

cuadernos inacabados

39

Claves feministas

para la autoestima de las mujeres

Marcela Lagarde y de los Ríos



Claves *feministas* para la autoestima de las mujeres

Marcela Lagarde y de los Ríos



Diseño de la cubierta: Irene Bordoy
Maquetación: Sonia Martín Domínguez
Corrección: Beatriz Albertini

© 2000, Marcela Lagarde y de los Ríos
© 2000, de esta edición: horas y HORAS, San Cristóbal 17, 28012 Madrid
© 2001, segunda edición

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su tratamiento en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito de las titulares del copyright.

“La presente obra ha sido editada mediante ayuda del Instituto de la Mujer (Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales)”.

Producción y realización: J.C. Producción.
Impreso en: Grafistaff.
Encuadernación: E-90
ISBN: 84-87715-86-9
Depósito legal: M-50017-2000

Impreso en España

Para Valeria y las milenarias, con sororidad.

ÍNDICE

Presentación	11
Autoestima y género	17
Un nuevo paradigma	17
Tendencias políticas y autoestima	19
La autoestima en la mira feminista	24
El empoderamiento	27
La autoestima	28
Marcas de autoestima	32
Anhelos y autoestima	35
Sincretismo y escisión	36
Asintonía y sintonía	39
Identidades sincréticas.	
Diversidad y especificidad de las mujeres	43
Procesos de construcción identitaria de las mujeres	43
Contemporáneas	44
Sincretismo genérico	45
Huellas	49
Pioneras	55
Sincretismo complejo	56
Una mirada feminista a la autoestima	65
Pedagogía feminista	66
Los pequeños grupos	66
Los talleres de educación popular	67
Los talleres feministas	68

La metodología feminista: inventario de la autoestima	70
Dinámica y recursos	71
Recursos de inventario	72
<i>Las fotografías</i>	73
<i>La escritura</i>	74
<i>Las condiciones</i>	77
<i>El pacto</i>	79
.	
Identidad genérica, autoidentidad y autoestima	83
Taller: Autoidentidad y autoestima: ¿Cómo estoy?	83
Autoidentidad: estado actual de la autoestima	83
Signos de autoestima	87
Taller: Autorretrato, claves de autoidentidad: ¿Quién soy? ...	96
Autoidentidad: mitos y fantasías	100
Taller: Ejes de género de la autoestima: Somos semejantes ...	104
Una mirada biográfica a la autoestima	115
Taller: Genealogía y autoestima: Somos herederas	115
Generaciones e identidades	122
Taller: Autobiografía y autoestima: Soy quien he sido	124
Ejes vitales de la autoestima	135
Los hitos vitales	136
Taller: Autobiografía y sincretismo	147
Autoestima y etnografía de la vida cotidiana:	
Soy como vivo	151
Taller: Autoestima y vida cotidiana	152
Taller: Nudos conyugales y familiares	156
Taller: Autoestima y jornada:	
La vida cotidiana, el tiempo, los espacios, los quehaceres	160
Taller: Estado vital y autoestima	165
Taller: La saludable autoestima	168
Taller: Los bienes y la autoestima	177
Escisión vital y sobremodernidad	177
Autoestima y poderío	181
Claves de autoestima y conciencia	181

La orfandad genérica	182
Sincretismo y sobremodernidad	184
Autoestima y condición política de género	186
El empoderamiento	189
La equidad	191
La sintonía	193
La igualdad, la diferencia y la semejanza	194
La mismidad	194
La sororidad y la autoestima de género	195
Autoestima y feminismo	197
Identidad, deconstrucción y alternativa	198
La política feminista de la autoestima	208
Claves feministas para la autoestima de las mujeres	211
Bibliografía	215

PRESENTACIÓN

Escribí este libro por la amable y estimulante sugerencia de mis editoras Elena y Ana de la Librería de Mujeres de Madrid, casa acogedora para mujeres que de tantos sitios llegamos ahí a tomar un respiro, conocer los nuevos libros feministas, tener noticia de los avatares de amigas comunes y sentirnos en un espacio acogedor. Meses atrás me propusieron escribir este libro y tiempo después, durante una estancia en Madrid, firmamos una hoja muy simple, a la manera nuestra, entre el alborozo que nos produce el encuentro, el barullo de las clientas y mis compras de libros y regalos.

Me animé a escribirlo porque la autoestima y sus procesos han estado presentes en mi cotidianidad las últimas dos décadas. Contribuir al desarrollo de la autoestima de las mujeres es una pauta de las acciones de género en todo el mundo. Lograrlo es, de hecho, un avance y tiene un sentido político ligado a la acción emancipadora y libertaria de las mujeres. Sin embargo, la derecha también se ocupa de la autoestima y del desarrollo humano. Aunque lo que menos promueve es su ampliación. Por el contrario, con el uso de esas categorías se encubre su verdadera intención: promover una suerte de autoestima espiritual cifrada en una voluntad manipulable, a cambio de no transformar el mundo ni las condiciones de vida de las mujeres.

Por otra parte, en nuestras esferas de acción, a diestra y siniestra encuentro con frecuencia a capacitadoras y promotoras

de acciones prácticas y de políticas públicas destinadas a mejorar las condiciones de vida de las mujeres, y a militantes que, con toda la buena voluntad, aprenden de manera autodidacta en textos de divulgación o en su formación profesional, técnicas y terapias de autoestima que no están ligadas a la filosofía política feminista.

Participé recientemente en un debate intenso durante un encuentro realizado por organizaciones y redes de mujeres colombianas comprometidas con la causa de las mujeres y la paz. La situación en el país era difícil y peligrosa. Tras dos días de intensos trabajos, la discrepancia política entre las participantes giró en torno a la autoestima. Una ponente transformó un taller sobre metodología de participación con perspectiva de género en un taller de autoestima. Las objeciones no se hicieron esperar, sobre todo por parte de feministas sólidas con gran experiencia y formación. Consideraron que era individualista y no contribuía al desarrollo de la conciencia de las mujeres, a la que asociaban con la perspectiva de género. La ponente defendió con gran convicción el cambio de tema al considerar las condiciones imperantes. Sostuvo, entre otras cosas, que las mujeres debemos fortalecer la autoestima para no entregar nuestro cuerpo y nuestra sexualidad a los hombres.

La discrepancia no estuvo en que la participación con enfoque de género fuera mejor, sino en la perspectiva desde la que se planteaba la autoestima. Para avanzar y hacer provechoso el conflicto para todas, ubiqué la autoestima en nuestra historia, en la historia de las mujeres y en la historia de la democracia social y política. La preocupación más reciente por la autoestima surgió tras la segunda guerra mundial, durante la posguerra, entre mujeres y hombres concientes y solidarios urgidos de reparar los daños en ellas y ellos mismos, en las personas y en las comunidades sobrevivientes. Quisieron hacerlo con un horizonte abierto, no vengativo y se proponían lograr que nunca más se repitiera el genocidio. Tratar la autoestima de esta for-

ma tuvo como recurso y fundamento pedagógico una filosofía política de los derechos humanos y la paz.

En Estados Unidos, organizaciones negras tomaron conciencia de que no podían enfrentar el racismo y lograr su eliminación sin modificar su propia conciencia. Por ello fue preciso desprenderse de la identidad ignominiosa que les había sido asignada y desarrollar una autoestima en correspondencia con su condición humana. Sólo podrían lograrlo si, de manera simultánea, participaban en movimientos civiles por la consecución y la vigencia de sus derechos, en la construcción de su propia valoración.

Grupos y organizaciones civiles y políticas de pueblos minorizados del mundo contemporáneo han hecho una valiosa contribución al reconocimiento de un mundo rico y diverso en historias, tradiciones e identidades. Y, para convencer de su valía y de sus inalienables derechos al desarrollo y a la democracia, consideran una prioridad descolonizar sus identidades y la autoestima de las mujeres y los hombres que los conforman, tanto como la de quienes con supremacismo se aferran a la dominación. En ese camino, han recreado su historia, y empieza a florecer su escritura y sus acciones y alternativas sociales y de convivencia. Con ello hacen frente a la homogeneización y a la explotación que avanzan cuando desdibujan la estima cultural y se devasta la autoestima de las personas. Con sabiduría, definen su sentido comunitario y sobre todo las mujeres, desde su identidad de género, plantean su sentido de la vida en el mundo contemporáneo.

Desde hace varias décadas, mujeres de todo el mundo han planteado la necesidad de reparar las heridas y eliminar los sufrimientos provocados por la violencia de género, la asfixia y la falta de alternativas debidas a la opresión. Esta conciencia y el anhelo de sentirnos bien aquí y ahora, y de extender para todas lo que ya tenemos algunas, son signos de la causa feminista de las mujeres. Con el avance y la capacidad real de incidir en

cambios a favor de las mujeres, se ha ido estableciendo una vía política para lograrlo. De ahí que organizaciones locales e internacionales de mujeres, movimientos y mujeres en lo individual han considerado fundamental actuar en torno a la autoestima y lograr que sociedades e instituciones y personas asuman su responsabilidad. Nosotras lo hacemos en varias direcciones simultáneamente:

En primer lugar, estamos comprometidas para contribuir a reparar a cada mujer con acciones inmediatas y eficaces, y para no posponer la satisfacción de las necesidades personales ni hacerlas depender de otras circunstancias.

En segundo término, nos esforzamos por desarrollar en cada una de nosotras la conciencia crítica feminista sobre la vida personal y su relación dialéctica con la dimensión externa de la vida social. Es imprescindible darnos cuenta de que la dominación de género no es sólo externa, sino que anida en nosotras mismas, coexiste con nuestros anhelos de bienestar y los hostiga.

En tercer lugar, nos importa contribuir a la fortaleza personal de cada mujer para que la participación social y política no sea en desmedro de cada una, y podamos intervenir en el mundo para avanzar individual y colectivamente. Es primordial que cada mujer tenga una existencia que la sustente para enfrentar la vida y experimentar el bien vivir.

En fin, estamos decididas a apropiarnos del derecho a pensar por nosotras mismas y democratizar la atención de la subjetividad femenina desde una perspectiva feminista. Por ello, como nos abocamos a transformar radicalmente el mundo, cada una precisa, asimismo, cambiar radicalmente.

Este libro es la continuación y otra cara de mi libro *Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia*. En él elaboré una visión paradigmática del feminismo en el umbral del milenio, con la perspectiva de contribuir a cambiar el mundo y convertirlo en un *hábitat* para todas y todos. La manera de abordar la alternativa revolucionadora del mundo fue hacer la síntesis

de siglos de invenciones y creación de alternativas hechas por las mujeres y por hombres partícipes en procesos que hoy son historia. El referente fue el impacto del feminismo en la política local y mundial contenida en un puñado de cumbres, conferencias y reuniones mundiales impulsadas por mujeres diversas que sintetizan la discusión sobre las condiciones de vida, los derechos, los poderes y las libertades de las mujeres. El umbral del milenio tiene la marca de la creación de la *humanidad de las mujeres*. Desde luego, la Conferencia de Pekín resulta emblemática.

En las páginas de este libro la preocupación es la misma. Sólo cambia la dimensión. Cosecho mi experiencia de trabajo y acción de casi veinte años a favor de la autoestima de las mujeres, de las mujeres entrañables de mi vida y de la mía propia. He desarrollado la teoría y las metodologías que aquí expongo a partir de lo que han pensado y hecho otras feministas, y de lo que he aprendido entre cientos, tal vez miles, de mujeres, durante estos años en México, mi país, en países de América Latina y en España. Lo que he vivido ha sido conmovedor y nutre mi valoración de las mujeres y mi respeto por nuestra orfobrera para hacer vivible la vida. Me llena de energía, fuerza y convicción política feminista. La voluntad y la capacidad transformadora del mundo que despliegan las mujeres es extraordinaria y la sabiduría feminista es nuestro más importante legado. Las mujeres tenemos derecho a saber que, en tanto no seamos libres, no entregamos nuestros cuerpos a nadie. La entrega es en realidad una expropiación patriarcal. Y tenemos derecho también a hacernos cargo y cuidar cada una de nosotras mismas. Cuando las mujeres fortalecemos nuestra autoestima, somos las primeras en reparar nuestros daños, impulsar y sostener nuestro desarrollo, auspiciar nuestro bienestar y concretar nuestras libertades al vivir.

Para las feministas, cada mujer es la causa del feminismo. Cada una está en el centro de la reflexión y puede convertirse

en protagonista y autora de su vida. Cada mujer tiene el derecho autoproclamado a tener derechos, recursos y condiciones para desarrollarse y vivir en democracia. Cada mujer tiene el derecho a vivir en libertad y a gozar de la vida.

Crear en cada una de nosotras las condiciones subjetivas y objetivas para vivir con esta eticidad es, de hecho, la inicial clave feminista para la autoestima. La cultura *feminista* es su más delicioso brebaje.

Finalmente, agradezco la pacientísima y esmerada corrección que hizo del texto Daniel Cazés, mi amado esposo, quien, como en libros anteriores y en otros avatares, entre desveladas, computadoras enloquecidas y su propio trabajo, hizo las anotaciones renglón a renglón, eliminó las comas que me encantan como los aretes, dejó legible el texto y gozosa mi escritura.

Agradezco también a la ingeniera Liliana Muñoz Zafra por su auxilio informático de emergencia.

Agradezco, con sororidad, a cada una de las mujeres que ha confiado en mí y, sobre todo, en sí misma.

Marcela Lagarde, México, 2000.

AUTOESTIMA Y GÉNERO

“Pues este recinto cerrado que parece constituir la persona lo podemos pensar como lo más viviente; allá en el fondo último de nuestra soledad reside como un punto, algo simple, pero solidario de todo el resto, y desde ese mismo lugar nunca nos sentimos enteramente solas. Sabemos que existen otras ‘alguien’ como nosotras, otra ‘una’ como nosotras”.

María Zambrano¹

Un nuevo paradigma

Este libro corresponde con el nuevo paradigma, gestado y amasado en la cultura feminista a través de la historia de más de tres siglos de feminismo, y conforma una tradición profunda. Al final del siglo xx, el referente político, un *ubis* del feminismo, se ubica, simbólica y políticamente, en la Conferencia Mundial sobre las Mujeres realizada en Pekín a convocatoria de la ONU, y en el Foro de Mujeres que se realizó de manera paralela. En ambos eventos participaron más de 40.000 mujeres que representaban a decenas de miles de mujeres con autoridad y conciencia de género, y tomaron la palabra en nombre de las mujeres del mundo.

Ellas llevaron su propia voz que recogía las voces, las propuestas, los logros y las acciones de la tradición feminista de tres siglos, y las actualizaron. Las debatieron frente a visiones

tradicionales y fundamentalistas en una dura confrontación política cuyo objetivo era legitimar acciones de intervención en la vida de las mujeres de todo el mundo. De un lado, los gobiernos, las instituciones, los organismos civiles e internacionales y las iglesias; del otro, las mujeres civiles que hicieron, con algunos aliados de las instancias mencionadas, una defensa de los derechos humanos de las mujeres. El resultado no fue establecido sólo por las mujeres de avanzada, sino por todos esos actores en negociaciones complejas.

Con todo, los diagnósticos realizados por mujeres, gobiernos e instituciones, antes de la Conferencia, la Plataforma de Acción emanada de ella, y el hecho de que los gobiernos y las instituciones pactaran con las mujeres, constituyen un hito en la historia social de nuestro tiempo. En Pekín las feministas reiteraron que los derechos de las humanas deben ser universales y que su real existencia sólo se confirma en la vida personal de cada mujer.

En mi libro *Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia*² expuse el paradigma feminista del umbral del siglo y del milenio con una perspectiva macrosocial. El presente libro trata de lo mismo. Sólo que ahora mi perspectiva es personal, de acuerdo con la tesis feminista *lo personal es político*. La dimensión no es el mundo sino la vida de cada mujer ubicada en el mundo. El análisis teórico es la perspectiva sintetizadora de género como base del análisis de la vida personal y, ubicada así, de la autoestima.

Desde el paradigma feminista, lo primordial es el desarrollo de cada mujer concebido como la construcción de los derechos humanos de las mujeres en la vida propia. Implica continuar la más radical de las revoluciones históricas: la transformación compleja de la sociedad y la cultura para construir la convivencia de mujeres y hombres sin supremacía y sin opresión. Se trata de una revolución radical, porque su perspectiva es la de trastocar el orden del mundo patriarcal, derribar sus estructuras,

desmantelar sus relaciones jerárquicas y construir un nicho social que acoja a todos los sujetos en condiciones de equiparación. Por eso esta construcción ha llevado varios siglos y llevará más tiempo aún.

Una parte fundamental de esta revolución ocurre a las personas mismas que la promueven y a quienes son tocadas por su incidencia histórica³. Es posible, sin embargo, que algunos avances y logros que provienen de ese semillero no alcancen para que las mujeres se constituyan en sujetas del mundo. Hoy es una prioridad feminista que los cambios radicales involucren la subjetividad tanto como la vida cotidiana, la conciencia y la cultura personales.

Tendencias políticas y autoestima

En la actualidad hay dos grandes vertientes de la autoestima. La más difundida por la mercadotecnia y las tecnologías educativas conservadoras es idealista, conservadora y fundamentalmente patriarcal. Forma parte de los estímulos ideológicos al individualismo y al voluntarismo psicologista. Elude el análisis de las causas concretas de los problemas de autoestima. Y pretende crear métodos terapéuticos o de autoconsumo para mejorar la autoestima sin cambiar el mundo. Su objetivo es sólo cambiar hábitos, imágenes, formas de hacer algunas cosas, actitudes y comportamientos para adaptar a las mujeres al sentido conservador de la modernidad: ocuparse de sí mismas, para tener éxito de acuerdo con los valores hegemónicos y para sentirse dichosas con ese sentido de realización personal.

Desde esta visión *light* es posible incluso afirmar la autoestima en la servidumbre familiar, laboral, conyugal. Se concibe la autoestima como una experiencia intrínseca e ideológica basada en la voluntad. Se considera a la autoestima como universal y por ello se trata de manera indistinta a mujeres y a hombres. No se reconoce la importancia de la diferencia sexual y

tampoco de las configuraciones de género no sólo en la conformación de la autoestima sino de la vida misma. Está ausente en esta concepción la perspectiva sociopolítica que relaciona la autoestima con el género y la clase, la etnicidad, la condición cultural. Se trata, en cambio, de una visión esencialista y ahistórica, y conduce a visiones reduccionistas en cuanto a la atención de la problemática vital. Contribuye, asimismo, a despolitizar la existencia y así fomenta el conformismo y una experiencia omnipotente.

Desde luego, desde esta tendencia se enfocan y atienden problemas de relación; se analizan, por ejemplo, algunos problemas de relaciones hostiles o nocivas como enfermedades o adicciones, se atribuye un origen natural a problemas de seguridad y confianza, las dificultades para alcanzar metas y objetivos son definidas como fracasos, y se le apuesta al autocontrol como recurso disciplinario que conducirá a la asertividad y a la valoración. A esta visión la conocemos como Enciende tu vida, o Cree en ti, o cosas similares. Desde su propio mercadeo, ofrece el control total de *tu* vida, la elevación de *tus* cualidades espirituales y el logro de *tu* felicidad.

La influencia de esta tendencia se da a través de terapias, cursos, seminarios, revistas para mujeres, de modas y del hogar; también a través de programas de radio y televisión. Incide sobre todo en personas ricas o que aspiran a ascender. Y, a pesar de que no están dirigidos específicamente a mujeres, acuden a su llamado sobre todo mujeres que sufren y encuentran en esta tecnología alivio a muchos problemas que las agobian. La atención de la autoestima les conduce a ocuparse de sí, a reflexionar y mejorar, a cambiar algunas de sus conductas. Este tipo de *terapia* condiciona, de hecho, formas de adaptación funcional al mundo, e impide el desarrollo de una conciencia de sí, de una conciencia crítica de género.

La autoestima ubicada en la perspectiva feminista tiene otros contenidos. La reflexión sobre esta problemática proviene de la

crítica deconstructiva de concepciones que colocan las transformaciones externas a la persona y las metas sociales y políticas colectivas por encima de las necesidades y la realización personal. Algunas ideologías de la vieja izquierda han sobrevalorado a los sujetos colectivos y sus causas en detrimento de los sujetos individuales, y han promovido una moral sacrificial: no importa el estado de las personas, sino el logro de transformaciones colectivas. Más aún, hicieron depender de los grandes cambios sociales y culturales la mejora de las condiciones individuales. Desde esa ideología han promovido una mentalidad idealista al omitir a la persona en el análisis político o reducirla a receptáculo de las condiciones sociales. La tesis es muy simple: al mejorar las condiciones, mejora automáticamente cada quien y además lo hace en cumplimiento de la doctrina y de realizar una utopía.

La omisión de la persona tiene su fundamento en la crítica al individualismo excluyente e inequitativo asociado a intereses de clase egoístas, y a la derecha. Desde esa izquierda, reivindicar a la persona es un atentado a la cohesión grupal o comunitaria y se considera muestra de insolidaridad. En tal esquema, la individualidad y la persona se oponen al colectivo y a la solidaridad, como valor antagónico e incompatible con la colectividad. La anulación de la persona corresponde con una visión profundamente autoritaria del poder en la que no hay personas, sino grupos y corporaciones que viven en pos de ideales y, por ende, de los fines colectivos. Desde cualquier autoritarismo, de izquierda o de derecha, es posible anteponer intereses generales, colectivos o públicos, a los intereses particulares, individuales, personales y privados.

Mujeres de diversas épocas han participado en movimientos sociales y políticos que han buscado transformar el mundo en beneficio de las mayorías. Anhelantes de transformar sus propias vidas, de eliminar las injusticias en carne propia, han encontrado en esos movimientos el discurso de la equidad, la

configuración de la libertad, la convergencia con otros seres sedientos de alcanzar los mismos fines. A pesar de haber concretado algunas de sus aspiraciones sociales y políticas, la mayoría de las mujeres comprometidas no logró transformar positivamente sus existencias de manera integral. En ese camino muchas murieron, otras expusieron sus vidas o perdieron su libertad, otras más asumieron formas de vida precarias y peligrosas. Según las épocas y los procesos, algunas consiguieron cambiar condiciones sociales, ideologías, hasta regímenes políticos, y mejoraron sus condiciones sociales. Sin embargo, algo ha faltado. Hay una carencia: ¿De esto se trataba? ¿Para lograr esta estrechez vital hemos vivido tanto pesar?

La reflexión sobre lo personal proviene de la crítica a esa forma de participar con la creencia de que automáticamente al ganar un partido, al desmontar un régimen político o un sistema económico, o cualquier cambio social promovido por un movimiento puntual, todo mejoraría y, al sobrevenir, la misma vida cambiaría en aquellos aspectos íntimos, profundos, personales, que han impulsado a muchas mujeres a apoyar pequeñas y enormes causas y a realizar grandes acciones. Por el contrario, para participar así, muchas mujeres han debido truncar su propio desarrollo y traicionar sus deseos por sí mismas, a favor de la causa y vivir ignominias en pos de ideales, incluso por parte de sus compañeras y compañeros o de las organizaciones que han contribuido a formar. Tras un tiempo resurge en algunas de ellas el anhelo de sentirse bien internamente y la necesidad de que ese anhelo sea legítimo.

El feminismo de los años 60 y principio de los 70 recogió en muchos países el deseo de las mujeres que padecen el malestar sin nombre⁴. En aquel entonces, se refería a mujeres norteamericanas, clasemedieras educadas, que cumplían con todos los anhelos matrimoniales, familiares, incluso de buen nivel de vida y, no obstante, vivían depresión y malestares sin fin. Se sentían atrapadas y paralizadas. Vivían como viven millones de mujeres

en el mundo, para apoyar el desarrollo y la realización de sus seres queridos, eso las deprimía. Eran tratadas por la psicología y no bastaba. Ellas fueron, en parte, quienes se rebelaron y participaron en movimientos sociales, sexuales, pacifistas y feministas; al emanciparse, proclamaron que *lo personal es político*.

Un aporte radical de los feminismos de las últimas décadas del siglo xx y principios del XXI, consiste en que la participación de estas mujeres no ha tenido que ver con causas generales y difusas: al dirigir la política a las mujeres mismas, como categoría social y como individuales, se conectan desde ahí con otros procesos sociales y políticos. Han hecho de la causa de las mujeres su prioridad. Han colocado el tiempo y el espacio como parámetros de realización utópica y han dicho: *aquí y ahora*. Han ubicado su ámbito y lo limitan entre la vida cotidiana, las redes de relaciones sociales y el Estado. La causa avanza y se extiende a mujeres de todos los confines, muchas de ellas provenientes de tradiciones históricas y procesos políticos muy diversos.

La dimensión personal de la realización trascendente define la innovación del feminismo del siglo xx, y complejiza la profunda tradición social de compromiso ético con las mayorías y por eliminar formas de dominación como la explotación y la opresión, prevalecientes en períodos anteriores. “Ha llegado la hora de invertir el lema feminista y proclamar que *lo político es personal*”⁵. No se cambia una prioridad por otra, sino que el feminismo se enriquece y abarca todas las dimensiones: desde lo individual hasta lo colectivo, lo privado y lo público, y va de la sociedad al Estado, de la cultura a las prácticas sociales. Unas feministas ponen el acento en unos ámbitos y otras en otros. Todas han acertado.

Otra vertiente más reciente en la reflexión sobre la autoestima surge de la participación social de mujeres en procesos de desarrollo y de intervención política. Mujeres que luchan (así se conciben) por distintas causas, incluso por la causa de las mujeres que tras unos años de grandes esfuerzos continúan vi-

viendo los mismos problemas y afrentas personales, mujeres que tras liderar procesos, en momentos cruciales, dimiten; mujeres que con toda la convicción no han tenido la fuerza para participar o que han sido muy lastimadas con el asedio, la competencia y un sinnúmero de obstáculos.

Se ha desvanecido la ilusión de que la fuerza de las convicciones es suficiente para tener fortaleza personal, o de que el éxito y los avances políticos de género se traducen en mejoras personales de quienes los impulsan. Se reconoce que aun mujeres que están en posiciones de avanzada viven formas de opresión y violencia que las dañan, y no tienen recursos para evitarlo ni para superarlo. La participación política a secas ha dejado de ser la piedra filosofal. Hoy hacemos una crítica a la participación política en condiciones de desigualdad y minoría en espacios políticos y con las maneras y estilos, los usos y las costumbres patriarcales, idealizada con el velo de la igualdad.

La autoestima en la mira feminista

Como corolario de las experiencias referidas, feministas de todo el mundo descubren que vivir en condiciones patriarcales daña a las mujeres y que eso requiere atención. Y también que, aunque sean indispensables, no bastan las acciones educativas, laborales y políticas para transformar positivamente la autoestima de las mujeres: es preciso intervenir específicamente. Lo que no significa prescindir de esas acciones ni salir de esos espacios. Sino que urge modificar los espacios y lo que ahí sucede. Por eso, desde hace dos décadas, uno de los ejes del trabajo feminista consiste en realizar acciones a favor de la autoestima de las mujeres, en primer término al promover una nueva conciencia del mundo desde la autoconciencia feminista de la propia individualidad.

Un segundo eje, un aporte práctico al mejoramiento de la autoestima y de la vida de las mujeres, es la práctica ética que

define al feminismo actual: la acción política para eliminar las causas de la opresión de las mujeres, articulada con la acción reparadora de los daños en cada mujer.

Gran parte de las energías de las mujeres de organizaciones, movimientos e instituciones se destinan, al inicio del siglo XXI, a crear instituciones, establecer normas, valores y leyes para ilegitimar y desautorizar la desigualdad, la inequidad y la violencia contra las mujeres, y, al mismo tiempo, a crear nuevas pautas de convivencia social para permear la cultura en todas sus manifestaciones con esta ética. Es notable ver, de manera paralela, la acción reparadora de unas mujeres con otras, cuando legitiman, apoyan y tratan de manera solidaria, terapéutica y ciudadana, a otras mujeres, víctimas de la violencia sexual, la guerra, la explotación, el maltrato conyugal y familiar, la discriminación política, la pobreza y la precariedad. Hoy dedicamos gran parte de nuestras energías vitales a nuestro fortalecimiento personal, porque todas estamos dañadas por vivir en un mundo que coloca a las mujeres bajo dominio. Hoy sabemos que estamos en riesgo y por eso también nos preparamos para evitarlo y eliminarlo.

Por esa voluntad, decenas de miles de mujeres en todo el mundo, en particular mujeres carenciadas, pobres, desplazadas, refugiadas o marginadas que impulsan procesos de desarrollo, han participado en reuniones de conciencia y reflexión, en seminarios, talleres y actividades ligadas a la autoestima. Forman parte de esta acción política, mujeres que ejercen liderazgos y, como parte de su formación política, participan en procesos de autoconciencia y de fortalecimiento de la autoestima. Esta nueva dimensión de la política feminista se da en concordancia con la línea ético-política del feminismo contemporáneo que promueve la participación de las mujeres en mejores condiciones. Estas acciones buscan eliminar la tendencia sacrificial de las mujeres en la política y en otras esferas vitales.

El interés por la autoestima parte, asimismo, de la conciencia de que cada mujer tiene recursos propios, ha desarrollado habilidades y capacidades subjetivas y prácticas para vivirlas, que son parte de ella misma, la constituyen. La conciencia de la autoestima conduce a que cada mujer visualice y aprecie sus cualidades y habilidades vitales, las potencie y las comparta en procesos pedagógicos con otras mujeres. Destacamos la importancia de una pedagogía entre mujeres en la que cada una puede ser maestra de *otras* y a la vez ser discípula de *otras* maestras. Esta visión en que se reconoce la posibilidad de aprender algo de las *otras*, tiene por lo menos dos bases: una consiste en reconocer los saberes de las mujeres y los saberes concretos de cada una⁶; la otra consiste en conceder rango de autoridad a las mujeres por su sabiduría intelectual, sus conocimientos, sus habilidades subjetivas para vivir, sus hallazgos y sus descubrimientos. Implica también la visibilización de los aportes de cada mujer a su propia vida y a su mundo. Como el esfuerzo es grupal y colectivo, al valorar y reconocer a cada mujer y sus aportes, contribuimos a crear la autoridad de las mujeres⁷: dimensión simbólica legítima de identidad, cimiento de autoestima personal y colectiva.

Todo ello contribuye a favorecer un clima de aceptación y reconocimiento de las mujeres. Así, contribuimos a poblar la cultura, la conciencia colectiva, las representaciones sociales, los análisis, la historia y la memoria, con los hechos de las mujeres, con las innovaciones, con los descubrimientos y con todo aquello que las mujeres hemos conservado para beneficio personal y social. De la autoestima de género personal a la estima del género como categoría social no hay ni un paso. De manera dialéctica, al ir de la autoestima personal a la estima de género, contribuimos a la estima social de las mujeres como legítimas habitantes de esta tierra que valoramos las muy diversas maneras de vivir y ser mujeres.

Hoy los procesos pedagógicos de autoestima impulsados desde una perspectiva de género buscan la reeducación femi-

nista de las mujeres en correspondencia con los modos de vida que anhelamos; busca también crear nuevas formas de liderazgo que expresen, aquí y ahora, una politicidad de género, una especificidad feminista. Cada liderazgo es ejemplar, y sintetiza y promueve nuevas maneras de vivir, de enfrentar los problemas del desarrollo y la democracia en la esfera privada y en lo público, de convivencia en la vida cotidiana y de convergencia al imaginar grandes alternativas sociales, nuevas actitudes y, sobre todo, nuevas formas de relación democrática de las mujeres con las demás mujeres y con los hombres⁸. Pero, sobre todo, se trata de que las acciones vitales redunden siempre en el desarrollo personal y el fortalecimiento de cada mujer.

El empoderamiento

La diferencia entre las visiones tradicionalistas y la visión feminista de la autoestima, además de ser filosófica, es política y ética.

El objetivo de la política feminista a favor de la autoestima de las mujeres es lograr que los cambios que propugnamos en el mundo correspondan con cambios internos en la subjetividad y esto potencie la incidencia de las mujeres en su propia vida. Se trata de ir siendo, aquí y ahora, las mujeres que queremos ser.

Al relacionar la autoestima con las condiciones objetivas y subjetivas de existencia, y con los modos de vida, se cimenta una base tangible de la autoestima. Lo fundamental desde la perspectiva feminista es que fortalecer la autoestima consiste en lograr el *empoderamiento* personal y colectivo de las mujeres, y en potenciar nuestra capacidad democratizadora en el mundo.

Un objetivo de las agendas políticas de mujeres de todo el mundo que actúan a favor de diversas causas, es lograr el empoderamiento de las mujeres al modificar las pautas políticas que coartan la vida personal y colectiva al crear condiciones para eliminar los poderes personales y sociales que oprimen a las

mujeres. El empoderamiento se concreta, al mismo tiempo, al lograr que cada mujer consolide los poderes personales que ya tiene, y cada día se haga de más poderes vitales y los conecte de manera integral.

Empoderada, cada mujer es la primera satisfactora de sus necesidades y defensora de sus intereses, y la principal promotora de su sentido de la vida, de su desarrollo y enriquecimiento vital, de sus libertades y de su placer.

En la perspectiva feminista, la relación entre cada mujer y las mujeres es fundamental: la mejoría de las condiciones de vida sólo puede lograrse socialmente, y los derechos de las mujeres sólo son derechos si son reconocidos como tales. Por eso tener derechos individuales como mujeres depende de los derechos de género y pasa por la autoestima de género y la identificación con las otras mujeres en dos sentidos: la aceptación de pertenecer al mismo género, de compartir la especificidad o diferencia sexual y la aceptación y el reconocimiento de las otras mujeres como merecedoras de los mismos derechos y las mismas libertades a las que aspiramos. Ambos sentidos son esenciales en la *sororidad* como conciencia de género y experiencia política, para ir en el camino del género, con las otras mujeres, las más semejantes entre todos los seres vivientes y con quienes es factible coincidir en el sentido de alternativas nodales.

Al quedar colocadas en el mismo compartimento, las mujeres compartimos con las otras mujeres un sendero por asignación política patriarcal. Sin embargo, la *sororidad* implica una decisión y una elección. Hemos decidido que para salir de ese compartimento vamos juntas y nos elegimos como legítimas equivalentes.

La autoestima

La autoestima⁹ es el conjunto de experiencias subjetivas y de prácticas de vida que cada persona experimenta y realiza sobre sí misma. En la dimensión subjetiva intelectual, la autoestima está

conformada por los pensamientos, los conocimientos, las intuiciones, las dudas, las elucubraciones y las creencias acerca de una misma, pero también por las interpretaciones que elaboramos sobre lo que nos sucede, lo que nos pasa y lo que hacemos que suceda. Es una conciencia del Yo en el mundo y, por ende, es también una visión del mundo y de la vida. Y en la dimensión subjetiva afectiva, la autoestima contiene las emociones, los afectos y los deseos fundamentales sentidos sobre una misma, sobre la propia historia, los acontecimientos que nos marcan, las experiencias vividas y también las fantaseadas, imaginadas y soñadas.

Como la subjetividad es un todo complejo articulado, lo que en realidad constituye la autoestima son percepciones, pensamientos y creencias ligados a deseos, emociones y afectos. ¿Qué nos enoja o entristece de nosotras mismas? ¿Qué nos entenece y conmueve, y qué nos moviliza para darnos apoyo? ¿Qué tanto conocemos nuestras necesidades más urgentes, y cómo reaccionamos ante ellas? ¿Por qué posponemos lo que más necesitamos o qué nos hace anticipar a la necesidad misma? ¿Dónde radica el goce de ser? ¿Qué nos hace sentir vulnerables? ¿En qué reducto anidan el desánimo, el abandono y el desaliento? ¿En qué signos depositamos nuestra confianza? ¿Qué valoramos de nuestra persona?

Como experiencia subjetiva, la autoestima puede ser consciente, pero es, sobre todo, inconsciente. El deseo está allí y empuja la experiencia como lo más entrañable e imprescindible, sin importar nuestras propias objeciones, o bien las objeciones triunfan y eluden el deseo.

Nuestra creatividad, lo que hacemos y creamos con nuestro cuerpo, con nuestras ideas y pasiones, y lo que inventamos al vivir, son autoestima en acto y de facto.

La autoestima es memoria y olvido de lo que hemos sido y de quién hemos sido. Somos devenir y, salvo el instante del presente, todo en nosotras está en el pasado y en el porvenir. La identidad con una misma es el hilo finísimo que le da sentido a

nuestra vida como existencia continua en el tiempo. El Yo ha sido y antes fue; al principio de nuestras vidas inició su transcurrir. Todo lo que hemos sido está en nuestro cuerpo, en nuestra subjetividad; algo de cada una está en el mundo, está en *los otros*. La autoestima es síntesis del tiempo y conexión con *otras* y *otros*. Saber que provenimos de madre y padre, de qué madre y de qué padre, es un hecho de conciencia y de ubicación en la historia. Pero saber que somos nacidas de mujer⁰, de una mujer, de ella, es el hecho nodal de la filiación y la identidad, ambas fundidas en una sola dimensión de la autoestima: nuestro lugar en la genealogía materna.

Como práctica de vida, la autoestima es la manera en que vivimos y convivimos, y también en la que experimentamos nuestra existencia, nuestra corporalidad, nuestras formas de reaccionar y de relacionarnos; están ahí la conmoción de *los otros* en nuestra intimidad, nuestra proyección y la incidencia de nuestros haceres en el mundo. La autoestima es nuestros lenguajes inscritos en nuestro cuerpo y en los espacios que amueblamos de recuerdos o de signos y enseres, de anhelos y deseos.

Los silencios vitales que se producen cuando no hacemos, y también con nuestros haceres y quehaceres, concretan nuestra autoestima. Nuestros modos de vida y nuestras maneras y estilos de vivir son la materialización concreta de nuestra autoestima, aunque, en síntesis, la autoestima sea significativamente elocuente en nuestra *manera de ser*.

De manera más puntual, la autoestima significa *la estima del Yo*. ¿En qué grado y de qué manera se experimenta esta estima? ¿Prevalecen en nosotras afanes de autocuidado, ganas de hacer cosas para nosotras mismas, pensamientos apegados a una visión profunda y concienzuda sobre nuestra vida, actitudes y comportamientos afines? ¿Son nuestras las explicaciones complejas y basadas en nuestro saber y en nuestra autoridad? ¿Qué entramado afectivo constituye o da una entre amores,

odios, envidias y gratitudes hacia sí misma?¹¹ ¿Qué esperamos cada una de sí misma y qué de *las otras* y *los otros* en cuanto a nuestra propia realización? ¿Del lado de quién estamos en las tensiones por la vida que nos incumben? ¿Somos justas con nosotras mismas?

La autoestima, como amor a sí misma y como amor propio¹², es el respeto a una misma, la capacidad de recabar para sí misma todo lo bueno, y de cuidar vitalmente el propio Yo en su integralidad corpóreo-subjetiva, como ser-en-el-mundo, como *mujer-en-el-mundo*, con su territorialidad, su incidencia y su horizonte. Es decir, la autoestima tiene como definición una conciencia, una identidad de género y un sentido propio de la vida.

La autoestima es, de hecho, una experiencia subjetiva y práctica filosófica asentada en una ética. ¿Sentimos empatía hacia nosotras y somos capaces de valorarnos aunque no encajamos con el simbólico prevaleciente en el mundo? ¿Somos capaces de hurgar donde sea para encontrar con quienes sí encajamos y vincularnos para sentirlo? ¿Tenemos juicios propios y valores surgidos de nuestra experiencia o nos regimos por los valores vigentes y los juicios de *las otras* y *los otros*? ¿Decidimos los hitos sustantivos de nuestra vida cotidiana y de nuestra existencia? ¿Velamos por nuestras libertades y por nuestro bienestar?

Como no es posible responder siempre de manera afirmativa a la apuesta por el Yo implícita en la ética de la autoestima, y como lo que vivimos no impacta de manera homogénea la mentalidad y la experiencia vivida, la pregunta se refiere a las claves nodales de la autoestima y al estado de la autoestima. Asumimos que la autoestima es contradictoria y diversa, cambiante y dinámica, y que en la vida hay peores momentos y épocas refulgentes. Pero decidimos que es posible para las mujeres lograr una cohesión importante y una correspondencia entre la filosofía del Yo y la práctica de vida. Esta concordancia se ma-

nifiesta como fortaleza, solidez y firmeza de la autoestima y se da cuando integramos, en acto, desde una visión propia, la subjetividad y la corporalidad, la afectividad, el eros, la razón y el saber. Al hacerlo afirmamos nuestra existencia.

La autoestima es, consecuentemente, una experiencia ética de fidelidad a una misma: una experiencia que fluye y se transforma en permanencia. Simboliza la máxima transgresión del orden hegemónico que prohíbe tal autoestima a las mujeres en rango de tabú. Construir la autoestima es vivir, de hecho, bajo las pautas éticas del paradigma feminista, es ser libre. La política feminista plantea como aspiración a que, además de ser libres, las mujeres vivamos en libertad.

Marcas de autoestima

La autoestima es una dimensión de la autoidentidad marcada por todas las condiciones sociales que configuran a cada mujer y, de manera fundamental, por la condición de género. Conformadas como *seres-para-otros*, las mujeres depositamos la autoestima en *los otros* y, en menor medida, en nuestras capacidades. La cultura y las cotas sociales del mundo patriarcal hacen mella en nosotras al colocarnos en posición de seres inferiorizadas y secundarias, bajo el dominio de hombres e instituciones, y al definirnos como incompletas.

Así pues, nuestra autoestima se ve afectada por la opresión de género y es experimentada en la cotidianidad como la discriminación, la subordinación, la descalificación, el rechazo, la violencia y el daño, que cada mujer experimenta en grados diversos durante su vida. Es evidente el cúmulo de desventajas que derivan de la real supremacía de los hombres y de la posición subordinada de las mujeres en la sociedad. El enorme poder de los hombres y de las instituciones sobre todas las mujeres —poderosas o pobres, educadas o analfabetas—, daña la autoestima de las mujeres. Este daño se convierte en marca de

identidad femenina sobre todo cuando se cree en la natural precariedad de género o, por el contrario, cuando se cree que la igualdad entre mujeres y hombres es real.

Por caminos diferentes, las dos creencias conducen a las mujeres a su propia desvalorización y a la experiencia constante de estar expuestas a la injusticia *sólo* por ser mujeres.

La autoestima se integra también con la valoración, la exaltación y la aprobación adjudicadas a las mujeres cuando cumplimos con los estereotipos patriarcales de ser mujer vigentes en nuestro entorno, y además aceptamos el segundo plano, la subordinación y el control de nuestras vidas ejercido por *los otros*. Corresponder con los estereotipos y ser valoradas como bien portadas, muy trabajadoras, jóvenes eternas, bellas escultóricas, silenciosas admiradoras de los hombres, obedientes e inocentes criaturas en las parejas, las familias, las comunidades y el Estado, produce en la mayoría de las mujeres estados subjetivos de goce y autovaloración por el cumplimiento del deber y por la aceptación personal y social. El prestigio de género, sintetizado como ser una buena mujer o estar muy buena, es una fuente muy importante de la autoestima femenina.

Sin embargo, como seres *sincréticas*, todas las contemporáneas somos definidas, además, por la modernidad de género. El estereotipo social y los modos de vida sociales construidos a lo largo del siglo xx nos asignan un conjunto de valores identitarios que definen una nueva dimensión del deber ser simultáneo al enunciado más arriba: el de ser afirmadas e independientes, educadas, trabajadoras, económicamente independientes y comprometidas en la participación social. Nuestro deber es hoy desarrollarnos y avanzar en nuestras vidas a estadios económicos, sociales, culturales y políticos superiores y ascendentes.

Las mujeres modernas somos convocadas a ser ciudadanas con derechos (limitados), y con altas responsabilidades personales sociales y políticas, así como a contentarnos con pocos y

menores poderes en las relaciones personales, en nuestro desempeño y en las instancias políticas de la sociedad. Más aún: a las contemporáneas progresistas nos constituye la relación entre una ética del bien y una política de libertades acotadas. Y esta doble configuración impacta la autoestima como experiencia constante de discernimiento en la toma de decisiones y la experiencia de falta de libertades.

La construcción moderna de género da las bases para que cada mujer se individualice, pero no del todo; para que se afirme sin autonomía en una sociedad donde prevalecen la desigualdad y las inequidades de género articuladas con otras, surgidas de las condiciones nacional, de edad, de clase, de etnia, de salud, de casta y de raza. La articulación de estas condiciones históricas se conjuga en las mujeres particulares, con características simultáneas de avance pero también de inequidad derivadas de las condiciones lingüística, religiosa, ideológica o política. A ellas se suman las pautas que marcan los modos de vida definidos por la ruralidad, la vida urbana, la fronteriza, la capitalina, la provinciana, la pueblerina, la aldeana, la desértica o la selvática, la costera, la montañosa o la lacustre.

El inventario no se agota aquí: incluye, desde luego, las pautas derivadas del estado de salud, de la precariedad y las debidas a la enfermedad, en las variadas necesidades especiales, y a la posesión o la carencia de los recursos sociales y culturales de la modernidad. Las inequidades contenidas en la pobreza, la violencia cotidiana o la guerra, se funden con las implícitas en el estado de pertenencia y el tipo de vida cotidiana de las migrantes, las desplazadas, las avecinadas, las encarceladas, las hospitalizadas, las mujeres en servidumbre, las mujeres sin hogar, las mujeres en prostitución, las ilegales.

Como es evidente, todas las inequidades son de claro signo patriarcal. En cambio, los avances se desprenden de la eliminación de condiciones patriarcales de vida.

El mundo en el que vivimos es sincrético y complejo, y no ofrece a las mujeres suficientes oportunidades para el propio desarrollo. En comparación con los hombres, es evidente la profunda discriminación de las mujeres en cuanto al desarrollo personal. Más aún, el tipo de relaciones con los hombres, los lugares y las funciones de las mujeres en las familias y en la sociedad obstaculizan e impiden el pleno desarrollo de las mujeres. Las condiciones hegemónicas imponen, aún a las mujeres que tienen mejores condiciones de vida, una instrumentalización y un horizonte limitado y en sujeción.

Esta condición política de género de las mujeres incide radicalmente en la falta de libertad de las mujeres y en la definición identitaria de las mujeres como *seres-no-libres*.

Anhelos y autoestima

En consecuencia, las contemporáneas anhelamos en la propia vida experiencias que emanan de la utopía moderna y de la construcción real de la modernidad: desarrollo personal como avance y complejidad, mejoría, bienestar y calidad de vida. En la conciencia de la mayoría de las contemporáneas están presentes la convicción y el anhelo del *progreso de género* entendido como el fin de las arbitrariedades e injusticias de género en la propia vida. El bienestar es imaginado por las mujeres como la superación de los obstáculos vitales y el logro de metas personales concordantes con la época en que vivimos. Eliminar la injusticia y los conflictos desgastantes, gozar y disfrutar de la vida, vivir en libertad, son los más caros anhelos de autoestima de más y más mujeres cada día.

Por ello, las marcas de la desigualdad, la inequidad y la falta de libertades impactan profundamente el desempeño de mujeres que en su modernidad aspiran a la realización personal ubicadas en un conjunto de experiencias, prácticas y relaciones ambivalentes, que en parte siguen siendo conservadoras y opresivas.

El *sincretismo de género* nos obliga a movernos entre lo público y lo privado, entre la tradición y la modernidad, con algunos poderes y derechos limitados y, al mismo tiempo, con déficit y brechas sociales.

De acuerdo con la moral tradicional actualizada, todo esto debe ser vivido por las contemporáneas de manera simultánea y sin inmutamos. Las ideologías del siglo xx convierten en un valor y un deber ser la capacidad de las mujeres de compatibilizar estos antagonismos en nuestras vidas, y así “ser felices y exitosas”.

Sincretismo y escisión

Las mujeres nos movemos entre exigencias, alabanzas y reprobaciones que son función de contenidos existenciales modernos y tradicionales. La autoestima femenina derivada de este *sincretismo genérico* es muy compleja. Se caracteriza en parte por la desvalorización, la inseguridad y el temor, la desconfianza en una misma, la timidez, el autoboicot y la dependencia vital respecto de *los otros*. Y también por la sobreexaltación y la sobrevaloración en el cumplimiento de la cosificación enajenante, de la competencia rival o de la adaptación maleable.

Paradójicamente, al mismo tiempo, la autoestima de las contemporáneas se caracteriza también por la seguridad, la autovaloración, la confianza en las capacidades y habilidades propias, en los saberes y en las cualidades. Destacan en esta vertiente la independencia y la autonomía en varios planos. No corresponder con los valores hegemónicos se concibe como un valor positivo.

No obstante, vivir así conduce a las mujeres a experimentar sensaciones, afectos y pensamientos de *escisión*, al menos en hitos claves de la vida. La composición contradictoria de la identidad de las contemporáneas hace de la autoestima un con-

junto de experiencias antagónicas que producen inestabilidad emocional y valorativa, y refuerza formas de dependencia vital aun cuando los afanes personales sean por la autoafirmación. Mientras más binarias sean la composición de género y la vida cotidiana, las mujeres experimentan más la sensación de estar partidas y contrariadas por necesidades e intereses opuestos pero imprescindibles. La disyuntiva es entre *yo* y *los otros*, o entre unas necesidades y otras, unas actividades, unos espacios, un uso del tiempo y de los recursos, y otras actividades, otros espacios y otro uso del tiempo y de los recursos.

La experiencia de *escisión vital* integra el núcleo del conflicto interior que sintetiza las contradicciones externas producidas en las relaciones, en los ámbitos y las esferas de vida, en las ideologías y en la política. Cada mujer debe enfrentar en el mundo las contradicciones entre modernidad y tradición y, al mismo tiempo, sus propias contradicciones internas producto de esta *escisión* entre valores, estilos y decisiones personales basadas en la dimensión subjetiva, tradicional o moderna, y en el modo de vivir, que reproducen o replican las contradicciones externas. No es extraño, pues, que la mayoría de las mujeres afirme tener la sensación de inestabilidad y experimente a menudo cambios notables de estado de ánimo y de autopercepción.

El *sincretismo* y la *escisión de género* en los procesos de vida hacen que el estado y la calidad de la autoestima sean relativos a períodos, etapas de la vida y situaciones que a cada paso redefinen el estado vital de cada mujer, según las condiciones predominantes en su experiencia.

Es evidente que las crisis y los conflictos derivados del *sincretismo* en la autoestima implican un doble esfuerzo vital. Muchas mujeres no logran salir de esta problemática a lo largo de su vida porque no tienen recursos para hacerlo, lo que las mantiene en condiciones graves de sujeción, mala vida y daño. Muchas sucumben. Otras logran destrabar este conflicto por breve tiempo, pero el conflicto reaparece y se actualiza en cada crisis

vital. La pérdida constante de energías vitales hace que no fluya la experiencia, y que los avances no fortalezcan de manera permanente la autoestima femenina.

Esta manera de vivir no es adecuada para las necesidades de las mujeres que se esfuerzan en preservar su integridad, en estimular el amor a sí mismas y la seguridad personal; por más esfuerzos que hagan, no obtienen las respuestas anheladas. Por el contrario, sus condiciones de vida o sus relaciones no mejoran, se dificulta el desarrollo de su asertividad y se lesiona la conformación de una autoidentidad positiva y de una autoestima sólida.

No obstante, es sorprendente que a la par del déficit de autoidentidad y de autoestima de muchas mujeres, la fortaleza defina cada vez la identidad de más contemporáneas. No es que ellas no hayan vivido este conflicto; tampoco se trata sólo de mujeres ricas, con recursos o de posición acomodada. Son mujeres de diversas condiciones sociales, incluso precarias, con distintos grados de educación, que realizan diferentes actividades, trabajos y oficios. Son mujeres de edades y estados sexuales diversos y que pertenecen a una amplia gama cultural, nacional y étnica. La *marca de identidad genérica* que las distingue es que han enfrentado los conflictos del *sincretismo* y la *escisión vital* y se han movilizado para enfrentar las crisis y solucionar su problemática vital. Han convertido cada contradicción en recurso vital dinamizador, y han potenciado sus alcances. Han suturado y cicatrizado la *escisión* al integrar todas sus dimensiones y moverse sin antagonismos internos y sin sentirse partidas. Ha prevalecido en ellas el Yo, y desde él se relacionan con *los otros*. Y algo muy importante: se valoran, reconocen su propia autoridad y no se colocan en posición de subordinación. Redefinen, a pulso, cuerpo a cuerpo, subjetividad a subjetividad, su lugar en las relaciones y en el mundo, desde la centralidad en su propia vida. Son mujeres libres aunque la sociedad no legitime sus libertades.

De mujeres así se nutre la teoría feminista de la autoestima. De ellas aprendemos maneras de enfrentar experiencias adversas o complejas, en las que despliegan la creatividad e inventan alternativas prácticas que devienen en solidez personal.

Asintonía y sintonía

Vivir en un mundo androcéntrico y patriarcal daña la autoestima de las mujeres y produce, en muchas mujeres que están en desacuerdo con esas condiciones, una profunda experiencia identitaria: la de ser *asintónicas* al no corresponder con valores, mandatos, tradiciones, condiciones y modos de vida, y al disentir de creencias colectivas y verdades naturales. No es casual que muchas mujeres que han enfrentado la vida a favor de ellas mismas sean *asintónicas* y, en vez de sentirse abrumadas por no corresponder con el mundo, asuman su *diferencia filosófica* como un nuevo *ubis* de autoidentidad. La *asintonía de género* abre a muchas mujeres el camino para el fortalecimiento de la voluntad propia y la redefinición de las bases de su autoestima.

Transformar la asintonía de malestar en bienestar requiere un lenguaje, un discurso, ciertos valores y una ética. Precisa de una visión del mundo alternativa que corresponda con un nuevo paradigma. Al asumirlo se experimentan goces filosóficos: la concordancia interna con una manera propia de ver la vida, y la externa, con referentes históricos: otras personas sienten y piensan y anhelan cosas semejantes, están en la misma onda. No compaginar con lo hegemónico enajenante y descubrir que otras personas han sido disidentes en sus ideas, sus propuestas, sus experiencias y sus maneras de vivir permite sentir las afinidades y reconciliarse con una parte del mundo, así como autorizar por coincidencia, nuestra propia visión de las cosas.

La identificación positiva con quienes han objetado maneras de vivir y han innovado la sociedad y la cultura produce la

experiencia subjetiva de estar en *sintonía*. Ampliar los conocimientos sobre tales disidencias permite pertenecer a tendencias históricas, a comunidades imaginarias de *coincidentes*. Con ello se transforma la identidad referencial y es posible decantar la autoestima: el estigma desaparece, se convierte en un valor y en afectos positivos de pertenencia.

NOTAS

¹ En realidad, María Zambrano escribió "...enteramente solos. Sabemos que existen otros 'alguien' como nosotros, otro 'uno' como nosotros". No redactó en femenino como lo hice al transcribir su escrito. Éste es un ejercicio de género para recuperar el femenino del castellano. Sin embargo, ella misma en su existencia de mujer, desde su diferencia, se colocó en el masculino para universalizar su concepción sobre la persona impensable fuera de su condición de mujer. Véase el texto original en su libro *Persona y democracia* (1988:17).

² Lagarde, 1996 y 1997.

³ Un texto clásico en el feminismo sobre autoestima es el de Gloria Steinem, *La revolución desde dentro. Un libro sobre la autoestima* (1995). En esta vertiente, ella coloca el proceso de transformación de la autoestima en la dimensión de una revolución y, por analogía, la valora como equivalente y tan necesaria como la revolución.

⁴ Betty Friedan lo llamó *el problema que no tiene nombre*, "Existía una extraña discrepancia entre la realidad de nuestras vidas como mujeres y la imagen que sé de otras en lo que se ha llegado a llamar 'la mística de la feminidad' (29) Y más adelante agrega "...Súbitamente se dieron cuenta de que todas tenían el mismo problema, *el problema que no tenía nombre*" (41); 1974, *La mística de la feminidad*. Jucar, Madrid.

⁵ Gloria Steinem (1995:27).

⁶ Ana María Piussi identifica esta práctica con el término "...educación... privilegiando decididamente la acepción referible a '*educere*', el significado de 'hacer emerger', 'sacar a la luz' y alimentar aquello que de forma esencial ya existe"; Piussi, A.M. y L. Bianqui (eds.), 1996, *Saber que se sabe*. 18, Icaria, Barcelona.

⁷ "Y la forma de la relación que da fuerza política y, por tanto, es necesaria para estar en el mundo sin homologarse al mismo, es la autoridad femenina que se expresa en la relación entre mujeres, al referirse visiblemente a otra que reconocemos capaz de poner en movimiento nuestro deseo y nuestra riqueza simbólica, de darnos medida, de ayudarnos a tener fundamento en un horizonte autónomo de sentido". (Piussi, 1996:20).

⁸ Lagarde, 2000. *Claves feministas para liderazgos entrañables*. Puntos de Encuentro, Managua.

⁹ La voz autoestima no está aún recogida en algunos diccionarios y enciclopedias, porque ha sido acuñada recientemente. Su lugar está

en textos teóricos especializados. Sin embargo, es posible deducir su significado literal a partir de sus componentes: autoestima: del griego *autos*, uno mismo, propio, por uno mismo, y *estima*: consideración o aprecio que se hace de una persona o cosa (Alonso, Martín, 1982). La autoestima es, pues, la propia consideración y estima o la estima por una misma.

¹⁰ Adrienne Rich ha consagrado la conciencia particular que significa reconocer que nacemos de mujer. Con ella y otras autoras como Luisa Muraro y Luce Irigaray, relevamos además la conciencia como mujeres de haber nacido de otra mujer, como nosotras. Para una mujer re-conocerse, nacida de mujer: Véase: Rich, Adrienne, 1986, *Nacemos de mujer*, Feminismos, Cátedra, Madrid, y, de Luisa Muraro, 1994, *El orden simbólico de la madre*. Cuadernos inacabados, horas y HORAS, Madrid.

¹¹ Melanie Klein reconoce este cuadro básico afectivo formado a partir de la experiencia sobre un entramado emocional. Véase Klein, Melanie (1980): “La afectividad de cada quien es el resultado de las tensiones y predominancias de dimensiones de esos afectos fundamentales. De esta manera la autoestima no significa que el amor totalice la experiencia afectiva sino cómo se organizan los impactos subjetivos del amor, el odio, la envidia y la gratitud hacia el propio Yo, sobre el Yo, en el Yo”.

¹² De acuerdo con Ferrater Mora, “Estas dos expresiones (el amor a sí mismo, el amor propio) se usan a veces como sinónimas: el amor propio es el que uno tiene por sí mismo. Puede, sin embargo, distinguirse entre ellas –como entre otros pares similares de expresiones en otros idiomas–, *Selbstliebe* y *Eigenliebe*; *amour de soi* o *amour de sois même* y *amour propre*. En ciertos casos o en otras lenguas ha habido una sola expresión –como en griego *φιλαυτία*; en latín *amor sui*; en inglés *self-love*–, pero entonces o se ha distinguido entre dos sentidos de la expresión o se ha buscado alguna otra (como el inglés *benevolence*). La *φιλαυτία* es, literalmente, el amor de o a sí mismo. En principio parece ser reprobable, porque el *φιλαυτοζ*, esto es, el que se ama sí mismo, actúa como si hiciera lo que hace por amor de sí mismo, para servir sus propios intereses, lo cual es egoísmo. Sin embargo *φιλαυτοζ* puede recabar para sí todo lo bueno, cosa que no es reprobable, sino más bien recomendable, sobre todo si pone esta bondad al servicio de otro... En la época moderna, no siempre se distinguió claramente entre amor a sí mismo y amor propio –o, en francés, *amour de soi* o *amour de sois-même* y *amour propre*–; cada uno de ellos parecía dar lugar a las dos interpretaciones distintas y opuestas mencionadas al principio. Sin embargo, hubo la tendencia a considerar que el amor a sí mismo es un amor natural y equivale al respeto que uno tiene por sí mismo, lo cual es fuente de bienes para uno mismo y para los otros. En cambio, el amor propio fue considerado a menudo como equivalente al egoísmo...” (1995, *Diccionario de Filosofía I*: 140-141, Ariel, Barcelona).

IDENTIDADES SINCRÉTICAS. DIVERSIDAD Y ESPECIFICIDAD DE LAS MUJERES

Procesos de construcción identitaria de las mujeres

Es notable que en este umbral milenario las mujeres pensadas, representadas simbólicamente y convocadas a ser idénticas¹ a su “condición natural”, idénticas a la feminidad, a los estereotipos, idénticas a las otras mujeres, no lo sean. Dos características identitarias² sobresalen en las mujeres contemporáneas: la *diversidad* y la *transición*.

La diversidad entre las mujeres y la diversidad de cada una consigo misma. Diversidad, también, frente a las representaciones simbólicas y normativas del ser mujer, y entre los mandatos trazados y la experiencia vivida. Las mujeres estamos en transición y, frente a la amalgama entre lo que se conserva y lo cambiante, inventamos maneras inéditas de ser mujer, porque el mundo del fin del milenio está efervescente. Y, si algo cambia en él, es la existencia de las mujeres.

Las identidades de las mujeres son identidades en transición, no siempre maleables ni dúctiles, pero, como nunca antes, todas tienen las huellas de la innovación cultural. Tal vez sea posible el paralelo con el Renacimiento. Y, a la pregunta de si las mujeres tuvieron su Renacimiento, podemos responder que el Renacimiento de las mujeres abarca desde finales del segundo milenio y continúa en los inicios del tercero³.

Tal vez las contemporáneas podamos mirarnos en el espejo sin respuesta que pulió Rosario Castellanos para nosotras en su

Meditación en el Umbral⁴ al hacer lúcida conciencia sobre la condición de la mujer, sobre ella misma:

No, no es la solución

tirarse bajo un tren como Ana de Tolstoi

ni apurar el arsénico de Madame Bovary

ni aguardar en los páramos de Ávila la visita

del ángel con venablo antes de liarse el manto a la cabeza

y comenzar a actuar.

No concluir las leyes geométricas, contando las vigas de la celda de castigo

como lo hizo Sor Juana. No es la solución escribir, mientras llegan las visitas,

en la sala de estar de la familia Austen

ni encerrarse en el ático

de alguna residencia de la Nueva Inglaterra y soñar, con la Biblia de los Dickinson

debajo de una almohada de soltera.

Debe haber otro modo que no se llame Safo

ni Mesalina ni María Egipcíaca

ni Magdalena ni Clemencia Isaura.

Otro modo de ser humano y libre.

Otro modo de ser.

Contemporáneas

Las mujeres contemporáneas tenemos huellas de historias y referentes variados de identidades que cada una sintetiza. Nuestras identidades están marcadas por el *sincretismo*. Somos históricamente *sincréticas* porque nuestros mundos son síntesis de entrecruce de pueblos, intereses económicos expansionistas y de variadas formas de dominación e intercambio. Nuestros mundos son invenciones del *poder*.

La diversidad de las mujeres contemporáneas se debe a las particularidades nacionales, étnicas, raciales, de clase, de edad, de salud, religiosas, políticas, ideológicas, lingüísticas y culturales. Y cada una de esas condiciones e identidades históricas define modos de vida, existencias, y maneras de ser mujer. Esas dimensiones de la diversidad social, económica, cultural

y política configuran un mosaico plural entre las contemporáneas.

Sincretismo genérico

La diversidad tiene un nivel muy profundo definido por la complejidad de la condición femenina, resultante de la conjugación de estereotipos de ser mujer que cada una integra y desarrolla a lo largo de su biografía. De esta manera, la situación de las mujeres contemporáneas está marcada por procesos constantes de *aculturación de género*⁵.

Los estereotipos tradicionales marcados por la condición patriarcal de la mujer definen a las mujeres como *seres-para-los-otros*, estructuradas por la sexualidad, el trabajo y la subjetividad enajenadas, *para dar vida, sentido y cuidado a otros*. La *dependencia vital* marca la subjetividad y define el carácter corporativo de las mujeres.

Ontológicamente esta configuración sustenta la *incompletud* y la *ilimitación* de las mujeres como seres cuyo sentido de la vida y cuyos límites personales están más allá, están en *los otros*. La opresión de género está presente en las relaciones sociales que colocan a las mujeres bajo dominio (expropiación, dependencia, subordinación, control, tutelaje, discriminación y variadas formas de explotación sexual, económica, moral), y se desprende del contenido concreto de esta modalidad de género. Por su contenido político, he definido esta específica condición de género como *cautiverio*⁶.

Sin embargo, ninguna mujer vive en correspondencia con los estereotipos tradicionales. La modernidad ha significado cambios profundos en la feminidad y en la vida cotidiana tradicional de las mujeres (*deculturación*), independientemente de que eso las beneficie o las perjudique. Asimismo, la modernidad ha irrumpido en sus vidas, más allá de su voluntad y su conciencia e incluso contra su voluntad. La variedad de situa-

ciones totalmente nuevas es inmensa y abarca incluso a aquellas que en diferentes épocas históricas y momentos de sus vidas se han afanado por ganar trozos de modernidad para ellas mismas.

En los deberes y las prohibiciones tradicionales se han asimilado o superpuesto contenidos modernos de ser mujer que innovan la condición de género con aspectos que en el orden patriarcal tradicional son atribuidos sólo a los hombres. Por ello, definidas desde lo simbólico tradicional, hay contemporáneas que se sienten sintetizar, conservar y superar lo femenino y lo masculino, sienten ser una amalgama *andrógina*⁷.

La *androgenia social* de las mujeres se define por actividades, formas de comportamiento, actitudes, lenguajes, cambios corporales, espacios, saberes específicos, formas de conciencia civil y política, ciudadanía, poderes individuales y colectivos para vivir e intervenir en la *polis*, nuevos contenidos y nuevas dimensiones que, aún incompletos y en mixtura con contenidos tradicionales que los neutralizan e incluso los antagonizan, impactan la subjetividad ligada a identidades modernas.

Las innovaciones reformulan aspectos de la condición tradicional de la mujer como la sexualidad, la maternidad, el erotismo, el trabajo y la economía, las relaciones con los hombres y en las instituciones tradicionales, la ocupación de espacios y la participación social y política (*enculturación*). Desde luego, este sincretismo se expresa también en identidades *sincréticas*, híbridas, amalgamadas.

Hoy las contemporáneas somos a la vez tradicionales y modernas; vivimos en *cautiverio* emancipadas; pensamos de manera binaria formal, religiosa y mágicamente, a la vez que desarrollamos pensamiento complejo dialéctico y laico. La poligamia se abre paso en la sexualidad y la conyugalidad de más y más mujeres con mentalidad de monógamas; ya no todas las jovencitas son vírgenes sino de manera efímera, pero siguen entregando su cuerpo y su sexualidad, sólo que de manera

emancipada, al hombre de su vida por lo menos de ese momento.

En este sentido, el *cuerpo-para-otros* sigue hegemonizando la identidad de las mujeres. La innovación ideológica patriarcal hace aparecer la opción *cuerpo-para-el-placer* como más avanzado, moderno, emancipado que el *cuerpo-procreador*. En cualquier caso, la enajenación sexual, corporal, es la más adaptativa y sobrevive a otros ámbitos de la condición de la mujer resignificados con mayor claridad.

Por otra parte, tenemos no sólo dobles y triples jornadas, trabajo visible e invisible, sino que trabajamos extra para ganar unos centavos más. Regalamos nuestro tiempo como voluntarias de todas las causas y, con orgullo, muchas se dan el lujo de reivindicarse antifeministas. Las niñas que nacen hoy serán educadas como mujeres domésticas y públicas, *madresposas-ciudadanas*, mientras las adultas definen su vida en torno a maternidades de entrega, conyugalidades asimétricas, cargas familiares y comunitarias, y luchan cada día por su independencia, su desarrollo, su soledad, su tiempo y su autonomía.

Los hombres siguen siendo el centro de la sociedad, del Estado y de la cultura, así como de las vidas de las mujeres. El cambio consiste en que para más mujeres, ya no es un solo hombre para toda la vida. Aun mujeres poderosas están jerarquizadas en segundo nivel frente a los hombres y, reivindicadoras de la igualdad, reconocen en hombres significativos para ellas, superioridad, mando y dirección. Los hombres tienen un enorme poder de intervención en la vida de las mujeres y, aun cuando ellas no estén de acuerdo, no tienen el poder suficiente para neutralizarlos o para hacer avanzar sus decisiones, sus planes, sus intereses. Cada avance de las mujeres en las relaciones interpersonales con los hombres contiene esfuerzos, una gran inteligencia y perseverancia, así como la capacidad de avanzar por fisuras, aprovechar oportunidades o asumir que los intereses propios son prioridad. El ingenio de las mujeres para lograr sus

deseos, satisfacer sus necesidades y lograr sus metas es una de las capacidades más notables de la subjetividad de quienes, aun seguras de ellas mismas y con un profundo sentido de la justicia, están en desventaja y son tratadas con injusticia.

Millones de contemporáneas son hijas de la escuela, y encuentran obstáculos para avanzar en sus estudios. Son sacrificadas por el Estado, la sociedad y sus familias en comadrazgos con sus madres, maternidades infantiles y adolescentes y atención de la casa. Otras más estudian y trabajan, ganan dinero, pero de todas maneras tienen altas responsabilidades y deben ocuparse de la casa y la familia. Por esa vía muchas mujeres posponen algunos de sus intereses y van quedando rezagadas en su desarrollo personal.

Las contemporáneas sintetizan cada día una *doble vida* y no sólo una *doble jornada*: dobles espacios, dobles tiempos intensificados, actividades simultáneas, normas y códigos de comportamiento diferentes, simultáneos y contradictorios –tradicionales y modernas– y actividades que exigen distintas habilidades especializadas. Estas mujeres integran la categoría social que más trabaja y dispone o se apropia de menor riqueza social, accede a menos servicios y tiene disminuidas sus oportunidades y sus derechos en condiciones de enorme riesgo vital.

En síntesis, la *doble vida* de las contemporáneas abarca actividades, normas, ética, lenguajes simbólico, imaginario, corporal, y lenguas e idiomas distintos. Cada mujer debe desarrollar habilidades para pasar de unas dimensiones vitales a otras sin equivocarse. Aprender a estar subordinada y con poderes reducidos en un ámbito y, el mismo día, transitar a otro espacio, ocupar posiciones de mando, cumplir con responsabilidades, tomar decisiones, y además ser exitosa. La *doble vida* implica, también, marcas de ruptura identitaria y exige la capacidad de reaccionar ante *identidades* asignadas diversas y contradictorias, cargadas de expectativas que se entrecruzan y chocan. Crisis y conflictos de identidad desgarradores expresan esta *escisión*; sin

embargo, las mujeres los interpretan desde otras visiones como errores, incapacidad, fallas. Se sienten *fallidas* cuando incumplen por falta de tiempo, por saturación, por tensión vital, y son descalificadas como inadecuadas. Como *locas*⁸.

Huellas

Esta complejidad identitaria y las condiciones sociales de género hacen que el género femenino sea el género que más trabaja en el mundo y que se apropia de menos riqueza a través de su trabajo, sus actividades y su aporte a la sociedad. En este sentido, el sincretismo de género en condiciones neoliberales produce una pauperización relativa y absoluta de las mujeres. La *pobreza de género* abarca a mujeres de todas las clases. La *pobreza de género* sostiene la explotación económica de la mayoría de las mujeres y refuerza el control económico de la vida toda de cada mujer. Impide acceso a oportunidades y a bienes, entre otros a la tierra, la empresa, los bienes de consumo y los bienes simbólicos que se adquieren con dinero.

Esta complejidad identitaria nos hace ser ignorantes perpetuas porque nuestros saberes no se reconocen en su calidad de conocimientos, formas de interpretación y recursos para pensar el mundo. Y porque se nos margina de los otros saberes que sí sirven para organizar el mundo. Se nos coloca en la ignorancia, la irracionalidad y se ubica a lo femenino como inaprehensible, desconocido y misterioso. Se tiende un velo sobre nosotras para que nosotras no podamos vernos.

Cada mujer sintetiza enormes áreas de ignorancia y desconocimiento de aspectos indispensables para vivir y conocer el mundo, a la vez que acoge y protege saberes que la valoran simbólicamente y la mantienen en la ignorancia existencial.

La densidad identitaria nos hace ser ciudadanas a medias sin derechos plenos, semituteladas por los hombres, las instituciones y el Estado, a la vez que nos excluye de la mayoría de los

procesos políticos de gobierno, de administración y de planeación. En la ejecución ocupamos, además, posiciones subordinadas y realizamos actividades consideradas como de apoyo. Esta situación nos hace invisibles como sujetas sociales. No existimos en la norma jurídica ni en el pacto político como mujeres, es decir, como lo único que nos hace ser un sujeto colectivo y que permitiría que unas mujeres nos reconociésemos en las otras, que unas mujeres nos asociáramos con otras y que politizáramos nuestras privaciones, nuestras necesidades y nuestras aspiraciones de género. Nos coloca en la condición de seres minorizadas políticamente representadas por los hombres y sus instituciones, y sin posibilidad de incorporar al género en la política, el desarrollo y la democracia.

Cada mujer se debate convocada como mujer moderna para participar en sociedades que no acaban de hacer suya la democracia participativa; la condición es que al participar cada mujer sea tradicional, es decir, que participe para el bienestar de *los otros*, de los desposeídos de la tierra, de la comunidad, y en apoyo de los hombres, siempre y cuando no se ocupe de los problemas específicos de las mujeres y del género.

La participación concedida a las mujeres exige que acepten la inequidad entre mujeres y hombres como principio previo y básico, juramento de lealtad al orden patriarcal visto como inquestionable e inmutable. Se admite la participación subordinada con ceguera de género, con la prohibición de reivindicar e impulsar la *democracia genérica* y el *desarrollo humano con perspectiva de género*⁹. El *tabú* mayor no sólo en los ámbitos sociales sino de la política y la vida de cada mujer es el *tabú* del feminismo.

Las culturas políticas de los movimientos sociales, de la academia, de la investigación social, de las humanidades y de la filosofía, así como la que proviene de los espacios políticos, es profundamente antifeminista: es esencialmente sexista, misógina y machista. La problemática de género de las mujeres

contemporáneas está cercada por el sexismo militante, legítimo, convertido en cultura nacional en ideologías, en épica, en crónica e historia, en novela, en poesía y dramaturgia, en los deportes, y en todo tipo de narraciones literarias e imaginarias (cine, fotografía, impresos, periódicos, radiodifusión, publicidad, medios electrónicos). El sexismo da la pauta al sentido común.

En el umbral del milenio, destaca en esos ámbitos la creación alternativa de vertientes feministas que confieren idiosincrasia a la literatura, al cine, a la plástica, a la danza, al teatro, a la creatividad en su conjunto. Aún en minoría, la fuerza argumental, la calidad estética y la convocatoria a mirar el mundo desde otra experiencia y desde *otro sitio*, expresan la fuerza de los cambios, del sincretismo y de los procesos movilizadores de las mujeres contemporáneas.

Con todo, las mujeres son colocadas en la cotidianidad frente a un desgarramiento, frente a disyuntivas en que deben actuar a favor de sus intereses o de los intereses de la comunidad, en pos de su avance o para apoyar el desarrollo de *los otros*. El conflicto identitario es vivido por muchas mujeres como un intenso antagonismo: si cambian, aunque sea para asumir más y más deberes, son evaluadas a partir de los mitos, como si fuesen mujeres de un sólo modo de vida, es decir, se espera que hagan todo muy bien. Y, aunque la gente reconozca que trabajan y se esfuerzan mucho, la opinión es que podrían haberlo hecho mejor. Las mujeres siempre quedan en deuda, son inadecuadas, insuficientes o incapaces. Al no cumplir las expectativas pierden y baja la estima personal y social de *los otros*. Las mujeres quedan vulnerables a su recriminación e incluso a la crítica social, al señalamiento y al desprestigio.

En las relaciones personales, cualquier falla propia da poder a *los otros* y sobreviene el castigo afectivo, sexual, económico, con una legitimidad tal que nadie se asombra. Y, si las mujeres tratan de avanzar en sus derechos modernos, su educación, su

trabajo, su movilidad o su participación, la reacción de familiares, parejas, comunidades o instituciones civiles, políticas y religiosas, como si hubiesen recibido un atentado. Les reclaman que por atender otras cosas, les desatienden. De manera ambivalente aprueban parcialmente a las mujeres, les retiran apoyos, las castigan o las critican de manera incisiva. Sus actividades, su estilo o su manera de ser son objeto de ataques.

La simpleza de la ecuación es alarmante: se considera que, al hacer sus cosas y al emanciparse, las mujeres atentan contra tradiciones y derechos populares, regionales, étnicas o nacionales, familiares, que siempre son valoradas como de mayor importancia que las mujeres mismas. En la visión androcéntrica del mundo, las mujeres no tienen cabida como *sujeto*. Es notable observar que en procesos de transformación social profunda mujeres y hombres están dispuestos a rebelarse, a cambiarlo todo, a enfrentar conflictos personales y sociales, incluso represión o guerras. Están dispuestos a enormes esfuerzos y a pagar enormes costos para lograr sus fines, pero consideran conflictos invivibles aquellos que pueden producirse con el avance y la emancipación de las mujeres, sobre todo si afecta a su vida personal.

Está en juego la constitución de las mujeres en *sujetas* desde nuestro género: no subsumidas en la clase, en la nacionalidad, la condición laboral o educativa, o en el linaje político. Convertirse en *sujetas* consiste en ser reconocidas, circunstanciadas y *ciudadanizadas* como mujeres.

Por lo anterior, la redefinición de género de las mujeres implica crear condiciones concatenadas para:

- Enfrentar las privaciones y las necesidades vitales.
- Nombrar las carencias, las privaciones y las necesidades vitales desde una concepción y con un lenguaje de género feminista.
- Convertirlas en reivindicaciones sociales e intereses personales y colectivos.

- Lograr su reconocimiento social como prioridades por mujeres y hombres, y por las instituciones.
- Lograr la supresión de todas las privaciones y de la violencia contra las mujeres.
- Construir los derechos humanos de las mujeres a partir de las necesidades vitales y del desarrollo: pactar las reivindicaciones y las alternativas generadas por las mujeres en las instituciones, convertirlas en normas universales y crear los mecanismos sociales, estatales y personales de su realización.

Éste es el piso mínimo de la reconfiguración democrática de cada mujer desde la perspectiva cuyo fin es su desarrollo. Y éste es el fundamento de la prioridad de la autoestima y de transformarla. En ese sentido, el interés por la *autoestima* está en ubicar el sitio en que reside la unicidad de cada mujer: eliminar la partición vital y hacer compatibles los espacios, las actividades y los intereses encontrados y en tensión, o eliminar lo que es incompatible con el bienestar de cada mujer. Para avanzar en este sentido, es imprescindible un viraje vital de las mujeres de tal manera que cada una tenga como prioridad vivir para lograr el propio desarrollo y lograr una convivencia equitativa. Cada mujer en su vida cotidiana necesitaría reconducirse frente a *los otros* y en el mundo, con este código ético y este sentido de la vida. De acuerdo con su condición social y cultural cada una tiene más o menos posibilidades para lograrlo. Sin embargo, si persiste la *escisión interna*, los cambios sustantivos para enfrentar los problemas encuentran en cada mujer su propia obstaculizadora, aunque cuente con recursos. En cambio, a pesar de condiciones adversas, quien decide enfrentar la *escisión* haciendo prevalecer sus intereses y sin perder sus bienes materiales y simbólicos, puede, incluso, transformar condiciones adversas. De ahí la urgencia de la transformación de los parámetros de la autoestima de las mujeres y de su fortalecimiento.

Por óptimas que sean las condiciones sociales de acuerdo con su clase o su nivel educativo, la pertenencia a una etnia minorizada o a grupos marcados por discapacidades, dificulta aún más el desarrollo personal de las mujeres. Lo personal es un universo conectado con la sociedad, y es preciso lograr transformaciones macrosociales que abarquen a todas las mujeres para hacer ese universo menos ominoso y crear el marco de oportunidades para todas las mujeres, y evitar que para ello deban emprenderse los mismos caminos cada vez.

Las condiciones nacionales, regionales o comunitarias colocan a todas las mujeres, más allá de su conciencia, frente a posibilidades y limitaciones semejantes. Las más emancipadas están constreñidas por las prácticas de la vida cotidiana, las leyes vigentes, la justicia anacrónica y misógina y la moralidad hegemónica en su entorno.

El fenómeno inverso también se da: mujeres sometidas a extrema opresión pueden encontrar vías amparadas en normas generales que aseguran alternativas. La liberalización de las mentalidades y la secularización del pensamiento y del conocimiento, desde luego, nos favorecen a todas, aunque no lo creamos. La democratización de la sociedad civil y del Estado, la vigencia del estado de derecho, una cultura de diálogo e interlocución y el respeto a las libertades individuales crean condiciones favorables para la eliminación de formas de opresión, requisito básico para el avance de las mujeres.

Se han idealizado como refuerzos tradicionales aspectos tradicionales de la condición de la mujer en algunas latitudes contemporáneas y se los ha folklorizado como referente aspirable, como característica maravillosa y mágica del ser mujer, en afares nacionalistas y etnicistas. Con ello, desde el género, se configuran dimensiones esencialistas a cual más peligrosas. Se trata de la exaltación binaria y mayúscula de formas de irracionalidad, de fe, de magia, de mitos y rituales exóticos que, ante la pérdida de la legitimidad de las religiosidades tradicionales,

adquieren fuerza sustitutiva y se hacen aparecer como alternativas de moda a la irracionalidad concebida como virtud posmoderna. Sin embargo, impiden la conciencia de las mujeres y recrean la enajenación.

Pioneras

Las contemporáneas somos *pioneras* y tenemos identidad de *pioneras*. La ruptura, la innovación, el atrevimiento y la osadía marcan nuestra identidad, resultado de experimentar hechos de la modernidad en la vida personal. La historia no abarca de manera homogénea a todos. Cada sujeto vive su tiempo y en cada período es posible identificar distintos *tempos* históricos.

La conciencia de la diversidad temporal ha posibilitado el horizonte histórico del feminismo, en tanto rectificación profunda de la modernidad surgida del mundo del *sujeto* masculino y patriarcal, cuya individualidad e igualdad han tenido como soporte la exclusión de las mujeres. El primer contrasentido moderno es que su principio de universalidad se agotó en el género masculino y su principio de igualdad encontró sus límites entre los hombres y se convirtió en su monopolio colectivo, en su capital político de género¹⁰.

La modernidad, como el espacio reconocido de la individualidad y la ciudadanía, nació de pactos sangrientos entre caballeros revolucionarios y machos, y dejó fuera a las mujeres. Poco a poco y a contracorriente ha sido atravesada por reformas parciales de incorporación de las mujeres, que ha sido reducida a ciertas áreas, tópicos y haceres, y con una incidencia social limitada. La modernidad ha sido tocada con la disminución de formas de discriminación o explotación de género, con mecanismos para impedir la violencia contra las mujeres y por la creación de derechos de las mujeres. Pero la resistencia social contra los derechos mínimos es enorme y las reacciones personales de *los otros* son, con frecuencia, desmesuradas.

Así, en el mundo actual, la prueba de modernidad es parcial para nosotras y, ya que hemos abarcado alguno de sus aspectos, nos damos cuenta de que es preciso emprender la transformación de otros. Es el cuento de nunca acabar: todo está por hacerse en el resto.

El desarrollo desigual e inconexo de la modernidad marca las contradicciones personales y los altibajos que impactan la subjetividad femenina y la autoestima de las mujeres. Áreas tradicionales de una misma coexisten a tirones con otras modernas. Desde luego, esas áreas modernas no se despliegan plenamente: quedan marcadas por sus conexiones y resonancias tradicionales. El resultado siempre es mezclado, híbrido, resultante de conjugaciones complejas.

Muchas contemporáneas y mujeres de las últimas décadas del siglo XIX han incursionado a oleadas, durante el siglo XX, en espacios y actividades que sus ancestas desconocieron, y han experimentado vivencias que otras contemporáneas ni siquiera han imaginado. Descubrir e inaugurar experiencias inéditas es, pues, una marca de la asunción de trozos, de fragmentos en ocasiones deshilvanados de modernidad, que ha modificado a cada mujer en su horizonte personal, sus posibilidades y oportunidades.

Sincretismo complejo

La dinámica de los cambios ha funcionado para la mayoría de las mujeres, sin suprimir áreas, ámbitos y actividades, sino por superposición. Las mujeres contemporáneas somos una suma abigarrada de actividades, deberes y prohibiciones, con algunos derechos no muy claros para nosotras, ni para *los otros*. Las instituciones civiles y políticas los objetan, los ignoran y los anulan. El resultado de la amalgama y la superposición híbrida conduce a la partición de las mujeres, a la esquizofrenia¹¹, a la *escisión vital* que afecta la autoestima con sentimientos,

pensamientos y juicios encontrados opuestos y antagónicos ante cada día, cada circunstancia, cada hito.

Las feministas contemporáneas condensamos otro proceso diversificador cuyo contenido también es de aculturación de género: añadimos al sincretismo de género la dimensión feminista que redefine social y culturalmente nuestras vidas, y transforma nuestra identidad y nuestra autoestima.

Las feministas somos utópicas en el sentido que el humanismo dio a la utopía, como lo “mejor de las Repúblicas”. No obstante, *utopía* significa “en ningún lugar”: se trata de una presencia ausente, una realidad irreal, un espacio nostálgico, una alteridad sin identificación y un proyecto sin certidumbre de realización. Y, a la vez somos *tópicas*, porque realizamos aquí y ahora, en el presente, al trastocar el tiempo femenino tradicional, la transformación posible de nuestra condición de género, de las relaciones de poder, de las instituciones y de la cultura. Los ámbitos de incidencia feminista van de la vida personal y al mundo.

La *utopía* como dimensión imaginaria configura nuestro específico sincretismo de género y, como *imaginario constituyente*, es la piedra de toque de lo real posible, de la *topía*. Nosotras somos la prueba de que la realización de las utopías es posible. No como fueron imaginadas sino como pueden concretarse, parciales, insuficientes, y también *sincréticas*. La *topía* presente se debe a la creación de alternativas y a la intervención de las mujeres en la vida propia con aspiraciones utópicas de justicia, de una vida con equidad y de respeto a nuestras personas. El anhelo utópico implica la *autoestima* en un primer plano de la conciencia personal: cada mujer quiere sentirse bien en su cuerpo, en sus paredes, en sus relaciones, en sus procesos vitales. Cada una quiere una vida con bienestar. Y, además, la conciencia trascendente implica afianzar a nuestro género en el mundo. Eso significa para nosotras la mejor de las repúblicas. Todo ello constituye un trastocamiento radical del orden patriarcal. Es, de hecho, nuestra salida de ese ¿orden?

Una paradoja ha envuelto el devenir del feminismo: sus ejes político-filosóficos: la emancipación de las mujeres, la fijación de la equidad como medida vital y la construcción de relaciones igualitarias entre mujeres y hombres deben ser construidos y realizados por las mujeres, marcadas por la exclusión, frente a los hombres y las instituciones. Los esfuerzos de las mujeres por lograr que prive una aproximación igualitaria entre nosotras y los hombres, son respondidos, en grados diversos, con negativa hostilidad y violencia por ellos, y con resistencias variadas por la sociedad y las instituciones.

La inmensa mayoría de los hombres continúan atrapados en una modernidad primaria que reservó la igualdad como un atributo de género masculino, y como un recurso de enorme cohesión patriarcal entre ellos, en defensa de la exclusión de las mujeres.

Aun los hombres que asumen la propuesta democrática de la modernidad y se esfuerzan por lograrla, no aceptan al feminismo en su aporte filosófico, no entienden a los movimientos feministas como afines y disputan a las mujeres concretas la predominancia y su lugar en la jerarquía, compiten con ventaja, restringen sus opciones, sus derechos y su desarrollo personal y genérico. Cada hombre se afana por reducir a la subordinación y por negar la libertad a cada mujer, realiza su masculinidad, su valor social, al desvalorizar a las mujeres, en particular a las próximas, no obstante que vaya por el mundo como ejemplar demócrata.

Las contemporáneas trabajan, estudian, conviven, se emparejan, aman, procrean y hacen criaturas, emprenden aventuras, se suman a acciones y organizaciones, luchan junto con y a favor de hombres que no las miran como iguales y que no actúan con principios de equidad en sus relaciones con ellas.

Las identidades masculinas son patriarcales y la afirmación de cada hombre depende de realizar el simbólico hombre: ocupar el centro del mundo, ser el centro de su propia vida y de la

vida de las mujeres, las parejas, las familias y las instituciones. Pero la centralidad masculina en el mundo se potencia porque está entreverada con la posición jerárquica, con la supremacía.

Las mujeres contemporáneas se caracterizan por los afanes cotidianos para afirmarse en su individualidad y ser valoradas, para realizar la igualdad cada vez que confirman su inexistencia, y concretar los mitos modernos que afirman, *a priori*, la igualdad de las mujeres y los hombres. Este esfuerzo vital choca con la convivencia con los hombres bajo las reglas de la real desigualdad. La inequidad prevalece y, por más esfuerzos, más trabajo y más aportes que realicen, las mujeres quedan por debajo de los hombres en la jerarquía, y subordinadas a ellos. Las contemporáneas híbridas encuentran siempre un techo cristal¹² que funciona sólo para las mujeres en su carrera ascendente. Y, las poquitas que logran escalar hasta la posición jerárquica más alta, tienen menos poderes que los hombres en esa posición, y deben enfrentar constantes maniobras para deslegitimarlas por ser mujeres. Su liderazgo está en duda y su representatividad también. Ante la ocupación de esas posiciones por mujeres, las personas extrañan a los hombres y les extraña la presencia de mujeres ahí. En esa situación las mujeres y su autoestima están doblemente expuestas a daños, a crítica social, a descalificación y desprestigio, a la distorsión de sus acciones, a la desconfianza y a mayor exigencia y menor tolerancia que los hombres. Y, aun cuando son valoradas, se reconoce que es notable lo que han hecho siendo mujeres. Aun en la valoración, se desvaloriza a las mujeres.

La contradicción se presenta por duplicado. Por un lado la primacía de los hombres y por otro la competencia desigual con ellos. La tensión es entre *Yo* y los hombres, entre *Yo* y *los otros*. Para las mujeres más sólidamente tradicionales se da con un *Yo* desdibujado y deslegitimado frente a *los otros* en el centro de la vida, de las prioridades, del deseo, del lenguaje y de las acciones vitales. En la confrontación, la opción de las mujeres es *los*

otros, lo que corresponden con la ética patriarcal. Cada paso a favor del *Yo* implica para las mujeres luchas internas y externas, desgarramientos, frustración y culpa. Desde luego que políticamente el orden promueve esa opción femenina por *los otros*, y se abastece de ella.

Nunca había sido tan intensa y generalizada la nueva conciencia moderna identitaria de ser mujer. Con un sentido político que ha desprendido el reconocimiento entre las mujeres no a partir de los estereotipos maternos y de cosificación sexual sino a partir de nuestra condición sexual y la redefinición consciente de nuestra condición de género.

Muchas de nosotras ya vivimos fragmentos de esa utopía, transformada parcialmente en *topía*. No sólo somos *sincréticas* por sintetizar de múltiples maneras *tradición y modernidad*: al enfrentar la conflictividad de la vida cotidiana, asumimos la crítica de la modernidad y la puesta en marcha de la razón, la libertad y la autonomía. Pero se trata de nociones redefinidas: nuestra razón, nuestra libertad, nuestra autonomía.

La existencia de las mujeres es territorio de la subversión consciente de lo que impide la consolidación de la *mismidad* –muchas veces sin un imaginario acabado, pero a través de la invención de formas de actuar, de resolver la vida y de ser. Todo esto impacta nuestras identidades y nuestras subjetividades y signa, como ningún otro proceso, nuestra *autoestima* con la referencia moderna que valora la condición humana de las mujeres y reconoce la individualidad de cada mujer.

¹ Celia Amorós considera que la condición de las mujeres está basada en hechos que asemejan a las mujeres; sin embargo, el orden patriarcal las trata como si fuesen idénticas. La violencia contra las mujeres y los pactos patriarcales. En Maqueira, V. y C. Sánchez: *Violencia y sociedad patriarcal*, 1990, 39-54. Madrid, Pablo Iglesias. Siguiendo su razonamiento, es posible observar que en este tratamiento se encuentra un recurso de desempoderamiento de las mujeres que legitima la subordinación y la discriminación, además de reforzar la ideología sobre la naturaleza femenina.

² *Identidad* significa el conjunto de características que definen al sujeto en su condición histórica. Es el resultado de la construcción simbólica. Tiene como referente lo simbólico y lo que se produce en la interacción con las personas que, a través de la pedagogía cotidiana, contribuyen al desarrollo de la identidad de cada quien. La identidad siempre se construye a partir de asignaciones, mandatos, ejemplos y compulsión social. Por eso la identidad tiene varias dimensiones: la identidad asignada, la identidad aprendida, la identidad internalizada que constituye la autoidentidad. La identidad siempre está en proceso constructivo, no es estática ni coherente, no corresponde mecánicamente con los estereotipos. Cada persona reacciona de manera creativa al resolver su vida, y al *resolver-se*, elabora los contenidos asignados a partir de su experiencia, sus anhelos y sus deseos sobre sí misma. Más allá de las ideologías naturalistas y fosilizadoras, los cambios de identidad son una constante a lo largo de la vida. Sus transformaciones cualitativas ocurren en procesos de crisis. Por ello la identidad se define por semejanza o diferencia en cuanto a los referentes simbólicos y ejemplares. Cada quien es semejante y diferente. Finalmente, cada quien crea su propia versión identitaria: es única o único.

³ *La Historia de la teoría feminista* (1995), producida por el Instituto de Investigaciones Feministas de la Universidad Complutense de Madrid, y, en particular, Celia Amorós, parte de la obra de Poulin de la Barre en el siglo XVII como indicador del inicio del feminismo. Sin embargo, otras autoras, como María Milagros Rivera (1994, 1995), consideran sus inicios mucho más temprano, en la Edad Media europea. Ahí están Hildegarda de Bingen, Christine de Pizan y Duoda, entre otras, quienes en sus escritos expresan su inseguridad por ser muje-

res o defienden a las mujeres. Para América y en concreto para la Nueva España, antes de las ilustradas, está Sor Juana Inés de la Cruz, la monja renacentista y barroca, cuya vida y obra son una vindicación de su ser mujer y una defensa lúcida sobre las capacidades de las mujeres. Véase, además, la *Historia de las mujeres* (1992), dirigida por Michelle Perrot y Georges Duby. Con todo, el uso político de la palabra feminista como signo de identidad se asocia a Hubertine Auclert, sufragista y feminista, autora de *Las mujeres árabes en Argelia* publicado en París en 1900, y además fue promotora de la resistencia civil al negarse a pagar impuestos mientras las mujeres no estuviesen representadas en el Parlamento: “En su sentido moderno la maternidad del término es de difícil atribución aunque Hubertine pretende ser su inventora”. Véase Montreynaud, 1999:208 y Duby y Perrot, 1993: vol. 4.

⁴ Castellanos, Rosario, 1976, *Poesía no eres tú*: 316, Fondo de Cultura Económica, México.

⁵ En antropología se entiende por aculturación “el proceso por el cual una cultura (receptora) incorpora elementos aislados o interrelacionados, propios originalmente de otra configuración cultural, con la que ha estado en contacto prolongado” ... “El resultado de la aculturación no es, casi nunca, un cambio completo de la pauta cultural anterior, por lo que se pueden dar todos los grados de *sincretismo*, elaboración y transformación de los elementos incorporados”. Juliano, Dolores, 1982, *Los 60 conceptos clave de la antropología cultural*: 101, Daimon, Barcelona. En los procesos referidos se producen pérdidas de la cultura propia, *deculturación* y asimilación de elementos de la cultura donante, *enculturación* (idem, 102).

⁶ “Cautiverio es la categoría antropológica que sintetiza el hecho sociocultural que define el *estado* de las mujeres en el mundo patriarcal; se concreta políticamente en la específica relación de las mujeres con el poder y se caracteriza por su privación de la libertad y su débil poderío. Las mujeres están cautivas porque han sido privadas de autonomía, de independencia para vivir, del gobierno sobre ellas mismas, de la posibilidad de elegir y de la capacidad de decidir. El cautiverio caracteriza a las mujeres en cuanto al poder que ejerce sobre ellas su dependencia vital, el gobierno de sus vidas por las instituciones y *los otros*, la obligación de cumplir con el deber ser femenino de su propio grupo, que las conduce a vidas estereotipadas, sin opciones. Todo lo anterior es vivido por las mujeres desde la posición de subordinación a que las somete el dominio de sus vidas, que en todos los aspectos y niveles, ejercen la sociedad y la cultura opresivas y patriarcales”. Lagarde, Marcela, 1997, *Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas*: 151, UNAM, México, 3a ed.

⁷ “La androginia como categoría teórica de género permite analizar tendencias que resultan de la complejidad de los órdenes sociales de género en relación con normas culturales estrictas. En las sociedades actuales se encuentran cada vez más mujeres y algunos hombres diferentes de sus estereotipos socioculturales y, como tales, cada vez menos excepcionales. La subjetividad andrógina resulta del pensamiento binario que reconoce características de género, independien-

temente del sexo. La androginia es ya una tendencia que abarca a muchas mujeres en el mundo. Sin embargo, sus existencias y sus maneras de ser aún no han sido elaboradas culturalmente como nuevas opciones de género". Lagarde, Marcela: *Androginia*, en prensa.

⁸ Lagarde, Marcela, 1997:795-797.

⁹ Véase Lagarde, Marcela: *Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia*, Madrid, horas y HORAS, 1997.

¹⁰ De acuerdo con Celia Amorós (1994) los pactos políticos son pactos de caballeros entre los hombres, y el pacto fundamental consiste en la exclusión de las mujeres de los *ubis* de poder. Amelia Valcárcel (1997) y Celia Amorós (1994) sostienen que de los tres principios de la Ilustración (justicia, igualdad y libertad), la igualdad es el que menos se ha desarrollado, en particular en lo que se refiere a la igualdad entre mujeres y hombres.

¹¹ La escisión vital fue llamada *esquizofrenia vital* por Agnes Heller (1980) y es en realidad el antecedente de esta categoría. Sin embargo, prefiero el de escisión; el término esquizofrenia remite a una visión psiquiátrica de una problemática de género que no es una enfermedad.

¹² Mabel Burín sostiene que las mujeres hallamos siempre un techo de cristal. Esta categoría permite analizar obstáculos a la carrera laboral de las mujeres y extenderla a otros ámbitos del desempeño social. Se conforma por: las responsabilidades domésticas, el nivel de exigencias, los estereotipos acerca de las mujeres y el poder, la percepción que tienen de sí mismas las mujeres, el principio del logro, los ideales juveniles. Buril, Mabel: *Género y psicoanálisis: subjetividades femeninas vulnerables*. En: Burín, M. y E. D. Bleichmar, 1997, *Género, psicoanálisis y subjetividad*: 61-99. Planeta, Buenos Aires.

UNA MIRADA FEMINISTA A LA AUTOESTIMA

¿Qué cambiar personal y colectivamente? ¿Cómo hacerlo? ¿Cómo redefinir la autoestima? ¿Qué es necesario desaprender y qué es preciso aprender?

Estas son algunas preguntas que orientan nuestra reflexión. Es posible mejorar el estado de la autoestima en sus dimensiones personal, íntima y política. Ello implica a todas las mujeres y requiere ser enfrentado tanto individual como social e institucionalmente.

Es posible hacer cambios personales, pero para desarticlar la construcción política de género contemporánea y los obstáculos al despliegue de la vida, así como para hacer extensivos los avances del desarrollo al conjunto de las mujeres y a su entorno, urgen cambios sociales y culturales complejos.

Como hemos visto, la autoestima es parte de la identidad personal y está profundamente marcada por la condición de género que determina en gran medida la vida individual y colectiva de las mujeres, tanto de manera positiva como de forma nociva. Repensar la autoestima desde el feminismo ha generado un campo teórico comprometido con los intereses de las mujeres.

Intervenir en la autoestima requiere abordar su *re-conocimiento* en dos sentidos: en primer término, para ubicarla en la dimensión de la autoidentidad. En segundo lugar, considerar

siempre que está determinada por las condiciones de vida. A nivel individual como primer paso simultáneo, es recurso primordial para la autoestima que cada mujer construya su autoconciencia acerca de su propia autoestima.

Pedagogía feminista

Para hacer conciencia de sí y crear sus propias claves de autoestima, cada mujer necesita revisar su autoidentidad desde una perspectiva de género feminista.

Es posible hacerlo recurriendo a diversas metodologías y disciplinas del conocimiento científico feminista: variadas formas de reflexión analítica y cognoscitiva a las terapias psicológicas, a los seminarios y los grupos analíticos, al estudio teórico de la condición genérica y de la situación de las mujeres, así como a la historia de las mujeres, a las biografías y testimonios de mujeres transgresoras y a la aproximación a la literatura y al arte de mujeres feministas; al conocimiento, a través de la prensa, la radio, la televisión y el cine, de la existencia de las mujeres y sus situaciones vitales, así como de los movimientos y acciones de las mujeres para intervenir a favor de su propio género en el mundo. Con todo lo que pueden aportar estas búsquedas, lo indispensable es vivir la experiencia personal de resignificación de la autoestima y la autoidentidad en procesos y espacios de conciencia feminista.

Los pequeños grupos

En la tradición feminista, compartir la experiencia y la conciencia ha sido fundamental para las mujeres. En pequeños grupos, las mujeres han reflexionado sobre sus vidas en un ambiente de confianza y de encuentro de género sin la interferencia política que significa la presencia de hombres. El pequeño grupo es un hallazgo que ha permitido a las mujeres mirarse y encontrarse sin mediaciones, oír su propia voz, pen-

sar por sí y para sí, dudar, aprender e identificarse genéricamente. Pequeños grupos han dado origen a rebeliones de mujeres a lo largo de la historia moderna y han potenciado la pasión libertaria de las mujeres. Esos pequeños grupos han dado origen a acciones socialmente abarcadoras, impulsadas por puñados de mujeres entrañablemente comprometidas que han potenciado su incidencia en la sociedad, la cultura y la política. Pero sobre todo en sus propias vidas y en su entorno más inmediato.

Grandes avances de las mujeres y del mundo contemporáneo serían impensables sin la confabulación íntima de las mujeres. Mientras más íntima y más crítica, más contundente ha sido la acción política feminista creativa¹.

Los talleres de educación popular

Otra fuente tradicional de los talleres son los grupos promovidos por la educación popular que ha sido fundamental desde la segunda mitad del siglo xx en América Latina. En ellos se han promovido procesos educativos de conciencia política entre personas y grupos comprometidos con diversas causas sociales y políticas. Su pedagogía es participativa y busca que tengan voz quienes no la han tenido, que todas y todos enuncien su visión del mundo. En la interacción se analizan las experiencias con un enfoque ideológico-político transformador, introducido por quienes conducen; quienes participan, al hacer conciencia, asumen la necesidad de organizarse e imaginan las maneras de avanzar. Procesos sociales y políticos de enorme importancia han emanado y se han articulado a través de la pedagogía política de los talleres de educación popular. Su influencia es muy importante, en particular en organizaciones y movimientos de mujeres.

Del pequeño grupo feminista y de los grupos de educación popular, de los círculos de análisis y estudio crítico y de otras metodologías organizacionales psicológicas y socioantropológicas

gicas, de grupos terapéuticos psicológicos y de los llamados grupos de autoayuda, ha surgido lo que hoy se conoce en los movimientos y organizaciones de mujeres y feministas o en ámbitos de su influencia: una particular metodología de *formación feminista* que tiene en los *talleres* un recurso distintivo.

Con ello ha surgido también un nuevo verbo que define una nueva acción, la de *tallerear*. Se *tallerea* para sensibilizar y capacitar en la perspectiva de género y en aspectos puntuales para impulsar acciones prácticas que forman parte de políticas civiles y públicas. Y, en este caso, se *tallerea* para estimular y contribuir a desarrollar la autoestima desde una perspectiva feminista con la ampliación de la conciencia política sobre la propia vida y, al mismo tiempo, la búsqueda de la realización personal en libertad.

Los talleres feministas

Los *talleres feministas* son espacios pedagógicos de conciencia y reunión entre mujeres, conducidos por una o varias mujeres con conocimientos y saberes sobre variados temas de interés desde la perspectiva feminista. Son experiencias que pueden durar desde unas horas hasta varios días, según los objetivos; lo óptimo es que sean seriados. Su meta es difundir la cultura feminista (la historia, la filosofía, la ética, el derecho, el arte y la política feministas), los avances de las mujeres y los obstáculos de género vigentes, y actualizarnos desde ese bagaje. Sus objetivos son lograr que cada mujer y cada grupo se apropie de esos conocimientos, pueda interpretar y elaborar argumentos desde esta visión del mundo, pueda hacerla suya y ubicarse en esta tradición histórica para tomar su vida en sus manos, utilizar sus recursos y mejorar la calidad de su cotidianidad.

Finalmente, el proceso pedagógico feminista conduce a que cada mujer y el grupo, de manera acompañada, puedan resignificar y ubicar su experiencia en un mundo cognoscible, redefi-

nido desde ese lugar, desde ese *ubis*. Lo más importante es contribuir a que cada mujer vaya elaborando sus propias opciones y alternativas de vida en correspondencia con sus claves vitales descifradas a partir de la filosofía feminista.

Mientras los fines del proceso pedagógico son sólo el desarrollo de la conciencia y la autoestima y no tiene fines terapéuticos ni de acción política pública, el taller se constituye en un espacio de identificación positiva entre las mujeres. El grupo da confianza a cada una para zambullirse en sí misma y aprender de quienes conducen el taller y tienen una sólida formación feminista; además, propicia el aprendizaje entre todas las participantes.

Mujeres aisladas o que viven en entornos masculinos o conflictivos entre mujeres, han aprendido a mirar a otras mujeres, a compartir con ellas e incluso a sentirse cómodas entre mujeres. No sólo porque entre mujeres es posible la experiencia especular, también porque en muchos casos es imposible. A través de esa experiencia se aprende a identificarse más allá de las diferencias y las disidencias, a transferir hallazgos y a compartir saberes.

En ese ambiente las mujeres se han atrevido a mirar sus miedos, a nombrar desde sí mismas sus conflictos, a valorar sus cualidades y sus logros. Por eso ha sido posible conocer lo oculto, lo silenciado y lo tabuado. Se ha roto la barrera de silencio impuesta a las mujeres, y en una atmósfera de confianza hemos hablado de nuestros dramas de vida y nuestros hallazgos, y hemos delineado anhelos. Hemos hecho catarsis y hemos comprendido, analítica y afectivamente, que la *fuerza de las cosas* es domesticable, que *naturaleza no es destino*, que eso no sólo me pasa a mí o que eso a mí no me pasa, y que es posible crear caminos individuales y colectivos para avanzar². Ahí, en la confrontación con la vida, hemos aprendido feminismo y hemos bebido de dos de sus fuentes: la experiencia práctica feminista inventada por *las mujeres de a pie* al vivir, y del feminismo ilus-

trado. Del conocimiento adquirido así, hemos reconocido y aprendido nuevos valores, teorías, historia política, experiencias de movilizaciones y movimientos de mujeres de diversas partes del mundo. Y todo este aprendizaje nos ha llevado a legitimar nuestra inconformidad y afirmar nuestras transgresiones.

Es importante tener bien presente que los esfuerzos a favor de la autoestima son procesos que requieren continuidad. No se agotan en un taller. Es preciso develar y ahondar en cada sesión de encuentro, irse a vivir y, un tiempo después, hacer otra reunión, profundizar, irse a vivir. Así, entre vivir y tejer, entre decir y vivir, se elaboran los procesos de autoestima³.

Metodología feminista: inventario de la autoestima

Un aporte de los pequeños grupos a los talleres es, sin duda, la metodología que introduce conocimientos teóricos y filosóficos feministas como marco e insumo de las interpretaciones de lo que se expone y analiza.

Como no son espacios de discusión ideológica, en los talleres no se trata de discutir entre nosotras sobre nuestras ideas. Se trabaja sobre la experiencia traída por cada mujer a partir de indicaciones *precisas* formuladas a partir de la filosofía y los ejes teóricos feministas.

De esta manera planteo de entrada la problemática, los marcos de referencia y los objetivos desde una clara visión feminista.

Así se va articulando una indagación con cada ejercicio que engarzo con otros para que cada mujer y el grupo elaboren interpretaciones y puedan profundizar progresivamente.

Es preciso que los temas delicados sean tratados con conocimientos sólidos una vez elaborada la propia circunstancia, con sumo cuidado y en su momento.

El objetivo es, en este sentido, contribuir a que cada mujer vea, ilumine desde la visión del mundo feminista lo oculto y lo

negado; que haga visible lo invisible y nombre lo innombrable. Y en ese camino descubra cosas; al hacerlo quedarán evidenciados sus valores e interpretaciones patriarcales (obviamente autodestructivos), y puede dar el siguiente paso.

Tras dejar de creer en lo que ha creído, tras cuestionar sus propios valores, podrá colocar en el vacío producido por esa experiencia subjetiva por lo menos una duda o, en el mejor de los casos, una interpretación alternativa fundamentada con argumentos y conocimientos precisos.

A esta experiencia le decimos en la *tallereada* “que te caiga el veinte” o “me cayó el veinte”: entre el susto de lo descubierto y la adquisición de un valor y una explicación alternativa, se produce un goce afirmativo.

Buscamos que cada mujer deje de ignorar, de no comprender y de sufrir, que pueda descargarse afectiva y emocionalmente, y encuentre por la vía intelectual y del entendimiento un camino posible, que escuche su necesidad de salir de lo que la agobia, o que reafirme el camino positivo que ha emprendido.

Aspiramos a que, al salir del taller, cada mujer tenga recursos nuevos para enfrentar de otras maneras su experiencia y buscar nuevas fuentes de conocimiento y comprensión, y nuevos recursos para la vida.

Si esto se logra, la pedagogía feminista habrá sido enriquecedora.

Dinámica y recursos

En el grupo, cada una tiene un espacio y un tiempo, está ahí para pensar, evocar, sentir, hablar y callar si así lo desea. Cada una cuenta con escucha respetuosa y, a la vez, es atenta y respetuosa escucha de las demás.

Por eso, en los grupos se trata de hacer actividades individuales y colectivas y, en un vaivén, ir de lo personal a lo colectivo, de lo singular a lo semejante y a lo diferente, para recono-

cer lo propio y saber qué de lo propio es genérico y qué no lo es y por qué.

Usamos recursos de acuerdo con las condiciones de las mujeres que participan: la comunicación oral, el dibujo, la hechura de objetos y representaciones, la puesta en escena de experiencias, la danza, el canto, la música. Podemos ver películas, escuchar discos, leer textos. Si se trata de mujeres analfabetas o con bajo nivel educativo, si son hablantes de una lengua distinta o tienen dificultades especiales corporales o mentales no usamos la escritura y adaptamos el lenguaje y las explicaciones a las posibilidades concretas de comprensión y comunicación.

Recursos de inventario

En los talleres usamos diversos recursos para facilitar la experiencia.

 *Cada mujer debe llevar consigo los siguientes recursos indispensables:*

 *Un bello cuaderno para tomar notas*

 *lápices o plumones de colores*

 *Fotografías, sola o acompañada: 3 o 4 por cada 4 o 5 años de vida (o las que considere significativas)*

 *Un objeto que simbolice el estado de su autoestima*

 *Un objeto que simbolice su autoidentidad*

 *Una obra de su creación*

 *Algunos poemas, textos o canciones que expresen algo de su autoestima*

 *Fotografías actuales en su casa, su habitación, su barrio o su comunidad, su trabajo o su escuela, su organización, su iglesia. Se trata de una o dos fotos en cada lugar en que se vea a la mujer haciendo lo que habitualmente hace en cada espacio de su cotidianidad.*

Puede estar sola o acompañada. Si no las tiene cuando se convoca el taller, aún es tiempo de tomar las fotos y tenerlas listas.

✓ *Cada participante deberá llevar ropa cómoda y estar dispuesta a “entrarle”.*

Las fotografías

Las fotografías son testimonios materiales del pasado. Permiten ir a momentos olvidados y basta una imagen para abrirnos a lo contextual, a lo que sucedía alrededor de lo que está ahí en la imagen, y a lo que no está; incluso a mirar en la mente personas que no aparecen en las fotografías. Uso las fotos como testimonio y como abridoras de la memoria, pero también como etnografía: a través de las fotografías es posible reconocer épocas, estilos y modos de vivir, y también trayectorias personales. Las fotografías son un apoyo magnífico para analizar la genealogía, la historia de vida, la autoidentidad y la autoestima. ¿Por qué determinadas personas aparecen ahí, qué hacen, qué se retrata y qué no se retrata? ¿Por qué hay quienes no tienen consigo sus fotos personales? Todo tiene significado.

Mirarlas en el taller produce un impacto especial: hacerlo conmueve la autoestima y puede estimular acciones positivas hacia una misma.

Como las fotografías son parte de la persona, con ellas podemos reconstituir más dimensiones de las presenciales y de las evocadas de otras formas. Si no hay fotos de algo, o las tiene otra persona, se perdieron o no han tenido mayor importancia, es el momento de reflexionar por qué ha sido así. Y si, en efecto, las fotos integran una dimensión de la persona, es posible que otras dimensiones estén extraviadas, empeñadas en la vida de otra persona, abandonadas.

Podemos ver lo que no ve la poseedora de las fotos y asociarlo con lo que dice. Como lo central en las fotos son los espacios, los objetos, los vacíos y los cuerpos, son formidables para mirar esas dimensiones de cada una en su *cuerpo vivido*,

en procesos, en ámbitos y actividades diferentes, y advertir la relación entre su indumentaria y el estilo decorativo de sus espacios. Vemos también el tipo de vida y adivinamos una gama de hechos: desde el nivel económico y las condiciones de vida hasta el lugar que ocupa en su trabajo, en su familia, en su comunidad.

Por todo lo dicho, las fotos son recursos de análisis biográfico: ahí está cada una como era antes, de niña, y ya mayor; ahí está en sus eventos más importantes; su vida, como sus fotos, se va poblando de seres que eran desconocidos e inexistentes. Las fotos evidencian las crisis vitales en las marcas que dejan en los cuerpos, la huella del tiempo, los intentos por negarla, la búsqueda estética y de estima. Cada una puede mirar-se y mirar los tropiezos y las bonanzas de su autoestima. Al mirar-se en el taller y mirar sus fotos con las demás participantes, puede descubrir algunas cosas ocultas sobre sí misma, puede recuperar maneras y estilos del pasado, o decidir que no quiere ser más de tal o cual manera.

Las fotos despiertan pasiones, actualizan celos y amores. Miradas con filtros feministas permiten desarrollar una ojeada amorosa a una misma, dejar de rechazar o desvalorizar, y situar positivamente a cada una en su historia, en su modo de vivir, en su cuerpo y en su propia vida. Si no es posible lograrlo, algo habrá que cambiar.

La escritura

Procuro que en los talleres las mujeres escriban, para fomentar la escritura entre las mujeres y para hacer evidente el analfabetismo funcional de la mayoría.

Valoro la escritura porque en la historia moderna hemos tenido noticia de las mujeres a través de sus escritos, de algunas partituras de sus composiciones musicales y de sus pinturas. De otras mujeres anteriores y contemporáneas sabemos por su costura, sus bordados y sus telas, por la cerámica y la cestería. Mu-

chas obras de las mujeres son efímeras y desaparecen con sus mensajes cifrados, su utilidad, su belleza y su sensualidad⁴. No podemos recuperarlas. Las mujeres de los primeros siglos de la modernidad reflexionaron sobre sí mismas en cartas y en diarios, guardaron pensamientos e iniciaron algo inédito: crear testimonios de todo ello.

Ha sido desde el siglo xx cuando las mujeres han aprendido masivamente a leer y a escribir; a la par, se han ampliado los medios para quienes acceden al vídeo, al cine, a la prensa, a la radio, a la televisión y a internet. A pesar de eso, hasta entre las universitarias hay una carencia: pocas usamos la escritura con fines personales. Muchas mujeres no escriben debido a la dictadura de la ortografía y la sintaxis; otras creen que sólo escriben las escritoras, algunas más se sienten incómodas si les sale mal un texto cualquiera. Por eso, en el espacio pedagógico del taller, la escritura, y en particular atreverse a escribir, permite enfrentar de manera directa problemas de autoestima: inseguridad, timidez, temor al ridículo y a la insuficiencia.

Al estimular la escritura sin importar cómo la haga cada quien, y al hacer ver que es posible aprender y hacerlo cada vez mejor, se vencen miedos y se desarrollan no sólo la habilidad de escribir, sino también el atrevimiento y la confianza. Todo esto configura una transformación positiva de autoestima.

En el taller resalto el uso de la escritura como recurso de autoanálisis, de reflexión personal profunda y de creación de alternativas para la vida propia. Al escribir, poco a poco nos vamos ejercitando para perfeccionar ese recurso único.

Escribir ayuda a elaborar lo que sólo estaba pensado de manera intrapsíquica. Al ordenar preguntas, dudas e interpretaciones feministas, nos asomamos a la experiencia vivida, a los deseos y a las fantasías que hemos analizado con otros parámetros. Al escribir sobre la propia vida desde la perspectiva feminista, es posible encontrar explicaciones, hacer comprensibles las cosas, aprender a traer todo lo relativo a un asunto, priorizar y organi-

zar. Escribir ayuda, pues, a desarrollar el pensamiento complejo y a incorporar lo contradictorio y lo inverosímil. Por eso, escribir permite ir deconstruyendo el pensamiento dual y excluyente.

Escribir en el taller ayuda a la concentración personal, al monólogo interior y, por ende, a la individualización en el acto de reflexionar.

Esta experiencia es desconocida por muchas mujeres que acostumbran pensar y analizar las cosas al dialogar y, sobre todo, al consultar a *los otros* o reivindicar sus ideas frente a ellos; otras más que desconocen esta experiencia prescinden de la autorreflexión y hablan para desahogarse y no entender nada. Por eso, la práctica de la escritura es nodal en estos talleres para la transformación práctica de la subjetividad ilimitada, presente en muchas mujeres. Esa subjetividad, siempre abierta a *los otros*, impide la interiorización y la elaboración productiva de juicios propios, dudas o nuevos saberes derivados de la experiencia. Al escribir, se interrumpe el diálogo y se instala el silencio, puerta de la conciencia y de la experiencia solitaria, que posibilita la soledad, aun en compañía, y nos prepara para estar solas en nuestras paredes y en nuestros propios límites. Esta experiencia de soledad es imprescindible para desarrollar la independencia y la autonomía, pilares ambas para la consolidación de la autoestima.

La escritura permite evocar sensorial, emocional, sensual y afectivamente las cosas y posibilita ir integrando nuevas ideas e interpretaciones intelectuales con nuevas experiencias afectivas acerca de lo relatado. Escribir es un acto de memoria, de indagación casi arqueológica, y de invención y ocurrencia instantánea. Convoca la nostalgia y también el placer del pasado, o de lo que imaginamos en el horizonte. Ayuda a encontrar lo sublime, lo gracioso y divertido, lo ridículo, lo extraordinario y lo inadvertido. De manera tangible, permite exteriorizar, sacar del interior, la experiencia vivida, desdramatizarla y ponderarla, al colocarla fuera de una misma, en el papel. Después

de hacerlo, lo que queda dentro ya no es lo mismo. Hemos cambiado.

La escritura puede producir igualmente experiencias de belleza cuando encontramos ritmos, palabras, maneras de decir, cuando hilvanamos un estilo. La escritura es un acto estético cuando ilumina con ese goce la vida y deja percibir sus tonalidades y texturas.

Por eso escribir es mucho más que una descarga y un desahogo, cosas que también es. Conduce a la conmoción por lo vivido, y eso buscamos: que cada mujer se conmueva por ella misma y convoque el amor por sí misma. Y que esa conmoción se vaya convirtiendo en una manera de mirarse, de sentirse y de vivirse más allá del taller. Escribir en esta tesitura repara y sana al movilizar el *eros*.

La escritura propicia reacciones y estimula a hacer cosas por una misma y por el mundo propio. Escribir conmueve la autoestima y la fortalece; escribir es en sí misma una experiencia erótica y erotizante.

Lo escrito en el taller es la obra material y subjetiva que cada mujer produce y, a la vez, es un prontuario de su recorrido. Es un hilo de Ariadna que posibilita el encuentro de ese recorrido y abre la oportunidad para atreverse a hacer otros recorridos. Es un espejo de agua para mirarse y un testimonio de la experiencia entrañable que ha vivido.

Las condiciones

Se requiere un local amplio donde puedan estar todas las participantes en el taller, y lugares para que cada grupo trabaje por separado. Se necesitan: pizarrón, papelógrafo, tocadiscos, tele y videograbadora, mesas y todos los instrumentos para que las participantes puedan escribir.

De acuerdo con el tiempo se usan los recursos de manera optativa. Es posible, por ejemplo, que en vez de hacer una exposición verbal en la asamblea, algún grupo prefiera hacer una

representación, un sociodrama, leer un texto o cantar una canción que resuma lo que ha elaborado.

Es fundamental que las mujeres estén solas en los talleres. Que no vayan con criaturas y que puedan experimentar por unas horas la independencia, descansar de cuidar y concentrarse en ellas mismas. Lo es también por respeto a las demás y al grupo. Es una necesidad que en estos procesos de conciencia las mujeres no tengan interferencias infantiles. Es a la vez un recurso y un requisito pedagógico introducir la idea del derecho de las mujeres a estudiar, a participar, a hacer actividades, a divertirse o a descansar solas.

Es posible hacer el encuentro con mujeres de diversas edades, condiciones sociales, educativas, de desarrollo. Es preferible que no estén emparentadas y que no tengan en la vida cotidiana relaciones directas de jerarquía, militancia o amistad. Pero si hay mujeres relacionadas de alguna de estas maneras, es recomendable que participen en diferentes grupos dentro del taller y que, alertadas, sepan qué compartir y qué no. Las amigas de “hacer pipí” insisten muchas veces en quedarse juntas. Al indicarles las ventajas del anonimato entre las participantes, se inicia un proceso re-educativo: es preciso cuidar nuestra intimidad y saber que todo lo nuestro es capital político en cualquier relación.

Un taller es una excelente ocasión para conocer a mujeres desconocidas y aprender de otras a las que tal vez no elegiríamos fuera de ese sitio. Así, avanzamos en la eliminación de estereotipos y barreras. Y, finalmente, es la oportunidad de ampliar amistades o apoyos fuera del taller. Es más, mujeres que forman parte de organizaciones civiles, políticas o institucionales, y hacen la experiencia de *talleres de conciencia feminista*, se han descubierto, reconocido y han potenciado su acción al generarse entre ellas una nueva voluntad grupal.

Una invaluable dimensión práctica de los talleres ha sido la creación de grupos de acción por los derechos y el bienestar de las mujeres, organizaciones civiles con intereses educativos,

de salud, de desarrollo, empresas y redes de intervención política feminista de las mujeres en la sociedad.

El pacto

- ♀ **M.L.*** Al iniciar cada taller explico: Que cada ejercicio es voluntario y quienes no quieran pueden no hacerlo, que estamos ahí para compartir lo que cada una decida. Que en los grupos no se trata de discutir ideologías (la metodología está diseñada para lograr esto), ni de enjuiciar o corregir a ninguna, ni indicarle cómo deben ser las cosas.
- ♀ No se trata de prejuizar sino de escuchar y aprender de cada una con respeto.
- ♀ Como parte de la presentación se propone un pacto de discreción absoluta entre las concurrentes para crear confianza y hacer un compromiso real de que lo escuchado, visto o compartido en el taller no será contado a nadie. Sólo nos interesa a las participantes.
- ♀ En los talleres que duran más de un día y en que las mujeres van a dormir a sus casas y regresan, advierto, además, que descansen porque han movilizadо muchas energías, recuerdos, pensamientos, y seguramente a más de tener todo eso “a flor de piel”, están cansadas; por ello necesitan privacidad y no comentar con nadie ni tratar de convencer a nadie de que “te cayó algún veinte”.
- ♀ Se recomienda no analizar, discutir ni pelearse. Es mejor guardar toda el ansia para verterla en el taller y potenciar el proceso propio.

Este conjunto de indicaciones es, de hecho, una puesta en práctica de la ética feminista que tratamos en el taller de transmitir “en acto” y de convertir en una forma de trato entre nosotras. Por lo que se refiere a la necesidad de privacidad individual, es también un entrenamiento para que quienes no saben conte-

*M.L.: Marcela Lagarde.

ner sus reflexiones y sus afectos o no saben estar solas se den cuenta de la necesidad de hacer ambas cosas. Guardar silencio cuando se está en un proceso de conciencia, reflexión y análisis es indispensable para asentar la propia afectividad y el entendimiento. Si hablamos, rompemos el proceso. El mensaje es el siguiente:

✓ **Clave: Sin soledad no hay desarrollo de la autoestima. La soledad es un estado imprescindible de conexión interior, de autoconocimiento mediante la evocación, el recuerdo, la reflexión, el análisis y la comprensión, y es, desde luego, un estado imprescindible para descansar de la tensión que produce la presencia de *los otros*. La soledad es un estado necesario para experimentar la autonomía.**

Se inicia el taller con una explicación de su contenido y sus objetivos y, a grandes rasgos, de la metodología y la organización. Lo importante es transmitir la idea de que el taller tiene un enfoque feminista. Al transcurrir el taller voy dando claves concretas de autoestima, e insisto en que el sentido depende de cada una, de lo que traiga y comparta.

Es fundamental que cada quien anote a lo largo del taller sus *claves personales*, lo que descubre, lo que sabía sin darle importancia o ha interpretado de otra manera y lo que confirma. El éxito del taller depende de lo que cada una descubra, describa, visible, analice y elabore. Su producto será precisamente ese racimo de *claves personales*.

NOTAS

¹ En su relato sobre el feminismo que llama *sesentaiochista* o de la tercera ola, Amelia Valcárcel trae a colación a los *pequeños grupos* y nos permite adentrarnos en ellos: "...grupos de mujeres que por todas partes habían ido surgiendo al amparo del ya citado 'lo personal es político'. Literalmente aquellos primitivos grupos ponían en común experiencias personales para someterlas a contrastación y debate. Dificultosa y aun dolorosamente, sus integrantes iban rehaciendo con los hilos de sus vidas particulares toda la trama de la opresión común..." Y más adelante: "Los grupos se formaban por afinidad a la par militante y amistosa precisamente por esa amistad ética y políticamente dirigida para la que el término griego *filia* resulta adecuado. Este modo de fraguarse era muy adecuado dado el género de discurso y experiencias que había que abordar en la primera fase: elevar la anécdota a categoría implicaba a veces revelar cosas personales e incluso íntimas, lo que se facilitaba con la *filia* por apoyo. Sin embargo, tanto el diagnóstico como la concepción de objetivos eran políticos. De modo que se pretendía incidir en lo público desde un espacio que se constituía como semiprivado. Pero es que el feminismo buscaba también la transformación profunda de cada militante en una mujer distinta, liberada". Véase: "Filosofía de la historia e historia del feminismo". En: Valcárcel, A., Renau, M.D., Romero, R. (eds.), 2000, *Los desafíos del feminismo ante el siglo xx*: 043-045, Hypatia, Instituto Andaluz de la Mujer, Sevilla.

² La fuerza de las cosas, naturaleza no es destino y la conciencia de que nos suceden cosas semejantes a lo que sucede a otras mujeres remite a la conciencia de Simone de Beauvoir tanto en su texto autobiográfico *La fuerza de las cosas* (1964, Sudamericana, 1979, Buenos Aires), en el que Simone de Beauvoir relata la emergencia de su conciencia de género, como en *El segundo sexo* (1949, *Obras Completas* III, Aguilar, 1986, Madrid), obra paradigmática para el feminismo y la cultura del siglo xx.

³ Precisamente, *Entre decir y vivir* es el título del libro que recoge de la memoria de una serie de talleres de conciencia feminista que desarrollé en 1997 en diferentes departamentos de Bolivia, con un centenar de mujeres. Los talleres fueron convocados por Ximena Machicao del Centro de Investigación y Desarrollo de las Mujeres, CIDEM. Sandra Aliaga recogió lo sucedido en esa experiencia, hizo entrevistas

tas con las participantes, dialogó conmigo y, finalmente, le dio forma de libro a esa *tallereada*. Véase: Lagarde, M. y S. Aliaga 1997, *Entre decir y vivir*. CIDEM, Bolivia.

⁴ Alice Walker relata que en la pobreza y los estragos del racismo de su infancia de niña negra, su madre tapizaba las paredes de tablas de su mísera casa con cartones, para que no entrara el frío. Evoca con nostalgia la belleza del tapiz logrado por su madre con los cartones cortados y acomodados de tal manera que no sólo protegían, sino que fueron la primera obra estética que Alice recuerda y cuya evocación le produce un enorme goce estético, un deleite amoroso y una conmoción por su madre. Véase: Walker, Alice, 1984, *In search of our mothers' gardens*. Harcourt Brace & Company. New York.

IDENTIDAD GENÉRICA, AUTOIDENTIDAD Y AUTOESTIMA

Taller: Autoidentidad y autoestima: ¿Cómo estoy?

Autoidentidad: estado actual de la autoestima

- ♀ M.L. Convoco a hacer una mínima presentación entre las participantes. Cada una dice su nombre y, en dos palabras clave, el estado de su autoestima.
- ♀ M.L. Enuncio una serie de *puntos clave* para enmarcar el *estado de la autoestima*. Este punteo permite integrar al grupo y dar, a manera de indicadores, los condicionantes de la autoestima. Las participantes pueden compartir en grupos reducidos o permanecer en un grupo grande; cada una debe tomar nota por escrito de los puntos indicados y reconocer mentalmente si su respuesta es afirmativa o negativa. En esta opción, las preguntas que a continuación enlisto las hago “de viva voz”, y las participantes contestan “a manita levantada” y van anotando en su cuaderno cada punto para tener registro de un primer inventario de las condicionantes de la autoestima. Cada rubro es más que un dato. El género, la edad, la condición sexual y todos los que a continuación presento, implican condiciones particulares de vida, identidades asignadas y dimensiones de la autoidentidad, un modo de vida correspondiente a cada condición. Todo ello acota y marca la autoestima, por eso es posible identificar problemas, valores, poderes y representaciones sim-

bólicas comunes. Y, como al vivir cada una sintetiza de manera única sus diversas condiciones en cuadros circunstanciales específicos, resuelve su autoestima de manera única también. Las capacidades creadoras, las habilidades y las capacidades para vivir definen la experiencia y se transforman con ella.

- ♀ Pregunto si son mujeres. Aunque parezca una obviedad, lo hago para recalcar que es imprescindible reconocer nuestro género, pues hacerlo nos coloca ante una condición humana abarcadora de la totalidad de la experiencia.
- ♀ Pregunto por la edad y lo hago identificando grupos de edad: las que están entre los 20 y los 25 años, las que tienen entre 25 y 30, y así sucesivamente, hasta agotar las edades de las mujeres presentes.
- ♀ Pregunto por el estado conyugal empezando por las solteras; luego por el número de noviazgos, matrimonios, divorcios y arrejuntos. Pregunto quiénes son viudas.
- ♀ Pregunto (sin esperar respuesta) por el estado sexual: quiénes son heterosexuales, quiénes son homosexuales, quiénes son lesbianas, quienes son bisexuales, transexuales, transgénericas.
- ♀ Pregunto por el estado sexual ligado a la maternidad: número de hijas e hijos, quiénes han decidido no tener más crías, quiénes han decidido no tener hijos, quiénes no pueden tenerlos, quiénes han adoptado criaturas.
- ♀ Pregunto si viven la madre y el padre de cada una.
- ♀ Pregunto quiénes son, en sus familias de origen, las hijas mayores, las menores y las de en medio. Cuántas hermanas y cuántos hermanos tiene cada una y, finalmente, quiénes son hijas únicas. Quiénes son nueras, quiénes son suegras, quiénes son tíisimas.
- ♀ Pregunto si viven con la familia de origen o con la familia que han fundado; quién vive sola, con amigas o en alguna forma de comunidad.

- ♀ Pregunto quiénes pertenecen a alguna generación educativa, política o de cualquier tipo, marcada por una significación especial.
- ♀ Pregunto si entre las presentes hay analfabetas, mujeres que tengan dificultad para escribir, problemas visuales o auditivos, o algún otro para seguir el curso del taller. Quiénes son monolingües, quiénes bilingües o políglotas (en qué lenguas). Quiénes son biculturales.
- ♀ Quiénes tienen formación universitaria (pregunto por carreras), qué formación técnica o preuniversitaria. Quiénes tienen educación media y básica. Quiénes tienen otros estudios. Quiénes se capacitan, quiénes dan talleres. Quiénes manejan computadoras, quiénes son internautas.
- ♀ Quiénes son artistas (pintoras, bailarinas, ceramistas, alfareras, bordadoras, tejedoras, cocineras, fotógrafas, escritoras).
- ♀ Quiénes pintan, bailan, hacen poemas, tejen, cocinan, decoran. Quiénes escriben su diario o reflexiones.
- ♀ Quiénes son deportistas (enuncio deportes). Quiénes practican algún deporte (cuál). Quiénes hacen excursiones.
- ♀ Quiénes son migrantes, quiénes son extranjeras, quiénes son indígenas, si hay asiladas, refugiadas, retornadas, ilegales.
- ♀ Quiénes son campesinas, quiénes empleadas, artesanas, obreras, maquiladoras, trabajadoras domésticas, jornaleras, empresarias, estudiantas, pescadoras, políticas, monjas, misioneras, obispas.
- ♀ Cuáles son sus profesiones o sus oficios (los enumero).
- ♀ Quiénes trabajan fuera de su casa. Quiénes tienen un empleo, un buen empleo. Quiénes están bien pagadas. Pregunto quiénes están desempleadas y aprovecho para indicar la necesidad de hacer ahí mismo una bolsa de trabajo, y aprender a hacerlo en cualquier reunión entre mujeres.
- ♀ Quiénes trabajan en sus casas (trabajo doméstico). Si tienen ayuda. Si comparten el trabajo, las actividades y las

- responsabilidades domésticas con los hombres o con familiares.
- ♀ Quiénes tienen tarjeta de identidad. Quiénes tienen cuenta de cheques, tarjeta de crédito, seguro de desempleo, seguro médico, seguro de vida, testamento.
 - ♀ Quiénes tienen problemas de salud. Quiénes están enfermas y si es curable su enfermedad. Quiénes atienden su salud. Quiénes tienen achaques (los nombres). Quiénes están cansadas. Quiénes trabajan en exceso. Quiénes no hacen nada. Quiénes descansan y quiénes toman vacaciones. Quiénes son turistas y quiénes son viajeras (dentro, fuera, en el extranjero).
 - ♀ Quiénes nutren sus necesidades intelectuales (leen, estudian, asisten a museos, conferencias). Quiénes oyen radio y ven tele. Quiénes van al cine, al teatro, a las ferias y a las procesiones. Quiénes atienden sus necesidades espirituales (grupos de oración, acciones concretas, meditación y otras prácticas metafísicas y religiosas).
 - ♀ Quiénes tienen acceso al crédito. Quiénes tienen ahorros. Quiénes tienen deudas. Quiénes son pobres. Quiénes tienen propiedades (casa, coche, terreno, molino, negocio, sus joyitas, su ropa, sus libros y enseres, otras). Quiénes han heredado bienes de su familia. Quiénes han recibido bienes de su cónyuge. Quiénes los han perdido.
 - ♀ Quiénes son exitosas.
 - ♀ Quiénes tienen en este momento algún problema fuerte. Quiénes están en crisis. Quiénes se sienten bien.
 - ♀ Pregunto si hay rebeldes, disidentes, sumisas, bien portadas. Quiénes son fuertes. Quiénes son tímidas. Y si se reconocen pioneras en algo.
 - ♀ Quiénes forman parte de grupos u organizaciones religiosas, civiles. Quiénes son militantes de alguna causa (las digo). Quiénes han ocupado cargos públicos, liderazgos o dirigencias. Quiénes son parte del movimiento de mujeres. Quiénes son feministas.

♀ Sintetizo y reitero que en esas respuestas están las condiciones de vida que definen el estado de la autoestima de cada una y las similitudes y diferencias entre todas.

✓ **Clave:** La autoestima no es voluntaria, espontánea o natural. No proviene de una fuente ajena, sino de las condiciones de vida y de lo que cada una ha experimentado al vivir su vida.

Signos de autoestima

♀ M.L. Solicito que cada una escriba breve pero generosamente *signos de su autoestima*:

* *Cada una* escribe:

¿Qué contribuye a *elevar su autoestima* y qué a *bajar su autoestima*?

¿Qué cosas *valoran los otros de su persona* y qué cosas le señalan como *defectos*?

¿Qué cosas *valora de su persona* y qué cosas le parecen *defectos*?

* *Cada una* hace un esquema con varios colores: se coloca a sí misma: *Yo*, en el centro y con *palabras clave*: escribe cualidades de orgullo y desestima propios, *cualidades que reconocen los otros y defectos que señalan*, con el objeto de compararlos entre ellas. Se puede trazar líneas de coincidencia o de disidencia entre lo propio y lo de *los otros*, y resaltar gráficamente dónde hay conflicto.

♀ M.L. Pregunto y solicito que respondan por escrito a las siguientes interrogantes sobre las *expectativas vitales*:

¿Cuáles eran la expectativas originarias de *los otros importantes* sobre ti?

¿Cuáles son las expectativas actuales de *los otros importantes* sobre ti?

¿Cuáles son *tus* expectativas actuales sobre ti?

* *Cada una* escribe sobre las *expectativas vitales* tratando de responder en las dos primeras preguntas: ¿Cumplí y cumpro

los mandatos explícitos e implícitos, dichos y no dichos? Y qué me produce.

* **Grupos:** Cada una lee *todo* lo que escribió y las demás escuchan y toman notas. Al terminar comentan y analizan cosas que les hayan parecido interesantes, hacen correlaciones entre ellas e identifican semejanzas y diferencias.

* **Todas:** Nos reunimos todas y cada grupo expone verbalmente o a través de papelógrafo o cualquier otro recurso.

Pregunto en general a todas por los temas que analizaron y van respondiendo indistintamente. Tras la respuesta inicial sólo se agregan las que añadan algo más. Se analizan los resultados de lo presentado por los grupos.

Señalo coincidencias de género, de edad o de otras condiciones. Se hacen evidentes orgullos corporales y de manera de ser, y el aprecio de *los otros* a cualidades tradicionales y modernas de género en torno al cuerpo, la sexualidad, la estética y la moral en el centro de la estima y de la autoestima, pero también sobre el desarrollo personal, la dedicación en la vida, el oficio o la profesión y el futuro imaginado. Se ven las correspondencias y las no correspondencias.

En cuanto a las expectativas, señalo que las primeras expectativas son claves de identidad asignada y que la primera conciencia nos es dada por los deseos y las expectativas de *los otros*: madre, padre, hermanos, otros parientes y otras parientas, maestras y maestros, amigas y amigos y cualquier persona importante.

Los otros, ellas y ellos transmiten identidades estereotipadas e institucionales, y además expresan sus propias necesidades que tratan de plasmar en cada una. Por el poder de estas personas y por la desigualdad en la relación, sus deseos y acciones funcionan como **mandatos**. Así, sus expectativas son más que deseos, son órdenes poderosas (por la dependencia vital, el amor y el poder), y moldean la base fundante de la *autoidentidad* y la *subjetividad* de cada una. Aunque es preciso mirar que

a partir de las primeras experiencias hay una interacción activa, y que cada una responde con creatividad a los mandatos, los interpreta, y a partir de esa interpretación, obedece, se rebela, se mantiene impávida y va creando una propia interpretación y una visión del mundo y de la vida, así como una afectividad personal. Los deseos propios emergen e interactúan de manera permanente. Como son varias las fuentes de identidad a lo largo de la vida, son múltiples las experiencias vividas; este proceso es constante e implica una permanente fluctuación. Al vivir, cada quien dedica gran cantidad de esfuerzos vitales a elaborar subjetivamente su autoidentidad y a lograrla en la experiencia, siempre en relación con *los otros*.

✓ **Clave:** La dimensión tradicional de la autoestima de las mujeres es dependiente o subsidiaria de la estima de *los otros*. En la infancia es más generalizado el hecho de que las expectativas de *los otros* funcionen como mandatos, tanto por la diferencia de edad, como por el autoritarismo prevalentes. Pero es un signo de mayor opresión cuando en la juventud, la adultez o la vejez, las expectativas de *los otros* son también mandatos. Los hay que atraviesen la vida y son reiterados por personas diferentes en relaciones distintas. Es evidente que la dimensión tradicional de la autoestima es una construcción identitaria patriarcal que coloca a las mujeres en dependencia vital bajo control y, muchas veces, también bajo sometimiento. La identidad de las mujeres como *seres-para-otros* es la base de la autoestima mediada por la estima de *los otros*. La clave personal de cada una está en romper la implicación perversa entre estima y poder, entre estima y opresión.

✓ **Clave:** Una dimensión moderna de la autoestima emerge cuando ésta es directa, propia, sin mediación prioritaria. Puede surgir desde la infancia e irse consolidando al crecer y madurar. Es el producto de estímulos educativos y de convivencia en que cada mujer es apoyada en su independencia

o es requerida a realizarla y la internaliza como manera de vivir y de ser. En gran medida, experiencias fundamentales de la modernidad exigen grados de independencia y de individualidad, y forman parte de la cotidianidad para más y más contemporáneas.

En las experiencias educativas, por ejemplo, cada quien es cada quien y no puede ser sustituida. Su esfuerzo y su rendimiento, sus conocimientos y su comportamiento son evaluados individualmente; al vivirlos la persona incorpora la experiencia como marca de su identidad y como estructuración de su subjetividad. Sucede algo semejante en procesos laborales: cada mujer trabaja y al hacerlo produce resultados que son su producto, es evaluada individualmente y recibe la remuneración o el salario a su nombre, aunque se le atribuya la condición de minusvalía de género. En la condición de consumidora, en el consumo mercantil, cada mujer hace compra personal, aunque compre para *otros*, y el pago de la deuda adquirida es también personal. La ciudadanía, aunque sea limitada para las mujeres, implica derechos y responsabilidades individuales y cada una es la sujeta de sus derechos y responsabilidades. Si ejerce los primeros y cumple los segundos, su responsabilidad ante la ley es individual y exclusiva.

✓ Clave: El marco moderno de las experiencias educativas, laborales, de consumo, de ciudadanía, se hace efectivo sólo en parte en la vida de cada mujer. Pero, cuando define la mayor parte de la experiencia, se cincela una autoidentidad individualizada e impacta a la autoestima como valoración basada en los propios haceres, en el propio pensamiento y en los juicios propios. Socialmente, las experiencias vitales modernas de las mujeres producen en las relaciones interpersonales la materia prima para lograr una diferenciación entre autoidentidad e identidades asignadas; por ende genera la sensación de claridad entre estima de *los otros* y autoestima. Subjetivamente la autoestima se sostiene y se nutre de un

conjunto de capacidades que provienen de la individualización: *la autovaloración, la autocrítica, la autoevaluación, la disposición a la responsabilidad propia, la asunción de decisiones propias*. Y todo ello conduce al desarrollo de experiencias relacionales y subjetivas primordiales para las mujeres: a la vivencia de tener límites personales, es decir, a la diferenciación en relación con *los otros* y a la posibilidad de *la autonomía* entendida como definición y delimitación del Yo.

Es posible desarrollar una autoestima sin mediaciones en cualquier momento de la vida. Sobre todo cuando se reconoce la necesidad de sentirla y se descubre la enajenación a la que conduce no experimentarla cuando, por ejemplo, se conectan problemas vividos, equívocos, malas vivencias y formas oprobiosas de relación, o al depositar la autoestima en *los otros* y confundir *su estima* con la autoestima, al no tener límites de autoidentidad.

Es posible salir del estado de ilimitación cuando, a través del *análisis político de género*, se devela cuánto poder tienen *los otros* sobre una misma con estos mecanismos y cuando se analiza cuánto vive cada una a través de la vida de *los otros*, cuando hacemos conciencia de cuán colonizadas y habitadas estamos por *los otros* y percibimos esa manera de ser como un *cautiverio*.

✓ **Clave:** Es un avance en el fortalecimiento personal apreciar la *autoestima directa* como un recurso y un capital propio. Construirla es un método de emancipación personal imprescindible para mejorar la calidad de la vida personal y la calidad de las relaciones. La experiencia de construir voluntariamente límites y de diferenciarse de *los otros*, repara lastimaduras, heridas y daños. En ese sentido es sanadora. Quien la vive crea para sí misma los mejores soportes para vivir. Es posible hacerlo al eliminar cada aspecto de la dependencia vital. Es resultado de la individualización, la favorece y se constituye en un componente ineludible de autonomía. Es un requisito de la transformación de cada mujer en ciudadana.

En cuanto a las diferencias en la configuración de género de la autoestima, es preciso saber que en las relaciones entre mujeres y hombres (y en todas las otras definidas por la desigualdad), los hombres (o cualquiera con supremacía) son configurados en su identidad y su autoestima de otra manera.

Desde pequeños, a los hombres se les estima para que desarrollen su autoestima: se les apoya, se les valora, se les reconoce incluso de forma desmedida. Ellos cuentan, pues, con una estima por el solo hecho de ser hombres en un mundo androcéntrico y patriarcal en el que corresponden con el simbólico *sujeto*; poseen además una autoestima alimentada por su relación con *los otros* y, sobre todo, con las mujeres. La posición jerárquicamente superior de los hombres en los espacios sociales privados y públicos, y su hegemonismo de lo valorado y trascendente en la cultura, hacen que cada hombre no sólo se sienta superior, sino que sea superior por ser hombre y porque, por serlo, puede ocupar posiciones de superioridad. Su construcción política de género hace que la autoestima de los hombres tenga un enorme contenido de supremacía.

En el esquema de relaciones tradicionales, los hombres sobrevalorados se relacionan con mujeres desvalorizadas y construidas para necesitar vitalmente la estima de *los otros*, en particular de los hombres y, entre ellos, de alguno en especial. En ellas, los hombres cuentan con un doble *plus* de valor, de amor, de atención, de credibilidad y, desde luego, de orgullo. En cambio, las mujeres viven problemas de autoestima dependiente, colocadas como el simbólico *objeto*. La relación *sujeto-objeto* permite perpetuar relaciones desiguales y muy injustas que se reproducen no sólo entre las mujeres y los hombres, sino en cualquier relación jerárquica. Por eso, para eliminarlas es preciso desmontar la estructura de la relación:

supremacía → estima universal → autoestima / inferioridad ↔ autoestima dependiente de quien ejerce la supremacía

Debido a la globalización del patriarcado, en todas las sociedades actuales, aunque en rangos diferentes, las mujeres tienen una posición subordinada en relación con los hombres. Sin embargo, las mujeres pueden tener supremacía sobre otras mujeres y sobre hombres debido a su edad o su jerarquía y estamento socioeconómico, su clase social, su nivel educativo, laboral, político o social. El cuadro de relaciones de poder, por tanto, es complejo, y cada quien ocupa por su género una posición jerárquica y ésta puede coincidir o no con la posición política, académica, racial, laboral, o cualquiera otra.

Muchas mujeres, tradicionales o modernas, compensan la desestima que les produce inferioridad, la subordinación o la sujeción de género a las que están sometidas, siendo supremacistas, prepotentes o discriminadoras y desvalorizando a personas o grupos cuando están en posiciones de mayor poder, o sólo al sentir como autoestima su pertenencia a categorías y estamentos de supremacía. Es más, lo que pierden de autoestima bajo sujeción, lo perciben como ganancia cuando dominan. Su autoestima se regula, así, en complejos sistemas de prestigio por contagio, venganzas transferidas y falsas competencias en las que siempre ganan pero no por sus cualidades personales, sino por su pertenencia a un grupo de supremacía o por su posición jerárquica. En sociedades con mayor hegemonía masculina y patriarcal, misógina y machista, estas mujeres viven la paradoja de su baja autoestima personal de género y de todo lo que las disminuye, con la nociva calidad de algunas de sus relaciones, en contraste con una alta *autoestima de pertenencia por relación* por su cercanía con el poder de *los otros*.

En muchas mujeres es evidente la relación entre poder personal y la autoestima experimentada por la posesión de bienes materiales y simbólicos, así como *el prestigio* basado en el linaje, la familia, la conyugalidad, la nacionalidad, y sus condiciones racial, étnica, religiosa, ideológica, estética o política.

✓ **Clave:** La autoestima de pertenencia por relación con *los otros* es siempre temporal y frágil, y coloca a las mujeres en condiciones de vulnerabilidad. Dejar de pertenecer y perder los vínculos es siempre una doble pérdida: la derivada del hecho en sí, y la del daño a la autoestima fincada tanto en el vínculo con *los otros*, como en el goce de su reputación, prestigio o poder como si fueran propios. El daño es mayor cuando, además, se pierde la posibilidad de ocupar espacios y territorios y de acceder a recursos y oportunidades a través de *los otros*. Cuando se inicia cualquiera de los procesos señalados, las mujeres no tienen conciencia de la marca lacerante de la dependencia vital en su autoestima. Por el contrario, se sienten halagadas y con una alta autoestima. Sin saberlo, al avanzar en ese camino se distancian de la posibilidad de ser autónomas, de acceder directamente al mundo, y de encontrar en su propia experiencia una fuente invaluable de autoestima.

En el proceso de la vida, al nacer todas las adscripciones de identidad están dadas a través del núcleo social y familiar al que se pertenece. Pero al vivir, algunas de estas adscripciones cambian por el propio desarrollo, por opción o por vuelcos sociales ajenos a la voluntad. Unas permanecen más tiempo y otras son eliminadas por voluntad si se tiene la suficiente necesidad o la independencia y autonomía para hacerlo. Mujeres tradicionales, más corporativas o más sometidas, preservan sus adscripciones y sus identidades intactas en adhesión a sus vínculos fundantes. Sólo las cambian si su familia, su cónyuge o su comunidad lo hacen, o cambian por pérdidas tras profundas crisis de auto-identidad y pertenencia social que no buscaron.

En cambio, las mujeres modernas, aunque no lo quieran (pero si quieren con mayor razón) deciden y optan varias veces en la vida su adscripción ideológica, política, religiosa y profesional, deciden incluso, su estado sexual y redefinen su identidad y adscripción a categorías políticas de esta índole. Mujeres mo-

dernas hacen opciones lingüísticas y culturales de tipo étnico o nacional al migrar y aprender a vivir no sólo en una sociedad distinta, que no siempre las acoge con equidad, sino a vivir en estamentos inferiorizados o marginados, a pensar, sentir y vivir en otra lengua y en otra cultura, superpuesta y en conflicto con los originales. Otras más, viven experiencias de conversión religiosa, de ingreso a un estado eclesial o de salida del estado religioso. Hay quienes cambian de ser civiles a ser militares, institucionales o insurgentes, guerrilleras o militantes clandestinas. Y decenas de miles de mujeres civiles en el mundo son tocadas por la violencia militar que no buscaron, y aprenden a sobrevivir en la guerra, la depredación y la violencia instaladas en su vida cotidiana. Otras más aprenden a vivir en paz. E incluso se convierten a la ética de la democracia.

✓ **Clave: Cuando las mujeres logran resolver el conflicto interior por haber cambiado, se ubican, entonces sus decisiones y sus opciones, su capacidad de adaptarse a condiciones adversas o de avanzar y desarrollarse se integran como nutriente de la autoestima en sentido estricto. Es decir, en estas condiciones aumenta la autovaloración por lo logrado y por haber vencido la impotencia o la imposición de condiciones inadmisibles. Emerge así una condición de autoestima, la *potencia personal*.**

Muchas mujeres sufren porque idealizan la vida. Aceptan los cambios que creen naturales por su edad o los del devenir que sí tienen internalizado (están conscientes de algunas crisis de edad o las producidas por desgracias y hechos imprevisibles) pero no integran una concepción dialéctica de los cambios, ni su condición de seres en transformación de género, en un mundo por demás convulso e injusto para millones. Tampoco son conscientes de que el *sincretismo resistente*, el vivido con resistencias y negaciones a alternativas que les permitirían avanzar al resolver sus antagonismos internos y externos, se convierte en un problema vital y es fuente de constantes fricciones en la autoestima.

✓ **Clave:** La dimensión moderna de las mujeres se caracteriza por transformaciones continuas, y enfrenta a las mujeres con el reto de integrar el cambio como parte del vivir y la capacidad de adaptarse a nuevas condiciones. Si el cambio, sus contradicciones y las crisis que conlleva son integrados en la conciencia como parte sustantiva de la vida, las mujeres están en mejores condiciones para colocar su capacidad creativa como soporte fundamental de su autoestima.

Taller: Autorretrato, claves de autoidentidad: ¿Quién soy?

♀ **M.L.** Pregunto *¿cómo te llamas?* Y pido que respondan con sus nombres y apellidos completos e indiquen de dónde provienen. Quién les puso el nombre y todo lo relativo a su contenido y significación, y que procedan igual con los *sobrenombres, apodos, motes, apelativos y alias*.

* *Cada una escribe Mi nombre es... mis sobrenombres, apodos... son...*

♀ **M.L.** Pregunto *¿a qué dedicas tu vida?* Y solicito que la respuesta sea dada con un sentido concreto pero filosófico. Al concluir, pido enumerar tres cosas inconclusas o las deudas que cada una tenga consigo misma. Y algún anhelo de dedicación, algo a lo que te gustaría dedicarte.

* *Cada una escribe dedico mi vida a..., cosas inconclusas...; mi anhelo de dedicación es...*

♀ **M.L.** Pido que describan en un texto su *rincón favorito*: qué hay ahí, cómo es, que hacen en él, cuál es su atmósfera, cómo se sienten en ese lugar. Todo, de tal manera que quede claro por qué es su *rincón favorito*.

* *Cada una escribe mi rincón favorito...*

♀ **M.L.** Solicito que hagan su *autorretrato* por escrito. Que describan a través de la escritura su persona de tal forma que si alguien lo leyera tendría suficientes elementos de identidad como para saber quién es la mujer referida. Aclaro que

no se trata de una autobiografía, sino de un *autorretrato actual*. Es decir, no es el relato de su vida sino de su persona en la actualidad

* *Cada una* escribe su *autorretrato actual. Yo soy...*

♀ M.L. Indico que en el siguiente ejercicio por grupos, en el que se compartan los textos, es preciso que al escuchar se reconozcan la individualidad de cada una y las semejanzas por generación, edad, estado conyugal, tipo de actividad, entorno cultural, etcétera. Y que se perciba el tipo de lenguaje que emplea cada una para describirse, lo que resalta y lo que omite, lo áspero y hostil, o el respeto por la propia persona.

* *Grupos*: Cada una lee, de corrido, los cuatro escritos, uno tras otro, seguidito: Mi nombre es... Dedico mi vida a, *Mi rincón favorito* y *Yo soy...* Las demás hacen una escucha comprensiva para descubrir a quién tienen enfrente y toman notas. Y así hasta que todas lo hayan hecho. Se da un tiempo para analizar y comentar en el grupo las cosas sobresalientes y las inquietudes generadas.

* *Todas*: Cada grupo refiere lo que le ha parecido significativo. Se plantean dudas y temas de análisis. Hago evidente que las cuatro preguntas son para indagar la autoidentidad de cada una y hacer una inmersión automática en la autoestima.

✓ *Clave: El nombre es parte de la autoidentidad. Es relevante que nos fue dado por los otros, cargado de significados conscientemente o no, asignados a la persona como lo han sido tantas dimensiones significativas de identidad. Analizar la anécdota de ser nombradas permite mirar estructuras de linaje, claves de poder entre madre y padre, entre familiares así como definiciones culturales, modas, épocas. Sucede así cada vez que somos renombradas en las instituciones, en los grupos de pertenencia y en las relaciones por los otros, quienes, generalmente, modifican el nombre, lo acompañan de calificativos y nos definen. Y cada una acepta, niega, com-*

pone los nombres y se autonombra de variadas maneras. Todas las experiencias relativas al nombre impactan la auto-identidad y la autoestima.

✓ **Clave: *La dedicación en la vida* conlleva una definición filosófica del sentido de una misma y del sentido de la propia vida en el mundo.**

Hay mujeres tradicionales cuyas vidas están dedicadas a *los otros*, a sus familias, a sus organizaciones, a los movimientos: son *seres-para-otros*. Serlo implica que la auto-identidad está de hecho colonizada, y que la autoestima depende profundamente de la aceptación de *los otros* y, más aún, la autovaloración resulta de los logros, los avances y la valía de los otros. Hay quienes sienten que no se dedican a nada importante, que sólo viven, que no hacen nada, sólo lo que les toca, en la casa, en el trabajo. Sienten que su vida no tiene sentido y no están contentas con ella. Su autovaloración personal es muy débil. Otras mujeres se dedican a mejorar sus condiciones de vida, a prepararse, a trabajar con un sentido personal de trascendencia. Sienten que lo que hacen es importante, que las beneficia en su desarrollo personal, que se divierten; sienten que su vida les pertenece y son conscientes de su trascendencia: son *seres-para-sí*.

Los procesos inconclusos pueden deberse a falta de oportunidades sociales y hay que analizarlos como limitaciones impuestas por el mundo. Pero a menudo se deben al sacrificio de lo personal frente al cumplimiento de deberes. La moral sacrificial es impuesta a las mujeres como una virtud de género. Sin embargo, puede tratarse de la correspondencia personal con la impotencia genérica (*no puedes*) y la disminución de las mujeres (*no mereces, no vales la pena*). Las mujeres capaces que no concluyen sus procesos y dejan inacabadas sus obras, o no arriban a sus metas por atender otros deberes, han sido educadas para ello o son obligadas de manera forzada a no lograr sus objetivos a partir de intereses de dominación de género, pues las mujeres virtuosas o adecuadas deben atender la satisfacción de

necesidades e intereses de *los otros*. Así, intereses entrañables de las mujeres van quedando en postergados o negados debido a la prioridad de *los otros* en el entramado social, y al segundo lugar jerárquico de las mujeres en la sociedad, en el Estado y, en particular, en la familia y en la pareja. Sus asuntos son postergables. La subjetividad femenina es moldeada para que cada mujer asuma un segundo plano. Quien vive la dominación se encarga de hacerla efectiva.

♀ M.L. Explico que las respuestas a las cuatro preguntas son de hecho fragmentos de un autorretrato.

Aun al describir el *rincón favorito* se trata de una autodescripción. Quien tiene un rincón favorito, posee un lugar en el mundo, material y simbólico; si es favorito, es que ahí cada una se encuentra a gusto consigo misma. Aun mujeres que no buscan la soledad, refieren que el goce de su rincón favorito es el de estar a solas: unas en sitios de la naturaleza: campos, playas, ríos, bosques; otras, en su habitación, su cocina, su oficina, en una biblioteca o en su pueblo. Pero si en la vida cotidiana conviven con otras personas, en el imaginario y en otros momentos, la delicia es la soledad. La tranquilidad es otro elemento que hace favorito al rincón, con diversas manifestaciones de sensualidad o estados psicofísicos de placer y goce.

✓ **Clave:** *El rincón favorito* implica la experiencia subjetiva en la vida. Es el signo de una importante capacidad de goce personal, de *sintonía* con una misma, de autoestima en el sentido de fortaleza, delimitación individual y disfrute de un *ubis* en el mundo interior: un lugar propio. *El anhelo de dedicación* expresa, a pesar de los pesares, un *deseo* entrañable. Es preciso enunciarlo para recordarlo, no traicionarlo y colocarlo en los propios planes para hacer algo que nos satisface.

♀ M.L. Explico que es importante hacer un análisis del lenguaje utilizado por cada una: éste expresa también la valoración, el autoconcepto, la autoimagen, el cuidado y el respeto por una misma.

✱ **Cada una** puede identificar con círculos de colores los adjetivos y los adverbios favorables y los desvalorizantes, acusadores, descalificadores o groseros, con el objeto de hacer conciente que...

✓ **Clave:** El lenguaje es una expresión de la autoidentidad y la autoestima. Para lograr que quienes son desvalorizantes se den cuenta de la importancia de modificar esas referencias, hago evidente que, además, predisponen a otras personas en su contra y constituye una forma de autoboicot. Analizo si las mujeres repiten descalificaciones que les han hecho personas importantes y si lo hacen acriticamente o para confirmar que “no valen la pena”.

Es común escuchar el esfuerzo explicativo de alguna mujer que cierra o abre su intervención diciendo “No sé...”. O que se descalifica tras el esfuerzo y en vez de valorar positivamente lo que hizo dice “me quedó muy mal”, “soy mala para esto...”. Cuando se esfuerza por hacer algo dice “es lo poquito que pude hacer”, o cuando regala algo dice “no es nada, sólo una cosa insignificante”.

✓ **Clave:** La desvalorización patriarcal de género hace mella en la autoestima de todas. Hasta las mujeres más afirmadas han sido tocadas por esta agresión. Detenernos en el análisis semiótico de género es fundamental. Modificar el lenguaje soez y autodegradante es un paso re-educativo desde la conciencia que transforma la autoestima porque contribuye a eliminar un mecanismo de autoagresión que daña a las mujeres. En un proceso de conexiones subjetivas, se puede contribuir a eliminar otras formas de autoagresión más allá del lenguaje en actitudes y acciones.

Autoidentidad: mitos y fantasías

♀ M.L. Pido a cada una que escriba *sus mitos y sus fantasías de sí misma*. Para ello puede recurrir a su autobiografía, a sus autorretratos y a los otros ejercicios de elaboración. Al

releer esos textos, se trata de identificar los *mitos y la propia fantasía* por etapas de la vida, por ámbitos de acción o por esferas vitales. Por ejemplo, mitos en torno al amor, la familia, la pareja, el trabajo, la comunidad, el grupo de pertenencia (clase, raza, etnia, o cualquier otro grupo de identidad), la participación social, etcétera. Es posible identificar los mitos también como ideales, como lo que debe ser, los valores o lo que “yo creía”. En los mitos se encuentra también la *fantasía de una misma*. Es decir, una representación idealizada del Yo en la dimensión del mito, cada una puede reconocer las fantasías sobre su persona y describirlas, retratarlas.

- ✱ *Cada una escribe sus mitos y sus fantasías de sí misma.*
- ✱ **Grupos:** Analizan sus integrantes si comparten *mitos y fantasías*. Analizan si sus fantasmas se parecen o en qué son diferentes. Pueden hacer una teatralización de los mitos más significativos. Es posible cantar alguna canción o contar un cuento que encarne el mito y el fantasma. Es posible hacer una *danza de fantasmas* con disfraces materiales o con máscaras elaboradas como parte del ejercicio.
- ✱ **Todas:** Participamos de la *representación*.
- ♀ **M.L.** Explico que en nuestra cultura todas hemos aprendido mitos hegemónicos sobre el sentido de la vida y su trascendencia. Cada una los ha adaptado, ha hecho su propia versión o ha creado sus propios mitos. Y agrego que hay que pensar que sólo hay mitos colectivos muy antiguos. Hay mitos actuales y posmodernos. Reconocerlos y compararlos con la experiencia vivida permite ver qué tanto se ha vivido para realizar los mitos o que tan distante se está de ellos. Los mitos actúan, son parte no sólo de la cultura, sino de la subjetividad de cada una, y marcan la autoidentidad. La lealtad a los mitos puede explicar sentimientos de frustración en torno al plan de vida, descalificación o baja autoestima por el *déficit* con los mitos o la valoración y la elevación de la

autoestima cuando se ha realizado parte del texto del mito. El propio fantasma tiene una dinámica como la señalada porque es una construcción mítica salpimentada con la experiencia y los deseos sobre una misma.

✓ **Clave: Reconocer qué parte de nuestra identidad, de nuestra imagen corporal, de nuestra personalidad y de la conciencia de lo vivido es una fantasía, es decir, es producto imaginario idealizado y por ende distorsionado: padece gigantismo, enanismo, es virtuoso y como todo lo idealizado se desliza entre *monstrua* y *maravilla*. Por eso reconocer la dimensión subjetiva fantástica de la autoidentidad es fundamental para desarrollar una autoconciencia que discierna entre fantasía y experiencia vivida, entre mito e historia personal, al acercarnos de una forma nueva a nuestra vida, al re-conocernos. Delimitar la fantasía permite a cada mujer reubicarse más próxima a su dimensión de existente y no de ser mítica, de fantasma.**

Desde luego que sin las fantasías sería impensable vivir, ya que son de hecho elaboraciones de lo vivido a través de los deseos y a través de los símbolos y estereotipos de identidad. Y son de hecho creaciones estéticas y éticas. No obstante, confundir fantasía con experiencia vivida coloca a las mujeres en condiciones vulnerables, porque muchas decisiones, formas de enfrentar hitos vitales y definiciones de caminos son tomadas como si las fantasías fuesen experiencias vividas en la vida cotidiana. Más aún, la cultura patriarcal manifiesta en diversas ideologías y propugna como virtudes femeninas el fantasear y la inocencia de las mujeres.

El estereotipo de mujer soñadora e ingenua es alentado de mil y una maneras. No es casual que esto suceda, ya que permite el control de las mujeres y su consenso a partir de la mirada fantástica de su vida. En particular de su porvenir que, en esa configuración de género, está entre los polos de lo no prefigurable, lo desconocido e indeterminado o, en contrasentido,

como algo predestinado y estereotipado. Así, las mujeres fantasean sin el peso de la gravedad o con “argumentos” idealizados a través de la literatura, el cine, la tele, la radio y la publicidad. Estas fuentes culturales dan el guión, las imágenes, los discursos. Las mujeres ponen su capacidad imaginaria y sus deseos innombrados, perdidos, incumplidos, y ya está. Fugarse en la fantasía contribuye al aguante de muchas mujeres y a su permanencia en condiciones de opresión, frustración y limitación vital.

En la mayor parte de las fantasías femeninas, la realidad es subvertida y, a diferencia de la experiencia vivida, en su propio guión cada mujer es la protagonista, la personaje central. Tras dramas de incompreensión, infortunios, desgracias o desdichas, es valorada, reconocida, amada, salvada de males terribles, se convierte en receptora de dones y en poseedora de bienes, logra cosas increíbles, es exitosa y vive en ambientes tranquilos, sensuales, altamente erotizados y plenos de dicha y felicidad. Este guión se repite entre las mujeres más variadas y concentra anhelos relativos a las condiciones vividas.

Alentar la fantasía y experimentarla compensa la precariedad de la existencia. En tanto que lo fantaseado se vive en la imaginación, sucede realmente, se ubica en la subjetividad. Es una experiencia construida social y culturalmente que se sintetiza y se desarrolla como parte del mundo interior. Por eso, con el goce que produce lo imaginado, la mayoría de las mujeres evade la dureza vital y puede no moverse para enfrentar problemas y dificultades de su vida cotidiana. La fantasía incorporada a la vida cotidiana permite aguantar maridos insoportables, problemas familiares agudos, maternidades de hijas o hijos insufribles, trabajos enajenantes, precariedad social, injusticias, maltratos, degradaciones, crueldades y violencia.

El proceso permite un ensanchamiento de la autoestima proporcional al tamaño de la fantasía. Ahí se elimina la impotencia y se da rienda suelta a la omnipotencia. Pero como se trata

de una realidad inventada, la autoestima así experimentada es falsa, carece de asideros concretos. A la larga, la frustración por contraste entre fantasías y experiencia vivida va socavando la autoestima y coloca a las mujeres ante callejones sin salida. Leales y apegadas a sus fantasías, deben vivir en un mundo chocante cada vez más insoportable por su distancia de la fantasía y del fantasma de sí misma que ha creado cada una.

✓ **Clave:** Para mejorar las fuentes sólidas de la autoestima es preciso identificar la fantasía como fantasía, diferenciarla de la experiencia y promover que las mujeres usen su fantasía para hacer literatura, pintura, escultura, vídeo y cualquier expresión artística de la subjetividad; que transformen el deseo de huir en la fantasía por el deseo de moverse y actuar en la vida cotidiana para enfrentar oprobios, mejorar condiciones de vida, decidir y crear soluciones; que la fantasía se encamine a imaginar cambios y arribar a lo anhelado; que pasen de la fantasía a la definición de acciones, a la invención de alternativas y a su realización. La fantasía así dirigida deviene en creatividad y puede contribuir a la sublimación estética, a la participación social y política, a la solución real de la problemática de cada una y, desde luego, a la elevación y al fortalecimiento de la autoestima.

Taller: Ejes de género de la autoestima: Somos semejantes

Desde una perspectiva feminista, es evidente la relación entre los ejes de la condición de género y la autoestima. Por eso, más allá de la diferencias entre las mujeres hay semejanzas en la prioridad a la importancia del cuerpo, la sexualidad, la desigualdad en la relación con *los otros*, el desarrollo y el cumplimiento de expectativas, y el estado de la autoestima. Sin embargo, esos ejes de género están imbricados con fenómenos opresivos derivados de otras condiciones: la etaria, la racial, la étnica, la de clase. Así, el análisis de la genericidad impactada

por el sexismo, por el racismo, el etnicismo y el clasismo permite develar por qué son tan generalizados entre mujeres diversas experiencias deficitarias de autoestima, fenómenos de falsa autoestima, simulación y prepotencia. Identificar estos ejes permite el desarrollo de la conciencia y posibilita que cada una interprete sus experiencias desde una perspectiva política. Permite también hallar las claves para consolidar lo que favorece el desarrollo de una verdadera autoestima e idear alternativas propias para salir de problemas de baja autoestima.

♀ **M.L.** Con el fin de introducimos en la temporalidad de la vida desde experiencias de autoestima, pido a cada una que escriba acerca de sus *desestimas*, sus *vergüenzas* y sus *orgullos*.

✱ **Cada una** escribe de qué se ha sentido *avergonzada o incómoda* y de qué se ha sentido *orgullosa* a lo largo de su vida, por etapas: en su infancia, su adolescencia, su juventud, su adultez, su momento actual y, si es el caso, su vejez. Se nombran a través de conceptos clave, cualidades, logros o hechos que la hicieran sentir mal o bien consigo misma y frente a los demás. Es posible seguir un orden secuencial y colocar alineados los contenidos de *desestima*, *vergüenza* y *defectos*; es preferible escribirlos en un color y, con otro color y en una columna enfrente, los conceptos sobre las *cualidades*, *la estima* y *los logros*.

✱ **Grupo:** Se lee lo escrito y se comparten los análisis. Se trata de apreciar si hay aspectos de la *autoestima* continuos a lo largo de la vida de cada una, si algunos aparecen en ciertas etapas y procesos y si algunos han desaparecido. Se buscan coincidencias entre todas en los aspectos relevantes de la autoestima. Cada grupo puede definir cómo expone al colectivo, de manera oral, por escrito, a través de dramatizaciones o mediante canciones, textos literarios, periodísticos o poéticos.

✱ **Todas:** Nos reunimos para compartir lo que elaboraron los grupos.

♀ **M.L.** Recojo lo más significativo y, ante las semejanzas causales en la baja y la alta autoestima, explico su fundamento sociocultural de género, y recalco su fundamento político: la desigualdad constitutiva de la condición social y de la auto-identidad produce baja autoestima.

✓ **Clave:** No es casual que mujeres tan diversas experimentemos problemas similares de baja autoestima y de alta autoestima. Ambos procesos están referidos a los soportes de las condiciones de género, tradicional y moderna, hegemónicas en nuestra era. La valoración social de las mujeres, de la mujer y de lo femenino desde una óptica patriarcal, no sólo es parte de la organización social y política de géneros, sino de la identidad de género asignada a las mujeres y de la auto-identidad de cada una. Esos valores están o han estado en nuestra subjetividad aunque no nos demos cuenta.

Los problemas de autoestima remiten a lo que la sociedad valora y exige de las mujeres, previamente inferiorizadas por el solo hecho de ser mujeres, como mínimos para ser aceptadas y apreciadas. Todas debemos enfrentar el daño de autoestima que produce pertenecer a un género desvalorizado y sujeto a dominación. Al mismo tiempo, la sociedad sobrevalora, sólo en lo simbólico, el cumplimiento de los deberes de género e incluso los convierte en virtudes, lo que contribuye a distorsionar nuestra autoestima. Por eso la autoestima femenina avanza al alza cuando nos esforzamos en pos de la *perfección virtuosa* a la que somos convocadas para ser mínimamente reconocidas. La medición de la autoestima es estricta y tiene parámetros altísimos.

La autoestima tiene como fundamento varios ejes:

- el cuerpo sobredimensionado y sus deberes
- las relaciones con *los otros*, su juicio, su valoración y su aceptación
- el desempeño, la eficacia, el éxito, las habilidades propias y el reconocimiento de *los otros*.

Veamos:

En cuanto al *cuerpo* como eje de la condición femenina, el deber estético cada vez abarca a más mujeres. En general, ninguna alcanza el grado anhelado o impuesto a través de estereotipos imaginarios. Éstos llegan a ser de tal magnitud que producen *el feísmo* en las mujeres: una forma concreta de baja autoestima, caracterizada por la autodevaluación y la no aceptación de partes del cuerpo que no corresponden con la forma, el color, la tersura o el tamaño “debidos”. El cuerpo no es percibido de manera unitaria: ha sido previamente fragmentado en el imaginario hegemónico.

La “falla” estética se traduce en baja autoestima total, como si fuese la dimensión estética tan abarcadora de la totalidad de la persona. Lo cierto es que para muchas mujeres es primordial. Sentir la fealdad o ser considerada fea hace que cada mujer se rechace a sí misma con hostilidad y, por ende, que actúe contra sí misma y en desventaja autoasumida frente a *los otros*.

En contrasentido, se produce el alza de la autoestima cuando las mujeres depositan la mayor parte de su autovaloración en su belleza y en su correspondencia con los estereotipos. Muchas van por el mundo y por su vida transportadas en la belleza de sus piernas, el tamaño de sus uñas, las medidas de sus senos, sus nalgas, su cintura... Valen más si son suficientemente altas o bajitas y se sienten bien consigo mismas si *los otros* quedan impactados. Para ellas basta con el reconocimiento de su belleza para elevar su autoestima aunque otros aspectos de su persona estén poco afianzados. La belleza se traduce en poder personal de las mujeres porque les permite acceder a bienes materiales y simbólicos, o porque pueden dedicarse a ser bellas. Pueden especializarse en actividades, oficios y profesiones que tienen como contenido ser bellas: en la publicidad, en los medios, en la moda, en la prostitución. Lo que no elimina que en todas las actividades, los oficios, las profesiones se requiera ser bella además de tener las habilidades específicas.

Las mujeres son educadas para utilizar sus encantos para lograr cualquier objetivo. Para que siempre medie la sexualidad entre las mujeres, *los otros* y el mundo y para que las mujeres se autoinstrumentalicen en pos de sus metas. Y un valor fundamental del sentido tradicional de la sexualidad es seducir a los hombres, atraerlos sensual y eróticamente; provocar su deseo es uno de los logros más importantes para las mujeres. Por eso, algunas mujeres que no concuerdan con esos valores o no están interesadas en la seducción tradicional, reaccionan con desinterés, desenfado y rechazo, y omiten un tratamientos estético de su cuerpo, en su indumentaria e incluso en otros componentes de su persona. Así muestran su rechazo a la cosificación estética y sexual, muestran su desinterés en esa manera de atraer a los hombres o en el tipo de hombres que valoran a las mujeres que perciben “cosas bellas”. Muchas mujeres muestran esa negativa estético-erótica para protegerse del acoso al no ser objeto de interés.

En culturas tradicionales la atención y el tratamiento del cuerpo de las mujeres alcanza grados de sofisticación extraordinarios. La indumentaria, los peinados y tocados, la joyería, la higiene acompañada de limpias y curas de todo tipo integran una unidad sensual, estética y sanitaria mágico-religiosa. Y las mujeres elevan su autoestima si su vestido, sus joyas y el tratamiento adecuado de sus cuerpos son de calidad.

En las culturas contemporáneas más modernas, la evaluación de la belleza de las mujeres está en el sentido común y en las normas institucionales, y es requisito social de vínculo sexo-erótico, amoroso, laboral, intelectual, artístico y político. De forma implícita y oculta, pero sabida por todos, o de forma explícita, cualquier mujer en cualquier situación es evaluada por su belleza convertida en requisito mínimo para ser amada, para acceder a espacios y oportunidades, para ascender de posición, estatus y prestigio, para incidir y tener escucha y credibilidad, para tener poder e, incluso, para ser feliz.

La belleza es un supuesto moral de género. Las mujeres bellas son buenas o por ser bellas son malas. Las estadistas, las políticas, las académicas, las empleadas, las obreras, las comerciantas, las maestras, las comunicadoras, las estudiantas son aceptadas si son bellas. Al realizar sus actividades tienen un *plus* si son bellas y un déficit si no lo son. Así, la exigencia de belleza y la conversión de la estética femenina en un requisito coloca a las feas bajo sospecha y devaluación. Y, para colmo, en esa ideología, la fealdad es atributo universal.

La dictadura del cuerpo es la exigencia llevada al extremo. Consiste en inducir socialmente a las mujeres a un tratamiento excesivo del cuerpo estético a través de dietas, ejercicios dañinos, ingesta de medicamentos para adelgazar y mala alimentación, intervenciones de cirugía plástica y uso de píocimas embellecedoras, anti-tiempo, para rejuvenecer, o transformadoras de la apariencia, que acompañan a las modas, a la vestimenta, a la joyería, a los aditamentos y maquillajes, a los peinados y los tratamientos con masajes, ejercicios y disciplinas varias, son comunes entre las mujeres. Contrastan con el tratamiento del cuerpo masculino que es diferente y menos exigente, aunque el culto al cuerpo erótico, deportivo y estético de los hombres se abre paso. Con todo, los hombres no quedan excluidos por fealdad. La belleza añade más valor personal al valor automático de género y se convierte en un potenciador de poder.

El racismo se entrelaza con otros componentes de las exigencias estéticas. Se desvaloriza o se valora a las mujeres por sus características raciales y, de antemano, hay un déficit estético en las mujeres que pertenecen a grupos raciales inferiorizados. Se valora a las mujeres que pertenecen a grupos raciales que cuentan con supremacía social, cultural o política. Los rasgos raciales de los grupos dominantes se convierten en *lo bello*, y los de quienes están bajo dominio racial en *lo feo*. Los estereotipos estéticos modernos corresponden con características de mujeres blancas en toda su variedad. Eso es lo bello feme-

nino. Todos los demás tipos raciales son inferiores. Para que mujeres de esos grupos sean consideradas bellas, deben ser mestizas y cumplir con marcas estrictas.

La representación simbólica racista de la estética femenina ha sido internalizada por mujeres de todo el mundo, y para muchas es un valor de autoestima. El tratamiento del cuerpo tiende a imitar esas características: por eso los tintes de pelo, los alaciados o enchinados, la depilación, los zapatos altos, las fajas, y hasta las cremas blanqueadoras y los lentes de contacto de colores azul, verde, violeta. Cada vez que una mujer modifica su cuerpo para parecer de otro grupo racial, atenta contra su autoestima. Cada vez que los medios y la publicidad exaltan la supremacía estética racial, dañan de manera generalizada y global la autoestima individual de las mujeres, tanto de quienes se sienten superiores y bellas como la de quienes se sienten deficitarias.

El racismo está también en *el etnicismo*, en sus dos dimensiones, como etnocentrismo y como inferioridad étnica. Las mujeres de algunas etnias, naciones y culturas son consideradas superiores y además bellas en relación con las del resto de las culturas y pueblos que son consideradas inferiores y además carentes de belleza. La excepción en las ideologías etnocéntricas está en la mirada folklorizante de la diversidad étnica que define tipos y grados de belleza aun entre quienes por definición no son bellas: para ser malasia está bonita, qué chula está la flor más bella del ejido, la belleza exótica de las mujeres de los mares del sur, es bello exponente de la mujer indígena, la belleza negra, etcétera. La condescendencia permite reconocer, de manera relativa, un tipo de belleza siempre menor al hegemónico. En su modernización y por la globalización, las mujeres son conducidas socialmente a adoptar las maneras de las mujeres de grupos raciales, etnias y pueblos considerados como los absolutos étnico-estéticos.

Muchas mujeres sufren baja autoestima por el tamaño de sus ojos, el color de su piel, su talla y su fenotipo, y además por su

indumentaria, su peinado, su estilo corporal, y están dispuestas a cambiarlo todo por el que la sociedad acepta, en un proceso que se conoce como *revestimiento*: campesinas que dejan su traje por el más moderno y urbano, mujeres de diversas etnias que para ser aceptadas cambian de indumentaria, campesinas e indígenas o mujeres urbanas tradicionales que para parecer más modernas y parecerse a las otras, cortan sus cabelleras, las enchinan o las tiñen.

El androcentrismo es también parte de la experiencia del cuerpo de mujeres modernas que masculinizan su apariencia en pos de alcanzar al cuerpo masculino como estereotipo del cuerpo público aceptado o de neutralizar por baja autoestima de género sus rasgos simbólicos femeninos. El famoso unisex es en realidad masculinización e implica el hegemonismo corporal masculino en hombres y en mujeres. En un principio algunas mujeres debieron disfrazarse para acceder a espacios reservados para los hombres, y usaron nombres masculinos para poder escribir, publicar o comerciar; pero lo que fue un hecho subversivo se convirtió en una tendencia patriarcal que ha permitido desdibujar corporalmente a las mujeres y preservar en el imaginario la relación entre cuerpos masculinizados y espacios de poder.

La opresión corporal de género es una forma de violencia y está en la base de la homogeneización de cuerpos, indumentarias y maneras corporales, y de la extensión global de estereotipos estéticos, raciales y étnicos que con la ideología de la modernidad van eliminando la diversidad sexual estética relativa a las mujeres de grupos raciales y étnicos, de clases sociales, que no es necesariamente positiva para las mujeres. Pero el conjunto de cambios descritos es enajenante cuando concuerdan con el esteticismo supremacista del racismo y el etnocentrismo, con la supremacía clasista y, desde luego, con la de género.

La dictadura esteticista que producen el *feísmo*, *el racismo*, *el etnocentrismo* y *el androcentrismo* en las mujeres y que fo-

menta la misoginia al inducir su permanente desaprobación personal y social, se acompaña del *juvenilismo*, la exigencia permanente de que las mujeres sean eternamente jóvenes o lo parezcan. De esta manera, para cantidad de mujeres llegar a cierta edad implica el descenso en la valoración estética y vital: cada año atenta contra la estima social y contra la autoestima; cada año impide acceder a relaciones, vínculos, oportunidades y recursos.

La sociedad patriarcal elige a las jóvenes y descarga mecanismos de exclusión para quienes no lo son. Más aún, las ideologías vigentes presionan y engrandecen un cierto infantilismo, como en el “lolismo”, con la conversión de niñas en jóvenes precoces sexuales o con la exigencia de que las jóvenes se infantilicen. Esto sucede a través de las figuras femeninas del imaginario mediático de la moda y el mercado que reducen las tallas en la ropa de las mujeres jóvenes y adultas y las encorsestan en tallas de púberes. Este hecho no sólo daña la autoestima de las mujeres que no tienen los cuerpos requeridos, sino que atenta contra la salud y la vida como sucede hoy con la bulimia y la anorexia socialmente construidas, que afectan a un número creciente de mujeres y han causado la muerte de muchas otras. El deseo de tener cuerpos así, o de verse así, hace de las mujeres seres sacrificiales obsesionadas por un cuerpo estético imaginario, por ser la fantasía.

Hoy es una virtud femenina ser siempre joven y es un *deber ser* exigido a las adultas y a las viejas. Muchas mujeres pierden autoestima al avanzar su edad y creen en ideologías como la del corazón joven y la de no importa la edad, o asumen la conciencia de que sí se nota edad pero hay que desvanecerla. Mujeres más impactadas por este despotismo, que por lo general son modernas, se quitan la edad. Esto produce una especie de *travestismo etario* en que mujeres mayores se disfrazan de jovencitas y niegan su envejecimiento. Sometidas a la dictadura del tiempo que avanza en sus cuerpos y sus mentes inexorable-

mente, al cultivar la negación atentan contra su seguridad personal y quedan en condiciones riesgosas y vulnerables al no atender sus necesidades de envejecimiento y al usar los esfuerzos vitales en el ocultamiento estético, sin envejecer bien. Mientras más se resisten, más baja su autoestima y más sobre-esfuerzo deben hacer para ocultar que no son jóvenes y para convencer a los demás.

Si se señala que las distorsiones de edad y sus conflictos son problemas para la autoestima y la autoidentidad, y que es una prioridad cambiar, muchas mujeres se ofenden, otras escuchan con incredulidad, otras se ríen angustiadas y otras más niegan que les afecte. Sin embargo, la sociedad exige a las mujeres ser jóvenes y al mismo tiempo quienes se afanan con cumplir este mandato reciben burlas y críticas. Es decir, si envejecen, malo, y si lo ocultan, se nota y no logran su cometido. Por eso es un halago considerar cuán joven es una mujer mayor o una anciana.

En una comparación de géneros, el esquema es complejo. El *juvenilismo* está presente en las ideologías de la masculinidad; sin embargo, a pesar de que también hay exclusión social y económica por edad, en las relaciones conyugales o amorosas los hombres son valorados como prospectos conyugales o para ser amados siempre. Mientras que las mujeres que se pasan ya no pueden aspirar al amor o siquiera a preservarlo, mucho menos a iniciar una relación en la vejez. Esta asimetría produce paradojas. Por ejemplo, hombres desagraciados, feos, incluso repugnantes, jóvenes o viejos, exigen belleza y juventud a las mujeres y se sienten con derecho a agredirlas, despreciarlas y maltratarlas por no ser jóvenes, y a tildarlas de feas. Una de las tendencias conyugales contemporáneas es que hombres viejos cambien de pareja por una mujer más joven.

La rabia misógina que lanza como catapulta el insulto de *vieja* dicho a las mujeres es sólo un botón de muestra. Las representaciones simbólicas patriarcales de la vejez femenina ca-

si siempre están asociadas a precariedad, maldad y peligro. La sociedad no acoge a las viejas y no ayuda a las mujeres a ser viejas.

✓ **Clave:** Para las mujeres, los deberes estético y etario se entrelazan con el deber erótico como soporte de una auto-identidad como *seres-para-otros*, por eso la autoestima padece altibajos derivados de asumir esos valores de género, pero también del conflicto que produce no asumirlos y tener que vivir bajo esas pautas.

Este conjunto de exigencias de género sexuales, estéticas, raciales, etarias, en torno al cuerpo y la sexualidad hace que muchas mujeres tiendan a desarrollar una falsa autoestima y además la *simulación*. No es una elección. Deben simular una autoaceptación que no tienen, una edad que pasó hace tiempo o, si es vigente, no alcanza para lo prometido; deben parecer de un tipo racial y de una etnicidad con una estética corporal que requiere un esfuerzo cotidiano de sacrificio y de una disciplina insoportable, y además exige gastos muy altos. Los costos para la salud, la auto-identidad y la autoestima que trae esta manera de vivir la feminidad son inmensos por atentar contra las características peculiares de cada quien. El mandato es: Para ser, es preciso dejar de ser y ser como las otras o como los hombres. En este camino, cada simulación lograda es un desfiladero si la simuladora es descubierta.

UNA MIRADA BIOGRÁFICA A LA AUTOESTIMA

Taller: Genealogía y autoestima: Somos herederas

♀ **M.L.** En culturas tradicionales es más importante saber de dónde vengo que quién soy. La identidad se remite al origen y no a las pautas individuales de la existencia. Cada quien sintetiza una historia, una tradición, una genealogía y una identidad cultural, y por eso “es”. En la cultura moderna se recoge la tradición genealógica con una visión histórica. Para saber quién soy necesito saber en qué procesos específicos se ubican quienes dieron lugar a mi vida, qué lugar ocuparon en su linaje y en su mundo y qué hicieron en su vida. Tanto desde una visión tradicional como desde una visión moderna de la vida, es importante conocer la historia próxima de nuestros ascendientes y descendientes, y nuestra propia ubicación. La parentela, las familias y los linajes son fuentes de definición relativa de nuestra identidad, de nuestra autoidentidad y, por lo tanto, tienen que ver con nuestra autoestima.

* **Cada una** hace su **árbol genealógico**. Dibujado y escrito, incluye una **síntesis de identidad de los otros y las otras en su familia** y se ubica en la red de su genealogía. Delimita su familia más próxima e indica el peso real de su familia de origen en su vida actual. Si ha fundado familia, la identifica como tal. Si hay quienes se han sumado a familias que no le son propias, indica de qué se trata. Señala con colores y con-

ceptos signos de vanguardismo y de tradicionalismo en las líneas familiares y en las personas en concreto.

✱ **Grupos:** Cada quien muestra y explica su *árbol genealógico*. Puede utilizar fotografías para apoyar su exposición. Todas analizan coincidencias y diferencias e identifican omisiones, diversidad de apreciaciones de las líneas de progenitores o de filiación, el peso de la matrilinealidad y la patrilinealidad, de la generación de hermanas y hermanos, de la presencia o la ausencia de parientes, los tabúes familiares y todo lo que les resulte significativo para compartir en la reunión de todas.

✱ **Todas:** Exponen por grupos de acuerdo con la dinámica que hayan elegido. Es posible hacer una exposición fotográfica colectiva sobre las familias.

♀ **M.L.** Explico que muchas mujeres nunca han hecho su árbol genealógico, y que tengan presente de quiénes descienden y quiénes son sus descendientes y sus colaterales, no relacionan qué tiene que ver esa trama genealógica con su estado de autoestima. A pesar de que el árbol genealógico parte de una visión estructural, permite el acceso a la historia familiar sintetizada. Y esto se logra al evidenciar el dinamismo del tiempo y los cambios de género, generacionales y personales.

Conocemos nuestra historia familiar a través de mitos, versiones oficiales, corrillos, chismes, secretos y silencios que denotan tabúes. A partir de esos tamices, cada una experimenta en su vida y mediante su participación su propia historia familiar. Y ésta depende de la formación, de la capacidad de observación y de indagación, del lugar que una tiene en las redes de relaciones, de las posiciones, de las jerarquías y de las sucesiones familiares. Así, cada miembro, mujer u hombre de una misma familia, tiene su propia versión de la historia familiar, a menudo discordante o diferente de otras versiones.

Este ejercicio permite analizar las ideologías familistas que idealizan a las familias como núcleos idénticos y estereotipados

de relaciones virtuosas, seguras, positivas en sí mismas; además, permite ver con ojos críticos el naturalismo familiar y la vigencia de estereotipos. Cada familia es un universo parecido a otras familias y, a la vez, es única. Todas las familias incumplen los estereotipos familiares míticos y jurídicos de las normas y el deber ser. En todas las familias hay conflictos ligados al ciclo familiar definido por los eventos significativos y las etapas de la vida familiar. Las familias enfrentan el impacto de los conflictos de sus miembros en la esfera familiar y fuera de ella, y conflictos estructurales, quiebras, rupturas.

Aquí se busca relevar a las mujeres y sus experiencias como definitorias de la historia familiar. Conocerlas y echar una mirada desde las mujeres, sus inquietudes, sus posibilidades, sus limitaciones y sus miedos, y también desde su experiencia real y desde sus aportes esenciales al mundo.

✓ **Clave:** Desde luego, las crisis sociales y económicas más amplias, las desgracias ambientales, el quiebre o la mejoría del régimen político, la paz, los procesos de ampliación del desarrollo social, el fortalecimiento de una cultura democrática sólida basada en el acceso a la educación, el avance social de las mujeres y la vigencia de una convivencia respetuosa y tolerante, es decir, todo lo que acontece en el mundo, incide en las condiciones de vida familiar y de las mujeres.

Como entidades sociales, las familias resienten los embates de la economía, la política y la cultura, y se benefician a veces del auge social, del progreso y el desarrollo. Y no puede ser menos, porque las familias reúnen, de manera próxima e íntima, en la convivencia o en la más diversa coparticipación vital, a mujeres y hombres vinculados vitalmente, interdependientes en grados diversos, pero siempre marcados por desigualdades de género. Ahí están personas y grupos de parientes de edades y generaciones diferentes. Todos son parientes con grados y contenidos de relación complejos que implican deberes, obligaciones, intercambio de bienes materiales y simbólicos. Las

familias concentran relaciones conyugales entre quienes no son parientes, maternidades y paternidades, filialidades y relaciones horizontales de parentesco.

Cada relación, experiencia e institución familiar vivida por cada persona bastaría para producir tensiones. Pero lo que debe preservar cada familia por sobre todas las cosas es la vida personal de cada quien, y atender una parte de sus *necesidades vitales*. En consecuencia, en el ámbito familiar cada persona procura sobrevivir, ubicarse en el mundo, ser aceptada, satisfacer sus necesidades vitales, recibir dones y acceder a bienes, encontrar comprensión y apoyo vital, sentirse protegida y desarrollarse para vivir más allá del horizonte familiar. Por eso, cada una de estas expectativas cumplidas impacta la autoestima, y cada déficit en estas expectativas implica daños y heridas de autoestima. La importancia de lo familiar en el estado de la autoestima, tanto en la vertiente tradicional como en la moderna, se debe a las funciones sociales de acogimiento y de inserción social, de desarrollo físico, afectivo e intelectual de las personas en la intimidad, y todo ello en torno al eje vital de la formación sexual y de género.

✓ **Clave:** Los procesos de asignación de identidades y de estima de los otros y las otras, la experiencia propia y la reacción ante tales hechos, producen en cada mujer su *auto-identidad* y su *autoestima entrelazadas*, las cuales se nutren de la experiencia en otros ámbitos públicos comunitarios: el vecindario, la escuela, las organizaciones sociales y religiosas, deportivas o artísticas. En encuentro con otras y otros próximos que no son familiares ni parientes se repite la pauta: asignación de identidades y experiencia de estima. Aquí se generan también dimensiones de *auto-identidad* y de *auto-estima* relativas a esas relaciones y experiencias.

Los avatares históricos afectan a las familias y las hacen diferentes según su ámbito rural o urbano, clase social y etnicidad, tradición cultural o política. Asimismo las familias son atrave-

sadas por conflictos y desigualdades de género pero también de clase, educación y desarrollo. Es evidente que las familias no son homogéneas. En ellas se presentan toda clase de redistribución de bienes materiales y simbólicos, así como mecanismos de control social, castigo y premio a sus miembros.

Las familias son *espacios totales* por el enorme poder de la institución y de quienes en ella están en posición jerárquica y con autoridad para imponer restricciones, asignar oportunidades vitales y utilizar la violencia para sus fines. Son *ámbitos totales* porque el poder político es vivido por las personas cuerpo a cuerpo, en un espacio casi hermético, y porque los principios democráticos no son parte de la vida familiar ni de la esfera privada. En coexistencia con ideologías del amor y el cuidado, la estructura política familiar impide la convivencia regida por el respeto a los derechos humanos de las personas. De manera ambivalente, la vida familiar tiene sus goces y sus beneficios relativos para quienes participan de ella; en ocasiones es inexplicable cómo entre la dureza, el autoritarismo, la competencia por los bienes y el reconocimiento, y formas de convivencias hostiles y violentas, hay lugar también para la compañía, los cuidados, el apoyo al desarrollo, la ayuda ante las desgracias, la solidaridad y la estima.

✓ **Clave:** En su inmensa mayoría, las familias son patriarcales en rangos diversos. Por eso, para las mujeres son **ámbitos complejos y contradictorios de desarrollo personal y de relaciones prioritarias. La contradicción mayor está en la importancia central que tienen las familias en la vida de las mujeres debido a la alta incidencia de poder sobre ellas, y por ser, al mismo tiempo, la vida familiar parte del sentido de la vida asignado a las mujeres y sobrevalorado por las mujeres. El espacio familiar es de supremacía patriarcal: en él las mujeres deben reproducir el orden social, la cultura y la política de la supremacía, sobrevivir, desarrollarse y realizar anhelos trascendentes.**

Es ya una tendencia social la relativa democratización de la vida cotidiana de núcleos familiares y de generaciones en las genealogías. Se dan ya formas de vida en que no se discrimina a las mujeres y en que ellas acceden a oportunidades y recursos; estas formas de vida familiar impactan de manera positiva las posibilidades de las mujeres, mejoran su condición vital y permiten su despliegue personal, su individualización relativa y una fortaleza personal que caracteriza parte de su autoestima. Esta dinámica familiar es producto del impacto social y estatal modernizador cuya marca es el establecimiento de normas de convivencia que garantizan una cierta seguridad para las mujeres al eliminar las formas más burdas de violencia contra ellas. Sucede en familias de nuevo tipo que no obstaculizan de manera ostensible el desarrollo personal de las mujeres. En ellas, las mujeres no están en posición de servidumbre ni de sujeción. Al contrario, esas familias asumen su responsabilidad como soporte y apoyo, aunque sea reducido, desigual o temporal.

En contrasentido, esas mismas familias se benefician del trabajo, el sobreesfuerzo y los recursos que las mujeres les destinan, en cuanto que son capaces y no apoyan de manera adecuada los procesos vitales de sobrecarga y de conflictos personales de las mujeres. Esos son asuntos de mujeres. En efecto, los lazos familiares más sólidos en el apoyo vital y en la afectividad se han redoblado entre las familiares y parientas en la maternidad, las crisis y las dificultades económicas y de salud. Así, las contradicciones entre cambios y conservadurismo hacen de estas familias instituciones en transición que mantienen formas de relación, normas, y poderes patriarcales, aunque en ellas se da el nuevo acogimiento a las mujeres en su desarrollo y subsisten la oposición y la resistencia de transformación de los hombres que no están dispuestos a perder sus privilegios y su posición de supremacía.

✓ **Clave: No obstante, algunos avances de las mujeres, sus testimonios y sus historias son prueba de que la moder-**

nización, el avance y la mejoría de las mujeres y sus familias en estos aspectos son obra de las mujeres mismas. Para hacer avanzar sus intereses y eliminar la servidumbre y la sujeción, para establecer formas de convivencia positiva, para lograr el respeto a sus decisiones y a su manera de ser, las mujeres deben enfrentarse constantemente con la oposición a menudo hostil de cónyuges y familiares. Parte de su fortaleza proviene del desarrollo de sus capacidades para persistir y avanzar en estas condiciones. El orgullo de haber vencido adversidades conyugales y familiares es una pauta singular y colectiva de la autoestima de mujeres contemporáneas.

La situación sincrética de las mujeres se debe en parte a los lazos familiares conservadores que funcionan como impedimento y lastre para muchas contemporáneas. A pesar de la desigualdad de género prevaeciente en su seno y en la sociedad, muchas familias desarrollan ideologías igualitaristas y suponen que han superado formas de atraso; hasta se horrorizan de lo que sucede en otras y no lo identifican como similar a lo propio. La ceguera para mirar las inequidades de género llega a ser cínica.

✓ **Clave:** Todas las familias guardan secretos, ocultan hechos, niegan parientes, omiten y transmiten mentiras y engaños además de descubrimientos y hallazgos. Algunas son familias ocultas y prohibidas, mientras que otras son la principal en sistemas familiares complejos derivados, por ejemplo, de la poligamia masculina. Todas las familias tienen marcas específicas y en cuanto a la *prosapia*, la *autoestima familiar*, hay variantes: hay familias que se sienten lo máximo y hay otras que creen ser lo peor, que están excluidas, que son objeto de discriminación particular, o son diferentes y raras. Hay personas que asumen parte de su familia y otra no. Y las hay que no son aceptadas o reconocidas por su familia, o que han roto con ella. Sin embargo, la estima familiar de linaje es referencia e incide en la autoestima personal.

Mientras más dependiente es cada mujer de la pertenencia familiar, más le impacta. En cambio, la independencia y la autonomía personales dan a las mujeres mayor posibilidad de diferenciar su autoestima de la estima y del orgullo familiares.

Generaciones e identidades

- * **Cada una:** Escribe cuál es la herencia histórica recibida de sus parientes y cuál es la herencia a la que renuncia; qué encuentra de los otros en sí misma desde su conciencia de ser única y de no estar obligada a seguir pasos ya vividos, desde la conciencia de que su horizonte de futuro es abierto.
- ♀ **M.L.** Les pido que identifiquen *diferencias y semejanzas generacionales* con *mujeres de su genealogía*, con sus ancestros, su madre, sus tías, sus hermanas, sus hijas, sus nietas..., en cuanto a sexualidad (pareja, maternidad), educación, trabajo, independencia, riqueza, enfermedad y salud, violencia y participación social y política. (Incluir, según el caso, lengua, migración, arte, religiosidad, ideología política.)
- * **Cada una** escribe *las semejanzas y las diferencias generacionales de género*. Puede sintetizarlas en un cuadro en que Yo y sus parientas sean el eje vertical y el horizontal esté configurado por las columnas de sexualidad, educación, etcétera.
- ♀ **M.L.** Les pido que encierren en un círculo a *la parienta* que ha sido *rebelde, disidente o transgresora*, y que indiquen en qué ha sido así. Es importante que identifiquen y subrayen sus deseos, sus saberes y sus libertades en hechos puntuales o como rasgos de identidad personal.
- ♀ **M.L.** Pido que señalen cambios significativos en las *relaciones entre los géneros* por generación. Qué aspectos *opresivos* atraviesan las líneas genealógicas: Qué actividades, poderes y derechos que eran *exclusivos de los hombres* han

dejado de serlo, y cuáles y cuándo se han convertido en *actividades, saberes, poderes y derechos de las mujeres en su genealogía*.

✱ *Cada una* escribe los cambios significativos entre los géneros, y enumera las actividades, los derechos y los poderes que hoy se han convertido en parte de la condición de las mujeres.

♀ **M.L.** Pido que cada una escriba qué *características personales asocia con su madre y cuáles con su padre* o con algún pariente o parienta: desde características físicas hasta señas de identidad, de manera de ser, de vivir o de hacer determinadas cosas, la dedicación, las actividades o cualquier cosa que considere significativa, tanto por su semejanza como por su diferencia.

✱ *Cada una* escribe las características personales y las asocia con su madre, su padre u otros parientes: incluso puede hacer un esquema con conceptos clave referidos a cada quien.

✱ **Grupos:** Cada quien lee su texto y muestra su esquema; todas analizan y comparan la *impronta femenina materna* y la *masculina paterna* en la autoidentidad y en la autoestima, así como su proximidad o su alejamiento de los estereotipos vigentes. Es posible utilizar las fotografías para mostrar conexiones e inferencias.

✱ **Todas:** Analizamos los resultados del ejercicio por grupos y ponderamos el legado de la madre frente al legado del padre en relación con lo masculino y lo femenino, y con la particular configuración de cada quien, tratando de desmontar visiones maniqueas acerca de esta dualidad, y de reforzar los vínculos simbólicos con la filiación y la liga profunda con la madre y las ancestras, las colaterales y las hijas¹.

✓ **Clave:** Mirar a las otras mujeres de nuestra familia, nuestra parentela y nuestra genealogía desde una visión ética feminista permite reconocer lo que sucede en la práctica vital de las mujeres que han vivido y sobrevivido a través de

sus vínculos de género. El horizonte político que ha abierto esta conciencia al crear una voluntad de reconocimiento identitario entre mujeres entrañables estimula reconciliaciones y comprensión, y desarrolla la sabiduría; además incide directamente en una apertura hacia el resto de las mujeres. Se presenta ya, como la vía primordial para desmontar la misoginia en el Yo misma y en nosotras. Reconocer desde un propio *ubis* de género a las otras, sin la mediación simbólica patriarcal, genera cambios positivos en la autoimagen, la autopercepción y la valoración, lo que conduce a una radical mejoría en la calidad de la autoestima: la fuerza emocional, afectiva, erótica e intelectual que estaba aprisionada por el negativismo misógino o en el dolor de género, se libera y afirma a cada mujer de manera invaluable².

Taller: Autobiografía y autoestima: Soy quien he sido

♀ M.L. Desde una perspectiva feminista cada mujer es su propia historia. La explicación profunda de las fortalezas y los problemas de autoestima se han producido en su circunstancia, en su tiempo y su espacio. Sólo al re-conocer la propia vida y ubicarla en el mundo es posible atar cabos y encontrar conexiones para explicar por qué cada una es como es y por qué los procesos vividos y la manera de procesarlos impactan la autoestima.

✓ **Clave:** Nuestra circunstancia histórica define nuestra existencia potencial, la concatenación de hechos, relaciones, recursos y acciones va concretando lo que vivimos. Ninguna ha sido creada, no nació así sino que ha devenido en la que es, en quién es y en cómo es. Necesitamos hacer conciencia histórica de nuestra vida y hacer la historia de nuestra conciencia de vida.

♀ M.L. Explico la importancia de la *autobiografía* para las mujeres como nosotras. Sólo en la modernidad las personas

tienen una biografía. Sin embargo, han sido sobre todo los hombres y, entre ellos los hombres importantes, quienes han sido merecedores de biografía. Pero, con los procesos de individualización propios de la modernidad aparece la delimitación de la propia persona, los signos de identidad individual, el desempeño y la responsabilidad individual, los deberes y los derechos individuales, los bienes, los recursos individuales y las libertades individuales. Esa es la gran transformación moderna de las personas. Para tener importancia social individual. No es preciso ser poderoso o tener un estatus, una posición alta en la sociedad o un gran prestigio.

Con la individualización es posible la autoconciencia y considerar que la vida vivida de la gente común es importante. Una muestra de la individualización ha sido el surgimiento en los últimos siglos de la idea de la vida personal diferenciada significativamente de otras vidas y, con ello, un conjunto de sus manifestaciones: las cartas personales, los diarios íntimos, las memorias, los diarios de viaje, los libros de recuerdos, las fotos personales (usadas como identificación personal) y los álbumes, las películas y los vídeos caseros, los retratos pintados, los certificados, los diplomas, los títulos y los reconocimientos, además de los documentos de identidad imprescindibles, constituyen un acervo de testimonios personalizados.

Para las personas modernas es imperativo testificar y tener evidencias, recuerdos, pruebas y testimonios del proceso de su vivir. En la conciencia moderna la historia propia es elevada a rango de historia trascendente. Sin embargo, esto no es así para muchas mujeres. En parte, porque sus vidas transcurren en mundos donde los protagonistas son los hombres o, porque aún en mundos más modernos, sus vidas como mujeres están marcadas por la tradición patriarcal. Todavía es común que las mujeres carezcan de conciencia de su historia o de que su historia es importante para ellas. Muchas mujeres no tienen conciencia histó-

rica, es decir, no saben que lo vivido define en parte el presente y el porvenir, que es posible explicar los sucesos y la ausencia de algunas experiencias en el tipo de vida, el entorno sociocultural, el tipo de familia y, desde luego, en la vida individual de cada quien.

Sin embargo, las mujeres escolarizadas o autodidactas ilustradas han adquirido una visión histórica como fundamento del pensamiento. Pero los hechos concretos enunciados por la historiografía son masculinos y los protagonistas son hombres. En la historia hegemónica patriarcal aparecen sólo unas cuantas mujeres poderosas, generalmente heroínas o mártires, y alguna escritora o científica, notables por su excepcionalidad. La ausencia, la invisibilidad y la desvalorización de las mujeres en la historia marca la identidad de género de las modernas y permite explicar, en parte, la sobreidentificación de las mujeres con los hombres como protagonistas de lo trascendente. Al aprender las interpretaciones del pasado como si fueran la verdadera historia, la única, muchas mujeres no desarrollan una conciencia de género sobre esos relatos y, a pesar de sus conocimientos y de su condición ilustrada, padecen ceguera de género.

✓ **Clave:** Algunas mujeres, cada vez más, se preguntan **¿y mientras tanto las mujeres qué? ¿Dónde han estado las mujeres? ¿Por qué la ausencia? ¿Desde cuándo y cuáles son las causas del patriarcado? Sólo cuando las mujeres conocemos el bagaje histórico proveniente del feminismo, podemos poblar la historia con hechos y personajes femeninos y explicar la ausencia, la invisibilidad y el maltrato historiográfico de las mujeres desde una visión de género. Sólo cuando las mujeres conocemos, con sentido de descubrimiento, a las mujeres próximas de nuestra historia y nuestra genealogía, podemos resarcir nuestra identidad moderna con la presencia subjetiva del simbólico femenino y la posibilidad de reconocernos e identificarnos con *ancestras* concretas. Saber las causas históricas del pasado y el porqué de los relatos an-**

drocéntricos posibilita abrir la explicación histórica al propio presente e imaginar el futuro como devenir y no como destino; permite también fortalecer la *autoidentidad* y la *autoestima genealógicas de género*, hecho por demás reparador y potenciador de cada mujer.

Con todo, aun cuando las mujeres tienen en su subjetividad territorios de conciencia histórica, si éstos no constituyen una epistemología, son siempre parciales. Por eso, de manera *sincretica* las mujeres modernas, incluso científicas, intelectuales o académicas, recurren también a explicaciones religiosas: “así lo quiso Dios”, “es mi culpa”; naturalistas: “así nací”, “lo heredé de mi tatarabuela”; mágico-religiosas: “es que me pisaron la sombra”; mágico-astroológicas: “mi carta astral...”, “el horóscopo”; mágicas: “la línea de la mano...”, “es mi buena suerte”. A estas explicaciones se suman otras esotéricas como “el Tarot dice”, “vi en el I Ching”, o “mi cuarzo está descargado de energía”. Y todas configuran mentalidades *New Age*. En la era de la globalización está a la orden del día la búsqueda de explicaciones en religiones de culturas distintas a la propia, regresiones fetales a otras vidas y en otras eras, con un sentido de transigración metafísica que conduce al encuentro con la mujer que fueron en el siglo XVI o en una cultura diferente. En fin, la diversidad cultural y el múltiple *sincretismo* fragmentario globalizador vigentes, ponen a la mano de cantidad de mujeres fórmulas de interpretación de muy distinto signo y veracidad. La religiosidad popular mediática y mercadotécnica avanza en las conciencias conectadas por la globalización.

Una problemática cultural importante es la de mujeres pertenecientes a pueblos y culturas tradicionales en procesos de modernización inequitativa, que implican un sentido de occidentalización. Los conflictos y choques entre culturas históricamente confrontadas y marcadas por procesos de conquistas, colonialismo e imperialización están vivos en la historia mítica, las ideologías y la memoria de las mujeres, y se renuevan

con las formas actuales de dominación de países, clases sociales y culturas supremacistas. Las mujeres que forman parte de esos pueblos y culturas son parte de *el otro*, el diferente nombrado desde el euro y otros centrismos. En su modernización, esos pueblos hacen la crítica de la exclusión y dejan de ser *el otro* por voluntad propia, en pos del multiculturalismo equitativo. Diversas identidades culturales reivindican el derecho a ser consideradas en igualdad. Las mujeres de estos grupos viven su sincretismo como la oposición antagónica de concepciones, formas de ser, sentidos de la vida y formas de hacer. La mentalidad supremacista está inserta en el conflicto subjetivo y se asocia, desde luego, a la identidad.

Las mujeres se sienten identificadas con su cultura de origen y, aunque vivan pautas, normas y actividades de la otra cultura, la desvalorizan o la exaltan, algunas la rechazan en bloque ideológicamente y afirman su autoidentidad tradicional; otras, la asumen y tratan de negar, ocultar y eliminar las manifestaciones de su cultura originaria. Algunas más tratan de hacer un arreglo siempre en conflicto y tensión y, aunque ideológicamente den más valor a una de las partes, van creando su propia amalgama. Desde luego, este conflicto intercultural tiene como eje al género.

Los conflictos mayores se dan entre las formas tradicionales de ser mujer y las formas de ser mujeres modernas siempre referidas a las mujeres identificadas como modernas. Aquí se presentan varios conflictos: la confusión entre ser moderna y volverse como *ellas*, hacia quienes se fomenta un desprecio como reacción al supremacismo de género moderno y racista. Otro conflicto surge del sentimiento de traición a lo propio, a la comunidad, a la raza, al pueblo, si se aceptan ciertas pautas de género: desde luego aquellas ligadas a la sexualidad, los derechos de las mujeres y la emancipación de género. Es una traición selectiva porque no se produce ese sentimiento al asumir pautas modernas. El anhelo de emancipación en una vía propia

se manifiesta con desprecio hacia la modernidad y a las mujeres modernas y, al mismo tiempo, con una pretendida apropiación de unas condiciones y no de otras.

Y un conflicto más se produce porque en la vía de la modernidad las mujeres encuentran el camino para nombrar la opresión de género que viven en sus pueblos y comunidades sometidas por sus propios “hermanos”. Reconocer esa opresión y desmontarla es considerado por los hombres como un atentado a ellos y a la propia cultura, a los antiguos, y esto se interpreta ideológicamente, desde un purismo cultural, como parte de una nueva colonización. Conciben que para mantener la unidad de su pueblo las mujeres deben mantenerse fieles a su etnopatriarcalismo. Ellos cambian y se modernizan y ellas deben actuar el arcaísmo bucólico para que todas preserven lo que les es propio.

Así se superponen el sincretismo cultural y el sincretismo de género. Por eso en tal situación la autoestima de las mujeres es compleja: Hay una raigambre cultural de pertenencia a un grupo o pueblo específico que, en términos generales, ha estado sujeto a formas de dominación y además ha sido desvalorizado en su identidad y su estima étnica o racial. Algunas mujeres pueden sentir una baja autoestima debida a esa desvalorización y a la vivencia de discriminación por su condición étnica o racial.

De forma reactiva o por tradición, hay mujeres que desarrollan una autoestima cultural agrandada para hacer frente internamente a la desvalorización. Con todo, a menudo se despierta en ellas un nuevo interés, otra mirada a lo propio, se genera la revaloración, e incluso se actualizan hechos, actitudes, tradiciones o costumbres que se habían desvanecido. Más aún, muchas lenguas originarias de estos pueblos han sido rescatadas y las mujeres, de ser hablantes y transmisoras, se han convertido en escritoras en su lengua materna. Saberse portadoras y transmisoras de una lengua se ha convertido en un valor de género

positivo, hecho conmovedor ya que desde una visión etnicista se veía a las mujeres como atrasadas porque sólo hablaban en su idioma. Hoy se considera que aunque haya sido por discriminación, muchas lenguas se han conservado como bagaje cultural gracias a las mujeres, como un saber femenino, mucho más allá del *logos*.

No obstante, esas mismas mujeres han vivido al mismo tiempo, con dobles esfuerzos, experiencias de desarrollo personal moderno de las que están orgullosas porque son parte de sus aspiraciones y de su participación. Sin embargo, aquello que las hace sentir valoradas personal y socialmente puede ocasionarles graves conflictos en sus familias, sus comunidades y sus organizaciones, porque atenta contra la unidad de su pueblo. Dimensiones de su persona valoradas por ellas no son aceptadas en el mundo de la mixtura racista y etnicista. La dialéctica de la autoestima es, en estos aspectos, la dialéctica de las identidades ideológicamente expresadas y de la capacidad de cada mujer de ir integrando los componentes de su persona en una unidad, provengan de donde provengan, para eliminar la escisión. Hacer del sincretismo una dimensión positiva de la autoestima puede permitir la experiencia subjetiva y social de poseer una riqueza personal.

La conformación de la subjetividad a partir de esta amalgama hace que cada quien sostenga al mismo tiempo ideas, interpretaciones y valores diferentes sobre la misma referencia, hasta el extremo de sustentar ideas y percepciones contrapuestas y antagónicas. Una suerte de incoherencia ideológica, moral y de conocimientos está presente en la cultura contemporánea sincrética, como resultado de tradiciones diversas y de la superposición de núcleos culturales. Se trata de *culturemas* que sintetizan visiones del mundo cuyo contraste directo ha provocado en muchos casos conflictos históricos enormes. Conjuntados en la mentalidad de cada mujer, pueden generar importantes conflictos subjetivos tanto internos como con los otros y las otras, con

la sociedad o con el mundo. Si la incoherencia no es muy confrontante, es posible que no ocasione conflicto. Sin embargo, es notable el sinfín de hitos vividos por las mujeres como dilemas entre creencias y conocimientos, experiencias, valores y mitos, y entre experiencia vivida y utopías vitales.

✓ **Clave:** Lo notable en el umbral del milenio es la negación de la historia y de la razón, la exaltación de interpretaciones esotéricas, mágicas y metafísicas, y de formas de irracionalidad reivindicadas como superiores y más espontáneas en un esencialismo femenino. Al acudir a estas ideologías, se ignora que se contribuye a recrear una forma de enajenación cultural femenina intencionalmente inducida en las mujeres con fines patriarcales: experimentar la vida y el mundo a través de las creencias y no de las evidencias, creer en la sobredeterminación, en seres sobrenaturales que intervienen en la propia vida. El fin perseguido así es que las mujeres crean en todo excepto en ellas mismas.

Elaborar la autobiografía permite acceder de manera práctica a un recurso invaluable para la significación de la propia vida, de la autoidentidad y de la autoestima: para tener un sentido propio del sí misma. La conciencia histórica de la propia persona ubica a las mujeres en la sociedad y en la historia, y enfrenta su exclusión simbólica al interpretarla como un recurso de dominación contra las mujeres. Permite hacer conexiones y descubrir causas concretas de lo vivido, dejar de creer que lo propio es inaprehensible y asumir que su comprensión implica abandonar el pensamiento mágico y ocultista para conocer, interpretar y profundizar en los conocimientos desde una perspectiva analítica iluminadora.

Pero el problema no radica para muchas mujeres sólo en la carencia de una elaboración subjetiva. Esta carencia corresponde con la configuración tradicional de las mujeres que no tienen autoidentidad individual. Su autoidentidad está *fusionada* a los otros y las otras, a algún *otro*, a la familia, la pareja, las hijas,

los hijos, los padres. No se conciben sino como parte de una relación, de otra persona o de un *corpus*. En lo público, muchas mujeres trasladan esta *autoidentidad fusionada* y se asumen como parte de una empresa, una comunidad, una organización o un grupo. Estas identidades van más allá de una adscripción e implican la creencia compartida por mujeres y corporaciones de que las mujeres les pertenecen, son una de sus partes y, desde luego, son propiedad de personas, familias y comunidades.

En las prácticas sociales se asientan y realizan esas creencias: las mujeres son tratadas como apéndices, como seres sin voluntad y sin conciencia propias. En tanto no han vivido suficientes procesos de separación y definición de límites personales, es decir, de individualización social, no tienen autoidentidad individual. Las mujeres son *parte de...* Su autoidentidad es *satelital*, se asumen como apéndices de *otros*, de seres definitorios y centrales en sus vidas. Son los otros y las otras quienes protagonizan sus vidas desde la centralidad y la jerarquía; ellos habitan, colonizan y dan identidad a las mujeres. Por eso el estado de la autoestima de las mujeres que *son-para-otros* es dependiente, vulnerable y frágil. Es una *autoestima en cautiverio*.

✓ **Clave:** Para las mujeres que quieren ser independientes pero no pueden, relacionarse de esa manera y no saber hacerlo de otra les ocasiona un conflicto de conciencia que las hace sentirse mal consigo mismas, lo que baja su autoestima. Estar atrapadas les produce, además de los inconvenientes obvios, un choque con su autoimagen y su autovaloración. Esta tensión puede ser productiva si obliga a cambiar a las mujeres, a que se repositionen en el centro de sus vidas y, desde la centralidad, recomponen los poderes en las relaciones y eliminan las brechas jerárquicas. Ese movimiento es crucial porque permite que cada mujer protagonice su propio proceso; conduce a transformar la vida cotidiana y las relaciones reales porque parte de un reacomodo profundo del Yo marginado al *Yo central*. En este camino cada mujer

se transforma de cautiva y habitada, en individual y autónoma. Su fuerza vital proviene de *sí misma*.

Sin embargo, para mujeres que concuerdan con la cultura corporativa que las hace ser apéndices de *los otros* o que por dependencia las constriñe a vivir así, no es evidente que sus problemas de autoestima estén tan relacionados y determinados por su falta de individualidad. Pero lo están. Paradójicamente, lo que las hace felices atenta contra su estabilidad.

Por ello el ejercicio biográfico es para muchas mujeres la primera oportunidad de reflexionar sobre su propia vida, sobre su propio Yo. Para muchas es difícil. A las dos palabras ya están definiéndose a través de *otros* y quedan relegadas en su propio discurso. A otras, que han vivido más procesos de individualización les es más fácil, y pueden hacer el relato de su vida como protagonistas: *los otros* y *las otras* aparecen pero no ocupan los estelares. En ciertas esferas vitales, aun mujeres más individualizadas dejan de ser individuales y aparecen adheridas, subsidiarias de *los otros* y *las otras*, adheridas a ellos. No es sólo un problema del lenguaje o del discurso, sino que en la vida cotidiana y en su historia están realmente fusionadas. Así, este ejercicio puede hacer evidente en estos casos el *sincretismo en la autoidentidad*: cada una es o ha sido, en parte individua (moderna), en parte satélite (tradicional).

✓ **Clave:** Las mujeres con una mayor autoconciencia saben que su bienestar, su alta estima y su seguridad les han costado mucho esfuerzo. Saben también que preservarlas implica necesariamente resguardar su independencia y su autonomía. Y no están dispuestas a perderlas. Parte de su solidez y de la fortaleza de su autoestima se funda en haber descubierto cómo “ser ellas mismas” y que se han esforzado por no perderse en *los otros* y *las otras* que las convocan insistentemente a no tener límites personales y a subsumirse en sus deseos. La moral femenina tradicional y moderna plantea como valores positivos de las mujeres actitudes, maneras

de ser y prácticas de vida que favorecen su ilimitación, impiden su delimitación y colocan a las mujeres a disposición de *los otros y las otras*. Así, la defensa y la recreación cotidiana de la individualidad como un pilar, un soporte y un valor profundo es una experiencia constante que aunque difícil y desgastante, genera experiencias positivas y es la única vía para preservar la autoestima.

✓ **Clave:** La biografía es un recurso de vida, es un capital simbólico y una ampliación de la autoidentidad. Desde luego es un ejercicio de autoconciencia y una práctica de individualización. No sólo vivo, analizo mi vida, la ordeno y la desordeno, sino que, además, explico, concateno, interpreto, dudo y doy significado a la experiencia y a la propia existencia en el mundo: miro al mundo al mirarme vivir. La autobiografía redimensiona a la mujer que la hace y le permite identificar sus experiencias más significativas, incluyendo algunas olvidadas, y entender cosas que le parecían incomprendibles, así como dejar de creer en cosas que creía o de valorar otras, desapegarse de hechos y un sinnúmero de experiencias subjetivas de resignificación vital.

♀ M.L. Pido a cada una que escriba breve pero generosamente su *autobiografía*: Yo soy... nací en... y así hasta ahora. La idea es hacer un recorrido por la propia historia y dar cuenta de *quién he sido* desde el nacimiento hasta la actualidad, de la que *fui siendo* y de *cómo he sido*. Es preciso destacar, por etapas, el modo de vivir y las condiciones de vida, los hechos significativos, los episodios particulares, las carencias y los recursos, los conflictos marcadores, los logros y las realizaciones, así como el estado de la autoestima en ese devenir.

Las etapas pueden ser convencionales, por edad (infancia..., adultez), continuar con la guía de los *ejes vitales*, es decir, las definiciones y los aspectos de su condición de género y otras condiciones sociales más significativas.

- ✱ *Cada una* escribe su *autobiografía* y recalca el *estado de su autoestima en cada etapa*.
- ✱ *Grupos*: Cada una expone su *autobiografía* y las demás escuchan reconociendo lo específico de cada quien, pero comparan para identificar semejanzas y diferencias significativas en los hechos relatados y en su relación con la autoestima. De manera individual en el grupo, cada una traza en una hoja grande de papel, de manera esquemática, su *historia cronológica*, los hechos que la marcan y sus hitos. Utiliza sus fotografías para construir con ellas su recorrido vital. Al terminar cada grupo tiene esquemas comparables con las historias de vida de todas.
- ✱ *Todas*: Analizamos los *contenidos de vida por ejes vitales*, comparamos por generaciones, por edades y otras condiciones sexuales, sociales, culturales, raciales. Todo lo analizamos como la base de la *autoestima*. Se pueden hacer diferentes exposiciones fotográficas colectivas por semejanzas entre las participantes o precisamente por sus diferencias para compararlas entre sí.

Ejes vitales de la autoestima

♀ **M.L.** Explico que hay un conjunto de ejes que definen la condición de género de las mujeres, con el objeto de que cada quien analice su autobiografía a la luz de dichos ejes. Veamos:

La sexualidad es el eje vital definitorio en la construcción de género y en la experiencia vivida desde el cuerpo femenino sexuado. Este eje atraviesa la vida, define sus hechos y marca la identidad personal; puede ser seguido por etapas delimitadas por eventos sexuales, prácticas sexuales, carencias, condición y estado de la sexualidad, *autoidentidad y autoestima sexual*.

La escolaridad, eje vital marcador de la condición moderna, puede ser seguida a lo largo de la vida a través de facetas más o menos institucionales que definen períodos escolares: primaria, secundaria, bachillerato, educación técnica, estudios uni-

versitarios, posgrado, diplomados, cursos de formación, capacitación, actualización.

El eje vital del trabajo marca la condición moderna de las mujeres pero también la tradicional. Es posible seguirlo a través de la vida por actividades, oficios, labores, trabajos, empleos, actividad profesional, y relevar en cada caso la posición, el avance y el éxito laborales o profesionales y los conflictos en esta esfera de la vida.

La condición económica marca el eje vital de la economía y puede observarse a través de períodos marcados por sucesos como crisis, enriquecimiento, bonanza: antes de la crisis, después de la bonanza, cuando se inicia la autosuficiencia, etcétera.

Los hitos vitales

Es importante personalizar mucho más la indagación anterior, marcando *hitos vitales* que son experiencias y hechos definitivos o marcadores, acontecimientos personales extraordinarios. Para encontrar esos *hitos* es posible pensar en la primera vez que hice esto, que me pasó aquello, que dejé de..., la última vez que... Ese *hito* se convierte en *un día especial en la vida*, porque define cambios de *estado vital* que abren nuevas etapas en el proceso de vivir. Antes de ese día la vida era diferente en... y después de ese día la vida cambió en..., o yo cambié de tal manera.

Cada una puede evocar esos días marcadores y organizar su autobiografía cronológicamente con los días especiales como *guías analíticas* de *autoidentidad (quién soy)*, de *situación vital (cómo vivo)* y de *autoestima (cómo me siento y qué hago por y para mí)*.

✓ **Clave:** El ciclo de vida es un entramado histórico entre la condición de género y la edad (la época, la generación). Está definido también por la posición social familiar, de clase, y por las condiciones sociales, económicas y culturales de la vida personal en la época histórica en que ha transcurrido. Con todo y que en la vida hay etapas muy definidas, ca-

da quien experimenta un gran dinamismo: cambios físicos, de desarrollo subjetivo, de formación y adquisición o pérdida de habilidades y saberes, de experiencias y relaciones, de salud, de posibilidades y limitaciones. Cada una ha vivido experiencias injustas y requiere identificarlas.

El orden patriarcal hace que la sujeción y el control sean parte de las relaciones familiares y sociales. La ideología patriarcal moderna sobre la existencia (con sus pilares de edad y de maduración de género) hace creer a las mujeres que, al crecer se irán independizando y dejarán de estar sujetas, que el progreso es parte de sus vidas y que con independencia y progreso sobrevendrá la libertad.

✓ Clave: No siempre y no todas las mujeres viven la existencia como un proceso creciente de libertades y desarrollo personal. Por el contrario, hay mujeres cuyas condiciones de clase y de carencia de desarrollo social hacen que se incrementen las cargas, los apremios y la pérdida de condiciones de vida: no cuentan con apoyos sociales suficientes y no encuentran oportunidades; su autoestima se daña día a día aunque no lo quieran.

La *privación humana*, imposición del orden sexual, socio-económico y político en la actualidad neoliberal, es un atentado no sólo contra la autoestima sino también contra la propia existencia. Es preciso reconocer que ésta es la condición de la mayoría de las mujeres del mundo. Hoy sabemos que en condiciones sociales de pobreza las mujeres son más pobres, que en condiciones de guerra las mujeres, las niñas y los niños son objeto de violencia militar, que la mayor parte de personas refugiadas en el mundo son mujeres. Y que en condiciones anti-democráticas o autoritarias el despotismo elimina o no reconoce los derechos de las mujeres a participar, a educarse, a hacer política, a desarrollarse económica y culturalmente.

✓ Clave: La mayoría de las mujeres vive formas de enajenación sexual, no tiene derechos sexuales. Sólo interviene

con conciencia en su sexualidad después de muchos traspies, equivocaciones, abusos o creencias falsas, abandono conyugal ante la maternidad y las responsabilidades familiares, embarazos abruptos y no planeados, abortos siempre difíciles, contagios de enfermedades de transmisión sexual (en la era del SIDA), descuidos y desatención de la salud, y un sinnúmero de experiencias opresivas, riesgosas y dañinas. El tráfico sexual de personas se enseña mayoritariamente contra mujeres que son explotadas y enajenadas sexualmente.

✓ **Clave:** La condición sexual de las mujeres en el mundo contemporáneo está definida a partir de su *cuerpo-para-otros* y una sexualidad expropiada. Se trata de un cuerpo erótico y estético cosificado, y una sexualidad en cuya definición intervienen con legitimidad hombres, instituciones, legislaciones. Como dimensión sincrética, la sexualidad ha sido el espacio de una confrontación profunda que ha marcado al siglo XX en las experiencias y las prácticas sexuales, amorosas y de convivencia. La conciencia, la autoidentidad y la autoestima de las mujeres se han visto cimbradas por los cambios. A partir de la opresión sexual se ha desmontado parcialmente la cosificación erótica y estética definatoria de la condición genérica patriarcal, gracias a los esfuerzos concretos sociales, jurídicos y culturales de mujeres que han redefinido cuerpos y sexualidades como soporte de la individualidad personal y de la ciudadanía.

Esa resignificación sexual y corporal ha implicado el desarrollo de la crítica ideológica, la construcción jurídica de normas en el Estado, la transformación de relaciones y prácticas sociales. Todo lo cual ha pasado por cambios de la propia experiencia sexual, corporal y subjetiva, para eliminar, en primer término, la autocosificación y lograr la innovación de las prácticas y las relaciones sociales.

✓ **Clave:** *Los otros* y *las otras* han debido cambiar también, aunque lo han hecho en mucho menor grado y muchas

veces contra su voluntad. Otros no han cambiado, pero las mujeres han definido su propio camino. No olvidemos que los avances de las mujeres son vividos como pérdida de valores y de poderes, en especial los de propiedad, mando y control, y son definidos como atentados a las libertades patriarcales de los hombres. Los hombres sienten pérdidas porque los poderes y las libertades de sus masculinidades están fincados en la supremacía de género, son parte de su identidad de género, de su autoidentidad y de su posición social.

En las relaciones de pareja, a pesar del mandato de obediencia sexual, muchas mujeres se han deslindado críticamente de la sexualidad masculina y han propuesto cambiar pequeñas o grandes cosas, prácticas sexuales, valores, creencias, ignorancias, conocimientos y prejuicios sexuales, pero también formas de trato e interacción, sobre todo las violentas y enajenantes. En la pareja algunos hombres han sido llevados por las mujeres a relacionarse con ellas en respeto a su dignidad, sus deseos, su personalidad, sus derechos y sus límites. Lo sustantivo ha sido la redefinición de las relaciones de género a partir de un nuevo principio de las mujeres, moderno y feminista: en las relaciones de pareja: ambas personas son *sujetos*, ni más, ni menos. Ante estas nuevas necesidades sexuales de las mujeres los hombres, en su mayoría, oponen resistencia, se niegan y reaccionan conflictivamente. Unos con más violencia que otros.

Médicos (médicos, porque la mayoría de quienes tratan a las mujeres son hombres) han debido dialogar con sus pacientes y respetar sus decisiones sexuales, e incluso modificar sus prácticas médicas y sus formas de atención. Familiares y parientes de las mujeres, con dificultad, se han visto obligados a cambiar tratos inequitativos y formas desiguales de relación, y han tenido que aprender nuevas formas de convivencia, que aceptar definiciones femeninas de la sexualidad, que respetar los cuerpos de las mujeres y la eliminación de sus mecanismos de control. Han debido adaptarse a la pérdida de sus fueros y de sus formas

de entender el mundo y de sus aspiraciones. El surgimiento de libertades de las mujeres disloca las relaciones familiares y reorganiza en parte la vida familiar. No sin conflictos. Amistades, colegas, compañeros de trabajo o de actividades que encuentran barreras a sus incursiones siempre sexualizadas para abordar a las mujeres, reaccionan con hostilidad y desconcierto.

✓ **Clave:** La sexualidad ha sido una dimensión profundamente afectada por la dominación de género, y las mujeres han sido objeto de opresión sexual. Todavía, para la mayoría de las mujeres, la sexualidad está marcada por riesgos y anhelos de realización autoidentitaria. Y de afirmación de la autoestima.

Experimentar la sexualidad bajo las normas tradicionales de la política patriarcal hace que cada paso de realización sexual sea para las mujeres, a la vez, un paso de dependencia, de sujeción, de vulnerabilidad, de violencia, de limitación del desarrollo personal y de pérdida de libertad que constituya un *cautiverio sexual*. A partir de la condición política sexual impuesta, una de las experiencias más modernas de gran número de contemporáneas a lo largo del siglo xx, se delinea ahora con la resistencia, la crítica y la insubordinación a esa sexualidad cuyo sentido patriarcal es dar poder, placer, amor y vida *a los otros y las otras*.

✓ **Clave:** Las mujeres se han ido apropiando de su existencia y de su ser al desmontar el uso de su sexualidad y su instrumentalización sexual al decidir, intervenir y definir algunas pautas, hechos y experiencias sexuales, y al incidir en el sentido y los contenidos de las relaciones con *los otros y las otras*. Por eso, para muchas han cambiado la autoidentidad sexual, la autoimagen y la autovaloración cuando desechan los valores sexuales tradicionales, dejan de vivir en cumplimiento de sus deberes y mandatos, deciden el sentido propio de la sexualidad y finca la *autoestima corporal, sexual y erótica* en una resignificación erótica, estética y ética.

La vivencia de experiencias prohibidas, la vocación de eliminar tabúes, el anhelo de la justicia sexual y amorosa, han definido la osadía de las mujeres a lo largo del siglo xx. La nueva sexualidad se ha definido en torno de tres pilares que trastocan la sexualidad patriarcal y salen de ella: son la equidad, las libertades y los poderes sexuales y eróticos. Desde luego que la revolución de la sexualidad ha impactado, y no sólo por rebote, la vivencia del amor. El deseo de amar sin dominación ha sido la clave de la invención amorosa de las contemporáneas. En el extremo se le ha llamado amor libre a una utopía amorosa compartida, a principios del siglo pasado, por mujeres y hombres de vanguardia. Hoy millones de mujeres anhelan amar y ser amadas en libertad y con respeto a su dignidad.

Las sociedades no han terminado de aceptar que en el siglo xx se haya producido una profunda revolución sexual y de género que ha tocado a millones de mujeres en el mundo. Algunas de ellas apenas lo registran y otras más desarrollan decididas políticas de Estado para preservar su opresión, la supremacía de los hombres y una convivencia miserable. Sin embargo, ahí donde se han ido produciendo cambios, la sexualidad de una cantidad significativa de las mujeres ha cambiado de signo al primar tendencias a la independencia, a la eliminación de la violencia en las relaciones, a la vigencia de derechos en sus vidas y en particular de derechos sexuales vitales; estos derechos no son sólo y no siempre jurídicos; en muchos casos todavía sólo son conciencia y práctica cotidiana no generalizadas.

✓ **Clave: Esa metamorfosis se ha producido a lo largo del siglo xx y con enormes diferencias por países, regiones, culturas y clases sociales, debido a transformaciones en los papeles sociales y laborales, a intereses demográficos y socio-económicos, y a redefiniciones culturales que inciden en la condición sexual y de género de las mujeres. Pero por encima de todo, debido a la convicción de las mujeres por experimentar la sexualidad y las relaciones con *los otros* y *las***

otras, de manera que esas esferas dejen de conducir a experiencias enajenantes y signifiquen, en cambio, la vía del goce, la satisfacción, el encuentro positivo y la creatividad. Han sido verdaderas revoluciones sexuales y amorosas en las vidas de mujeres, como un movimiento autogenerado por cada mujer en su vida. De ello se han nutrido los movimientos políticos feministas, síntesis de nuevas autoidentidades de las mujeres y de su capacidad política de cambiar las cosas en sus vidas y en el mundo. Los nuevos contenidos y pautas sexuales ya son parte de la experiencia y la subjetividad de contemporáneas modernas. Con todo, como mujeres en transición, su sexualidad es *sincrética* en dos sentidos trazados de forma esquemática: unas viven una época de su vida sexual de manera tradicional y sólo después de algunos hitos, se modernizan; otras viven la simultaneidad conflictiva de lo tradicional *cuerpo-sexual-para* y lo moderno *ser-sexuada-con-derechos-poderes-libertades*; la mayoría vive a la vez ambos esquemas de manera inestable.

En cuanto al *eje vital del desarrollo*, sabemos que aun en condiciones de bonanza económica y social y en sociedades reconocidas como democráticas, se escatiman oportunidades, recursos y espacios de decisión a las mujeres. Un sinnúmero de condiciones lesivas afecta la vida de millones de mujeres contemporáneas. Los problemas de autoestima provienen de condiciones lacerantes que atentan contra la integridad personal y el desarrollo de las mujeres: mayores dificultades de empleo o de ascenso laboral, competencia desigual, empleos bajos para la calificación escolar y laboral, bajos salarios por ser mujeres, horarios que contrarían las responsabilidades privadas, imposibilidad de acceso al crédito, a la capacitación para la producción y el empleo; la limitación del acceso a la tierra y a los medios de producción, la falta de libertades para usar los recursos obtenidos, la informalidad y discontinuidad en el empleo, la incompatibilidad de jornadas, la escasez de servicios, entre otras condiciones.

✓ **Clave:** No obstante, es revelador que las sociedades de relativa abundancia deban ésta, entre otras cosas, a la incorporación de las mujeres con derechos a la vida pública y a la intervención de los derechos en la vida privada. Y que en esas sociedades sean visibles tendencias equitativas y un mucho mayor desarrollo personal de las mujeres apoyado por las instituciones y por las personas.

La clave histórica es que cuando el desarrollo beneficia a las mujeres y no sólo se apoya en su esfuerzo vital y a su trabajo, mejora la vida de las mujeres, se incrementan logros en su desarrollo personal y las sociedades experimentan avances de democratización de género y mejoría social, económica y política en general. Mejora la capacidad social instalada para atender necesidades vitales y en ese sentido se avanza en la democracia social, disminuye la población, mejora la educación social, aumentan la producción y la circulación y el consumo, se genera más riqueza y se redistribuye con mayor equidad. Desde luego, con la participación de las mujeres cambia la política. A exigencia de las mujeres se coloca como parte de un nuevo paradigma social la urgencia de construir formas de relación que no estén definidas por la violencia y la propiedad privada de las personas, el reconocimiento recíproco de derechos y la solidaridad en la vida cotidiana. Esta concatenación de procesos moviliza las mentalidades y coloca como un valor fundamental a la libertad.

Es significativo, entonces, el surgimiento del desarrollo como parte de la autoidentidad y la autoestima de las mujeres en sus vidas. La dimensión moderna de género implica el desarrollo con sus contenidos: avance, enriquecimiento y complejidad vital, transformación de la subjetividad, incidencia social a través de actividades, trabajo y participación. En cambio, en la identidad tradicional de género no existe el desarrollo como transformación abierta. Las mujeres son formadas para desarrollarse naturalmente en el ciclo de vida a través de etapas de

edad y cumplimiento de deberes de género. La diferencia está en que en lo tradicional el desarrollo es considerado como un hecho natural y no implica la transformación evolutiva de las mujeres; mientras tanto, en la formación moderna de género se hace una síntesis: sobre el piso del desarrollo como deber de género se superpone el desarrollo como autocreación con esfuerzo y voluntad y creación social de procesos inéditos en la mujer que así lo vive.

Seguir el eje vital del desarrollo a lo largo de la vida implica recorrer la superposición de ambos “desarrollos” y analizar en qué benefician a cada mujer, cómo se articulan sus procesos, cómo se obstruyen. Hay que tener claro que por sus contradicciones obvias son las más de las veces antagónicas en su simultaneidad. Sólo son complementarios en las ideologías patriarcales. De todas formas, la autoidentidad recoge ambas líneas y la autoestima tiene como contenido las realizaciones, los impedimentos y la valoración social y propia del desarrollo personal. Innumerables contemporáneas experimentan agudas formas de *escisión vital* producidas por las tensiones y contradicciones entre estas dos materializaciones del desarrollo asignadas como condiciones de vida imperantes.

El eje vital de la edad tiene como materia el tiempo vital que se transforma en la existencia de cada mujer. La edad contiene implícitas formas de crecimiento y desarrollo, y marca etapas de la vida con particularidades en el modo de vivir, en las formas de relación, la dedicación, las actividades, las posibilidades y el acceso a oportunidades y también los impedimentos y las prohibiciones. Desde luego cada edad es un compendio de relaciones de poder.

✓ **Clave:** Hay etapas de la vida en que se recrudecen los controles externos en vez de disminuir, y hay estados de vida que imponen restricciones a mujeres e inauguran sorprendentes peligros y riesgos que no alcanzaban la magnitud referida. Son *hitos* y estados o etapas de pérdida de libertades.

En otros estados de vida, se desvanecen y desaparecen aspectos opresivos y por ello emergen goces de libertades. Es frecuente que al mismo tiempo surjan formas de precariedad por edad o por enfermedad.

Y, desde luego, en la vida de las mujeres hay etapas más densas. Una de ellas es la juventud. Fantaseada como una etapa de realización de sueños acariciados y anhelados y de felicidad, es, de hecho, una etapa de enorme densidad vital en la que se conjugan cambios de estado vital e incluso profundos cambios existenciales y de identidad en la vida de las mujeres: anhelos y deberes educativos, laborales, conyugales, amorosos, sexo-afectivos y eróticos, maternidades, responsabilidades comunitarias de ciudadanía, participación social y política, actividades de diversión y de nutrimento intelectual y cultural, por sólo citar grandes ejes que se condensan en unos cuantos años de vida y significan transformaciones sustantivas en las mujeres, crisis, reacomodos y una gran capacidad de adaptación a la vez que de trabajo y de esfuerzo vital.

Otra más es la vejez poco visibilizada y preparada en períodos anteriores de la vida. Si se vive con un soporte comunitario, con recursos y desde un espacio propio, puede ser un estado de menores exigencias sociales, de enorme creatividad y, desde luego, de libertad. Es notable ver que en modos de vida tradicionales, con sólido tejido social y cohesión comunitaria, las viejas y las ancianas son cuidadas (aunque haya precariedad) y en ocasiones están en posición de autoridad, gozan de prestigio y se les reconoce su sabiduría. En condiciones modernas de alto desarrollo, la sociedad crea instituciones, mecanismos de seguridad social y soporte económico que permiten a las viejas contar con un piso vital y una holgura tales que su autoestima se potencia y quieren vivir con intensidad.

El sincretismo de género es una experiencia particular en mujeres viejas cuya primera parte de la vida fue tradicional y que

vivieron formas estrictas de opresión; sin embargo, al divorciarse, al enviudar, o cuando sus hijos e hijas “se van” o se atienden solos, ya mayores, se emancipan y viven los goces de libertades recién descubiertas. Muchas de ellas cambian de actividad, inician empresas, hacen política y cosas de su interés con sorprendente energía. Miramos a esas viejas estudiar, recrearse, hacer cosas que nunca hicieron, salir, viajar y pasear con sus amigas y divertirse o disfrutar de la soledad. Quienes viven así su vejez dicen que la serenidad permea su cotidianidad. La autoaceptación y una profunda capacidad de *goce vital* emergen de una historia personal enriquecida.

Sin embargo, millones de mujeres en el mundo viven una vejez a la que se ha expropiado la calidad de vida. Tras haber cuidado vitalmente a *otros*, no hay quien las cuide ni familiar ni comunitariamente. No hay instituciones ni recursos suficientes para ellas, incluso siguen cuidando y deben trabajar arduamente cuando necesitan dejar de hacerlo. Tras haber escuchado y apoyado a *otros*, no tienen compañía. Muchas viven en la precariedad y la pobreza, enfermas y sin atención. La inseguridad y el abandono las moldean. Y, en vez de beneficiarse de su esfuerzo vital invertido durante largos años y gozar la vida o tener condiciones para enfrentar la pérdida de habilidades y destrezas o las enfermedades, se encuentran en un grave desamparo. La desigualdad se recrudece y la amargura, la tristeza y el desaliento invaden su autoestima dañada, cuando, en justicia, deberían estar en condiciones de apoyarse en una sólida autoestima y gozar de buenas condiciones de vida para enfrentar sus avatares y prepararse al bien morir.

Cada edad y condición vital tienen sus bemoles y sus beneficios. Es preciso ponderar unos y otros. Pero hay fenómenos de género ligados a la edad, la sexualidad y la estética, que es necesario conectar entre sí. Son paradojas de género porque a la vez estimulan el crecimiento y el desarrollo de las mujeres.

Taller: Autobiografía y sincretismo

♀ **M.L.** La palabra *sincretismo* significa conjugación de componentes, de tradiciones, de estilos, de culturas. Muchos procesos históricos han producido sociedades y culturas *sincréticas*: lenguas, religiones, mitos, formas de organización y hasta de economía o de Estado, son producto de la mezcla surgida las más de las veces de procesos violentos. Sin embargo, ha habido en la historia numerosos encuentros confiables y respetuosos que han permitido intercambios no gravosos y formas no opresivas de *sincretismo*. Todas las culturas contemporáneas son *sincréticas* en alguna medida y lo serán más con el avance de la globalización y la emergencia de particularismos. Todas las mujeres vivimos en sociedades que son *sincréticas* a su manera. Como parte del mundo globalizado compartimos tajadas de cultura y experiencias cada vez más mundiales que se convierten en componentes afines en nuestro *sincretismo* personal; en cambio, no compartimos otras, tanto globales como particulares.

Las mujeres contemporáneas, además de vivir en comunidades con formas de vida social y de cultura relativamente *sincréticas*, somos además *sincréticas como mujeres*. A eso le llamo *sincretismo de género*.

✓ **Clave:** El *sincretismo de género* nos hace vivir como mujeres modernas y tradicionales a la vez, adquiere su propia especificidad en cada período de la vida (en la infancia..., en la vejez, antes de migrar, después de una tragedia), en cada eje o esfera vital (sexualidad, salud, formación, trabajo y creación, derechos, relaciones vitales, bienestar), en cada estado (soltería, maternidad, conyugalidad, salud o enfermedad, empobrecimiento o mejoría, estatus y posición, participación social o política) y en cada ámbito (privado, público, doméstico, familiar, comunitario, internacional, enredado).

* *Cada una escribe* en qué y cómo ha sido *sincrética* a lo largo de la vida. Para hacer visible el *sincretismo*, regresa a su

autobiografía y en secuencia cronológica marca en cada etapa los cambios de estado y los ámbitos específicos en que suceden los hechos de la vida; con conceptos clave y colores diferentes enuncia las ventajas, los obstáculos, las contradicciones, los conflictos y las oportunidades que le ha significado el *sincretismo*.

✱ **Grupos:** Tratan de fijarse si sus integrantes comparten aspectos tradicionales y aspectos modernos de género. A manera de inventario colectivo, se nombran lo tradicional y lo moderno. Además de calificarlo individualmente. Es posible que aspectos tradicionales de la vida como mujeres sean considerados positivos, rescatables, o mirados con nostalgia y añoranza; también pueden ser definidos como nocivos, limitantes, dañinos. Se trata de intercambiar en el grupo lo que se descubre con su sincretismo.

✱ **Todas:** Los grupos comparten, y buscamos semejanzas y diferencias.

♀ **M.L.** Hago evidentes *coincidencias sincréticas* entre mujeres de diferente edad, etnia, posición de clase, política o religiosa. Lo reitero para que sea evidente que, en efecto, las mujeres somos diferentes entre nosotras por la clase social, la étnica, la edad, el estado, etcétera, y que además hay entre nosotras desigualdad de oportunidades, acceso a recursos y condiciones de vida. Más aún, hay injusticias por la dominación, antagonismo y recelo entre mujeres adultas y menores, entre mujeres ladinas, blancas o mestizas con las indígenas, las negras o las afroamericanas, las norafricanas, las hispanas; hay injusticias entre grupos de identidad sexual: heterosexuales, homosexuales, lesbianas, etcétera.

Miradas desde una ética feminista esas diferencias, desigualdades e injusticias deben transformarse por una voluntad consciente y un compromiso ético en la sociedad y entre nosotras. Al reconocer este núcleo denso y problemático de las

relaciones entre mujeres, paso a evidenciar las coincidencias transclasistas, transétnicas, transnacionales, transculturales.

Las mujeres compartimos semejanzas innombradas cuando nos afirmamos sólo en categorías de identidad que no son de género. En cambio, son evidentes las semejanzas *trans* cuando nos miramos con perspectiva de género y reconocemos el *sincretismo*. Algunas dimensiones de la condición de género de las mujeres son globales. Es decir, son semejantes aun en su diversidad, aun entre mujeres de países, lenguas, culturas y clases sociales diferentes. Son, por ejemplo, la manera de ser pobres las pobres de todas partes; los esfuerzos generalizados de mujeres para enfrentar obstáculos y acceder a espacios vedados por misoginia; la manera en que somos educadas con ideologías y conocimientos patriarcales, la manera en que anhelamos vivir mejor y en que afirmamos tener derechos, y los crecientes aportes que individual y colectivamente hacemos para eliminar la violencia contra las mujeres o mejorar la calidad de la vida, o para elaborar leyes que nos nombren, acojan y reconozcan como ciudadanas. Somos semejantes, también, porque nos sentimos contrariadas por ser tradicionales y modernas a la vez. Y por sentir que no deberíamos ser así.

✓ **Clave:** Nombrar y reconocer todas estas características permite ir tejiendo la *identificación positiva de género* entre nosotras más allá de las diferencias, y fortalecer la *ética de la diversidad*. Permite asimismo afinar la *autoconciencia sincrética* y la conciencia no desvalorizante de ser contradictorias; y estimula la conciencia de *eliminar la fantasía de coherencia ideal*. Esto permite reducir la omnipotencia y el mandato de perfección asignada a las mujeres tanto tradicionales como modernas.

✓ **Clave:** El *sincretismo* es un recurso de identidad de las contemporáneas y además es una clave de identificación positiva entre nosotras. El *sincretismo* en la conciencia colectiva es un capital político de las contemporáneas y un poderoso elemento de estima colectiva.

NOTAS

¹ En su trabajo *Historia de una historia* (1996: 218), Graciela Bernabó, Manuela Lale Gerard y Luciana Tavernini explican que “ocuparnos de la historia tuvo, en primer lugar, el significado de reanudar esos hilos rotos que nos ligan a nuestras madres, a nuestras abuelas. Solamente la recuperación, la reinterpretación del fuerte vínculo que nos une a ellas, ha permitido la superación del sentimiento de orfandad que hemos experimentado al movernos en un mundo que se propone como el producto de una tradición únicamente masculina, hecha de padre e hijos, en el que la genealogía femenina es variable, marginal; tanto, que no merece ser nombrada”.

² La importancia de construir o relevar la identificación positiva entre las mujeres próximas es nodal para el feminismo contemporáneo. Conforman el más importante descubrimiento cultural del fin del siglo XX e inaugura horizontes más abiertos para cada mujer y para el avance de las mujeres. El beneficio de la autoestima es imprescindible. Las contribuciones de Nancy Frazer, Adrienne Rich, Gloria Steinem, Alice Walker, Shere Hite, Giselle Halimi, Franca Basaglia, Luisa Muraro, Carla Lonzi y la Librería de Mujeres de Milán, María Milagros Rivera y, en general, las feministas de la diferencia, y de otras más, como Amelia Valcárcel, Mabel Burín, Emilce Dio Bleichmar, Liliana Mizrahi, Elena Simón, han develado una dimensión fundamental de la historia y con ella de la identidad de las mujeres: han abierto una nueva dimensión ética en el feminismo.

AUTOESTIMA Y ETNOGRAFÍA DE LA VIDA COTIDIANA: SOY COMO VIVO

La vida cotidiana es el espacio en el que existimos. Está configurada por el mundo de nuestras vidas y el mundo del que tenemos conciencia, sus ámbitos y espacios, las personas cercanas, *los otros* próximos, las relaciones que mantenemos, las instituciones que nos cobijan o nos hacen difícil la existencia. Desde luego, lo que hacemos en el mundo y con nuestra dedicación, definen nuestra cotidianidad: las actividades, los trabajos, los esfuerzos vitales, las problemáticas que enfrentamos cada día, las preocupaciones que nos agobian y las realizaciones que nos colman, nuestras obras y nuestros productos, la incidencia que tenemos en el entorno y cada huella personal. Son parte de la vida cotidiana, también, nuestras diversiones y festejos, las maneras de enfermar y de sanar, de descansar y de disfrutar, y los contenidos y maneras del amor, de amistarnos y de dirimir discrepancias y conflictos. La vida cotidiana está definida asimismo por el uso que hacemos del tiempo, por los recursos, dones y bienes a los que tenemos acceso y por las oportunidades que creamos tanto como por las que dejamos ir.

La vida cotidiana está prefigurada por el conjunto de condiciones materiales y subjetivas de vida, y por nuestra cultura. Es la dimensión vital más extraordinaria que se revela a la conciencia como dada, como un don; sin embargo, de lo que hagamos y dejemos de hacer, es decir, de nuestras maneras de exis-

tir y de vivir, depende en gran medida lo que nos suceda. Es nuestro universo creativo. Nuestra obra es nuestra existencia.

Taller: Autoestima y vida cotidiana

♀ **M.L.** Pido que escriban sobre *su mundo como espacio de vida*.

¿Cómo es la ciudad y el barrio en que viven y trabajan, y cómo se sienten ahí?

¿Cómo es su casa y su habitación propia y, en qué estado está?

¿Cómo es su lugar de trabajo o actividad, y cuáles son sus condiciones?

* *Cada una* escribe *sobre su mundo como espacio de vida: mi ciudad, mi barrio, mi casa, mi habitación propia y mi lugar de trabajo*.

* *Todas: Nos centramos en el estado* que guardan los diferentes *espacios de vida*: cómo nos impacta, cómo nos sentimos ahí, qué nos hace sentir bien y qué nos agrede o incomoda.

Analizamos en qué medida somos responsables del estado de las cosas y en qué medida nos lo imponen, o cómo ni siquiera se nos ha ocurrido que podemos mejorarlo. Hay mujeres muy involucradas en el estado de su barrio o comunidad, y que han sido constructoras de obras públicas, de escuelas, clínicas, centros cívicos y deportivos, han contribuido a introducir el agua o la luz, o han sido promotoras culturales: Todas se sienten orgullosas de su obra, y su autoestima se beneficia de esa valoración. Hay quienes incluyen su estado o región, su ciudad e incluso su país; esto no es casual ya que han contribuido a la configuración de los espacios vitales comunitarios y ése es un aporte de las mujeres a la sociedad. Han contribuido con su participación social y política a la construcción de la democracia y, en muchos casos, también al establecimiento de la paz. Éstos, aunque no estén necesariamente materializados en los territorios mencionados, son, de hecho, territorios de convivencia.

✓ **Clave:** Contribuir al mejoramiento democrático de la vida cotidiana cuenta favorablemente en la autoestima de las mujeres, quienes, aunque lo sean, no siempre son percibidas como constructoras de formas renovadas de convivencia social ni como *sostenedoras del tejido social*. Valorar esos hechos como aportes a la convivencia y como incremento de la calidad de la vida colectiva permite hacer visibles a las mujeres y genera autovaloración y prestigio social para quienes aprenden a mirarse con significación social.

Explico que el medio en que vivimos determina en gran medida nuestras posibilidades. Medios hostiles significan más obstáculos y mayores esfuerzos que medios con recursos. Definen cómo vivimos y las condiciones en que nos desenvolvemos, desde el clima y la frecuencia de eventos amenazantes y dañinos, como inundaciones, sequías, terremotos, hasta el tipo de poblamiento o urbanización. Vivir en una rancharía sin servicios ni centros de salud, educación y abasto, sin comunicaciones adecuadas ni fuentes de empleo, coloca a las mujeres en condiciones de *precariedad y de privación humana*; por más ganas y anhelos que tengan de hacer y deshacer, el ambiente les es hostil y exige a las mujeres el esfuerzo de *sobrevivencia* que hoy definimos como *sobreesfuerzo*.

La manera de sobrevivir también está marcada cuando se vive como migrante, refugiada, exiliada; aunque sea en buenas condiciones, el medio es hostil porque es desconocido, porque la ubicación es marginada y sujeta a dificultades redobladas. En cambio, vivir en sitios con recursos, con servicios fundamentales de educación, salud, de recreación y esparcimiento, y tener acceso legítimo a ellos, coloca a las mujeres en un nivel de vida y no de sobrevivencia. Este hecho beneficia las condiciones de vida y, si se hace consciente, beneficia la autoestima.

Nos interesa entonces, el *estado* en que se encuentra el medio en que vivimos y nuestra contribución para mejorarlo.

El espacio más directamente ligado a las mujeres es la casa, concebida simbólica y materialmente como espacio femenino. La casa es el territorio más próximo a las responsabilidades de las mujeres, y para muchas constituye un espacio de retiro, un claustro, un cautiverio. No es que habiten su casa: están recluidas en ella. Para otras, la casa es un espacio confiable y no es de reclusión. Hay quienes trabajan, comen, duermen, aman y transcurren en su casa, y quienes apenas aterrizan en ella para dormir. Unas ponen gran parte de su autoestima en su casa, sobre todo quienes se autodefinen como amas de casa y, de manera constante, la arreglan, la limpian, la acomodan, la embellecen; a otras les importa de una manera utilitaria y manifiestan poco interés de autoestima en ella. Hay quienes, *sincréticas*, añoran tener condiciones, tiempo, energía y dinero para mejorar su casa, pero no pueden hacerlo, lo que no sólo les incomoda sino que por ello se sienten desvalorizadas por las carencias caseras. La propaganda del consumo refleja la relación mujer-casa, casa-espacio femenino, a la vez que ha contribuido a estrecharla mucho más, al grado de no diferenciarse entre casa y mujer. En condiciones de *cautiverio*, las mujeres consagradas a su casa viven el espejismo de tener un sitio propio. En realidad nada ahí les pertenece.

♀ **M.L.** Explico que no sólo soy quien he sido, sino que *soy como vivo*.

✓ **Clave:** No sólo soy historia pasada, sino historia viva. Soy existente. *La existencia* deviene y transcurre en la vida cotidiana definida por maneras de vivir, lenguajes e idiomas, desde los que somos hasta las formas de organizar la cotidianidad, de vivir el tiempo y de ocupar los espacios.

La existencia se inicia en un mundo dado y, a partir de ahí, es definida por nuestra ubicación en él y por nuestra presencia, nuestras acciones y omisiones, y nuestra incidencia en el mundo. La existencia personal proviene de la existencia de otras personas, de nuestros progenitores, madre y padre, de nuestros

ancestros y ancestras, de nuestras tradiciones culturales centenarias y milenarias, pero también de las generadas en la actualidad. La existencia propia se recrea en la interacción con la existencia de personas contemporáneas de la familia, la parentela, el vecindario, la comunidad de convivencia o las comunidades de participación e incidencia. Nuestra existencia coincide con la existencia de nuestras parejas hombres o mujeres en el noviazgo, la amistad, el arrejunte, el matrimonio, las separaciones y los divorcios o, para quienes así lo viven, hasta en la eternidad, en encuentros y desencuentros, amores y pasiones, deberes, compromisos, intercambio. Para quienes vivimos la maternidad, la existencia se recrea y crea en nuestra descendencia, en nuestras hijas y nuestros hijos.

La cotidianidad está poblada de colegas, compañeras y compañeros de estudio, de trabajo, de organización social, política, religiosa, deportiva y artística, por las empleadas con quienes compartimos las tareas domésticas, y por nuestros maestras y maestros, jefes y jefas, dirigentes, guías y líderes, chamanes y seres de la sabiduría. Nuestros recuerdos y nuestros muertos habitan la existencia y, para muchas mujeres, son más que un recuerdo: su presencia es tangible y los espíritus habitan el imaginario y andan por todas partes. Hay a quienes rondan seres protectores, ángeles de la guarda o divinidades omnipresentes en su día a día y en sus noches. Todos, ellas y ellos, vivos y muertos, espíritus y deidades, pero también fantasmas, monstruos y maravillas, son *los otros*: los seres trascendentes, importantes, próximos a cada mujer.

La existencia tiene la huella de lo que hacemos y cómo lo hacemos, de la dedicación en la vida y del conjunto de nuestras actividades vitales, de lo que producimos y creamos, y de la manera en que incidimos en el mundo, nos abstenemos o no estamos en condiciones de hacerlo. La existencia es nuestra peculiar forma de vivir, de convivir y coexistir con otras personas y en el mundo. Es el espacio de la creatividad personal. La

muerte es la gran presencia y la magna experiencia en el devenir de la existencia.

La existencia termina para algunas mujeres al morir, aunque la incidencia en la memoria de personas y comunidades sea de más larga duración, y la incidencia en el mundo a través de lo creado pueda ser aún más perdurable. Para la mayoría de las mujeres hay algo más allá de la muerte: otra vida, la vida eterna, varias vidas diferentes mediadas por la muerte, reencarnaciones, resurrecciones, la eternidad, el no-tiempo y el todo-lugar, la inmortalidad. Todo ello, con todos sus nombres y significados simbólico-concretos relativos a concepciones del mundo, de la vida y, sobre todo, de la muerte.

Taller: Nudos conyugales y familiares

♀ **M.L.** Pido a cada una que escriba cuál es *su lugar en su familia de origen*, su lugar entre sus hermanas y hermanos (mayor, de en medio, o menor), o como hija única. Puede hacerlo en el pasado y en el presente.

* *Cada una* escribe: *su lugar en su familia de origen*.

♀ **M.L.** Pido a cada una que escriba, si ha formado familia, su lugar y posición en ella como cónyuge de su *pareja* (esposa, compañera, arrejunte, amante en cualquier opción sexual), y como *madre* de cada hija y cada hijo, así como el impacto que tiene en su posición vital y en el estado de su *autoestima*. Si no vive en familia, no tiene pareja o no es madre, explicar cómo se relaciona con sus familiares y cuál es su situación al ser *soltera* y al *ser-no-madre*.

* *Cada una* escribe o hace un esquema con conceptos y colores diferentes para identificar las posiciones, las funciones y las relaciones que son más conflictivas respecto de su autonomía, o más favorables para desarrollarla.

* *Grupos*: Analizan los *conflictos o lo favorable de su lugar en sus familias* de origen: las que han formado familia ana-

lizan su situación como cónyuges en *la pareja*; si son madres, su situación por *maternidad*. Las que no son cónyuges o madres, su *situación vital*.

✱ **Todas:** Analizamos ventajas y desventajas, nudos conflictivos, procesos que permiten vivir de manera favorable a una misma la vida familiar, conyugal y maternal. Y de igual manera la soltería y la vida sin maternidad. Es posible hacer grupos por lugar entre hermanas y hermanos, por conyugalidad y soltería, por maternidad y *no-maternidad* para hacer dramatizaciones o debates que permitan externar conflictos e identificar alternativas positivas.

✓ **Clave:** Con toda su carga patriarcal, el ámbito familiar es simbólicamente femenino, las mujeres están sobreidentificadas con la familia y tienen el deber social de reproducir el orden familiar y mantener en funcionamiento cotidiano y trascendente a la familia, aunque esto implique recrear un orden y modos de vida opresivos y limitantes para el desarrollo personal de las mujeres. Es vigente la norma sacrificial femenina en aras de la familia. Es decir, se encuentran fundamentos tradicionales y modernos. Por eso una clave de autoestima está en la manera en que se enfrenta la tensión entre las necesidades personales de las mujeres y las necesidades de la familia y de cada uno de sus miembros, bajo la norma de que las mujeres deben satisfacer primero las necesidades de los otros y después las propias.

Más aún, en las ideologías patriarcales de la realización femenina está vigente la moral que considera los logros familiares como el camino de las mujeres a la felicidad, aun a costa de su propio desarrollo. Por eso muchas mujeres elevan su autoestima con los logros de sus familiares aunque ellas mismas no tengan logros semejantes, y bajan su autoestima cuando *los otros* tropiezan, fracasan o se encuentran mal o en crisis. Y también por eso mujeres más modernas viven permanentes problemas de autoestima al tener que sacrificarse, al posponer la rea-

lización de sus propios objetivos o al tener conciencia de las injusticias de un orden que las pone siempre al último.

Los más graves conflictos personales de las mujeres en las familias se presentan cuando ellas deben rivalizar con *los otros* para avanzar lo mínimo y en su conciencia lo justo y *los otros* anteponen siempre sus necesidades, sus deseos y su valoración propia a la de las mujeres. La opresión política está en la secuencia de los procesos pero, sobre todo, en la exigencia a las mujeres de que actúen contra ellas mismas y a favor de los otros: padres, madres, hermanas y hermanos en la familia de origen y, en la familia fundada, a favor del cónyuge, las hijas y los hijos. La crisis sobreviene, en la condición moderna de las mujeres, porque ya no son del todo apéndices tradicionales sino individuos con vida personal. El *sincretismo* que hace a las mujeres tradicionales y modernas a la vez, se manifiesta en conflictos internos, subjetivos, entre *yo* y *los otros*, y en el *sobre-esfuerzo* cotidiano de las mujeres para vivir a favor de *los otros* y, a contracorriente, a favor de ellas mismas.

A pesar de las ideologías igualitaristas y de justicia, las familias son instituciones de relativo sustento de las mujeres. Las más tradicionales las apoyan sólo en tanto su desarrollo no entorpezca el sustento que ellas deben dar al desarrollo de *los otros*. Ese trabajo y ese *esfuerzo vital* no siempre merecen apoyo, porque no se le considera trabajo; les es consustancial. En las familias más modernas, el sustento a las mujeres es mayor en las etapas formativas, la infancia y la adolescencia, y decrece en la edad adulta y la vejez. Con el matrimonio, las mujeres deben aceptar que su vida ha cambiado y deben subsumirse en la vida de su pareja. Con la maternidad, aunque sean modernas, están vigentes para las mujeres la norma, el mandato y la sanción moral que definen como egoísmo el desarrollo propio.

Ser egoísta es un tabú impuesto a las mujeres, descalificado moralmente. El impedimento de ser egoístas es la más sofisticada forma de expropiación política de la autonomía de las mu-

jer; son educadas en esa prohibición, convertida en virtud y, además, con la materialización del único egoísmo conocido que es el de los hombres. Las mujeres no sólo no quieren ser egoístas, creen que todo egoísmo es perverso, y que toda individualización es individualista. Esta manipulación ideológica de valores y contenidos de género funciona moralmente y se opone a experiencias vividas sin el nombre de egoísmo o aceptadas cuando aún no tienen compromisos o deberes mayores. La tensión crítica de realizar la vida familiar como hacer pareja, fundar familia, ser madre, tener hijitos y vivir en familia, llega a ser insoportable para quienes, en etapas anteriores, tuvieron como meta su desarrollo personal. Conforme avanzan en el camino de género familiar, deben posponer, disminuir o eliminar su individualidad, su independencia y su desarrollo. El drama de autoestima que esto produce es la impotencia ante la pérdida de libertades. Es éste el pesar más generalizado entre las mujeres. Quienes insisten deben hacer una *sobrevida*: ser *sobremodernas*. Y, aunque logren todos sus objetivos, el conflicto siempre está ahí y reaparece con cada crisis y con cada innovación vitales.

La identidad asignada a las mujeres implica la realización de la condición femenina a través de la heterosexualidad, el emparejamiento o la conyugalidad y la maternidad. Esta triada de ejes definitorios de la feminidad, considerados naturales e irrenunciables, es la vía moral para la realización personal de las mujeres en el mundo como *madresposas*. Por eso, la auto-identidad de las mujeres pasa por ser *madresposas* y por el cumplimiento o incumplimiento de mandatos, normas, deberes y deseos. La gran mayoría de las mujeres educadas en esos contenidos vitales de género, desarrolla los deseos de heterosexualidad, conyugalidad y maternidad como anhelos de *completud*.

La autoestima femeninamente cincelada pasa inevitablemente por la definición de cada mujer en torno a esos anhelos.

Su realización, como hemos visto, puede conducir a crisis y tensiones de identidad y de autoestima.

A pesar de que definen el deber ser, en la actualidad y en parte debido a la modernización de género, muchas mujeres no son *madresposas*. No son heterosexuales, se definen como homosexuales o lesbianas, bisexuales o transexuales; muchas no emparejan, algunas son solteras en espera, pero muchas otras han decidido no emparejar y cantidad de mujeres no son madres, no necesariamente por impedimentos, sino por decisión personal. Muchísimas son madres solteras sin cónyuge y se incrementa el número de madres homosexuales o lesbianas y de mujeres que emparejan con otra mujer. Las maneras en que cada mujer enfrenta su *disidencia sexual de género* en sociedades intolerantes y en que vive su especificidad sexual, constituyen de hecho transformaciones vitales que exigen creatividad.

Así como la heterosexualidad, la conyugalidad y la maternidad asignadas complican costos, tensiones y conflictos enormes para muchas mujeres; para las disidentes, protagonizar cambios radicales en los pilares del patriarcalismo, para realizar deseos y satisfacer necesidades no autorizadas, marca su existencia. Sus procesos de vida son confrontantes e impactan en esa medida su autoestima. Los conflictos a enfrentar son múltiples. Prevalecer y afirmarse hace que su autoestima se fortalezca y aumente, pero sentirse partida entre el deber y lo que es hace que la autoestima de cada disidente esté marcada por la escisión vital derivada no sólo del sincretismo y de la sobremodernidad, sino también por encarnar la disidencia sexual.

Taller: Autoestima y jornada: La vida cotidiana, el tiempo, los espacios, los quehaceres

♀ M.L. Pido que describan con lujo de detalles *un día habitual en la vida cotidiana, y un día especial*: el de descanso.

El recorrido se hace por horas desde el despertar hasta el término de la jornada. Hora tras hora se indica: *qué haces, con quién, dónde, qué intercambias, cómo te sientes* en cuanto *al estado de tu autoestima*.

- ✱ *Cada una* escribe *un día habitual y un día especial*. Identifica con colores espacios, actividades, personas, maneras de hacer las cosas, qué te hace sentir bien, y que te contraría, devalúa, daña, violenta y te hace sentir y estar incómoda contigo misma, y cuáles con *los otros*.
- ✱ *Grupos*: Comparten sus ámbitos de vida cotidiana, sus jornadas y vicisitudes. Se trata de comparar los contenidos de sus jornadas y el medio en que transcurre la cotidianidad de cada una. Se buscan coincidencias y diferencias. Se advierten cosas que interfieren en el buen estado, y se identifica las que favorecen sentirse y estar bien. Es posible sistematizar coincidencias y diferencias de muchas formas: por escrito señalando a través de conceptos clave, o con la puesta en escena colectiva sobre las maneras de vivir, las jornadas, los conflictos significativos o los hallazgos personales para mejorar las condiciones de vida.
- ✱ *Todas*: Asistimos a la representación escénica o a la manera en que cada grupo expone su elaboración. El análisis del modo de vida se hace en función de lo que trae cada grupo. Las condiciones de vida de las mujeres varían de lugar en lugar según su sociedad y su cultura, su edad, su condición sexual y familiar, su situación socio-económica y de seguridad, y las condiciones específicas del mundo en que viven. Varían también debido a la capacidad social instalada, los recursos accesibles y la oferta de oportunidades, la precariedad o la bonanza. Por ello es preciso hacer el análisis específico y no generalizar. Y que cada una pueda ver su singularidad tanto como los hechos estructurales o formales en que su vida cotidiana o la manera de vivir la hacen semejante a otras mujeres con quienes no sentiría semejanza al-

guna si sólo hiciera un análisis superficial o definido desde otras de sus dimensiones de identidad.

Con todo, más allá de lo específico, hay una serie de experiencias cotidianas compartidas por las mujeres. Citaré algunas.

Jornadas larguísimas, densas, saturadas de actividades, obligaciones, atención de *los otros*. Muchas comentan además que sus jornadas son comparativamente mucho mayores que las de las personas con quienes conviven, y que son mayores las jornadas de las mujeres que las de los hombres a quienes atienden, en servidumbre. Se identifican marcas claras de desigualdad entre ellas y los hombres a quienes aman, con quienes trabajan y con quienes participan en diversas actividades. Todo esto les sucede aun a aquellas que pretenden eliminar otras desigualdades sociales.

Muchas mujeres reconocen la doble jornada en su vida habitual: la del trabajo en la casa para la familia, la pareja y ellas mismas. Algunas creen que es natural porque son mujeres; otras, aunque saben que no es natural, no se sienten con capacidad para cambiar las cosas. Enumeran conflictos al sólo tratar de que los hombres, las hijas y los hijos se hagan cargo de su atención doméstica y son peores si se trata de que hagan cosas para la colectividad. *Los otros* se benefician del trabajo doméstico, de apoyo escolar, de administración casera, de consumo y atención personal, y lo consideran una obligación, un deber personal y de género de las mujeres, un contenido de la maternidad y de la relación conyugal, una muestra mínima de amor; muchos lo tipifican incluso como un valor moral y una virtud femenina con rango de deber ineludible.

Las mujeres se sienten agobiadas y cansadas, muchas veces hartas. Pero, entre la costumbre y el temor a los conflictos, o debido al enorme adiestramiento para aceptar que así es la vida doméstica y familiar, se sienten impotentes y además sienten que su autoestima desciende o es dañada muchas veces al atender a *los otros*, al hacer lo que se espera de ellas: en vez de sentirse bien y virtuosas, sienten la dimensión de inequidad y ser-

vidumbre en que en las sociedades está colocada la atención doméstica femenina. Tratar de cambiar las cosas las conduce a un túnel de conflictos en los que acaban cediendo o pierden frente al enorme poder de imposición de *los otros*. El daño a la autoestima es entonces mayúsculo.

La otra jornada es la pública, sea de estudio, de trabajo o que abarque otras actividades sociales, culturales, deportivas o políticas. Generalmente se trata de una jornada dura y difícil. Muchas mujeres quieren y necesitan trabajar, pero en su mayoría trabajan en espacios y desempeñan actividades desagradables, sin interés. El trabajo les permite ganar dinero indispensable, acceder a algunas prestaciones y a la seguridad social. Quienes no soportan el encierro doméstico, tienen la ventaja de salir de su casa por algo valorado socialmente que permite ampliar el círculo de relaciones personales, tener colegas, compañeras y compañeros, hacer amistades y vivir los logros laborales, tener experiencias gremiales de participación e incidencia pública y pertenecer a un círculo social laboral.

Todo ello abarca un conjunto de beneficios de autoidentidad a través de la pertenencia directa e individual a espacios, grupos y organizaciones. Configura un soporte mínimo de experiencias de autoestima moderna. Tiene el beneficio simbólico de la realización personal a través de la actividad más valorada: el trabajo y la adquisición de dinero, estatus y prestigio social son valores económicos modernos y permiten realizar la actividad por excelencia de la época. Otras mujeres, más tradicionales, aunque trabajan, lo hacen contra su voluntad y sus valores. No se conciben como trabajadoras y, por ende, trabajar para ellas es lastimoso, les produce sufrimiento y significa un quiebre de auto-identidad y un atentado contra la autovaloración y la autoestima.

Otras más, que sólo trabajan en su casa o “no trabajan”, quisieran trabajar pero no saben cómo, no están capacitadas y, sobre todo, están atrapadas en la domesticidad y la negación de una identidad pública individual moderna. Hay entre ellas mu-

jerres que realizan actividades públicas como extensión de su conyugalidad o de su vida familiar. Son mujeres que realizan actividades que implican un gran esfuerzo pero no son consideradas trabajadoras, no reciben salario u honorarios ni tiene el estatus social del trabajo, y no se conciben como trabajadoras. Para muchas, hacerlo implicaría rebajarse, es decir, perder posición social, estatus y prestigio. ¿Qué decir de su autoestima?

Trabajadoras sin empleo o sin trabajo estable padecen las vicisitudes del desempleo: pobreza, dependencia vital, precariedad; sufren además el daño a su autoidentidad de trabajadoras irrealizadas, y la baja autoestima de quien no corresponde con lo que es y con lo que la autovalora. Cuando las modernas no tienen trabajo, no tienen uno de los ejes vitales de su identidad, y en esa magnitud se merma y daña su autoestima. Y cuando las mujeres tradicionales no pueden hacer sus labores por algún impedimento, sufren y se desvalorizan. Sin embargo, cuando no trabajar permite sentir la descarga de algo indeseado, insoportable o impuesto, dejar de tener cargas domésticas, salir de vacaciones o cambiar de trabajo puede significar importantes mejoras a la autoestima.

En la actualidad el trabajo define la identidad de las modernas y la autoidentidad de la gran mayoría. Porque sí trabajan, porque no lo hacen, porque trabajan en lo que no les satisface, porque ganan poco o mal o desigual, porque viven problemas de explotación, de competencia laboral, de acoso por parte de compañeros o jefes, por el techo de cristal o de hierro, por la desigualdad salarial, porque han mejorado debido a su salario, porque han aumentado su consumo, porque a través del trabajo hasta toman vacaciones, o conocen otros pueblos o países, por las experiencias políticas gremiales y sindicales, por la conciencia de tener derechos, y porque tienen asegurado hasta su entierro.

Así, el trabajo, además de ser todo lo que es, en lugar de disminuir de acuerdo con la utopía moderna, se ha ampliado: hoy las mujeres trabajamos más. No se ha eliminado la jornada doméstica, no se han modificado muchas formas de realizar labo-

res domésticas; no se ha desmontado la organización genérica y etaria del trabajo público y privado a pesar de que hoy las mujeres trabajamos en más y más oficios, profesiones y campos. Sin embargo, la mayoría trabaja en servicios y labores de apoyo o desvalorizadas. O aunque las mujeres trabajen en actividades muy valoradas, satisfactorias y trascendentes para su vida y para la sociedad, ocupan posiciones secundarias o están sujetas a inequidades y a una ardua doble competencia: primero con otras mujeres; las que quedan compiten en desigualdad con hombres previamente jerarquizados.

✓ **Clave:** El trabajo de las mujeres contiene el núcleo duro del *sincretismo de género* entre lo tradicional y lo moderno, al condensar la suma de responsabilidades privadas y públicas superpuestas, en tensión contradictoria. Más todavía: es claro que la esfera privada es, en la mayoría de los casos, más tradicional que la esfera pública. La identidad de género es sincrética porque, además, cada mujer sintetiza en sí misma tradición y modernidad; y lo más próximo es lo más tradicional. Con todo, por su contenido social, por su dimensión creativa y de aprendizaje, por las relaciones que permite y el desarrollo personal que genera, el trabajo es una fuente de autoidentidad de las contemporáneas y de valoración propia y social. Es una fuente de autoestima y, al mismo tiempo, de baja autoestima porque trabajar genera conflictos con la pareja, la familia, las criaturas, debido a la enorme crítica social que prevalece en muchos ámbitos contra las mujeres que trabajan. Trabajar implica enfrentar retos propios de la actividad, y un conjunto más de relaciones desiguales y doblemente jerarquizadas.

Taller: Estado vital y autoestima

♀ **M.L.** *El estado vital* sintetiza gran parte de lo que hemos revisado y añade aspectos muy íntimos sobre la situación de

vida en relación con el estado de la autoestima. Reconocerlo es una experiencia de gran densidad: por eso, este ejercicio es adaptable al grupo de pertenencia, a las mujeres que participan en él y a la problemática que ya han percibido. Por eso, en vez de escribir es posible hablar y lograr que cada una se sienta en confianza para tocar asuntos por demás delicados. Aquí se pregunta por las maneras de caminar, extemar emociones, etcétera; es posible hacer representaciones a partir de la inventiva de los grupos. Para el cuerpo y la indumentaria se puede hacer la demostración frente a un espejo de tamaño grande, de tal manera que cada una pueda mirarse y describirse, y las demás la miran y la escuchan.

♀ **M.L.** Pido a cada una que conteste por escrito puntualmente a las preguntas que enseguida enumero. De tal manera que todas contestan conforme voy preguntando:

* **Cada una** responde por escrito:

La casa

¿Cómo son tu ciudad, tu pueblo, tu aldea o tu barrio? Describe los sitios en los que te mueves en esos lugares, qué haces ahí y cómo te sientes. ¿Qué te gusta y qué te disgusta de ellos? ¿Qué les hace falta?

¿Cómo es tu casa?

¿Cuál es el estado de: **tu habitación, tu guardarropa, tu escritorio, tu cocina, tu ¿...?**, y de los sitios en que guardas **tus pertenencias personales?**

¿Tienes una habitación propia? Descríbela, cuenta cómo lograste tenerla y cómo te sientes con ella. En caso de no tenerla, reflexiona sobre ese hecho.

El cuerpo

♀ **M.L.** Pido a cada una que responda por escrito, de manera breve pero generosa, las siguientes preguntas sobre su **autorretrato corporal**:

¿Cómo *es tu cuerpo*? ¿Cómo *atiendes tu cuerpo*? ¿Cuáles son los *cuidados* corporales y cuáles *los descuidos*?

¿Cómo es tu *indumentaria* y sus *aditamentos*: zapatos, bolsas, joyería? Describe su estado.

¿Cómo son *el peinado, los tintes, el maquillaje, los perfumes, las cremas, la depilación, la cirugía estética*? Y qué significado tienen para ti.

* *Cada una* hace por escrito su *autorretrato corporal*. Si quiere, puede dibujar. *Las atenciones y los cuidados* corporales pueden ser enlistados con conceptos; frente a ellos pueden ubicarse *los descuidos*. Pueden utilizarse colores diferentes y realizar un esquema que permita evidenciar claves positivas y focos rojos. En la exposición al grupo es importante utilizar las fotografías demostrativamente.

♀ M.L. Pido a cada una que conteste ¿Qué *imagen* crees dar con tu cuerpo? ¿Cómo es tu *presencia*? Y cuáles tus *actitudes, maneras, habilidades, gestualidad*, de acuerdo con los siguientes rubros:

- Las *actitudes corporales*: las maneras de *ocupar los espacios, de sentarte, caminar, manejar, hacer los quehaceres, hablar en público, tus gestos, el semblante, la mirada, la voz, la risa, el llanto, el beso, el abrazo, el saludo, el baile, la letra o la escritura, el lenguaje que utilizas, la costura, el tejido, la jardinería, el cocinar y cualquier actividad habitual en que se plasme tu personalidad*.
- ¿Cuáles son tus *habilidades personales* más significativas?
- ¿Cuáles son tus maneras de *demostrar emociones, enfren-tar conflictos, intervenir con opiniones, hacer avanzar tus decisiones, discutir, convencer y convocar*?
- ¿De qué maneras *demuestras emociones, te desahogas, en-frentas los conflictos*?

* *Cada una* escribe sobre su *imagen, su presencia* y sus *maneras*.

* *Grupos*: Comparten sus escritos o escenifican de manera creativa las respuestas con sus cuerpos.

- ✱ **Todas:** Compartimos alguna *escenificación*, vemos y analizamos las *fotografías* y hacemos una reflexión sobre *experiencia corporal, autoimagen y autoestima*.

Taller: La saludable autoestima

♀ **M.L.** Pregunto: *¿quiénes están sanas?, ¿quiénes están enfermas o convalecientes?*

- ✱ **Todas:** Contestan “a manitas levantadas”, y toman nota de su respuesta.

♀ **M.L.** A quienes responden que sí están enfermas, les pregunto *de qué, y si atienden su enfermedad*.

- ✱ **Todas:** *Escriben las respuestas*.

Autorretrato de salud

♀ **M.L.** Pregunto a cada una si ha tenido alguna *formación en salud (sexual, general, reproductiva, integral, mental)*, si ha formado parte de algún *grupo de salud*, o si *se ha preparado por su cuenta*. Si la respuesta es afirmativa, precisar los resultados. En caso de ser ignorante describe en qué consiste su ignorancia y cómo se siente.

- ✱ **Cada una responde sobre sus saberes.**

♀ **M.L.** Pido a cada una que *describa su salud* con los siguientes ejes:

¿en qué consiste?

¿cuáles son sus signos?

¿cómo repercute en tu percepción de ti misma?

¿cómo impacta tu calidad de vida?

- ✱ **Cada una** describe por escrito *su salud*.

♀ **M.L.** Pregunto quiénes tienen *malestares corporales o achaques*; todas van respondiendo a manitas levantadas a la mención de cada achaque y toman nota de su respuesta. Los siguientes achaques y algunos más: *digestivos, dolores de cabeza, musculares, óseos, menstruales, sexuales, tensión*

muscular en la espalda y en la nuca, tristeza, angustia, irritabilidad, nervios, enojos excesivos o constantes, celos, miedos, problemas con el sueño: insomnio, pesadillas, sensación de no soñar, somnolencia, pocas horas de sueño.

Autobiografía de salud

♀ M.L. Pregunto a cada una si ha estado en peligro de morir y por qué.

* Cada una responde y explica esos *peligros de muerte y cómo la han marcado.*

♀ M.L. Pregunto a cada una cuáles han sido sus *principales enfermedades y padecimientos*, si ha sido *intervenida quirúrgicamente* y si ha tenido *accidentes importantes, atención de emergencia, hospitalizaciones y otro tipos de curas*: limpias, sanación, reyki, etcétera.

♀ M.L. Pido a cada una que describa a manera de *breve relato cronológico*:

- Sus *experiencias sexuales marcadoras*, si tiene *pareja sexual* ahora o si no la tiene, y cómo han sido esas experiencias.
- Sus *embarazos*, sus *abortos, partos caseros o en hospital*, sus *cesáreas*, los *puerperios* y *amamantamientos*, sobre las *criaturas que no sobrevivieron* y sobre *las que viven*.
- A quienes no han tenido estas experiencias, les pido que describan su experiencia de *no gestación*, su impedimento, su *decisión* de no hacerlo o su *anhelo* de embarazarse.
- Si hay mujeres que han *adoptado criaturas* les pido que relaten su experiencia de maternidad.
- Si hay mujeres *climatéricas y menopáusicas*, les pido que describan su experiencia.

En todos los casos se trata de que cada mujer, al escribir, describa y se vea vivir esas experiencias y su impacto en su autoestima.

* Cada una escribe y usa como *hitos cronológicos* marcadores de su historia de vida, las experiencias antes mencionadas.

- ✳ **Grupos:** Se forman grupos por experiencias y problemas semejantes o mezclados. En ellos se comparten las *autobiografías sexuales y reproductivas* y se analizan semejanzas y diferencias, regularidades e innovaciones.
- ✳ **Todas:** Analizamos el peso de las experiencias sexuales, reproductivas y eróticas, las condiciones personales al momento de vivirlas, sus secuelas y marcas y su relación con la *autoestima sexual, erótica y reproductiva*.

Atención actual de la salud

✓ **Clave:** En la atención de la salud de las mujeres se concentran las condiciones reales de las mujeres en el mundo. Ahí se ve el valor social asignado a la atención de la salud de las mujeres. Pero se ve también, la dimensión sincrética en la experiencia vivida y en la subjetividad de cada una. El abandono o el cuidado, dimensiones fundamentales de la autoestima, se manifiestan claramente en la atención y el descuido propios de la salud.

♀ M.L. Pregunto a cada una, de manera verbal o a través de un formulario, que escriba las respuestas a las siguientes preguntas:

¿Has hecho tu revisión anual de salud?

¿Has hecho la citología o Papanicolaou y la mamografía, densitometría ósea, y tu revisión ginecológica en el último año. Si ha sido necesario, ¿has hecho la prueba del VIH-SIDA?

¿Cuidas tu fecundidad y tu salud sexual? ¿Usas anticonceptivos, usas condón y otros implementos?

¿Has hecho tu revisión dental en el último año? ¿Usas las prótesis que necesitas?

¿Has hecho tu revisión visual? ¿Necesitas gafas? ¿Las usas? ¿Padeces sordera?

¿Cuidas el estado de tu nutrición? ¿Tienes una buena alimentación? ¿Tienes problemas con tu manera de comer, beber o fumar?

¿Tienes problemas con tu peso alto o bajo? ¿Haces dietas y tomas medicamentos o menjunjes?

¿Tienes problemas con drogas?

¿Has vivido asaltos o violencias similares?

¿Vives o has vivido problemas por maltratos, gritos, humillaciones, pleitos, golpes o formas de violencia sexual?

¿Tomas tranquilizantes o medicamentos para el estado emocional por prescripción médica o de otro tipo?

¿Haces ejercicio o practicas algún deporte?

¿Asistes a eventos tradicionales (bautizos, cumpleaños, bodas, funerales, fiestas patronales, barriales o conmemorativas de tipo cívico, político, religioso, o simplemente sociales)?

¿Participas en algún grupo de baile, teatro, danza, pintura, escritura, literatura, artesanía, en algún coro o conjunto musical?

¿Participas en alguna organización social, cultural política o en cualquier otra?

¿Participas en procesos políticos de ciudadanía? ¿Tienes responsabilidades de liderazgo?

¿Asistes al cine, al teatro, a conciertos, fandangos, exposiciones, parques, ferias y mercados? ¿Paseas? ¿Haces excursiones?

¿Lees de manera cotidiana o esporádica periódicos, revistas, novelas, ensayos, libros teóricos, textos escolares, libros religiosos, astrales, horóscopos y similares?

¿Ves televisión y escuchas radio? ¿Te conectas a internet? ¿Navegas? ¿Cuántas horas diarias o semanales?

¿Tomas vacaciones?

¿Te sientes a menudo cansada o excesivamente cansada, aburrida, distraída o con dificultad para mantener la concentración?

¿Descansas? ¿Te diviertes? ¿Cómo?

¿Atiendes tus necesidades sexo-afectivas, eróticas y reproductivas? ¿Cómo?

¿Atiendes tus necesidades mágicas, religiosas o espirituales? ¿Cómo?

¿Atiendes tus necesidades intelectuales, estéticas y artísticas? ¿Cómo?

¿Haces algún tipo de terapia psicológica o mental, psicocorporal, con masajes, con meditación?

¿Formas parte de algún grupo de apoyo terapéutico de solidaridad?

- * **Cada una** responde por escrito de manera breve, con frases cortas, cada pregunta sobre **la atención de su salud**.
- * **Grupos**: Todas escuchan las respuestas e identifican los puntos de avance y los focos rojos en la atención de la salud. Pueden reagruparse por problemáticas específicas de salud para compartir información, recursos y experiencia en alternativas positivas para mejorar la salud.
- * **Todas**: Exponen por temas guía lo más significativo de sus intercambios e inquietudes.

✓ **Clave**: La perspectiva de género sobre la salud implica la definición de la salud integral de las mujeres. El cuerpo, sexuado y subjetivado con deberes y prohibiciones, está en el centro de la salud porque es el centro de la persona. Vivimos desde nuestro cuerpo, somos cuerpo y mente a la vez, siempre. Somos una unidad vital. Sin embargo, en la socialización y la aculturación de género el cuerpo y la mente aparecen separados y, además, el cuerpo de las mujeres es animado por mandatos divinos y por fuerzas naturales. Es sentido común la ideología instintivista y muchas mujeres creen que tienen instintos y hasta los sienten. Es preciso, por lo tanto, subrayar que desde un punto de vista antropológico, no somos seres de instintos sino de normas y cultura. Ninguna mujer ni ningún hombre tienen instintos.

El cuerpo de las mujeres es cosificado, instrumentalizado, para determinados fines y cada mujer vive experiencias de autocosificación. Interviene o deja de hacerlo, arregla, modifica, disfraz y, a través de artificios, también aprende a usar su cuerpo para cumplir mandatos, para ser amada y deseada, para ocu-

par espacios y posiciones y ser reconocida y, sobre todo, para ser valorada. El cuerpo de las mujeres es fraccionado en las representaciones de un imaginario plagado de fragmentos de cuerpos, habitado también por cuerpos femeninos despersonalizados cuyos únicos valores son estéticos, sexuales y eróticos o, en las ideologías más conservadoras, su valor estético está en su lenguaje a-sexual y a-erótico.

Las mujeres aprendemos a sopesar partes de nuestros cuerpos y a separar la imagen del contenido, la piel, las curvas, los huesos, las arrugas, las llantas o lonjas, la cara y que, en la cara, cada parte aparece como valiosa o sin valor. Las funciones y las necesidades corporales aparecen en la conciencia distorsionadas, algunas sobrevaloradas, otras subvaluadas e invisibilizadas, tabuadas. Finalmente, como no alcanzamos a concebimos como personas unitarias, tampoco concebimos nuestra salud como proveniente de la integralidad de factores y experiencias que nos hacen sentir bien, funcionar bien y gozar la vida.

Todas las opresiones atentan contra la salud. La dominación expropia su salud a las personas porque conculca recursos, impide la adecuada satisfacción de necesidades, anula la autonomía personal en la atención de las necesidades vitales, y enceguece la conciencia, cambia valores y crea ilusiones sobre lo que es más importante. La opresión de clase, étnica, de mundo (por ejemplo, norte-sur) deja a quienes quedan bajo sujeción en situación de oprobio, hambre, presencia constante de enfermedades curables, carencia oportuna y adecuada de satisfactores básicos, muerte precoz o accidentada, vulnerabilidad y riesgo.

La opresión de género se articula con las otras condiciones vitales y coloca a las mujeres ante problemáticas de salud ligadas a la alimentación, lo que las hace vulnerables a enfermedades y malestares curables, a riesgos por ignorancia o por cosificación y a subordinación en las experiencias sexuales y reproductivas, a carencia de atención y satisfactores básicos y de calidad y, de manera muy intensa, a afectación física, psíquica y social por

violencia política de género que daña cuerpos, mentes, patrimonios, autoidentidades y autoestimas. Esta violencia marca a las mujeres, las daña internamente, toca sus ejes vitales y las deja en fragilidad psíquica importante.

El condicionamiento de género en las mujeres es transversal en la sociedad y, por lo que respecta a la salud, es evidente que a mayores recursos y mejores condiciones de vida, mejora la salud. Sin embargo, mujeres pudientes enfrentan enormes descuidos en la atención de su salud, en su alimentación y pueden experimentar situaciones de violencia que las colocan en riesgo y las dejan vulnerables. Viven formas de enajenación corporal que, aun en su particularidad, remiten a la enajenación general y sus experiencias colindan con las de mujeres muy carenciadas y oprimidas, distantes en la escala social o cultural, pero cercanas en la opresión genérica. Su autoestima, a pesar de todo lo que tienen, a pesar de su posición social y de su aparente vida cómoda, es frágil, inestable y dependiente.

✓ **Clave:** El hecho de que mujeres de recursos limitados pero con formación, conocimientos y conciencia protegen su sexualidad, cuidan su alimentación y la atención de su salud, confirma la transversalidad social de la problemática de género y sus alternativas. Aun en condiciones socioeconómicas desfavorables, la conciencia moderna y alternativa de género se traduce en cambios en la dirección de sus esfuerzos vitales, ahora dirigidos, en primer lugar, a ellas mismas; el cambio de hábitos y el desarrollo de nuevas formas de vida pueden ser de tal magnitud que les permita apropiarse de ellas mismas, dejar de posponer sus necesidades vitales, cuidarse y buscar lo mejor para su vida. Su autoestima se beneficia directamente, y se torna reluciente.

✓ **Clave:** Las semejanzas de género en cuanto a la salud recogen también, para todas en mayor o menor grado, el *sincretismo de género*: experiencias tradicionales y modernas a la vez, y experiencias de escisión vital en la salud defi-

nida por un conjunto de tensiones, contradicciones y paradojas.

La enajenación sexual es enajenación corporal y subjetiva y marca la autoidentidad sincrética de género; la asexuación o la sobresexuación asignadas a distintos tipos de mujeres se consuma en la dificultad de lograr integración subjetiva del cuerpo. Comparten mujeres diversas un relativo abandono, un descuido inducido, una autoinvisibilidad y un autorrelegamiento. Lo propio puede esperar, no es urgente. La prioridad de la salud de *los otros* es una regla vigente para las mujeres encargadas social y culturalmente de la atención de la salud integral de *los otros*. Curadoras y sanadoras de la inmensa mayoría de las personas, las mujeres aprenden conocimientos sobre las enfermedades, los malestares, sus síntomas, y el cuidado de la salud, la atención de emergencia y los cuidados cotidianos. Aprenden a estar alertas y a movilizarse cueste lo que cueste para resolver problemas de salud. Cada mujer debe cuidar primero la salud de *los otros* y en la internalización del segundo plano, de la menor importancia y del menor valor, dejarse a sí misma para después, eso también lo aprende.

Otra paradoja más ronda a mujeres cuya modernización se plasma en una obsesión por la imagen corporal y el enorme cuidado de la imagen enajenada del estado integral de la persona y un descuido correlativo de la salud. Destinan mucho tiempo cotidiano, recursos, esfuerzos vitales y sacrificios a mejorar la apariencia. No tienen tiempo, ni recursos ni interés por áreas importantes de su vida, lo que ocasiona impactos dañinos a la salud. Contrasta el gasto y el esfuerzo muy ligados a la cosificación con el mensaje corporal de estar muy bien y sentirse muy valiosas (muy guapas, más jóvenes de lo que en realidad son, más delgadas, más sensuales y provocativas, o a la moda) y el abandono en la atención vital.

✓ Clave: La manera de vivir, de satisfacer nuestras necesidades y de atendernos impacta nuestra autoestima y, a la

vez, nuestra manera de expresarnos; nuestros lenguajes corporales expresan nuestro estado vital y el estado de nuestra autoestima.

Podemos ser dañinas al ser descuidadas o al atender inadecuadamente nuestras necesidades vitales, sean éstas de descanso, intelectuales, alimenticias, recreativas o amorosas: las privaciones en cualquier aspecto, las carencias, las frustraciones y el descuido disminuyen la autoestima al incrementar la impotencia y la incapacidad. La violencia lastima y hiere la autoestima; puede hasta mutilarla y, según su gravedad, dejarnos bajo el dominio de la estima de *los otros*, incluso de quienes nos violentan: sin capacidad de autoestima y, por ende, presas de dominación. *Cautivas*. Los lenguajes corporales denotan la timidez, la inseguridad, la torpeza de movimientos, la gestualidad crispada, la mirada temerosa y fugaz, la voz frágil, casi inaudible, la dificultad de acuerpar y de ser acuerpadas y la rigidez; éstas son sólo algunas marcas en las maneras del cuerpo que dejan ver lo que ha pasado o está pasando.

✓ **Clave:** Mujeres que han sido cuidadas, respetadas y aceptadas, que han satisfecho sus necesidades o que se esfuerzan por hacerlo, que no han vivido formas extremas de violencia y que han desarrollado una valoración integral de su persona, muestran en sus cuerpos el beneficio de ese *bienestar*, tratan su cuerpo como una dimensión de su vida y lo atienden con cuidado. Su salud es mejor y su imagen corporal como parte integral de su persona, no una simulación, no un disfraz. Ellas denotan en sus maneras corporales seguridad y fuerza interior, se desplazan con movimientos firmes, miran de frente y a los ojos sin temor, hablan para ser escuchadas y comprendidas, y transmiten respeto por ellas mismas, valoración y juicios positivos sobre su persona, confianza en sus capacidades, serenidad.

✓ **Clave:** Las maneras y la imagen corporal, el cuidado y la atención de las condiciones vitales y de la salud son expresio-

nes vivas del estado de la autoestima, de la historia vivida, de la memoria en el cuerpo y de sus dimensiones, de la persona.

Taller: Los bienes y la autoestima

¿Cuáles son tus pertenencias personales? ¿En qué estado están?

¿Tienes propiedades, ganas un salario u honorarios, recibes donaciones, tienes dinero personal, cuenta bancaria, chequera, tarjeta, crédito, seguro de vida, seguro médico, testamento? ¿Tienes deudas?

¿Cuál es tu situación económica personal?

Sobre el modelo de los talleres anteriores se configura este taller y otros más que nos permiten analizar la configuración y el estado de la autoestima de cada mujer.

¿Y las claves feministas para la autoestima?

Es imprescindible analizar también sobre esta base la experiencia personal sobre los derechos humanos y poderes vitales. Para ello se vuelve sobre la autobiografía y los autorretratos, la etnografía de la vida cotidiana y se las mira con esta óptica. Así, cada mujer rehace su autobiografía, su autorretrato y su etnografía con los contenidos de sus derechos humanos y sus poderes vitales, tanto a lo largo de su vida como en la actualidad. A través del conjunto de experiencias analíticas realizadas hasta aquí, cada mujer ha elaborado una aproximación a su autoestima desde la perspectiva feminista y ha cosechado un conjunto de claves éticas para vivir.

Escisión vital y sobremodernidad

Cada mujer se siente atravesada por contrasentidos y conflictos derivados de su compleja inserción privado-doméstica-conyugal-familiar y pública-educativa-laboral-jurídica-política.

En el ámbito privado, la mayoría de las mujeres vive en ambientes más patriarcales más jerarquizados e inequitativos, y es allí donde ideológicamente deberían estar más seguras; vivir relaciones amorosas, justas, confiables y seguras. Sin embargo, ahí prevalecen relaciones que colocan a las mujeres en posiciones de *servidumbre* y de realización personal como *seres-para-otros*. Su cotidianidad transcurre sin derechos, y están en posiciones secundarias, de apoyo y bajo control.

El espacio privado es en muchas circunstancias un espacio total donde no prevalecen los derechos humanos en las relaciones interpersonales. Las mujeres que viven una parte de su cotidianidad en ambientes opresivos de dominio son las mismas que salen a lo público donde son reconocidas en su individualidad, ocupan espacios, tienen movilidad, estudian y trabajan, generan recursos, se benefician y aportan. Muchas encuentran en lo público espacios con derechos, organización e ideologías que legitiman, por lo menos, la búsqueda de equidad. Pero lo hacen en posiciones de inferioridad, participan en minoría (aunque sólo haya mujeres), y en desigualdad, sujetas a hombres o a instituciones normadas por intereses que no las reconocen. Más aún, son estimuladas para desmarcarse de su género y pretenderse *agenéricas* para ser aceptadas. Muchas se masculinizan, imitan las maneras masculinas de trato y relación aunque sean inferiores, o aprenden a comportarse de ciertas maneras públicas femeninas, dóciles, manipulables, obedientes, ignorantes o muy trabajadoras y apoyadoras del éxito y las luces de *otros*.

✓ **Clave:** Las mujeres padecen una *escisión vital*: se trata de la sensación de estar partidas, de vivir una contrariedad que lastima entre polos antagonicos o cosas incompatibilidades que, como vemos, es objetiva. La tensión llega a ser tan profunda que marca la autoidentidad con la *escisión vital*: la sensación de tener que elegir entre cosas igualmente importantes, de tener interpretaciones opuestas, de estar en un si-

tio y necesitar estar en otro, de hacer algo y necesitar haber hecho otra cosa, de ser de una forma y querer ser de otra.

La *escisión vital* es dolorosa; si no se resuelve coloca a las mujeres ante conflictos y sufrimientos desgastantes y ante problemas de autoidentidad, como la sensación de estar partida, de ser de formas muy opuestas y vivir experiencias enormemente contradictorias. También toca la autoestima porque duele la contrariedad entre una parte de una misma y otra parte de una misma. Al optar, aun cuando se avance, el sentimiento de pérdida es constante porque, aunque haya goce, en un sentido siempre hay frustración.

✓ **Clave: Además de ser tradicionales y modernas, de ser sincréticas, las contemporáneas somos *sobremodernas*. La sobremodernidad es una experiencia de exceso al vivir: la experimentan quienes trabajan en exceso y quienes además hacen un sobreuso del tiempo, de sus recursos y de su persona. La sobremodernidad caracteriza a habitantes de megalópolis que deben desplazarse grandes distancias, hacer jornadas de trabajo muy intensas y que, además, se llevan trabajo de la oficina, la empresa o la organización a su casa. Las contemporáneas hacemos eso y más porque a la jornada pública añadimos una jornada doméstica. Atendemos asuntos familiares, conyugales y domésticos desde el trabajo, es decir, que en las mujeres la separación entre el ámbito público y el privado se sintetiza al hacer cosas de un ámbito en el otro y viceversa.**

En la subjetividad de cada mujer no hay límites precisos y se da una especie de continuidad entre lo público y lo privado. Al mismo tiempo, muchas mujeres realizan alguna clase de trabajo voluntario, y sus días de descanso son en parte para completar tareas domésticas o públicas y realizar todo tipo de ayudas y favores. El sobreuso de la persona caracteriza a las contemporáneas porque en el compromiso con *los otros* y los deberes de su atención, las responsabilidades caseras, laborales,

sociales o políticas exceden el esfuerzo tolerable y quedan en riesgo.

✓ **Clave:** El estereotipo de género de finales del siglo xx y principios del xxi es el de la sincrética y sobremoderna, a la vez tradicional y moderna que se ocupa de todo, trabaja, estudia, tiene pareja y familia, es madre, y todo lo hace bien. No se siente escindida. El exceso aparentemente no la daña, el sincretismo parece no ocasionarle conflictos, la desigualdad para ella es un problema ideológico y no siente que viva injusticias. Está de acuerdo con su segundo lugar, participa y es sexualmente emancipada pero, moderada y fiel, es una buena amante, cuida su salud y hasta el medio ambiente, y practica alguna disciplina corporal y espiritual, lleva su casa a las mil maravillas, cumple con su ciudadanía y es una excelente anfitriona. Tiene una pareja magnífica que hasta la ayuda, e hijas e hijos perfectos. Parió sin dolor, es multior-gásmica, exitosa y feliz. Su autoestima está reluciente.

AUTOESTIMA Y PODERÍO

Claves de autoestima y conciencia

Las diferencias genéricas de identidad entre las contemporáneas es grande, pero son muy importantes sus semejanzas. Unas mujeres afirmadas como mujeres, para alcanzar el estado de persona (ciudadana) y otras se afirman en circunstancias determinadas; otras responden al mandato convocadas como lo uno, lo neutro, lo masculino, y no consideran incompatible prescindir de su identidad de género. Otras más aún, no podemos sino ser siempre mujeres, y sabemos que nuestra identidad personal sería incomprensible sin el género.

El velo de la igualdad y de la identidad cubre la conciencia e impide la construcción de identidades fluidas pero afirmadas a partir del sexo. Son identidades de género cuya perspectiva no está en los estereotipos arcaicos y conservadores o actualizados y neutralizantes, sino en la construcción de la persona mujer a la *manera feminista*.

En ese sentido, las *claves de la autoestima* derivan de la nueva conciencia analítica y comprensiva que cada mujer construye en torno a su existencia, sus necesidades, sus posibilidades y sus anhelos. Y, desde luego, en lo que respecta a su ser trascendente.

La autoestima con sentido feminista conlleva la conciencia de pertenecer a un género y a una historia, una filiación y una geografía. Cantidad de mujeres contemporáneas no tienen esa conciencia; por el contrario, sus raíces históricas están defini-

das por los marcadores masculinos tanto en el sentido de la historiografía como de las genealogías familiares.

La orfandad genérica

Ser mujer sin historia ligada al género produce un vacío en la subjetividad y es una fuente de daños a la autoestima. Ese hecho puede ser leído a partir de lo que Franca Basaglia¹ ha llamado orfandad, y sitúa su génesis en la relación de la hija con la madre cuando la madre transmite a su hija la claudicación.

La orfandad se produce también cuando la madre misma vive opresión (violencia, discriminación, explotación) de género, clase, etnia, salud u otras, y la hija no sólo es testiga sino que, muy ligada a su madre, la padece doblemente en carne propia. Es más profunda la orfandad cuando la hija es discriminada o menospreciada o violentada por su madre.

Al hacer extensivo este concepto, es visible la *orfandad social de género* de las mujeres en distintos ámbitos e instituciones donde sufren formas específicas de opresión en sociedades que asumen la democracia como un principio de convivencia, mientras que prevalece en ellas la supremacía masculina. El trato opresivo de los hombres que produce sufrimiento, rabia, rebeldía y otras expresiones engarza con la orfandad de género. Son fenómenos diferentes de un complejo orden genérico injusto que impactan en grados distintos a las mujeres que debemos hacer en muchas ocasiones un doble esfuerzo para recibir lo mínimo y, al hacerlo, además, ver disminuidos los derechos y las oportunidades.

La orfandad aparece también en sociedades que legitiman la desigualdad entre los géneros como un hecho providencial debido a las divinidades o a la naturaleza: la orfandad es casi una marca corporal sexual, dolorosa de por sí y más lacerante aún para las mujeres que anhelan libertades e igualdad.

Las secuelas de la *misoginia* y el *machismo* definen el estado de la autoestima de las mujeres. Todas las experiencias de reconocimiento positivo y aceptación y, desde luego, la vida con oportunidades de desarrollo y apoyos cotidianos e institucionales marcan de manera favorable la autoestima y signan la subjetividad de cada mujer precisamente en su autoestima.

Muchas mujeres expresan vivencias inestables de autoestima marcadas por la volatilidad. En cambios imprevistos o previsibles y en situaciones de precariedad, la autoestima es experimentada con una intensa vulnerabilidad aun por mujeres bien ubicadas que enfrentan con éxito algunos de sus desafíos. A muchas de ellas incluso les atemoriza pensar en el tema o analizarlo.

Los cambios de ánimo, y en general en la autoestima, se deben al impacto de lo *que los otros* hacen o dejan de hacer o lo que les hacen o les dejan de hacer, o de cómo sucede y cuándo sucede todo esto. La experiencia relacional determina en gran medida la tendencia a la inestabilidad de la autoestima relaciones importantes, experiencias sociales y políticas, pero sobre todo amorosas, sexuales o en cualquier relación de cualquier tipo.

Esta inestabilidad de la autoestima se debe a la formación tradicional de género que hace de las mujeres una parte de *los otros*, y hace que tengan una experiencia satelital en torno a *los otros* por ser definidas *seres-para-otros*, en parte colonizadas por sus seres importantes, en parte confundidas y confundidas con ellos. Su autoestima está permanentemente mediada por la presencia y la estima de los otros.

Al mismo tiempo, como modernas, las mujeres somos convocadas a la individualidad y a asumir una ciudadanía correspondiente con un *ser-para-sí*. La autoestima posible tiene como fuente de consolidación a la autoidentidad, el estado personal de vida debe basarse en satisfacer las propias necesidades y en el cumplimiento de actividades y funciones, deberes y responsabilidades, pero también en la vigencia parcial de derechos in-

dividuales. La satisfacción propia en torno a la experiencia de centrarse en la propia vida, de satisfacer los propios intereses y realizar lo imaginado y lo deseado, es fuente de desarrollo directo de la autoestima.

Así, la contradicción marca la subjetividad y la autoidentidad que surgen de esta doble configuración. La autoestima es un espacio de configuración de este antagonismo y, al mismo tiempo, es el espacio de la resolución de este conflicto.

Sincretismo y sobremodernidad

En el siglo xx han tenido lugar procesos sociales, económicos, culturales y políticos que han impactado a las mujeres de manera compleja y diversa. Con todo, más allá de las especificidades y la diversidad —nacional, étnica, de edad, de clase, de formación educativa y cultural, de participación y de visiones del mundo y de la vida—, la condición femenina y las identidades de género de las mujeres de todo el mundo se caracterizan por un *sincretismo de género*², contradictorio y dinamizador de la sociedad.

Como antropóloga me parece evidente que las contemporáneas somos *sincréticas* porque cada una de nosotras posee atributos de género tradicionales y modernos de manera simultánea. Me gusta imaginar que somos como las mezquitas-catedrales de tierras de este lado del mar, o pirámides coronadas de catedrales como en mi tierra, cuyos muros, espacios, arcos y ventanales, torres o minaretes, escalinatas, taludes y serpientes, son mezclas indivisibles: ni pirámides, ni mezquitas ni sólo catedrales.

Cada mujer es indisolublemente la síntesis de amalgamas de género en la biografía, y todas lo somos en la historia. El *sincretismo* es complejo en cuanto al poder de género: cada una es un entreverado de poderes afirmativos y democráticos y de formas tradicionales y modernas de opresión de género. Vivimos en la modernidad y somos objeto de valoraciones, tratos y po-

líticas premodernas, y millones de mujeres están ubicadas en la periferia del mundo.

El *sincretismo* nos hace ser ciudadanas a medias o de segunda, sin derechos plenos, sujetas a los hombres y semituteladas por ellos y por las instituciones sociales, el Estado e iglesias y, también, por otras mujeres. En su proceso personal, cada una reedita grandes tendencias históricas. Hoy, con mayor claridad que nunca, la ciudadanía tiene género.

La mayoría de las mujeres contemporáneas estamos excluidas de los niveles elevados y poderosos de liderazgo, de gobierno, de administración y de participación socioeconómica. En cambio, estamos en los niveles de ejecución, organización y conducción media, mantenemos funciones tradicionales sostenedoras del desarrollo de *otros* y somos portavoces de sus necesidades.

Hoy emergen liderazgos femeninos modernos en la base de la pirámide y en los múltiples mundos subterráneos, y se valoran la participación social, los liderazgos ligados al “poder local”, de bajo perfil, o más bien “de base”. En una refuncionalización de la *ética del cuidado*, se actualiza la relación y el deber de atención y cuidado de las mujeres hacia sus familias, a los excluidos y a los vulnerables, a la vez que se exime a los hombres de esta eticidad. Se conjugan las desvalorizaciones de quién cuida y de quién recibe protección, y las mujeres volvemos a quedar ligadas simbólicamente y políticamente a todos *los otros*, a los seres de segunda de la modernidad, y en apoyo de los seres de primera.

Hoy las ideologías fundamentalistas difunden la creencia en que la subalternidad emana de una idiosincrasia o naturaleza femenina. Cuando ocupamos niveles más altos de la pirámide, las posiciones reservadas a las mujeres a través de cuotas visibles o invisibles son reducidas en número, son subordinadas y están ubicadas un escalón más abajo que los hombres. A partir de ese *ubis*, como un compartimento separado, está la subestructura de jerarquía entre las mujeres. Quienes más avanzan, están coro-

nadas con el techo de cristal que algunas ya llaman *techo de hierro*. La condición para ser incluidas es el sectarismo de género: estar ahí sin identidad política de género.

Como es evidente, el *sincretismo* impacta la vida cotidiana de las mujeres, las relaciones entre mujeres y hombres y con las instituciones. A pesar de sobrecargas, problemas y conflictos personales de las mujeres en procesos complejos de adaptación y cambio, el *sincretismo* es un factor de apertura social, económica y política que ha significado avance y adelanto de las mujeres en el mundo, que ha tenido cambios en estructuras rígidas, ampliación democrática, desarrollo social y renovación de la cultura.

La condición de las contemporáneas puede apreciarse con la *sobremodernidad*, la categoría de Marc Augé³. En efecto, millones de mujeres somos *sobremodernas*, vivimos acelerando el tiempo al máximo, llenas de actividades simultáneas. Muchas contemporáneas experimentan una nueva forma de enajenación cuando sienten no tener tiempo propio durante períodos largos, y así lo expresan. Esta aceleración y sobrecarga producen grandes y pequeños problemas de salud, desarmonías corporales y subjetivas y modos de vida vertiginosos.

La *doble vida* es parte del *sincretismo* y la *sobremodernidad*. En efecto, cada mujer vive variadas formas de escisión, como si tuviese una doble vida. Hace años, Agnes Heller⁴ denominó a esa experiencia subjetiva *esquizofrenia vital*. Para evitar un lenguaje psiquiatrizante, yo prefiero llamarla *escisión vital*. Las contradicciones pueden ser dolorosas pero a la vez impulsar a realizar ajustes y cambios para resolver los conflictos de escisión y, al lograrlo, llevan a experimentar mejoramiento o fortalecimiento de la autoestima.

Autoestima y condición política de género

No tendríamos que plantear la reafirmación si la autoestima positiva fuese una característica universal de las mujeres. No lo

es. Más allá de las personalidades, emerge en la mayoría de las mujeres un sustrato compartido de baja autoestima en que prevalecen formas de convivencia, socialización y cultura sexista, y mecanismos contradictorios y complejos para la elevación de la autoestima. La baja autoestima parcial o abarcadora es generalizada; se debe a vivir formas concretas de desvalorización, discriminación, precariedad, violencia de género o de otro tipo, experimentadas de manera personal o cercana.

En todo el mundo las mujeres estamos un escalón más abajo que los hombres y vivimos en una era en que en el extremo hay evidencias de *feminicidio*.

Todavía es común encontrar que la primera discriminación de género se recibe, por el sexo, al nacer, en las familias. Muchas mujeres no han sido aceptadas pues se esperaba un hombre en su lugar. La frustración y la molestia por el nacimiento de niñas es frecuente. El primer mundo conocido ya está marcado por el estigma de género; por ende, la construcción de la autoidentidad y el desarrollo de la subjetividad también lo están. Una segunda discriminación personal ocurre frente a los pares hermanos o frente a hombres con autoridad como el padre. En efecto, las mujeres deben atender o cuidar a sus hermanos. Y, desde luego, atender, servir, temer y obedecer a su padre, sea despótico o cariñoso.

Otras mujeres consideran que ha sido en el mundo público donde han percibido discriminación de género más tarde y no inicialmente. Algunas la viven en sus relaciones más próximas, y hay quienes la han experimentado con personas distantes. Cantidad de mujeres señalan como espacios en que prolifera el *estigma de género* el trabajo, ciertos niveles educativos, servicios estatales (de educación, de salud, de seguridad), la política, los deportes, la cultura y las artes, la calle, las iglesias fundamentalistas. Para otras, sucede al revés; para la mayoría se da en una combinación dinámica y sorprendente.

En diferentes edades y estados de vida, el mundo se presenta con la jerarquía de género que hace vivir bajo sometimiento, servidumbre y discriminación a muchas mujeres. Nombradas y tratadas en un segundo término, el control, la dependencia, la culpa y el miedo son las experiencias políticas subjetivas más profundas. Esta compleja red política repercute en problemas de inferioridad, inseguridad, desconfianza e impotencia, todos ellos fenómenos de baja autoestima. Con todo, las mujeres resienten la falta de libertades y la sofisticación de las injusticias.

La baja autoestima de las mujeres (aun entre quienes la experimentan sólida o al alza) se debe a la posición política de segundo género, al segundo plano *per se*, a la violencia de género, a la falta, socavamiento o pérdida de derechos fundamentales, a la pobreza de género, a la sobrecarga de vida y al doble esfuerzo para casi todo enmarcado como arte de la condición *sobremoderna* de la mayoría, a la falta o pérdida genérica de oportunidades, a los obstáculos patriarcales para el desarrollo propio o colectivo, al constante roce social misógino y antifeminista que exige acciones defensivas, demostrativas o asertivas de género. Las tensiones constantes de género y las injusticias parecerían increíbles.

A pesar de las evidencias, algunas ideologías contemporáneas aseguran que la problemática de las mujeres es individual y que se debe a inhabilidades o equívocos de las mujeres, a discapacidades y patologías (*histeria*, con sus impotencias e invalideces, *neurosis* y sus males como la depresión y alguna que otra *paranoia*). En cambio, en cuanto a la entereza y asertividad, los éxitos parciales de algunas son usados como prueba de que si todas quisiéramos todas podríamos.

En tendencias *light* de la autoestima se considera que los obstáculos están en la mente (“la cabeza”) de las mujeres, y se cree que superarlos es un asunto de voluntad y de autoafirmación subjetiva que está más allá de las condiciones sociales de vida.

El empoderamiento

Aun al reconocerle un importante papel, desde una perspectiva de género la voluntad es insuficiente. Porque la autoestima es el resultado de una biografía ubicada en la historia, porque mejora o languidece al mejorar o empeorar las condiciones de vida y al avanzar en el desarrollo. De ahí que, para la política feminista, es fundamental considerar la autoestima como resultado de un proceso social y político acotado por las relaciones entre poder y autoidentidad, entre poder y condiciones de vida. Es decir, entre poder y biografía.

A partir de esta mirada, las claves feministas para la autoestima son el *empoderamiento* y la *equidad*.

Desde una perspectiva feminista, es primordial reconocer que la *opresión de género* afecta la formación y el desarrollo de la autoestima, y marca negativamente la biografía de cada mujer. Cada una recibe, además, trato y reconocimiento diferentes en cada espacio de convivencia (trabajo, estudio, tránsito). Cada persona evalúa a cada mujer de acuerdo con el grado de su aprobación a las mujeres en general y a esa mujer en particular. El déficit de género es un déficit en la autoestima de las mujeres.

La desigualdad genérica define las relaciones entre mujeres y hombres y, para las mujeres que han aprendido la desigualdad como algo natural, no hay defensa; la desigualdad las constituye como marca de agua en su identidad y en su autoestima. No sólo están socialmente inferiorizadas, sino que asumen que son inferiores y que eso es inmodificable. Asocian la inferioridad con una deficiencia subjetiva de capacidades, de inteligencia, de posibilidades. Ser *fallidas*⁵ proclives a la falta o en falta originaria, es una clave de identidad por el solo hecho de ser mujeres. Y si además el mundo social coloca a las mujeres en sitios de subordinación y sometimiento, el refuerzo es constatación y hundimiento.

Si, además, las mujeres han recibido violencia, la marca y el daño a la autoestima dejan heridas y secuelas no sólo físicas sino emocionales, afectivas, intelectuales y que inhiben el

desempeño en el mundo tanto como el estado de la persona consigo misma. El temor se convierte en un estado vital o, si la violencia continúa, aparece la anestesia para no sufrir.

Por eso, la alternativa feminista para remontar los estados deficitarios y los daños en la autoestima se construye en torno al poder.

El *empoderamiento* se crea en procesos en los cuales cada mujer (de cualquier edad y estado) fortalece y desarrolla la capacidad política que le permite defenderse, enfrentar la opresión y dejar de estar sujeta a dominio (deshumanización, violencia, explotación, pobreza). Ese es el profundo sentido del *empoderamiento* individual que sólo se da si es sustentado socialmente, si se extiende en la sociedad, si es sintetizado en el Estado y si lo abarca.

Pero hablamos también del *empoderamiento colectivo de género*, de la capacidad colectiva de las mujeres de enfrentar con conciencia y en alianza política el desmontaje del viejo orden y la construcción cotidiana de formas renovadas de convivencia social, de economía, política y cultura. Mahbub-ul-Haq⁶ considera que en las condiciones actuales:

“...el *empoderamiento* consiste en que la gente esté en posición de ejercer su capacidad de elegir de acuerdo con su propio y libre deseo. El empoderamiento implica una política democrática en que la gente pueda influir en las decisiones sobre sus propias vidas. Se requiere liberalismo económico para que la gente esté libre de regulaciones y controles económicos excesivos. Significa la descentralización del poder, de tal manera que la gobernabilidad sea traída a la puerta de cada persona. Significa que los miembros de la sociedad civil, particularmente las organizaciones no gubernamentales, participen de lleno en la tarea de tomar e implementar decisiones.”

Desde la perspectiva de género feminista, destaca la necesidad del *empoderamiento* de las mujeres y de los hombres para poder competir y convivir en igualdad de condiciones⁷. Por eso

la *ciudadanía plena*⁸, la ciudadanía democrática, es emblemática del *poderío* de las mujeres. La ciudadanía es por ello el objetivo y el soporte de esta transformación creativa de las mujeres y de la sociedad. Su contenido se da en el derecho a tener derechos entrelazados con las responsabilidades individuales y sociales, de acuerdo con las necesidades básicas y estratégicas⁹ cuya satisfacción permita el desarrollo.

La equidad

Como la equidad es el principio básico de una gran reforma ética y política, es la vía para consolidar una autoestima correspondiente con las autoidentidades afirmadas de las mujeres. Si el siglo xx fue el espacio de la emergencia de las mujeres en completud, y de la lucha fundamentalista para impedirlo, con nuestra fuerza el siglo xxi será el tiempo en que se proclame y se reconozca la humanidad de las mujeres, y se redefina la de los hombres; ambos, mujeres y hombres, recíprocamente equivalentes e indispensables.

La humanización de las mujeres es uno de los desafíos más grandes en la era de los derechos humanos; y no la lograremos si no construimos para cada mujer y para todas un puñado de derechos inalienables e indivisibles que ya no estén a discusión como hoy en que los fundamentalistas se resisten activamente al avance de las mujeres: trataron de convertir a *Beijing +5* en *Beijing -5*, y no lo consiguieron. Con el derecho a tener derechos inauguramos el primer derecho humano de las mujeres: el derecho a la vida en primera persona. Por eso, los derechos humanos son el cimiento profundo que enraíza la autoestima de las mujeres como seres plenas.

La equidad es para nosotras justiciera a la manera feminista, es decir, preventiva y reparadora. Esperemos que sea cada vez más preventiva y deje de ser reparadora porque eliminemos de veras la violencia de género.

Mil cien mujeres

Como muestra de un proceso de empoderamiento personal y colectivo que condujo a hacer vigente la equidad, les presento un hecho sorprendente: “Mil cien mujeres marginadas por un organismo de EE.UU. reciben 508 millones de dólares tras 23 años de batalla legal”. No olvidemos el nombre de Carolee Brady, quien “presentó su candidatura para el puesto de directora de una revista de US Information Agency (USIA), el organismo gubernamental que hasta el año pasado controlaba la información de ese país. Su candidatura fue rechazada con el argumento de que los jefes de la USIA buscan un hombre para ese puesto. Esa actitud junto a otras centenares enmarcadas en una política de discriminación sexista, le va a costar ahora al gobierno norteamericano la jugosa cifra de 508 millones de dólares... Es la mayor indemnización jamás concedida por una empresa pública o privada en un caso de discriminación laboral por motivos de raza o género”¹⁰.

Es posible imaginar los avatares de autoestima vividos por las mil cien mujeres durante esos años, y es posible también suponer cómo el triunfo pueda impactar positivamente su autoestima. Un proceso agri dulce y polivalente, sin lugar a dudas, pero constructor de cimientos políticos y existenciales de la autoestima y de la condición renovada de género de esas mil cien mujeres.

Otras marcas

Pero no sólo el género marca la autoestima, también lo hacen la nacionalidad, la clase, la casta, la etnia, la edad. Si la pertenencia a cualquiera de estas categorías es vivida de manera positiva, se favorece la valoración y el desempeño, pero si es estigmatizada la inferioridad se superpone a la de género.

Para componer la experiencia integral de nuestra autoestima, la dinámica subjetiva de las personas consiste en realizar ecuaciones de suma resta, potencia y compensación, entre las diversas fuentes identitarias y sus particulares cuotas de autoestima.

La autoestima se conmueve por vicisitudes sociales, crisis económicas, descalabros educativos y laborales, precariedad social o miseria vital, que irrumpen en la vida, en las crisis familiares o de pareja, en los accidentes y en los problemas de salud y de capacidades sociales, en las derrotas políticas y hasta en las catástrofes ambientales.

La sintonía

La autoestima se desarrolla, complejiza y fortalece cuando las mujeres encuentran estructuras, relaciones, instituciones sociales o procesos sociales favorables a su existencia, cuando hay bonanza económica, o cuando se vive en ambientes socialmente ricos, de sólido tejido social y sustento colectivo en la convivencia. La riqueza cultural y los estímulos intelectuales, espirituales o artísticos influyen decisivamente en la autoestima cuando cada mujer está en *sintonía* con su mundo o con sus círculos particulares. Se trata de sintonías ética, ideológica, política, cultural.

Es entendible que quienes se definen a partir de las responsabilidades compartidas, de la igualdad y las libertades, aumenten su autoestima en la *disidencia –resistencia, rebeldía, subversión y transgresión–* cuando el orden del mundo se opone a esos principios vitales.

La autoestima aumenta para las mujeres cuando sus opciones avanzan, cuando su estado es de bienestar en la salud y en el crecimiento, cuando su horizonte se amplía, en la apertura de oportunidades, en la satisfacción de necesidades, anhelos y deseos, en la solución de problemas y adversidades. Es entonces cuando se experimenta una cohesión interna y una conexión positiva con el mundo.

La autoestima se extiende cuando prevalece la creatividad como contenido de las actividades usuales, pero también como contenido vital en la existencia.

La igualdad, la diferencia y la semejanza

La igualdad es el referente de afirmación equivalente¹¹, fundante de la condición humana de las mujeres. La semejanza por saber que a otras mujeres les pasa o les ha sucedido algo equivalente o similar, y una no es anómala, ha tranquilizado a más de una. Y también permite construir la empatía por proximidad y similitud. Y la diferencia permite reconocer que somos diversas, crea la sensación del umbral del milenio de riqueza histórica y personal. Nuestra diversidad nos muestra semejanzas, pero también rutas distintas, hitos compartidos y transculturalidad.

La *diferencia afirmativa* (no supremacista) es fuente democrática de autoestima cuando reconocemos a las demás como mujeres en su diferencia, y que cada una será reconocida en su especificidad.

La mismidad

La *mismidad*, síntesis filosófica de la autoestima y la auto-identidad, es la afirmación de cada una en su vida, en su cuerpo y en su subjetividad, a través de sus *poderes vitales* y *sus libertades*.

Cada mujer vive en su propio horizonte cultural cambiante, y su biografía es su experiencia particular. Ante la expropiación del *ser-para-sí*, y para lograr la génesis de la libertad y del *yo*, la *mismidad* como experiencia vital es la más radical de las creaciones feministas. Sin autonomía subjetiva y concreta es imposible construir la auto-identidad cifrada en el *yo*, condición necesarísima para las *individuas* libres que queremos ser. Sin recursos de vida, el *yo* languidece subsumido en *los otros*, y se consume la colonización identitaria y vital de las mujeres.

Por eso, lograr la *centralidad* de cada mujer en su propia vida y la *prioridad* de sus necesidades en sus afanes, son pautas éticas de *mismidad* del feminismo del umbral del milenio. En esta hora no es posible seguir por donde sea. Es preciso saber cuáles son los fundamentos imprescindibles en las mujeres pa-

ra eliminar la opresión e ir construyendo la humanidad de cada una y de todas como *seres humanas*.

Tal es el contenido de la micro-orfebrería de ajuste individual. O se avanza en la *mismidad* o cada inacción abre espacios del yo para que sean ocupadas por *otros*. La *mismidad* supone transformar los deseos de fusión por los de vínculo; desechar el regreso al pasado, a la cultura madre o al paraíso, para dar lugar a la preservación del *yo-misma* y del propio mundo, sus espacios y recursos: arraigarnos y pertenecer se conjugan con la fluidez. Se trata de aprender a transformarnos en un presente ampliado y habitado por cada una y de vislumbrar siempre un horizonte posible.

El sentido de *mismidad* lleva a buscar que cada mujer sea consciente de ser prioritaria e imprescindible para sí misma, y de que ni *los otros* entrañables ni los renovados simbólicos, el planeta o la causa, pueden desplazarla de su propio centro.

La sororidad y la autoestima de género

Es evidente que hay mayor autoestima cuando se tienen mayores poderes vitales en la vida personal, en la familia, en el amor, en la sexualidad, en la sociedad y en la política. Son poderes que permiten vivir mejor, estar mejor y sentirse mejor. Incorporarse a las organizaciones ciudadanas de género, participar en espacios de mujeres, hacer propuestas, generar acciones sociales pequeñas o grandes, visibilizar y valorar a las mujeres, tener voz pública y participar en movimientos sociales y políticos permite experimentar goce y ampliación de la autoestima. La *sororidad* es fuente de autoestima porque aquí se trata además de una experiencia consciente de orgullo e identificación entre mujeres que, al reconocerse, avalarse, darse autoridad y apoyarse, apoyan a cada una.

Como la *sororidad* o el *affidamento*¹² deconstruyen la misoginia; cada paso, cada hecho y cada gesto sórico reparan y ge-

neran bienestar. Pero como además la *sororidad* y el *affidamento* producen autoridad femenina¹³, tener autoridad o autorizarnos unas a otras nos hace desarrollar una autoestima identitaria. Cada barrera eliminada entre las mujeres y cada coalición fructífera entre nosotras es experimentada como fuente de potencia, seguridad y asertividad.

Cuando se produce confianza política sustentada en hechos de equidad entre mujeres, se multiplica la confianza en que es posible y la alternativa feminista. Así como duele más la incompreensión femenina o los ataques y la incompetencia y el autoritarismo y la misoginia femeninos, en esa misma medida hechos de signo positivo marcados por las claves de la alianza, la potenciación colectiva y la consecución de mejores condiciones de vida por y para las mujeres tiene una doble repercusión subjetiva además de la obvia creación de capital político en términos objetivos.

El desarrollo de una autoestima de género permite que cada una valore de manera positiva ser mujer y se beneficie personalmente de logros, avances y acciones de mujeres que son capital simbólico y político del género que por eso pueden iluminar a quien los recibe o elabora como propios, y los lleva a su propio mundo.

Por eso la comunicación, la información, la difusión de hechos, las noticias sobre los hechos de las mujeres son un recurso de autoestima colectiva. Nombrar el mundo en femenino¹⁴ como bien ha dicho María Milagros Rivera, y dirigir la comunicación a las mujeres, hablar en nuestros códigos, mandarnos mensajes (y no sólo por correo electrónico directo, sino a través de todas las vías de comunicación), es una clave pedagógica, psicológica y filosófica que permite potenciar políticamente la de millones de mujeres de manera simultánea.

La autoestima emana de la experiencia personal identitaria a lo largo de la vida y guarda una profunda relación con el desarrollo personal y su conexión con los valores y la visión de la

vida. La autoestima se fortalece cuando cada mujer se sobrepone, avanza, consigue objetivos, logra sus metas y recibe a cambio un lugar en el mundo o reconocimiento o bienes simbólicos o materiales, poderes cuando desarrolla y potencia su existencia.

Autoestima y feminismo

Estar bajo el cielo de la cultura feminista es una experiencia de autoestima. A pesar de que ser feminista coloca a cada mujer a tiro de estigma y descalificación, a pesar de los problemas complejos y los esfuerzos a veces difíciles y plagados de contradicciones, participar y asumir una identidad feminista es doble fuente de ser mujer y de feminismo.

Asumir la tradición feminista, sabernos parte de genealogías históricas desplegadas en diversos puntos del orbe, encontrar orígenes en tierras nunca pisadas, asiento de lúcidas mujeres de quienes aprendemos y heredamos poderes y derechos, son hechos de elevación que eliminan orfandades y crean raíces, piso histórico, posicionamiento subjetivo.

Sentir hoy que pertenecemos a redes –presenciales o como internautas–, a organizaciones, a movimientos, a procesos de aculturación y de política feminista, permite a cada una afirmarse como parte de un gran manto que va cubriendo la tierra y funda la República de las Mujeres: espacio no virtual sino social, jurídico, económico, amoroso, erótico, estético y ético que construimos las mujeres, diversas y coincidentes, discrepantes pero en sintonía.

Por eso la política feminista del *empoderamiento* es la construcción colectiva, la internalización individual de los *poderes deconstructivos* de la opresión y el desarrollo de nuevos *poderes vitales* no opresivos. El *empoderamiento* es un objetivo y un método de la democracia incluyente, plural y equitativa, basada en el respeto a la diversidad. Hablamos de construir la de-

mocracia vital¹⁵ desde la cultura feminista y desde otros ámbitos culturales como soporte de los nuevos paradigmas de convivencia.

Por ello es imprescindible asumir el desafío de contribuir a un cambio radical de las mentalidades a través de una crítica firme de la cultura sexista: machista, misógina y homófoba, racista y clasista, y de la política patriarcal. La alternativa política es la *democracia genérica*¹⁶ y requiere de un compromiso ético fundamental: partir del principio de *equivalencia humana*¹⁷ entre mujeres y hombres y asumir que es una tarea colectiva concretarlo como vida cotidiana, tejido social, Estado, política y cultura.

Es urgente orientar acciones para enfrentar la opresión de género, la feminización de la pobreza, el desempleo, la marginación económica y el sobretrabajo femenino, la violación de los derechos humanos de las mujeres y la violencia sexual, económica, social y política contra las mujeres. Es preciso continuar con acciones que han sido benéficas para las mujeres y avanzar en una plataforma post-Beijing que se articule con otras plataformas que buscan mejorar la calidad de la vida.

Identidad, deconstrucción y alternativa

La epistemología identitaria feminista implica ya no superponer sino emprender procesos *deconstructivos*¹⁸. La alternativa feminista a las crisis de identidad y a las crisis de los modos de vida y de la existencia de las mujeres exige comprender que la superposición estamentaria de estereotipos de género tiene un límite; y que el conflicto llega a ser desgarrador, limitante y destructivo para las mujeres si no se resuelve a favor de cada una y del género. Hay que tomar conciencia de que la preservación a toda costa de lo tradicional imposibilita la asunción de la modernidad, del conjunto de oportunidades, recursos y bienes materiales y simbólicos y de derechos imprescindibles para desarticular la opresión en seis dimensiones:

- La condición de género de cada mujer y en las otras condiciones históricas.
- La condición de género patriarcal de cada hombre y la supremacía y el dominio en sus otras condiciones históricas.
- La relación de las mujeres con los hombres y con *los otros*.
- La posición de género de las mujeres en la sociedad y en el Estado.
- Las representaciones simbólicas y los lenguajes de la sexualidad, lo femenino y lo masculino.
- Las instituciones sociales y políticas en su función de reproducción del orden.

Del desmontaje de los contenidos opresivos de estas dimensiones depende la ampliación de oportunidades, la posibilidad de obtener retribución correspondiente a los esfuerzos vitales invertidos, el tipo y el contenido del desarrollo personal de cada mujer y de todas. Estas transformaciones repercuten desde luego en los ámbitos, las instituciones y las estructuras de la vida en las que transcurren las mujeres: desde la casa, hasta la comunidad, desde la comunidad hasta el Estado.

De la *deconstrucción* del oprobio en estas áreas depende la calidad que alcance la vida de las mujeres y su bien vivir, y la posibilidad de arribar a niveles de bienestar sostenido y no circunstancial, y de bien vivir. Las ideologías patriarcales provenientes de diversos núcleos filosóficos han desplegado entre las mujeres la fantasía de que la calidad de su vida depende de las divinidades, de la suerte, de los hombres y del buen cumplimiento de sus obligaciones genéricas. En los casos más sociologizados, las ideologías han hecho depender el bienestar de las mujeres de cambios en las condiciones generales de vida, de los sistemas económicos, de la correlación de fuerzas a nivel internacional, de la eliminación de la lucha de clases, de la explotación, del capitalismo. En fin, siempre se vuelve la mirada hacia otras fuentes sociopolíticas que ciertamente afectan a las mujeres pero no crean por sí solas su opresión específica de género.

Por todo eso, es fundamental desmontar las ideologías que alejan a las mujeres de la perspectiva feminista en el análisis de su condición de género, de sus problemas y de sus conflictos cotidianos, de sus aspiraciones, y, por consiguiente, las alejan de la creación de alternativas correlativas a su enajenación. Este distanciamiento es eminentemente político.

Deconstruir significa desmontar, desaprender los mandatos de género, desestructurar la concepción del mundo, la vida y la propia identidad como *ser-para-los-otros*. Es preciso dudar, dejar de creer y sustituir las creencias por conocimientos nuevos con explicaciones alternativas. Aun mujeres críticas, de mentalidad analítica tienen dificultades para dejar de creer en los dogmas estructuradores de su visión del mundo y sobre todo para dejar de sentir miedo ante las alternativas.

Los dogmas centrales estructuran la visión del mundo y desde luego la subjetividad y la identidad de cada quien. Son los dogmas de género sobre el *deber ser* y los *tabúes*. Las funciones estructurantes de estos dogmas permiten explicar la dificultad de enfrentarlos. La obediencia, marca identitaria del cautiverio y generadora de seguridad, está presente aun entre mujeres rebeldes y subversivas.

La creencia mágica que se infunde para atemorizar a las mujeres es la de todo o nada. Si no es el orden simbólico tradicional no hay orden, es el orden al revés o es el caos. El camino de la transformación es el diseño de un reordenamiento sobre otras bases, no busca subversivamente voltear el mundo al revés y masculinizar patriarcalmente a las mujeres. Y, estos reordenamientos, finalmente, no conducen al caos sino al principio de una alternativa positiva para las mujeres y *los otros*. Es el camino hacia un nuevo paradigma basado en la humanidad paritaria de mujeres y hombres y en la equidad en las relaciones entre ambos sujetos de su propio desarrollo y del desarrollo social. El nuevo paradigma surge de la crítica más radical a la modernidad que es la crítica feminista hecha

desde los mismos postulados de la Modernidad y de la Ilustración.

La *deconstrucción* de una concepción del mundo contenida en las mitologías, las creencias religiosas, las ideologías nacionales, el sentido común, en particular en la ética de género, abarca también a los sistemas de pensamiento. Si las mujeres continuamos pensando binariamente y a la manera occidental, no podremos sino resistir, rebelarnos y subvertir fragmentos del orden, como lo hacemos de manera desagregada todas, cada día. El pensamiento binario contiene mecanismos lógicos ligados a una axiología del bien y el mal, una estética, una racionalidad y una ética específicas para cada género. Es imprescindible la crítica global, holística, de ese orden, su razón, su cultura.

La afectividad asignada a las mujeres se corresponde con la incompletud y la dependencia afectiva, la culpa, el miedo, la confusión del amor con la entrega; la dádiva, el sacrificio y el cuidado corresponden con el *ser-para-otros*, con la supresión del amor propio, el autocuidado y la autonomía de las mujeres. La *autoestima* derivada de esta manera de ser mujer aumenta si cumplimos, disminuye si *los otros* no nos miran. No importa a qué costo se obtenga su mirada. Como no somos sujetas de nuestra afectividad, la autoestima es truncada. En su lugar florece una hipersensibilidad intelectual y afectiva a la estima de *los otros*, una profunda dependencia vital.

La dimensión complementaria e ineludible de la epistemología identitaria feminista consiste en *construir alternativas* que ocupen el sitio de todo lo que se deconstruye.

Nuevos saberes para los que se toman inadecuados, nuevas habilidades, destrezas y capacidades sociales, emocionales, afectivas, eróticas, intelectuales, comunicativas, laborales, estéticas y éticas.

La *deconstrucción* sola no conduce sino a la negación y la destrucción del sujeto. Cada quien es sólo su biografía. Es hoy,

por lo que hace, piensa y siente. Y es también por lo que desea. Nadie puede sólo dejar de saber, dejar de creer, dejar de hacer. Requiere hacerlo con otros contenidos y de nuevas maneras. Por ello es fundamental asumir la *construcción de alternativas*. Es decir, de algo *distinto* que corresponda con el nuevo sentido filosófico, la nueva concepción del mundo, la renovada subjetividad.

En este tránsito que lleva a la construcción del propio protagonismo como base de nuestra condición de *sujetas*, las mujeres necesitamos *resignificar* la *autoidentidad*, como una experiencia cada vez más autorreferida, definida más por las necesidades de la propia existencia que por lo simbólico patriarcal. La auto-identidad requiere estar anclada sólidamente en la propia biografía y apoyada por las genealogías y las etnografías femeninas que refuerzan simbólicamente la existencia de las mujeres.

Las mujeres sincréticas podemos encontrar en procesos de resignificación identitaria más posibilidades si asumimos que los contenidos identitarios no constituyen más *modelos, deber ser y tabú*. La identidad requiere una *condición de fluidez* de condición cambiante y maleable que no aprisione como en las *identidades cautivas*, sino que contenga el sentido de la libertad. Y, en este punto, la libertad no es una condición externa, sino un presupuesto de la resignificación.

Es preciso, en síntesis, revolucionar el *deseo* cuya profundidad inconsciente nos conduce a desear la vida de *los otros* y además a ser deseadas y cosificadas por *los otros*. El cambio ontológico fundamental correspondiente con el anhelo filosófico de las mujeres de ser el centro de algo en el mundo consiste en convertimos en *sujetas* de nuestro deseo, sujetas sociales y políticas. *Ser sujetas históricas* sintetiza la radicalidad feminista de la transformación identitaria de las mujeres.

No basta con dejar de *ser-para-los-otros* (proceso *deconstructivo*) sino que además es necesario crear las condiciones del *ser-para-mí* (proceso *reconductor*). Este esfuerzo vital abarca

dos dimensiones que deben ser transitadas por cada mujer: una interna, subjetiva, intrapsíquica, tendiente a desocupar el propio centro vital habitado por *los otros*, y a hacer el lento recorrido a la centralidad de la propia vida: colocar el *Yo* en el centro, y desplazar a *los otros* a la periferia de la propia subjetividad, del propio tiempo y del propio espacio simbólico y material, al redefinir prioridades y compromisos¹⁹. La otra dimensión externa implica la relación directa con *los otros* en la vida cotidiana y en la vida social.

Es ahí donde cada mujer debe priorizar y satisfacer concretamente sus *necesidades*, enfrentar sus *privaciones*, y usar sus capacidades para su *independencia*, para construir su *autonomía* y para ir eliminando las *jerarquías* subordinantes en la práctica.

Como la enajenación genérica proviene de la opresión de las mujeres, *deconstruir* y *reconducir* son en esencia fenómenos de poder. Buscamos eliminar los poderes de dominio, los *cautiverios*, que producen opresión a las mujeres.

A pesar de las contradicciones y de lo opresivo de su situación, la densidad humana contenida en la construcción de género que *sincretiza* en cada mujer lo que en el orden tradicional estaba separado y repartido entre dos géneros, da a las mujeres una complejidad identitaria incomparable con otras que evidentemente son más reducidas. Esto redundo en la ampliación de los márgenes de tolerancia y resistencia de más carga, mayor subordinación y explotación económica y sexual; sin embargo, ese *sincretismo de género* y la *doble vida* son a la vez sedimento de habilidades y destrezas complejas para enfrentar y resolver problemas de gran magnitud.

Las contradicciones subjetivas y prácticas que experimentan las mujeres pueden conducirlos a movilizarse y a buscar las maneras de resolver el antagonismo interior. El malestar se transforma en energía creativa, en *deseo de ser*: de *armonía* y cohesión interna, y *sintonía* con el mundo. El deseo de *armonía* conduce a superar y rechazar desde la modernidad la opresión

interna, la enajenación y el consenso a la opresión, el descuido del *Yo*. El deseo de *sintonía* conduce a buscar y encontrar personas afines, a hacer asociaciones positivas y construir mundos particulares en correspondencia con la peculiar manera de ser, las necesidades y las aspiraciones propias.

Los deseos nuevos, trastocadores de la existencia y de las identidades de las mujeres son producto de peculiar *sincretismo* vivido en la modernidad. Encuentran su ganancia, su beneficio y el goce, su sentido, en la *concordancia*.

Alternativa y poderío

La alternativa democrática de género no es apolítica; por el contrario, se propone construir en las mujeres y en los hombres poderes positivos, poderes para vivir y desarrollarse y, simultáneamente, ir eliminando los poderes de dominio: la capacidad de expropiar, depredar, violentar, cosificar, deshumanizar, someter, subordinar, apropiarse, normar, dirigir, pensar por los demás, tutelar, enjuiciar, castigar y premiar, culpabilizar y perdonar. Por eso, desde la perspectiva feminista es fundamental lograr que individual y colectivamente la alternativa de las mujeres sea apreciada en su capacidad trastocadora de todo orden tanto como su capacidad renovadora de la vida.

En la configuración social contenida en la alternativa feminista de democracia genérica, en la vida cotidiana y en la sociedad, nadie (ninguna persona, hombre o mujer, y ningún sujeto social de género, de clase, de edad y de otras condiciones) ocupa en los espacios y en los mundos compartidos el *centro* ni la *jerarquía de superioridad excluyente*. Por ello es fundamental delinear las nuevas configuraciones desde la ética definida por la búsqueda práctica de relaciones *paritarias* y *descentradas*, *desjerarquizadas*. Ello para dar lugar a relaciones alternativas equidistantes entre quienes interactúan y comparten el mundo en igualdad y pueden reconocer con legitimidad su mutua autonomía y su mutua autoridad y, desde luego, su libertad.

Tal vez por ahí vaya la respuesta que las contemporáneas vamos tejiendo a la estremecedora reflexión que hiciera para sacudirnos Rosario Castellanos al preguntarse (preguntarnos) si acaso no hay otro modo de ser humano y libre, otro modo de ser: podemos responder que sí. Nosotras ya sabemos que el núcleo de nuestra condición humana es nuestro deseo de ser humanas y de realizar nuestra condición genérica: ser reconocidas y vivimos como mujeres, tenemos como referencia simbólica y genealógica, miramos en nuestras congéneres y reconocemos en ellas. Reconocemos mutuamente esa *humanidad generizada*, esa identidad siempre cambiante, fluida.

Ser *humanas* es la condición para la igualdad con hombres a su vez resignificados, redefinidos y rehumanizados a partir de los principios éticos feministas.

Podemos responder a Rosario Castellanos y a quienes no encuentran caminos ni sentido, y cada una a sí misma cuando el mundo nos asfixia, cuando desentonamos no sólo del mundo sino de nuestra piel, que, en efecto, hay otro modo de ser: ser *humanas* en la semejanza y en la diversidad: en ese mínimo y supremo espacio identitario, ser *humanas*, trascender nuestra identidad particular y muchas más. Compartimos este anhelo con mujeres de todo el mundo. Vivir en pos de ese deseo nos conduce a desbaratar los guetos, las fronteras, las exclusiones y las jerarquías identitarias que niegan la paridad de las alteridades.

Humana es la más bella palabra de nuestra lengua. Sí, me parece la más bella de las voces castellanas porque sus letras y sonidos contienen la convicción más profunda y la clave feminista más entrañable que he amasado en mi vida. *Humana* es la palabra que encierra con pasión el deseo de las mujeres de ser reconocidas como humanas en la sociedad, en las instituciones y en cada hecho, a cada paso, en cada encuentro. Y hablo del deseo porque aún hoy, finiseculares y finimilenarias, las mujeres no somos reconocidas ni tratadas como humanas en

ese mundo que violenta los derechos humanos de las mujeres derivados de compartir la humanidad de los hombres, la humanidad androcéntrica. El mundo que no reconoce la especificidad humana en las mujeres.

Nuestro deseo de ser tratadas como humanas encuentra paralelo en los pueblos y las personas que habitaban las tierras de América Latina hace 500 años y que hombres de a caballo, armados con espadas, ballestas y cañones, venidos en carabelas de allende la mar, amparados en la cruz, destruyeron el sustento de su humanidad tras la desolación, la violencia y la muerte de millones de seres y de su cosmos. Conquistados, los pueblos sólo encontraron una vía de sobrevivencia: el deseo de que desde la humanidad de los conquistadores se les reconociera el aliento, ese intangible aliento llamado alma.

Las mujeres contemporáneas podemos sentir en la piel la exigencia de quienes desde sus pieles pigmentadas reclaman la humanidad en la diversidad, y de quienes hoy, en nuestro mundo, construyen palabras para ser nombrados en igualdad de condiciones como parte de la humanidad y de la ciudadanía: los pueblos indígenas. Como lo hacen quienes enfrentan al neoliberalismo en sus versiones contemporáneas: los trabajadores y las trabajadoras, que viven el desempleo, que deben migrar para avizorar horizontes, quienes no tienen derecho a la salud mínima para levantarse cada mañana a hacer sus quehaceres ni el derecho a no morir de enfermedades curables, quienes no tienen tierra y quienes ni siquiera tienen una casa.

Ellas y ellos buscan consolidar su ciudadanía, ésa que se sueña corresponsable de enderezar los ríos y la economía, de cuidar las selvas y los desiertos tanto como las ciudades y las aldeas; ciudadanía que imagina la política como el arte del encuentro, la negociación y el pacto en el reconocimiento de la diversidad de necesidades y alternativas.

Si las contemporáneas emancipantes miramos con los ojos de los indios, los pobres, los desplazados, los silenciados, los

inferiorizados, los excluidos es porque por ser mujeres vivimos todos esos oprobios y aún ahora, como los pueblos originarios de estas tierras, debemos levantarnos cada día a construir la invisible humanidad de las mujeres. Lo hacemos sabedoras de que en el breve aliento de nuestras vidas, cada día avanzamos y cada día encontraremos quienes no sepan aún que somos humanas.

Las mujeres somos un *sujeto histórico*, somos sujetas. Ese es el presupuesto para cualquier alternativa. Los problemas nacionales y regionales planteados desde la perspectiva de género se modifican de manera rotunda. No es posible eludir la problemática de género en las alternativas y las acciones para deconstruir gran parte de los obstáculos al desarrollo y a la democracia surgidos, entre otras cosas, de la organización y el sentido patriarcal de nuestro mundo.

Las mujeres queremos desmontar los cautiverios. Deseamos el poder para deconstruir el orden patriarcal y cada vez más los otros órdenes en que se apoyan las variadas formas de oprobio y la enajenación humana. Requerimos el poder de orientar la vida desde una ética distinta a la imperante; la ética de la equiparación humana contenida en la cultura feminista que permite enfrentar y deconstruir con alternativas sociales y culturales el clasismo, el racismo y, desde luego, el sexismo.

Frente a la dominación basada en la simetría, las feministas proponemos la equidad entre los géneros como medida, y la solidaridad como norma de relación entre mujeres y hombres, la fraternidad democrática como principio de relación entre los hombres y la sororidad como alianza entre las mujeres a partir de la diversidad e incluso de la discrepancia.

Frente al machismo, necesitamos el poder para desarrollar un imaginario que nos incluya como humanas y haga a los hombres equivalentes de las mujeres. Ofrecemos contribuir a la deconstrucción del poder patriarcal de los varones y la sobrevaloración fantástica de su virilidad, su cuerpo, sus capacida-

des. A nosotras nos es preciso tener el *poderío vital* para deslegitimar la violencia masculina y desmontarla, y para que los hombres desarrollen la ética y las experiencias del reconocimiento de *los otros* y del cuidado, hoy asignadas a las mujeres, así como la ética de la solidaridad universal, de la preservación del mundo y las personas. Son todas ellas transformaciones imprescindibles y urgentes para eliminar los principios patriarcales de exterminio y aniquilación que nos arrasan a todos y hoy son fundamentalmente masculinos.

La misoginia, esa fobia agresiva hacia las mujeres, puede desactivarse y eliminarse con todo lo que humaniza a las mujeres: hacemos visibles, historizar nuestra existencia, valorar de manera positiva nuestros hechos, y aprobar nuestro ser. Pero no basta; se requiere además la valoración económica y social del trabajo, las funciones y las actividades de las mujeres, como equivalentes e intercambiables por riqueza material y simbólica, y por poderío social.

Las mujeres queremos sintonizar con el mundo como individuos con derechos plenos y que el mundo ya no contenga principios de opresión genérica, que la cultura esté estructurada por principios de una nueva filosofía de la diversidad, y la equidad frente al sexismo, el machismo y la misoginia.

La política feminista de la autoestima

✓ **Clave:** La apuesta por cada mujer es clave de la política feminista de la autoestima. Los movimientos de mujeres y feministas han dado cuenta de esta compleja problemática y, en un verdadero corte epistemológico, han arrebatado a la cultura de la patología mental el desasosiego, la desolación, el sufrimiento, la pérdida del sentido de la propia existencia, la angustia y la depresión femeninas. Ese ha sido uno de los quiebres y redefiniciones culturales más importantes del siglo xx. En efecto, Betty Friedan²⁰ llamó al *malestar de las*

mujeres, el problema que no tiene nombre, y miles de pensadoras, teóricas, investigadoras, filósofas y activistas a favor de la causa de las mujeres han demostrado que es resultado de enfrentar la vida con una doble dificultad inherente a todas las relaciones, incluso a las entrañables.

Las feministas hemos apostado por el bienestar integral de las mujeres al constatar que la eliminación de la violencia, los avances en el desarrollo personal y comunitario, los apoyos sociales, el reconocimiento jurídico, económico y social, la mejora de las relaciones y el entorno social, así como una justicia de género, redundan en bienestar mental y físico de las mujeres. La inseguridad, la timidez, la impotencia y otros lastres patriarcales padecidos por las mujeres y que nos colocan en desventaja y vulnerabilidad, desaparecen cuando hay sustento para el avance, el apoyo, la solidaridad y el respeto.

Ambos procesos dan lugar a mujeres afirmadas, con fortaleza interna, capaces de defendernos, de exigir, de usar recursos materiales y simbólicos a favor de nosotras mismas, de asociarnos y de individualizarnos. Dan lugar a mujeres asertivas, capaces de transformar necesidades en intereses personales y colectivos, y a que la creatividad sea la fuente de alternativas.

El estado y la situación vital de las mujeres con mejores condiciones de vida personal, vividos por una minoría, en el mundo, es paradigma identitario de género feminista. Por eso, porque ya sabemos que es posible, queremos que el bienestar y la calidad de la vida sean experiencias vitales de todas las mujeres.

Por eso, en las últimas décadas del siglo se incrementaron en el mundo *las políticas de afirmación* de las mujeres centradas en la resignificación, el fortalecimiento y el desarrollo de la autoestima de las mujeres, como parte inicial de la creación de conexiones y redes entre las mujeres comprometidas con su propia causa. Es fascinante el incremento de la fuerza y la confianza, así como el despliegue de capacidades personales de las mujeres a partir de la reafirmación personal de género.

Como deseaba María Zambrano, la *autoestima empoderada* es, en esta dialéctica, el reforzamiento político de la persona, pero de la *persona mujer*; y sintetiza el anhelo de Rosario Castellanos al imaginar “*otro modo de ser humano y libre*”. Las mujeres del umbral del siglo y del milenio, apoyadas en su trazo, hemos avanzado y sabemos que lograr la humanidad y la libertad pasa por el reconocimiento de la especificidad de género: no podemos y no queremos “ser humano y libre”. Hemos probado las mieles de la afirmación identitaria y anhelamos crear las condiciones para que cada mujer sea humana y libre²¹.

Cada mujer necesita, de manera impostergable, las condiciones para bienvivir. Al afirmar la humanidad de las mujeres, subrayamos que es preciso construir la integridad de las mujeres, de nuestros cuerpos, de nuestra subjetividad, de nuestros bienes y creaciones, y de nuestras vidas. Queremos, y vamos a lograrlo, hacer intocables a las mujeres, erradicar la costumbre de ser usadas como cosas y de ser violentadas por cualquiera porque su supremacía así lo requiere. Ser intocables es medio y condición para afirmarnos en nuestros propios límites de seres humanas.

La calidad y la condición de humanas son para las mujeres la posibilidad de ser libres aquí y ahora, y de compartir el mundo con hombres humanizados, que también hayan modificado su enajenada condición de género. Hacerlo depende de los deseos, las voluntades y las acciones de cada vez más mujeres y más hombres que asuman la igual valía de las personas y la convicción de construir un paradigma alternativo. Todos tenemos derecho a la paz, a la vida digna, a la integridad y a la seguridad personales, a la preservación y la renovación de los recursos de nuestro mundo, al acceso a oportunidades de desarrollo, a la justicia, a la democracia y a la libertad.

Reitero que la más bella palabra de nuestra lengua es *humana*. Así, en femenino, *humana*, con *a*. Plasma no sólo la utopía extendida a todas, el deseo fantástico trasladado al futuro, sino

también el *topos*: lo real, el aquí y el ahora, el presente como espacio de la existencia, los pasos concretos, los tropiezos, la palabra, el balbuceo, las dudas y los equívocos, y lo que firmemente entreveramos.

La palabra *humana* expresa lo que vivimos las mujeres en pos de libertad y lo que dejamos de ser, para ser plenamente en la completud al ir ocupando, como género y cada una, nuestro lugar propio en el mundo, y al convertimos en el centro de la vida.

Pero, por si no fuera familiar la palabra *humana*, si hubiera quienes se sienten raras o raros al pensar o decir *humana*, unos ejercicios sencillos pueden ayudar a que cada quien se sienta a gusto con la palabra *humana*: propongo a los hombres que cada vez que estén frente a una mujer se pregunten ¿qué saben de las mujeres si desconocen su humanidad?, ¿qué significa estar frente a una *humana*, y en qué se modificarían sus actitudes, sus comportamientos, sus reacciones y su relación con las mujeres si asumieran que somos *humanas*? Los convoco a que además de pensarlo, lo sientan y se decidan a compartir el mundo con nosotras de otra manera, porque desde el lado de las *humanas* las condiciones de la travesía ya no son las mismas.

Y propongo a las mujeres que cada una frente al *otro*, frente a la *otra*, se diga a sí misma: soy *humana*. Y, de tanto hacerlo, la palabra marcará la subjetividad y las entrañas y la piel, la identidad. No dudemos nunca más de que, en efecto, somos *humanas*. Que cada una en la grata soledad, frente al espejo, amorosamente diga: sí, soy *humana*, porque soy mujer.

Claves feministas para la autoestima de las mujeres

- La conciencia histórica: ser protagonistas
- La disidencia, la rebeldía y la subversión: trastocar la vida y el mundo
- La identidad de ser humanas, de ser mujeres: la diferencia sexual
- La equivalencia

- La equidad
- La equipotencia
- La equifonía
- La práctica de la igualdad
- La resignificación del tiempo
- El espacio: tener un lugar en el mundo
- Los recursos: los dones, los bienes, las obras
- Las oportunidades
- La ciudadanía: la identidad política, los derechos
- La independencia y la autonomía
- La autoestima y el amor
- La capacidad de goce y de creación
- El empoderamiento y el poderío
- La libertad: las capacidades de optar, de elegir, de decidir y de inventar
- Ser libres y vivir en libertad
- La mismidad: la especificidad
- El desarrollo personal y colectivo
- La sintonía: la sororidad y la solidaridad
- La paz
- El feminismo

NOTAS

¹ Basaglia, Franca, 1983, *Mujer, locura y sociedad*. Universidad Autónoma de Puebla.

² Lagarde, Marcela, 1997, *Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia*. horas y HORAS, Madrid, 2ª ed., 1997.

³ Augé, Marc, 1996, *Los no lugares. Una antropología de la sobremodernidad*. Gedisa, Barcelona.

⁴ Heller, Agnes, 1980, *La división emocional del trabajo*. Nexos: 29-38, México.

⁵ Lagarde, Marcela, 1997, *Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas*. Universidad Nacional Autónoma de México, 3ª ed.: 687-778, México.

⁶ Haq, Mahbub Ul, 1995, *Reflections on human development*. Oxford University Press, 20.

⁷ Lagarde, M., 1996:113-179.

⁸ Rubio, Ana, 1997, *Feminismo y ciudadanía*. Estudios 8. Instituto Andaluz de la Mujer. Sevilla-Málaga.

⁹ Mosser, Caroline, 1995, *Planificación de género y desarrollo. Teoría, práctica y capacitación*. Red Entre Mujeres/Flora Tristán, Lima.

¹⁰ Valenzuela, Javier, 2000, "El precio de la discriminación". *El País*, Madrid, 24 de marzo.

¹¹ Sobre la categoría de equivalencia, véase Valcárcel, Amelia, 1997, *La política de las mujeres*. Cátedra, Madrid.

¹² Librería de Mujeres de Milán, 1991, *No creas tener derechos: la generación de la libertad femenina en las ideas y vivencias de un grupo de mujeres*. horas y HORAS, Madrid.

¹³ Muraro, Luisa, 1994, *El orden simbólico de la madre*. Horas y HORAS, Madrid.

¹⁴ Rivera Garretas, María-Milagros, 1994, *Nombrar el mundo en femenino. Pensamiento de las mujeres y teoría feminista*. Icaria, Barcelona.

¹⁵ Simón, Elena, 1999, *Democracia vital: mujeres y hombres hacia la plena ciudadanía*. Narcea, Madrid.

¹⁶ Lagarde, Marcela: *idem: Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia*. 2ª ed., 189-238, horas y HORAS, Madrid, 1997.

¹⁷ Valcárcel, Amelia, 1997, *La política de las mujeres*. Ediciones Cátedra, Madrid.

¹⁸ Lagarde, Marcela, 1996, "Hacia una nueva cultura feminista. Identidad genérica y feminismo". *IV Jornadas de Intervención Social del Colegio de Psicólogos de Madrid*. Tomo 3:2237-2265. Madrid, Ministerio de Asuntos Sociales.

¹⁹ La centralidad y la alteridad son definiciones políticas. En nuestras sociedades la referencia androcentrista marca las identidades de los hombres y las mujeres. Las mujeres son definidas como la alteridad y es tal la eficacia simbólica de esta definición, que es raro encontrar mujeres que no se conciben como la alteridad. En el centro paradigmático de la referencia simbólica de humanidad está el hombre, y en el centro de la subjetividad de las mujeres están los hombres y lo masculino. De manera hegemónica, la cultura es androcéntrica. De ahí la importancia de redefinir el contenido simbólico del centro de cada mujer.

²⁰ Friedan, Betty, 1974, *La mística de la feminidad*: 35-56, Jucar, Madrid.

²¹ Lagarde, Marcela, 1997. *Identidad de género y derechos humanos: La construcción de las humanas*. En: Guzmán, Laura y Gilda Pacheco: *Estudios básicos de derechos humanos IV*: 85-126, 2ª ed., Instituto Interamericano de Derechos Humanos, San José de Costa Rica.

BIBLIOGRAFÍA

- ALBORCH, Carmen, 1999, *Solas. Gozos y sombras de una manera de vivir*. Temas de Hoy, Madrid.
- ALFARACHE, Angela, 2000, *Identidades lésbicas y cultura feminista*. ENAH, México.
- AMORÓS, Celia, 1990, "La violencia contra las mujeres y los pactos patriarcales". En Maqueira, V. y C. Sánchez: *Violencia y sociedad patriarcal*, pp. 39-54, Pablo Iglesias, Madrid.
- 1994, *Feminismo. Igualdad y diferencia*. Universidad Nacional Autónoma de México, México.
- 1997, *Tiempo de feminismo*. Cátedra, Madrid.
- AUGÉ, Marc, 1996, *Los no lugares. Espacios del anonimato. Una antropología de la sobremodernidad*. Gedisa, Barcelona.
- 1998, *Las formas del olvido*. Gedisa, Barcelona.
- BASAGLIA, Franca, 1983, *Mujer, locura y sociedad*. Universidad Autónoma de Puebla, México.
- 1986, *La mujer, una voz*. Universidad Autónoma de Puebla, México.
- BEAUVOIR, S. de Beauvoir de, 1949, *El segundo sexo*. Obras Completas III, Aguilar, 1986, Madrid.
- 1964, *La fuerza de las cosas*. Editorial Sudamericana, 1979, Buenos Aires.
- BECKER, CAROL, 1989, *El drama invisible*. Pax, México, 1989.
- BENJAMIN, Jessica, 1996, *Los lazos de amor. Psicoanálisis, feminismo y el problema de la dominación*. Paidós, Buenos Aires.
- BIRULÉS, Fina (comp.) 1995, *El género de la memoria*. Pamiela, Pamplona-Iruña.
- BRANDEN, Nathaniel, 1995, *Cómo mejorar su autoestima*. Paidós, México.
- BROWN, Paula y Diana LASKIN, 1993, *Ervejecer juntas*. Paidós. Barcelona.
- BURIN, Mabel, 1994, *El malestar de las mujeres. La tranquilidad recetada*. Paidós, Buenos Aires.

- BURIN, Mabel y Emilce DIO BLEICHMAR (comps.), 1996, *Género, psicoanálisis, subjetividad*. Paidós, Buenos Aires.
- CASTELLANOS, Rosario, 1972, *Poesía no eres tú*. Fondo de Cultura Económica, México.
- CAZÉS, Daniel, 1999, *La construcción de alternativas en México*. UNAM, México.
—2000, *La perspectiva de género*. CONAPO y CONMUJER, México.
- CIGARINI, Lia, 1995, *La política del deseo. La diferencia femenina se hace historia*. Icaria, Barcelona.
- CORIA, Clara, 1992, *Los laberintos del éxito*. Paidós, Buenos Aires.
—1997, *La negociación nuestra de cada día*. Paidós, Buenos Aires.
- DEBOLD, Elizabeth, Marie WILSON e Idelisse MALAVE, 1993, *Mother-daughter revolution: from betrayal to power*. Addison Wesley Publishing Company, New York.
- DIO BLEICHMAR, Emilce, 1997, *La sexualidad femenina. De la niña a la mujer*. Paidós, Barcelona.
- DOLTO, Françoise, 2000, *Lo femenino*. Paidós, Barcelona.
- DOWLING, Colette, 1988, *El complejo de Cenicienta*.
—1993, *¿Debo seguir así?* Grijalbo, Barcelona.
—1990, *Mujeres perfectas*. Grijalbo, México.
- DUBY, Georges y Michelle Pierrot (directores), 1992, *La historia de las mujeres*. 5 tomos. Taurus, Madrid.
- EICHENBAUM, E.L. y S. ORBACH, 1989, *¿Qué quieren las mujeres? Revolución*, Madrid.
- MIZRAHI, Liliana, 1987, *La mujer transgresora*. GEL, Buenos Aires.
- FERRATER MORA, F., 1994, *Diccionario de filosofía*, 4 tomos, Ariel, Barcelona.
- FETSCHER, Iring, 1995, *La tolerancia. Una pequeña virtud imprescindible para la democracia*, Gedisa, Barcelona.
- FRIDAY, Nancy, 1981, *Mi madre/yo misma*. Argos Vergara, Barcelona.
- FRIEDAN, Betty, 1974, *La mística de la feminidad*. Jucar, Madrid.
- GIDDENS, Anthony, 1995, *Modernidad e identidad del yo. El yo y la sociedad en la época de la sociedad contemporánea*. Península, Barcelona.
- GOODRICH, TH., RAMPAGE, CH., ELLMAN, B., HASTEAD, K., 1999, *Terapia familiar feminista*. Paidós, Buenos Aires.
- GREER, Germaine, 1999, *The Change. Women, aging and the menopause*. Alfred A. Knopf, New York.
—2000, *La mujer completa*. Kairós, Barcelona.
- GRIFFITHS, Morwenna, 1995, *Feminisms and the self. The web of identity*. Routledge, London.
- GROFF, Christina y Stanislav GROF (eds.), 1993, *El poder curativo de las crisis*. Kairós, Barcelona.

- HAQ, Mahbub Ul, 1995, *Reflections on human development*. Oxford University Press, Oxford.
- HARE-MUSTIN, Rachel T. y Marecek, 1994, *Marcar la diferencia*, Herder, Barcelona.
- HELLER, Agnes, 1980, "La división emocional del trabajo". *Nexos* 29-38, México.
- HELLER Agnes y FERENC Fehér, 1994, *Políticas de la postmodernidad*. Península, Barcelona.
- HIERRO, Graciela, 1993, *Ética de la libertad*. Torres Asociados, México.
—2000, *Gracias a la vida*. DEMAC, México.
- HITE, Shere, 1987, *Women and love. A cultural revolution in progress. The new Hite report*. Alfred A. Knopf, New York.
- IRIGARAY, Luce, 1985, *El cuerpo a cuerpo con la madre. El otro género de la naturaleza. Otro modo de sentir*. LaSal, Edicions de les Dones, Cuadernos Inacabados 5, Barcelona.
—1982, *Yo, tú, nosotras*. Universidad de Valencia, Instituto de la Mujer, Madrid.
- KLEIN, Melanie, 1980, *Envidia y gratitud, Obras Completas* 6:7-99;
—*Amor, odio y reparación, idem*, pp. 101-135.
—*El sentimiento de soledad y otros ensayos, idem*, pp. 173-270, Paidós, Buenos Aires.
- KOGAN, Aisenso, 1982, *El yo y el sí-mismo*. Amorrortu, Buenos Aires.
- KOHUT, HEINZ, 1990, *La restauración del sí-mismo*. Paidós, México.
- LAGARDE, Marcela, 1989, "Enemistad y sororidad: hacia una nueva cultura feminista". *Memoria* 25, Centro de Estudios del Movimiento Obrero y Socialista, México.
—1990, *Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas*. Universidad Nacional Autónoma de México, (2ª ed., 1993, 3ª ed., 1997).
—1993, *Identidad y subjetividad femenina*. Managua, Cenzontle, 1993.
—1996, "Identidades de género y derechos humanos. La construcción de las humanas". *Estudios básicos de derechos Humanos* IV:85-126, Instituto Interamericano de Derechos Humanos, San José de Costa Rica (2ª edición, 1997).
—1996, *Género y feminismo. Desarrollo humano y democracia*. Cuadernos Inacabados 25, horas y HORAS (2ª edición 1997).
—1997, Presentación a *Ser mujer ¿un riesgo para la salud?*, SAYAVEDRA, Gloria, y Eugenia FLORES, Red de Mujeres A.C. México.
—1997, *Identidad genérica y feminismo*. Instituto de Estudios de la Mujer, Universidad Nacional de Costa Rica, San José. Reeditado por el Instituto Andaluz de la Mujer, Sevilla, 1998.

- 1998, *Claves feministas para el poderío y la autonomía de las mujeres*. Puntos de Encuentro, Managua, 1998. Reeditado por el Instituto Andaluz de la Mujer, Sevilla, 1999.
- 2000, Presentación a *Violencia masculina en el hogar: alternativas y soluciones*.
- 2000, *Claves feministas para liderazgos entrañables*. Puntos de Encuentro, Managua, 2000.
- LAGARDE, Marcela y Sandra ALIAGA, 1997, *Entre decir y vivir*, CIDEM, Bolivia.
- LAING, R. D. 1988, *El yo dividido*. Fondo de Cultura Económica, México.
- LAMAS, Marta y Frida SAAL (comps.), 1991, *La bella (in)diferencia*, Siglo XXI, México.
- LIBRERÍA DE MUJERES DE MILÁN, 1991, *No creas tener derechos*. Cuadernos inacabados 10, horas y HORAS, Madrid.
- LULLE, Thierry, Pilar VARGAS y Lucero ZAMUDIO (coords.), 1998, *Los usos de la historia de vida en las ciencias sociales II*. Anthropolos.
- MAGLI, Ida, 1995, *De la dignidad de la mujer*. Icaria, Barcelona.
- MONTREYNAUD, Florence, 1999, *Le xxè siècle des femmes*. Nathan, París.
- MURARO, Luisa 1994, *El orden simbólico de la madre*. Cuadernos inacabados 15, horas y HORAS, Madrid.
- MURILLO, Soledad, 1999, *El mito de la vida privada. De la entrega al tiempo propio*. Siglo Veintiuno de España Editores, Madrid.
- IRIGARAY, Luce, 1985, *El cuerpo a cuerpo con la madre. El otro género de la naturaleza. Otro modo de sentir*. LaSal, Edicions de les Dones, Cuadernos Inacabados 5, Barcelona.
- 1982, *Yo, tú, nosotras*. Universidad de Valencia, Instituto de la Mujer, Madrid.
- ORTNER, Sherry B. y Harriet WHITEHEAD, 1999, "Indagaciones acerca de los significados sexuales". En: LAMAS, Marta (comp.) *El género: la construcción cultural de la diferencia sexual*: 127-180. Porrúa-PUEG, UNAM, México.
- PIUSSI, Ana María y Letizia BIANQUI (eds.), 1995, *Saber que se sabe. Mujeres en la educación*. Icaria, Barcelona.
- RIVERA GARRETAS, María Milagros, 1994, *Nombrar el mundo en femenino. Pensamiento de las mujeres y teoría feminista*. Icaria, Barcelona.
- 1995, *Textos y espacios de mujeres*. Icaria, Barcelona.
- RICH, Adrienne, 1986, *Nacemos de mujer. La maternidad como experiencia e institución*. Cátedra, Madrid.
- SANZ, Fina, 1995, *Los vínculos amorosos. Amar desde la identidad en la Terapia del Reencuentro*. Kairós, Barcelona.
- RUBIO, Ana, 1999, *Feminismo y ciudadanía*. Instituto Andaluz de la Mujer. Sevilla.

- SEN, Amartya, 1999, *Development as freedom*. Alfred A. Knoff, New York.
- SHINODA BOLEN, Jean, 1993, *Las diosas de cada mujer*. Kairós, Barcelona.
 —1998, *Viaje a Avalon. La peregrinación de una mujer en la mitad de la vida*. Obelisco, Barcelona
- SIMÓN, Elena, 2000, *La democracia vital*. Narcea, Madrid.
- SONTAG, Susan, 1997, *La enfermedad y sus metáforas*. Taurus, Madrid.
- STEINEM, Gloria, 1992, *La revolución desde dentro. Un libro sobre la autoestima*. Anagrama, Barcelona.
 —1996, *Ir más allá de las palabras. Rompiendo las barreras del género*. Paidós, Barcelona.
- VIOLI, Patrizia, 1991, *El infinito singular*. Cátedra, Madrid.
- WALKER, Alice, 1984, *In search of our mothers' gardens*. Harcourt Brace & Company, New York.
- WALTERS, M., CARTER, B., PAPP, P., SILVERTEIN, O., 1991, *La red invisible. Pautas vinculadas al género en las relaciones familiares*. Paidós, Buenos Aires.
- VALCÁRCEL, Amelia, 1991, *Sexo y filosofía, sobre mujer y poder*. Anthropos, Barcelona.
 —1993, *Del miedo a la igualdad*. Crítica Grijalbo, Barcelona.
 —1997, *La política de las mujeres*. Cátedra, Madrid.
 —2000, “La memoria colectiva y los retos del feminismo”, 19-54. En: *Los desafíos del feminismo ante el Siglo XXI*. Hypatia, Instituto Andaluz de la Mujer, Sevilla.
- VANCE, Carol (comp.), 1989, *Placer y peligro. Explorando la sexualidad femenina*. Revolución, Madrid.
- ZAMBRANO, María, 1988, *Persona y democracia*. Anthropos, Barcelona.
- ZWEIG, Conie (comp.), 1992, *Ser mujer*. Kairós, Barcelona.
- ZWIEG, C. y J. Abrams, 1994, *Encuentro con la sombra*. Kairós, Barcelona.

"Si las mujeres nos movemos entre exigencias, alabanzas y reprobaciones que son funcionales a nuestros contenidos existenciales modernos y tradicionales, la autoestima femenina derivada de este sincretismo genérico se caracteriza por la inseguridad, la desconfianza en una misma, el temor expresado como timidez, el boicot, la dependencia vital de los otros.

¿Qué y cómo cambiar colectiva y personalmente?, ¿cómo reestructurar la autoestima?, ¿qué es necesario desaprender y qué es preciso aprender? son algunas líneas de trabajo que desarrollaré en estas páginas. El mejoramiento del estado de la autoestima es pues un asunto personal y político. Implica a todas las mujeres y debe ser enfrentado tanto personal como políticamente. Hay cambios posibles de manera individual pero es preciso reconocer que urgen cambios sociales y culturales complejos para desarticular la construcción de género contemporánea. Cada mujer requiere revisar su autoidentidad desde una perspectiva feminista para hacer coincidencia de sus propias claves de autoestima".

Marcela Lagarde y de los Ríos, mexicana, etnóloga, maestra y doctora en Antropología. Profesora de Sociología en la Universidad Aut. de México y de Estudios de Género de la Universidad Laudívar de Guatemala, colabora con diversas agencias de la ONU y organismos de cooperación internacional. Coordinadora de los Talleres Casandra de Antropología Feminista. Es autora de diversos libros, entre ellos *Género y Feminismo, desarrollo humano y democracia*. (horas y HORAS), Madrid, 1996 y 1998.

