

¿Qué es la Sanación?



ASOCIACIÓN COMUNITARIA PARA EL
DESARROLLO SERJUS

¿Qué es la sanación?

En la lucha por los derechos de las mujeres y la igualdad de género, el concepto de "cuerpo territorio" es fundamental. Pero, ¿qué papel juega la sanación en relación a este concepto?

Desafortunadamente, muchas mujeres han experimentado violencias físicas, emocionales y sexuales. Estas experiencias de violencia pueden dejar heridas profundas en el "cuerpo territorio."

Esas violencias deben ser desaprendidas y sanadas. Sanar implica desbloquear y enfrentar los recuerdos para liberar las emociones y sentimientos negativos asociados a ellos, como el dolor, la culpa, la vergüenza, el miedo y el terror.

"La sanación es el camino hacia la renovación y la resiliencia."

La sanación y el autocuidado son prácticas políticas que permiten a las mujeres sanar las heridas en su "cuerpo territorio," tanto a nivel individual como comunitario. Promover la sanación y el cuidado como práctica política, además puede hacer sostenibles los procesos de defensa del territorio.

Sanar para imaginar un futuro mejor

Sanar no solo es un proceso personal, sino también un paso fundamental para imaginar un futuro mejor. La sanación les permite a las mujeres vivir de manera más plena, relacionarse de manera más saludable y desarrollar estrategias para integrar sus necesidades específicas.

Al sanar, las mujeres recuperan su poder. Esta sanación les brinda fuerza y confianza para seguir luchando por la igualdad de género y los derechos humanos. Sanar las violencias vividas desde el cuerpo es un proceso que empodera a las mujeres y permite además demandar el fin del despojo y el extractivismo en la comunidad.

En conclusión, la sanación es un componente esencial en la lucha por el "cuerpo territorio." Al sanar, las mujeres fortalecen su capacidad de liderazgo y se convierten en agentes de cambio en la transformación social y comunitaria. Este proceso no es solo un acto personal, sino también un acto político de resistencia y transformación en la lucha contra el patriarcado y el colonialismo. Al liberar las emociones y reconocer las opresiones internalizadas, se está contribuyendo a la desmantelación de sistemas de poder patriarcales y coloniales que perpetúan la discriminación y la opresión.

Sigamos apoyando la sanación y empoderamiento de las mujeres en su camino hacia la igualdad. El "cuerpo territorio" es un territorio de autonomía y libertad que merece ser sanado y respetado. Juntas, continuemos construyendo un mundo más justo para todas las personas.

Mi Cuerpo Territorio

Recordemos: Sanar es una necesidad, porque las violencias y los dolores enferman los cuerpos, al sanarlos podremos transitar hacia una cultura que los proteja, que los respete en toda su dignidad y nobleza.

Asociación Comunitaria para el
Desarrollo SERJUS