

## Resistiendo desde la sanación colectiva

Jazmín Reyes (Perú)<sup>1</sup>

En las últimas semanas, nuestro país ha enfrentado uno de los despertares políticos más importantes de las últimas décadas. Despertar político que viene del hartazgo de la clase política actual y del cansancio a la indiferencia de un grupo de la población que le tiene miedo al cambio, a un nuevo orden social y político. Despertar político cuyos protagonistas fuimos los jóvenes, de la bien llamada “Generación del Bicentenario”, cuya esencia es el hambre por la transformación social y la rabia organizada que no solo busca la transformación sino la disolución de estructuras obsoletas que gritan por ser destruidas para dar paso a un nuevo orden social, en donde no existan dinámicas de corrupción ni ningún tipo de violencias estructurales.

Este despertar político ha venido acompañado de otros despertares: sociales, estructurales y sobre todo individuales. Porque las dinámicas de las estructuras sociales de un país resultan un reflejo de nuestros procesos individuales y de nuestras estructuras internas. Y es justamente lo que las estructuras de poder no quieren. Las estructuras de poder no quieren que despertemos porque al despertarnos, reaccionamos y transformamos. Las estructuras de poder son estructuras de corrupción que son obsoletas y dentro de esas estructuras de poder nunca la salud mental ha sido una prioridad; porque al trabajar en nuestra propia sanación como individuos, comenzamos a despertar, a cuestionar, a preguntarnos y las estructuras de poder le temen a eso. El Estado, durante siglos, nos quiere dormidos/as y pasivos/as, porque cuando empezamos a sanar, despertamos, y cuando despertamos se inicia la transformación verdadera, una transformación que ya viene llegando sin vuelta atrás.

---

<sup>1</sup> Académica y activista afroperuana. Obtuvo la licenciatura de Psicología Clínica por la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas por la tesis: “Satisfacción marital en un grupo de mujeres casadas afroperuanas de Lima Metropolitana”. Pertenece al Movimiento Afroperuano en donde ha liderado diversos encuentros, conferencias y congresos sobre la población afroperuana y, especialmente sobre las mujeres afroperuanas. Se reconoce como feminista interseccional y decolonial, participando en diferentes espacios feministas, posicionando la agenda de las mujeres afroperuanas. Asimismo, es poeta, creadora de la página: “Poetafrofeminista”, una plataforma de poesía afrodescendiente y feminista. Sus líneas de investigación académicas abarcan: feminismo interseccional y decolonial, el enfoque intercultural en la salud mental y poesía afrolatinoamericana.  
E-mail: jazminreyesparedes@gmail.com

Las manifestaciones sociales que aparecieron desde la indignación y hartazgo también causaron críticas de una parte de la población ubicando a todos los/as manifestantes en posición de “delicuentes” o “terroristas”. Críticas que venían desde un lugar de privilegio económico y social sin cuestionamiento, críticas que se realizaron desde un lugar de comodidad y no desde un lugar de solidaridad, críticas destructivas que vinieron desde el olvido colectivo de que las manifestaciones sociales han contribuido a diferentes luchas sociales de forma histórica. No podemos permitir que se deslegitimen e invaliden el derecho a la protesta. Desde la salud mental, los procesos de sanación nunca será igual a permanecer en silencio, sino todo lo contrario, la sanación es salir de nuestro lugar cómodo, “todo lo que es cómodo, es una trampa”, decía Victoria Santa Cruz, transitar nuestros dolores y heridas, transitar lo que tenemos que transitar, para poder transformarnos y llegar a la evolución que necesitamos.

Lo que hemos visto en la última semana de forma colectiva, nos puede llevar a realizar un análisis profundo y constructivo sobre nuestros procesos de sanación individual. La crisis política se desencadenó por el hartazgo colectivo de una situación política que sobrepasó los límites sobre una estructura que ya no puede seguir manteniéndose. ¿Y si el hartazgo colectivo también se traduce en un hartazgo individual? ¿Qué estructuras internas, dinámicas personales, patrones de conductas, vinculaciones cercanas ya sobrepasaron sus límites y se han convertido en un hartazgo individual? ¿De qué estamos hartos y hartas? ¿Qué ya no estamos dispuestos/as a sostener más? Esta situación nos habla de la importancia de establecer límites claros, de los mínimos negociables que es importante desarrollar tanto en un nivel individual como a un nivel colectivo. Asimismo, esta situación nos conecta con estructuras que no nos gustan y que odiamos. ¿Y si eso que tanto odiamos, son dinámicas que debemos revisar en nosotros/as mismos/as? ¿Qué estructuras de poder, manipulación, corrupción y diferentes violencias estructurales habitan en cada uno/a de nosotros/as? ¿Seguimos reproduciendo violencias estructurales tales como el racismo, el clasismo, la xenofobia, la homofobia, entre otras; en nuestros espacios, contextos y vinculaciones? Estas preguntas responden a un gran desafío que debemos enfrentar como sociedad. Porque si no revisamos/cuestionamos nuestra propias violencias, nuestra propia rabia, de dónde viene esta y cuáles son las dinámicas de poder que la sostienen, la clase

política de este país seguirá marcada por esas mismas violencias que como individuos no hemos sido capaces de cuestionar, transformar y sanar. Los partidos políticos actuales asociados a la corrupción y a otras estructuras de poder, pueden desaparecer, pero si no cuestionamos dichas violencias estructurales, aparecerán otros partidos políticos asociados a la corrupción, con otros nombres y otras caras, pero la esencia seguirá siendo la misma. Porque para desarrollar una sociedad sana, una colectividad saludable, es necesario sanar nuestras propias individualidades, porque, en suma la sociedad la conforman los individuos y lo que ocurra a niveles colectivos será el reflejo de las propias individualidades. De ahí parte la necesidad y la importancia de la salud mental como sociedad para poder sanar lo que es necesario sanar, para transformar las conductas obsoletas y dar paso a nuevas formas de pensar y de sentir.

Las estructuras políticas y sociales se están cayendo ante nuestros ojos y también nuestras estructuras individuales. Que se caiga lo que se tenga que caer, que se transforme lo que se tenga que transformar. Los espacios de salud mental siempre han sido espacios privilegiados en donde se benefician muy pocos, tal y como funcionan las estructuras de poder de forma histórica. La salud mental debe ser un derecho y no un privilegio. Los cambios estructurales que estamos viviendo también impactarán en una nueva forma de ver a la salud mental y lo urgente y necesaria que resulta en estos tiempos.

Las estructuras que deben romperse, se romperán y esa es la verdadera sanación colectiva.