

PUDIERA SER. ALFONSINA STORNI

Pudiera ser que todo lo que en verso he sentido
no fuera más que aquello que nunca pudo ser,
no fuera más que algo vedado y reprimido
de familia en familia, de mujer en mujer.

Dicen que en los solares de mi gente, medido
estaba todo aquello que se debía hacer...
Dicen que silenciosas las mujeres han sido
de mi casa materna... Ah, bien pudiera ser...

A veces en mi madre apuntaron antojos
de liberarse,
pero, se le subió a los ojos
una honda amargura,
y en la sombra lloró.

Y todo esto mordiente, vencido, mutilado,
todo esto que se hallaba en su alma encerrado,
pienso que sin quererlo
lo he libertado
yo.

Para mayor información llamar o escribir:

Corporación para el desarrollo Regional—CDR :

Calle 9 D No. 30-37 Barrio Champagnat, Cali, Colombia,

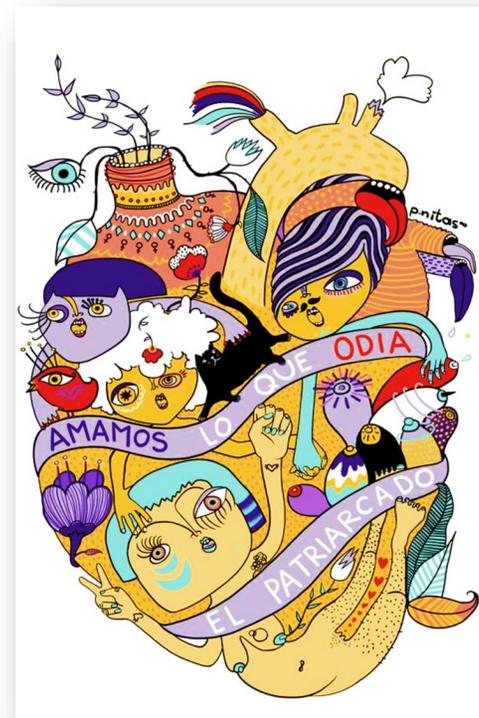
Teléfono: 3747246 Celular 3105457927

Email: pazconenfoquedegenero@gmail.com

<http://www.corporacionparaeldesarrolloregional.org>



CONSTRUCCIÓN DE PAZ CON ENFOQUE DE GÉNERO: POR UNA CULTURA DE PAZ Y RESPETO A LOS DERECHOS HUMANOS DE TODOS Y TODAS



ESCUELA POLITICA "TRAVESÍA POR LA PAZ Y LA EQUIDAD DE GÉNERO"

SESIÓN NO. 18: PIELADENTRO "SANANDO HERIDAS PATRIARCALES" NOVIEMBRE 30 DE 2019



Con el
apoyo
de:



SISTEMA PATRIARCAL

El sistema patriarcal o patriarcado es el conjunto desequilibrado de creencias y costumbres que sobrevaloran lo masculino y subvaloran lo femenino.

Esto se refleja en la distribución de las propiedades, del poder, de los roles y la valoración de todo lo masculino como dominante, importante y deseable. EN TODAS LAS DIMENSIONES DE LA VIDA

Instala una mirada de la jerarquía y el dominio: Ser humano sobre otras especies, hombres sobre mujeres y sobre otro tipo de masculinidades, adultez sobre otras edades, racismo, castas, clasismo, sexismo, moralismo, fanatismo. La explotación indiscriminada de la naturaleza también es su efecto.

Es una política de desigualdad, homogenización cultural, violencias, EMPOBRECIMIENTO , racismo, guerras, saqueos, alienación: hegemonía.

HERIDAS PATRIARCALES

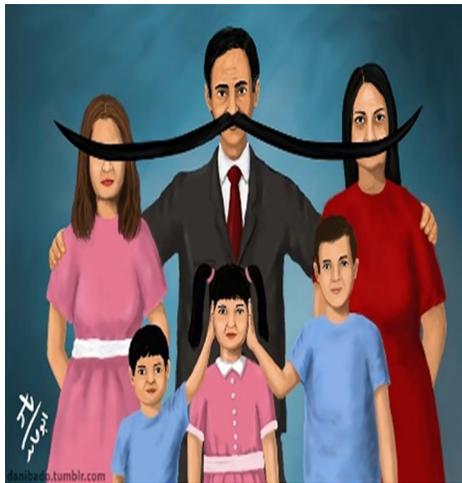
´No soy lo suficiente: heridas en el cuerpo y la identidad.

´No tengo lo suficiente: sentimiento de carencia, dependencia económica

´No sé lo suficiente: sentimientos de ignorancia, de incomprensión o dificultad de aprendizaje.

´No debo: heridas en la sexualidad, vergüenza por el deseo, etc.

´No puedo: sentimiento de inutilidad, de indefensión o inferioridad frente a la vida y los retos



Algunos aprendizajes claves pueden ser resumidos en los siguientes aspectos:

Es importante reconocer la indiferencia que existe frente a las necesidades emocionales de las mujeres defensoras de Derechos Humanos y el descuido de este aspecto en las diferentes intervenciones, programas y proyectos.

Es clave reiterar que el comprender las problemáticas en salud emocional de las mujeres implica entender que hay particularidades asociadas al contexto social y político caracterizado por el patriarcado, que atraviesa el modo en que las mujeres estamos y vivimos dentro de esta sociedad.

Es necesario entender que la búsqueda de opciones y alternativas para la intervención deben recoger los trazos y las formas particulares en que las mujeres comprendemos y experimentamos las realidades, con metodologías cercanas a estas maneras de entender el mundo, que reconozcan la complejidad de lo que acontece, así como la transformación y el cambio permanente.

Es necesario pensar en los procesos de acompañamiento y formación política en la infancia. Especialmente a las niñas y adolescentes con las que sería importante lograr cambiar la forma en como el patriarcado ejerce daños, opresiones y violencias desde tempranas edades, previniendo estos aspectos y promoviendo una vida feliz y digna para ellas.

Siempre será clave reconocer el grave y particular daño ocasionado en la salud emocional de las mujeres por las violencias de género en sus múltiples manifestaciones

Finalmente invitar a resignificar la salud emocional de las mujeres, más allá de la ausencia de enfermedad mental, o de la patología mental reducida a síntomas que tienen que ser medidos y que intentan desaparecerse desde afuera, con tratamientos o medicando a las personas, sobre todo a las mujeres, para apaciguarlas. La invitación es a seguir viendo en esta salud mental, la capacidad de reconocer a las mujeres como sujetas políticas y de derechos y a resaltar y promover su capacidad resiliente y transformadora.

Nuestros cuerpos son nuestros jardines, nuestras decisiones nuestros jardineros.” ~William Shakespeare

¿Qué es el autocuidado? Por: Paola Dradá

El Autocuidado comprende aquellas prácticas y decisiones cotidianas que realiza una persona y/o un grupo para tomar consciencia, darse cuenta, de lo que les está afectando, cómo se expresa y de la forma en que ésta afectación se convierte en crisis para darnos oportunidad a un cambio que lleve a la transformación del malestar y sufrimiento en un bienestar que promueva la acción, la creatividad y el mayor potencial frente a una situación dada.

El autocuidado es una función inherente al ser humano e indispensable para la vida de todos los seres vivos con quienes interactúa; resulta del crecimiento de la persona en el diario vivir, en cada experiencia como cuidador de sí mismo y de quienes hacen parte de su entorno.

Cuidarnos implica:

- El concepto del ser relacional, ya que estamos inmersos en una red de relaciones significativas que determinan lo que somos y queremos ser en las relaciones consigo mismo y los otros.
- El concepto de reconocer y sentir la realidad corporal que nos habita y se expresa.
- La posibilidad de comunicarnos. Conversar es algo más que hablar, es la esencia misma de nuestra existencia (...) es el vehículo más importante para la construcción de sentido.
- El cuidarnos conlleva la habilidad para afinar la percepción del lugar donde vivimos, donde trabajamos.
- El concepto de atención, reconocer y sentir al otro y con el otro.

El concepto de búsqueda de equilibrio entre la razón y la emoción. Se busca reconocer racional y razonablemente el mundo emocional presente en las personas, identificando la emergencia del deseo natural de cuidarse, ser cuidado, así como el sentimiento ético de establecer y mantener relaciones de cuidado con otros.

Por ello el autocuidado nos permite promover y hacer cotidiana la reflexión de la propia experiencia vivida para que de esta forma se creen y mantengan las condiciones para el cambio. El autocuidado, en estas condiciones, se constituye en una habilidad importante para llevar una vida plena, proteger la salud y prevenir la enfermedad.

ALGUNOS EFECTOS DEL PATRIARCADO

2 DE CADA 10 MUJERES	SON VÍCTIMAS DE VIOLENCIA CADA DÍA
85.7% VÍCTIMAS DE VIOLENCIA SEXUAL	SON MUJERES
DE 81% DE MUJERES LESIONADAS POR GOLPES	73% NO DENUNCIÓ, NI FUE AL MEDICO
65% DE MUJERES CASADAS	SUFRIERON VIOLENCIA VERBAL Y/O PSICOLÓGICA
34% DE MUJERES	HAN SIDO AMENAZADAS
41% DE MUJERES CASADAS	HAN SUFRIDO VIOLENCIA FÍSICA
54% DE ESTAS MUJERES	QUEDARON CON UNA LESIÓN PERMANENTE
EL 70% DE POBRES EN EL MUNDO	SON MUJERES
LAS NIÑAS Y MUJERES RECIBEN	ENTRE 50 Y 75% DE LOS ALIMENTOS QUE LOS NIÑOS Y HOMBRES DE LAS MISMAS EDADES
LAS MUJERES CON LA MISMA FORMACIÓN, EL MISMO CARGO Y LAS MISMAS HORAS DE TRABAJO	RECIBEN ENTRE EL 70 Y EL 75% DEL SALARIO DE HOMBRES EN LAS MISMAS CONDICIONES
LA MITAD DE LAS MUJERES QUE MUEREN POR RAZONES DE CONFLICTO ARMADO	PRIMERO FUERON VIOLADAS
88% DEL TOTAL DE LAS VÍCTIMAS POR MUERTE VIOLENTA	FUERON HOMBRES, ADULTOS Y JÓVENES ENTRE LOS 25 Y LOS 34 AÑOS
EL 81% DE LAS MUERTES EN ACCIDENTES	FUERON HOMBRES
DOS HOMBRES POR CADA MUJER	SON LESIONADOS EN ACCIDENTES DE TRÁNSITO
MUEREN CUATRO HOMBRES POR UNA MUJER	EN ACCIDENTES DE TRÁNSITO
APROXIMADAMENTE 79% DE LOS SUICIDAS POR AÑO	FUERON HOMBRES.
POR CADA MUJER	SE SUICIDARON CUATRO HOMBRES
POR CADA MUERTE FEMENINA POR CAUSAS VIOLENTAS (HERIDA CON ARMA Y HOMICIDIO)	MUEREN CATORCE HOMBRES.
POR CADA NIÑA QUE MUERE EN EL PRIMER AÑO DE VIDA	MUEREN DOS NIÑOS

CÓMO ENTENDEMOS EL CAMINO DE LA SANACIÓN Y QUIEN TIENE LA “AUTORIDAD” DE SANAR NUESTRAS HERIDAS PATRIARCALES? CÓMO RESPONDE ESTE ASUNTO A LAS PROFESIONES OCCIDENTALES? CÓMO VE LA ESCUELA ESTE ASUNTO DE LA “CURACIÓN”?

Intentamos conectar lo personal desde lo político, para acercar la brecha que observamos entre mujeres que se la juegan en la casa, en el barrio, en la calle y mujeres que se debaten en su historia personal, en la vivencia de múltiples formas de violencia, que reconocen, que identifican, (el daño, el dolor, la lucha) pero a veces se culpan o tienen miedo, o callan, o evitan o resienten en sus cuerpos.

Brechas que van cerrándose por la conversa, la proximidad del diálogo, la calidez o incluso las tensiones vividas dentro de la escuela.

Si la situación ya no es representada como un asunto del destino, o de una especie de mala fortuna, sino que está situada en el contexto de esta sociedad patriarcal y capitalista, todo cambia. La violencia estructural y simbólica es leída, y las conexiones fluyen creando nuevas respuestas y nuevas subjetividades.

La mayoría de las mujeres han sido discriminadas, excluidas, estigmatizadas, violentadas física, psicológica y sexualmente. La forma en la que esto ocurre es parte de un Régimen Político, que se alimenta de nosotras para mantener las filas intactas en la producción de mujeres enfermas, angustiadas, temerosas, solas, culpabilizadas. Pero lo que vamos avizorando es que ellas han hecho y siguen haciendo un trabajo desde la memoria para responder de otras maneras.

Por lo pronto “la cura” si pudiera llamarse así, está situada en cada una y en la capacidad que se va fortaleciendo para la transformación, con el feminismo y su interpelación continua por la igualdad, que opera como dispositivo. El feminismo como una forma de entender y vivir la vida cotidiana. Una práctica que cuestiona y transforma la vida pública y nuestras experiencias en la esfera de lo privado. Un proceso de cambio personal, de revisión de la propia vida, nuestra forma de verla, de entenderla, de vivirla. Una decisión consciente, una posición política y una filosofía de vida: “hacer ver”, una pre-misa de la escuela.

“Mantener un diálogo abierto al conflicto con mentalidades y prácticas tradicionales y propias de este sistema que habitamos no es fácil, en últimas se trata de representaciones que la tradición y visión fundamentalista ha tomado siglos en erigir. La construcción de la mujer y del hombre como seres opuestos y/o complementarios, la construcción de los opuestos que llevan a desigualdades y las profundizan, la heteronorma que mantiene a la mujer en un lugar de producción y de reproducción es parte de eso. Pensar el amor, las familias, las relaciones, la vida desde lugares no binarios, no excluyentes ni desiguales es una gran tensión.

La incomodidad que produce comprender el papel que aparatos como la Iglesia y el Estado tienen y han tenido históricamente en este proceso proviene del miedo a romper con todo lo que se puede haber construido como verdad. Muchas mujeres acuden al rincón del cuidado de los demás por encima del propio, a la adoración del macho, del padre, del marido, del Dios por encima de su propia autoestima. La confrontación de estos pilares cuesta. Incomoda. Por otro lado, otras pugnas se libran, las visiones de la tradición feminista de siglos, luchan contra la actualización de otras formas que en el sur se cuelan. Hay confrontación política sobre legitimar acciones de intervención en la vida de las mujeres de todo el mundo. En la vida de las mujeres de nuestra ciudad. Hay confrontación para pensar el asunto más allá de la participación de “la mujer”. Primero porque lograr que se transforme la idea de la participación como una simple inclusión de las mujeres es como pensar en que pedimos permiso para reclamar la mitad de la existencia y no es así. El mensaje que construimos desde la escuela intenta entender que no hay que pedir permiso; hay que darse cuenta de que se tiene el poder para obrar con libertad sin pedir ser incluidas “por favor”

Las personas Defensorxs de derechos humanos que tienen sus propios dolores y heridas atendidas podrán hacer un mejor trabajo, que quienes son capaces de crecer más allá de contextos de opresión y desigualdad sobre ellxs mismxs tienen un valor inconmensurable que contrasta con quienes lo hacen desde los privilegios, y además que esto les da la posibilidad de ayudar a otros a crecer, creemos que quienes son capaces de romper el silencio y compartir experiencias mutuas podrán ayudar a otros a encontrar fuentes de apoyo y solidaridad, creemos que si podemos acompañar a las mujeres a que encuentren su propia voz y sean capaces desde allí, desde su propia experiencia de hablar en contra de la injusticia, serán capaces de permitir que otrxs hablen por sí mismxs también. En últimas que, quienes poseen su propio sentido de dignidad son capaces de ayudar a otros a encontrar la suya. Y de esta manera entendemos la salud emocional como un asunto que dignifica la vida de las personas defensoras de derechos humanos y en este contexto especialmente, de la vida de las mujeres.