

DALE

Equidad

Liderazgo juvenil

para la
equidad racial y
de género

MÓDULO

Género y nuevas masculinidades

AUTORÍA
Ana María Arango Melo



USAID
DEL PUEBLO DE LOS ESTADOS
UNIDOS DE AMÉRICA



manosvisibles
10 AÑOS



El enfoque de género

El enfoque o perspectiva de género es una categoría analítica que nos permite comprender las construcciones sociales existentes en torno a nuestras subjetividades y nuestras formas de ser y de estar en el mundo. Cuando hablamos de género, inmediatamente nos remitimos a las categorías de “lo femenino” y “lo masculino”, cuando en realidad la perspectiva de género lo que pretende es complejizar esta visión binaria y abrir nuestra mente a otras formas de vivir el cuerpo, de sentirlo y de encarnar nuestras emociones. Por otra parte, el enfoque de género se orienta a problematizar los escenarios que social y culturalmente se han otorgado a las mujeres en el mundo, marcados muchas veces por la violencia, la falta de oportunidades y la falta de garantías para acceder a los mismos derechos que los hombres; la opresión y las múltiples discriminaciones en espacios tanto públicos como privados.

Se comienza a hablar de “enfoque de género” a partir de la Cuarta Conferencia Mundial para la mujer que se celebró en Pekín en 1995. En dicha conferencia los Estados se comprometieron a garantizar a las mujeres acceso equitativo a oportunidades económicas, políticas, culturales, laborales, educativas y en salud.

Trabajo previo

Castellanos, G., Montecino, S., Kaufman, M., Santos, L., Muñoz, S., Fuller, N., ... & León, M. (1995). *Género e identidad: ensayos sobre lo femenino y lo masculino*. TM Editores.
En: <http://observatoriocultural.udgvirtual.udg.mx/repositorio/handle/123456789/108>

Lamas, M. (1996). La perspectiva de género. *Revista de Educación y Cultura de la sección*, 47, 216-229.
En: http://www.inesge.mx/pdf/articulos/perspectiva_genero.pdf

Viveros, Mara. (2016). “La interseccionalidad: una aproximación situada a la dominación”, en *Debate Feminista*, vol. 52, octubre, pp. 1-17. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.df.2016.09.005>

Gonzales, Lélia (1988) “A categoria político-cultural de amefricanidade”. In: *Tempo Brasileiro*. Rio de Janeiro, N°. 92/93 (jan./jun.). p. 69-82.
Cardoso, Claudia Pons (2014) “Amefricanizando o feminismo: o pensamento de Lélia Gonzalez”. *Revista Estudos Fem.* vol. 22 no.3 Florianópolis Sept./Dec.

Videos

¿Qué es la diversidad sexual?

<https://www.youtube.com/watch?v=1QbTZYiQ6BA&t=32s>

Un llamado a los hombres. Anthony Porter

<https://www.youtube.com/watch?v=tdIPbsV6B80&t=7s>

Objetivo general

Reflexionar en torno a las categorías de sexualidad y género y sus complejidades en contextos de diferenciación como el Pacífico colombiano.

#DALE *Equidad*

Reconocer los derechos sexuales y reproductivos.

Comprender los fundamentos de la discriminación de género y cómo se entrecruza con las lógicas de la colonialidad, el racismo y la aporofobia.

Analizar los mandatos familiares y la forma como marcan nuestra vida sexual, identidad y roles de género.

Analizar los aciertos de los movimientos feministas, los afrofeminismos y sus retos en la actualidad.

**Objetivos
de
aprendizaje**

Cuerpos sintientes, cuerpos que narran, cuerpos diversos

El cuerpo ordena nuestra experiencia y responde a la vez a una serie de reglamentos, imaginarios y creencias que por siglos se han construido en los grupos sociales en donde nacemos. La experiencia social, las pautas de crianza, la educación, etc., generan unas formas específicas de relacionamiento de nuestro cuerpo con el territorio en el que vivimos. Si el territorio exige cuerpos fuertes, las pautas de crianza van a estar orientadas a formar cuerpos fuertes, si, por el contrario, el contexto es diferente y se necesita que los cuerpos sean quietos y callados, así mismo se impondrán unas pautas de crianza para ejercer una especie de “domesticación” sobre el cuerpo de los niños. Pero hay otro tipo de cuerpos. Cuerpos diversos que se salen de la norma social o el concepto de belleza; muchos de estos cuerpos en algunas sociedades son maltratados, estigmatizados, señalados, expulsados. En este módulo veremos de qué manera nuestro cuerpo habla, se expresa, se rebela y se presenta de múltiples maneras frente al mundo, siendo un lugar de infinitos lenguajes y posibilidades para crear.

Cuerpo afro/ indígena

Para las mujeres, los hombres y la población LGBTI* afrodescendientes e indígenas, su cuerpo ha sido un lugar de poder y resistencia. El orden corporal, es decir, el “deber ser” del cuerpo, durante la colonia y posteriormente en la modernidad, ha estigmatizado, señalado, erotizado y exotizado el cuerpo de los afrodescendientes. Las y los afrodescendientes han entendido que en su expresión e inteligencia corporal hay una fuente para la resistencia y para reclamar el derecho a ser y existir en el mundo. En expresiones como el baile y el deporte, hay un lugar de enunciación y rebeldía frente al orden impuesto por parte de las culturas dominantes.

Las formas de control sobre las poblaciones indígenas, negras y mestizas durante la colonia estuvieron orientadas a la construcción de un cuerpo que respondiera a los intereses económicos y las estrategias de adoctrinamiento de las misiones católicas. El cuerpo negro se entendió como una máquina de trabajo que debía ser dominada y subyugada, y para este propósito, se le rotuló como un cuerpo animal, salvaje y satánico. De esta manera, el cuerpo afro para muchos, debía negarse y superarse, a partir de la adopción de ideales de belleza y control ajenos. y en donde, los gestos, el vestido y hasta las formas de hablar debían responder al lugar otorgado dentro un sistema jerárquico colonial.

El cuerpo de la mujer fue instrumentalizado. La mujer negra esclavizada se convirtió en un objeto de reproducción de mano de obra. Su cuerpo fue concebido como una máquina de trabajo y procreación al que había que estigmatizar y señalar como prohibido y pecaminoso para así justificar los excesos, violaciones y maltratos que se cometían frente a ellas. Sin embargo, lejos de ser sujetos pasivos, las mujeres esclavizadas emprendieron sus propias formas de protesta y resistencia manteniendo sus saberes, sus danzas, sus cantos y su espiritualidad. A los hombres por su parte, se les convirtió en objetos con la capacidad de hacer trabajo corporal, desconociendo sus destrezas intelectuales y sus formas propias de conocimiento. Para la comunidad LGBTI la experiencia no ha sido mucho mejor; por el contrario, es una población que ha sufrido una triple discriminación: son negros, vulnerables económicamente y con expresiones de género diversas y estigmatizadas.

Dentro del feminismo, en los años setentas se abrió un interesante debate en torno a las narrativas del feminismo de mujeres blancas privilegiadas que muy poco comprendían los diferentes matices de la opresión cuando otras estructuras hacían parte de las inequidades; es decir, no solo se trataba de un tema

de inequidad de género, sino que también estos ejercicios de poder estaban atravesados por el concepto de raza, identidad étnica y clase social. A esta forma de complejizar los otros fenómenos sociales que atraviesan los ejercicios de poder, se le llama interseccionalidad.

Para Mara Viveros, la interseccionalidad es “la expresión utilizada para designar la perspectiva teórica y metodológica que busca dar cuenta de la percepción cruzada o imbricada de las relaciones de poder”. Así es fundamental comprender que los derechos sexuales y reproductivos, la diversidad sexual, las múltiples violencias basadas en género entre otros aspectos del universo de la sexualidad, debe ser visto desde una perspectiva compleja en donde otras dimensiones culturales y sociales entran en juego a la hora de comprender los fenómenos culturales que les rodean (Viveros, 2016: 1).

*Esta sigla se refiere a personas lesbianas, gays, bisexuales, transexuales intersexuales.

Lesbiana: mujer que siente una preferencia sexual por otras mujeres

Gay: Hombre que se siente atraído y prefiere tener relaciones con otros hombres

Bisexual: Persona que siente atracción sexual tanto por hombres como por mujeres

Transgénero: Que nace con un sistema sexual que no corresponde a su identidad

Transexual: Persona que ya pasó por la operación y la sustitución hormonal

Intersexo: Persona que nace con órganos sexuales masculinos y femeninos.

¿Qué es la sexualidad?

Comprende el sexo, la identidad y los roles de género, la orientación sexual, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción, la menstruación y el parto.

Trasciende la genitalidad, el coito y las relaciones sexogenitales

Se experimenta y se expresa en pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, comportamientos, prácticas, roles y relaciones.

Desde su comprensión se han forjado opresiones y una dominación directa sobre las mujeres, desde el poder masculino, por medio de la autorregulación, la represión y la prohibición del placer.

Es una categoría política que está en todas las relaciones sociales.

Abarca procesos biológicos, socioculturales, psicológicos, económicos, políticos, económicos, éticos, legales, históricos y religiosos.

Derechos sexuales y reproductivos

Se refieren a la posibilidad de goce de una vida sexual y reproductiva plena, libre, saludable, satisfactoria y sin violencia.

1. Derecho a la vida: Respeto los valores, creencias, normas e ideales de mi vida individual y colectiva. Tengo derecho a participar en los servicios de salud.

2. Derecho a la libertad: Tomo decisiones y pienso según mi parecer, teniendo en cuenta la libertad y el respeto por los demás. Decido sobre mi sexualidad, rechazando lo que va en contra de mi voluntad.

3. Derecho a la autonomía e integridad sexual: Tomo decisiones libres y conscientes sobre mi salud, vida, cuerpo y sexualidad. Realizo mi plan de vida y desarrollo mi identidad.

4. Derecho a la libre decisión: Pienso, opino y desarrollo mi vida con mis propios valores y creencias. Elijo: el número de hijos que quiero tener, el uso de métodos anticonceptivos, la frecuencia, con quién, cómo, cuándo tengo relaciones sexuales

5. Derecho a la información y a la educación sexual: Tengo derecho al acceso de información sobre: el funcionamiento de mi cuerpo, enfermedades de transmisión sexual, anticonceptivos, entre otros.

6. Derecho a la equidad sexual: Tengo derecho a no ser discriminada. Reconozco la igualdad de derechos, beneficios, posibilidades, sin importar mi sexo, orientación sexual, edad, etnia, nivel económico o social.

7. Derecho a la integridad personal: Vivo libre de violencias, sin que me causen algún daño físico, sexual o psicológico que afecte mi cuerpo o salud.

8. Derecho a la intimidad: Nadie me puede obligar o presionar para dar información sobre mi vida sexual y reproductiva.

9- Derecho al placer sexual: Conozco, respeto, cuido y amo mi cuerpo; la sexualidad debe producirme goce y bienestar, no sufrimiento.

El cuerpo, la sociedad y la cultura

Como ya hemos señalado, el género es una construcción social, cultural, histórica, psicológica, creada por las sociedades para que, desde ese lugar, los hombres y las mujeres estén dentro de un marco del “deber ser”, en cuanto a sus comportamientos, el rol que cumplen en la sociedad, sus características físicas, y hasta su forma de pensar. Todo esto es aprendido e impuesto y no es natural a pesar de que ha sido naturalizado.

Roles de género

Son los comportamientos, actividades (laborales, deportivas, entre otras), atributos, construidos por la sociedad para ser impuestos a las niñas y las mujeres, y a los niños y los hombres, en función del sexo con el que nacieron. Muchos de estos comportamientos y roles han sido subvertidos y cuestionados, dando paso a comprender que no pueden naturalizarse y que no son algo establecido ni muchos menos determinado por nuestras condiciones biológicas.

Roles tradicionales de género en el Pacífico colombiano

Las personas afrodescendientes e indígenas en Colombia, tienen como núcleo la familia, entendida como la casa, mientras que su opuesto es “la calle”, que se entiende como “fuera de casa. Así, la casa es un espacio de la mujer y la calle es un espacio del hombre.

Para las familias del Pacífico colombiano es indispensable la idea de que las mujeres deben tener hijas o hijos. El rol de la mujer está ligado a la maternidad como algo asignado por la naturaleza. Se entiende que hay una necesidad fisiológica de la mujer de tener hijos y la mujer que no los tiene, no purifica su cuerpo y está expuesta a graves problemas sociales, físicos y energéticos (Rossbach, 2014, p. 386 en Arango, Howald & Vásquez, 2016).

Cando una mujer no tiene hijos, se le juzga, se le considera enferma (si se trata de un caso de esterilidad) o profundamente egoísta consigo misma, con su familia y con la sociedad en general. La sanción social no está en decidir tener hijos (cuando no se tienen recursos para mantenerlos, por ejemplo), sino en decidir no tenerlos (Arango, Howald & Vásquez, 2016). El territorio femenino, es el territorio doméstico y en su casa y su patio, la mujer debe hacer lo indispensable para garantizar el cuidado de su marido y sus hijos. El hombre por su parte, puede estar en la calle, en el río o en el monte, pero debe proveer a su familia de comida y demás necesidades (2016).

Podemos observar en el territorio, roles tradicionales en los oficios: la labor de pesca y tala, está enfocada en los hombres, mientras que el cuidado de la casa y de las y los hijos, es para las mujeres. Las profesiones también las vemos permeadas por estos roles. Así las profesiones de cuidado como la enfermería y el trabajo social son desempeñadas por mujeres, mientras que las ingenierías o incluso profesiones como conductores de transporte terrestre y fluvial, son desempañadas por los hombres. En la música, mientras los hombres son instrumentistas, las mujeres son quienes cantan y tocan los sonajeros. O también, los hombres son los médicos tradicionales y las mujeres son las parteras.

Heteronormatividad

La heteronormatividad se entiende como la única orientación sexual, afectiva, identitaria, válida, normal, natural, y socialmente aceptada, no dando lugar a la diversidad en cuanto a la orientación, expresión e identidad sexual. Se relaciona con el sexo biológico y la reproducción. Desde el sexo se imponen estereotipos de género, un modelo de masculinidad a los hombres, y uno de feminidad a las mujeres. La heteronormatividad es como un régimen que permea a las personas en sus ámbitos sexual, social, político y económico, desde el binarismo “masculino y femenino”.

* Para profundizar en este tema, puedes consultar consultar: Consejería de Derechos Humanos (2017). Presidencia de la República del Colombia. Orientación Sexual, Identidad de Género y Derechos Humanos. Consultado en septiembre de 2018. <http://www.derechoshumanos.gov.co/observatorio/publicaciones/Documents/2017/170213-plegable-lgbti.-webpdf.pdf>

Te invitamos a ver el video en YouTube “La Diversidad Sexual. Una explicación Fácil”. Consultado en septiembre de 2018. <https://www.youtube.com/watch?v=1QbTZiQ6BA&vl=en>

El sexismo

Según Victoria Sau (2002) el sexismo es entendido como: “Conjunto de todos y cada uno de los métodos empleados en el seno del patriarcado para poder mantener en situación de inferioridad, subordinación y explotación al sexo dominado: el femenino.” Para complementarlo, se hace referencia a María Lameiras (2003), quien lo describe como una actitud dirigida a las personas en virtud de su pertenencia a un determinado sexo biológico en función del cual se asumen diferentes características y conductas. Estas definiciones siempre dejan al descubierto el dominio de un sexo, el masculino, sobre otro, el femenino.

Diversidad de género y sexualidad

Los seres humanos somos seres sexuados. Esto quiere decir, que nacemos con órganos sexuales. Cada persona vive esa sexualidad de una forma particular; pero realmente ¿de qué estamos hablando cuando hablamos de sexualidad? Para entender las dimensiones de nuestra forma de vivir nuestra condición de género y sexualidad, es importante comprender cuatro conceptos:*

Sexo biológico:

Se trata de las diferencias biológicas entre hombres y mujeres (la genitalidad, los cromosomas y las hormonas). Esto quiere decir que si una persona tiene pene, testículos y su cromosoma es XY, su sexo biológico es “hombre”. Si por otra parte, si la persona tiene vulva, ovarios y su cromosoma es XX, su sexo biológico es de mujer. Al nacer o incluso antes, se define la sexualidad del bebé dependiendo del sexo biológico.

Identidad sexual o identidad de género:

Tiene que ver con la forma como nos sentimos. Es una vivencia subjetiva que puede coincidir o no con nuestro sexo biológico. Es decir, me puedo sentir hombre, pero tener vulva o me puedo sentir mujer, pero tener pene. Hay algunos hombres que han nacido con vulva: los hombres transexuales y hay algunas mujeres que han nacido con pene, pero se sienten mujeres, son las mujeres transexuales. A las personas cuyo sexo biológico coincide con la identidad sexual se les conoce como cissexuales.

Orientación del deseo u orientación sexual:

Esta orientación está relacionada con nuestra preferencia sexual; es decir, con el sexo con el cual nos sentimos atraídos emocional, sexual y afectivamente. Si nos gustan las personas del sexo biológico contrario, somos heterosexuales, si nos gustan las personas del mismo sexo somos homosexuales

Expresión del género:

El grupo social y la familia en la que vivimos nos ha formado de una manera determinada dependiendo de nuestro sexo biológico. Por ejemplo, creen que la “niñas” con vulva deben jugar a las muñecas y a la cocina, y los “niños” con pene deben jugar a los carritos y al fútbol: rosa para las niñas y azul para los niños. Por eso, desde los modelos de crianza se busca que los gestos, los hábitos y comportamientos de “niñas” y “niños” sean diferentes. Sin embargo, hay niñas que quieren expresarse desde aquello que culturalmente se enciende como masculino y viceversa.

Pero, teniendo en cuenta todo esto ¿cuántas combinaciones puede haber entre todas estas categorías? Puedes ser un hombre con pene, heterosexual y femenino. O puedes ser un hombre con pene, masculino y homosexual o puedes ser una mujer transexual, femenina y lesbiana... o puedes ser una mujer con vulva, masculina y heterosexual... Y así, todas las combinaciones posibles. Sin embargo, esto que hemos expuesto sigue siendo muy simplista ya que la realidad de las personas no está realmente determinada sólo por los opuestos: masculino/ femenino, pene/vulva, heterosexual/homosexual, cissexual/transgénero, etc. Es mucho más complejo que pensar en estas formas de oposición. Esta forma de ver las cosas se entiende como “sistema sexual binario” que ve dos realidades opuestas en cada categoría... pero hay otros matices.

En cuanto al sexo biológico, existen muchas personas que nacen con una anatomía sexual que no encaja con la visión de opuestos o la visión binaria. Por ejemplo, algunas personas tienen una combinación de ambos tipos de genitales o genitales que parecen ser masculinos y femeninos al mismo tiempo. Personas que tienen cromosomas XXY o XX0. A todas estas personas se les llama “intersexuales”. Con la identidad sexual, también puede haber muchas variaciones; muchas personas no se posicionan ni como mujer ni como hombre. Algunas mujeres se sienten hombres y mujeres a la vez y se les llama “bigénero”, otros solo parcialmente hombre o mujer “demigénero” y los que no se sienten ni mujeres ni hombres se les conoce como “agénero” y también hay quienes se sienten temporalmente hombres y temporalmente mujeres y se les llama “género fluido”, y otros que ni como género, ni como hombre ni como mujer y se identifican como “del tercer sexo”. Todas estas realidades de la identidad sexual son muy poco visibilizadas. En el fondo, la etiqueta no es tan importante, lo interesante es darnos cuenta de que la identidad va más allá de “ser hombre” o “ser mujer”. Con la orientación del deseo sexual pasa algo similar; no podemos leerlo desde una los opuestos masculino/ femenino. Alguien puede sentirse atraído por los hombres y por las mujeres al mismo tiempo y en diferente intensidad hacia un sexo u otro (lo cual puede cambiar según el momento de la vida): a esto se le llama “bisexualidad”. Sin embargo, hay a quienes sienten deseo por las personas independientemente de su sexo o género, lo cual se denomina “pansexualidad” o, incluso hay quienes no se sienten atraídos por ningún sexo: “asexualidad”, lo cual no quiere decir, que no pueda sentir amor. Finalmente, con la expresión del género, también puede haber muchas variaciones. Como sabemos, todas las personas tenemos algo de femenino y algo de masculino en nuestros gustos, intereses y forma de expresar nuestra personalidad en general. Hay hombres a quienes les gusta pintarse las uñas. Si hay una persona en el medio, cuyas expresiones son tanto femeninas como masculinas, se les llama “andróginas” porque tienen rasgos de ambos géneros de manera equilibrada.

Entender la complejidad sexual implica entender que todas estas variantes se pueden combinar y que una persona en un momento de su vida puede sentir atracción e identificación por unos rasgos y unas formas que deseo, formas de amar y de expresarse determinadas y esto no la hace una mala persona. Si las personas no dañan a otras, no transgreden la ley por medio de la violencia y el abuso, si hay respeto y amor... todas estas formas de expresión de la sexualidad deben ser aceptadas e incluso celebradas, porque la diversidad nos permite ser más creativos, más empáticos, más carismáticos y más comprensivos con los demás.

Honra lo que eres

Quiere decir, aceptar y amar lo que somos. Las mujeres hemos asumido una carga histórica. En la Edad Media se nos persiguió por brujas cuando en realidad éramos científicas, inteligentes y librepensadoras. Se nos ha considerado “el sexo débil”, se nos estigmatiza si llevamos la falda muy corta, si somos demasiado independientes, si decidimos no ser madres, si somos demasiado tímidas, si somos demasiado extrovertidas... al final pareciera que, si no nos terminamos de ajustar a los requerimientos de una sociedad que se ha basado en el pensamiento masculino para pensarse y desarrollarse, estamos perdidas.

¿Qué es el sistema patriarcal? Es el sistema de pensamiento basado en la idea de la propiedad privada, la familia en donde la mujer debe estar para la crianza de los hijos y el control e idea de superioridad del hombre sobre la naturaleza. La mujer por su personalidad y cercanía con la naturaleza, debe ser dominada, controlada y “domesticada”. Los conceptos básicos del patriarcado son:
El hombre es el sexo fuerte, la mujer es el sexo débil: más frágil, menos capaz y menos inteligente
No somos iguales. La desigualdad es algo natural a los humanos.
La manera de resolver los conflictos debe ser por la fuerza y la guerra

El hombre, basándose en esas ideas de superioridad ha sido el protagonista de decisiones políticas, económicas, sociales y culturales, mientras que a la mujer se le ha dejado como rol principal la crianza de los hijos, el cuidado de la casa y la satisfacción sexual en función de los deseos del hombre. ¿Cómo reivindicar

el rol de las mujeres y la equidad entre los dos géneros? Aquí te proponemos dos elementos muy importantes: las masculinidades conscientes y la sororidad.

Masculinidades conscientes

Hemos vivido muchos siglos bajo el dominio del sistema de pensamiento patriarcal. Y éste se sustenta en los modelos de crianza y los mandatos de la construcción de “lo masculino” y “lo femenino”. Así, un niño para ser considerado un “verdadero hombre” debe cumplir con los “mandatos de la masculinidad”:

- El hombre no llora ni expresa sus emociones, excepto la ira.
- No muestra debilidad ni miedo, tiene valor
- Demuestra el poder de control, especialmente sobre las mujeres
- Es dominante
- Es protector
- No quiere ser “como una mujer”
- Es heterosexual
- No quiere ser percibido como “un marica”
- Es fuerte, duro, atlético.
- Toma decisiones sin necesidad de ayuda
- Ve a las mujeres como propiedades/ objetos

Tony Porter nos dice:

“Hay algo maravilloso en ser hombre, pero al mismo tiempo, hay algunas cosas que se han ido al cause. Tenemos que revisar ese proceso para deconstruir y definir nuestra idea de masculinidad”.

Cuestionar estos mandatos y la idea de la masculinidad en nuestra sociedad, es una oportunidad para la reconciliación. Cuántas peleas, cuántas guerras se inician por la necesidad de demostrar la hombría. La violencia y el conflicto serían insostenibles sin los mandatos de la masculinidad. Ser masculino no necesariamente está relacionado con el sexo biológico y la identidad sexual. Tiene que ver con lo que anteriormente caracterizábamos como “la expresión de género”, en donde por ejemplo muchas mujeres pueden ser las que practiquen y sostengan estos mandatos de la masculinidad.

Pero hay otros mandatos de la masculinidad que tienen que ver con la energía de la fuerza, de la protección, de la seguridad, el arraigo, la exploración, el pensamiento racional, que son necesarios y que nos complementan como seres humanos

tanto a hombres como a mujeres (biológicamente hablando). Honrar la energía generosa masculina y la energía del cuidado femenina que llevamos dentro, es honrarnos a nosotros mismos. Honrar nuestro femenino tiene que ver como amar nuestro cuerpo tal y como es, conectarnos con nuestra menstruación y todos nuestros fluidos, confiar en nuestra intuición, escuchar nuestro cuerpo, danzar, y fortalecernos junto con otras mujeres en medio de círculos femeninos que hacen de su unión un lugar no para criticarse y sentirse superiores a otras mujeres, sino para ejercer la SORORIDAD, es decir, el apoyo y la solidaridad entre mujeres y la capacidad de crear y revolucionar el mundo desde la conciencia y el amor.

Sororidad

Sororidad es honrarnos entre mujeres, hacer alianzas, ser solidarias, dejar de competir y de criticarnos entre nosotras. La sororidad significa hermandad entre mujeres. Sororidad es entender que somos iguales y hacer cambios estructurales en la vida social para transformar las lógicas del patriarcado. Día a día, se ejercen tantas formas de violencia contra la mujer: violencia física, psicológica, verbal, económica, entre otras; la noción de sororidad nos invita a cuidarnos entre nosotras mismas. No hace falta ser amigas íntimas o ser de la misma familia, la sororidad nos invita a generar alianzas especiales por el sólo hecho de ser mujeres y compartir unas realidades de exclusión. Esta solidaridad acoge también por lo tanto a la comunidad LBGTI, y nos invita a cultivar el buen trato y la protección también hacia ellos. La sororidad nos genera una sensibilidad especial por todo aquello que ha sido oprimido por la lógica del patriarcado incluido el mismo territorio.

La Sororidad nos invita a reivindicar los saberes ancestrales, el conocimiento de las plantas, la medicina ancestral, la partería. Nos invita a conectarnos con nuestra esencia femenina, a celebrar y honrar nuestro cuerpo, nuestra menstruación y a entender que somos poderosas, intuitivas, sabias y dadoras de vida. Por eso somos guardianas de toda manifestación de vida en el territorio.

Tejer vínculos femeninos en medio de la sororidad, la filiación entre hermanas, no implica estar en guerra con los hombres. Por el contrario, se trata también de honrar la masculinidad en su expresión también guardiana y protectora, fuerte y sensible a la vez. Enseñar a nuestros hijos, hermanitos y sobrinos que pueden hacer los oficios de la casa, cuidar bebés, pueden llorar, mostrar sus sentimientos y que no deben estar condenados y oprimidos por los mandatos de la masculinidad.

Herramientas prácticas

Actividades

1. El árbol: Meditación

Esta actividad busca conectar a los liderazgos de DALE Equidad con su memoria, recuerdos de su linaje y los personajes más importantes de su familia. Es una invitación a honrar a ese linaje y, a la vez a verlo con cierta distancia para cortar aquellas cadenas y mandatos que no vale la pena mantener. Durante la meditación se hace especial énfasis en esos mandatos relacionados con los roles de género y las cadenas de discriminación, violencia, sumisión, y miedos que se pueden cargar como formas de lealtad con los troncos familiares.

Objetivo

Tomar conciencia de los mandatos familiares, y cómo ellos se relacionan con los comportamientos, creencias y estructuras de las relaciones de género que mantenemos por lealtad con nuestros ancestros. Honrar los vínculos familiares y sanar relaciones.

Preparación

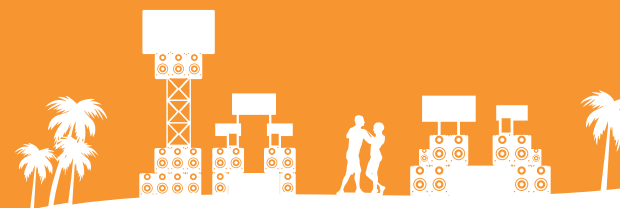
Antes de comenzar la meditación, es importante que indagues qué entienden las lideresas y los líderes por meditación. Explica que la meditación es un espacio para conectarnos con nosotros mismos y mirar hacia adentro. Otras tradiciones como el hinduismo entienden la meditación como una acción más profunda, un momento de éxtasis y conexión con un ser superior en el que la mente queda en blanco y no hay ningún tipo de pensamientos. En este caso, simplemente haremos una meditación guiada para conectarnos con circunstancias y emociones de una manera profunda. Invítalos a que se den la oportunidad de vivir plenamente esta actividad.

Momentos de la actividad

Pídele a las lideresas y los líderes que se pongan cómodos, que suelten todo lo que tengan en sus manos, que vayan al baño si es preciso, que apaguen o coloquen

La Sororidad es ser soberanas sobre nuestro cuerpo. Honrar nuestra sexualidad. Saber que nuestra vulva y nuestro útero son sagrados, que nadie bajo ningún motivo puede invadirlos, meterse con ellos sin nuestro permiso y consentimiento. La sororidad nos enseña que nuestro útero es un gran centro energético que ha recibido la bendición de ser dador de vida y que, por esto mismo, queramos o no ser madres, debemos cuidarlo y valorarlo.

#DALE Equidad



en silencio sus teléfonos celulares y que cierren sus ojos adoptando una posición recta, pero a la vez cómoda y que no sea una posición en la que fácilmente pueden caer dormidos. Después de que ya están en silencio y con los ojos cerrados, puedes comenzar esta meditación guiada. Asegura que tu voz llega a todos los rincones del salón y que tus palabras son claras y precisas. Habla muy lentamente, vocaliza y deja un espacio suficiente entre una frase y otra; sobre todo si se trata de instrucciones que llaman a una acción o visualización distinta.

Cierra tus ojos

Adopta una posición recta y cómoda
Las plantas de tus pies se apoyan en el suelo
Toma una respiración lenta y profunda
Eleva tu estómago y suelta el aire lentamente
Conéctate con tu respiración
Sé consciente del aire que entra y sale de tus pulmones

Toma consciencia de los sonidos que hay a tu alrededor

Vuelve a respirar lenta y profundamente
Relaja la planta de tus pies
Relaja y toma consciencia de tus pantorrillas
Relaja tus rodillas y tus muslos
Toma consciencia de tus caderas y del contacto con la silla
Conéctate con tu estómago... Tu pecho... Relaja tus hombros
Toma consciencia de tus brazos y de tus manos... agradece cada parte de tu cuerpo...
Relaja tu cuello, toma consciencia de tu cuero cabelludo y de toda tu cabeza, relájala
Finalmente relaja tu rostro, tu frente, tu entrecejo, tus ojos, tus mejillas
Relaja tu mandíbula, tu boca y tu lengua
Toma consciencia del aire que entra por tus fosas nasales, respira lentamente
Y suelta el aire terminando dejando ir con él cualquier tensión que aun tenga tu cuerpo.

Ahora, vas a sentir que de la planta de tus pies salen unas raíces que rompen el suelo y se conectan con las profundidades de la tierra
Siente cómo tu cuerpo se extiende y te ancla a lo más profundo del territorio con unas raíces fuertes y poderosas

Ahora siente cómo tus piernas y tu tronco se convierten en el tallo de un árbol, que amorosamente se conecta con esas raíces... y siente cómo de tus brazos y tu cabeza se extienden unas ramas.

Imagina esas, raíces, ese tallo y esas ramas
Imagina su tamaño, su grosor, sus colores, sus hojas
¿Tiene frutos? ¿Alberga algún nido? ¿Tiene algunas flores?
Imagina ese hermoso árbol que eres tu mismo.

Siente tu cuerpo expandirse y conectarse con un cielo que es testigo del esplendor de este árbol. (aquí es muy importante que esperes de 1 a 2 minutos para dar tiempo a los chicos de imaginar este árbol y conectarse con él)

Ahora que sientes como tu cuerpo es **ese árbol que se extiende hacia las entrañas del territorio y de expande hasta el infinito**, da un paso al frente. Voltéate para mirar de frente ese árbol. Y mira cómo ese árbol que has construido, que es la expansión de todo tu cuerpo, de repente, te comienza a mostrar a los miembros de tu familia: En las raíces están tus bisabuelos y tus abuelos... en el tallo aparecen tus padres y tal vez tus tíos, y en las ramas y hojas estás tú con tus hermanos y primos.

Saluda a ese linaje, examínalo. Pero no lo hagas desde el juicio...
hazlo desde el amor, desde la comprensión, desde el perdón.

Honra ese linaje. Es tu familia, la que te ha permitido estar aquí. (Este momento también debes dar un espacio prudente para que los chicos hagan este ejercicio. Si notas que alguno se ha quedado dormido, tócale el hombro amorosamente para que regrese)

Observa a las mujeres de ese árbol, observa quiénes son, cómo se sienten. Qué hicieron, que han hecho y qué piensan hacer con su vida. Observa sus relaciones. Sus relaciones con otras mujeres y con los hombres. Cómo son esas relaciones. Qué las caracterizan.

Toma consciencia de las estructuras que se mantienen. Todo aquello que se perpetúa. Tanto lo que las hace sabias y poderosas, como lo que las hace débiles y víctimas.

Observa a los hombres de ese árbol, observa quiénes son, cómo se sienten. Qué hicieron, que han hecho y qué piensan hacer con su vida. Observa sus relaciones. Sus relaciones con otras mujeres y con los hombres. ¿Cómo son esas relaciones? ¿Qué las caracterizan?

Toma consciencia de las estructuras que se mantienen. Todo aquello que se perpetúa. Tanto lo que los hace sabios y poderosos, como aquello lo que los hace débiles y victimarios.

Elige a alguien que es muy importante para ti en ese tronco familiar, porque sientes que tienes una conversación pendiente con él y con ella, para sanarte, para sentirte mejor. Porque sientes que debes decirle algunas cosas. Esta persona puede estar en este mundo físico, o puede que ya no nos acompañe físicamente.

Una vez hayas elegido a esta persona, visualiza cómo sale del árbol y se acerca a ti. Habla con ella o con él y escucha lo que tiene para decirte... (espera aquí de 1 a 2 minutos)

Ahora tú tienes un regalo para esta persona. Entrégaselo y dile por qué este objeto es importante. ? (da un tiempo de 1 minuto aproximadamente)

Ahora, toma un tiempo para terminar la conversación y despedirte. Visualiza cómo esta persona se integra nuevamente a este árbol que representa tu linaje familiar.

Ahora ponte de frente a este árbol y repite en voz alta después de mí (la idea es que una vez termines las siguientes frases los chicos las digan en voz alta)

**ESTE ES MI LINAJE
ESTA ES MI FAMILIA
ESTOS SON MIS ANCESTROS
ERES EL ÁRBOL QUE REPRESENTA MI
PASADO, MI PRESENTE Y MI FUTURO
TE AMO
TE ACEPTO
TE PERDONO
TE HONRO
CORTO EN ESTE MOMENTO LAS
CADENAS QUE TRAIGO CONTIGO
LAS SUELTO
NO ME PERTENECEN
SUELTO LOS ODIOS,
SUELTO LA RABIA
SUELTO EL TEMOR
SUELTO TODAS LAS FORMAS DE
VIOLENCIA:
FÍSICA, ECONÓMICA, VERBAL Y
PSICOLÓGICA**

**TE AMO
TE ACEPTO
TE PERDONO TE HONRO**

#DALEEquidad

Ahora, vas a regresar nuevamente a este árbol y te vas a fundir con él
Hace parte de ti y de tu esencia
Lo honras y lo perdonas
Hay una razón para que ese sea tu árbol
Tienes una misión dentro de él
Esa misión es perdonar y trascender.
Te fundes con este árbol y te sientes importante, tranquilo y seguro. (dejas un espacio para la reflexión).

Toma aire, vuelve a conectarte con el entorno, con el aire que entra a tus pulmones, con los sonidos del ambiente, toma conciencia de tu piel, de cada parte de tu cuerpo... Te vas incorporando y cuando esté bien, puede abrir tus ojos.

Cuando ya todas y todos tienen los ojos abiertos, antes de encender la luz (si la tienes apagada) y antes de que se dispersen, pídeles que se organicen en pareja. Puede ser con la persona que tienen al lado. Y pídeles que le cuenten a su compañera o compañero la experiencia que acaban de tener con la meditación del árbol. Es importante aclarar que no es obligatorio y que pueden contar sólo aquellas cosas que sienten que quieren contar. El propósito de este ejercicio es que todas y todos tengan la oportunidad de verbalizar sus sensaciones y visualizaciones inmediatamente después de haberlas vivido. También les puedes dar un espacio para escribir en una hoja o en su cuaderno las ideas que les vengan a la mente después de la meditación. Finalmente, invita a quien quiera compartir su experiencia delante de todo el grupo a que lo haga, por lo general hay personas más extrovertidas a quienes les gusta compartir sus experiencias y puede ser un momento muy bello de desahogo colectivo. Si hay lágrimas, mucho dolor, es importante que hagas un acto de. Puede ser un abrazo colectivo a quien está llorando, o pídele a alguien de mucha confianza que acompañe a esta persona a respirar un poco y tomar agua.

Cierra esta actividad de la meditación haciendo una reflexión sobre la importancia de los ancestros, de tener muy fuertes las raíces y la relación con esas raíces para que el árbol crezca fuerte. Problematiza la manera como en las estructuras familiares, hay esquemas que se repiten, mandatos que marcan la forma como vivimos nuestros roles de género y nuestra sexualidad.

Duración

40 minutos aproximadamente

Materiales y requisitos generales

Puedes trabajar preferiblemente en sillas, pero si no las tienes simplemente sienta a los chicos en el suelo. Si tienes la posibilidad, busca un reproductor y sintoniza suavemente una música especial de meditación. Busca un lugar y una hora en donde haya el mayor silencio posible.

Preguntas orientadoras para la reflexión

- ¿Qué simboliza el árbol y qué simbolizan sus partes?**
- ¿De qué manera nuestros ancestros marcan la forma en que vivimos nuestras relaciones de género, roles y nuestra sexualidad en general?**
- ¿Cuáles son esos mandatos y cómo los podemos sanar?**

3. Escucha consciente- masculinidades transformadoras

La representación del árbol y los mandatos familiares se trata de dibujar un árbol en el que representan Esta actividad invita a las personas a cuestionar el machismo y todo aquello que tiene que ver con los mandatos de la masculinidad y que hiere tanto a los hombres como a las mujeres. Es un espacio de reflexión para comprender cómo opera el patriarcado y su relación con la violencia basada en género.

Objetivo:

Reflexionar en torno a los mandatos de la masculinidad y los estereotipos de lo masculino y lo femenino en nuestra sociedad.

Preparación

Prepara una selección de canciones que sean muy reconocidas; canciones que sean muy divulgadas por las redes sociales y medios masivos de comunicación, y que consideres que agreden a la mujer y la convierten en un objeto.

Estudia previamente la parte teórica del módulo Tierra, sobre todo aquella en donde te hablamos de los Mandatos de la Masculinidad. Es importante que llegues muy preparada o preparado para abordar esta discusión, ya que esos mandatos de la masculinidad en nuestra cultura son muy fuertes y es posible que haya prevención por parte de los hombres a la hora de cuestionar esta dimensión de su subjetividad. Las chicas estarán mucho más abiertas. Si dentro de tu equipo de formadores hay un hombre, es preferible que sea él quien oriente la discusión en torno a los mandatos de la masculinidad y que sea él quien oriente las reflexiones en torno a las canciones que se analizarán.

Parte por la mitad cuartos de papel bond y prepara unos marcadores.

Momentos de la actividad

Pídeles a los líderes y líderesas que escuchen atentamente las canciones, sin cantarlas, sólo en una atenta escucha, y que escriban en los cuadros de papel bond los mensajes que más retienen a la hora de escuchar cada una de estas canciones.

Coloca entre tres y cuatro canciones

Al terminar el ejercicio pega los trozos de papel en la pared

Pídeles que lean estos mensajes

Genera una reflexión final en torno a los mensajes que dejan las canciones y usa las preguntas orientadoras que te daremos a continuación.

Duración Preguntas orientadoras para la reflexión
1 hora aproximadamente

Materiales y requisitos generales

Reproductor de audio
Bafle
Papel bond
Marcadores

¿Cuáles son los principales mensajes que nos quedan después de escuchar estas canciones?
¿Cómo se relacionan estos mensajes con los mandatos de la masculinidad?
¿De qué manera estos mensajes pueden afectar el relacionamiento entre hombres y mujeres en nuestra cotidianidad?
¿Cómo se sintieron al escuchar estas canciones?
¿Qué podemos hacer para tomar consciencia del impacto que generan estas canciones en nuestras formas de relacionamiento y sobre todo el las expresiones de violencia basada en género?

4. Carta a la vulva

Escribir una carta a la vulva es una gran oportunidad para analizar todos los estereotipos y señalamientos que tenemos con relación a ella. Es un lugar del cuerpo que no se nombra, y si se nombra se hace usando palabras que no la terminan de enunciar y además se hace en tono de burla. A las mujeres se nos ha enseñado a negarla, esconderla y muy pocas veces tomamos consciencia de ella. Mucho menos se nos ocurre escribirle una carta. Pero esta actividad tiene la intención de sanar una relación que está mediada por una colección de violencias físicas y simbólicas. Tanto hombres como mujeres escriben una carta a la vulva y la honran, comprendiendo todo el ruido que hay a su alrededor y desmontándolo.

Objetivo:

Generar un escenario de consciencia corporal y de agradecimiento a la vulva como una parte del cuerpo estigmatizada, invisibilizada y, muchas veces, violentada.

Preparación

Para esta actividad puedes elegir llevarles una canción suave y a la vez sexy, si la energía está muy dispersa, puedes hacer una pequeña relajación en donde invitas a las y los líderes a conectarse con su cuerpo y finalmente con su vulva. Genera un escenario especial, con una energía especial, para inspirar a las y los participantes.

Momentos de la actividad

Realiza un ejercicio de relajación corporal o escucha de una canción que los conecte con un ambiente de sensualidad.

Dispón el espacio para que las y los líderes se acuesten en el piso o se sienten en una mesa para escribir la carta a la vulva. Ofréceles más de 20 minutos para este ejercicio.

Invita a las y los participantes a hacer una reflexión en torno a lo que escribieron. Tal vez algunas o algunos van a querer leer su carta en voz alta. Asegúrate de propiciar el escenario perfecto para esto y exigir respeto por parte de quienes escuchan.

Duración
40 minutos aproximadamente

Materiales y requisitos generales

Reproductor de audio

Bafle

Papel bond

Lapiceros

Preguntas orientadoras para la reflexión

¿Por qué crees que es importante hablarle a nuestra vulva? ¿O a la vulva de la mujer?

¿Qué tipo de cosas le queremos decir a la vulva?

¿De qué manera hacemos daño a nuestra vulva?

¿Qué tipo de compromisos podemos asumir con nuestro propio cuerpo y nuestra forma de vivir la sexualidad y la sensualidad?

¿Cómo estos compromisos se relacionan con la forma en que vivimos y asumimos nuestra sexualidad?

Nuevos Referentes

Movimientos afrofeministas presentados por Liliana Valencia, con la participación de Ochy Curiel
<https://www.france24.com/es/20171023-ellas-hoy-afrofeminismo-moda>

Reflexiones finales

Hay tres lógicas que debemos cuestionar:

La lógica de la colonialidad La lógica del patriarcado La lógica del miedo y la carencia

La lógica de la colonialidad nos hace dudar de quienes somos, sentirnos menos y darle más valor a lo ajeno. Esta lógica cuestiona nuestra valía y no nos permite ponernos en pie y luchar por nuestros derechos. Honrar nuestro territorio de origen y nuestro legado es un lugar de lucha frente a la colonialidad. El feminismo decolonial, ha sido un lugar poderoso de construcción de miradas de equidad y sanación de las heridas que han dejado los procesos de desarraigo y violencias simbólicas sistemáticas frente a lo propio.

La lógica del patriarcado, que parte de la idea de la superioridad del hombre sobre la mujer y la misoginia que promueve la violencia al convertirnos en objeto y seres al servicio del placer y las necesidades de los hombres. Esta lógica hace que entre nosotras mismas nos veamos como rivales. La lógica del patriarcado se contrarresta a partir de la toma de consciencia de las múltiples formas de violencias, una más visibles que otras, a las que somos sometidas. Además, es fundamental apoyarnos en las nuevas masculinidades y consolidar escenarios con hombres, transformadores y conscientes.

Y finalmente está la lógica del miedo. La cual conocemos muy bien porque se fundamenta en la idea de la separación y la vulnerabilidad. Sentimos miedo cuando nos vemos solas y desprotegidas. La lógica del miedo nos vende la ilusión de la carencia. Pensamos que sólo estamos completas cuando tenemos pareja, cuando alguien nos complementa. Es la idea de la media naranja, del alma gemela. Esta lógica nos hace dudar de nuestras capacidades y del poder de transformación de nosotras mismas y de la sociedad. La lógica del miedo se contrarresta al sabernos completas y acompañadas. La lógica del miedo se contrarresta con las prácticas de autocuidado, amor propio y, muy importante con sororidad. La sororidad, entendida como la forma el ejercicio de cuidado, solidaridad y apoyo entre mujeres. La sororidad es un acto de amor propio. Enunciar mi poder y mi valía sin necesidad de pasar por encima de otras mujeres, sino por el contrario reconociendo y agradeciendo a otras mujeres es un acto político que nos abre caminos desde la ética y la coherencia.

Amarnos a nosotras mismas, nuestro color de piel, nuestra fisonomía, nuestro cabello, es un acto de rebeldía, frente a un sistema de pensamiento colonial que pone lo indígena, lo afro, lo femenino, la naturaleza, la infancia, la juventud y todo lo que no cabe en "la norma", en una escala inferior. Honrar los territorios originarios es honrarnos a nosotras mismas.

Recuperar la Ética es infalible para construir una sociedad en paz. Volver a valorar y a honrar la vida, volver a las prácticas de cuidado que tan bellamente siempre están salvaguardas por los universos femeninos. Ser seres íntegros con el territorio, con nuestras compañeras, con la palabra, con las acciones... son formas de consolidar nuevos caminos y liderazgos desde la equidad, empatía y la justicia.

Trabajo posterior

Has una observación de tu organización y analiza cómo se distribuyen en ella los roles de género.

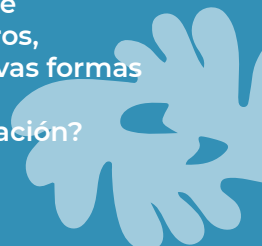
¿Cuáles son las tareas tradicionalmente asumidas por las mujeres y cuáles son las tareas tradicionalmente asumidas por los hombres? ¿Cómo se podrían cambiar o al menos problematizar dichos roles?

Analiza los Derechos sexuales y reproductivos y observa tu entorno. ¿Qué puedes decir de estos derechos? ¿Realmente se garantizan?

¿De qué manera en tu organización se perpetúan los mandatos tradicionales de la masculinidad? ¿De qué manera se visibilizan nuevas formas de ser hombre, desde masculinidades conscientes y transformadoras? ¿Qué contenidos, visuales, sonoros, textuales se manejan en tu organización y cómo desde ellos se avanza hacia nuevas formas de equidad de género?

¿De qué manera se vive la sororidad en tu contexto más inmediato en tu organización?

¿Puedes dar algunos ejemplos de sororidad?



#DALE *Equidad*

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

Arango A.M. (2019). Raíces, tierra y ala: Cartilla pedagógica para la reconciliación y la transformación social en los territorios. ASINCH, AcdiVoca, USAID.

Arango, A.M. Howald, C. V. (2017). Sexualidad, placer y vida: Miradas desde la diversidad cultural en el departamento del Chocó. Profamilia y ASINCH.

Castellanos, G., Montecino, S., Kaufman, M., Santos, L., Muñoz, S., Fuller, N., ... & León, M. (1995). Género e identidad: ensayos sobre lo femenino y lo masculino. TM Editores.
En: <http://observatoriocultural.udgvirtual.udg.mx/repositorio/handle/123456789/108>

Lamas, M. (1996). La perspectiva de género. Revista de Educación y Cultura de la sección, 47, 216-229.
En: http://www.inesge.mx/pdf/articulos/perspectiva_genero.pdf

Sau, V. (2002). Lenguaje, género y comunicación. Género y Comunicación N°, 4.

Viveros, M. (2016). "La interseccionalidad: una aproximación situada a la dominación". Debate feminista, 52, 1-17.



USAID
DEL PUEBLO DE LOS ESTADOS
UNIDOS DE AMÉRICA



manosvisibles

10 AÑOS

*Este documento es posible gracias al generoso apoyo del pueblo estadounidense a través de la Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional (USAID). El contenido de este documento es responsabilidad de Manos Visibles y no representa los puntos de vista de USAID o del Gobierno de los Estados Unidos.

VI Programa
DALE
Desarrollo Autónomo
Liderazgo Efectivo

#DALE *Equidad*

Derechos reservados: Corporación Manos Visibles 2020