

## Decálogo. Un hombre por la igualdad

El Decálogo de AHIGE resume los principios del hombre igualitario e invita a la toma de conciencia y responsabilización masculina.

**Un hombre por la igualdad es aquel que:**

1. Se acepta a sí mismo como producto de su tiempo y cultura.
2. Ha iniciado un camino personal de búsqueda y replanteamiento interno de sus valores, esquemas, mecanismos, conductas y pensamientos.
3. Mantiene una actitud de cambio en sus relaciones con las mujeres, en las que ya no tolera ningún tipo de desigualdad en razón del sexo.
4. Apoya activamente las justas reivindicaciones de las mujeres contra el sexismo. Comprende que no basta con las palabras y que es necesario que los hombres se posicionen activa y públicamente sobre el tema.
5. Está aprendiendo a verse como un ser sensible, afectivo y, sobre todo, vulnerable. Además, está intentando superar su tradicional aislamiento emocional.
6. Ha iniciado un proceso de replanteamiento de la relación con sus hijos e hijas. Ya no acepta continuar con un papel secundario e intenta que la relación sea más completa, aprendiendo a implicarse directamente con ellos y ellas.
7. Intenta ir superando el miedo y el rechazo ante situaciones de cercanía y complicidad con otros hombres. Comprende que la compañía y la ayuda de otros hombres le es necesaria para su desarrollo vital. Acepta su apoyo y está aprendiendo a no verlos como competidores.
8. Avanza en un proceso de renovación de su sexualidad, intentando vivirla de forma más natural y plena, sin los determinantes que el modelo tradicional masculino le ha impuesto.
9. Ha comenzado a cambiar su actitud hacia la homosexualidad, reconociendo que las personas homosexuales sufren una situación de discriminación que ha de ser combatida activamente. Analiza su relación personal con este tema.
10. Y, por supuesto, ha adoptado una actitud de tolerancia cero hacia la violencia de género que ejercen los hombres sobre las mujeres. Ha comprendido que **el silencio nos hace cómplices**.

Y en definitiva ... **Es un hombre que tiene un proyecto de cambio personal y lo está llevando a la práctica.** Por ello se replantea una gran parte de sus posiciones, actitudes y conductas, que entiende están determinadas por su proceso de socialización sexista y patriarcal.

Su objetivo es construir una sociedad en igualdad en la que se haya conseguido superar los roles de género y, para ello, **entiende que primero ha de cambiar él.**