



Ayudarnos como activistas y organizadores

Los activistas y organizadores ambientales nos preocupamos profundamente por la Tierra y sus habitantes, y hemos conseguido importantes logros. Tenemos mucho de lo que estar orgullosos. Pero podemos olvidar fácilmente nuestros logros en las luchas diarias de la organización.

Muchos de nosotros nos sentimos desanimados cuando, frente a la poderosa oposición, nuestros esfuerzos por lograr el cambio no tienen éxito. También podemos sentirnos impotentes, agotados, poco inteligentes, solos y abrumados por lo que tenemos que hacer. Cuando nos sentimos así, puede ser difícil mantener la motivación para hacer el cambio.

A menudo intentamos ignorar los sentimientos y seguir trabajando por el cambio, pero si no abordamos los

sentimientos podemos sacrificar nuestra propia salud y bienestar; no ser capaces de identificarnos y conectar con los demás; o incluso criticar, enfadarnos o menospreciar a los demás. Puede que seamos incapaces de pensar en soluciones y renunciemos a ser activistas, organizadores y líderes. Puede que ya no tengamos energía para hacer el trabajo que tanto nos importa.

Para mantenernos en el tiempo, necesitamos un sistema de apoyo sólido. Necesitamos relaciones en las que confiemos y nos apoyemos mutuamente: compañeros activistas y organizadores con los que nos enfrentemos a las dificultades que surjan, las superemos y avancemos juntos. Si tenemos estas relaciones, podemos crecer, prosperar y aportar todo nuestro ser para acabar con la emergencia climática.



La sociedad opresora

Todos luchamos por vivir en una sociedad opresiva. Estamos oprimidos y somos testigos del racismo, el clasismo, el sexismo, la opresión de los pueblos indígenas y muchas otras opresiones. No podemos evitar interiorizar sus mensajes. La opresión internalizada nos hace dudar de nosotros mismos, sentirnos inadecuados y luchar en nuestras relaciones con los demás. Divididos por la opresión internalizada dentro o entre

nuestras organizaciones y comunidades, podemos competir entre nosotros por el poder, el control, el reconocimiento o los recursos. Esto nos impide ver o actuar sobre el interés común que tenemos en un futuro justo y sostenible. Necesitamos liberarnos colectivamente de la opresión internalizada. Podemos curarnos de la opresión y de otras heridas y volver a centrarnos en nuestro objetivo común de acabar con la emergencia climática.

En *Comprometidos con todas las*



“Compromiso con todas las formas de vida” (SAL por sus siglas en inglés) es una organización internacional de base que trabaja para acabar con el cambio climático y, a su vez, busca terminar con todas las divisiones entre la gente. “Unidas y Unidos para eliminar el racismo” (UER por sus siglas en inglés) es un grupo de gente de todas las edades y orígenes, 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. UER y SAL son proyectos que usan las herramientas de Re-evaluación y Co-Escucha (RC por sus siglas en inglés). RC es una teoría y práctica bien definida que permite que gente de todas las edades y orígenes intercambien ayuda eficaz entre sí para que se liberen de las cicatrices emocionales de la opresión y otras heridas. Al tomar turnos escuchándose y alentar el desahogo emocional, la gente puede recuperarse de las viejas heridas para poder pensar, protestar, organizar y liderar de mejor manera, para construir un mundo donde todos los seres humanos y otras formas de vida sean valoradas y el medio ambiente sea restaurado y preservado. RC existe en 95 países actualmente.



[SustainingAllLife.org](https://www.sustainingalife.org)



[UnitedToEndRacism.org](https://www.unitedtoendracism.org)



[CTFV.SALespanol](https://www.facebook.com/CTFV.SALespanol)



[sustaining_all_life](https://www.instagram.com/sustaining_all_life)



[@sustainalllife](https://twitter.com/sustainalllife)



[SustainingAllLife](https://www.facebook.com/SustainingAllLife)



Escanéame



Formas de Vida trabajamos para (1) crear conciencia de las heridas emocionales que interfieren con el pensamiento y la acción para poner fin a la degradación del medio ambiente, y (2) deshacer este daño sobre una base individual y colectiva, escuchando a los demás con atención y permitiendo que cada uno de nosotros muestre y exprese la pena, el miedo y otras emociones dolorosas que estas heridas han causado. El uso de este proceso nos permite pensar con más claridad sobre la crisis climática, construir y fortalecer alianzas y disfrutar del trabajo conjunto para enderezar el mundo. Nos ayuda a desarrollar el valor, la resistencia y la confianza en que podemos crear un futuro justo y sostenible para todos.



Compromiso del activista

Elijo cambiar el mundo utilizando toda mi inteligencia.

El futuro me necesita bien descansado, bien alimentado y bien ejercitado. Mi salud es importante.

El pasado es una fuente de información útil, pero nunca un sustituto de mi forma de pensar ahora.

Si no estoy disfrutando de lo que hago, entonces hay algo que no funciona en la forma en que lo hago y lo corregiré.



El trabajo de “Compromiso con todas las formas de vida” y “Unidas y Unidos para eliminar el racismo”

Es posible limitar los efectos del cambio climático causado por el hombre y restaurar el medio ambiente, y para que esto ocurra se necesitan algunos cambios muy grandes en nuestra economía y en las vidas que vivimos. “Compromiso con todas las formas de vida” y “Unidas y Unidos para eliminar el racismo” creen que la crisis ambiental no puede resolverse sin poner fin al racismo, al genocidio de los pueblos indígenas, al clasismo, al sexismo y a otras opresiones. El impacto de la destrucción del medio ambiente y el cambio climático recae más fuertemente en los grupos a los que se dirigen estas opresiones, y sobre otras poblaciones vulnerables (incluidas las poblaciones de personas de edad avanzada, discapacitados, y muy jóvenes). Hacer los cambios necesarios requerirá un movimiento masivo, en todo el mundo, de personas de todos los orígenes que luchen contra los efectos del cambio climático y el racismo.

En “Compromiso con todas las formas de vida” y “Unidas y Unidos para eliminar el racismo”, creemos que entre los obstáculos para crear un movimiento lo suficientemente grande y poderoso están: (1) las divisiones de antaño (usualmente causadas por la opresión, especialmente el racismo y el clasismo) entre naciones y entre grupos de personas, (2) el sentimiento generalizado de desánimo e impotencia, (3) la negación o incapacidad de enfrentar el daño a la tierra que se está intensificando, y (4) dificultades para abordar de manera eficaz las conexiones entre la emergencia ambiental y las fallas de nuestro sistema económico. “Compromiso con todas las formas de vida” y “Unidas y Unidos para eliminar el racismo” trabajan para abordar estos problemas y otros.

El papel de la opresión

Nuestras sociedades están basadas en la explotación y opresión que exige el crecimiento y la ganancia con poca consideración para las personas, para otras formas de vida, y para la tierra. La opresión (como el racismo, el clasismo, el sexismo, y la opresión a la gente joven) ataca a todas las personas, causando tremendas injusticias, limitando el acceso a recursos, y dañando las vidas de miles de millones de personas. Una vez afectadas por la opresión, las personas se sienten provocadas a ejercer las mismas heridas que experimentaron (a manos de la opresión) en contra de las demás personas. La mayoría de los daños hacia los seres humanos es el resultado de esta transmisión del daño. A pesar de que los seres humanos somos vulnerables a actuar opresivamente,

el comportamiento opresivo no es inherente, pero surge cuando el ser humano ha sido lastimado emocionalmente. Las sociedades opresivas manipulan ésta vulnerabilidad para establecer y mantener la explotación económica.

La importancia de recuperarnos del daño emocional

El daño mental y emocional que se nos ha ocasionado por la opresión y otras experiencias lastimosas interfiere con nuestra habilidad de pensar claramente y pone grupos de personas en contra de ellos mismos. Esto dificulta nuestra habilidad de pensar y responder efectivamente a la emergencia climática. Las personas no colaborarían con una sociedad que explote a la gente y dañe el medio ambiente si no fuera que previamente ellas mismas fueron heridas de antemano.

Recuperarnos de aquellas heridas que ayudan a que la opresión siga funcionando y conlleva a otros comportamientos dañinos no es un trabajo rápido ni fácil. Muchas personas nos resistimos o hemos sobrevivido volviéndonos insensibles a los daños experimentados y hemos supuesto que nunca nos liberaremos de ellos.

En “Compromiso con todas las formas de vida” y “Unidas y Unidos para eliminar el racismo”, hemos aprendido que es posible liberarnos de estas heridas. Podemos recuperarnos de experiencias dolorosas si alguien nos escucha atentamente y nos permite y anima a desahogar el dolor, el miedo y otros sentimientos dolorosos. Esto sucede por medio de nuestro proceso natural de recuperarnos emocionalmente – hablando, llorando, temblando, expresando coraje, y riendo. Al poder desahogar los sentimientos angustiantes en una red de apoyo, nos podemos mantener como personas unidas, con esperanza, consideradas, alegres, y comprometidas. Esto a su vez nos fortalece para construir nuestros movimientos dirigidos a parar los efectos del cambio climático y el racismo.



Sustaining All Life



Para más información ver:

www.sustainingalllife.org or www.unitedtoendracism.org
o **escribir:** Sustaining All Life/United to End Racism
19370 Firlands Way N, Shoreline, WA 98133-3925 USA
Correo electrónico: sal@rc.org **Tel:** +1-206-284-0311