

## العمل على ادامة كل انواع الحياة

من الممكن الحد من تأثيرات التغيير المناخي الكارثي الذي تسبب به الانسان والحفاظ على البيئة. ولحصول ذلك يجب تحدث تغييرات كبيرة. هذه التغييرات تحتاج الى حركات ضخمة تمتد حول العالم لاناس من عدة خلفيات. نحن نعتقد ان المعوقات الحالية لبناء حركة قوية وكبيرة بما فيه الكفاية تتضمن اولاً التجزئة طويلة الامد (التي تسبب بها الاضطهاد عادة) بين الامم وبين مجاميع من الناس ضمن الامة الواحدة. ثانياً الانتشار الواسع للاحباط والشعور بالضعف بين سكان الكثير من الامم. ثالثاً الفشل في الانخراط لحل الزمة البيئية وانكارها. رابعاً صعوبة تشخيص الروابط بين الازمة البيئية وفشل الراسمالية. ان ادوات ادامة الحياة تعمل على معالجة هذه الامور وغيرها.

### مصدر الازمة البيئية:

لقد عشنا نحن البشر المعاصرون على الارض بحوالي منتي الف عام. ولقد كافحنا من اجل بقائنا معظم هذا الوقت. ان الخوف القديم من اجل البقاء تم توارثه عبر الاجيال مما ادى الى مجتمعات مبنية على الاستغلال والاضطهاد والتجزئة. هذه المجتمعات تطلب النمو الاقتصادي والربح مع القليل من الاعتبار للناس واشكال الحياة الاخرى واصبحت تعتمد على تجزئتنا، تخويفنا، احباطنا وايداننا بطرق اخرى.

### دور الاضطهاد:

ان الاضطهاد (مثل العنصرية، الطبقية، التمييز ضد المرأة واضطهاد صغار السن) اصبح كمؤسسة (اي اعتبر عرفاً او عادة او حتى قانون) في مجتمعاتنا مما جعل التفكير بالازمة البيئية او الاستجابة الفعالة لها امراً صعباً. لقد استهدفنا الاضطهاد في وقت ما من حياتنا ولقد المنا ذلك. نحن نجر الى اخراج هذه الالام التي خبرناها بشكل اساءة للاخرين. ان الكثير من الضرر العاطفي الذي حصل للبشرية هو نتيجة تمرير هذه الالام لبعضنا البعض. اما الاضطهاد فهو غير متوارث ولا هو محتوم عند البشر. انه ينشا ويعمل بناء على الالم العاطفي فقط.

### اهمية شفاء الضرر الشخصي:

ان الاذى العاطفي والذي حدث لنا في مجتمعاتنا يتداخل مع قابليتنا على التفكير بوضوح ويهيئ مجاميع من الناس ضد بعضها البعض. و يجعل من الصعب التفكير بالازمة البيئية والتفاعل معها. ان الناس لا يتعاملون مع المجتمع الذي يستغل الاخرين ويدمر البيئة ان لم يكونوا متالمين مسبقاً.

نحن نستطيع الشفاء من التجارب المؤلمة اذا استمع لنا شخص ما وباهتمام على ان يسمح لنا ويشجعنا على اطلاق مشاعر الحزن، الخوف والشاعر الاخرى. ان هذا يحدث خلال عملية شفاننا الطبيعية كالبيكاء، الحديث، الارتجاف، التعبير عن الغضب والضحك. ان العمل على ادامة كل انواع الحياة تتخذ ادوات \*التشاور لاعادة التقييم لمساعدة الناس لبناء دعم مستمر ومتبادل لهذا العلاج.

ان الشفاء من الالام التي تقود الاضطهاد والتصرفات المؤذية الاخرى لن يكون سريعاً وسهلاً. والكثير منا يقاومه. وممكن ان نشعر بعدم توفر الوقت الكافي لهذا العمل. وقد نشعر ان بامكاننا النجاح في الحياة فقط اذا لم نظهر لاحد مدى تالمنا. او قد نشعر بالخزي والاحراج من مشاعرنا. او قد نكون حافظنا على بقائنا بتخدير انفسنا من الضرر الذي نحمله وبافتراضنا اننا لن نتحرر منه. او اننا لا نطيق النظر الى هذه الالام ولا حتى نطيق ان نشعر بهل مرة ثانية. من المحتمل ان كل ما ذكرناه هو بسبب عدم حصولنا على فرصة لسرد ما حصل معنا او لاننا قد اساء التعامل معنا حينما حاولنا سرد هذه القصص من قبل.

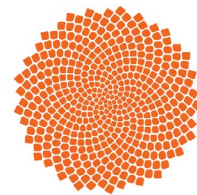
نحن تعلمنا من العمل على ادامة كل انواع الحياة بان من الممكن تحرير انفسنا من هذا الضرر وذلك باطلاق اوبتنفيس مشاعر الضيق والكرب بتوفر شبكة عمل داعمة ومساندة. وبذلك نستطيع ان نبقي متحدين، متفائلين، عقلاء، سعيدين وملتمزين. ان هذا سيعطينا القوة لبناء حركاتنا.

\*التشاور لاعادة التقييم هي نظرية وتطبيق واضحة المعالم تساعد الناس بكل الاعمار ومن كل الخلفيات الثقافية على تبادل مساعدة فعالة فيما بينهم لتحرير انفسهم من الندب العاطفية للاضطهاد وبعض الالام الاخرى. ان الناس يستطيعون شفاء الالام الموجهة والقديمة عند اخذ الادوار للاستماع لبعضنا البعض وتشجيع تنفيس المشاعر ليصبحوا اكثر قدرة على التفكير، الافصاح وتنظيم وقيادة الباقيين لبناء عالم يقدر كل انواع واشكال الحياة ويستعيد ويحافظ على البيئة.

لمعلومات اكثر زوروا موقعنا الالكتروني او اتصلوا على وسائل الاتصال اذناه:

Sustaining All Life, 19370 Firlands Way N, Shoreline, WA 98133-3925 USA

Email: sal@rc.org Tel: +1-206-284-0311



Sustaining All Life



SustainingAllLife.org



UnitedToEndRacism.org



sustaining\_all\_life



@sustainallife



SustainingAllLife