

# ¿Con amor?

escrito por Juana Botero

La reacción más cómoda, casi instintiva, es resistir y combatir, todo lo que está oprimido normalmente sale con erupción. Es tremendamente humano estar indignado y por ende ser reactivos ante lo injusto. Vivimos en un planeta que pone al límite nuestras emociones más densas, miedo, rabia, desprecio. Todo el tiempo presenciamos actos atroces, inhumanos que despierta nuestro cerebro animal.

¿Qué hacer cuando somos testigos de un maltrato? ¿un acto déspota? ¿una reacción racista, misógina o clasista?

Inicialmente respondemos con rabia puesta en lo que escribimos, twitteamos; rabia en argumentos inteligentes y malhumorados para acabar con el otro y decirle sin miedo, lo equivocado que está.

Los activistas de causas hacemos esto todo el tiempo. Nos hierve la sangre cuando alguna de ellas se encuentra en tensión, cuando volvemos a ser testigos de lo injusto. Tocan nuestro lugar animal.

En mi caso es el feminismo. Cada vez que veo, oigo o apenas percibo lo que ahora se que está mal del patriarcado, algo dentro de mí, casi como un “no yo” se activa e inmediatamente tiene cientos de argumentos para contradecir, razones para enfurecerme. Y el problema no son las razones, que creo ciertas. Son las emociones que se mueven en mí cuando esto sucede, esas que me dejan drenada, sin energía, “maluca”.

Sobre eso, llevo días preguntándome, ¿me genera mayor bienestar tanta ira? ¿está bien sufrir tanto por mi causa? ¿vale la pena llenar mis días de historias difíciles de inequidad de género que me hacen morir de dolor todo el tiempo? ¿dejar de escuchar, hacerme de tanto en tanto a un lado por cuidar mi salud mental, es insensible? Peor ¿hipócrita?

También pienso en como reaccionar distinto a la rabia o la indignación, pienso si sería posible otra sensación con igual validez ante la injusticia, pero que deje un saldo mayor de bienestar, he pensado si hay algo que movilice más que la rabia y solo por cuestionarlo todo, fantaseo sobre si

el amor tal vez pueda transformar más.

Jmm en principio el solo hecho de nombrarlo me hace sentir una hippie de la causa, un poco ingenua e incluso, la parte mas juzgadora de mi lo considera un tanto ridículo.

Pero después reflexiono: si esa emoción es la mas transformadora, la que científicamente mas alta vibración tiene antes que la gratitud, la que más sostenibles hace las acciones, ¿que tal si la usara a favor de mi causa?

¿Como amar lo que desprecio? O tal vez me estoy haciendo mal la pregunta: ¿Cómo transformo en acciones amorosas toda la ira que la injusticia despierta en mi?

Como siempre, cada que me hago una pregunta, trato de encontrar la respuesta en la experiencia. He tratado entonces en las ultimas semanas de devolver con amor cada gesto misógeno, maltratador y patriarcal, que me ha sucedido o que he visto. He puesto mi vida al servicio de mi experimento.

Y algo si cambió. Primero y para concluir antes de explicar más, me he sentido mejor, mis niveles de ansiedad sobre el tema han bajado y en general tengo una sensación de bienestar. Ahora, he podido darme cuenta de que, a mi que me gustan los retos, este ha sido el más grande de todos, incluso más que el que antes creía que era mi mayor desafío: confrontar el status quo con inteligencia.

Amar en estas situaciones es definitivamente un acto mas valiente que luchar vociferando con ira, desmantelando las injusticias con rabia o buenos argumentos.

Me ha costado, es un esfuerzo titánico dar una respuesta amorosa ante lo injusto, devolver compasión, encontrar palabras amables que no escondan mi respuesta, pero que no hieran al interlocutor. Ha sido increíblemente extraño darme cuenta de que podía construir sin enfurecerme por dentro.

No se aun si estas acciones amorosas logran transformaciones más

grandes que las demás acciones reactivas y enfurecidas, no tengo una conclusión aun, pero si puedo decir que lo que se empieza a mirar con amor, cambia, encuentra nuevas maneras de enfrentar el desacuerdo, ve grises donde antes solo había blancos y negros, pero sobre todo, logra que el sueño se concilie con mayor facilidad, que los días tengan mas sentido, que la paz interior reine y haya espacio entre la acción y la reacción para poder decidir con mayor claridad.

Actuar con amor, es principalmente eso, actuar. No es una postura pasiva ante la vida, ni menos una emoción o sentimiento romántico. En mi pequeño experimento he podido considerarlo el acto mas valiente y difícil que haya intentado hasta ahora.

Parece simple lo que digo y tal vez lo sea, pero como siempre lo mas simple es ciertamente lo mas complejo, tan obvio que lo pasamos de largo.

Sobre esto han hablado desde lideres espirituales hasta científicos, pasando por instagramers clichesudos y profesores de colegio. Es la respuesta mas conocida por los humanos, lo sabemos, tenemos claro que el amor transforma. Pero nos cuesta tanto, tal vez estemos desinformados un poco y nos hayamos confundido con la palabra, es posible que la veamos como una romanticonada sin mayor fuerza o tal vez, tengamos mayor confianza en las reacciones más dañinas como el odio o el miedo, porque también hemos sido testigos de que logran algunos cambios, a la brava, pero los logran.

Sin embrago, la fuerza creativa y transformadora mas contundente está en ese lugar del amor, una que siempre ha estado reservada para nosotros, esa herramienta mágica que al probarla lo cambia todo. Es una postura valiente e incomoda. Justo ese es el indicador de que estamos en el camino, sentirse incomodo nos indica que tal vez nos estamos exigiendo más y que nos estamos llevando hacia nuestro mayor potencial, que podemos superar nuestra respuesta límbica, que es lo único que nos hace diferentes de los demás animales y que a veces, aparentemente no queremos diferenciarnos de ellos, porque implica esfuerzo, tiempo, pero sobre todo espacio.