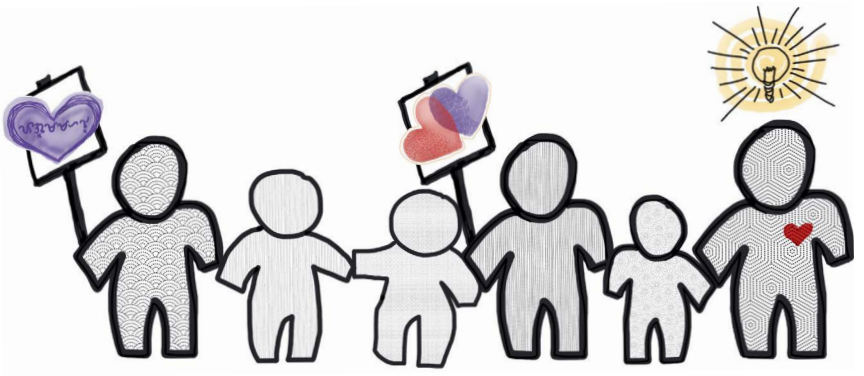


Herramientas para organizarse en torno al cambio climático

CONTENIDO

Tenemos que terminar con la opresión a medida que trabajamos en darle fin a la emergencia climática—1
El papel que desempeña la opresión—2
La importancia de sanar el daño emocional individual—2
Sostenernos como activistas y organizadores—3
Proceso de Reevaluación y Coescucha—6
Herramientas para mejorar nuestro funcionamiento—7
Noticias buenas y nuevas—8
Las apreciaciones—8
Orden de prioridad para el turno para hablar—9
Sesiones—9
Pensar y escuchar—10
Grupos de apoyo—10
Formato de discusión—11
Paneles—11
Nuestro compromiso—13

Traducido del inglés por: *Iliria Hernandez-Unzueta y Yara Alma-Bonilla*

Ilustraciones, por Ana Liza (AL) Caballes

Derechos de autor @2019, de Rational Island Publishers. Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación se puede usar o reproducir de forma alguna sin la autorización por escrito, excepto en el caso de citas breves dentro de reseñas o artículos de crítica.

ISBN: 978-1-58429-236-4
$2.00 (U.S.)

Tenemos que terminar con la opresión a medida que trabajamos para darle fin a la emergencia climática

De hecho, es posible limitar los efectos del cambio climático causado por los seres humanos y restaurar el medio ambiente. Al mismo tiempo, para lograrlo, es necesario hacer cambios grandes pronto. En *Sustaining All Life* (en adelante, SAL) y *United to End Racism* (en adelante, UER)*, creemos que la crisis ambiental no se puede solucionar sin acabar con el racismo, el genocidio de los pueblos indígenas, el clasismo, el sexismo y las otras opresiones al tiempo que trabajamos para terminar con la emergencia climática. El impacto de la destrucción medioambiental y del cambio climático recae de manera más severa sobre los grupos que son blanco de estas opresiones, así como sobre otras poblaciones vulnerables (incluidas las personas de edad avanzada, las discapacitadas y las personas más jóvenes). Al desarrollar estrategias y soluciones para abordar la emergencia climática, es necesario incluir a estos grupos. Hacer los cambios que se requieren exigirá un movimiento en masa, que se extienda por todo el globo, de personas de todos los trasfondos, en lucha contra los efectos de ambos: tanto el cambio climático como la opresión.

En SAL y UER entendemos que entre los obstáculos para construir un movimiento que sea tan amplio y fuerte como lo necesitamos están: (1) las divisiones persistentes (por lo general, causadas por la opresión, y en particular, el racismo y el clasismo) entre naciones y tribus, y entre grupos de personas dentro de las mismas naciones y las tribus, (2) los sentimientos de desánimo e impotencia difundidos por la población, (3) la negación respecto a la crisis ambiental en general y dejar de enfrentarla en el nivel y a la velocidad necesarios para ser exitosos y eficaces, y (4) las dificultades en torno a responder de manera efectiva a los vínculos entre la crisis ambiental y los fracasos de nuestros sistemas económicos. SAL y UER trabajan para enfrentar estos y otros problemas.

Hacer los cambios que se requieren exigirá un movimiento en masa, que se extienda por todo el globo, de personas de todos los trasfondos, en lucha contra los efectos de ambos: tanto el cambio climático como la opresión.

*** Sustaining All Life (SAL)** [o "Compromiso con todas las formas de vida" en castellano] es una organización de base internacional que se concentra en resolver la emergencia climática dentro del contexto de acabar con las divisiones entre las personas.

United to End Racism (UER) [o "Unidas y unidos para eliminar el racismo" en castellano] es un grupo de personas de toda edad y antecedente, radicadas en muchos países, que están dedicadas a eliminar el racismo en el mundo y apoyar a los esfuerzos de todos los grupos con el mismo objetivo.

El papel que desempeña la opresión

Nuestros sistemas económicos se basan en la explotación y la opresión, exigen crecimiento, ganancias y a penas toman en cuenta a las personas, las otras formas de vida, o el planeta. Las opresiones (tales como el racismo, el clasismo, el sexismo, y la opresión de la gente joven) afectan a todo el mundo, al causar tremendas injusticias, limitar el acceso a los recursos, y hacerles daño a las vidas de miles de millones de personas. Una vez afectada por la opresión, una persona tiene la tendencia hacia actuar sobre otras personas las heridas que ha sufrido. Mucho del daño mental y emocional que experimentan los seres humanos es el resultado de este traspaso de heridas de unos a otros. Aunque el ser humano es vulnerable a dramatizar la opresión sobre otros seres humanos, el comportamiento opresivo no es inherente al ser humano. Este comportamiento solo surge cuando una persona ha sido herida emocionalmente. Las sociedades opresivas manipulan esta vulnerabilidad para establecer y mantener la explotación económica.

La importancia de sanar el daño emocional individual

En nuestras sociedades, las heridas emocionales que la opresión le hace a una persona interfieren con su capacidad de pensar con claridad. Estas lesiones configuran a unos grupos de personas estructuralmente contra otros grupos. Ello dificulta el pensar sobre la crisis ambiental y cómo responder a ella de manera eficaz. Si no hubieran sido heridas primero, las personas no cooperarían con una sociedad que las explota daña el medioambiente.

Recuperarse de las heridas que ayudan a mantener la opresión en su sitio y que conducen a otras conductas dañinas no es un trabajo fácil y rápido. Muchos de nosotros nos resistimos a realizar este trabajo. Otros defendemos nuestro comportamiento porque nos sentimos heridos. Una persona también puede que crea que anestesiarse contra los sentimientos causados por las heridas que carga y que suponer que no es posible liberarse de esas cargas, le ayuda a sobrevivir.

En SAL y EUR hemos aprendido que sí es posible liberarse de todas estas heridas. Cada persona puede sanar de experiencias hirientes si alguien la escucha de manera atenta y le permite y alienta a liberar su pena, su miedo y cualesquiera otras emociones dolorosas. Esta recuperación ocurre mediante los procesos de sanación humanos naturales —hablar, llorar, temblar, expresar rabia, reír—. En el contexto de una red de apoyo, liberar los sentimientos angustiosos hace posible que nos mantengamos unidos, esperanzados, alegres y comprometidos. Mantenernos así, a su vez, nos fortalece y le da solidez a nuestros movimientos para detener los efectos del cambio climáticos y la opresión (Ver página 6.)

Si no hubieran sido heridas primero, la gente no cooperaría con una sociedad que explota a las personas y que daña el medioambiente.

Sostenernos como activistas y organizadores

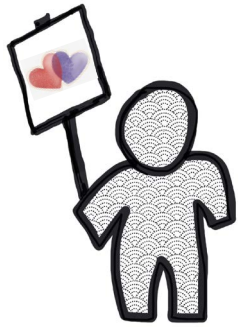
BATANGAS, FILIPINAS • ANA LIZA (AL) CABALLES

Muchos cambios importantes dentro de nuestra sociedad se lograron porque ciertas personas se reunieron, alzaron sus voces en reclamo y se unieron en torno a exigencias en común. A nosotros los organizadores y activistas ambientales nos importa profundamente el planeta Tierra, sus habitantes y nuestro trabajo, y hemos hecho adelantos importantes. Hay mucho de lo cual sentirse orgulloso y satisfecho. Sin embargo, los logros se pueden olvidar fácilmente en medio de las batallas diarias de organizarnos.

Las corporaciones cuyas ganancias siguen basándose en actividades que son la causa del colapso del clima y los cuerpos gubernamentales que las apoyan, están resistiendo y peleando contra los cambios necesarios de todas las maneras posibles. Lanzan ataques directos contra los activistas, los organizadores y las organizaciones que promueven dichos cambios. Mienten, compran a "expertos" para que apoyen sus mentiras, e inundan los medios de comunicación con desinformación y mentiras. Sus enormes ganancias les proveen el recurso para mantener las políticas y prácticas explotadoras que continúan haciéndole daño al planeta y sus habitantes.

A nosotros los organizadores y activistas ambientales nos importa profundamente el planeta Tierra, sus habitantes y nuestro trabajo, y hemos hecho adelantos importantes. Hay mucho de lo cual sentirse orgulloso y satisfecho.

Frente a esta poderosa oposición, muchos de nosotros terminamos desanimados cuando nuestros esfuerzos para producir cambios no resultan exitosos de inmediato. También puede que, frente a todo lo que hay que hacer nos sintamos impotentes, exhaustos, no lo suficientemente inteligentes, solos y abrumados. Cuando nos sentimos de esas maneras, es difícil estar motivado para ser agente de cambio.



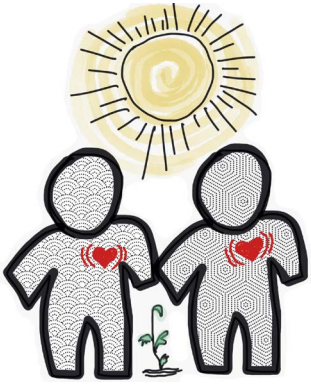
Normalmente, cuando uno tiene estos sentimientos, uno trata de hacerles caso omiso y continuar trabajando hacia el cambio, pero si uno no aborda sus sentimientos, puede que esté sacrificando su propio bienestar y salud. Puede que no seamos capaces de identificar los intereses propios y conectarlos con aquellos de las demás personas. Puede que hasta nos critiquemos y nos molestemos unos con otros, y socavemos el trabajo unos de otros. Puede que luego dejemos de tener la energía para realizar el trabajo que tanto nos importa.

Todos y cada uno de nosotros batalla con vivir en una sociedad opresiva. A cada persona, le oprimen el racismo, el clasismo, el sexismo, la opresión de los pueblos indígenas y muchas otras opresiones, y cada una es también testigo de lo que causan, de manera que no se puede evitar que cada uno de nosotros interiorice sus mensajes. Luego, esa opresión interiorizada puede hacer que cada uno sienta dudas sobre sí mismo, se sienta inepto y las relaciones personales de unos con otros se sientan difíciles. Divididos por la opresión interiorizada en el seno de nuestras organizaciones y comunidades, y por lo que ella hace entre unas y otras, puede que compitamos unos en contra de otros, por poder, control, reconocimiento o recursos. Ello nos puede mantener cegados y sin reconocer o actuar desde la base del interés compartido de alcanzar un futuro sustentable y justo.

CANGREJO ERMITAÑO, EN YIGO, GUAHAN • TRESSA DIAZ

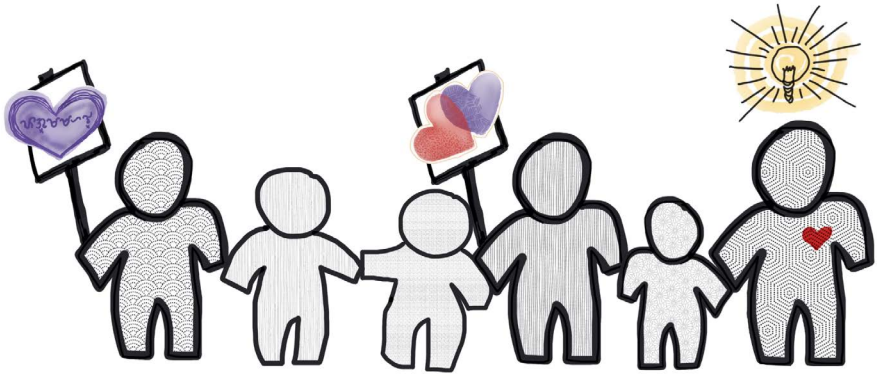
SANTA RITA, GUAHAN • ANA LIZA (AL) CABALLES

Para enfrentar el desafío del cambio climático año tras año, vamos a necesitar un sistema de apoyo fuerte. Necesitamos construir relaciones en las que podamos prestar atención a las dificultades a medida que surgen, superarlas, y continuar moviéndonos hacia delante. Necesitamos deshacer el daño que la opresión, la desconexión y el miedo le han hecho a cada uno. Si hacemos este esfuerzo unos por otros, podemos sostenernos para el largo plazo, y crecer, florecer y mantenernos pensando mientras realizamos el trabajo. SAL y UER les enseñan a las personas cómo crear este tipo redes de apoyo.



Necesitamos deshacer el daño que la opresión, la desconexión y el miedo le han hecho a cada uno. Si hacemos este esfuerzo unos por otros, podemos sostenernos para el largo plazo, y crecer, florecer y mantenernos pensando mientras realizamos el trabajo.

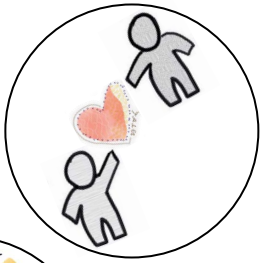
Proceso de Reevaluación y Coescucha

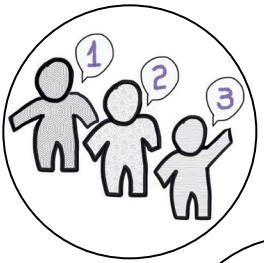


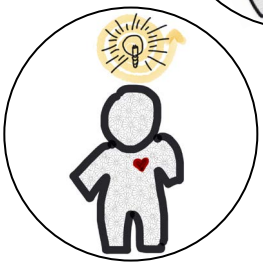
SAL y UER son proyectos del **Proceso de Reevaluación y Coescucha**, y utilizan sus herramientas. Mediante el proceso de reevaluación, personas de todas las edades, trasfondos y herencias pueden aprender a intercambiar ayuda eficaz para ayudarse unas a otras para liberarse de los efectos de experiencias hirientes del pasado. La teoría del Proceso de Reevaluación presume que cada persona nace con un potencial intelectual tremendo, con entusiasmo natural hacia la vida y llena de cariño e interés por las personas y el mundo, y al mismo tiempo, se entiende que estas cualidades han sido bloqueadas y opacadas por la acumulación de experiencias hirientes, que comenzaron temprano en la vida de cada cual.

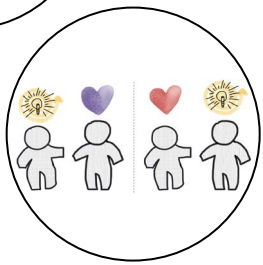
Cualquier persona joven se recuperaría de las angustias de esas experiencias, de manera espontánea utilizando el proceso natural de sanación que consiste en la liberación de emociones (llorar, temblar, rabiar, reír, etc.). El problema de la acumulación de experiencias hirientes surge porque personas bien intencionadas suelen interferir con dicho proceso natural. Estas personas equiparan incorrectamente la expresión emocional —que es como nos recuperamos de la herida— con la herida misma.

Cuando se permite que ocurra suficiente liberación emocional, la persona queda libre de la conducta y el sentimiento que dejó la herida. Es entonces cuando la naturaleza básica de los seres humanos —la naturaleza amorosa, cooperativa, inteligente y entusiasta— puede operar con más eficacia para defender nuestros propios intereses y los intereses de las demás personas, y cuando somos más capaces de actuar con éxito contra la injusticia.

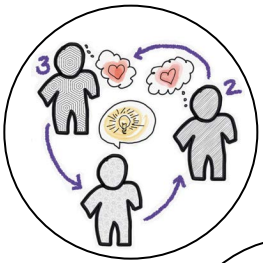


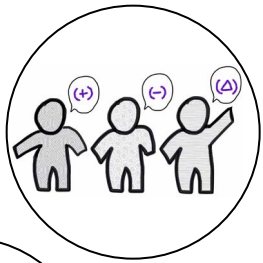


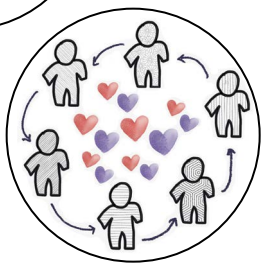


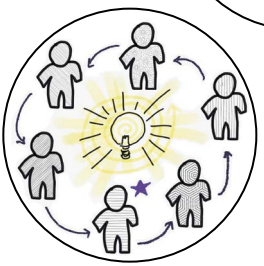


Herramientas para mejorar nuestro funcionamiento







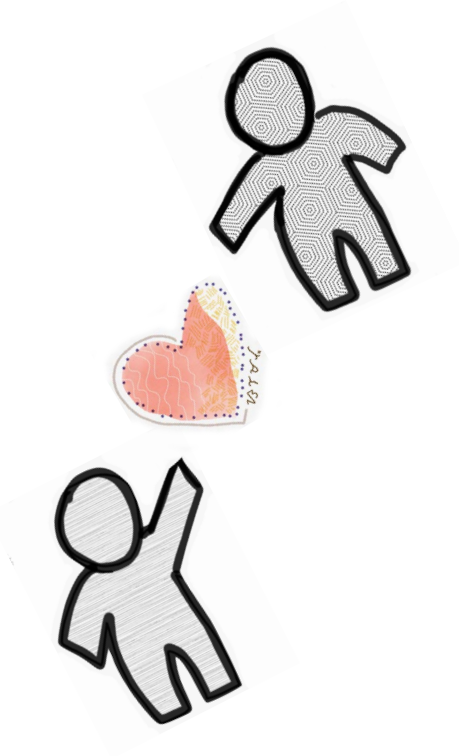


Noticias buenas y nuevas

Cuando un grupo se reúne, cada persona menciona lo que va bien —en su vida personal, en los proyectos en que está involucrado, y otras cosas—. Las buenas nuevas al comienzo de una actividad de grupo atraen la buena atención de las personas, moviéndola de las molestias, los desánimos y otras preocupaciones que hacen difícil pensar sobre el tema que tengan en frente, y les ayudan a sentir la conexión entre unos y otros.

Las apreciaciones

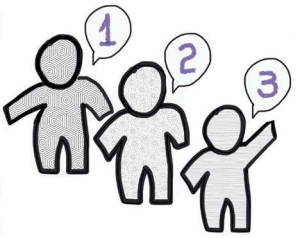
Cada persona expresa una apreciación de otra persona en el grupo. No queda nadie afuera. Apreciar a una persona la ayuda a darse cuenta de que otras personas a su alrededor reconocen que tiene buenas cualidades y algo positivo con que contribuir. Las apreciaciones mejoran las relaciones. Hacer apreciaciones ayuda a que las personas participen de manera más completa en los proyectos y las discusiones. El esfuerzo colectivo progresa mejor cuando las personas se sienten incluidas y las apreciaciones son una manera de asegurarse de que se sientan incluidas.

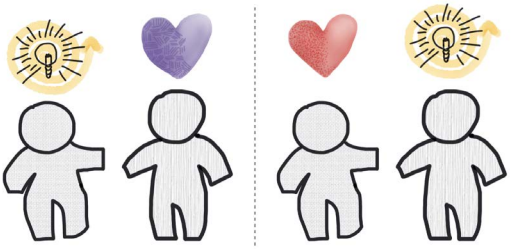


Es más fácil para las personas hacer cambios, tener ideas nuevas y corregir sus errores cuando se sienten contentas consigo mismas, y cuando saben que las demás personas están satisfechas con ellos. Las auto—apreciaciones y apreciarse unos a otros ayuda a establecer un ambiente inclusivo.

Orden de prioridad de turno para hablar

Al utilizar este modelo, a las personas de grupos oprimidos se les da la oportunidad de hablar primero, antes de que hablen personas que forman parte de grupos que desempeñan el papel de opresor. Seguir esta política interrumpe los patrones sociales de dominación. Hacerlo posibilita la buena comunicación entre personas de los grupos oprimidos y las personas de grupos a quienes la sociedad les ha asignado el papel de opresor.



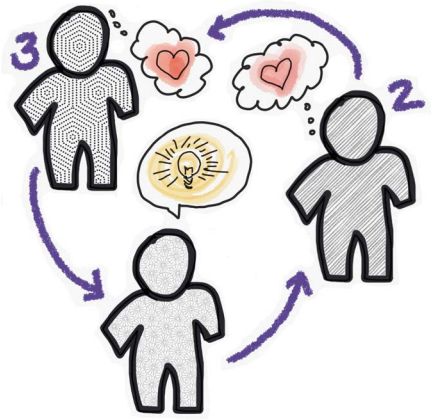


Sesiones

Dos (o tres) personas se pueden tomar turnos escuchándose unos a otros sin interrupción. (Las sesiones pueden ser tan cortas, o tan largas como las dos—o tres—personas convengan). La primera persona habla sobre lo que quiera hablar. Quien escucha presta atención cálida e interesada, sin interrumpir, dar consejo o comentar, o hablar sobre como se siente. Cualquier expresión de emoción de parte de quien habla es bienvenida y respaldada. (Quien escucha puede asegurarle a la persona que habla que la liberación de emociones es parte del proceso natural de sanación.) Transcurrido el tiempo convenido, quien ha estado hablando pasa a ser quien escucha, y quien escuchaba habla sobre lo que quiera hablar. Quien le ha tocado escuchar durante una sesión nunca se refiere a lo que la otra persona ha hablado en sesión, con nadie.

Una sesión libera en una persona las tensiones que interfieren con su pensamiento y funcionamiento. Lo que hace la sesión es drenar las emociones que interfieren con la capacidad de la persona para trabajar junto a otras y para discutir de manera respetuosa los asuntos controvertidos. Las sesiones les permiten a las personas la oportunidad de absorber y procesar información nueva, y de encontrar y formular sus pensamientos.

Tener sesiones de manera regular le da a una persona acceso más completo a su pensamiento flexible. Tener sesiones restaura la perspectiva correcta sobre uno mismo y sobre las demás personas. Tras las sesiones, somos más capaces de cooperar de manera relajada y respetuosa.

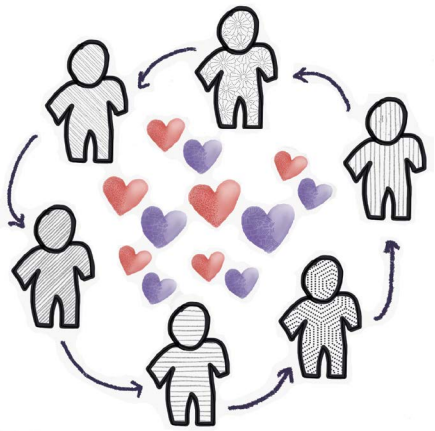


Pensar y escuchar

Entre tres y seis personas se toman turnos de igual duración para expresar sus pensamientos mientras los demás solo escuchan, sin responder o comentar. Los que no están hablando escuchan con una atención alerta, consciente e interesada. Quienes escuchan no expresan o indican si están de acuerdo o en desacuerdo con lo que se dice y tampoco se refieren después a lo que se dijo. Esto permite que cada persona piense de manera creativa sin tener que preocuparse sobre la crítica o los argumentos.

Grupos de apoyo

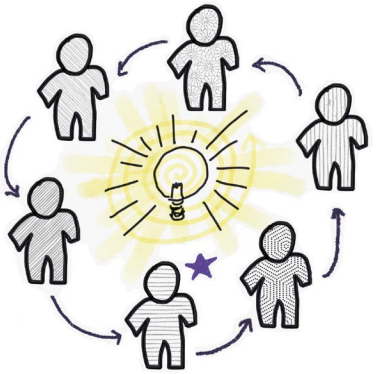
Entre tres y ocho personas se toman turnos para escucharse unos a otros y alentarse mutuamente a hablar de manera abierta y sincera. A cada participante se le alienta a liberar cualquier tensión emocional que surja durante su turno para hablar. El grupo se puede formar en torno a un perfil específico (por ejemplo, personas de herencia africana, mujeres, personas jóvenes) o en torno a asuntos o temas (e.g., el cambio climático, cambios en el sistema educativo, y así). Un grupo de apoyo también puede consistir de un conjunto de personas diversas.

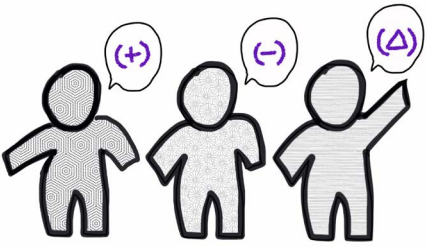


Los grupos de apoyo establecen la seguridad que necesitan las personas de un mismo grupo para trabajar y desahogar sobre cómo han experimentado la opresión y cómo la han interiorizado. A medida que se reúnen una y otra vez, la seguridad dentro del grupo aumenta y permite apertura y recuperación crecientes.

Formato de discusión

(1) Una persona desempeña el papel de facilitador. (2) Las personas discuten sobre el tema; no se discute sobre las personalidades o las características de las personas participantes de la discusión. (3) Nadie toma un turno para hablar dos veces hasta que cada una de las otras personas haya hablado por lo menos una vez (no importa cuánta paciencia y esfuerzo para animarles a participar tome para que hablen las personas que no hablan con facilidad). (4) De manera similar, nadie habla cuatro veces sin que cada persona haya hablado por lo menos dos veces. Si la cantidad de tiempo disponible es limitada o algunas personas dominan la discusión, se puede establecer un tiempo para cada turno y usar un cronómetro para medirlo.





Paneles

Las personas que pertenecen a un grupo oprimido comunican la realidad de sus experiencias de vida a personas que están condicionadas para desempeñar el papel de opresor. Como parte de un panel, frente a un grupo, cada integrante cuenta en detalle algo de su vida. Un posible conjunto de preguntas útiles: (1) Qué es lo más positivo de ser parte del grupo al que perteneces; (2) Qué es lo más difícil de ser parte de ese grupo; (3) Qué es lo que quisieras que la gente en general comprendiera sobre tu vida como parte de tu grupo; (4) Qué quisieras que la gente en general no volviera jamás a hacer o decir respecto a ti o cualquier otra persona que sea integrante de tu grupo?

Clausure el panel dividiendo todo el grupo en diadas y que cada una haga una sesión corta. Cada persona que es parte de un grupo oprimido debe poder hacer su sesión con alguien de su propio grupo y no debe tener que escuchar a una persona del grupo que desempeña el papel de opresor, hablar sobre las dificultades de esta última.

PLUMERIA, EN MANGILAO, GUAHAN • CECILIA LIM

Nuestro compromiso

Reconocemos la clara evidencia del cambio climático, que el mismo es peligroso, que va en progreso, y que es el resultado de temperaturas en aumento constante y causadas por las actividades humanas.

Enfrentaremos el desafío de encontrar maneras para detener esta amenaza y actuar para detenerla.

Respaldaremos a las personas en sus esfuerzos para liberarse de las heridas que les mantienen alejados de desempeñar algún papel en la batalla por preservar y proteger al mundo (en particular de aquellas heridas que dejan a las personas sintiéndose impotentes y solas). Al hacerlo, reconocemos el papel que todas las opresiones han desempeñado en crear la emergencia climática, así como la necesidad de actuar en contra de todas las opresiones, para poder descubrir las soluciones.

Aprenderemos a movernos rápidamente hacia adelante –juntos y confiados– en nuestras relaciones personales y en oposición pública a políticas irracionales.

Nos ayudaremos unos a otros a aprender sobre la situación actual y a comprenderla, incluido asociarnos a personas, organizaciones y a los pueblos indígenas que estén trabajando para detener el cambio climático.

Compartiremos nuestro conocimiento y nuestra práctica, de manera que aquellas personas que están trabajando en torno al problema del cambio climático tengan herramientas con las cuales funcionar de manera más eficaz.

Continuaremos reuniéndonos para discutir la situación, para liberarnos de los efectos de las heridas emocionales que hemos experimentado y para desarrollar ideas, tácticas y estrategias nuevas, lo más rápido posible.

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

CORAL, EN SANTA RITA, GUAHAN • CECILIA LIM

Sustaining All Life

United to End Racism

Para más información, visite:

www.sustainingalllife.org or www.unitedtoendracism.org

o escriba a: Sustaining All Life/United to End Racism

719 Second Ave North, Seattle, WA 98109, USA

Correo-e: sal@rc.org **Tel.:** +1-206-284-0311