



MANIFIESTO A FAVOR DE LA CONCIENCIA

Revista Psicología número 149

Carlos Odriozola

Una transformación social profunda es fruto de múltiples cambios individuales. La clave está en no conformarse con la situación presente.

No te conformes con una relación con tu cuerpo basada en la moda, la presión social y las costumbres.

Con motivo de la ceremonia de clausura de mi curso de Formación en Gestalt y Bioenergética, di lectura al siguiente "Manifiesto a favor de la Consciencia".

Hoy, unos meses más tarde, me propongo extender y compartir su contenido con todas las lectoras y todos los lectores de Psicología Práctica.

"En este pasado mes de mayo, mayo de la indignación y el inconformismo, recogemos con esperanzadora alegría el deseo ampliamente compartido de profundos cambios sociales. Inconformismo frente a los políticos distantes y corruptos. Indignación frente a la injusticia y la aplicación arbitraria de las leyes. Inconformismo frente a la banca y el poder económico asfixiante. Indignación e inconformismo al fin, frente a situaciones en las que nuestra responsabilidad individual pasa prácticamente desapercibida frente a la desmedida responsabilidad de los grandes poderes.

Hoy, aprovechando el cierre de estas promociones, quiero presentaros nuestro manifiesto personal, un manifiesto al servicio de vuestra indignación e inconformismo, por circunstancias y situaciones de la vida, en la que no sois, solo, víctimas del desorden y los intereses ajenos sino, esta vez, principales protagonistas".

Apuesta por el cambio

"No podemos olvidar que el deseado cambio social será necesariamente la consecuencia de múltiples y sucesivos cambios individuales. Tu cambio y el mío son igualmente imprescindibles. Así que hoy doy fe del siguiente manifiesto:

NO TE CONFORMES con los roles que la sociedad tiene previstos para ti, no te rindas a Sus expectativas, a lo que de ti esperan. Exígete mostrarte en contacto con tus polaridades y potencialidades, recordando que afortunadamente eres ser completo, singular, único e irrepetible.

NO TE CONFORMES con una educación basada en el miedo, la comparación, el ridículo y el castigo. Exige para tu educación y la de los tuyos motivación, estímulo, creatividad y cercanía.





Carlos Odriozola

Psicólogo Clínico-Psicoterapeuta

NO TE CONFORMES con una relación con tu cuerpo basada en la moda, la presión social y las costumbres. Exige para ti una escucha amorosa de sus manifestaciones, de su lenguaje y atiéndelo generosamente en sus necesidades.

INDÍGNATE frente a una inteligencia al servicio exclusivo de los contenidos, los datos y las teorías. Exige y reivindica para ti una inteligencia también emocional, sensible, empática y comprensiva.

NO TE CONFORMES con el placer de los sentidos y la felicidad de las necesidades satisfechas. Reivindica para ti la alegría sin motivo, que emerge a borbotones por el simple hecho de estar viv@.

NO TE CONFORMES con incorporar y hacer tuyos los valores y las creencias que la sociedad te ha transmitido. Exige para ti rebeldía y cuestionamiento, hasta Conformar tu propia y personalizada jerarquía de valores y principios.

INDÍGNATE frente al modelo machista y patriarcal en tus relaciones íntimas, familiares, profesionales y sociales. Reivindica relaciones de igualdad, respeto complicidad entre los distintos géneros, tendencias u orientaciones.

NO TE CONFORMES con la idea de considerar la violencia como una expresión de valor y fuerza. Exige para ti y para tus relaciones tolerancia, comprensión, compasión y entendimiento.

NO TE CONFORMES con relaciones mediocres de aprobación condicional, prostitución afectiva o compra-venta interesada. Exige para ti relaciones de gozo y crecimiento, de respeto y consideración, donde tu desarrollo como persona sea lo prioritario. Y esto por una sola razón, porque tú... lo mereces.

NO TE CONFORMES con vivir anestesiado de la mano de tu automático, buscando destinatarios múltiples a los que culpabilizar. Exige para ti una vida despierta, desde la conciencia, entendiendo que la responsabilidad es el más valioso fruto de tu libertad.

NO TE CONFORMES con llorar de dolor, frustración o pena. Permite que tu corazón palpite, tus ojos se nublen y tu voz se quiebre frente a la alegría, el amor y el agradecimiento.

Y, por último y aquí termino, **NO TE CONFORMES** con el curso que hoy finaliza, ni con el camino que hasta ahora hayas recorrido. Exige para ti una actitud de formación constante, donde seas capaz de beber de nuevas fuentes, conocer a nuevos maestros y aprender con humildad las enseñanzas de cada día".

