

## CAMBIARSE A SI MISMO PARA CAMBIAR EL MUNDO

*Pienso, luego no sigo mas.  
Seguir o no seguir, Esa es la pregunta.*

*"El que cree en la fuerza del agua dulce, se convierte en un peligro para todas las piedras."  
Eugen Drewermann*

Las noticias del mundo son malas, los disfuncionamientos de la sociedad son en todas partes o casi. No sólo es imposible enumerar todo lo que está mal, pero es simplemente inútil.

Miramos la vida alrededor, y nos damos cuenta que nada va.

Queremos que las cosas cambien, para aportar su piedra al edificio de una transformación positiva en profundidad. Pero sabemos que no tiene ninguna posibilidad de influir y cambiar las personas que nos rodean.

Nos negamos a jugar la carta de impotencia en esta situación. Porque declararse impotentes sólo puede demostrar que no hacer nada solo ayuda a cambiar nada.

De misma manera, quejarnos o denunciar los problemas no va a cambiarlos, si no en dándoles peso, dándoles más espacio, y por lo tanto, favoreciéndoles para crecer.

Agitarnos en todas direcciones para tranquilizarnos de que habremos hecho algo por lo menos, no hará la diferencia.

Pero estamos listos para investirnos personalmente para cambiar las cosas.

Por dónde, como ciudadanos, podemos abordar los problemas?

En qué dirección comprometernos, qué hacer, individualmente y colectivamente, que no sea una gota en el océano, y pueda irradiar y influir en la medida de lo posible?

En primer lugar, eliminamos los objetivos poco realistas que llevan a pensar en "salvar" al mundo. No somos ni dioses ni héroes. Traemos nuestras responsabilidades a una escala aceptable.

Después, eliminamos el objetivo, muy tentador, pero totalmente ilusorio, de querer cambiar a los otros. Porque con que derecho podríamos intentar cambiarlos sino por sentido de superioridad inadecuado. Tenemos que ser humildes y realistas: simplemente no tenemos ese poder, y además cada uno es responsable de su vida. No podemos elegir por los demás.

Para iniciar el cambio, creo que hay varias vías para la acción, y que deben ser llevadas simultáneamente.

Aquellos de que hablo en el sitio web y en el libro son todas individuales. Y es intencionalmente que sólo hablo de ellas por dos razones:

La primera y más importante es que, como decía Einstein: "El pensamiento que ha generado un problema nunca se lo va resolver. » Y para aprender a operar de manera diferente, se necesita toda una serie de condiciones que no pueden ser satisfechas sin el cambio primero a nivel individual (aunque el apoyo de los grupos y comunidades no puede ser dejado). El cambio individual es entonces anterior a las acciones colectivas, aunque no excluye esas últimas, sino todo lo contrario. Pienso que es inútil involucrarse en el colectivo, hasta que funcionamos de una manera problemática (con un modo de pensamiento que ha creado, crea y sigue creando problemas, mientras que permanece).

La segunda razón es simplemente que no me siento competente para ofrecer acciones colectivas adecuadas, entonces prefiero dejarles a los demás. Solo quiero citar el tema de la inteligencia colectiva, de la cual el resumen de un artículo intenta describir este fenómeno todavía poco conocido en la siguiente dirección (en francés):  
(<http://sechangersoi.be/4Articles/intelligencecollective01.htm>).

Tal vez usted encontrará en el sitio web los primeros elementos de respuesta para iniciar este cambio a su nivel.

Porque, como lo habrá entendido, las cosas cambiarán sólo si nuestra manera de aprehenderlas cambia.

No se trata de luchar contra los problemas, ni tampoco mejorar una situación indeseable. La transformación debe ser mucho más profunda, y empezar por uno mismo.

Así como no podemos disfrutar del paisaje cuando las aletas están a bajo, no tenemos poder sobre el mundo hasta que concibamos la realidad incorrectamente.

¿Entonces, cuáles son los cambios que podemos hacer individualmente?

En primer lugar, llegar a la conciencia de que, si no somos la causa directa del desastre en su conjunto, nuestro estilo de vida diaria participa en eso de manera significativa (véase, sobre este tema el artículo sobre nuestra complacencia :  
<http://sechangersoi.be/ES/4ES-Articulos/Complacencia.htm>)  
y por lo tanto, podemos asumir, a nivel individual, nuestras responsabilidades dejando de participar activamente en todo lo que contribuye al calentamiento global, en el despilfarro (directo e indirecto) de la energía y de los alimentos, etc.

El cuento del colibrí ( <http://sechangersoi.be/ES/5ES-Leyendas/colibri-ES.htm> ) ilustra bastante bien esta responsabilidad.

Cualesquier sean las consecuencias de nuestras acciones sobre la totalidad de un problema : a medida que avanzan en la dirección de participar a el, también tendremos responsabilidad en este problema. No estoy hablando de culpabilidad, pero de responsabilidad. No vale la pena buscar a quien culpar, el importante es buscar soluciones.

Una vez que estamos conscientes de la responsabilidad que tenemos a nivel individual, se puede invertir en otros cambios. Estos se refieren a la manera de mantenerse al corriente de los eventos de las noticias.

Luego o en paralelo son las actitudes de consumo que darán lugar a un cuestionamiento.

Los primeros cambios se refieren a nuestro papel como ciudadano. Esto afecta al modo en que consumimos: nuestra alimentación, energía, agua y todos los bienes materiales. Pero también afecta a la movilidad, la información, la cultura y nuestro uso del mundo digital. Buscando donde está el límite entre lo necesario y lo innecesario; entre el confort y la facilidad; entre la libertad y la despreocupación, y más aún, entre lo que es abundante para mí y lo que puede matar al otro por su ausencia.

Una vez que empezamos a recorrer este camino, surgen mil preguntas. Porque a la fuente de nuestras acciones "son" nuestras actitudes. Estas actitudes son la consecuencia de nuestros pensamientos y formas de pensar, y éstos son inducidos por nuestra forma de mirar, de abordar la realidad: las gafas de nuestras creencias, los condicionamientos de nuestra educación. Entonces, hasta que no trabajemos hasta este nivel, sólo podremos modificar la apariencia de los problemas que nos rodean sin lograr resolverlos; nos contentaremos con reformar en lugar de transformar. Si una oruga quiere ver el mundo, puede intentar crecer, mejorar, pero no llegará muy lejos. La transformación tendrá que ser mayor, en una mariposa. Ignoraremos nuestro potencial mientras nos contentamos con reformarnos a nosotros mismos y a reformar a nuestros problemas.

Nuestra relación con el mundo, y nuestra relación con los demás, se define actualmente por la relación de fuerza. Por lo tanto, los temas más psicológicos abordados en el sitio se referirán a la comunicación relacional, la no violencia y la gestión de pensamientos y emociones. Y la psicología no está nunca lejos de la espiritualidad, cuando nuestra conciencia se abre, cuando nuestro corazón se hace dueño de nuestras elecciones.

Más allá, varios artículos están dedicados a explicar por qué el cambio personal está lejos de ser anodino o inútil. Puede ser la fuente de grandes cambios en la sociedad.

Más concretamente, el sitio se puede abordar casi como un libro; siendo cada artículo un capítulo, del que se puede leer una introducción o un resumen en la página del menú detallado (<http://sechangersoi.be/ES/ES-Menudetallado.htm>), lo que permite dar estructura y coherencia al conjunto.

Los artículos más largos están disponibles en formato pdf y epub; lo que permite leerlos sin conexión, sin pasar por la impresión en papel.

El sitio ha sido parcialmente traducido al inglés y al español. Sin embargo, a partir de 2022, tal vez podría ser que las páginas sin traducir se ofrezcan en una versión de traducción automática.

Buena lectura.

Claire De Brabander

22/08/2010

Traducción diciembre 2011

Sitio : <http://sechangersoi.be/ES/ES-Inicio.htm>

Página : <http://sechangersoi.be/ES/2ES-Presentacion/ES-Presentacion.htm>

Este texto ha sido escrito en francés y ha sido traducido por la autora (que es francófona). Por lo tanto la calidad de la traducción no está garantizada. Ver más a la pagina : <http://sechangersoi.be/ES/ES-traducccion.htm> Su ayuda podría ser bienvenida.

© La Reproducción de este documento (para fines no comerciales solamente) es libre y bienvenida, bajo reserva de no realizar cualquier cambio y de mencionar la autora, el sitio y la página.