

## Sobre Toma de Conciencia e Igualdad

El grupo de personas que nos hemos implicado en la preparación del Encuentro de Hombres y Mujeres por la Igualdad de este año, hemos pensado en la conveniencia de elaborar un breve texto en el que se explique lo mejor posible, cuál es el propósito y el marco de este Encuentro.

Lo primero que hemos pensado es adoptar el concepto **Toma de conciencia** porque creemos que nos sirve para explicar mejor a lo que nos referíamos en el momento de proponer el tema del Encuentro. Esos nuevos "estados de conciencia" a los que se refiere el título del Encuentro, sean los que sean, necesitan de un proceso previo de toma de conciencia.

Pero, ¿qué es la conciencia/consciencia? En el diccionario de la RAE, aparecen ambos términos con las siguientes acepciones:

**Conciencia:** Propiedad del espíritu humano de reconocerse en sus atributos esenciales y en todas las modificaciones que en sí mismo experimenta. Conocimiento interior del bien y del mal. Conocimiento reflexivo de las cosas. Actividad mental a la que solo puede tener acceso el propio sujeto. Acto psíquico por el que un sujeto se percibe a sí mismo en el mundo.

*Cobrar conciencia de algo...* Darse cuenta, percatarse de ello.

Asimismo, la palabra "consciencia" que puede ser sinónimo e intercambiable de "conciencia" en determinados casos, queda definida así:

**Consciencia:** Conciencia. Conocimiento inmediato que el sujeto tiene de sí mismo, de sus actos y reflexiones. Capacidad de los seres humanos de verse y reconocerse a sí mismos y de juzgar sobre esa visión y reconocimiento.

Se puede tomar conciencia de un hecho concreto, por ejemplo de una situación de necesidad o injusticia social (toma de conciencia de género, por ejemplo) o, bien, de una característica determinada que antes, aparecía vedada en alguna parcela de nuestro interior o de nuestras relaciones con el entorno (tomo conciencia de que mi visión de algo está determinando mis relaciones con tal persona, por ejemplo).

Pero aquí, más bien, nos referimos a una Toma de Conciencia global y concreta a la vez. Es global porque implica una toma de conciencia de muchas realidades que conforman una globalidad y es concreta porque es una toma de conciencia que emana de identificar, visibilizar y dar centralidad en nuestra vida a lo que es y fluye desde nuestro interior.

Así pues, la respuesta a la pregunta **¿Qué/quién soy yo?** es la clave de todo, pues la toma de conciencia global se refiere a eso, a qué somos, a qué soy. La respuesta que cada cual dé a esa pregunta determina profundamente su auto-concepto, la visión que tiene de sí misma y, en consecuencia, su posición ante/en el mundo.

El problema se origina en el hecho de que la cultura que nos es transmitida socialmente de generación en generación (mediante el proceso de socialización), no recoge suficientemente (aunque sí que hay atisbos) los aspectos básicos del conocimiento humano sobre qué somos. Esto produce una situación generalizada de desconexión con nuestra esencia, que es lo mismo que decir de desconexión con la naturaleza y el universo.

Hasta ahora, esto estaba reservado a una minoría. Ha sido en el S. XX cuando, al menos en Occidente, se ha ido extendiendo esta cultura y cada vez son más las personas que se adentran en este camino. Estamos en una era de cambio. Parece que se ha acumulado el suficiente conocimiento y saber colectivo y tenemos las suficientes herramientas de interconexión y comunicación como para que, un cada vez mayor número de personas, se paren y replanteen las grandes preguntas.

Sin pretender establecer ninguna definición cerrada de lo que es la Toma de Conciencia y siendo conscientes de que muchas personas pueden considerar que la Toma de Conciencia es algo diferente a lo explicado (puede ser éste uno de los puntos más interesantes del Encuentro), pasamos a describiros cuáles son, en nuestra opinión, algunos de sus componentes y características.

## **¿Qué es la Toma de Conciencia?**

La premisa de la que partimos es que hay "algo" de lo que es necesario Tomar Conciencia. Lo podríamos definir como la sabiduría que se obtiene cuando una persona "sabe-siente" lo que es, quién es y consigue "darse cuenta" de cómo está formada, de cuáles son sus partes y la interrelación que hay entre ellas y el mundo exterior, en un global común y único.

Lamentablemente, la transmisión cultural humana (la mayoritaria, hegemónica u oficial) se ha apartado de este conocimiento, especialmente, con el advenimiento de la sociedad industrial y el dominio de la razón... o ¿quizás con el surgimiento de la sociedad Patriarcal allá por la edad de bronce?

El yo-cognitivo-racional (lo que se denomina ego) se ha impuesto sobre el resto de los elementos que nos conforman como persona. Una parte, el ego, ha usurpado al todo (nuestra esencia, alma, ser o como queramos llamarle cada cual). Quedamos así en una absoluta soledad, la que nos lleva a un concepto constreñido de individualidad separadora y sin defensa alguna ante el poder externo de la estructura social dominante.

Sí, creemos que vivimos en un mundo profundamente condicionado. Usamos esta palabra en la línea de lo que se entiende en psicología por condicionamiento, para referirnos a una cultura que nos aliena hasta lo más profundo, hasta la mismísima concepción de lo que somos.

Cuando hablamos de Toma de Conciencia, estamos pensando en que:

- **Es un proceso.** Un cambio que se va produciendo en la persona, promovido por ella misma (también se habla de procesos-hechos espontáneos), mediante el cual la persona va tomando conciencia (se va percatando, va percibiendo) de sí misma, de sus elementos y de su globalidad.
- Se produce un paulatino **des-condicionamiento**. La persona va identificando, integrando y superando los valores, mandatos y perspectivas de la cultura condicionada. Va cambiando su forma de ver al mundo y a sí misma. Cambia la respuesta a las preguntas: ¿Qué soy? ¿Quién soy? ¿Qué es el mundo?
- **La persona es más libre.** Conocer es poder, es tener criterio y, por tanto, capacidad de decisión y posicionamiento.
- **Se gana en placidez y bienestar**, pues la persona identifica que la gran mayoría de sus conflictos son artificiales, producto de esa situación de alienación individual y global que da valor a cosas que realmente no lo tienen e invisibiliza lo fundamental. Se supera el malestar existencial que tanta ansiedad provoca en nuestra sociedad. Es el malestar de la división, de no tener clara y suficientemente resuelta la pregunta clave. Poco a poco, la persona deja de estar en conflicto consigo misma y con el mundo.
- Cambia la visión de lo que es **individual y colectivo**. Se supera la división artificial que nos impone esta sociedad. Ya no se mira con los ojos de la individualidad, sino como perteneciente al gran colectivo humano. La persona trasciende de sí misma. Encuentra, con vacilaciones al principio, una quieta fuente de energía interna que se mantiene imperturbable ante los eventos mundanos.
- Conlleva diferentes **procesos "parciales" de toma de conciencia** del cuerpo, de la conexión básica con la naturaleza, de cómo funcionan nuestros sistema emocional y cognitivo (no somos *sólo* nuestra emociones y tampoco somos nuestro pensamiento), superamos la identificación con el ego (no somos nuestro ego) e identificamos el futuro y el pasado como construcciones artificiales que sólo tienen realidad en nuestro presente.
- La **bondad y el amor** florecen en la persona como vía central de relación consigo misma y con el mundo, desplazando al egoísmo y la imposición, que conforman el soporte básico del mundo condicionado.
- La **muerte y la vida** se contemplan como partes necesarias de un mismo todo.

Terminamos intentando concretar las características principales, en la actualidad, de esa cultura condicionada de la que queremos y debemos liberarnos. La llamamos, tentativamente, la **cultura de la dominación**.

- Se arroga la autoridad. Nos la quita, nos invalida y pretende hacernos creer que otras personas saben más... Lo que sentimos por dentro "no es la verdad". Ésta viene determinada por una casta-élite cultural, política y económica.
- El poder se entiende como la capacidad para determinar a otras personas y a nuestro entorno natural. Se da un establecimiento de "castas" de poder. Por razón de raza, origen social, formación, creencias: personas ricas-personas pobres. Hombres-Mujeres, etc.
- Violencia: Aunque formalmente la rechaza, implícitamente la fomenta. Se nos transmite la idea de que la violencia es necesaria y que con la imposición se consiguen cosas. Es efectiva.
- Continuo auto-juicio interno y minusvaloración. Esta sociedad necesita de personas de muy baja autoestima o, dicho de otra manera, de autoestima dependiente de la valoración social.
- Predominancia del egoísmo y la desconfianza en las otras personas. Se nos transmite la idea implícita de que, aunque el altruismo es bueno, la verdadera fuerza que mueve el mundo es el egoísmo.
- a seguridad se busca desesperadamente en lo externo: en el dinero, las posesiones y el estatus social. Nos hemos separado del resto del mundo y, por tanto, hemos de defendernos de lo que hay fuera.
- La soledad: se nos transmite la idea de que, en el fondo, la persona está sola. Esto nos hace absolutamente vulnerables al poder establecido.
- El éxito en la vida se mide bajo parámetros sociales y no individuales y personales.
- La naturaleza nos pertenece y podemos hacer uso ilimitado de ella en nuestro beneficio. Se establece la división artificial entre ser humano y resto de la naturaleza.
- La espiritualidad, el conocimiento interior de lo que somos realmente, queda degradada y canalizada a través de religiones institucionalizadas y controladas por el poder. Interesadamente se identifica a toda espiritualidad con la necesidad de creencia en un Ser Superior a la vez que el poder mundano se preocupa de reservarse una "comunicación especial" con ese poder divino externo.
- Establece continuas fronteras y separaciones, rompiendo con el concepto de unidad de la persona y la sociedad en su conjunto. La persona ya no es un todo. Se coge una parte y se la inviste con el todo. Así, la razón-cognición, una de las muchas funciones humanas, se apodera del "poder" y mediante lo que conocemos como ego, se identifica con el conjunto de la persona.

- La sexualidad de las personas es regulada por convencionalismos culturales con ocultos intereses económicos y políticos y que nos dicen qué nos puede gustar y qué no, con qué podemos disfrutar y con qué no, qué es bueno y qué es malo...
- La afectividad y el cuidado a otras personas quedan como elementos secundarios de las relaciones humanas. No generan riqueza ni poder, no son importantes. Se reserva al sector de población que no ejerce el poder: las mujeres.

## Igualdad y Toma de Conciencia

La igualdad de género ha conllevado, inicialmente, un proceso de toma de conciencia de la injusticia y discriminación que supone la situación de las mujeres en nuestra sociedad. Esta fue la labor principal de las pioneras del feminismo.

En un segundo momento, se identificó y puso nombre a la cultura condicionada que, mediante un consumado proceso de socialización de género, aseguraba la permanencia de esa cultura de generación en generación. Lo hizo el movimiento feminista en los años 60 y la palabra utilizada fue **Patriarcado**.

Es decir, primero se identificaron los síntomas y, más tarde, se consiguió identificar el foco cultural que originaba la indeseada situación. El feminismo le puso nombre a algo que, hasta el momento, parecía difuso, inconcreto e intangible: la cultura patriarcal, dominante y hegemónica que estaba en el origen de la discriminación de género.

En la actualidad, cada vez más personas pensamos que la construcción de una sociedad plenamente igualitaria pasa, ineludiblemente, por un proceso personal y colectivo de identificación de esa cultura patriarcal que nos condiciona y en la construcción de una alternativa, una cultura de igualdad. Esto implica un auto-cuestionamiento personal que habrá de hacer un recorrido interior por los procesos propios de condicionamiento. El objetivo es liberarnos plenamente de sus valores y mandatos.

Así pues, en la superación de la cultura patriarcal-machista hay un proceso de toma de conciencia, aunque parcial, de características muy similares al anteriormente descrito. Además, si retomamos las características que antes hemos asignado a la cultura de la dominación, obtendremos que buena parte de sus elementos son los mismos que los que asignamos a la cultura patriarcal. Podemos ver al Patriarcado como una parte, una expresión concreta y sectorial, de la cultura de la dominación.

En el seno del movimiento feminista han surgido en las últimas décadas, diferentes iniciativas que tienden hacia esta globalidad o integralidad del cambio que queremos provocar. Dentro del eco-feminismo, por ejemplo, encontramos una idea que conjuga perfectamente con nuestro planteamiento: la liberación de las mujeres habrá de ser integral y pasará por un cambio de paradigma que nos devuelva a la unión con la naturaleza y nuestra esencia como personas.

Algunas de estas líneas han desembocado en lo que se conoce como el "esencialismo", pues postulan que las mujeres contienen en su "naturaleza femenina" algo que las hace más proclives y cercanas a la unión con la naturaleza y la tierra que nos acoge. Se habla de la Diosa en femenino, en contraposición con los Dioses patriarcales de las religiones occidentales tradicionales.

Tampoco podemos olvidar la intensa corriente de pensamiento que une feminismo y espiritualidad, mayoritariamente en nuestro entorno cultural, a través de grupos cercanos al cristianismo.

Podemos, por tanto, identificar el proceso de toma de conciencia como un factor determinante para la construcción de la igualdad, en el sentido de que procesos colectivos de toma de conciencia conllevarían, ineludiblemente, a una expansión de la igualdad en nuestra sociedad. Pero además de como factor facilitador, podríamos también hacernos las siguientes preguntas:

¿Realmente será posible la igualdad que buscamos sin que se produzca ese proceso masivo de toma de conciencia, al que nos referimos?

O dicho de otra manera, ¿será posible "acabar" con el Patriarcado sin superar la cultura de dominación?

¿Es esa conciencia "parcial" ante la desigualdad de género, motor suficiente para el cambio que necesitamos?