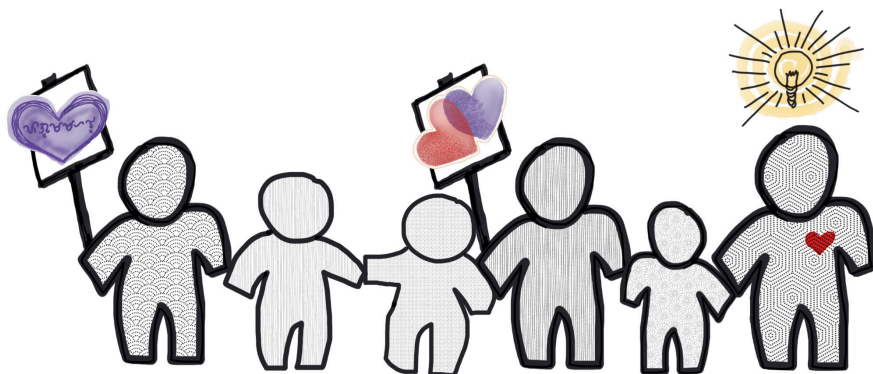
SANTA RITA, GUAHAN • ANA LIZA (AL) CABALLES

För att, år efter år, orka ta itu med klimatförändringarnas utmaningar behöver vi starka stödsystem. Vi behöver bygga relationer där vi kan ägna uppmärksamhet åt svårigheter när de uppstår, övervinna dem och gå vidare. Vi måste göra ogjort den skada som drabbat oss alla genom förtryck, bristande kontakt med andra och rädsla. Om vi gör det kan vi hålla ut på lång sikt, växa, frodas och fortsätta tänka medan vi gör jobbet. *Bevara och vårda allt liv och Förenade för att göra slut på rasism* lär människor hur man skapar sådana stödsystem.



Vi måste göra ogjort den skada som drabbat oss alla genom förtryck, bristande kontakt med andra och rädsla. Om vi gör det kan vi hålla ut på lång sikt, växa, frodas och fortsätta tänka medan vi gör jobbet.

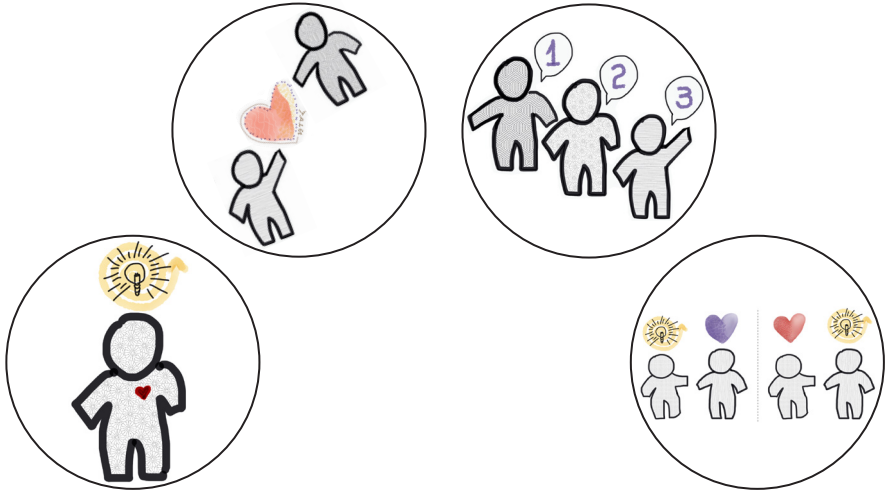
Omvärderande Parsamtal



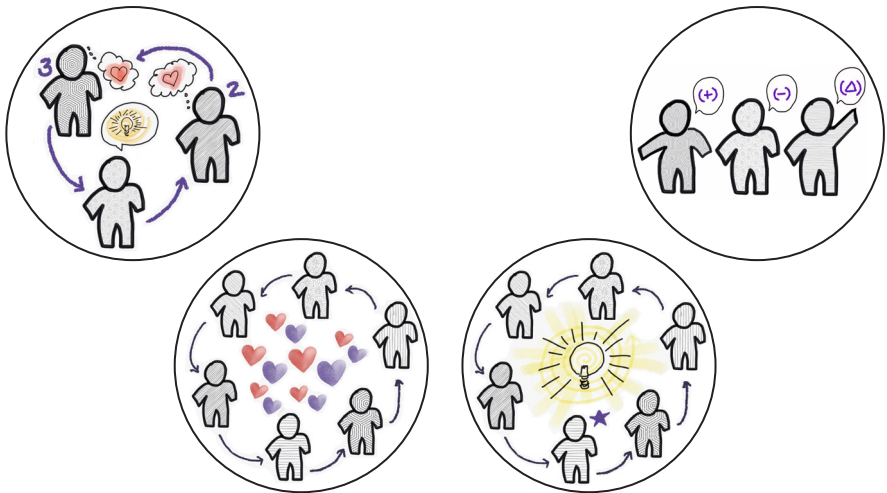
Bevara och vårda allt liv och *Förenade för att göra slut på rasism* är projekt som drivs av och använder verktyg från Omvärderande Parsamtal. Omvärderande Parsamtal är en process där människor i alla åldrar, ursprung och bakgrunder kan lära sig att ge varandra effektiv hjälp för att befria sig från effekterna av gamla skadliga upplevelser. Omvärderande Parsamtals teori utgår ifrån att alla föds med enorm intellektuell kapacitet, omtanke och naturlig entusiasm för livet, men att dessa egenskaper har blockerats och dolts av ansamlade skadliga erfarenheter som började tidigt i våra liv.

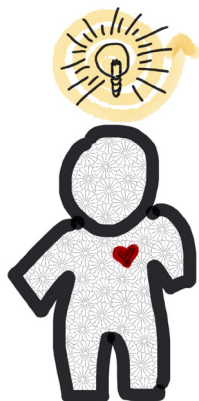
Vilken ung människa som helst skulle spontant återhämta sig från sådana skador genom de naturliga läkningsprocesser som yttrar sig som känslomässig urladdning (gråt, skakningar, ilska, skratt, med mera). De här processerna hindras för det mesta av välmenande människor som felaktigt tror att de känslomässiga uttrycken (d v s läkningen från skadan) är själva skadan.

När tillräcklig känslomässig urladdning kan ske blir vi fria från de beteenden och känslor som skadan lämnade kvar. Då kan vår grundläggande kärleksfulla, samarbetsvilliga, intelligenta och entusiastiska natur fungera mer effektivt för att se efter både våra egna och andras intressen, och vi kan agera mer framgångsrikt mot orättvisor.



Verkt yg f r att f rb ttra v rt arbete





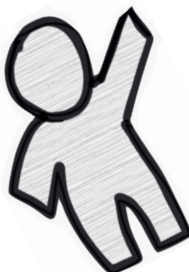
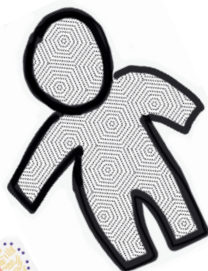
Nytt och bra

När en grupp samlas säger varje deltagare vad som går bra – i deras personliga liv, i de projekt det jobbar med, och så vidare. Att börja ett gruppssamarbete med Nytt och Bra drar deltagarnas uppmärksamhet bort från störningar, uppgivenhet och annat som kan uppta dem och göra det svårt att tänka på det aktuella ämnet; och det hjälper dem att känna sig mer i kontakt med varandra.

Uppskattningar

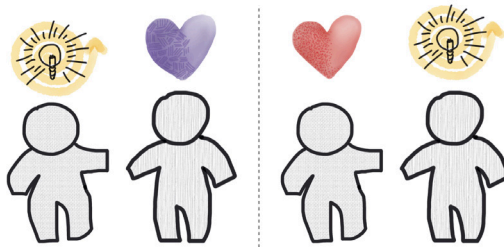
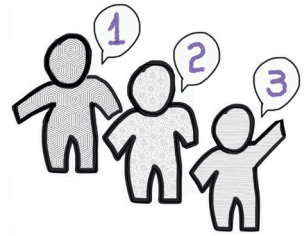
Var och en uppskattar någon annan. Ingen lämnas utanför. Att få uppskattning hjälper en att inse att andra vet att en har bra egenskaper och något positivt en kan bidra med. Det förbättrar relationer. Det hjälper människor att delta mer fullständigt i projekt och diskussioner. Det går bättre att jobba ihop när människor känner sig inkluderade och uppskattningar är ett sätt att se till att de gör det.

Det är lättare för människor att göra förändringar, komma på nya idéer och rätta till sina misstag när de är nöjda med sig själva och vet att andra också är nöjda med dem. Att uppskatta sig själv och varandra hjälper till att skapa en inkluderande miljö.



Talarordning

Med det här formatet ges deltagare ur förtryckta grupper möjlighet att tala först, innan deltagare från grupper som spelar förtryckande roller talar. Det bryter sociala mönster av dominans. Det gör det möjligt att ha meningsfull kommunikation mellan människor i förtryckta grupper och de som samhället har tilldelat förtryckande roller.

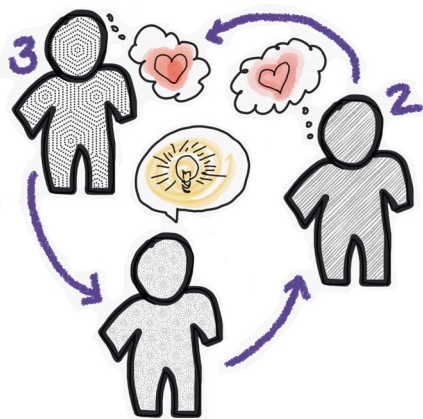


Samtal

Två (eller ibland tre) personer turas om att lyssna på varandra utan avbrott. Samtalen kan vara så korta som några enstaka minuter för varje person eller så långa som de inblandade kommer överens om. Varje person får lika lång tid. Den första pratar om vad som helst som den vill prata om. Den andra lyssnar med varm, intresserad uppmärksamhet utan att avbryta eller ge råd eller kommentera eller tala om hur de själva känner sig. Alla uttryck av känslor är välkomna och stöds. (Lyssnaren kan försäkra den som pratar om att känslomässig urladdning är del av en naturlig läkningsprocess.) När den överenskomna tiden har gått är det pratarens tur att lyssna och den som lyssnade får nu prata om vad som helst som den vill prata om. Lyssnaren återkommer aldrig till det som sagts i samtalet, med någon.

Sådana samtal frigör spänningar som hindrar människor från att tänka och fungera. De tömmer ur känslor som kan störa människors förmåga att samarbeta och diskutera kontroversiella frågor på ett respektfullt sätt. De ger människor en möjlighet att snabbt ta till sig och bearbeta ny information och att hitta och uttrycka sina tankar.

Att ha sådana samtal regelbundet ger oss större tillgång till vårt flexibla tänkande. Det återställer vårt goda perspektiv på oss själva och andra så vi bättre kan samarbeta, avspänt och respektfullt med andra.

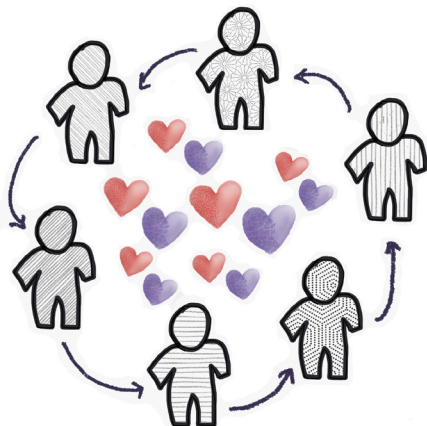


Tänk-och-lyssna

Tre till sex människor turas om, lika lång tid per person, att uttrycka sina tankar, utan att de andra varken reagerar eller kommenterar. De som inte pratar lyssnar med vaken, medveten och intresserad uppmärksamhet. Lyssnarna visar varken om de håller med eller är oense med det som sägs och återkommer inte senare till det som sagts. Detta ger människor utrymme att tänka kreativt utan att behöva oro sig för kritik eller diskussion.

Stödgrupper

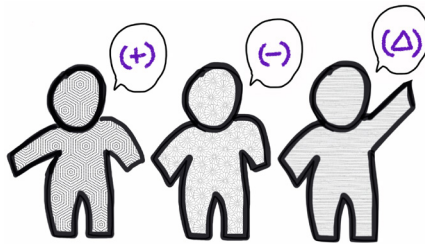
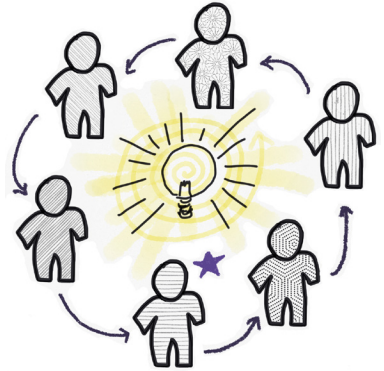
Tre till åtta personer turas om att ägna lika lång tid per person åt att lyssna till varandra och uppmuntrar varandra att tala öppet. Deltagarna uppmuntras att släppa fram alla eventuella känslomässiga spänningar som kommer upp. Gruppen kan ha en gemensam identitet, till exempel afrikansk härkomst, kvinnor eller unga, eller ett gemensamt intresse så som klimatförändringarna, förändringar i utbildningssystemen, med flera. En stödgrupp kan också bestå av blandade deltagare.



Stödgrupper ger trygghet för människor från utsatta grupper att bearbeta hur de har upplevt förtryck och hur de har införlivat det. Upprepade träffar bygger trygghet i gruppen och möjliggör ökad öppenhet och läkning.

Diskussionsformat

(1) Det finns en samtalsledare. (2) Deltagarna diskuterar ämnet, inte de andra deltagarnas personligheter eller egenskaper. (3) Ingen talar två gånger innan alla har talat en gång, oavsett hur mycket tålamod eller uppmuntran som behövs för att få med de deltagare som inte har lätt för att tala. (4) Ingen talar fyra gånger innan alla har talat två gånger. Alla blir hörda, särskild de som inte brukar tala. Om det är begränsat med tid, eller om några deltagare dominerar samtalet kan varje talartur begränsas till en given tid.



Paneler

Människor från en förtryckt grupp berättar om sina verkliga livserfarenheter för andra som har placerats i en förtryckarroll. I en panel inför en samling delar de detaljer ur sina liv. Användbara frågor kan vara: (1) Vad är väldigt positivt med att vara medlem i den grupp du tillhör? (2) Vad har varit svårt med att vara medlem i den grupp du tillhör? (3) Vad önskar du att andra förstod om ditt liv som medlem av denna grupp? (4) Vad önskar du att andra aldrig mer ska göra eller säga till dig, eller någon annan medlem av din grupp?

Avsluta en panel med ett kort samtal två och två, för alla på mötet. De som tillhör den förtryckta gruppen bör få möjlighet att prata med varandra och inte behöva lyssna till de som är i en förtryckarroll när de pratar om deras förtryck.



PLUMERIA | MANGILAO, GUAHAN • CECILIA LIM

Vårt åtagande

Vi erkänner de tydliga bevisen för farliga och fortlöpande klimatförändringar som uppstår till följd av den ständigt stigande temperaturen orsakad av människans aktivitet.

Vi kommer att möta utmaningen att hitta och genomföra sätt att stoppa de förändringarna.

Vi kommer att stödja människor att befria sig från skador (särskilt de som får människor att känna sig maktlösa och isolerade) som stoppar dem ifrån att spela vilken som helst roll i kampen för att bevara världen. I det arbetet kommer vi att erkänna den roll som alla förtryck har spelat i att skapa klimatkrisen och nödvändigheten i att agera mot alla förtryck för att finna lösningar.

Vi kommer att lära oss hur vi går snabbt framåt – tillsammans och med självförtroende – i våra personliga relationer och i att offentligt motsätta oss irrationella policyer.

Vi kommer att hjälpa varandra att lära oss om och förstå den nuvarande situationen, bland annat genom att engagera oss med personer, organisationer och ursprungsfolk som arbetar för att hejda klimatförändringar.

Vi kommer att dela vår kunskap och våra metoder så att de som arbetar mot klimatförändringar får verktyg som hjälper dem att fungera effektivare.

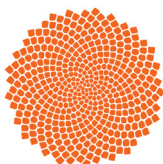
Vi kommer att fortsätta att samlas för att diskutera situationen, befria oss själva från de sätt vi blivit skadade och utveckla nya idéer, taktiker och strategier så snabbt som möjligt.



OLO-OLO, LOBO, BATANGAS, PHILIPPINES • NIK LEUNG



KORALL / SANTA RITA • CECILIA LIM



Sustaining All Life



För mera information gå till:

www.sustainingalllife.org eller www.unitedtoendracism.org

eller skriv till: Sustaining All Life / United to End Racism

719 Second Ave North, Seattle, WA 98109, USA

E-mail: sal@rc.org **Tel:** +1-206-284-0311