

REFLEXIONES ENTORNO LA VIOLENCIA DE GÉNERO Y CÓMO LA ESPIRITUALIDAD NOS PUEDE EMPODERAR A TOD@S

Cuando las mujeres y las niñas disfrutan de sus derechos y de la igualdad de oportunidades en educación, sanidad, empleo y participación política, impulsan el progreso social y económico. Se elevan a sí mismas, a sus comunidades y sus países. Pero ninguno de estos beneficios es posible a menos que las niñas puedan aprender sin miedo y las mujeres puedan tener autonomía y poder de decisión sobre sus propias vidas, y esto es precisamente lo que suprime la violencia y el miedo.

Además, hay otro aspecto que debe considerarse en la prevención y eliminación de la violencia y también en la atención a las que la padecen. Es necesario un proceso que adopte un enfoque espiritual para las que soportan la violencia, pero también para los que la infligen; un proceso en el que cada hombre y cada mujer tengan una oportunidad y se les dé un espacio para redescubrir su autoestima y su dignidad, es decir, un proceso que les empodere. El empoderamiento no viene de fuera. El empoderamiento es un proceso de comprensión y conexión con el propio valor y la autoestima, y de aprender a utilizarlos. El empoderamiento no es simplemente una cuestión de fortalecimiento de las habilidades de supervivencia o de reparación externa de los errores; implica el crecimiento y el desarrollo interior.

No existe una solución sencilla para la eliminación y prevención de la violencia contra las mujeres y las niñas. Es necesario el diálogo entre los responsables políticos, económicos, sociales y religiosos. El fortalecimiento de nuestras actitudes espirituales y poderes internos puede promover la igualdad de género, la armonía y la paz. Las mujeres y las niñas necesitan la oportunidad y el espacio para explorar su propio poder interior, pero los hombres también deben participar activamente en la conversación para que se produzca un cambio real y sostenible.

Sin embargo, el verdadero reto, tanto para las mujeres como para los hombres, consiste en integrar la práctica de la no violencia en la propia vida cotidiana. Nuestra profunda toma de conciencia y decisión de cambiar es un poderoso punto de partida para acabar con el modelo de violencia y cambiar hacia una actitud llena de paz, amor y dignidad. Esta toma de conciencia puede proporcionarnos a cada uno de nosotros fuerza y esperanza, y puede ser una herramienta poderosa para ayudar a superar la violencia.

A medida que la identidad se exterioriza progresivamente, su bienestar requiere de circunstancias y relaciones propicias para perpetuar esta identidad. Como resultado, suelen surgir atributos negativos. Nace la arrogancia de poder mantener el control sobre un mundo externo de circunstancias y relaciones; surge la avaricia para realizarse a través de la riqueza, el estatus o la comida. El apego ofrece una ilusión de comodidad, a través de la posesión de personas u objetos. La lujuria se desarrolla para la autogratiación o para satisfacer deseos fuertes y excesivos. Y así se puede entender la dinámica interna de cómo se produce la desigualdad de género y la consiguiente violación contra las mujeres y las niñas.

Todas las medidas para combatir y eliminar todas las formas de violación contra las mujeres y las niñas se dirigen, en última instancia, a cada mujer y niña, alma por alma. Si queremos abordar los factores que afectan a la vulnerabilidad de las mujeres y las niñas y reforzar la acción de prevención y sensibilización, se plantea la cuestión de qué es lo que va a promover la eficacia de cualquier proyecto o programa.

Existen innumerables programas de empoderamiento/desarrollo que se basan en gran medida en el desarrollo de habilidades prácticas o en el desarrollo de habilidades para la vida, pero las intervenciones para abordar el factor causal antes mencionado requieren una inyección espiritual y de valores. Brahma Kumaris opta por centrarse en los factores personales e intrínsecos que promueven el desarrollo sostenible de las mujeres y las niñas, es decir, el sentido de la identidad de género, el sentido de la autonomía, la inteligencia emocional.

Ya es hora de que la espiritualidad y los valores ocupen el lugar que les corresponde como mecanismo formidable para impulsar el cambio personal y como primer paso necesario para preparar a las mujeres a defender y acceder sin descanso a todos los demás sistemas de protección social, servicios públicos e infraestructuras para la igualdad de género. Así es como se puede capacitar a las mujeres para que "lo hagan por sí mismas". Si realmente queremos lograr la plena participación y el acceso de las mujeres, la exploración sobre el desarrollo de capacidades, la financiación y la ejecución de proyectos no pueden ser las únicas conversaciones que mantengamos. Por lo tanto, sería más eficaz y sostenible incluir el empoderamiento personal a través de la espiritualidad y los valores. Este es el eslabón que falta. Esto fomentará de forma natural el respeto por uno mismo y el valor para reclamar una cuota de poder.

La Universidad Espiritual Mundial Brahma Kumaris apoya inequívocamente la igualdad de género y está especialmente comprometida con la consecución del potencial de las niñas y las mujeres. Entendemos que es un derecho de las niñas y las mujeres ser educadas y explorar, experimentar y expresar su potencial al máximo.

Marta Matarín

Grupo de Espiritualidad (AUDIR)

Asociación Brahma Kumaris