



Asociación Mexicana
de Tanatología, A.C.

MATRIMONIO OBLIGADO
SECUESTRO EMOCIONAL

TESINA
QUE PARA OBTENER EL DIPLOMADO EN
TANATOLOGIA
PRESENTA:

IRENE MARTINEZ GUEVARA



Asociación Mexicana de Educación Continua y a Distancia, A. C.

México, D.F. a 28 de Junio del 2014

**DR. FELIPE MARTINEZ ARRONTE
PRESIDENTE DE LA ASOCIACION
MEXICANA DE TANATOLOGIA, A.C.
PRESENTE.**

Por medio de la presente le informo que revisé y aprobé la tesina que presentó:

Irene Martínez Guevara

Integrante de la generación 2013 – 2014

El nombre de la tesina es:

**MATRIMONIO OBLIGADO
SECUESTRO EMOCIONAL**

Atentamente

Dra. Galia G. Castro Campillo

AGRADECIMIENTOS

A Dios por la fe y experiencia de dar vida

A mis hijos Jesús y Leonardo

A mis padres Ricardo y Matilde

A Victoria, Zuzuky y Andrea

A mi asesora:

Dra. Galia G. Castro Campillo

“Para cambiar tu vida por fuera, debes cambiar tú por dentro. En el momento en que te dispones a cambiar, es asombroso cómo el universo comienza a ayudarte, y te trae lo que necesitas”

Louise Hay

Agradezco a la vida por las experiencias, algunas muy difíciles de superar y otras que desbordaron mi felicidad.

Agradezco a mi hijo Leonardo, por ser mi gran compañero de viaje, por su fortaleza y por resistir los largos y apretados trayectos en el ir y venir de esta vida. Leo tu alegría pinto de arcoíris los días nublados.

A mi hijo Jesús, por apoyarme con el cuidado de su hermano y el propio, hijo tu independencia me dio fortaleza, para seguir mi camino y me enseñó que no hay momentos para rendirse.

A mis amigas maravillosas que fueron mi contención en los momentos de mayor crisis y soledad, Zuzuky, Andrea, Vicky, Rosario, Dulce, Lorena, Yuliana, Sergio, me enseñaron que la familia no siempre es de sangre.

A mis padres por el trabajo enorme que me dejaron, por esa herencia emocional, la cual me ha puesto en acción, me enseñaron que la pasividad se caduca rápidamente.

A mis hermanos por el trayecto de vida que compartimos cuando niños, por la oportunidad que me brindaron de acompañarles en momentos especiales de su vida, me enseñaron que siempre y nunca son palabras que no existen.

A la Sra. Marina, coordinadora de la AMTAC, por su amable atención y por su guía en este proceso de autoconocimiento.

A todos y cada uno de los profesores que con entereza compartieron sus conocimientos, y brindaron soporte ante el quebrantamiento de nuestras emociones, me enseñaron que la humildad es una virtud.

A mi asesora por dedicar un momento especial para realizar y culminar este hermoso proyecto.

ÍNDICE

<u>JUSTIFICACIÓN</u>	<u>6</u>
<u>OBJETIVOS</u>	<u>7</u>
<u>INTRODUCCIÓN</u>	<u>8</u>
<u>CAPÍTULO 1 SER HUMANO SER PERSONA.....</u>	<u>11</u>
<u>CAPÍTULO 2 LA MUJER Y LA FAMILIA.....</u>	<u>13</u>
<u>CAPÍTULO 3 AMOR INCONDICIONAL.....</u>	<u>15</u>
<u>CAPÍTULO 4 MATRIMONIO OBLIGADO.....</u>	<u>18</u>
<u>CAPÍTULO 5 MUERTA EN VIDA.....</u>	<u>22</u>
<u>CAPITULO 6 ÉL MACHO, ELLA SUMISA.....</u>	<u>25</u>
<u>CAPÍTULO 7 RESIGNACIÓN ANTE LA VIOLENCIA.....</u>	<u>30</u>
<u>CAPÍTULO 8 TIEMPO DE SOLTAR.....</u>	<u>32</u>
<u>CAPÍTULO 9 LA RECONCILIACIÓN.....</u>	<u>35</u>
<u>CONCLUSIONES</u>	<u>39</u>
<u>REFLEXIÓN FINAL</u>	<u>43</u>
<u>BIBLIOGRAFIA</u>	<u>44</u>

JUSTIFICACIÓN

Realizar este proyecto es por el deseo de expresar a través de la experiencia personal, como la relación y formación que se da en los individuos al interior de la familia impacta de manera importante la vida de los hijos, ya que de esa convivencia el individuo saldrá al mundo a desarrollarse plenamente como persona en todos los ámbitos de la vida, o simplemente será presa fácil de la violencia quedando expuesto a vivir bajo situaciones que trasgreden su dignidad de ser humano.

Este escrito está basado en un caso real y fue a través de la historia personal de vida y tras un trabajo de análisis personal que se llegó a la conclusión de la influencia, principalmente de la madre para vivir con la idea de ser la heroína del cuento, o bien la doncella que debía sacrificarse y vivir un matrimonio que prácticamente provoco un secuestro emocional, que la aisló del resto del mundo.

Por otro lado también existe el deseo de mostrar que ningún sufrimiento es eterno, que toda situación será pasajera, si se busca el apoyo, pero principalmente si se tiene voluntad de salir de ello. Así mismo que tanto adultos como adolescentes comencemos a vivir con conciencia.

OBJETIVOS

Reflexionar acerca de la historia personal de cada uno, observando las situaciones de violencia que de un modo u otro han marcado nuestro desarrollo personal y social, comprender que no fuimos responsables de ello en la infancia, pero si tenemos el compromiso de actuar para el cambio ahora como adolescente o adulto.

Enaltecer el valor humano que tenemos todas y cada una de las personas que habitamos en el planeta y comprender que somos parte de un todo igualitario, que la equidad y la justicia se deben aplicar sin prejuicios, pensando siempre en humanizar a aquellos hombres y mujeres que viven regidos por el machismo. Y aceptar sobre todo que todo inicia en la familia.

Finalmente que a través del propio reconocimiento se logre aceptar la realidad de nuestra esencia y procedencia, para tomarla como punto de partida y comenzar a reconstruirnos hasta lograr pertenecernos; trabajar en la modificación de creencias y hábitos, que den oportunidad al crecimiento y desarrollo humano y personal.

“En el fondo de cada alma existen tesoros escondidos que solamente descubre el amor”

Eduard Rod

INTRODUCCIÓN

El ser humano social por naturaleza, requirió y aprendió a vivir en compañía de otros que le ayudaran a la supervivencia, esta socialización generó también la institucionalización como grupo de convivencia, el hombre desde la prehistoria maneja las diferencias físicas para un mejor rendimiento de todos y cada uno de los miembros del grupo, con ese enfoque empezó a repartir las tareas que no solo fueron para cubrir las necesidades básicas, también para proveer privilegios, los cuales beneficiaron totalmente al hombre. Sin embargo en la sociedad medieval, aproximadamente en el siglo XII la mujer tuvo una actuación importante en el ámbito económico y social, era vista como un ser valioso al cual debía protegerse, en ese entonces la mortalidad de las mujeres era muy alta debido a partos complicados, o por exceso de trabajo, así que como el número de féminas se redujo las consideraciones hacia ella mejoraron; pero con la llegada del cristianismo y a pesar de que el mensaje de Jesús fue que el hombre y la mujer tenían el mismo valor, esto no importó a los clérigos célibes de la época que veían a la mujer como una amenaza a su castidad, desde entonces se volvió a la comodidad de responsabilizar a la mujer de todo peligro y volvieron al sometimiento de ella.

Aunque la mujer no estuviera en total acuerdo con esta ideología y hubo muchas que se revelaron al maltrato, sin

embargo, en las familias más tradicionalistas se asumió con docilidad el papel de la buena mujer, de tal modo que se le permitió al hombre actuar deliberadamente en contra de la dignidad de la mujer, quien en la mayor de las veces vivió un “inadvertido” secuestro emocional.

Así entonces, el hombre ha sido a lo largo de la historia de la humanidad objeto de cuidado y altamente privilegiado, este modo de vida se volvió tan común, que los adultos en cuanto conocían el sexo de un nuevo miembro en la familia, en seguida le otorgaban una etiqueta a los recién nacidos atribuyéndoles cualidades no solo de los ancestros, también le atribuían un cierto valor e incluso auguraban el futuro del o la bebe, logrando descargar en el nuevo miembro un sinfín de problemas de las que no se entera sino conforme va creciendo y se lo van imponiendo.

El hecho de que la familia sea eterna, no debe oponerse a que está evolucione y rompa con las herencias que solo causan daño a las nuevas generaciones, su consolidación no necesita de los problemas que los antiguos han heredado.

Reconozco que es importante y no contradictorio saber nuestra procedencia y a partir de la historia ancestral reconocernos como parte de..., pero ello no implica que debemos pagar deudas emocionales interminables, que los otros no trabajaron. Es decir si yo soy mi familia, según

Jodorowsky, entonces guardo en mi los traumas y conflictos por los que han pasado mis padres, abuelos, bisabuelos, etcétera, y si eso nos ha causado problemas generación tras generación, por qué continuar con la misma formación, por qué seguir dando privilegios a uno y desproteger a otra.

Lo único que hemos hecho es cargar con las pérdidas heredadas y no conforme con ello, le sumamos las pérdidas adquiridas, sin darnos cuenta vamos formando un arroyo de pena, dolor y sufrimiento estancado en el alma; y la pregunta del millón ¿Por cuanto tiempo hemos de contener el agua sucia que no se dejó correr ayer?

“No te aferres a nada ni a nadie, todo tiene su momento en nuestras vidas y también tiene un porque”

Irma Blanco

CAPÍTULO 1

SER HUMANO, SER PERSONA

Ser humano se nace, es nuestra naturaleza, somos la especie que sobre las otras es capaz de pensar y razonar, y como ellas buscamos la permanencia en el mundo. El humano busca trascender aun lugar de mayor grado, entonces se auto posiciona en el universo de los dioses. Así piensa el ser humano, ha mantenido la idea de que es una creación de Dios a su imagen y semejanza, de esta idea se vincula al concepto de persona y naturaleza haciendo una conjunción de todos los aspectos que lo convierten en un ser indivisible, complejo y único.

La persona debe concebirse como un ser holístico, es decir, completa, entera, es la unidad perfecta de cuerpo, mente, energía, espíritu, vínculos, medio ambiente, cultura, historia personal y todo cuanto la pueda conformar y lograr Ser, cuando Ser es el fundamento y el abismo entre ajustes y desajustes que nos llevan a la nada y la nada pertenece al ser mismo.

La persona pertenece al mundo y el mismo mundo pertenece a dioses y a hombres, que dejan de serlo también, y todo puede llegar a ser nada, es decir nada es para siempre, todo es finito, *“No se baña uno dos veces en el mismo río,*

porque el río fluye por ser río” Así la persona debe fluir para crecer y dejar a tras todo aquello que la ata o le impide avanzar, pues toda condición es finita, el gozo y el sufrimiento también.

“El hombre se cree siempre ser más de lo que es, y se estima menos de lo que vale”

Goethe

CAPÍTULO 2

LA MUJER Y LA FAMILIA

Hablar de la persona es hablar de la mujer y del hombre, ambos son parte de la naturaleza y de la idea eterna que somos creación divina. La mujer *Es* y vale por ello, es única, no hay otra como ella. A partir de esto se define como mujer cuya única distinción que tiene en comparación con el hombre son sus características físicas y psicologías; como ser humano la mujer tiene la capacidad de razonar para elegir qué es lo que quiere vivir, igualmente puede ejercer y disfrutar de su libertad; como persona la definen su temperamento y su carácter, el primero lo heredo de sus padres y abuelos, el segundo fue lo que aprendió en el hogar, con su familia.

La familia que es la piedra angular que da a sus miembros sin distinción alguna la idea de pertenencia de..., de alianzas recíprocas, de herencias culturales, sociales, espirituales, económicas, ideológicas, etc., todos estos aspectos la familia los ha adquirido a su vez por el entorno social y por las familias antecesoras.

Esto significa que la familia es la formadora por excelencia del individuo, es quien le nutre y crece, quien le acompaña en sus distintos cambios y etapas, sin embargo no todo lo que la familia ofrece puede ser funcional o positivo, ya

que también de ella se adquieren afecciones emocionales que tienen gran repercusión en el desarrollo interno de las personas, en la relación consigo misma y con los que le rodean.

En la infancia se obtendrán las bases para lograr la independencia o la dependencia, ambas cosas se puede aprender y ambas marcaran la vida de la mujer en la edad adulta, en donde se pondrán a prueba los principios que adquirieron y las habilidades para enfrentarse a todo tipo de realidades quizá distintas, quizá semejantes, también se podrán observar las limitaciones impuestas, que probablemente la orillen a someterse y perder la libertad de la que se regocijaba con antelación.

“La familia es base de la sociedad y el lugar donde las personas aprenden por vez primera los valores que les guían durante toda su vida”

Juan Pablo II

CAPÍTULO 3

AMOR INCONDICIONAL

Cuando el concepto familia está representado por un padre amoroso, una madre trabajadora y un grupo de hermanos que son cómplices de la diversión, hace a la mujer vivir en la idea de tener una familia sana y segura en la que por mucho encontrará la protección y la contención que todo ser humano necesita para afrontar las adversidades que la vida va ofreciendo con el paso de los días; a pesar de constantes momentos de agresiones físicas entre los padres, la familia represente el todo, situación que pone a la mujer en riesgo de vivir situaciones similares o peores, ya que se naturaliza a la violencia y crece con la idea de la familia perfecta, en donde se habla de que algún día el agresor dejará de serlo.

El hecho de que la mujer vea en sus padres y hermanos todo su mundo, quizá pueda indicar que en la adultez quisiera cubrir las carencias que quedaron descubiertas en su niñez y recurre a la idealización de todos y cada uno de los miembros de su familia, esto es finalmente un mecanismo de defensa que se activa de manera inconsciente para permanecer en la familia y no sufrir por el abandono, que probablemente fue su más grande miedo cuando niña.

Los insultos, humillaciones y golpes que sufrió en la infancia se quedan guardados en su inconsciente, justificando que el maltrato que recibió fue por el amor que los padres tenían por ella y lo hacían por su propio bien, todo cuanto la figura de apego le diga a la niña ella lo cree, pues en esa relación de apego, lo que busca es permanecer para el otro debido a la gran necesidad de amor que tiene de los padres, así justifica que haría lo que fuera por amor a ellos, “Cualquier sacrificio, la familia lo valía”.

Este tipo de amor es un amor insano y destructivo, dejo de ser ella misma, y elevo la necesidad de ser desde los otros (familia), seguramente no hubo un buen reconocimiento del ser y el hacer en la infancia con uno o ambos padres.

Por ello cuando la mujer ama demasiado deja de ser lo que puede ser y busca ser la necesidad en los otros para pertenecer, se vuelve vulnerable hacia ella misma y a su familia (apego) y el riesgo aumenta cuando su agresor descubra cual es el punto emocional en el que puede atacarle para dominar.

La mujer que ha pasado por las mencionadas situaciones es la víctima ideal de un hombre violento y posesivo, ella al caer en manos de este hombre debe cambiar su libertad por la vida de su familia, por amor ellos se convierte en la necesidad de los otros al ser el escudo de carne que les garantizara la vida, como si solo de ella dependiera esto.

En el nombre del amor la mujer es capaz de aceptar un matrimonio forzado e ir totalmente contra su voluntad, ella decide negociar con su agresor y a cambio de la vida de sus padres y hermanos, otorga su vida y su ser al hombre violento, entonces él atento contra los derechos humanos de ella. La violencia pudo haber comenzado durante el noviazgo y con el paso del tiempo aumenta irracionalmente.

Generalmente para una mujer que ama demasiado, piensa que es su obligación cuidar, atender e incluso estar siempre disponible para el objeto de su amor y en este caso, también con el agresor para atenuar las amenazas que atentan la seguridad de su familia. El hombre utiliza estas debilidades para intensificar sus amenazas al grado de causar no solo miedo, pues el pánico, el terror y la total sumisión se apoderan de ella, quien concluye que la vida de sus seres amados depende de su comportamiento y docilidad hacia su agresor.

En este escrito se entrelaza la información de los textos con la descripción de una historia real, una historia que se perpetuo por muchos años, porque la víctima no encontró el apoyo moral, social, ni legal para salir de esta prisión, por ello considero que sería pertinente que antes de enjuiciar a las mujeres, víctimas de violencia, se investigará cual es el obstáculo que les impide salir de esa situación.

“Para una persona no violenta, todo el mundo es su familia”

Mahatma Gandhi

CAPÍTULO 4

MATRIMONIO OBLIGADO

ANIQUILACIÓN DEL SER

La cultura occidental nos dice que la familia se constituye con la unión de un hombre y una mujer, ambos provenientes de distintos grupos familiares, esta pareja tras haber mantenido una relación de noviazgo en la que pudieron conocer sus virtudes y aceptar sus defectos, por voluntad propia deciden contraer matrimonio para constituir una nueva unidad doméstica y solidaria, forman un hogar, tienen intereses comunes, ambos aportan elementos para nutrir a su familia, partiendo de lo que aprendieron en sus familias de origen, con la finalidad de determinar los medios y métodos que utilizaran para encaminar en el presente y en el futuro a su matrimonio y a sus hijos en caso de procrear.

Esta idea a la que me atrevo a llamar romántica de la familia y que en teoría debería ser así, en la mas de la veces y de las parejas que contraen matrimonio, no siempre se cumple ya que existen casos en los que la mujer llega a esta unión civil

bajo coacción, de la cual le será muy difícil liberarse si no actúa de manera rápida y segura.

Cuando se habla de estos casos cabe la posibilidad de que la familia nuclear de los nuevos cónyuges no cumplió con las expectativas de cuidado que debió ofrecer a sus hijas e hijos, de tal modo que al ignorar las necesidades, aún las más básicas, crecen a seres humanos llenos de resentimiento y miedo, y cuando salen de casa con la idea de formar su propia familia repiten los patrones bajo los cuales se desarrollaron y que seguramente los padres aprendieron en su familia de origen, debido a las costumbres viejas y retrogradadas. Por la tanto el varón se presenta con la idea del macho para expresar su virilidad y la mujer se enfrenta al compromiso de ser como la bien casada, buena obediente y encerrada en su casa.

Esta distinción social que ha sido impuesta a la mujer y al hombre solo les ha arrebatado el control de sí mismos, él no se siente libre para expresar abiertamente sus emociones, eso representa “debilidad”, ella puede llorar hasta quedar seca, pero debe “guardar compostura y permanecer” en su lugar.

Las personas han dejado de ser ellas mismas para complacer a una sociedad arbitraria e injustas que irónicamente y a pesar de que ambos sufren, uno las impone y la otra las acepta, por miedo, vergüenza e ignorancia se dejan arrebatar sus derechos de sencillamente Ser.

A pesar de que todos estamos informados de que el hombre y la mujer nacemos de dos unidades distintas pero complementarias y de igual importancia y naturaleza se sigue educando y se construyen culturalmente mediante valores y convencionalismos enmarcando la diferencia de género, estos son estereotipos que dan ciertos privilegios al hombre, más que a la mujer, a él se le considera el líder de grupo o cabeza de familia y a la mujer por otra parte se la ha asignado el cuidado de los hijos y el desempeño de las tareas domésticas, haciéndole creer que la mujer buena solo sabe estar en su casa, limitándola de todos los campos de acción socialmente reconocidos, ya que las tareas que realiza, siendo redundante no son reconocidas socialmente como actividades productivas, de trabajo o actividades sociales, por lo que no se percibe remuneración, ni reconocimiento alguno.

Así es como el hombre amparado en las leyes sociales abusa de sus privilegios y priva a su compañera del reconocimiento de sus necesidades, obligándola a volcar toda su atención a los deseos e ideas que tenga el hombre.

Es lamentable que desde la gestación este sometimiento se da principalmente por los padres, familiares y amigos que otorgan a la persona de acuerdo al sexo un cumulo de relaciones que son preponderantes para su estatus personal, de tal modo que en el caso de ella se ve sometida a los

arreglos sociales de cada entidad. Entonces la privan de su esencia de mujer, de su Ser como persona, la deshumanizan, además le arrebatan su derecho a la libertad y autonomía, aprende a vivir con la idea de que es un ser inferior, ideas que se quedan grabadas ya que vienen de las personas más importantes para ella, de las personas de apego inmediato y en las que ella confía, así que lo que le dicen será verdad y se escudará en el amor, que los padres profesan.

Tanto el padre como la madre, en conjunto ejecutan y promueven estos comportamientos de manera abierta o sutil obedeciendo a su vez a políticas sexuales, impuestas por la sociedad y principalmente por el hombre, que definitivamente solo favorecen y privilegian lo masculino en detrimento de lo femenino.

“Produce una inmensa tristeza pensar que la naturaleza habla mientras que el género humano no escucha”.

Víctor Hugo

CAPÍTULO 5

MUERTA EN VIDA

Aunque la humanidad en general se sabe finita, no acepta la inseparable confrontación con la muerte, no termina por aceptar su condición frágil y vulnerable, por ello se aferra al tiempo esperanzada en la visión del futuro a través del cual ordena su presente y aplaca un poco a su pasado.

Así también la mujer que vive en violencia y que ha perdido su autonomía y libertad encuentra en el futuro el sentido de la existencia.

La muerte física comienza cuando nacemos y finalmente es la consumación real de la inexistencia de vida en la persona, pero la muerte simbólica es la que sufre una mujer a través de la aniquilación de su autonomía y la falta de reconocimiento que como ser humano y persona representan su existencia. La mujer vive tan atormentada que no percibe que su presencia es lo que el otro necesita para sentir también el reconocimiento de ser alguien, ese alguien que no fue reconocido en su infancia.

El machismo esa idea de hombre, es en un mundo retrograda y malintencionado sinónimo de violencia. Cuestión de género. Por eso y como su única referencia genérica fue a través de la violencia es lo que mentalmente le mantiene unido a su masculinidad, y lo que le asegura obtener lo que desea.

Cuando una mujer vive bajo tal violencia, se ve y se piensa así misma que está en una especie de secuestro, en el que va y viene pero no logra escapar de su captor, por lo tanto su vida se mantiene en un duelo marcado por la negatividad, pensando en lo que debió hacer o no para evitar haber llegado hasta ese punto de suma violencia. Ella vive en una continua ambivalencia de emociones, así que de pronto utiliza sus recuerdos y añoranzas, para aferrarse a algo que la mantenga viva, por otra parte sufre la pérdida de su libertad y seguridad. Su vida pasa sumida en el dolor de saberse atrapada, porque le fue arrebatado por alguien más el control de su vida, y solo el silencio y la soledad son los que reinan en su interior. Qué fue lo que le sucedió, nada excepto que alguien llegó de súbito y la secuestró emocionalmente, ahora se siente pérdida y además culpable por proteger a quien en su tiempo no supo amarse a sí misma, por confundir el apoyo con el sacrificio, entregándose a una relación insana, con un hombre lleno de resentimiento y miedo, quien con lujo de violencia entro y la sustrajo de su centro, él es quien le secuestró emocionalmente y por eso ella vive en la oscuridad que produce el miedo incontrolado, pues además a quien supuso proteger, terminó por abandonarla en esta terrible situación.

Las limitaciones y el maltrato emocional que se ejerce sobre la mujer, provocan perturbación y dolor, en ocasiones la mujer violentada piensa en el suicidio como la única salida.

Generalmente se siente como muerta en vida, tal es el dolor que hay en su alma, es tan grande que le parece imposible que algún día termine.

El desgaste emocional que le causa el sufrimiento es devastador no solo para la salud física, se enferma por completo el ser. Y si además se vive en silencio, el sentimiento de abandono, de muerte y soledad se acentúa todavía más.

“La víctima depende del agresor, hay una dependencia emocional. Pero es que el agresor también depende de la víctima, porque basa su autoestima en la dominación”.

Ana Isabel Gutiérrez Salegui

CAPÍTULO 6

ÉL MACHO, ELLA SUMISA

Gracias al pensamiento machista al hombre se le hace creer que es un ser superior a la mujer y que puede hacer con ella lo que desee, incluso el quitarle la vida si ella contraria sus deseos. La mujer en cambio es sometida y despreciada en muchos de los casos y lamentablemente su familia no estará para protegerla, apoyarla o simplemente acompañarla en esta terrible desventaja en que la sociedad la ha posicionado; pues llega el momento en que sus allegados consideran que es algo natural y que así deben ser las cosas, no lo consideran un abuso, si no la obediencia de ella y la virilidad de él, en su máxima expresión de amor.

Buñuel menciona que el machismo llegó a México a través de los españoles, que por cierto olvidaron el verdadero mensaje de Jesucristo, de amar al prójimo como así mismo, y aplicaron solo lo que les convenía a ellos, de ahí el nombre del machismo-marianismo, este concepto posiciona al hombre como un ser arrogante, agresivo y viril, mientras que a la mujer la describe sumisa, conformista y tímida, haciendo alusión a la pasividad de María la virgen; él brinda culto a la masculinidad, ella se auto-sacrifica mediante la abnegación, renunciando a su propias necesidades.

El machismo como se puede observar no se lleva con las buenas relaciones interpersonales, por el contrario ignora la dignidad de la mujer. Por esa ideología a la mujer se le trata en muchas ocasiones únicamente como un objeto sexual y reproductor, antes que como ser humano.

El hombre abusando de su fuerza física y escudado en el machismo aprendió solo a expresar violencia e insensibilidad, él practica en exceso el poder y trabaja arduamente en la negación de la mujer como persona y muchas veces logra que ella misma se niegue; el macho se define como proveedor y por lo tanto se considera a sí mismo como la máxima autoridad, que además posee todos los derechos de acción y decisión, no así su esposa, quien debe atenderle con gratitud a lo que él hace por ella y por la familia.

Esto por supuesto es darle continuidad a una vida de maltrato y vejaciones, lo único que se logra es la generación y promoción de la violencia intrafamiliar, como un modelo de vida a seguir, los hijos aprenden y continúan con estas prácticas.

Es lamentable que la sociedad no tolere ver a una mujer que lucha por mantener su autonomía, enseguida ella es víctima de violaciones de todo tipo, por ello cansada de no contar con alguien que quiera apoyarla a salir de ese mundo violento termina por someterse y perderse en el otro. Asume entonces su rol de sumisión y servicio hacia el otro, se torna

amable y complaciente hasta llegar a actuar como su pareja lo desea; si antes ella sabía decir no, ahora es la única palabra que olvido, entonces acepta todo, por la única razón que el humano tiene para existir, por proteger su vida, para yo no sufrir más vejaciones a manos de su maltratador, ni más enjuiciamientos de quienes le rodean y no le apoyan.

El hombre generalmente practica una doble personalidad pues ante la sociedad se muestra como el mejor hombre que pudiera existir, lamentablemente al interior de su hogar, ejerce el micromachismo, es decir la violencia que es casi imperceptible logrando un total control de su pareja y abusando del poder que ejecuta constantemente en ella.

Los hombres micromachistas son muy hábiles y tienen un dominio casi perfecto de las situación, ya que el excesivo control y las restricciones, provoca el desequilibrio emocional de la mujer, quien además de perder la autonomía, también pierde la credibilidad de lo que dice ante los demás, pues la invisibilidad de su maltrato no les deja ver la realidad que ella vive, por lo tanto no le queda más que vivir ese sometimiento en total impunidad.

La característica principal del micromachismo es que no muestra evidencias físicas, y en el caso en particular que se presenta aquí, el mayor agravio se dio en lo emocional, este se conoce como micromachismo coercitivo, en el que como se

acaba de mencionar se utilizó la fuerza psicológica, cuyo objetivo fue anular a la mujer como persona, para ello utilizó la fuerza moral, psíquica, económica, entre otras que alargan esta lista de agresiones, todo para doblegar y someter. Ella comenta “Me vi obligada a estar con él porque de mi estancia a su lado dependía la vida de mis padres y hermanos”. Así mismo comenta que cuando expuso su situación a su madre, fue invitada a quedarse con el hombre para proteger a los suyos, eso sería temporalmente, más tarde cuando volvió a pedir el apoyo para separarse de su maltratador como respuesta recibía la siguiente: “Pero si yo veo que él es bueno, con todos es muy buena persona, eres tú la que no lo valora, agradecida deberías de estar que sea tu esposo”, “La loca eres tú, cambia tu carácter y obedece”, “Se como yo, ciega, sorda y muda”.

Por su puesto que nunca se ha compartido esta ideología, pero era tanto el amor por la madre y por la familia en general, que lo único que deseaba, era de algún modo seguir en contacto con ellos, tenía la ilusión de seguir “contando” con su “apoyo” y sobre todo con su compañía.

De esto podemos destacar que cuando se ha vivido bajo el maltrato y abandono emocional en la infancia, se crece con un apego inseguro, por lo tanto la mujer afectada tendrá menos capacidad de defenderse de su maltratador, ya que además

fue limitada la red de apoyo, supuso que la seguridad se encontraba únicamente en la persona de apego inseguro, que en este caso fue la madre, la cual vivió también un alto grado de violencia y por tanto no tuvo las herramientas para brindar el apoyo pertinente para terminar con el abuso emocional que su hija padecía. La gran herencia violencia intrafamiliar.

Lamentable el lema de la madre en esta familia, “Por amor a mi marido y por los hijos sigo con él, porque a donde voy que más valga”

“Me afecta cualquier amenaza contra el ser humano, contra la familia y la nación. Amenazas que tienen siempre su origen en nuestra debilidad humana y en la forma superficial de considerar la vida.”

Juan Pablo II

CAPÍTULO 7

RESIGNACIÓN ANTE LA VIOLENCIA

Cuando la mujer ha agotado sus esfuerzos por librarse de su maltratador sin lograrlo y comprende que su voz se ha apagado y nadie le presta atención a su llamado, cuando asume que su unión es indestructible y que sus estrategias de supervivencia a pesar de que han funcionado, porque obviamente sigue viva, no han sido suficientes para liberarla tanto física, como emocionalmente, entonces ella termina por resignarse y aceptar su vida tal cual le ha sido presentada, entra en reflexión y se autocompadece pensando que podría haber sido peor, ahora ya no cuestiona las acciones, sino que agradece las violencias que considera no sufre y justifica las acciones del otro, llegando a sentir compasión. “Por lo menos no me pega”, “Se lleva bien con mi familia”, “No es un secuestrador o ratero”, “No es tan malo”, “Ha sufrido demasiado”.

Su relación se vuelve aún más traumática, ahora existe una mayor resistencia a la extinción de la relación, la dependencia aumenta y la autoestima es totalmente nulificada, se abandona para que él otro la dirija y haga de ella lo que mejor le parezca. Ante este hecho el esposo maltratador ahora se muestra cariñoso, pero le sigue amenazando de muerte y ella acepta, sin replica alguna, la situación. Sede todo el poder

y el derecho de su vida al otro, esto explica el por qué permanece al lado de su agresor.

Todo esta maraña de maltrato y abuso a la mujer resulta por los maltratos que tanto ella como el hombre sufrieron en su entorno cuando recién formaban su estructura social. A pesar de todo ambos pueden librarse de la violencia, él maltratador también lo necesita, la sociedad lo necesita.

Ella podrá salir de su círculo de violencia siempre y cuando y aprovechando algún momento de lucidez y reorientación se haga consciente de su situación real; solo así ella podría retomar su posición y condición de persona y de ser social, tendrá que cubrirse con la armadura de la dignidad que le permita abastecerse de una gran dosis de voluntad y entrar en acción y buscar el apoyo legal necesario que la proteja y libere de su maltratador, solo así podrá ponerle fin a su sufrimiento. El silencio solo retarda a la solución.

“La violencia no es, sino una expresión del miedo”.
Arturo Graf

CAPÍTULO 8

TIEMPO DE SOLTAR

Para una mujer víctima de violencia doméstica por tantos años, puede parecer muy difícil salir de ese círculo vicioso por sí sola. Pero qué pasa cuando no logra que la escuchen o que le crean lo que está viviendo, habrá de enfrentar ella sola su situación para empezar a soltar y dejar ir los apegos emocionales que solo enturbian la vida, así su visión se expandirá y podrá encontrar el apoyo necesario, el cual no siempre se recibe de la familia de sangre y es posible que en personas ajenas a ella encuentre el soporte necesario para liberarse.

Se necesita valor y mucho amor propio además de una tremenda voluntad de cambio para soltar los apegos de esta experiencia tan dolorosa; en apariencia es muy simple caer en la victimización pero si hacemos un alto y reparáramos en las consecuencias ni por un instante lo intentaríamos, los apegos solo son piedras en el camino que nos engañan y nos hacen perder la ruta de la autonomía y de una vida en paz, la victimización representa el candado que voluntariamente por miedo y falta de compromiso dejamos sin llave.

Las recriminaciones no valen ahora lo hecho, hecho está y ya no se puede borrar, así que lo mejor es perdonarse y

protegerse, quizá por primera vez. Así que hay que recuperar el control de sí misma, empoderarse en la fuerza interior y con autoridad convencerse de que si se desea se puede cambiar lo que se está viviendo, de cualquier modo es el legítimo derecho.

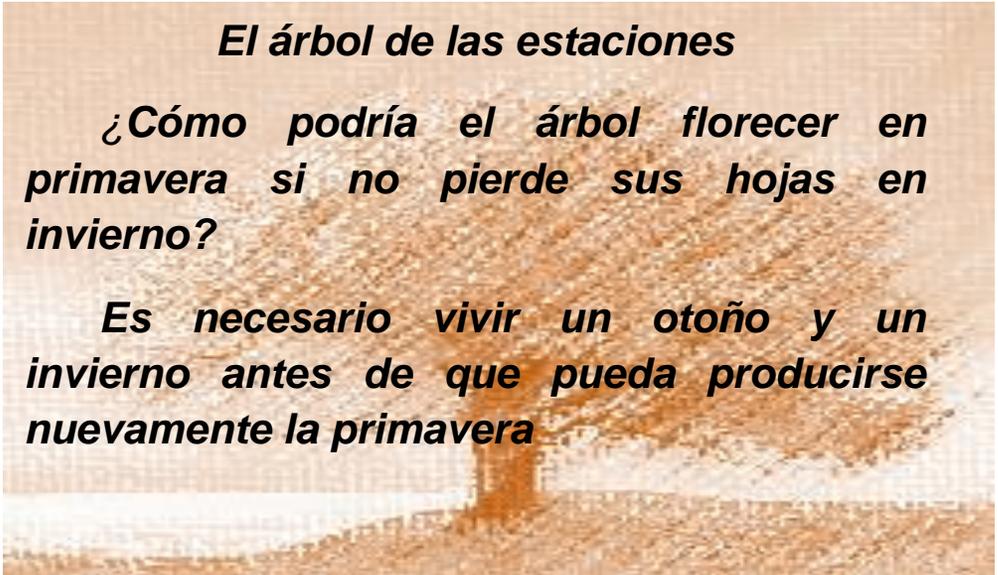
Los límites son una herramienta necesaria en la vida de todo ser humano y serán los límites los que nos den protección. Poner límites no significa que intente controlar a nadie, es solo delimitar lo que se desea recibir o no, si los otros no lo aceptan, el problema es única y exclusivamente de los otros, finalmente el control está en tus manos.

Voluntad, amor propio, decisión, son herramientas indispensables para salir del círculo de violencia, se debe recurrir también a la divinidad y perdonarse a sí misma, al tiempo que se perdonan las acciones cometidas erróneamente, sin auto reproches, perdonar al agresor y a quien pudo abandonarte o se olvidó de tus necesidades, ellos no son tú, por lo tanto encárgate de ti, hay que limpiar la maleta para colocar cosas nuevas. Fluye con la vida. Aprende a ser como el árbol de la vida.

El árbol de las estaciones

¿Cómo podría el árbol florecer en primavera si no pierde sus hojas en invierno?

Es necesario vivir un otoño y un invierno antes de que pueda producirse nuevamente la primavera



“El ser humano aprende solo cuando está preparado para aprender”

San Ignacio de Loyola

CAPÍTULO 9

LA RECONCILIACIÓN

Una vez que se ha aceptado la vida tal cual es, que se ha asumido la propia responsabilidad y se ha soltado todo aquello que produjo heridas y causo dolor, ahora que la taza se ha vaciado, es tiempo de recibir al té nuevo y cálido, todo es distinto el mismo universo también ha cambiado su posición, ahora es tiempo de sacudir el polvo, las cenizas del dolor y el miedo, es tiempo de la reconciliación y de elevar el vuelo a una nueva vida realmente consiente, llena de compromiso y en busca de paz interna.

No es tarde para extender las alas y retomar el vuelo hacia la liberación y el encuentro consigo misma. Ahora en la intimidad del propio ser, es necesario realizar un viaje hacia el interior, es preciso hurgar hasta encontrar todo lo que desde la infancia se alojó sin contemplación alguna, aquello que en el intento de ser olvidado se escondió para no molestar a quien se amaba y representaba nuestro mundo o la seguridad, una vez reconocido ese yo oculto, habremos de darle amor y aceptarle como parte del propio Ser. Perdonarse por haberle ignorado antes que sanarle.

Así haya sido en el nombre del amor que se escudó para aferrarse a una idea o a una cosa inexistente, ahora es tiempo

de retomar al amor que enaltece, el que proviene de sí, por sí y para sí, aquel amor que reconquista y construye desde la esencia hasta lograr la total recuperación del Ser, es tiempo de asumir que ya no se es la niña que debe obedecer a papi o mami para que no se enojen, ya no se es más la heroína que debe luchar contra un monstruo para defender a otros, en cambio reconoce que ellos son capaces de defenderse por sí solos. Lo mejor que se puede hacer por los otros es perdonar y aprender de la lección por más dolorosa que haya sido.

Ya es tiempo del reconocimiento y la reintegración de todas y cada una de las partes del Ser, ya no habrá más represión a partir del auto respeto. La mujer que ha logrado trabajar en su proceso de recuperación, enaltece sus cualidades y acepta sus defectos, se reconoce humana, y aunque sea parte de la creación Divina, ella tiene el permiso de no ser perfecta y el compromiso de corregir.

Descubre sus recursos y los explota al máximo, aprende a conocerse a sí misma, hace las paces con su sombra y se vuelve su amiga, finalmente la acepta, después de todo le pertenece y es parte de ella. Esa sombra necesita de ser abrazada y comprendida, necesita ser reconocida como presente y actual, así mismo a los lados sombríos de quien la contiene, la sombra requiere de ser sanada para realmente avanzar sin cadenas que se arrastren a cuestas.

Esto se logra cuando se aprende a ser objetiva y se utilizan y toman a favor las leyes morales, pero no para transgredir a los de su entorno, únicamente para guiar sus propios pasos. Indispensable recordar la parte espiritual y poco a poco aprende a reconocer y aceptar los miedos y defectos, las repugnancias y antipatías, con un paso a la vez, no es necesario correr.

El autoconocimiento es la herramienta que marcara las habilidades y limitantes, así no se intentará ocupar sino cada quien su propio lugar y se cederá a los otros sus responsabilidades y entonces únicamente la mujer carga con lo que de ella depende. Es indispensable desarrollar el amor propio y el amor al prójimo, es un trabajo interminable pero muy gratificante.

Cuando el cristal de los ojos del alma ha sido limpiado se puede ver a los otros, con amor y respeto, sin necesidad de inmiscuirse en algo que la pueda lastimar. Sabe que ellos son distintos aunque sean parte de ella, entiende que su amor y atención no deben ser condicionados, es cierto que se da y se recibe pero nunca por obligación, y si en un determinado momento no hubiese amor entre la familia, pues no pasa nada puede prevalecer el respeto y la tolerancia.

Cuando el corazón ha sido sanado la mujer se vuelve autentica y genuina, no se conforma y se revela ante todo

intento de manipulación, sin recurrir a violencia alguna, se siente feliz de abrir las puertas al amor incondicional, aquel que concede en el respeto, que fomenta oportunidades y da espacios de crecimiento. El amor propio la descubrió una vez más en la gran mujer que siempre ha sido.

“La gente comúnmente piensa que el odio es el opuesto al amor. Esa idea es absolutamente incorrecta. El opuesto del amor es el miedo.”

Osho

CONCLUSIONES

Es una obligación y un compromiso que tenemos con la vida de abrir un nuevo panorama para las nuevas generaciones.

Como individuo limpiar lo que nos heredaron, pues ya está impuesto, sanar a los viejos en mí, cerrando círculos que ellos dejaron abiertos para darle el verdadero sentido de ser a la familia; recordar que cuando la familia es sanada en su alma es entonces que se convierte realmente en ese grupo que ofrece abrigo y protección a sus miembros, que forme individuos sanos e inteligentes emocionalmente, que puedan vivir sus duelos, crear conciencia de que esto si es una constante que no ha de modificarse, pues las pérdidas las vivimos a cada segundo que pasa, solo que hay unas que nos mueven la tierra y nos sacuden hasta los más profundo de nuestro Ser, pero podemos adquirir la fortaleza para afrontar todas y cada una de nuestras vivencias de forma saludable, y si contamos con un grupo que comparta con nosotros y nos ayude a cargar el duelo, lo trabajaremos con menor dolor.

La familia juega un papel importante en el acompañamiento, se supone son el soporte emocional para el individuo, y si no se cuenta con él, el sufrimiento al que se enfrenta una es devastador, pero por fortuna no aniquila.
“Nadie muere de amor”

Toda persona tiene una necesidad imperiosa de aferrarse a su entorno y a su gente, para encontrar el sentido de pertenencia, derivado de la herencia de rasgos característicos y peculiares de los suyos. Así mismo herencias culturales que ciertamente marcaran nuestra vida, tanto, que en ocasiones y aún antes de nacer, ya llevamos la carga de las resistencias y los saldos pendientes de nuestros ancestros.

“Para cambiar solo se requiere voluntad, apertura para soltar y dejar ir el pasado abriendo la puerta a nuevas perspectivas, no es de ir a prisa, pero sí de constancia, espero el día en que mi cuerpo me evoque la experiencia y un suspiro me diga, “Esto ya acabo”

Fernando Rafael Gómez Urrea.

La familia es el núcleo en donde todo esto se adquiere, lo bueno, lo malo, lo grave, lo limpio, lo sucio, el amor, el miedo, la familia es el estante perfecto que contiene todo lo que ha de adquirir el individuo, lamentablemente no es él o ella quien elige que toma o que deja, mucho es por imposición, porque así lo dicta la sociedad; a partir de esta idea es en ocasiones predecible la dirección que tomara la vida de un individuo, bastaría con observar la historia familiar.

Cuando se nace, se depende cien por ciento de los otros, aquellos que ya en su adultez no hicieron conciencia de su historia y tomaron sin restricción alguna todo cuanto los padres les entregaron; quizá la comodidad o la pereza, o escudados en la ignorancia, no se detuvieron a analizar que convenía tomar y que se debería trabajar.

Es necesario hacer una pausa en el tiempo armarse de voluntad y echarse un clavado a la historia familiar, para encontrar evidencias de esos secretos ocultos que han agravado la existencia de los nuevos, encontrarlos, no para reproducirlos pues eso significaría morir en el intento, la idea es recrear y generar nuevos hábitos, optimizando nuestro tiempo y alejando a nuestra vida de la rutina, fabricando tiempos diferentes a los pasados e incluso distintos al tiempo presente, viviendo en la realidad del aquí y el ahora, en la congruencia y con la conciencia plena de ser uno mismo a partir de sí mismo.

La historia de vida de los antecesores es la explicación a la mayor parte de las vivencias del ser humano, por lo que generalmente se repiten patrones y se repiten historias, porque es lo que se aprendió; no vale decir como padres que esperamos que los hijos no sufran lo mismo que nosotros, que tengan lo que no tuvimos, reitero no vale decir nada de eso si no se actúa, si no se erradican los patrones de violencia.

La historia pesa tanto que habrá de ser atendida por los que ahora lo vivimos, con la finalidad que no se extienda más, y para acabar con el sufrimiento inexplicable e innecesario que por generaciones se ha padecido.

Es tiempo de decir estos son los nuevos hijos que le heredo al planeta, llenos de amor y respeto, que viven en justicia y equidad, deseo que muchas madres y padres lo actúen, pero no esperare a que otros lo hagan yo hace tiempo que empecé, primero conmigo y enseguida con mis hijos. Me siento lo suficientemente capaz para pagar mis propias deudas, de ellos solo necesito su acompañamiento y complicidad.

REFLEXIÓN FINAL

MUJER COMPLETA

Que nadie haya sido tan afortunado de darse cuenta la mina de oro que tú eres, no significa que brilles menos.

Que nadie haya sido lo suficientemente inteligente para darse cuenta que mereces estar en la cima, no te detiene para lograrlo.

Que nadie haya notado los avances de tu vida no te da permiso para detenerte, mucho menos de conformarte con menos de lo que tú te mereces, sigue brillando, corriendo, viviendo, sigue siendo como tú eres...

¡Una mujer completa!

Bibliografía

- (compiladora), I. V. (2005). *Género y poder: diferentes experiencias, mismas preocupaciones*. Estado de México: UAEM.
- Albarrán, M. (2005). *Riqueza de ser mujer, la*. México, D.F.: Panorama Editorial, S.A. de C.V.
- Autosabotaje. (2004). *Autosabotaje*. Madrid, España: Improve.
- Bacca, J. D. (1984). *Ediciones Robinbook, S.* Barcelona, España: Antophos.
- Badenes, L. V. (2002). *El menor ante la violencia: procesos de victimización*. Publicaciones de la Universitat Jaume I.
- Badenes, L. V. (2002). *El menor ante la violencia: procesos de victimización*. Universitat Jaume I.
- Berger, K. S. (2007). *Psicología del desarrollo: infancia y adolescencia*. Madrid, España: Médica Panamericana, S.A. de C.V.
- Castillo, E. D. (2001). *Caminos del desarrollo psicológico, Volumen 3*. México, D.F.: Plaza y Valdés, S.A. de C.V.

- Consue Ruiz-Jarabo Quemada, P. B. (2005). *La violencia contra las mujeres: prevención y detección, cómo promover desde ...* España: Díaz de Santos.
- Esperança Bosch Fiol, V. A. (2002). *La voz de las invisibles: las víctimas de un mal amor que mata*. Madrid, España: Ediciones Cátedra (Grupo Anaya, S.A.).
- Esperança Bosch Fiol, V. A. (2002). *La voz de las invisibles: las víctimas de un mal amor que mata*. Madrid, España: Ediciones Cátedra.
- Feito, L. (2007). *Nuevas perspectivas científicas y filosóficas sobre el ser humano*. Madrid, España: ORMAG.
- Garay, J. d. (2088). *FILOSOFÍA DEL MERCADO: El mercado como forma de comunicación*. México, D.F.: Plaza y Valdés, S.A. de C.V.
- Hormachea, D. (2006). *¿Conoce usted a su esposa?* Bogota, Colombia.
- Iam, M. (2009). *Te amo... ¿para siempre? (I Love You. Now What?): Cómo lograr, mantener o rescatar el amor*. Simon and Schuste.
- Lucero Jiménez Guzmán, O. T. (2007). *Reflexiones sobre masculinidades y empleo*. Cuernavaca, Morelos, México: Biblioteca del CRIM.

- María Acale Sánchez, A. J. (2006). *La discriminación hacia la mujer por razón de género en el Código penal*. Madrid, España: Reus.
- Mauricio, O. G. (2005). *Seminario de Aprendizaje Y Desarrollo*. Zapopan, Jalisco México: Umbral Editorial, S.A. de C.V.
- Maxwell, J. C. (2013). *A Veces se Gana - A Veces Aprende: Las grandes lecciones de la vida se aprenden de nuestras pérdidas*. Hachette Digital, Inc. .
- México, A. B. (2012). *André Bretón en México*. México, D.F.: Fondo de Cultura Económica.
- Monbourquette, J. (1999). *Reconciliarse con la propia sombra: el lado oscuro de la persona*. Cantabria, España: Sal Terrae.
- Ortiz-Osés, A. (2009). *Heidegger y el ser-sentido*. Bilbao: Publicacione Deusto.
- palabra, E. c. (2005). *El cuerpo tiene la palabra*. Barcelona, España: Ediciones Robinbook, S.
- Pedrini, A. J. (2008). *Amor afectivo en familia*. Bogota, Colombia: Ediciones Loyola.
- Pick, S. (2002). *Formación Cívica y ética 2*. México, D.F.: Limusa.

Revista de teología y pastoral de la caridad. (2012). *La familia: fuente de espacio y caridad*. Madrid, España: Cáritas Española.

Ricardo Rodríguez Luna, E. B. (2011). *Las violencias machistas contra las mujeres*. Barcelona, España: Universidad Autónoma de Barcelona.

Riso, W. (2012). *La afectividad masculina: Lo que toda mujer debe saber acerca de los hombres*. Océano.

Sanchez, F. O. (2010). *Lecciones de Psiquiatría*. Madrid, España: Editorial Médica Panamericanas, A.A.

Santamaria, M. G. (2010). *Saber amar con el cuerpo*. Madrid, España: Ediciones Palabra, S.A.

Seminarios y Conferencias. (s.f.). *Políticas hacia las familias, protección e inclusión sociales*. Irma Arriagada.

Victoria Tabera Galván, M. R. (2010). *Intervención con familias y atención a menores*. Editex.