



Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

“La Construcción de la Violencia en la Pareja”

T E S I S
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A

Isabel González Castañeda

**Dictaminadores: Lic. Irma Herrera Obregón
Dr. Sergio López Ramos
Lic. Gerardo Abel Chaparro Aguilera**

Los Reyes Iztacala, Edo de México, 2015.





Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Agradecimientos

Primero que a nadie a Dios por permitirme estar en esta vida y saber que no estoy sola ya que tengo la certeza de que él está conmigo cada día y cada instante.

A mi padre Olegario González Gil, por tratar de entender y apoyar siempre mis decisiones, gracias por enseñarme a no darme por vencida ahora sé que por más difícil que parezca hay que tratar de tener una buena actitud y levantarse cada mañana agradeciendo y trabajando, haz sido un gran maestro para mí: Gracias.

A mi madre Ciria Castañeda Aceves, primero por darme la vida, gracias porque por ti hoy yo estoy aquí, gracias por ser mi mejor amiga, mi compañera y mi confidente, gracias porque me has enseñado lo fuerte que puede ser una mujer y por trabajar tanto para nosotros a veces no sé cómo lo haces: Gracias.

A mi hermano Cesar González, gracias por haber sido mi compañero en la infancia y porque gracias a ti hoy soy una mejor persona.

A Cesar Mejía, han sido algunos años de tratar de construir una vida tranquila, tú me has enseñado que se puede vivir así y creo que lo hemos logrado, gracias por elegir cada día quedarte a mi lado y tratar de crecer juntos, has sido algo así como lluvia en tierra seca, un rayo de luz de repente en mi oscuridad.

A mis maestros Gerardo Chaparro y Sergio López Ramos, gracias por que antes de que yo naciera ustedes ya habían pensado en mí y me dieron una posibilidad de vivir diferente. A Irma Herrera, porque además de ser mi maestra, es mi amiga y me ha dado uno de los regalos más grandes, el de poder conocerme a mí misma y trabajar por los otros.

A mis amigos, gracias por estar a mi lado en cada momento; a Ernesto Dattoli; porque pude aprender a tu lado que una amistad puede florecer donde menos te lo esperas, a Eduardo Encarnación; por dejarme crecer a mi tiempo siempre paciente, a Verónica Gil; porque eres mi amiga y mi hermana has sido la mejor compañera que pude tener en este camino, gracias porque ni el tiempo ni los cambios han podido separarnos.

A Victoria, porque ahí aprendí que el cuerpo no está diseñado para guardar, gracias por ayudarme a tirar mi basura, por devolverme la alegría de vivir y enseñarme que lo más sencillo de la vida es lo más maravilloso.

Por último a las mujeres que participaron en este trabajo, gracias por su tiempo, sus historias y por enseñarme que uno puede elegir la vida que quiere tener.

Índice

	Página
Introducción	5
Capítulo I. La violencia en la pareja en Occidente	
1.1 Contexto sociocultural de la violencia en la pareja.....	9
1.2 ¿Qué es la violencia en la pareja?.....	17
1.4 Tipos y definiciones de violencia.....	18
1.5 Ciclo de la violencia.....	21
1.6 El agresor y la víctima.....	23
1.7 Consecuencias de la violencia.....	29
1.8 Tratamiento para la violencia.....	32
Capítulo II. Otra visión sobre el sujeto	
2.1 Concepto de sujeto y cuerpo como espacio para construir.....	35
2.2 Una visión alternativa de la pareja y el amor.....	44
2.2.1 El arte de ser mujer.....	51
2.2.2 El arte de ser hombre.....	54
2.3 Memoria familiar.....	57
Metodología	62
Capítulo III. Análisis de las Historias de vida	64
Capítulo IV. Conclusiones	130
Referencias	143

Hay días en que me despierto con una esperanza demencial, momentos en los que siento que las posibilidades de una vida más humana están al alcance de nuestras manos.

Ernesto Sábato

INTRODUCCION

Este trabajo de investigación surge de la necesidad de poder comprender cómo es que se manifiesta la violencia dentro de la pareja, no sólo es una descripción de los posibles factores o variables que llevan a una mujer a mantenerse en esta dinámica dentro de la relación de pareja, sea en el noviazgo o dentro del núcleo familiar, sino de poder comprender como se construye social y emocionalmente la violencia. La idea central de este proyecto es ver como una persona desde su familia de origen hasta la vida adulta va construyendo ésta manera de vivir, pensar, sentir y actuar. Podríamos pensar que dentro de nuestra sociedad es algo normal que las mujeres vivan así, sin embargo, a pesar de que es muy común no significa que sea la única manera de vivir una relación de pareja. Se han realizado muchos esfuerzos por cambiar la situación de estas mujeres sin embargo en los estudios sólo se ofrecen descripciones y no alternativas a esta situación.

Por lo que las estadísticas nos revelan que ésta condición no ha disminuido o al menos no lo que se espera, hay muchas mujeres que aún siguen permitiendo que los hombres ejerzan alguno de los diferentes tipos de violencia, lo cual trae en ellas diferentes consecuencias a nivel, psicológico, jurídico, emocional y corporal, sin olvidar que a nivel familiar pueda también verse plasmado en el desarrollo integral de los hijos y en las formas en las que ellos se relacionen en un futuro. Este trabajo tocará los temas centrales en torno a la violencia, como son los tipos de ésta, las características, las consecuencias que trae consigo y cómo influye la educación, la familia, la autoestima y la sociedad, en las mujeres que viven o han vivido maltratos por parte de su pareja.

Dentro de la historia de la sociedad podemos encontrar que el poder en todos los sentidos, económico, político y religioso, se ha concentrado principalmente en los hombres. El patriarcado se asocia con un lapso de unos tres mil años, donde la

mayoría de las civilizaciones han basado su sistema filosófico, social y político en el cual los hombres determinan el papel que las mujeres deben o no deben desempeñar y en el que, la mujer está siempre sometida al hombre¹. Por ejemplo existen concepciones que se remontan hasta Aristóteles cuya teoría de la justicia relegaba a las mujeres a la esfera del hogar, un lugar ocupado por personas que no eran iguales a los hombres libres, aquellos que podían participar activamente en la justicia política².

La idea fundamental en la que se sustenta la violencia contra las mujeres es la de una igualdad entre hombres y mujeres, ya que dentro del patriarcado los hombres tienen el poder de decir que es lo que pueden o no hacer la mujeres, lo cual las pone en una clara desventaja a la hora de poder participar dentro de una sociedad que está marcada por la discriminación y la inequidad de género. En este sentido de los estudios de género, el feminismo comienza a ganar terreno, ésta es una de las corrientes culturales más combativas de nuestro tiempo y sus ideas repercutirían profundamente en la sociedad. En este mismo sentido algunos autores mencionan que, uno de los ejes sobre los que se levantó el feminismo latinoamericano de los años sesenta fue el de la lucha contra la violencia hacia las mujeres³. Así mismo para 1990 las naciones unidas comienzan a interesarse por la violencia de género y a elaborar convenciones en torno a este problema de interés público.

De acuerdo al pensamiento feminista la violencia contra las mujeres implica una negación de derechos ciudadanos para las mujeres, lo que las coloca en una situación de pérdida del poder y exclusión social. La erradicación de la violencia

¹ Capra, F. (1982). Crisis y Transformación. En: El punto crucial, ciencia sociedad y cultura naciente. P.p. 31. Argentina: Estaciones.

² Sagot, M. (2008). Estrategias para enfrentar la violencia contra las mujeres: Reflexiones feministas desde América Latina. Athenea Digital. Vol. 10: 014. P.p. 216. (215228). Disponible en: <http://redalyc.uaemex.mx/>.

³ Castro, R y Riquet, F. (2003). Violencia de género en las parejas Mexicanas. P.p. 2-15. México: Instituto Nacional de las Mujeres.

implicaría entonces un cambio en las relaciones de poder que inciden tanto en lo personal como en lo colectivo.

El empoderamiento se relaciona con el cambio en las relaciones de poder a favor de aquellos que tienen poco control sobre sus condiciones de vida, e implicaría el derecho de tener control sobre los recursos y sobre el propio ser y el derecho a tener participación en los procesos ideológicos y políticos⁴

Aunque consideramos que el feminismo tampoco ha logrado construir relaciones más sanas sino al contrario, ahora las mujeres también participan de la violencia con sus parejas, ya que tanto el patriarcado, como el feminismo lo que fomentan es la competencia por el poder dentro de la relación, por eso centramos este trabajo en proponer una alternativa a estas condiciones de tal forma que el camino que sigan las parejas este en el justo medio, sin que haya maltrato de ninguno de los dos, y donde se construyan relaciones armoniosas y saludables con el fin de respetar la vida y ver a la persona como algo más que un objeto o una posesión material, de este modo la violencia es más que un problema de género, es una situación que afecta a cualquier ser humano por lo que es de suma importancia conocer cómo se construye y saber que hay otras alternativas para relacionarse con los otros. Creemos que la violencia es una condición que se construye pero que también se convierte en una elección. Por tanto la **Pregunta de Investigación** es: ¿Cómo se construye la violencia en la pareja en mujeres mexicanas? Finalmente a pesar del conocimiento que se tiene acerca de la violencia en México, se considera importante tomar en cuenta un panorama más amplio acerca del tema, por tanto el **Objetivo General** de ésta investigación es conocer cómo se construye la violencia en la pareja en mujeres mexicanas a través de historias de vida.

Por lo que en este trabajo se hará en una revisión acerca de la violencia en la pareja principalmente en dos aspectos; el primer capítulo se hablara de la influencia

⁴ Sagot, M. (2008). Estrategias para enfrentar la violencia contra las mujeres: Reflexiones feministas desde América Latina. Athenea Digital. Vol. 10: 014. P.p. 219. (215228). Disponible en: <http://redalyc.uaemex.mx>

de la cultura y las características de la violencia, tomando en cuenta los tipos y las definiciones, así como las consecuencias de la violencia en las personas que la viven y las que los rodean, es importante conocer que este capítulo se centra en las concepciones desde occidente por lo que está inclinado hacia el machismo y el patriarcado como una forma de construir relaciones de pareja.

En el segundo capítulo se centra en una visión alternativa de la persona y de las relaciones de pareja, donde se propone una construcción que favorezca la vida y la armonía en las relaciones. La importancia de este capítulo es la posibilidad que se da para poder cultivar relaciones con los otros, que no enfermen el cuerpo y el espíritu sino al contrario que la pareja pueda ser una oportunidad de seguir creciendo como persona.

Por último se verán el análisis de las historias de vida que se aplicaron a 10 mujeres y que quizás sea lo más valioso en términos de poder conocer como construyeron sus vidas. Más allá de las definiciones es importante conocer cómo se vive en la cotidianidad y cómo impacta su cuerpo y sus emociones.

“Quien bien te quiere. Te hará llorar”

I. LA VIOLENCIA EN LA PAREJA EN OCCIDENTE

Este capítulo hace referencia a la descripción de la cultura occidental, las formas en cómo está se va construyendo y cómo va tomando sus creencias, valores y formas de actuar, sentir y pensar. Es un recorrido en sus diferentes conceptualizaciones acerca de la violencia en pareja y como está se vive y piensa desde occidente.

1.1 contexto sociocultural de la violencia en la pareja

A nivel cultural cada pueblo tiene sus tradiciones; que son un conjunto de creencias, mitos, valores, comportamientos y reglas sociales que son una filosofía que se mantiene generación tras generación, de tal forma que nuestra cultura forma parte de la tradición judeocristiana, que afecta al pensamiento occidental, algunas de las características son:

La existencia de conceptos dicotómicos como el bien y el mal, así lo espiritual está contrapuesto con lo corporal, no existe la integración de la persona. En occidente hay cuerpo, mente y estos son independientes el uno del otro, el cuerpo es el que contiene la mente sin embargo está bajo su dominio, de manera que todo lo racional es positivo y lo corporal es negativo. A diferencia de otras culturas donde la esencia del ser humano es compartida con el resto de los seres vivos y el espíritu forma parte de un todo, sin embargo lo que les diferencia es el cuerpo, por ello es tan importante adornarlo, con tatuajes, vestimentas y pinturas para conseguir la singularidad. Continuando con occidente la mente es la portadora de la esencia del ser humano y es lo que nos diferencia de los animales, por lo tanto domina y está por encima del cuerpo⁵.

Otra dicotomía que caracteriza occidente es la de dolor y placer; el dolor se valora positivamente ya que está asociado a Cristo que es el símbolo más grande de esta cultura y que con su ejemplo sufrió y murió por amor, por lo que si no hemos

⁵ Andrés, D, P. (2005). Violencia contra las mujeres, violencia de género. En: Jarabo, Q, C y Blanco, P, P. (2005). La violencia contra las mujeres. Prevención y detección (P.p. 26). España: Díaz Santos.

sufrido lo bastante no hemos amado. Por el contrario está el placer que se asocia al pecado, a lo sucio, al castigo y a la culpa.

Otra característica de la tradición judeocristiana, es que es una estructura patriarcal, cuya máxima jerarquía la ocupa el varón, representado en un Dios todopoderoso, omnipotente, lleno de bondad, que puede juzgar, premiar o castigar, es al que hay que obedecer y es padre con la capacidad de engendrar a su hijo. Es muy importante considerar la contradicción que resulta creer en un Dios que se caracteriza por el amor y que inclusive ha muerto para que los demás vivan y a su vez saber que tiene la capacidad de castigar y juzgar las conductas que no son merecedoras de él y su amor. Se convierte entonces en una figura a la que se le respeta a través del miedo pero al mismo tiempo se le ama profundamente y trata de complacerle en cada acto que creemos que él está viendo⁶.

Por otro lado esta María que no es una diosa, ella es humana y fue la elegida por Dios para engendrar a su hijo, ella no realiza ningún acto prodigioso, por el contrario está subordinada a su hijo, si llegará a necesitar algo es con él, con quien debe dirigirse, María se encuentra a voluntad de los varones y sobre todo es la mediadora entre Dios y los hombres, igual que en la vida diaria la madre es la mediadora entre el padre y los hijos. Los valores que encarna son la maternidad, la virginidad y la sumisión al orden patriarcal. Al ser María una de las mujeres más representativas de ésta cultura, una de las características más importantes es el silencio, pareciera que la libertad de opinar o decidir no le ha sido otorgada y que por el contrario una de sus más grandes bondades es la de sacrificarse olvidándose de ella misma para dar vida a la persona que nos salvara de nuestros pecados. Lo que comúnmente se vive a diario en las familias mexicanas, la sumisión es una forma de vivir, la mujer calla, no opina y está al servicio de su pareja.

Sin embargo María no es la única mujer de la tradición judeocristiana, Eva es otra de las mujeres, fue hecha por Dios pero a la estructura de Adán por lo tanto es diferente y de menos valor, ella es el símbolo de la seducción, del placer y del pecado, en la tradición católica, por lo que existe la dicotomía de qué; se es madre o se es sexoservidora. La madre es afectiva, idealizada, buena, asexuada como

⁶ Ibíd. P.p 27.

María. La sexoservidora es la mujer sexuada que desea, la seductora, real y “mala” como Eva. Sin embargo no existe ninguna posible mezcla de ambas, dentro de occidente es necesario tomar una postura o eres una o la otra. Existe la posibilidad de elegir, sabiendo que cuando eliges una, renuncias a la otra.

Otra característica de occidente es la jerarquía donde se estratifican los grupos sociales donde unos mandan y otros obedecen, además de esto la estructura es patriarcal, como ya se había visto, donde las relaciones son de poder, dominio y sumisión del hombre hacia la mujer más que de igualdad y respeto. Desde la religión la mujer le debe obediencia y sumisión al hombre y desde la ciencia la mujer se sitúa como la más débil e incapaz de realizar un trabajo racional al par del hombre. Sin embargo esto comienza a cambiar con el movimiento de mujeres que se realiza a mediados del siglo XXI comienza a tomar conciencia de la injusticia que es quitarle a la mujer su derecho a desear, a sentir, pensar, actuar, como seres individuales. A lo largo del siglo XX la revolución feminista abandona los mandatos religiosos rehacen la historia y se enfrentan a las leyes y normas sociales con ello logran grandes cambios en la igualdad de derechos civiles y sociales, sin embargo, el trabajo apenas comienza⁷. Habría que considerar que la disputa no es por la igualdad o equidad, es disputar el empoderamiento de la mujer dentro de la sociedad, lo que nos lleva a inclinar la balanza hacia el otro lado, en estos discursos no se encuentra una propuesta donde se construya un camino de en medio, donde la apuesta sea por el bienestar de los seres humanos más allá de si se es hombre o mujer, diferimos al pensar, que si se es capaz de ir más allá, que la lucha no es está en el género si no en el ser humano que merece y es capaz de construir relaciones interpersonales sanas.

Limitando aún más el contexto sociocultural encontramos que habría que hacer un énfasis en la estructura de la familia mexicana Díaz-Guerrero, menciona la familia mexicana la cual está cimentada bajo dos proposiciones fundamentales; la supremacía del padre y el necesario y absoluto sacrificio de la madre, así que el mexicano se mueve entre dos pilares de amor y poder, lo que se ve reflejado en

⁷ Ibíd. P.p. 29.

que al padre se le respeta y a la mamá se le quiere⁸. Esta característica está cimentada en la época de la conquista, ya que la unión de las indígenas con los conquistadores forjó mucho del carácter de los mexicanos. Por un lado está el amor indiscutible de la madre y que está relacionado a las mujeres indígenas que fueron tomadas, es decir, que los primeros hijos de españoles con indígenas fueron el producto de las violaciones, estos hijos no fueron rechazados por sus madres, por el contrario los aceptaron y quisieron provocando un amor desbordado del hijo hacia la madre, que hoy en día es una constante en las generaciones de las familias mexicanas, por otro lado, el “respeto” al padre pudo haber sido generado a raíz del odio contenido hacia este, que en un principio no se conocía pero que con el tiempo, se supo que había sido el agresor de su madre, sin embargo a él no se le podía dañar por el hecho de ser español, esta dicotomía provocó que el amor se volcará a la madre sufridora mientras que al padre ausente sólo se le podía dar odio, aunque contenido debido al poder y la autoridad que este poseía. Esto es un claro indicio de cuáles son las tradiciones con las que se va conformando el comportamiento de la mujer y el hombre, que papel y rol van tomando cada uno y lo que se espera tradicionalmente de ellos⁹.

Por lo anterior en México es de suma importancia el sexo de un niño ya que de eso depende una serie de premisas, como el hecho de que si es varón esto garantiza que se siga el linaje del padre al conservar el apellido. En el caso de la mujer se cree que existe mayor costo en la educación y manutención a diferencia del hombre, que en otras épocas era fuente de entrada económica, mientras que las mujeres implicaban un gasto. Por lo tanto ser hombre o mujer en México tiene una serie de implicaciones como; que ellos tienen que mantener un hogar y ellas lo tienen que servir. La niña se educa para ser una buena mujer, que cuida a sus hijos y a su marido, una mujer realizada en México es la que tiene su casa limpia, un

⁸ Díaz-Guerrero (2003). Citado En: Pozos, G, J (2008). Machismo: Una visión sobre su origen y actualidad. En: Vargas, B, N., Pozos, G, J y López, M, P. (2008). Violencia Doméstica ¿Víctimas, victimarios o cómplices? P.p. 102. México: Porrúa.

⁹ Ramos (1989) Ramírez (1977) y Paz (1981). Citado En: Pozos, G, J (2008). Machismo: Una visión sobre su origen y actualidad. En: Vargas, B, N., Pozos, G, J y López, M, P. (2008). Violencia Doméstica ¿Víctimas, victimarios o cómplices? P.p. 103. México: Porrúa.

marido atendido y donde ella se deja a un lado por atender las necesidades del otro. En cambio a los hombres se les reconoce si son buenos proveedores, esto bajo un arquetipo en la cultura mexicana en el cual existen dos tipos de roles los tradicionales y los no tradicionales, el primero se refiere a que la mujer se encarga de los hijos, las labores domésticas, la comida y el hombre pone las reglas y toma las decisiones dentro de la familia, a diferencia del rol no tradicional donde la mujer trabaja toma decisiones en la pareja, ella maneja su tiempo es autosuficiente y el hombre participa en la crianza de los hijos y expresa sus emociones a la pareja. Y cuando los roles se quebrantan es cuando se dan las condiciones para que la violencia exista, también es posible que en el rol no tradicional la violencia tenga una baja probabilidad de presentarse, ya que la mujer no permite que se le humille o se controle¹⁰.

Sin embargo los roles tradicionales aún tienen una gran importancia en México, donde persisten los comportamientos en las generaciones y donde la violencia se justifica a través de los roles que hombres y mujeres tienen que tener, la violencia parecería un medio de resolución de conflictos, una conducta normal del hombre o de la mujer y no un problema de salud pública. A nivel individual se hace un análisis entorno al género, definiéndolo como; las características que cada sociedad asigna a hombres y mujeres, así mismo define el rol de género como; un conjunto de expectativas que la sociedad marca precisando como debe de comportarse cada persona de acuerdo a su sexo sea femenino o masculino¹¹.

Esto es importante tomando en cuenta que las personas nacemos bajo un determinado momento histórico cultural, que somos parte de una sociedad que tiene creencias, ideas, estereotipos y formas de actuar y esto va delimitando nuestro actuar, de tal manera que ciertas conductas como la violencia pueden ser o no aceptadas socialmente. Esta autora hace un énfasis a nivel individual de cómo vamos construyéndonos alrededor de la sociedad:

¹⁰ Rocha. (2006).Cit. En: Vargas, N, B. (2008). Romper el círculo de la violencia: cómo y quiénes intervienen. En: Vargas, B, N., Pozos, G, J y López, M, P. (2008). Violencia Doméstica ¿Victimas, victimarios o cómplices? (40). México: Porrúa.

¹¹ Andrés, D, P. (2005). Violencia contra las mujeres, violencia de género. En: Jarabo, Q, C y Blanco, P, P. (2005). La violencia contra las mujeres. Prevención y detección (P.p. 24). España: Díaz Santos.

“En la personalidad de cada uno, en la construcción de la identidad particular, existe un precio crucial a la que se pertenece, de los paradigmas, valores, y creencias que son asimilados de forma temprana e inconsciente. También interviene de manera decisiva la estructura social en la que se vive, su organización jerarquiza y el sexo que se tiene al nacimiento, porque ésta determina de manera definitiva la pertenencia a una de las dos subculturas perfectamente diferenciadas y ligadas entre sí la subcultura masculina y la subcultura femenina”¹²

De ésta manera se va limitando cómo podemos o no comportarnos dentro de nuestra cultura así la adquisición de la identidad masculina y femenina. El proceso de socialización se hace desde dos subculturas, dos maneras de percibirse y de vivir; al varón se le educa en la fortaleza, la autonomía, la agresividad, seguridad, valentía, rapidez, por otro lado, a las mujeres se les educa en el lado opuesto que complementa al hombre, la dependencia, la inseguridad, la ternura, la pasividad, la lentitud y la cobardía. De la mujer se espera que sea esposa, madre, cultivando actitudes de cuidado, presencia y entrega como una expresión del amor. Del hombre se espera que sea la cabeza de la familia en él se deposita el poder económico, social, sexual y para nada interviene en las labores domésticas. La presión social es tan intensa que uno mismo ejerce violencia contra sí mismo escondiendo, reprimiendo o eliminando actitudes y emociones que no son propias de un “buen comportamiento”.

De acuerdo a algunos autores, el hombre recibe una educación que lo prepara para ejercer la autoridad y el dominio, representa la figura de poder, sabiduría y supremacía y al cual se le debe admiración y respeto, él define la dinámica de la familia, cubre las necesidades y pasa poco tiempo en el hogar, el hijo es educado para ser el protector y él es, al que se le sirve¹³. Otro autor coincide con esta idea menciona que;

¹² *Ibíd.* P.p. 25

¹³ Ramírez (1999). Citado En: Vargas, N, B. (2008). Romper el círculo de la violencia: cómo y quiénes intervienen. En: Vargas, B, N., Pozos, G, J y López, M, P. (2008). Violencia Doméstica ¿Victimas, victimarios o cómplices? P.p. 35-36. México: Porrúa.

“El proceso de construcción masculina es un complejo entramado de factores, macro y microsistématicos que dan como resultado las modalidades cognitivas, afectivas comportamentales e interaccionales descritas como las características de los varones de nuestra cultura”¹⁴ y se dividen en;

Macrosistemas: Dentro de ésta cultura consagra la primacía masculina, y con el mensaje de que no es suficiente nacer con un pene para ser un verdadero hombre ya que esto se tiene que demostrar a través de las acciones, aquí es donde entran los roles paterno y materno donde se hace la división de tareas estereotipada e injusta, pero a la que deben ajustarse.

Exosistema: Implican la exigencia del modo de trabajo junto con las actividades que interfieren con la interacción del ser humano, la televisión, videojuegos, etc. Dando como resultado que el padre esté cada vez menos tiempo con los hijos y que la mujer al deslindarse de las actividades propias de un ama de casa pase esta batuta a otra mujer, sea la madre, hermana o abuela, lo que provoca una sensación de abandono en los hijos.

Microsistema: Se caracteriza aquí por la ausencia de afecto paterno, el padre está ausente, lejano, distante y enseña esto al hijo varón como la única forma de diferenciarse de lo femenino, por esto tendrá dentro de su repertorio conductual la restricción emocional, la distancia corporal, la aparente ausencia de sentimientos tiernos para incrementar la sensación de pertenencia al género masculino¹⁵.

De esta manera se van conformando los estereotipos y bajo este paradigma un comprende que ser hombre o mujer implican una vida completamente diferente pero complementaria, así la idea de amor romántico embona perfectamente al encontrar en el otro; su otra mitad, haciendo hincapié en la idea de que la persona no está completa y necesita la otra parte que pueda cubrir sus necesidades y sus

¹⁴ Corsi (1995). Citado En: Whaley, S. (2003). La violencia masculina y sus efectos en la familia. En: Violencia intrafamiliar y sus efectos en la familia. P.p. 76. México: Plaza y Valdez.

¹⁵ Whaley, S. (2003). La violencia masculina y sus efectos en la familia. En: Violencia intrafamiliar y sus efectos en la familia. P.p.76-77. México: Plaza y Valdez.

expectativas y si no fuera así puede recurrir a comportamientos violentos en la pareja que solucionen la situación con el fin de no perder su identidad.

No obstante creer que los roles y las creencias familiares los determinan absolutamente sería asumir que su parte de responsabilidad y libre albedrío no existen, claro que se construyen a través de la sociedad, sin embargo se puede apostar a una conciencia donde no sólo esperen lo que se les da, si no que sean capaces de discernir y proponer nuevas alternativas de crecimiento, considerando también que dentro de cada familia los roles no se pueden generalizar, la dinámica va otorgando los diferentes roles y la persona los va asumiendo y viviendo. Es necesario considerar también que las personas no sólo pueden o tienen que cubrir un rol específico, dentro de la familia, los miembros poseen diferentes actividades que se pueden cambiar e ir negociando conforme a las necesidades que se van presentando.

Nogueiras (2005) realiza una acotación especial en el aspecto del contexto cultural donde se origina la violencia en la pareja, tomando en cuenta que dentro de la organización social las creencias se enfocan en que los hombres son superiores a las mujeres y que sus roles están enfocados en el poder y el control, donde está permitido que ellos utilicen la violencia en el interior de la familia para reafirmar su autoridad¹⁶. Por el contrario la educación de la mujer se enfoca en la dependencia y la aceptación indiscutible de la autoridad masculina, siempre bajo la idea de encontrar un príncipe azul que cubra sus necesidades y que también llenaría su existencia, con el propósito de formar una familia, ser esposas y madres así la educación se centra en cómo amar, donde el tipo de amor es romántico y se caracteriza por la entrega total, la renuncia a sí misma y el amor sin reciprocidad. Bajo este contexto el papel de la mujer es mantener la armonía en la pareja, estar atentas a las necesidades afectivas de la familia, cuidar y estar siempre disponible, por lo tanto, el prestigio de una mujer depende de su éxito para mantener la unión familiar, bajo este contexto se puede ocultar, tolerar y hasta perdonar el maltrato.

¹⁶ Nogueiras, G. B. (2005). La violencia en la pareja. En: Jarabo, Q. C y Blanco, P. P. (2005). La violencia contra las mujeres. Prevención y detección P.p. 41-42. España: Díaz Santos.

El hecho de que las mujeres asuman este tipo de educación contribuye a que se mantengan durante mucho tiempo en una relación donde hay violencia.

Si bien, dentro de occidente la mujer pareciera siempre la víctima habría que recalcar que la violencia no sólo la viven las mujeres, es una cuestión que rebasa el género se trata de una situación donde cualquier ser humano está expuesto a vivirla, Trujano menciona que es importante reconocer que cuando se piensa en violencia conyugal lo primero que viene a la mente es; la mujer-víctima y el hombre-agresor lo cual impide tener una perspectiva más amplia del tema con la oportunidad de dejar atrás ciertos estereotipos¹⁷. Es fundamental fijar una postura donde creemos que la violencia no es un asunto sano para nadie, no importando si este es hombre o mujer. Es de suma importancia también conocer en qué tipo de contexto nacieron las víctimas de violencia ya que es muy posible que hayan crecido en familias violentas donde ellas mismas sufrieron el maltrato o vieron que sus madres fueron maltratadas, así pues crecen pensando que el caos es normal y que las relaciones afectivas son dolorosas. Las víctimas carecen de autoestima, autoconfianza y seguridad en sí mismas, no les enseñaron su derecho a ser respetadas y a satisfacer sus necesidades, ellas aprendieron la sumisión, la dependencia, la obediencia y el conformismo.

1.2 ¿Qué es la violencia en la pareja?

Antes de continuar habría que definir lo que es la violencia y las características que posee. Se puede definir la violencia como; un acto intencional del poder y la fuerza con un fin determinado, por el cual una o más personas producen daños, físicos, mentales o sexuales, los cuales lesionan la libertad de movimiento o causan la muerte eso se puede en el hogar o en lugares públicos¹⁸. Y la violencia contra la mujer se refiere a todo acto u omisión que se genera en el ámbito doméstico, con el

¹⁷ Trujano, R, P. (2008). Varones Maltratados por sus mujeres: La otra cara de la violencia doméstica En: Vargas, B, N., Pozos, G, J y López, M, P. (2008). Violencia Doméstica ¿Víctimas, victimarios o cómplices? P.p. 53. México: Porrúa.

¹⁸ Concha-Eastman (2002). Citado En: Monárrez, G, J. (2010). Violencia de género, violencia de pareja, feminicidio y pobreza. En: Monárrez, G, J., Cervera, G, L., Fuentes, F, C y Rubio, S, R. (2010). Violencia contra las mujeres e inseguridad ciudadana en Ciudad Juárez. P.p. 234. México: Porrúa.

uso de la fuerza y el poder, este es cometido por un hombre dentro de una relación de pareja y tiene como objetivo perjudicar, el bienestar, la integridad física, psicológica, económica y emocional de la mujer¹⁹. Una definición más amplia sobre la violencia doméstica, puede ser definida de la siguiente manera; como el acto, poder u omisión recurrente, intencional y cíclico dirigido a dominar, someter controlar y agredir física, verbal, psicoemocional o sexualmente dentro o fuera del hogar a cualquier miembro de la familia, ya sea que éste tenga parentesco por consanguinidad, afinidad civil, matrimonio o concubinato²⁰.

1.4 Tipos y definiciones de violencia

Así mismo la violencia en la pareja involucra diferentes situaciones y aspectos hay que tomar en cuenta la posibilidad de hacer de la violencia un aspecto más relevante culturalmente así como identificar a la violencia no como un hecho aislado sino como un proceso que va incrementando con el tiempo y la convivencia²¹. Esta autora nos describe los conceptos más básicos de la violencia de la siguiente manera; la *violencia física* se identifica por el daño corporal o lesiones que se generan a través de los golpes ya sea con el cuerpo del agresor o con algún instrumento, la *violencia sexual* que se caracteriza por una imposición hacia el acto sexual incluyendo posturas, gestos, formas de vestir incluso llegando al abuso o violación, también menciona los *malos tratos psicológicos y emocionales* que se identifican por insultos, humillaciones, descalificaciones, desprecios, abandono, gritos, chantajes y amenazas²². También menciona que los maltratos sociales se producen cuando se rompen y tiran objetos o los destroza así como los maltratos económicos, a través del control de dinero apoderamiento de bienes materiales,

¹⁹ Torres (2001). Citado En: Monárrez, G, J. (2010). Violencia de género, violencia de pareja, feminicidio y pobreza. En: Monárrez, G, J., Cervera, G, L., Fuentes, F, C y Rubio, S, R. (2010). Violencia contra las mujeres e inseguridad ciudadana en Ciudad Juárez. P.p. 240. México: Porrúa.

²⁰ Gobierno del Distrito Federal (2005). Trujano, R, P. (2008). Varones Maltratados por sus mujeres: La otra cara de la violencia doméstica En: Vargas, B, N., Pozos, G, J y López, M, P. (2008). Violencia Doméstica ¿Victimas, victimarios o cómplices? P.p. 49. México: Porrúa.

²¹ Nogueiras, G, B. (2005). La violencia en la pareja. En: Jarabo, Q, C y Blanco, P, P. (2005). La violencia contra las mujeres. Prevención y detección P.p. 43. España: Díaz Santos.

²² *Ibíd.* P.p 44-47.

donde no le permite tener un trabajo asalariado o le impide conocer el patrimonio familiar. También menciona que el maltrato generalmente lo ejerce un hombre aunque es claro que también puede ejercerlo una mujer, podría decirse que lo ejerce la pareja con la cual existe un vínculo amoroso, quizás es el padre o madre de sus hijos, por lo que los sentimientos suelen ser ambivalentes, además estos maltratos no son hechos únicos sino que llevan un proceso donde van debilitando poco a poco las defensas físicas y psicológicas de la persona, se genera el miedo y la impotencia, éstas conductas violentas en su mayoría se generan en el ámbito doméstico por lo que muchas veces son invisibles para las personas del círculo social que los rodean, también los maltratos se ocultan tanto por los hombres que los ejercen como por las mujeres que los sufren, ya que las mujeres maltratadas sufren la vergüenza de sufrir violencia de no ser capaces de pararla ni de protegerse a sí mismas, de tal forma que las mujeres han sido educadas para tener una serie de actitudes y valores como como la empatía, la comprensión, tolerar y perdonar, por lo que llegan a justificar el ejercicio de la violencia.

Entre otras definiciones de *violencia física* se encuentra la de Cervantes, Ramos y Saltijeral (2004), donde incluye acciones que por lo general van en aumento, comienzan con un pellizco, continúan con empujones, cachetadas, puñetazos, patadas, torceduras, llegando incluso hasta el homicidio en ésta la intención es la de sometimiento del cuerpo de la víctima y se puede utilizar tanto el cuerpo del agresor, las piernas, manos, cabeza, así como diferentes instrumentos como las armas de fuego y objetos punzocortantes²³. Este tipo de violencia también se da por omisión, es decir, que pueden privar a alguien de sus alimentos, bebidas, medicinas incluso pueden encerrarlo en casa²⁴

²³Cervantes, Ramos, Saltijeral (2004). Citado En: Monárrez, G, J. (2010). Violencia de género, violencia de pareja, feminicidio y pobreza. En: Monárrez, G, J., Cervera, G, L., Fuentes, F, C y Rubio, S, R. (2010). Violencia contra las mujeres e inseguridad ciudadana en Ciudad Juárez. P.p. 241. México: Porrúa.

²⁴Torres, 2001. Citado En: Monárrez, G, J. (2010). Violencia de género, violencia de pareja, feminicidio y pobreza. En: Monárrez, G, J., Cervera, G, L., Fuentes, F, C y Rubio, S, R. (2010). Violencia contra las mujeres e inseguridad ciudadana en Ciudad Juárez. P. p. 241. México: Porrúa

También está la *violencia emocional* y lo que se utiliza son los medios emocionales donde se encuentran las relaciones de poder y de desigualdad entre las parejas que conviven o no en un ambiente doméstico

Estos mismos autores, proponen cinco dimensiones de la violencia emocional;

1. Devaluación: Que se refiere a consignas verbales como las burlas, insultos, críticas destructivas, menosprecios, actitudes desvalorizadoras así como mostrar indiferencia hacia sus necesidades

2. Conductas amenazadoras: Incluye las acciones atemorizantes que se acompañan con objetos de tipo intimidatorios (palos, cinturón, armas de fuego) con la intención de dañar en forma grave a la mujer.

3. Intimidación: Estas son las expresiones verbales, gestos y conductas que tienen la intención de generar daño emocional o físico a la mujer.

4. Hostilidad: Se caracteriza por enojos, puede haber gritos e insultos con el fin de generar miedo.

5. Expectativas abusivas: Son actitudes y consignas verbales que sirven para determinar y controlar las actividades y relaciones sociales de la mujer, incluye críticas y regaños cuando la mujer fracasa en cumplir el papel esperado²⁵.

Otro tipo de *violencia es la sexual* que consiste en la imposición de relaciones sexuales por parte de la pareja masculina, esta se da cuando el hombre obliga a la mujer a realizar cualquier acto erótico o al sometimiento de prácticas sexuales dolorosas o degradantes en contra de su voluntad, también caben comentarios sarcásticos y denigrantes cuando la acusa de frígida o la obliga a sostener relaciones sexuales con otros hombres o mujeres²⁶.

La *violencia económica* la ejerce quien realiza un acto intencional o por omisión con la intención de someter a otra persona mediante el control de los recursos materiales puede ser el dinero, bienes que pueden pertenecer tanto al

²⁵ Cervantes, Ramos, Saltijeral (2004). Citado En: Monárrez, G, J. (2010). Violencia de género, violencia de pareja, feminicidio y pobreza. En: Monárrez, G, J., Cervera, G, L., Fuentes, F, C y Rubio, S, R. (2010). Violencia contra las mujeres e inseguridad ciudadana en Ciudad Juárez. P.p. 242-243. México: Porrúa

²⁶ Torres, 2001. Citado En: Monárrez, G, J. (2010). Violencia de género, violencia de pareja, feminicidio y pobreza. En: Monárrez, G, J., Cervera, G, L., Fuentes, F, C y Rubio, S, R. (2010). Violencia contra las mujeres e inseguridad ciudadana en Ciudad Juárez. P.p. 243-244. México: Porrúa.

agresor como a la víctima. También se puede no atender a las necesidades básicas como la alimentación, el vestido, la recreación, y la salud de quienes dependen o conviven con él²⁷.

A pesar de todas las definiciones que aparecen con anterioridad es importante especificar que en la cotidianeidad no están segmentadas si no que forman parte de un mismo fenómeno; la violencia, por lo que es difícil pensar que son excluyentes ya que todos los tipos comparten una misma característica, todos aterrizan en un mismo espacio: lo corporal.

1.5 Ciclo de la violencia

Tomando en cuenta lo anterior se podría pensar que un ser humano no es capaz de tolerar una situación de violencia, sin embargo, existen diferentes situaciones que los explican entre ellas están la descripción del ciclo de la violencia que se caracteriza por tres fases, la primera es la fase de tensión que se manifiesta en actos que aumentan la fricción y los conflictos en la pareja, la pareja violenta expresa hostilidad, la persona intenta calmar, complacer en la creencia irreal de que puede controlar la agresión, después viene la fase de agresión donde estalla la violencia psicológica, física o sexual, en esta fase la persona es donde suele buscar ayuda, sin embargo después viene la fase de conciliación, en la que la pareja violenta se arrepiente, pide perdón, hace promesas de cambio y la persona ve el lado bueno de la pareja y fomenta la esperanza de que puede llegar a cambiar, es en esta fase donde las víctimas generalmente retiran sus demandas. Es importante mencionar que como la violencia es un proceso gradual la fase de agresión se repite con mayor frecuencia y esto hace que el riesgo para la persona sea cada vez mayor²⁸.

Otro autor menciona que son tres fases de la agresión; la primera, denominada tensión creciente que se caracteriza porque la relación se va volviendo cada vez más tensa y distante, en ella predomina el silencio y va apareciendo una mayor

²⁷ *Ibíd.* P.p 245.

²⁸ Walker (1979). Nogueiras, G, B. (2005). La violencia en la pareja. En: Jarabo, Q, C y Blanco, P, P. (2005). La violencia contra las mujeres. Prevención y detección. P.p. 47-48. España: Díaz Santos.

carga de agresividad verbal aunque de poca intensidad, la segunda fase, se caracteriza por el episodio de violencia física aguda, se produce una descarga de la tensión y agresividad y en la tercera fase se caracteriza por la llamada fase de luna de miel, donde el agresor regresa sobre la víctima mostrando amabilidad se trata de justificar, incluso llega a responsabilizar a la pareja por no haber hecho su voluntad, todo ello junto con su arrepentimiento y las promesas de que no volverá a pasar²⁹. Tomando en cuenta cada uno de estos conceptos podemos ver que, toda conducta no sólo la violenta tiene dos componentes fundamentales, el instrumental y el emocional, el primero de ellos incluye los objetivos motivacionales del acto, es decir el por qué y el para qué, que pretenden conseguir de ella y que es lo que nos mueve a realizarla, por otro lado, el componente emocional se refiere a la carga afectiva que se pone al realizar dicha conducta. En este sentido en el caso de la violencia, las razones que se dan los agresores ante el maltrato pueden ser que la comida no estaba lista, que la pareja le llevo la contraria, no haber estado en casa cuando llego o llamo, haberle quitado autoridad ante los hijos cualquiera es suficiente para que el hombre se sienta con la autoridad de corregir a su pareja por medio de la violencia aquí el objetivo no es lesionarla sino aleccionar a la mujer para que sepa quién tiene la autoridad dentro de la relación y cuál es el papel de cada uno y que quede claro que la mujer está sometida a los criterios, voluntad y deseos del hombre así como estar controlada por él. En este tipo de conductas el hombre pretende introducir el miedo para que la mujer recuerde que puede ocurrirle ante la oposición de sus mandatos y hacer más efectivas las amenazas.

Este autor también menciona que la cultura ha otorgado una serie de derechos y privilegios al hombre tanto fuera como dentro de la relación de pareja que han hecho legitimo un poder y dominación sobre la mujer promoviendo que esta dependa de él económicamente y garantizando el uso de la violencia y de las amenazas con el fin de controlarla³⁰.

²⁹ Lorente, M. (2001). El Maltrato. En: Mi marido me pega lo normal. P.p. 55-56. España: Critica.

³⁰ *Ibíd.* P.p. 50-51

Al considerar lo anterior podemos encontrar que la información es sesgada a una parte de la población, es decir, que las mujeres son las víctimas y los hombres son los agresores, aunque en la vida cotidiana no sea así. Por otro lado dentro de las características del maltrato doméstico de las mujeres hacia los hombres; están las que se llevan a cabo cuando las esposas se burlan en privado o en público del marido, lo intimidan, lo humillan, lo amenazan con suicidarse o hacerle daño a los hijos, les controlan el dinero, lo aíslan de sus amigos y familiares, lo agreden físicamente intentan vigilar y acaparar todo su tiempo, lo acusan constantemente de infidelidad, se enojan fácilmente inclusive forzarlo a tener sexo en contra de su voluntad³¹. En lo anterior se puede encontrar que en realidad las características no difieren de acuerdo al género, se trata de una relación donde lo que se pelea no es el amor o el respeto sino; el poder y el que sea capaz de imponer su voluntad al otro.

Por otro lado cuando se enfatiza que hay una diferencia natural y cultural se insiste en ciertos valores y se construye un ideal de mujer donde las características se asignan a determinadas funciones sociales, como las labores domésticas, algunos rasgos como la dulzura, la paciencia, comprensión, capacidad de perdonar y que son las idóneas para cuidar a los hijos y al marido así como encargarse de las labores del hogar. De este modo el incumplimiento de las obligaciones son las que los llevan a la agresión, el agresor se siente provocado, descarga su ira y la sociedad justifica al agresor y responsabiliza en parte a la víctima y la mujer termina creyendo que él y la sociedad tienen razón. Las normas y las ideas de una cultura se van interiorizando y son nuestra referencia para establecer nuestros valores y prioridades estas se asignan de acuerdo, a la raza, clase social o el género es aquí donde le dan un papel de superioridad al hombre y las expectativas de obediencia a la mujer.

³¹ Del Ángel (2003). Citado. En: Trujano, R, P. (2008). Varones Maltratados por sus mujeres: La otra cara de la violencia doméstica En: Vargas, B, N., Pozos, G, J y López, M, P. (2008). Violencia Doméstica ¿Victimas, victimarios o cómplices? P.p. 69-70. México: Porrúa.

1.6 El agresor y la víctima

En el caso más específico del agresor se puede definir de la siguiente manera:

“El sujeto del sexo y género masculino que ejerce modalidades de victimización: violencia física, maltrato emocional o abuso sexual, en forma exclusiva combinada e intencional sobre la persona con quien mantiene un vínculo de intimidad”³²

Sin embargo habría que considerar las desventajas que se tienen respecto al sexo y de lo que se espera si se nace mujer u hombre, ya que no importa el sexo cualquier ser humano está expuesto a ser violentado en alguna etapa de su vida, la violencia no discrimina al género lo que se construye en los hogares son personas que aprenden a través de las formas de relacionarse primeramente de sus padres y después de la sociedad en general, por lo que creemos que la violencia está más allá de si se es hombre o mujer se trata de seres humanos que no han podido encontrar un equilibrio emocional que les permita construir una vida más saludable, una relación de pareja en la que pueda predominar la cooperación, que incluye el reconocimiento de las cualidades de la pareja, así como la aceptación de sus defectos, de tal forma que con todo lo que él o ella es se pueda compartir la vida. El estilo de vida actual nos ha enseñado que todo en la vida es dicotómico, se es o no se es, es si o no, negro o blanco, eres mujer u hombre, en la realidad no podemos pensar que las mujeres sólo son tiernas y amigables y los hombres son rudos y serios, tendríamos que aprender a reconocer que hay roles más flexibles que ello, que el hombre tiene una parte femenina y la mujer una parte masculina cualquier persona que niegue esta posibilidad se está negando a la vida misma y reprimiendo su posibilidad de ser libremente.

También podemos ver que uno de los factores que menciona este autor como antecedente de los agresores es que estos han experimentado en su familia de origen, este tipo de comportamientos durante sus infancia y adolescencia a esto se le conoce como desplazamiento intergeneracional, se piensa también que las

³² Whaley, S. (2003). La violencia masculina y sus efectos en la familia. En: Violencia intrafamiliar y sus efectos en la familia. P.p. 61. México: Plaza y Valdez.

razones por las que son maltratadores se deben a factores psicológicos y sociales y se deben a una sociedad sexista donde se promueve la desigualdad de las relaciones entre un hombre y una mujer. La socialización de género corresponde al proceso en el que las personas aprenden a ser femeninos o masculinos de acuerdo a las expectativas socioculturales esto se aprende básicamente bajo la familia. De acuerdo a esto hay una serie de actitudes y valores de los hombres con los cuales justifican el empleo de la violencia en las relaciones familiares así muchas veces se siguen los patrones de conducta del padre llegando al accionar violentamente como modo de manejar el estrés y el enojo, así la violencia se consolida como una forma de resolver conflictos³³. También se menciona que, si algo define al agresor es su normalidad social y conductual, todos lo consideran una persona que está dentro de la normalidad básicamente por dos cosas; porque se acepta socialmente que el hombre pueda utilizar la violencia sobre la mujer y corregirla y porque la violencia se establece en el hogar y por lo tanto nadie debe meterse³⁴.

Sin embargo como lo hemos estado viendo la violencia no sólo se da en las mujeres, pero si es menos probable que un hombre que es víctima de violencia denuncie el maltrato, así que los varones sufren en silencio los ataques de sus mujeres, además de enfrentar la incredulidad social. Los hombres no se atreven a denunciar por el temor de recibir burlas y sarcasmos pero también por el miedo a ser detenidos por ser culpables en lugar de víctimas³⁵. Lo que los coloca en una situación donde el ser hombre no les beneficia tanto como se piensa, es importante reconocer que además de la violencia en la pareja, el hombre resulta ser violentado por otras esferas de la sociedad, ya que ellos ocupan los primeros lugares como víctimas de lesiones, asaltos, homicidios, secuestros, terrorismo y escenarios

³³ Whaley, S. (2003). La violencia masculina y sus efectos en la familia. En: Violencia intrafamiliar y sus efectos en la familia. P.p. 61. México: Plaza y Valdez.

³⁴ Lorente, M. (2001). "Un hombre normal y simpático" El agresor. En: Mi marido me pega lo normal. P.p. 81. España: Critica.

³⁵ Vélchez (2007). Citado En: Trujano, R, P. (2008). Varones Maltratados por sus mujeres: La otra cara de la violencia doméstica En: Vargas, B, N., Pozos, G, J y López, M, P. (2008). Violencia Doméstica ¿Victimas, victimarios o cómplices? P.p. 57. México: Porrúa.

bélicos, por lo que ser hombre no te protege de ser víctima de la violencia, entonces, ¿Será la violencia un problema de género?

Por otro lado la mayoría de los agresores, desarrollan habilidades especiales a la hora de relacionarse son simpáticos, intentan ganarse la confianza y respeto de los demás, donde inclusive tratan de una manera delicada a la mujer, buscando la integración en la sociedad. Lo que se les enseña a niñas y niños es a comportarse como hombres y mujeres, reproduciendo el papel de agresor y víctima como algo normal y tomando a la violencia como un recurso que se pueda utilizar³⁶.

Una de las características que aparece de forma significativa y continúa en los agresores es que en algún momento fueron testigos o víctimas de violencia generalmente durante la infancia y adolescencia. Esto no significa que exista una predisposición hacia esos comportamientos pero si una facilitación y un respaldo a la hora de llevarlas a cabo. Este autor respalda lo que han dicho los anteriores ya que menciona que el hombre agrede ya que funciona como medio para obtener unos objetivos, por lo tanto el maltrato no es una conducta que escape del control del agresor³⁷. Entre las justificaciones más usadas por los hombres están que la mujer los obliga dado su comportamiento o actitud ya que esto las educa y corrige, por lo mismo el agresor no siente remordimiento y la situación le da cierta gratificación porque obtiene beneficios inmediatos y a largo plazo. El agresor no busca el abandono ni el final sino la continuidad de la sumisión y el control en una relación aún más beneficiosa y ventajosa para él³⁸. Existen diversas tácticas que utiliza el hombre para conseguir el control total sobre la mujer, por ejemplo, el aislamiento de toda relación social, de su familia, amistades para evitar que la mujer pueda tener otros criterios, pedir ayuda, la aísla a través del control de sus salidas actividades, relaciones, llegando incluso a encerrarla, la desvalorización; se refiere a las consecuencias que generan los maltratos, se produce baja autoestima, inseguridad, sentimientos de incapacidad y se piensa que sin él no podrán hacer

³⁶ Lorente, M. (2001). "Un hombre normal y simpático" El agresor. En: Mi marido me pega lo normal. P.p. 82. España: Critica.

³⁷ *Ibíd.*, P.p.85

³⁸ *Ibíd.* P.p. 87

nada, los hombre también ofrecen pequeñas concesiones que crean dependencia emocional al no tener la mujer otras fuentes de amor o comprensión los agresores también pueden hacerse las víctimas culpando a la mujer de lo que pasa³⁹. Esto es una situación ambivalente ya que:

“El hecho de que el agresor sea o haya sido una persona con la que comparte o ha compartido proyectos, ilusiones, hijos y afectos y en el único sitio en el que las personas identifican la seguridad y se mantienen a salvo, el hogar, sea el lugar donde se producen los ataques” hacen que la mujer se sienta incapaz e impotente ante los ataques⁴⁰.

Esto afecta a la mujer al tomar una decisión sobre la situación que está viviendo ya que sus sentimientos se encuentran en una disyuntiva ya que no es sólo la víctima de la agresión sino que también dentro de su contexto cultural se le responsabiliza de la situación de terror mantenida. La mujer sabe que está bajo una situación de peligro no sólo para ella sino para los suyos a la cual no le encuentra salida sin embargo también se siente culpable. Todo esto la va haciendo entrar en una apatía y acostumbramiento y comienza a sobrevivir dentro de la violencia.⁴¹

Otra de las características de los agresores es, el aislamiento emocional, el agresor no tiene con quien expresar cuáles son sus conflictos en la esfera privada sin embargo en lo social parece tener muchos amigos. También se encuentra indicios de una imagen de sí mismo desvalorizada, es un hombre que no se atreve a decir lo que siente, piensa y quiere, dentro de la casa se siente a salvo de la mirada de los demás, entonces puede emerger de forma violenta y ahí manifiesta lo que en otros lugares no. Otra característica es que la falta de responsabilidad así que nunca se asume como el portador del problema y no reconoce que necesita ayuda. Sólo en casos cuando la mujer lo ha abandonado y pone como condición el

³⁹ Nogueiras, G, B. (2005). La violencia en la pareja. En: Jarabo, Q, C y Blanco, P, P. (2005). La violencia contra las mujeres. Prevención y detección. P.p.46-47. España: Díaz Santos.

⁴⁰ Lorente, M. (2001). Maltrata que algo queda; Las consecuencias. En: Mi marido me pega lo normal. P.p. 97. España: Critica.

⁴¹ *Ibíd.* P.p.98-99

tratamiento terapéutico es como éste acude⁴². Sin embargo no todos los agresores son iguales ni tienen los mismos objetivos de acuerdo a la tipología del agresor, los golpeadores comunes suelen humillar, avergonzar o insultar a sus esposas, a diferencia de aquel que lo hace de una forma aislada. Los primeros tienen como objetivo de debilitar la autoestima y volver manejables a sus parejas, mientras que los segundos lo hacen de una forma aislada incontrolada y sin un fin determinado. Un tipo de agresor es el psicopático, que se caracteriza por que experimentan cierto remordimiento por haber golpeado a sus esposas. Por otro lado los agresores hipercontrolados, parecen estar un tanto distanciados de sus sentimientos, su ira es el resultado de la acumulación puede irrumpir de pronto de una forma violenta después de haberse guardado silenciosamente durante largo tiempo. Y por último los agresores cíclicos, son ambivalentes, experimentan un gran temor a ser abandonados y por el otro lado tienen gran temor a ser absorbidos, son incapaces de describir sus sentimientos y necesitan tener el control en la intimidad, reaccionan con ira cuando la mujer actuaba de forma dominante y distante emocionalmente.⁴³

Uno de los grandes problemas que hacen que socialmente la violencia se mantenga son los mitos alrededor de esta, por ejemplo, el masoquismo de la víctima, que argumenta que las mujeres disfrutan con las agresiones y buscan hombres violentos, también está el mito de que la mujer es quien lo busca, ya que es quien provoca al hombre. Después están las que no cumplen con sus obligaciones en la casa lo cual exige una corrección. Y finalmente, que la mujer inventa o exagera, dando así la idea de que la violencia es normal en cierta dosis.

Socialmente existen ciertas razones que parecen justificar la violencia como los celos y el alcoholismo, el primero al ser una construcción sociocultural es aceptado bajo la idea de que entre más celoso seas, más se ama a la pareja esto crea la fantasía de que el celoso lo que hace, es defender su amor ante cualquier circunstancia. Sin embargo lo celos funcionan como un mecanismo para controlar a la persona y en parte reflejan el miedo, la inseguridad y la dependencia del que

⁴² Whaley, S. (2003). La violencia masculina y sus efectos en la familia. En: Violencia intrafamiliar y sus efectos en la familia. P.p.74-75. México: Plaza y Valdez.

⁴³ *Ibíd.* P.p. 63-65.

los siente. Es por eso que los celos se convierten en una justificación tanto para el agresor como para la víctima, todo bajo el nombre del amor.

Por otra parte el alcohol también se vuelve una justificación cultural ya que este es un depresor del sistema nervioso central, lo cual desinhibe la conducta y produce una mayor dificultad a la hora de controlar determinados impulsos lo cual justifica el comportamiento violento, el alcohol, es la excusa del agresor que cree que la agresión se produce por estar bebido y la mujer también lo justifica al decir que estaba fuera de sí y que sólo por el alcohol es, que él fue capaz de agredirla. Este autor coincide con lo demás en que la agresión se da en los diferentes niveles socioculturales y la única variable que persiste es que tanto el hombre como la mujer han sido testigos o víctimas de los malos tratos durante la infancia o adolescencia esto facilita que el hombre use la violencia como recurso para solucionar un conflicto y que la mujer acepte como normal este comportamiento.⁴⁴

Esto último también es uno de los efectos de la violencia en la pareja ya que se convierte en una de las cadenas generacionales, es decir, que se vuelve un comportamiento que se va transmitiendo de padres a hijos y que se repite como patrón y bajo la falsa moral y educación de la familia pero no es el único. Ya que a corto plazo la violencia consigue que el problema se resuelva mediante la imposición de la voluntad del agresor a través de la fuerza. Él piensa que ha sido positivo ya que entiende que el conflicto se resolvió gracias a lo que hizo. Algunas de las justificaciones son que la mujer es la que los orilla a hacerlo. A mediano plazo la mujer sabe que se puede volver a repetir esta conducta de tal forma que el agresor consigue su objetivo que es el control, la sumisión a la voluntad y deseos del hombre. A largo plazo existe un incremento del uso de la agresividad y la violencia pero ahora al lenguaje, ya que se establece una comunicación donde el hombre, posee el dominio, y unas situación de privilegio por su evidente fuerza física incluso también por el apoyo social que lo respalda.⁴⁵

⁴⁴ Lorente, M. (2001). ¿Qué hace una chica como tú en un sitio como éste? El contexto sociocultural en la agresión a la mujer. En: Mi marido me pega lo normal. P.p. 71-75. España: Critica.

⁴⁵ Lorente, M. (2001). Maltrata que algo queda; Las consecuencias. En: Mi marido me pega lo normal. P.p. 100-101. España: Critica.

1.7 Consecuencias de la violencia

En el caso de las consecuencias estas pueden ser de muchos tipos pero las más importantes son las que se vinculan a la salud ya que aunque la mujer se haya recuperado de las lesiones físicas y psicológicas sufridas durante la agresión siempre quedará una actitud tras esta experiencia que la habrá modificado por completo como ser humano. Entre el 20 y el 40% de las mujeres que se han suicidado habían sufrido malos tratos y esta decisión se debe a un mecanismo de huida y como forma de salir de la situación⁴⁶. También se ha demostrado que las mujeres pierden años de vida como consecuencia de la violencia en la pareja debido a la constante tensión emocional bajo las que están inmersas.

En el caso del trabajo se ha encontrado que las mujeres que han sufrido de violencia cuando trabajan tienen un salario inferior que las mujeres que no han sido de víctimas, ya que el tipo de lesiones a nivel psicológico repercuten al aceptar cualquier tipo de trabajo y bajo condiciones que no cualquiera aceptaría también como consecuencia las mujeres se llegan a ausentar más del puesto de trabajo, aumenta el absentismo y disminuye su rendimiento laboral. Y por ende una consecuencia económica es que, cuando la mujer logra denunciar la violencia lleva a cabo una serie de procesos que derivan en un gasto, desde la intervención policial, la médica, la jurídica y la psicológica⁴⁷.

Y una de las más importantes son las consecuencias a nivel social, donde los niños que se han percatado de la violencia sufren un mayor retraso escolar que inclusive ellos repiten las conductas violentas⁴⁸. Esto crea que las generaciones futuras con capacidades limitadas en la toma de decisiones así como utilizar el recurso de la violencia para resolver las situaciones y que está dirigida principalmente a la mujer, esto hace que se repitan patrones de conducta. Algunas víctimas desarrollan un complejo proceso de identificación con el agresor haciéndolas proclives a ser violentas con personas indefensas, en este caso con los

⁴⁶ *Ibíd.* P.p. 107

⁴⁷ *Ibíd.* P.p. 108-109

⁴⁸ *Ibíd.* P.p. 110-111

hijos. En las víctimas aparecen también trastornos graves de la personalidad, trastornos de la conducta alimentaria o trastornos en la sexualidad. Una mujer golpeada suele realizar, en promedio entre 3 a 5 intentos para abandonar el hogar antes de mantenerse alejada por completo o en su caso insistir en que el marido reciba algún tipo de tratamiento antes de regresar a su lado⁴⁹.

Las mujeres que han vivido situaciones de violencia pueden presentar diferentes consecuencias sobre su salud, una de ellas es la ansiedad, las mujeres maltratadas pueden presentar diferentes síntomas como los trastornos del sueño, temblor y palpitaciones casi desde el comienzo del maltrato. También pueden presentar depresión, se ha encontrado que la mujer maltratada sufre más depresiones que la que no lo ha sido. En el caso del suicidio también las probabilidades aumentan ya que la experiencia del maltrato es tan dura que ven pocas posibilidades de salir de ella.

Entre las consecuencias también está el estrés postraumático, donde reviven una y otra vez el acontecimiento, también puede haber abuso de sustancias como el consumo excesivo del alcohol o los tranquilizantes.⁵⁰ Sin embargo no son las únicas consecuencias de ello, también están las repercusiones emocionales de los maltratos, dado que existe una transformación de la personalidad en las mujeres maltratadas que se caracterizan por, una actitud de hostilidad y desconfianza al mundo, un aislamiento de este, un sentimiento de desesperanza, vacío, peligro, amenaza, una actitud de vigilancia e irritabilidad así como una incapacidad para expresar sus sentimientos y pensamientos⁵¹. Por lo que la violencia no sólo representa un problema a nivel individual con las diversas consecuencias que hemos visto, sino también una situación que a nivel social debemos enfrentar y dar

⁴⁹ *Ibíd.*

⁵⁰ Jiménez (1999). Citado En: Blanco, P, P. (2005). Consecuencias de la violencia sobre la salud de las mujeres. La detección precoz en consulta. En: Jarabo, Q, C y Blanco, P, P. (2005). La violencia contra las mujeres. Prevención y detección P.p 104- 106. España: Díaz Santos.

⁵¹ Jiménez (1999). Citado En: Blanco, P, P. (2005). Consecuencias de la violencia sobre la salud de las mujeres. La detección precoz en consulta. En: Jarabo, Q, C y Blanco, P, P. (2005). La violencia contra las mujeres. Prevención y detección P.p. 107. España: Díaz Santos.

una solución. Existen también algunas secuelas en los hombres respecto de la violencia psicológica que viven como los comportamientos compulsivos múltiples; alcohol, sexo, drogas, comida, el enojo, la irritabilidad, miedo irracional, vulnerabilidad, baja autoestima entre otros⁵². Estos síntomas son interesantes no sólo por el hecho de las consecuencias, sino por la posibilidad que nos da de entender que las repercusiones no son propias del género sino que se trata de consecuencias que podría tener cualquier ser humano que viva bajo alguna situación de violencia.

Con lo que podríamos pensar que la investigación debería ir más allá de encontrar al culpable y comenzar a construir una propuesta diferente de construcción de las relaciones de pareja. Los hombres pueden y viven las mismas consecuencias si son violentados por su pareja, tienen el mismo miedo, la misma dependencia emocional y la misma construcción social y corporal que les impide poner un límite a esta situación. Hay que ir más allá y pensar en seres humanos que sufren y viven una situación que repercute en su calidad de vida, si este estilo de relacionarse en pareja y de amar, no repercute en una vida más longeva, entonces no sirve, tomando en cuenta que el objetivo es cultivar una vida más larga, y saludable. Es importante que exista un cambio en la conciencia social que modifique los comportamientos de hombres y mujeres, que logre la unión, la cooperación y el respeto por la vida.

1. 8. Tratamiento para la violencia

Por otro lado en Occidente el tratamiento para la violencia familiar es el que describe donde el objetivo principal del tratamiento con hombres violentos es lograr que acepte que tiene un problema relacionado con su conducta violenta y que exprese un deseo por modificar dicha conducta, es necesario que dejen de utilizar la violencia física y/o psicológica como un ejercicio del poder intrafamiliar. Así mismo es importante prevenir que esta conducta se repita en el futuro, aún después de la

⁵² Trujano, R, P. (2008). Varones Maltratados por sus mujeres: La otra cara de la violencia doméstica En: Vargas, B, N., Pozos, G, J y López, M, P. (2008). Violencia Doméstica ¿Victimas, victimarios o cómplices? P.p. 71. México: Porrúa.

intervención terapéutica⁵³. Una opción dentro del tratamiento es hacerlo dentro de grupos abiertos y cerrados, los grupos se caracterizan por tener una duración determinada, donde se exponen algunos temas que se caracterizan por la responsabilidad por la propia conducta violenta, el reconocimiento de las señales de pre violencia, identificación de creencias e ideas así como las emociones y sentimientos, es necesario darles alternativas que no se relacionen con la violencia.

Existen también diferentes técnicas, por ejemplo, las que están orientadas a obtener cambios en el nivel cognitivo, además de reconocer las conexiones entre pensamiento, afecto y conducta⁵⁴. Existen técnicas orientadas a obtener cambios en el nivel de comportamiento, a través de técnicas de reforzamiento como la economía de fichas, la extinción de la conducta. Y otras técnicas que promueven la elaboración de aspectos de la historia personal como el uso de la violencia, reestructuración y redefinición de la historia personal. Y técnicas orientadas a promover cambios a nivel de la comunicación, como la técnica de autoobservación donde el hombre comienza a discernir y diferenciar sus pensamientos de sus sentimientos es decir, comprender la diferencia entre sentir enojo y actuar violentamente⁵⁵.

También se encuentra la reestructuración cognitiva donde se examinan los pensamientos, las creencias, las imágenes que forman parte de la conducta violenta, al trabajar en grupo los miembros se ayudan a identificar y señalar creencias de otro integrante además de los suyos propios.

Otra técnica es la asertividad en esta, lo que se intenta es que la persona sea capaz de expresar lo que piensa y siente, puede defender con decisión y firmeza sus derechos sin atropellar los de otros, las personas violentas no cuentan con la suficiente asertividad para responder ante las diferentes situaciones por lo que recurren a la violencia como una forma de respuesta⁵⁶.

⁵³ Whaley, S. (2003). Terapia para la violencia intrafamiliar. En: Violencia intrafamiliar y sus efectos en la familia. P.p. 85. México: Plaza y Valdez.

⁵⁴ *Ibíd.* P.p. 89

⁵⁵ *Ibíd.* P.p. 93

⁵⁶ *Ibíd.* P.p. 95

Está también la técnica de relajación progresiva que se encarga de incorporar al cuerpo como algo propio, ya que es ahí donde se manifiestan los diferentes indicadores físicos previos a una situación violenta, el objetivo de esta técnica es aprender a detectar las señales corporales.

La técnica del control de la violencia física se trabaja en la detección de dos señales de pre-violencia y la técnica de time out, en la primera es importante ya que cada persona registrará al menos 3 indicadores que funcionaran como luz roja ante las situaciones de peligro, si la persona continúa dentro de la situación es muy probable que si no se retira experimente una situación violenta a continuación. Sin embargo, se procederá a la segunda técnica; el time out, una vez percibidos los primeros indicadores, la persona deberá interrumpir la discusión y retirarse del lugar⁵⁷. Por último se encuentra el entrenamiento en la modificación de las pautas de comunicación, aquí el trabajo se centra en que la persona identifique los efectos que producen sus mensajes verbales y no verbales, reestructurar el discurso que generalmente se orienta a la manipulación y el control del otro y cualquier aspecto comunicativo donde se refleje la conducta violenta⁵⁸.

Todo esto forma parte de la propuesta de Occidente como una alternativa para afrontar la violencia y tratar de eliminar las conductas que llevan a una persona a relacionarse así. Sin embargo creemos que existen otras posibilidades donde la persona se construya de una manera diferente sin tener que recurrir a la violencia como su único recurso para responder ante el otro.

⁵⁷ *Ibíd.* P.p. 96

⁵⁸ *Ibíd.* P.p. 97

II. OTRA VISIÓN SOBRE EL SUJETO

“Todo el sufrimiento amoroso viene de no tener un asidero emocional; un hombro donde recargarse, quien nos hable al oído, nos vea a los ojos y nos diga que nos quiere. Aunque sólo haya sido una ilusión; no importan los años vividos. Uno puede atorarse en cualquier gancho. Después uno reniega. Aun cuando nos digan que estaba buena la mierda para el puerco. El vacío nos ataca y nuestra mirada se hace opaca, sólo nos queda tomar lo vivido como una enseñanza en el oficio de vivir y así se disipa el fantasma de buscar culpables, porque no existe ningún lugar para escapar; todo queda en la memoria del cuerpo”

Sergio López Ramos, Una carencia Afectiva.

2.1 Concepto de sujeto y cuerpo como espacio para construir

Este capítulo está enfocado en ofrecer una alternativa para la vida, sobre todo, si tomamos en cuenta, que, actualmente la mayoría de las cosas que hacen las personas son inútiles para conservarla. Se trata de entender que hay opciones para vivir y morir. Esta propuesta pudiera parecer algo inimaginable, ya que no es parte de cómo nos han enseñado que se deben de ver y hacer las cosas. Sin embargo, pretendemos ofrecer una visión alternativa sobre el sujeto y el cuerpo de tal manera que sea una decisión construir o no una vida más digna. Para López Ramos (2012) la vida se manifiesta en el cuerpo humano, lo que quiere decir que está en la persona, lo que nos conduce a cómo la persona, conceptualiza y vive su vida, la que está en su cuerpo y la vida de las personas que lo rodean⁵⁹. Por ello la importancia de que las personas comprendan como es que la destruyen, a través de las prácticas, los pensamientos y las emociones que enferman un cuerpo. Como lo expresa el filósofo Chuang Tzu (1991):

“Para conservar la vida primeramente es menester no abandonar el cuidado del cuerpo. La vida te viene y no la puedes rechazar, se te va y no la puedes retener ¡cosa triste! Los hombres del mundo creen que

⁵⁹ López, R, S. (2012). La concepción de la vida la psicología y el ejercicio de la práctica psicológica. En: López, R, S. (2012). Formación de estudiantes en psicología. Una propuesta metodológica. P.p. 15-24. México: Creativa Impresores.

sustentar el cuerpo basta para conservar la vida. En realidad no basta sustentar el cuerpo para conservar la vida”⁶⁰

Este autor menciona que en el cuerpo existen dos proyectos; uno de vida y uno de muerte. Lo que hacemos o no hacemos en el día expresan que proyecto es el que se está cultivando. Esto se puede ver a través del abandono corporal, ya que dejamos que el cuerpo se deteriore y enferme. Hablamos de cosas que se hacen en la vida cotidiana, la forma de la alimentación, el sueño, el trabajo, el lugar donde se vive, así como las relaciones que tenemos con otras personas.

Las personas creen que el cuerpo que tienen es eterno y que la salud que experimentan la van a conservar siempre, incluso no tienen ningún problema cuando les dicen que se tiene que extirpar una parte de su cuerpo, pareciera normal que vivan sin él o que se lo cambien. Reconocer el cuerpo implica la responsabilidad que tienen para conservarlo saludable. Las personas sólo se atienden cuando ya están enfermas, cuando el cuerpo ya no trabaja de la misma manera o cuando el dolor es insoportable, es cuando piensan que hay que comenzar a hacer algunos cambios en la dieta, hacer un poco de ejercicio o dejar algún vicio⁶¹. Es importante tomar en cuenta lo que entendemos por estilo de vida y que se define de la siguiente manera:

“Son las formas relativamente estables de comportamiento y actitud que adopta una persona para satisfacer sus necesidades, deseos e intereses a lo largo de su vida, en función de lo que permite su contexto socio-histórico-geográfico y que son congruentes con sus sistema de creencias y valores”⁶²

⁶⁰ Chuang Tzu (1991), Citado en López, R, S. (2012). La concepción de la vida la psicología y el ejercicio de la práctica psicológica. En: López, R, S. (2012). Formación de estudiantes en psicología. Una propuesta metodológica. P.p. 15-24. México: Creativa Impresores.

⁶¹ López, R. S. (2006). El cuerpo Humano y la salud. En: Órganos emociones y vida cotidiana. P.p. 33. México: Los Reyes.

⁶² Alcaraz, G, R. (2012). “Metaobservación y estilo de vida”. P.p. 150. En: López, R. S. (Coord.) Formación de estudiantes de Psicología. Una propuesta Metodológica. Creativa Impresores: México.

Todo lo anterior depende de diferentes cosas, como las experiencias personales que ha tenido alguien a lo largo de su vida y que forman el tipo de persona que se es o no, hoy en día.

Existen también dos tipos de estilos de vida el primero está relacionado con la salud, ya que es un estilo donde la persona construye a favor de la vida y el segundo; el tóxico, donde se interrumpe el proceso de salud y lo sustituyen por aquel que genera una enfermedad. La salud se relaciona con el bienestar físico, psicológico y social. Es un proceso de autorregulación que permite la adaptación constante del organismo a las variaciones ambientales. Y la enfermedad expresa los ajustes que tiene que hacer una persona en su cuerpo y en sus relaciones con los otros para afrontar los factores que le dificultan mantener su proceso de salud⁶³. Tomando en cuenta esto no podemos pensar que el cuerpo no es puramente orgánico, también se va regulando a partir de lo social:

“Una significación de la realidad se expresa en los estilos de vida y las acciones concretas que encuentran sentido en el interior de los grupos sociales; el cuerpo humano no escapa este proceso, su movimiento interior se da según como se cultiva la vida dentro de la familia, por un lado y hacia afuera con la normatividad de la vida social, por el otro”⁶⁴

Es decir que para el cuerpo y la vida es importante en donde nacieron y crecieron las personas, quienes fueron sus padres, así como el momento histórico donde se desarrollaron, que características geográficas tiene el lugar donde viven, como muchas cosas más. Inclusive los taoístas dicen que; “El cuerpo del hombre es a imagen y semejanza de un país”⁶⁵, si lo pensamos de esa manera entonces podemos entender como el grado de violencia que se vive en México concuerda totalmente con la violencia que se vive dentro de los hogares. Hay un momento en que estas formas de conducirse en la vida resultan normales. La vida pasa por un

⁶³ *Ibíd.* P.p. 151.

⁶⁴ Campos, G.J, E. (2011). El cuerpo humano y la acupuntura. P.p. 310. En: El problema epistemológico de lo corporal Dos Propuestas explicativas del cuerpo humano. México: CEAPAC.

⁶⁵ *Ibíd.*, P.p. 311

proceso de adaptación y entonces es común vivir con noticias que contienen imágenes y relatos altamente violentos y las personas parecen no sorprenderse y hasta se interesan más por los detalles. Lo importante de esto es, como en este contexto el cuerpo y la vida se construye.

“El cuerpo humano se mueve mediado por el entramado social, si el cuerpo social no cultiva estilos de convivencia que respeten la vida entre los sujetos, el movimiento interior del cuerpo humano puede perder su sentido, esto es las relaciones entre los órganos y las emociones se trastocan, un órgano y/o una emoción dominará los procesos corporales a partir de las relaciones elaboradas dentro del cuerpo social”⁶⁶

En el caso de la violencia puede ser el miedo el que domine una vida, de tal forma que se imposibilite a la persona para realizar sus actividades diarias o puede ser la ira, la que domine ya que el cuerpo se prepara para luchar cuando siente que alguna situación de la vida diaria lo amenaza.

“El cuerpo aprende a vivir donde sea y construye opciones diversas para expresar su inconformidad o su lucha contra los peligros, aun cuando ello implique vivir morir con angustia explicada con neurosis, ansiedad o estrés”⁶⁷

Es aquí donde las emociones toman un punto central en esta propuesta, en un primer momento habría que distinguir que existen emociones primarias, por ejemplo, la tristeza; que sirve para satisfacer una necesidad que es la de apoyo y compañía, miedo; para mantenerse con vida ante el peligro, ira; para remontar los obstáculos y amor; para continuar con la especie⁶⁸. Pareciera entonces que las emociones ayudan a preservar la vida de las personas y es parte de nuestro instinto el que las utiliza cuando es necesario. Coincidimos con este autor en que las emociones son más un proceso de construcción, que una cuestión evolutiva e instintiva por lo que la responsabilidad se vuelve fundamental en este proceso.

⁶⁶ *Ibíd.*, P.p. 315

⁶⁷ López, R. S. (2011). *Lo corporal y lo psicosomático Aproximaciones y reflexiones VII*. P.p. 127. México: CEAPAC.

⁶⁸ *Ibíd.* P.p. 129

“Las emociones pueden tener efectos de largo alcance, tanto que pueden acabar con el sujeto. Las emociones se han conjugado en el cuerpo de acuerdo con la historia social, familiar, y personal de los individuos. El cuerpo es, el espacio en el que las emociones se expresan. Todo empieza con un movimiento de los órganos originado por una emoción”⁶⁹

Una emoción nos puede llevar a un estado de salud del cuerpo. También se menciona que una historia personal construye el cuerpo de una manera y determina el predominio de una emoción, de un sentimiento o de una actitud lo que conlleva a una acción con el cuerpo⁷⁰, es decir, uno elige un sabor que es el que más nos gusta en relación a un órgano, o elige un tono de voz con el que se conducirá en la vida, o en el cuerpo se manifiesta un tipo de color específico. Los que nos lleva a una ruta de construcción que casi siempre lleva a las personas a la enfermedad. Lo que hace diferente en la manera de morir de unas personas a otras, es la construcción que hacen a lo largo de su vida, unos mueren de diabetes, otros de cáncer, cada uno hace su elección. Es cierto que muchas personas mueren sin saber que esas enfermedades se construyen, ya que cuando no hay conciencia se está en la animalidad. Se trata de todo un cambio de visión del mundo y del cuerpo, lo que conlleva un compromiso consigo mismo y su acción ante ello, esto es un deseo de hacer, ser, ir, conocer, estudiar, amar, trabajar, saber que quieren hacer con su vida;

“El punto es saber dónde se ha perdido el deseo o no se ha podido cumplir. De ello depende el hecho de que se desarrolle un padecimiento psicosomático, es decir, una emoción dominará un órgano y el padecimiento se hará crónico, o bien será solo un síntoma que viaja o se estaciona en alguna zona u órgano del individuo y ahí empieza otro proceso de construcción, ante la búsqueda de soluciones para cumplir sus deseos inconclusos”⁷¹

⁶⁹ *Ibíd.* P.p. 139

⁷⁰ *Ibíd.* P.p. 145

⁷¹ *Ibíd.* P.p. 146

El padecimiento tiene que ver con cómo el sujeto construye sus deseos, por ejemplo, si alguien desea ser feliz o si es feliz quiere ser más feliz. Su corazón manifiesta una emoción de felicidad o alegría. Si alguien tiene deseos de golpear, maltratar o matar a alguien su emoción manifiesta sería la ira⁷². Todo esto significa que un deseo puede mover una emoción, y esa emoción se convierte en un sentimiento que a su vez puede generar una actitud ante la vida y al final una acción. Por ejemplo si el deseo más grande de alguien es encontrar a su “media naranja” el hecho de no tenerlo provocara una emoción, tal vez la tristeza, o la ira lo que después la llevara a un sentimiento, por ejemplo la frustración o el resentimiento que después se reflejara en actitud, esa persona se encontrara reclamando o llorando todo el día, para finalmente llegar a la acción, esa persona talvez no coma o coma de más, quizás se encierre en su casa y no quiera salir. Es entonces una emoción que domina sobre las demás hará que comience un estado de desequilibrio emocional a menos que se resuelva ese deseo.

“Las emociones se ponen en movimiento al interior del cuerpo para que el deseo del sujeto se cumpla. Si se lanza a cumplir su deseo puede ser feliz y parecerá que no tendrá alteraciones, pero también puede enfermarse si no lo cumple. Un sujeto que cumple su deseo puede estar más armonioso, pero uno que no lo cumple se transforma en un sujeto sin posibilidades ni alternativas para satisfacer sus demandas”⁷³

Todo esto hace que las personas vivan en un ciclo que nunca se acaba, desean algo; a veces lo obtienen a veces no, pero los deseos nunca se acaban, se frustran, se resienten, enferman y si no se realiza algo para mover esa condición es muy probable que muera la persona, todo depende del deseo y de lo que se hace con él.

Ahora bien para entender más de esta relación entre los órganos y sus emociones es necesario saber que, primero un órgano no se encuentra aislado, su proceso no se puede explicar por sí solo, es decir, que está en función de su relación

⁷² *Ibíd.* P.p. 265

⁷³ *Ibíd.* P.p. 266

con otros órganos ⁷⁴. La cooperación entonces es primordial desde esta propuesta, no podemos pensar que cada parte de nuestro cuerpo hace las cosas por sí solos, todos dependen del funcionamiento de todos con un mismo fin; preservar la vida. Así mismo los órganos están relacionados con las emociones; la alegría, la tristeza, la ansiedad, el miedo y la ira. Esto quiere decir que las emociones toman un papel fundamental cuando hablamos de un proceso de salud, ya que se manifiestan en un estilo de vida. Con esto no queremos decir que las emociones son el problema, es verdad que en un día debemos de experimentar las 5 emociones, el problema está cuando una emoción predomina y se convierte en la respuesta ante todas las situaciones de la vida. Es entonces cuando el equilibrio se rompe y el cuerpo comienza a enfermar.

“Así pues, tenemos que las emociones pueden salvar el cuerpo de una condición de peligro, pero también pueden matarlo cuando se exaltan. Podemos afirmar sin temor a equivocarnos que el cuerpo es el espacio donde habitan órganos y emociones en una franca construcción de nuevas opciones del mecanismo autorregulador que preserva la vida”⁷⁵

Esta propuesta iría mucho más allá de la manera típica de ver las enfermedades y los procesos emocionales hoy en día. Estamos hablando de un trabajo que es mucho más amplio que darle un antidepresivo o ansiolítico a un paciente. Es un cambio en la visión de nuestra vida que implica un cambio en nuestro accionar cotidiano. En este contexto el cuerpo no es más que un espacio para el estrés y la competencia, lo que fomenta la destrucción de la relación interna de los órganos y cada célula del cuerpo⁷⁶. Sin embargo, antes de continuar es importante conocer cuál es la relación de cada órgano con las diferentes emociones. La teoría de los 5 elementos nos va permitir seguir las emociones en el cuerpo para saber dónde se instalan. En la cosmovisión China los 5 elementos que componen

⁷⁴ *Ibíd.* P.p. 230

⁷⁵ *Ibíd.* P.p. 232

⁷⁶ *Ibíd.* P.p. 234

el cosmos⁷⁷ son: madera, fuego, tierra, metal y agua. Cada uno de ellos se relaciona a su vez, con un órgano y una víscera del cuerpo⁷⁸ de la siguiente manera:

Elemento	Órgano	Emoción
Madera	Hígado/ Vesícula Biliar	Ira
Fuego	Corazón/Intestino delgado	Alegría
Tierra	Estómago/Bazo Páncreas	Obsesión
Metal	Intestino Grueso/ Pulmón	Melancolía, Tristeza
Agua	Riñón/ Vejiga	Miedo

Tabla 1. Muestra la relación de los 5 elementos.

En ellos existen tres tipos de relación: la intergeneración, interdominancia y contradominancia. En general, en la primera relación se encuentra el origen de las cosas, es una relación de continuidad de un órgano a otro, pensando que ninguno es autónomo ya que cada uno depende del otro para su funcionamiento, la madera precede al fuego, el fuego a la tierra, la tierra al metal y el metal precede al agua, esta primera relación nos permite ver la cooperación que existe entre los órganos para obtener y almacenar la energía vital del cuerpo o qi, en esta relación entendemos también que un órgano no puede existir sin el otro, es una relación donde lo que predomina es la cooperación y el equilibrio, no sólo en el cuerpo sino en el planeta, de modo que si uno enferma todo el ciclo se ve alterado. En la segunda relación, la madera domina a la tierra, la tierra al agua, el agua al fuego, el fuego al metal y el metal a la madera. En esta relación existe una emoción que comienza a predominar y para que esa emoción se mantenga es muy posible que

⁷⁷ En la acupuntura el cosmos es considerado como el espacio donde se despliega el qi, energía vital común a todo lo vivo que adquiere dos movimientos el yin y el yang.

⁷⁸ López, R. S. (2011). Lo corporal y lo psicosomático Aproximaciones y reflexiones VII. P.p. (254). México: CEAPAC.

comience a tomar energía de los siguientes órganos, creando un desequilibrio y mostrando síntomas de ello; el cuerpo enferma. Y en la tercera relación y la más delicada, el cuerpo está en la última etapa de su vida, la muerte es lo que sigue si se llega a esta tercera relación, el desequilibrio dentro del cuerpo y las emociones difícilmente pueden recuperarse. Lo importante de conocer estas relaciones es saber que órgano es el que está robando la energía y a quien para poder reestablecer el equilibrio, se trata de saber lo que necesita el cuerpo para poder regresar al orden, reconocer los síntomas, hacer un diagnóstico y comenzar con el tratamiento. La teoría de los 5 elementos nos explica cómo es que se relaciona cada parte de nuestro cuerpo, con las emociones, pero no sólo con ellas si no con cada elemento del cosmos. Es una explicación para saber cómo se construye un cuerpo y cómo se expresa a través de diferentes síntomas. El qi⁷⁹ entonces nos permite comprender la calidad de vida de una persona y la predisposición para enfermarse a partir de un estilo de vida. La teoría de los 5 elementos nos permite ver que ruta siguió la emoción, donde se encuentra y que se puede hacer para moverla del sitio donde se instaló⁸⁰. Todo esto con la intención de conservar o restaurar el equilibrio corporal y emocional a través del trabajo corporal que se define de la siguiente manera:

“El trabajo con el cuerpo puede mover la memoria corporal y desbloquear la energía de las personas para restituir la red de cooperación al interior del organismo. El tratamiento de lo psicósomático no es sólo una técnica, implica que el sujeto se haga responsable de su persona y no deje su vida en manos de trabajadores de la salud que también se están muriendo de enfermedades fruto de la pérdida del equilibrio corporal”⁸¹

⁷⁹ Existen dos tipos de qi, el genético, que se refiere al que heredamos de nuestros padres. Y el qi adquirido que podemos adquirir, mediante el sueño, la alimentación, la sexualidad etc.

⁸⁰ López, R. S. (2011). Los Orígenes de lo psicósomático en México. En: Lo corporal y lo psicósomático Aproximaciones y reflexiones VII. P.p. (257). México: CEAPAC.

⁸¹ *Ibíd.* P.p. 260

Esta alternativa nos ofrece la elección cotidiana de un bien vivir o un bien morir, de las personas depende que tan rápido se pueda acelerar un proceso de enfermedad o detenerlo. La práctica cotidiana nos dirá si el proyecto de muerte o de vida es el que alimentan las personas, en cada decisión que se toma respecto a su vida y la de otros.

Una alternativa desde esta postura nos habla de un proceso de curación donde es importante conocer qué medidas emprende la persona para sanar o continuar en el estado de desequilibrio emocional y energético que tiene, no hablamos de que el cuerpo parezca bello, si no que en el interior se encuentre sano.⁸²

“Las emociones son inherentes a los órganos, por eso debemos trabajar con ellas en el cuerpo. Moverlas es el primer paso, hacer que vuelvan a su condición de equilibrio para recuperar la armonía y la salud, restituir o retrasar el proceso complejo de destrucción que ha emprendido lo emocional”⁸³

A pesar de que el cuerpo se enferme es necesario saber que el cuerpo es tan maravilloso que tenemos alternativas en las cuales podemos regresar a ese estado de equilibrio, el mismo cuerpo tiene los mecanismos necesarios para poder curarse y si no están dentro del estándar en el planeta, casi siempre existe una alternativa si hay buena voluntad y disciplina para trabajar.

2.2: Una visión alternativa de la pareja y el amor

Una parte fundamental del proceso de construcción del ser humano, se realiza en los primeros años de vida a través de la familia, sin ahondar en los tipos, es ahí donde las personas encuentran sus primeras experiencias acerca de vivir, las grandes enseñanzas para saber cómo actuar, pensar y sentir en el mundo. Es esto último quizás lo más importante para este tema, de niños se aprende a través de los padres como se es mujer y como se es hombre, pero no sólo eso sino como se

⁸² López, R, S. (2012). La concepción de la vida la psicología y el ejercicio de la práctica psicológica. En: López, R, S. (2012). Formación de estudiantes en psicología. Una propuesta metodológica. (15-24). México: Creativa Impresores).

⁸³ López, R. S. (2011). Lo corporal y lo psicossomático Aproximaciones y reflexiones VII. P.p. (238). México: CEAPAC.

debe comportar cada uno y que lugar les corresponde. Es el primer acercamiento a esto que llamamos amor, un amor que está vinculado sólo a ciertas personas ya que, culturalmente las personas no pueden andar por la vida dando abrazos y besos a cualquier persona, se corre el riesgo de caer en el ridículo y en el peligro. Por lo que el amor en primer término se limita a ciertas personas, a las que les llamamos familia. Igual de importante resulta el amor que es transmitido de padres a hijos, y las manifestaciones de este, un niño será capaz de construir de diferente forma a partir de sus experiencias, por lo que no tendrá el mismo efecto uno padre respetuoso y amoroso que no tiene miedo de demostrar su amor a través de una caricia o de un abrazo, que un padre que refleja la hostilidad, la agresividad y los golpes como único recurso para enseñarle a su hijo que es amado.

“Mi madre era cariñosa con fuerza, nos decía “ándale cabrón” y nos daba una palmadita en la espalda esos eran sus cariños, sus muestras de afecto, su amor por sus hijos y cuando me lo hacía, me sentía en las nubes. Algo en mi interior me decía que me quería a su manera...”⁸⁴

Habría que entender que los padres le dan a los hijos lo que pueden y lo que tienen, de acuerdo también a una cadena que es muy posible que vaya repitiéndose, sin embargo, no podemos minimizar el efecto que hay a nivel de una carencia en la infancia que a medida que pasa el tiempo y ya en la vida adulta se agudiza.

“Si por maldad o por otras circunstancias el primer lazo entre niño y progenitor es negativo, las repercusiones psicológicas son profundas. Una persona así puede terminar teniendo relaciones maritales conflictivas, desarreglos de personalidad, neurosis o dificultades en su papel de padre. Un niño que siente un amor frustrado pasa el resto de su vida buscando una relación segura y un corazón absolutamente amoroso algo que por su condición de persona le corresponde. Como adulto, al faltarle las experiencias que pueden llevar a una relación de esta clase, juzga a las personas muy críticamente, no confía en nadie, y se convierte en un exiliado, en un solitario. Un niño inseguro o rechazado o privado

⁸⁴ López, R, S. (2011). Una carencia afectiva. (Pp. 17) Estados Unidos de América: Palibrio.

de afecto, se angustia, se vuelve obsesivamente dependiente y no aprovecha las oportunidades⁸⁵.

De ésta manera la familia resulta un factor indispensable donde se aprende del amor y de lo que es una pareja. Es decir del rol que cada uno debe tener dentro de la relación ya que se crece viendo como es la relación de pareja entre los padres y es así como se va forjando un estilo al amar, de ésta forma;

“El amor constituye la forma de construir paradigma, de inspiración, de crecimiento, sin embargo, también es una forma de aprehender a otro ser humano, de llenar nuestro sentimiento de soledad, de igual forma es la manera disfrazada de “joder” al otro de una forma culturalmente aceptada.”⁸⁶

Habría que considerar los motivos por los que, en algún momento las personas deciden tener una pareja, que situaciones son las que nos llevan a considerar que es momento de compartir la vida con alguien y desde donde lo deciden. Es muy común que sea a partir de buscar ser a través del otro, escuchar una palabra dulce, sentir una mano cálida, todo un mundo nuevo de experiencias corporales, y sobre todo la posibilidad de no estar consigo mismos, si están ocupados buscando al otro. Un ser humano casi siempre elige a partir del vacío, de unir ese sentimiento de frustración, de soledad, de estar incompleto buscando en el otro esa otra mitad que necesitan y que creen que los hará feliz, cosa que ciega a las personas cuando sus reclamos y caprichos no se ven cubiertos por otro que está esperando lo mismo que ellos y se sumen entonces en más frustración y resentimiento. Es entonces posible, que la construcción de lo que vio a través de sus padres, de las novelas, y las películas lo haya engañado y le haya prometido algo que en la vida cotidiana no es real.

Como ya lo habíamos mencionado una persona puede unirse con otra a partir de un vacío, de sentir que hay algo que le falta y que esa persona puede cubrir, son esas ganas de sentir que es parte de algo y en ese momento no importa quién sea

⁸⁵ Ackerman, (2000). En: González, C, K. (2005). El Amor: Una construcción Cotidiana. P.p. 177.

⁸⁶ Ezquivel, (2002). En: González, C, K. (2005). El Amor: Una construcción Cotidiana. P.p. 231.

sólo está su carencia que se une con la del otro y entonces son dos personas solas que no llenan nada sólo hacen la soledad más grande. Las personas no siempre buscan al amor de su vida, la carencia está más en el fondo que eso, a veces es un padre que no los abandono de pequeño, o una madre que tuvo que trabajar o cuidar a muchos hijos, o un ser querido que falleció, siempre es más fácil buscar en otro que aceptar y darle la vuelta a la hoja.

“Usted debe ser mi hijo, ¿puede ser mi hijo cultural don Mariano? No lo pensé ni un segundo, era la respuesta que tenía en la boca: dije “Si, ¿podría ser mi madre que no tengo en México?, nos ayudaremos como dos seres desvalidos por la pena. Nos daremos afecto sin medida y platicaremos como madre e hijo. La abrace con fuerza y ella sintió paz en su corazón. Me miró, con sus ojos color miel y se sonrió.”⁸⁷

Puede que no siempre sea tan claro el proceso, que la mirada se cegó tanto que la persona de verdad crea que el otro es el adecuado, el que los va a salvar de su situación sea cual sea, no contemplan la magnitud de las decisiones que se toman incluso pueden caer en el conformismo de pensar que pudiera no haber algo mejor para ellos afuera, a veces lo saben y sin embargo no hacen nada para cambiar su situación. El crecimiento está en las prácticas de cada día en lo que se hace en el sólo por hoy y claro en lo que no se hace. A veces es demasiada la necesidad de conmisarse un poco esperando que alguien vaya a decirles que hacer o cómo hacerlo. A veces es el orgullo que les hace pensar que en cuando quieran podrán hacerlo. Al final los dos sirven de pretexto para no hacer lo que se tiene que hacer. Y no están contemplando que ese vacío difícilmente se llenara con algo o alguien. Se trata de trabajar con ellos mismos.

“Nos encontrábamos en esa ruta de exploración; pero siempre nos brotaba ese deseo de amor y de compartir con alguien. Los dos teníamos ese vacío que era de años; pero nos negábamos a resolverlo”⁸⁸

⁸⁷ López, R, S. (2011). Una carencia afectiva. (Pp. 44) Estados Unidos de América: Palibrio.

⁸⁸ *Ibíd.* P.p. 57

En las personas pueden estar esas ganas de no hacer nada, ni por ellos mismos sólo esperando que las cosas les lleguen y se acomoden de una manera mágica y mística, sin la necesidad de moverse sólo esperando. Después les viene el resentimiento creyendo que la vida no es justa, ni buena y otra vez el vacío se apoderará y les impide accionar.

“Era justo la edad donde construí el vacío de no tener nada en mi cuerpo, nada en mi vida; tuve que ir a mi persona y buscar en ella, en el cuerpo, en mi espíritu”⁸⁹

Una cultura donde se espera que las respuestas lleguen por sí solas y donde no existe la disciplina puede construir diferentes cosas entre ellas la desesperanza de creer que lo que tienen es lo que nos tocó y que no pueden cambiarlo, que son incapaces de generar alternativas a sus situaciones, en este caso a lo que llamamos amor.

“Un ser humano puede hacer lo que quiera con su cuerpo, siempre y cuando se discipline”⁹⁰

El camino del esfuerzo no siempre resulta atractivo hay aprender a vencer los deseos aun cuando las personas creen que la vida con ellos es más placentera, se trata de vencerse a ellos mismos, siempre hay una parte que no desea dejar de hacer lo mismo, que se resiste a dejar los vicios y las actitudes que generan algo de poder sobre el otro, es ese egoísmo que no vive ni deja vivir.

Una carencia afectiva como lo hemos visto es una manera de unirse con otra persona y creer que lo ama intensamente, aunque no siempre resulta así. Los deseos también tienen su parte en esta historia, ese deseo que en un principio los hace ver a la otra persona como un ser que no es de este mundo, todas sus características les parecen virtudes y no logran ver la realidad, y no necesariamente significa que no sea lo que vieron sino que un ser humano inevitablemente no se escapa de los defectos y de las cosas con las que no se está de acuerdo. En algún momento esas cosas que los enamoraron, son las que los comienzan a molestar en

⁸⁹ *Ibíd.* P.p. 99

⁹⁰ *Ibíd.* P.p. 117

la relación, el ego siempre pide algo más y mientras más le demos más necesita, las personas generalmente no son capaces de aceptar quien es el otro y construir con él, siempre esta esa idea en la cabeza de poseer algo más.

“Debes saber que lo he dejado de amar. Ese hombre no me gusta ya, creo que nunca me ha gustado. Yo necesito un hombre que tenga pasión por el amor, no uno que se esté quejando y al que tenga que cuidar como un bebé”⁹¹

Budha descubrió que el origen del dolor y del sufrimiento de las personas está en el deseo y en los apegos, las personas sufren por no tener, por tener y estos deseos nacen de la idea de que se podría estar mejor, que si tienen eso que creen que les falta entonces serán más feliz y vivirán mejor aunque nunca llegan a la satisfacción plena⁹²

“Tengo un amante que me hace el amor nunca me había sentido así. Con Gerónimo no hago el amor desde hace cuatro años, tengo asco de su cuerpo; no puedo aguantar más”⁹³

Un deseo desbordado los puede llevar a hacer cosas que en otro momento no hubieran hecho, tomar una decisión sin pensar en el daño que pueden a hacer al otro, el respeto por la vida se impregna en cada ámbito de nuestras acciones y pensamientos. Y como esa decisión puede afectar a la persona y a las que la rodean, es imposible pensar que lo que esa persona hace sólo la afecta a ella misma. Alterar el orden de universo siempre tiene una consecuencia y no siempre están dispuestas a pagar, aunque las facturas siempre llegan.

Siempre es más fácil echarle la culpa al otro de nuestro mal estar, ocultar y evadir su responsabilidad⁹⁴. El asunto de la pareja no sólo concierne a dos personas si no que es muy probable que trascienda a las personas que están en torno a ellas,

⁹¹ López, R, S. (2005). Sin corazón en casa. P.p .16. México: CEAPAC.

⁹² López, R. S. (2006). Órganos emociones y vida cotidiana (P.p. 36). México: Los Reyes

⁹³ López, R, S. (2005). Sin corazón en casa. (P.p. 19). México: CEAPAC.

⁹⁴ *Ibíd.* P.p. 39.

como ya lo habíamos mencionado anteriormente los padres resultan el ejemplo de los hijos en como aprenden a amar.

“Las niñas volvieron a escuchar las discusiones y las agresiones verbales, se hicieron sordas, le subían a la televisión o les pedían que guardaran silencio. Les iba peor, su madre las regañaba y las mandaba de vuelta a la sala. Fue cuando el miedo se instaló en sus cuerpos”⁹⁵

Es tan sorprendente como las personas pueden influir en las emociones de alguien más, no siempre es intencional pero es real. Cada palabra, cada gesto, cada acción puede atravesar las emociones de otro y marcar su vida. A veces no logran verlo pero muchas otras saben que tienen esa especie de placer malvado que puede hacer que el otro se someta a su voluntad, el deseo de poseer es más grande que la conciencia de saber el dolor que le provocan al otro, es difícil detenerse cuando el ego está contento y se justifica pensando que es lo que el otro se merece. Y por otro lado está el deseo del otro de aferrarse a lo que queda, una migaja de amor, una ilusión de creer que aún hay algo que se puede rescatar y seguir adelante, pero es cierto es el deseo o la ilusión o la comodidad o la apariencia disfrazada de perdón.

“A la distancia, le he dicho: “¿Por qué no la dejaste ir?” Sólo me ve y leo el mensaje de la necesidad de un ser a quien amar, sin importar lo que otro nos dé. Dejó salir un suspiro...Así hubiera sido, le digo, como exhalar algo que ya nos dio lo que tenía, pero no la vida. La vida comenzó a irse poco a poco y él no sólo comenzó a luchar con los sentimientos, también lo hizo en el cuerpo, lo mutiló hasta el cansancio para llamarla, pero ya no se pudo”.⁹⁶

Una relación que no es sana tiene la posibilidad de llevarse nuestra salud en el camino, el resultado es un espíritu oprimido y un cuerpo enfermo.

⁹⁵ *Ibíd.* P.p. 85.

⁹⁶ *Ibíd.* P.p. 96.

“Siempre hay que buscar el camino de en medio de las cosas; el equilibrio entre vivir y el apego a las ideas o sensaciones sólo da pauta para construir ilusiones sin tener trabajo”⁹⁷

La propuesta es esa posibilidad que tienen las personas de liberarse de sus apegos y deseos, para poder encontrar la manera de vivir en este mundo no viviendo necesariamente lo que les enseñaron, hay mucho trabajo en querer regresar a ellos mismos, y encontrar lo que realmente quieren en la vida, es verdad que la necesidad también se presenta pero, el trabajo personal es lo único que diferencia a unas personas de otras. Se tiene la idea de poseer sin ninguna medida, inclusive si hablamos de personas que se toman, que se poseen a las personas, las creen suyas y cuando se van, llega el dolor y la infelicidad, porque eso que creían que los hacía felices ya no está.

2.2.1 El Arte de ser mujer

Desde la perspectiva y el trabajo de López Ramos, se considera a la mujer como un ser excepcional, por el hecho de que tiene la condición para poder dar vida, lo que conlleva una responsabilidad en ello, el arte de ser mujer desde este punto de vista está fuera de las normas sociales que parecen gobernar hoy en día, es decir, una mujer que se maquille, se peine que vista de una manera específica, es decir que su exterior parezca bello. El arte de ser mujer entonces, es más que eso, se trata de la manera en la que vive, los reclamos en que está inmersa, el odio, el sufrimiento, la melancolía, el miedo y cada una de esas emociones y sentimientos la alejan de un interior armonioso.

“Cuando nosotros decimos que hay que buscar el arte de ser mujer, nosotros buscamos primero, que no tenga ningún conflicto con mamá y con papá, que agradezca que lo parieron con todas las broncas, con una casa rica con una casa pobre, en un hospital del ISSSTE, en uno del seguro, donde sea nos parieron, entonces ese es un acto maravilloso porque nos pario una mujer y debemos tener gratitud y si uno tiene

⁹⁷ López, R. S. (2006). Órganos emociones y vida cotidiana. (P.p. 37) México: Los Reyes.

gratitud el interior del cuerpo se acomoda, porque la gratitud implica un principio básico de reconocimiento del origen”⁹⁸

Por el contrario, una mujer que aún pelea con sus padres, que está atorada en los resentimientos, difícilmente puede alcanzar este interior armonioso es cuando ese reclamo, se vuelve un síntoma en el cuerpo, un quiste o un mioma que esta aunado a un problema con los hombres, pero más con las mujeres.

“Este arte implica buscar la perfección en la vida cotidiana”⁹⁹

Esto significa hacer sublime cada acto, sin pensar en un beneficio personal, en si le corresponde o no hacerlo, es comenzar a trabajar en base a la cooperación, olvidándose del reconocimiento y el prestigio social, este arte implica un trabajo más profundo y esto a su vez implica un esfuerzo más grande, se trata de salir de la zona de confort donde sólo se hace lo que le corresponde y no un poco más.

El arte también se refiere al conocimiento del cuerpo y a la gratitud que conlleva el darse cuenta de la importancia que tiene, como el único espacio donde pueden construir una vida sana o una muerte rápida. Este reconocimiento además de la gratitud también requiere la responsabilidad de qué hacer con él, es decir, como lo cuida, que come, que ve, como duerme, que enfermedades van acumulando, cuanto lo abandonan.

Por otro lado esta, lo referente a las relaciones de pareja y este deseo de controlar y poseer a otra persona, el objetivo es dominar y controlar al otro. Es un deseo disfrazado de amor, que se manifiesta en el sometimiento de la voluntad y con ello se pierde el arte de ser mujer, porque entonces se somete a lo que le pide el otro y la mujer puede mostrarse celosa y comienza a posesionarse de él no puede soltarlo ni dejarlo comienza la celotipia¹⁰⁰

⁹⁸ López, R, S. (2010). Conferencia El arte de ser mujer. En Grupo Victoria A.C. México.

⁹⁹ *Ibíd.*

¹⁰⁰ *Ibíd.*

“Eso significa que el sujeto se ha perdido en esa condición del camino, lo que genera un conflicto y genera separación en la construcción con el otro no hay armonía”¹⁰¹

Cuando las personas ven al otro como un objeto, entonces le quita una de las cosas máspreciadas que tienen, su libertad. Comienzan a hacer cosas que están alejadas totalmente de este principio de armonía, por ejemplo, los celos, los reclamos, el control, la manipulación etc.

“La celotipia rompe la condición del arte y lo altera y entonces son infelices y no tienen un camino ni un asidero emocional”¹⁰²

Lo que las lleva nuevamente al desequilibrio emocional y corporal. Podemos pensar que el objetivo de aprender el arte de ser mujer sería entonces, aspirar a una vida más larga y saludable con relaciones más armoniosas. Actualmente esto es algo difícil, sin embargo López Ramos, no sólo pretende quedarse en la descripción de la condición actual, si no en lo que una mujer puede hacer para vivir este arte. Este autor explica en primer término que una de las cosas que se tienen que hacer es, comenzar por el respeto hacia ellas mismas y el amor propio que conlleva el cuidado por el cuerpo¹⁰³. Ese cuidado implica hacer conciencia de cómo es la alimentación, de que le meten al cuerpo y que sale de él, por ejemplo, lo que se dice y como se dice, la mujer posee esa destreza de herir y lastimar al otro con pocas palabras, es una cultura donde les han enseñado que la competencia es un principio. López Ramos (2010) difiere en esto y se enfoca más en la cooperación como una posibilidad donde se construye un camino más sano para hombres y mujeres trascendiendo el problema ideológico del sexo¹⁰⁴. La elección entonces es un eje primordial en este asunto de construir, más allá de lo que vivieron, de lo que son hoy en día, siempre está la posibilidad de ver que otras opciones hay, es ahí

¹⁰¹ Ibíd.

¹⁰² Ibíd.

¹⁰³ Ibíd.

¹⁰⁴ Ibíd.

donde el trabajo y la acción cotidiana se vuelve tan importante para decidir que quieren construir.

“Eso que decido ahora, lo cultivo”¹⁰⁵

Ese arte incluye el conocimiento que se tiene de su historia familiar, de lo que ha construido y de quien es. No incluye sólo el conocimiento que tiene, sino lo que hace con él, para poder vencer su condición de una mujer que se abandona corporalmente, que se descalifica, que es insegura y que se deja llevar fácilmente por los deseos, que vive en los reclamos y los odios..

Ahora bien ¿Cómo sabemos que una mujer alcanzó el arte?, un parámetro puede ser, que es lo que esa mujer le dio a la humanidad, en este caso parir una vida que se convierte en algo sublime, es decir, una mujer que alcanza el arte es capaz de criar a una persona valiosa para la humanidad, es una persona que hace trabajo por otros, sin esperar nada¹⁰⁶. Consideramos que el trabajo personal, es entonces, lo único que puede diferenciar a unas personas de otras, si bien no resulta fácil ni cómodo hacerlo, es parte de salir del confort que se nos ha enseñado como cultura, donde sólo se debe hacer el mínimo esfuerzo y esperar las mayores recompensas. El arte de ser mujer, nos enseñaría que hay un camino más donde es posible vivir más sano, donde los reclamos, la celotipia, los resentimientos y demás sentimientos no tendrían que tener un lugar en el cuerpo ni en la vida.

2.2.2 El arte de ser hombre

Una parte fundamental del arte de ser hombre se centra en los deseos y uno de los principales en el hombre, es el deseo por las mujeres y el sexo. Partiendo de la idea que la cultura les ha impuesto a los hombres entorno a que, entre más deseo y mujeres tengan se es más hombre o que ellos siempre tienen que estar dispuestos y disponibles para llevar a cabo una relación sexual, es entonces que ese deseo se cultiva y se construye. Por lo que no es raro ver todas estas actitudes y acciones en los hombres de hoy en día, en torno a la exaltación de un deseo. El arte aquí sería

¹⁰⁵ *Ibíd.*

¹⁰⁶ López, R, S. (2010). Conferencia El arte de ser hombre. En Grupo Victoria A.C. México.

esa capacidad de poder controlar un deseo y que a su vez lo llevaría a un equilibrio, con el objetivo de ser un hombre de bien.

“Un hombre de bien necesita un equilibrio y no necesita dinero, cuando se es un hombre de bien el dinero llega las cosas llegan, porque hay un equilibrio”¹⁰⁷

Un hombre de bien implica lo que se hace por los otros, si hay hijos, hermanos, padres o las personas con las que se trabaja en el día a día. Ese hacer es una constante que se vuelve un estilo de vida, con situaciones que se tienen que resolver. Este arte involucra la adaptación a las circunstancias que se viven tomando en cuenta que los deseos siempre estarán, pero el control y la decisión se vuelven fundamentales para que una persona no se desborde en ellos, si no existe esto, entonces no se alcanza el equilibrio de ser un hombre de bien, porque no hay diferencia entonces, entre un animal y el hombre:

“Cuando hablo de la animalidad estoy diciendo que el equilibrio entre los deseos está perdido en el interior, por ejemplo, el sexo es un primer ejemplo, para poder entender que los hombres han perdido el punto de equilibrio, cuando el sexo les gana, la animalidad está en su vida, la animalidad en el sentido irracional, el deseo pasional gana entonces me creo hombre, no un ser humano, un macho el problema con eso es que se pierde el sentido del equilibrio y la parte femenina se nulifica”¹⁰⁸

Es decir que ese hombre, tendrá serios problemas para ejercer algunas actividades que son más femeninas, como un quehacer doméstico o la preparación de un alimento. Lo que lo lleva a otros problemas con la vida, por ejemplo, la misoginia o el no aceptar su parte femenina y la posibilidad de hacer esas actividades como cualquier otra cosa. El arte de ser hombre implica entonces un equilibrio entre lo femenino y lo masculino. Esto está ligado con el cuidado de la sexualidad pensando en un futuro:

¹⁰⁷ Ibíd.

¹⁰⁸ Ibíd.

“Cuando un hombre sabe que en su vida hay 15 Litros de esperma aproximadamente, el asunto es como los tira como los va perdiendo, porque los va perdiendo entonces, pierde su dentadura, pierde su pelo, pierde sus huesos y pierde su espíritu de lucha y pierde su equilibrio y entonces se hace un remedo de hombre”¹⁰⁹

Es decir, que si alguien cuida su sexualidad es alguien que va a tener una larga vida pero si no, vivirá poco¹¹⁰. Ahora habría que pensar como hacen el amor los hombres y como aman a alguien sintiéndose bien, si es cariñoso, rudo, violento, suave, indiferente, tierno y que buscan, cuál sería su equilibrio ahí y que es lo que construye, un deseo desbordado donde la pareja no le importa o donde se preocupa por saber qué pasa con ella. Si un hombre logra deshacerse del deseo sexual, entonces el amor no sólo se siente por la pareja, se puede extender a la humanidad y el sufrimiento por consiguiente se va con el deseo, no hay ansiedad y puede disfrutarse la relación sexual. El trabajo entonces está en controlar los deseos y por ende los impulsos

“Eso yo lo he hecho meditando o haciendo prácticas de respiración o lo he hecho venciendo un deseo”¹¹¹

Cuando una persona logra controlar eso entra a otro plano; el de la paz interior, el del trabajo con su vida y con su persona. Se trata de alcanzar a ser una persona, que no sea animalesca, que tenga un principio de armonía. Y que pueda vencer sus deseos, el de ser rico, famoso, poderoso etc, de modo que cada que se vence un deseo el interior se fortalece y la visión cambia, son otros ojos con los que se ve a los que lo rodean. Enamorarse de la humanidad es un compromiso con la vida y esto es algo que se puede alcanzar sólo cuando existe trabajo personal se puede hacer algo por los otros y no esperar nada a cambio.

¹⁰⁹ Ibíd.

¹¹⁰ Ibíd.

¹¹¹ Ibíd.

“El arte de ser una persona que se articula con un proyecto de vida, es por la vida de los otros”¹¹²

Ahora si lo llevamos a algo más profundo aún, hay que considerar que se hace con ese arte, sea el de la mujer o el hombre, que acciones de las personas llevan a otras a alcanzar ese estado de conciencia y de trabajo interior y que se puede hacer por el otro que se le puede dar para despertar de su condición cultural y familiar.

2.4. Memoria familiar

Desde esta propuesta, la familia toma un papel primordial a la hora de entender cómo se construye un individuo. Cómo es una persona hoy en día, tiene una relación tanto con su historia personal, su crecimiento, sus vivencias y experiencias que ha acumulado a lo largo de su vida, como con la historia de sus antepasados, quienes eran a que se dedicaban, cómo vivían y de que murieron.

“Los seres humanos son el fruto de su tiempo, de su padre, de su madre, del barrio donde nacieron, de la escuela a la que asistieron...son fruto de la idea de Dios”¹¹³

Las personas son un conjunto de todo lo que se les dio en su niñez y lo que les tocó vivir de tal manera que se menciona que la historia de la familia permite construir una memoria en el cuerpo, donde una de las emociones puede ser la dominante¹¹⁴. Esto quiere decir que hay cadenas donde se repiten los mismos padecimientos, las mismas maneras de reaccionar, ante las situaciones que la vida presenta, puede haber familias donde el enojo, la tristeza o el miedo sea la forma como se resuelven estas situaciones. Lo importante de esta idea es saber y conocer cuál es esa historia que está atrás de una persona, para saber cómo se ha construido.

Las historias y los destinos pueden repetirse durante varias generaciones de familias, es decir, que existe una manera en la que las personas son fieles a sus padres, abuelos y antepasados, es como una tradición familiar repetir estás

¹¹² *Ibíd.*

¹¹³ López, R. S. (2006). *Órganos emociones y vida cotidiana*. P.p. 40. México: Los Reyes

¹¹⁴ López, R, S. (2006). *El cuerpo humano y sus vericuetos*. P.p. 9. México: Miguel Ángel Porrúa.

historias, de tal forma que un estilo de vida de una madre puede repetirse en la hija, es una lealtad la manera en la que los hijos repiten algunos aspectos de la vida de los padres¹¹⁵. Esta autora explica que no es una decisión o una maldición repetir los patrones simplemente son tareas incompletas cosas que en nuestros ancestros quedaron inconclusas algo que falta resolver. Sin embargo también explica que para evitar la repetición primero es necesario hacer conciencia de la condición que puede repetirse:

“Visualizar la historia de la familia de un vistazo, sobre siete generaciones, es decir colocarla de nuevo dentro de su “árbol genealógico”, dentro de sus contextos psico-político-económico-históricos en una centena de años y bruscamente tomar conciencia de la repetición, eso puede a veces ser suficiente para crear una emoción bastante fuerte para liberar al enfermo del peso de sus fidelidades familiares inconscientes”¹¹⁶

Es importante reconocer que el hecho de hacer conciencia no sólo implica ver las cadenas familiares, si no que a partir de ese vistazo, la persona tome una decisión frente a la vida, es poder tomar acción, que su mirada cambie a tal grado que se refleje en sus acciones y entonces decidir que hay que cambiar y cultivar.

Campos (2011) coincide con estos autores en que la figura de los ancestros, no es algo que se quede en el pasado, si no que se prolonga hasta el presente, por lo que, lo común se hace normal ya que es la manera en la que las personas observaron que vivieron sus padres¹¹⁷. El caso de la violencia en la pareja puede ser muy ilustrativo, ya que encontramos familias donde ese patrón es muy común que se vaya repitiendo generación tras generación, la violencia entonces, se vuelve la forma en que los hijos aprenden que se debe llevar un matrimonio y es la manera

¹¹⁵ Schützenberger, A, A. Citado. En: Earsel, Y. y Maillard, C. (2004). Traducción; Vega, O. Me pesan mis ancestros. La psicogenealogía hoy. P.p. 27. México: CEAPAC.

¹¹⁶ *Ibíd.* P. p. 42

¹¹⁷ Campos, G, J, E. (2011). El problema epistemológico de lo corporal Dos Propuestas explicativas del cuerpo humano. P.p. 249. México: CEAPAC.

en la que se debe de amar por ello la importancia de conocer quienes fueron y que hicieron mis ancestros.

“Un sujeto que no conoce su memoria familiar y social no puede ver más allá de los estilos de vida que se cultivan en su casa, aunque se le permita quejarse y sienta que no encaja en ellos; él no puede dirigir su mirada hacia sus pies y mirar donde está parado, no puede ubicarse y liberarse del tiempo y espacio que le ha tocado vivir, no porque no quiera sino porque no puede hacerlo, está atrapado en lo que se dice es la realidad. Así se crece y se comparte la vida, dormido y perdido, se carga con lo inconcluso, las frustraciones, los deseos no cumplidos y se exaltan las emociones”¹¹⁸

Por eso es que la familia es tan importante para el desarrollo de la persona, ya que es ahí donde ella se nutre, crece, aprende a amar, se emociona, mira a sus padres y abuelos, aprende y vive su vida con las armas que tiene. Los padres se hacen carne en sus hijos, es decir, que son parte de su memoria corporal y por ende se expresan en sus estilos de vida hay una prolongación familiar de las formas de vivir y morir¹¹⁹.

“Los padres son las opciones de una vida que creemos es la única, y eso complica la existencia, porque no vemos opciones para escapar de la herencia familiar; se parece al papá, a la mamá, al abuelo, a la abuela etc. No somos nosotros. Es indudable, nuestro cuerpo se llena de deseos y apegos porque se establecen vínculos afectivos entre los sujetos que integran un grupo social; el sujeto se ubica en un tiempo o espacio vivencial, es su lugar y tiempo, desde ahí mira lo que le ha tocado vivir; puede gustarle o no pero lo asume”¹²⁰

Esto afirma la idea de que cuando una cadena se repite, y no se es consciente de ello, las opciones para vivir se reducen a lo que las personas conocen. Lo

¹¹⁸ *Ibíd.* P.p. 350

¹¹⁹ *Ibíd.* P.p. 351

¹²⁰ *Ibíd.* P.p. 352-353

importante de este trabajo radica en que la condición humana está constantemente en un estado de confort donde lo conocido es lo más viable, los cambios parecen aterradores e imposibles. Echar un vistazo hacia los ancestros requiere la disposición de saber que no será sencillo, pero que existen posibilidades en la que no se tienen que repetir cadenas familiares. Es aquí donde el trabajo personal toma un papel primordial, donde la crisis no necesariamente tiene que ser vista como un problema, sino como una oportunidad de crecimiento emocional y espiritual lo cual implica hacer algo que la persona no había hecho antes y asumir las consecuencias de lo que ha venido haciendo.

La toma de conciencia es sólo un primer paso, y el segundo sería lo que esta autora denomina trabajo afectivo que es:

“Poner al día sus resentimientos y sus odios, aprender a amarse, poner distancia con sus padres diciéndose que ellos han hecho lo que han podido, decirnos que no vamos a sufrir toda nuestra vida y tomar responsabilidad”¹²¹

Esa responsabilidad implica lo que las personas hacen con su vida para después pensar si pueden hacer algo con la de otros. Esta propuesta está totalmente enfocada hacia el trabajo al interior, eso implica ver de dónde vengo, que he construido, y decidir si eso es lo que quiero o no. Si bien no es fácil enfrentarse a uno mismo lo que queremos es explicar que si existen otras formas de vivir pero hay que decidir.

Quizás podría parecer que el tema de este trabajo no está relacionado con este último capítulo del todo, sin embargo esta visión nos brinda la posibilidad de saber que en la vida podemos elegir, es cierto que las personas pueden elegir sus deseos, que una emoción los domine, que una cadena se repita, que un amor que no es sano perdure, sin embargo también es cierto que cada elección conlleva una consecuencia. En este sentido la intención de este capítulo es explicar que se puede vivir de una manera más sana y que si se elige no hacerlo las consecuencias se viven en el cuerpo y en el espíritu. Las generaciones futuras entonces están

¹²¹ Rialland, Ch. Citado. En: Earsel, Y. y Maillard, C. (2004). Traducción; Vega, O. Me pesan mis ancestros. La psicogenealogía hoy. (P.p. 198). México: CEAPAC.

marcadas por eso que no se hizo, que se postergó, que se minimizó en importancia o que se eligió como forma de vivir. Es necesario entonces alguien que rompa con la forma de vida de una familia entera, aunque se le acuse de romper el “bienestar común” es algo que se tiene que realizar, si aspira a ser, un ser sublime.

Metodología

Participantes: Se trabajó con 10 mujeres de entre 26 y 54 años de edad.

Criterios de inclusión:

- ψ Que sean mayores de edad
- ψ Que hayan vivido violencia en una relación de pareja

Criterios de Exclusión:

- ψ Que no hayan tenido relaciones de pareja
- ψ Que no hayan sufrido violencia en la pareja

Lugar de trabajo: Las entrevistas se realizaron dentro de un espacio libre de ruido y distractores, donde principalmente las participantes se sientan cómodas para poder hablar.

Materiales: Se utilizaron principalmente, las guías para las historias de vida, una grabadora de voz, pluma, sillas y papel de baño.

Procedimiento:

Etapas Iniciales: En esta etapa se realizará la selección de participantes de acuerdo a los criterios antes expuestos, además de explicarles claramente los objetivos de la investigación y el uso que se le dará a la información así como su confidencialidad. También se les pidió su autorización para poder grabar sus entrevistas para después transcribirlas.

Fase de entrevistas: En esta fase principalmente se realizaron las entrevistas, durante 2 o 3 sesiones de una hora y media cada una de acuerdo a la participante.

Fase de registro y transcripción: En esta etapa se hizo la transcripción de las historias de vida.

Análisis de las historias de vida: En esta etapa se realizó el análisis de la información que se recabó en las entrevistas convirtiendo los datos, en 12 categorías que posteriormente se analizaron.

Plan de recolección de datos: Historias de vida.

Es un relato autobiográfico, obtenido por el investigador, mediante entrevistas sucesivas, en las que el objetivo es mostrar el testimonio subjetivo de una persona

en la que se recojan tanto los acontecimientos como las valoraciones que dicha persona hace de su propia existencia.

Tipo de Investigación: Cualitativa

El proceso cualitativo es “un espiral o circular”, las etapas a realizar interactúan entre sí y no siguen una secuencia rigurosa. El proceso cualitativo también se guía por áreas o temas significativos e investigación, sin embargo, en lugar de que la claridad sobre las preguntas de investigación e hipótesis preceda a la recolección y el análisis de los datos, los estudios cualitativos pueden desarrollar preguntas e hipótesis antes, durante o después de la recolección y el análisis de datos. Los enfoques cualitativos no siguen un proceso claramente definido, sus planteamientos no son tan específicos como en el enfoque cuantitativo. El proceso cualitativo se centra más en descubrir, explorar, y luego en perspectivas teóricas. Van de lo particular a lo general. En la mayoría de los procesos cualitativos no se prueban hipótesis, estas se generan durante el proceso y van refinándose conforme se recolectan los datos o son más resultado de un estudio.

Este enfoque se basa en la recolección de datos no estandarizados, no se efectúa por medición numérica, por lo tanto no hay análisis estadístico. La recolección consiste en obtener las perspectivas y puntos de vista de los participantes (sus emociones, experiencias, significados y aspectos subjetivos), por lo que sus principales métodos de recolección de datos son: la observación no estructurada, entrevistas abiertas, revisión de documentos, discusión en grupo, evaluación de experiencias personales, registros de historias de vida, etc.

Tipos de muestreo: No probabilístico

De acuerdo a Hernández, Fernández y Baptista¹²² la muestra no probabilística no depende de la probabilidad, sino de causas relacionadas con las características de la investigación. Aquí el procedimiento no es mecánico, ni con base en las fórmulas de probabilidad, depende del proceso de toma de decisiones de una persona, las muestras relacionadas obedecen a ciertos criterios de investigación.

¹²² Hernández, S, R., Fernández, C, C., Baptista, L, P. (2008). Metodología de la Investigación. (P.p. 241). México: McGraw-Hill.

“Es triste la realidad y más cuando uno descubre que no ha hecho nada por uno mismo teniendo la oportunidad de construir otras formas de sentir”

Aprender a Asombrarse, Indignarse y Enamorarse

III. ANÁLISIS DE LAS HISTORIAS DE VIDA

Dentro de este análisis se hará la descripción de los resultados que se obtuvieron a partir, de las 10 historias de vida que se realizaron a mujeres que en algún momento de su vida se sintieron violentadas por su pareja. De estas historias de vida se obtuvieron 12 categorías que coinciden en las 10 participantes y son las siguientes; Datos demográficos; Alimentación; Enfermedades Familiares; Emociones predominantes; Religión o Espiritualidad; Condiciones Económicas; Relación de pareja de los padres; Relación con los padres; Violencia en la familia; Motivo para casarse; Violencia en la pareja y Trato con los hijos, estas categorías se describirán a continuación junto con algunos fragmentos de las historias más representativas de acuerdo a la categoría.

Categoría: Datos Demográficos

Dentro de la categoría Datos demográficos se puede observar que participaron en este trabajo 10 mujeres que tienen entre 26 y 56 años de edad, al parecer la edad no resulta un factor determinante para que la violencia se presente ya que se encontró en diferentes edades de la vida, sin embargo, si hay una diferencia respecto a la construcción de la violencia, tomando en cuenta que las participantes más grandes, han construido un proceso más largo, que en estas mujeres, ya existe una construcción que trasciende su vida, es decir, que ya se involucran a los hijos y la prolongación de la violencia. Mientras que las mujeres más jóvenes que aún no son madres no concretan esta situación, ésta diferencia es sólo en el aspecto de los hijos y en el caso de algunas enfermedades.

Otro aspecto es el grado de estudios que presentan las participantes, se encontró que la mayoría de ellas tienen un nivel muy bajo de estudios, 2 de las participantes no tuvieron la posibilidad de estudiar y una de ellas no sabe escribir ni leer. Mientras que 5 participantes estudiaron hasta la secundaria pero no lograron

concluir sus estudios. Y por último las 3 participantes restantes tienen un nivel de estudios Superior, así que, lograron concluir una carrera universitaria. En cuanto al estado civil, 4 de las 10 mujeres son casadas, 4 son separadas o divorciadas y 2 son solteras. Y 8 de las participantes tienen hijos. Otro aspecto que se encontró relevante es que 4 participantes identificaron tener una adicción, como lo es el alcohol o las drogas. Para finalizar esta categoría, en el aspecto del trabajo; 2 participantes se dedican a trabajar como empleadas domésticas, 2 son comerciantes específicamente se dedican al negocio de la comida, 3 participantes ejercen su carrera profesional, 2 se dedican al hogar y son mantenidas por sus parejas y 1 de ellas no tiene un trabajo formal por lo que aprovecha cualquier trabajo ocasional que se presente.

Categoría: Alimentación

Dentro de las historias de vida se encontró que la alimentación resulta un tema fundamental casi en todas las participantes. La alimentación es uno de los aspectos más importantes para la vida, ya que es una de las fuentes de las cuales las personas pueden tomar energía y mantener la vida, así como la salud física, emocional y espiritual. Es entonces cuando entendemos la importancia de lo que se comen y toman, como una forma en la que van construyéndose como personas. Una alimentación deficiente o inadecuada puede producir diferentes procesos en el cuerpo, como la desnutrición o la obesidad por mencionar algunos, ya que los alimentos proporcionan el oxígeno necesario para una adecuada circulación en la sangre que al final repercutirá en el estado de cada órgano del cuerpo. La falta o el exceso de ciertos alimentos pueden llevar a construir cuerpos que no son los más sanos y crea procesos donde se puede llegar a depender de ciertos sabores y olores, las personas se acostumbran a ciertas comidas y rechazan otras tantas también, es importante pensar que hay una exaltación de los sabores como una costumbre cultural, ya que se pretende que en las comidas haya una exageración de cualquiera de los sabores, puede ser mucha sal, azúcar o picante, exaltando el sabor cada vez más. Por ello es importante conocer como dentro de la historia de vida, la persona se ha alimentado, que relaciones ha creado con la comida y que significado le dan, tomando en cuenta que la alimentación está vinculada con la vida

y con la energía que el cuerpo puede o no tener, para realizar ciertas actividades. De tal manera, que la alimentación se convierte en un fragmento del estilo de vida que puede favorecer ciertas enfermedades o que puede construir un cuerpo sano.

Ahora sería importante saber socialmente cual es la importancia de la alimentación, ya que desde la infancia se le enseña a la persona que es uno de los hábitos que más se deben de cuidar, sin embargo, la información que existe referente a ello es nula e inadecuada, ya que la mercadotecnia y el capitalismo son los que se encargan de dar a conocer cuáles son los ideales de una vida sana, donde todos los alimentos deberían de comerse, carnes, frutas, verduras, cereales, y agua. Sin embargo no les dice primero, cómo es que fueron sembrados o procesados esos alimentos, de tal forma que mantener una distancia prudente de ese proceso con la comida es bueno, porque no se cuestiona su procedencia, lo que los lleva a desconocerlos y sólo a tomar en cuenta lo que existe en la televisión y a veces el internet. Otro aspecto sería la idea de poder comer un poco de todos los alimentos la diversidad entonces es el ideal social, además de contemplar las colaciones entre cada comida y su adecuada proporción y variedad. Otro ideal interesante es el asunto de lo que se debe tomar, en este caso agua simple, entre 2 y 3 litros al día que es lo que dicen que el cuerpo necesita, además de la leche pareciera un elemento que no puede faltar en la dieta de una persona y los derivados de está como lo son el queso, el yogurt y la crema ya que piensan que son la principal fuente de calcio para las personas y de ellos depende nuestro crecimiento en la infancia lo cual no es real. Uno de los ideales más interesantes en la infancia es ¿Qué es lo que hace una familia cuando come? Socialmente, la comida representa la unión de la familia y la alegría de poder convivir con los miembros de ella mientras se come, lo interesante sería saber si estos ideales son reales en las familias y como es la dinámica cuando se reúnen a la mesa comparando si lo que viven es ese ambiente ameno y feliz que se inculca socialmente.

Ya en la familia cada una de ellas le da cierto significado y rutina a la comida. Es aquí donde se vive la realidad entre los ideales sociales y el diario vivir. Existe una idea poco clara de lo que se debe de hacer, de cómo hay que alimentarse, que

choca con la realidad de los salarios, la cantidad de hijos, o el tiempo que se le designa a la preparación de un alimento, en la familia difícilmente hay tanta variedad de la comida y hay poco conocimiento de cómo se deben de preparar para que no pierdan los nutrientes que tienen. Una familia en la realidad hace más esfuerzos por dar algo que comer a los hijos, eso se convierte en una prioridad, que haya que comer, no que sea lo mejor para el cuerpo. Lo que deteriora la calidad de la comida y si es barato no se cuestiona de donde vino, lo que lleva a diferentes procesos en el cuerpo, ya que si tomamos en cuenta que de ahí proviene una parte de la energía que requiere el cuerpo, entonces ésta energía es insuficiente para mantenerse sanos, en movimiento, y vivos. Entonces las prioridades cambian y lo importante es sobrevivir.

Individualmente cada persona va construyendo sus vínculos con la comida y por ende con la vida, es donde las 10 participantes nos hablan de su experiencia personal en torno a la alimentación y que en general muestra que tuvieron muchas carencias al respecto, ya que no había dinero para poder alimentarse de la mejor manera. Por ejemplo, en el caso de “La Iracunda” es muy representativo que económicamente hablando no siempre existen los recursos para poder comer, ya no se hable de abundancia o de diversidad si no del simple hecho de tener que comer.

“...También sería que no había comida en casa y cuando había yo quería comer y cuando yo reaccionaba yo veía la cazuela vacía yo me enojaba mucho y le decía a mi mamá: “Yo no alcance, ¿Por qué yo no voy a comer? Y me acuerdo que mi mamá me dijo “pues por pendeja estás viendo que todos están agarrando” pero esa era su única frase pero no vio por darnos equitativamente a tantos también yo me quede con eso”

En este caso particular entonces la hora de la comida se convierte en la lucha para sobrevivir, ya que hay que estar atentos y al pendiente de cuando hay comida para poder alcanzar y comer.

“Pues en mi casa éramos 12 hermanos y no había comida porque mi papá no trabajaba era muy huevon, entonces mi mamá prefería que

las mujeres trabajaran que los hombres, mujeres éramos 6 y hombres eran 4 entonces yo era niña y yo haga de cuenta que no sabía de zapatos desde los desde que me acuerdo hasta los 12 años entonces yo siempre en la casa mi mamá les daba de comer a mis hermanos por decir si compraba carne le daba carne a ellos, a mis hermanas les daba frijoles con queso y a mí me daba frijoles con un chile en vinagre eso yo comía diario, diario, diario en la mañana a mis hermanos a todos les daba leche o café con leche, a mí me daba te de hojitas de limón o naranjo y un pan”

En el caso de “La chingona” es un caso donde también podemos ver cómo es que se tiene que sobrevivir dentro de la familia para poder comer, aunque aquí la lucha se da entre el género donde la preferencia para el hombre de la casa es más clara y también representa un ejemplo donde en la vida diaria se come lo que se tiene aunque tenga que repetirse todos los días durante un tiempo de la vida en este caso durante la infancia. Es por ello que consideramos que la carencia de algunos alimentos puede producir ciertos efectos en el cuerpo como la falta de nutrientes que a largo plazo producen un cuerpo enfermo que imposibilita a la persona de tomar ciertas decisiones ya que no es tan fácil pensar y actuar cuando hay hambre.

“Por lo común de niña siempre era huevo porque de hecho mi papá siempre decía ¡otra vez huevo pues van a parecer pinches huevones, por eso están de huevones! entonces para lo que alcanzaba siempre era para huevo es lo que más recuerdo el huevo y cuando había dinero más o menos era la sopita y huevo con algo huevo con jamón, con salchicha, con ejotes, con papas, eran las miles de variedades con huevo entonces uno se acostumbró a eso cuando de plano no había dinero, eran como las tortillas nosotros le llamábamos doritos con huevo, eran las tortillas doradas con huevo pero en realidad lo que recuerdo más era el huevo”

En el caso de “la sufrida”, como ella misma lo menciona se acostumbra a cierto tipo de comida, el ideal de la sociedad se pierde cuando se enfrenta con la realidad de lo que comieron las participantes, ya que por lo regular se encontró que hay una repetición en las comidas que ellas consumían, no había este ideal de comer un

poco de cada grupo de alimentos, ya que había que sobrevivir con lo que había en casa, si no es que tenían que salir a buscarlo fuera de ella.

“No tener muchas veces para comer, tener que salir a pedir regalado, cuando mi hermana tenía hambre, a la vuelta de la casa hay un hospitalito de paga y recuerdo que íbamos e iba yo a decirles que si me regalaban un bote de leche para mi hermana recuerdo perfectamente que me daban la NAN esa era la leche que me regalaban y muchas veces tuve en frente de mi casa, ahí hay un convento de monjas y en la esquina está otro y muchas veces iba y les decía a las maestras que si no me regalaban un pan y una vez me quedé tan sorprendida, porque me regalaron un pastel y no sé si de ahí viene mi odio por el pastel, a mí no me gusta el pastel, de hecho cuando en mi cumpleaños me hacen flan o gelatina porque saben que no me gusta el pastel...Me recordaba mi miseria, mi pobreza mi falta de no tener dinero para comer muchas veces tener que llegar hasta a robar para tener dinero para comer”

En el caso de “La celosa” además del hecho de no tener que comer, comienza a mezclarse otro factor de suma importancia, que es lo emocional, es decir las emociones que se mezclan con la comida y crean recuerdos y vínculos con la comida y por ende con la vida, de tal forma que se comienza a preferir un sabor o a rechazar algún alimento, es donde este ideal de la familia feliz donde comen todos unidos y con alegría comienza a romperse, ya que la comida se une a un hecho doloroso de la vida y una vez más hay que sobrevivir, sin embargo también creemos que hay una elección de por medio, ya que esta participante signa esta vivencia como algo doloroso, pero también pudo elegir hacerlo de modo diferente.

“Pues en realidad de mi niñez recuerdo poco, recuerdo un tiempo que estuve con mi abuela, un tiempo que estuve aquí con una señora que me encargaba mi mamá pero así de mi niñez recuerdo muy pocas cosas, de lo que si me acuerdo a los 5 años fue de un señor del pueblo de mi abuelita que nos hacía cosas íbamos a comprar galletas y así y él nos agarraba y de él si me acuerdo de él lo recuerdo perfectamente cómo iba vestido y que es lo que llevaba de ese señor si me acuerdo muy

bien... no fue violación pero si te violentaba el señor con tocarte y hacer ciertas cosas que cuando yo llegué aquí ya a vivir con ellos bien, pues hay veces que uno como niño piensa que puede ser hasta normal entonces es parte de”

Es muy claro que “La bailadora” vinculó el recuerdo de la comida con el abuso sexual que sufrió en la infancia y que al final también se vincula con la vida y la supervivencia. Comienza a unirse y a normalizarse la violencia que se ve permeado en cada aspecto de la vida de la persona, cuando pareciera normal que esas cosas pasen y que la persona tenga que sobrevivir a ellas o vivirlas como parte de la vida. También puede construirse un aprendizaje donde la persona que te da de comer es alguien que puede hacerte cualquier cosa, en este caso; un abuso sexual.

“¿Por qué hacer de la comida algo amargoso? ¿Por qué pelear? así eras nuestras comidas cuando estábamos chicos pleitos, pleitos...Mi mamá estaba sentada tenía un vestido morado con una corbatita aquí traía su cabello chino toda la cabeza llena de espagueti parece que se enojó mi papá...entonces mi hermano yo creo que vio...que mi papá se estaba peleando con mi mamá y le estaba aventado el espagueti caliente y se metió, mi mamá se sale, se queda mi hermano y mi papá se lo quería moquetear porque pus habrá osado meterse y hablarle mal entonces las cosas de ahí empezaron a ir peor pleitos, pleitos y más pleitos, gritos, regaños”

Y claro que al final la decisión de transmitir esos mismos patrones siempre está en una elección personal, en el caso de “la alegre” sus recuerdos a la hora de la comida están permeados por la violencia que había en casa con sus padres. Es cuando las emociones toman un lugar en la familia, en este caso se genera una dinámica donde la comida es el escenario perfecto para la violencia en la casa.

En este caso específico de la alimentación podemos entender que una parte que el sufrimiento se origina al no poder cumplir este ideal social que se encuentra en las personas, esta idea de la felicidad a la hora de comer, o de la abundancia y la diversidad de los alimentos, es entonces que la realidad es mucho más lejana y dura, de lo que podemos vislumbrar, un deseo puede hacer que uno quiera más de

lo que tiene, pero también es cierto que cuando sólo se vive con lo más básico uno puede condicionar al cuerpo a la miseria y a la comida pobre en nutrientes, ya que no se come lo mejor para el cuerpo si no lo que hay y cuando hay, además del componente emocional que hace que la comida se vuelva algo agradable o motivo de resentimiento, al final se rechaza la vida, ya que es más profundo que el hecho en sí, es como se vincula la persona con esta parte que causa dolor y que no se resuelve con solo recordarlo, entonces encontramos a las personas que no comen cuando se enojan, o que comen en exceso cuando se encuentran tristes, al final todo se convierte en una herramienta que no contribuye al equilibrio corporal y que nos hace entrar también, en un patrón recurrente en este caso la violencia y como ésta se puede conservar generación, tras generación fortaleciéndolo como un patrón que tiene un lugar en la mesa.

Categoría: Enfermedades Familiares

En esta categoría se hace un análisis en torno a las enfermedades que poseen las 10 participantes tomando en cuenta, no sólo las que ellas padecen sino las enfermedades que se presentan en la familia, ésta información nos permite conocer de que se enferma una familia y que lugar tiene dentro de ella. Desde este punto de vista habría que considerar que la salud, en este trabajo se considera un estado de equilibrio, vinculado con el cuerpo, las emociones, la mente y el espíritu de la persona. De modo que si alguno de ellos se encuentra en desequilibrio, se verá reflejado en el estado general de una persona. Lo sublime sería que un ser humano se concentrara en construir cada parte de ella, tratando de darle a cada uno el lugar, el tiempo y el esfuerzo que se merecen.

La salud, socialmente se considera adecuada cuando en ella no existe enfermedad alguna. Además la concepción del cuerpo está ligado con la comparación con una máquina, es decir, que el cuerpo se considera una parte de la persona que está diseñado para explotarlo a su máxima capacidad, restándole importancia a su descanso, alimentación, y salud. Es común ver que las personas sólo visitan un doctor cuando el dolor es muy fuerte y este les impide continuar con sus actividades diarias, además de pensar que las enfermedades son un hecho aislado de la vida, no están vinculadas con nuestro estilo de vida, con nuestras

emociones, actitudes y finalmente con nuestras acciones. Pareciera que la enfermedad es un hecho que se da y que la persona no puede evitar, sólo puede ir y tomar algún medicamento. Esta idea separa la responsabilidad que tienen las personas de decidir cómo quieren estar y como pueden o no morir, ya que piensan que la enfermedad no se construye sólo se presenta un día lo cual es erróneo.

En el caso del núcleo familiar, es muy interesante conocer cómo se vive este proceso ya que la salud, resulta en algunas ocasiones una cuestión donde las posibilidades económicas no son suficientes para brindar una atención oportuna o de calidad. Generalmente no se fomenta este hábito de escuchar y observar nuestro cuerpo y mucho menos se enseña cómo pueden construir una vida sana. Las familias tampoco se preocupan por cultivar un interior sano, si nos referimos al espíritu, esta idea resulta muy alejada de lo que se vive en la sociedad. Además se encuentra el componente emocional, si pensamos que en las familias, es muy común que haya algún miembro que se encuentra enfermo, la dinámica entonces se vuelve diferente, ya que hay que ajustar las expectativas, los cuidados y la rutina, también hay que darle un lugar a la enfermedad y aprender a vivir con ella.

En el caso de las participantes, existen diferentes procesos de enfermedad que se presentan, sin embargo una de las cosas más interesantes es conocer que procesos han construido los padres de ellas, como murieron y si estaban enfermos o no. De las 10 participantes se encontró que en 7 de los casos los padres de ellas, tenían alguna enfermedad, entre las que destacan, la diabetes que se relaciona con la ansiedad, el Parkinson que está vinculado al miedo, la presión alta que pertenece al corazón y por lo tanto a la falta de alegría por vivir, las convulsiones

, las hernias que serían el síntoma del enojo. Las muertes de los padres están vinculadas con los infartos, las embolias que también serían la falta de alegría por vivir y los paros respiratorios que es el exceso de tristeza. Además resulta interesante conocer que 1 de las participantes mencionó que su papá se encuentra sano de salud y rebasa los 70 años de edad una cuestión no muy común en estos tiempos. En el caso de las madres de las 10 participantes, se pudo observar que las enfermedades que presentan son; la diabetes (ansiedad), cáncer de estómago (ansiedad) y cáncer de matriz (enojo), presión alta (alegría), insuficiencia renal

(miedo), anemia (), úlceras varicosas (alegría) y asma (tristeza). En el caso de las mujeres ninguna se encontró sana y no sólo tienen una enfermedad, si no que existen diferentes combinaciones de las antes nombradas.

“Empezó la costumbre de que cada rato la internaban porque se le subía el azúcar entonces era el mismo cuento ya más tiempo fue hipertensa ya más grande ya le dio cáncer en la matriz y se la quitaron no le afectó en nada pero ahí le quedó una fístula que es un hoyito y la orina ya no se le iba por la vejiga se iba por ese hoyito y tenía incontinencia urinaria entonces ya usaba pañal bueno no usaba pañal porque a veces no había ni dinero entonces sus trapos, también recuerdo una casa siempre olorosa a orines y todo ese desmadre pues es más lo que, que ella tenía obviamente la diabetes la hipertensión pues le afectó le empezó a afectar los órganos, la vista ya más tarde ya no veía mucho pero ahorita recordando siempre fue una mamá enferma una mamá que no se cuidaba desde que se empezó a enfermar”

En el caso de “La sufrida” podemos ver cómo es que una enfermedad o varias de ellas ocupan un lugar en la memoria del cuerpo y por ende en la vida, esto se manifiesta en un olor o en un recuerdo, o quizás en una actitud; las personas suelen acostumbrarse al hecho de que la enfermedad es algo natural y que de algo se van a morir, entonces no importa cuidarse y atenderse.

Esa actitud puede llevarse a cabo cuando se aprende que así se debe de responder ante esta situación específica, de las 10 participantes hay que mencionar que 3 de ellas mencionan que aún no tienen alguna enfermedad crónica degenerativa sin embargo sus enfermedades más recurrentes son las que están relacionadas con las vías respiratorias, tos y gripe (tristeza) habría que mencionar que también son las participantes más jóvenes, solteras y sin hijos. En contraste con 7 de las participantes que han construido otro tipo de procesos las enfermedades, son las siguientes, problemas de circulación (alegría), gastritis y colitis (ansiedad), miomas (enojo), tumor benigno en el estómago (ansiedad), síndrome metabólico, pre-diabetes (ansiedad), infecciones en vías urinarias

(miedo), dismenorrea (enojo) e incluso una de ellas le tuvieron que extirpar la vesícula biliar (enojo).

“Se llama síndrome metabólico ese afecta los órganos, el hígado, el azúcar, los triglicéridos, el colesterol, es lo que vengo padeciendo y es estrés, lo sé que es estrés, pero hay veces que es difícil de manejarlo entonces si se ve reflejado en el cuerpo...soy pre diabética, ahorita ya tomo medicina para la diabetes y ya es de por vida ya me dijeron que es algo que debo de controlar tanto el medicamento como la alimentación.”

En el caso de “La depresiva” podemos observar que la construcción de una enfermedad no es un hecho que se presente de un día para otro, el estilo de vida, y las situaciones a las que sometemos al cuerpo resultan reflejadas a largo o corto plazo en él. Es entonces cuando empiezan a pensar que deben realizar un cambio en su forma de vivir. Aunque a veces resulta difícil revertir el estado de un cuerpo enfermo.

“Pre diabetes, hasta ahorita eso nada más y no me siento mal, mal, a mí me llamo la atención porque me canso, yo no me cansaba yo hacía iba y venía y no me cansaba y ya fui al doctor y le dije que tenía un cansancio que si me siento me quedo dormida, yo en los camiones no me dormía, ahora me duermo, dice no hay que mandarle a hacer unos estudios y ahí fue donde salió que tenía pre diabetes y ya me cambiaron toda la dieta y eso es lo peor estar a dieta, porque para seguirla cuesta muchísimo trabajo hasta donde yo creo siento que voy reparando un poco mis errores mis faltas que son muchas y recuperando un poco lo que se perdió, ósea con todos mis hijos que fue un desastre, como los insulte y digo no nada más con ellos de paso conmigo misma porque tanta cosa que he pasado es por lo mismo dicen que el cáncer es todo el odio que trae uno adentro yo estuve propensa al cáncer gracias a Dios lo libre, ya es una batalla que hay que agradecerle a Dios que logre saltarlo quien sabe a futuro o demás después pero ahorita quedé libre de eso”

En este caso de “la soberbia” podemos encontrar que es importante ver como a nivel social comienza a haber un cambio en la idea que se tiene de la salud, es

decir, aquí se encontró que esta participante ya encuentra una relación entre lo que su cuerpo guarda en este caso el odio y su salud física lo que nos habla de un nivel de conciencia un poco más alto en el que comienzan a incorporarse las emociones y las acciones como una forma de construir un padecimiento. Sin embargo también es una cuestión que se le deja a Dios, es decir que las creencias religiosas toman un papel fundamental, ya que a través de ellas pueden delegar una parte que podría ser responsabilidad de ellas mismas.

En el caso de esta categoría es muy importante conocer ¿cómo es que se dan los procesos de enfermedad dentro de la familia? esto como un claro síntoma de como la persona ha construido su vida. Las personas a través de las enfermedades de sus abuelos y padres pueden prever que enfermedades son las más propensas a padecer. Se trata de una cadena de repetición de lealtades, no porque las enfermedades sean del todo, hereditarias genéticamente sino porque de los ancestros aprendemos los hábitos, las actitudes y las emociones con las que debemos de vivir, eso nos lleva a una construcción que se comienza desde el ejemplo de los padres y que culmina con la apropiación de un estilo de vida que en su gran mayoría enferma a la persona.

Otro aspecto importante se refiere a como las personas cultivan la voluntad en sus vidas, tomando en cuenta que se necesita mucha constancia para construir una enfermedad o para conservar el estado de equilibrio en el cuerpo. Al final es una decisión ¿Para qué se utiliza la voluntad que se tiene? si para morir o vivir. Otro aspecto es que, para la salud sólo se considera al cuerpo, el aspecto emocional, la mente y el espíritu están fuera de la atención que se les da a las personas, se puede entender que para la sociedad esto no es muy relevantes para la vida, ya que lo único importante sería que el cuerpo no se encuentre enfermo, aunque haya un espíritu pobre y algunas emociones desbordadas. Al final estas mujeres no alcanzan a vislumbrar que pueden elegir como quieren recorrer su vida, si el camino es más largo o corto o quizás más doloroso, o tranquilo. Han decidido ofrecerle un lugar a las enfermedades y así prolongar un patrón familiar, por lo que no es raro saber cómo es que ellas van a terminar con su vida, ya que es muy probable que sean

leales a alguno de los padres y con ello estarán eligiendo su enfermedad y con ello su forma de morir.

Categoría: Emociones Predominantes

Dentro de esta categoría se toma en cuenta a las emociones como parte del cuerpo, si pensamos que el cuerpo tiene un equilibrio, entonces hay que contemplar que transitar diariamente por las 5 emociones (Alegría, miedo, ira, ansiedad y tristeza) es parte de la vida, uno a lo largo del día puede experimentar todas ellas y sentir las en el cuerpo por un instante. Sin embargo el equilibrio se rompe cuando las personas se estacionan en una de ellas y puede ser el enojo el que se apodera de un cuerpo o el miedo que lo paraliza, o puede ser una sonrisa que intenta ocultar lo que hay detrás de ella. Las personas se han acostumbrado a vivir en los extremos de cada situación de la vida, nunca en el camino del medio, por un lado creen que vivir intensamente cada emoción es lo mejor y por otro lado pueden creer que reprimir y ocultar las emociones es lo más adecuado, todo depende de lo que se haya visto a lo largo de la vida. Sin embargo creemos que hay un camino que está en medio de ambos en el que las emociones pueden vivirse y dejarlas fluir sin que las personas se atoren en alguna de ellas.

Como ya lo hemos mencionado no hay un lugar muy claro a las emociones en la sociedad, aún existen mitos alrededor de ellas, la sociedad puede someter a una persona a las creencias que nosotros consideramos un tanto absurdas, como que “los hombres no lloran” o que “las niñas calladitas se ven más bonitas” todo esto forma parte de un aprendizaje social que nos impide reconocer y darle su lugar a lo que sienten las personas, es decir, las enseñan a reprimir sus emociones. Por el contrario la razón tiene un lugar primordial en nuestras vidas, ya que se le da un lugar donde pensar es más valioso que sentir, por lo que se construye más la parte intelectual que la parte emocional. Por otro lado también existen ideas por lo que sí es permitido sentir, por ejemplo, cuando una relación termina si es aceptable encontrarse triste, o quizás una boda debería ser el día más feliz de una persona. Lo que nos enseña que la vida se vive en los extremos, o se es feliz o se es triste, o se está enojado o se tiene miedo nunca van combinadas las emociones, y de

preferencia uno debe de estacionarse en una emoción ya que así se vive intensamente, aunque esto no es lo más sano.

Dentro de las familias existe un intento por regular las emociones de los miembros de la familia, por lo general hay una lealtad sobre cómo se debe responder ante las situaciones, existen familias donde está prohibido mostrar la tristeza y los miembros de la familia encubren esta emoción con alguna otra que si este permitida, sin embargo se olvidan de que el cuerpo siempre va a buscar manifestarse y lo puede hacer a través de un síntoma por ejemplo, la gripe constante. El ideal social que se establece, rompe cuando en la vida cotidiana encontramos que por más que se intenten ocultar o reprimir las emociones estas buscaran manifestarse de alguna manera, las personas pueden intentar engañar a la razón pero con el cuerpo no logran. Por otro lado hay emociones que se favorecen dentro de las familias, quizás lo mejor sea mostrar alegría aunque la preocupación les invada el cuerpo, siempre habrá una sonrisa que les impida hacerse cargo de aquello que se oculta detrás.

Las personas buscan cualquier forma de evadir lo que sienten, quizás haya un proceso que no es consiente hasta cierto punto, y también es parte de lo que se vivió en casa. No todas las personas desbordan la misma emoción, cada quien hace una elección dependiendo de cómo lo vivieron en casa principalmente.

En el caso de las 10 participantes se pueden encontrar diferentes emociones predominantes, en el caso de “La iracunda”, “La soberbia” y “La Chingona” y “La sufrida” la emoción que predomina es la Ira, ellas identifican al enojo como la emoción que más han sentido durante su vida.

*“Sí me daba hambre pero no comía el enojo me nutria, me llenaba,
y lo que hacía era odiar a todo mundo y golpear”*

El asunto de las emociones no es que una de ellas se estacione si no que está se convierte en un estilo de vida y cuando una persona se estaciona en una emoción esta se convierte en un sentimiento es más una construcción de lo que pasó, la persona se cuenta a sí misma lo que vivió una y otra vez y esto le permite revivir lo que paso de modo que tenga una dosis de esa emoción una vez más.

“El enojo predomina más en mi normalmente grito y digo maldiciones y me duele mucho porque con mis hijas así fui y con mis nietos lo estoy haciendo”

Como lo habíamos dicho el asunto de estacionarse en una emoción es que se convierte en un estilo de vida que se trasmite también a los hijos y a las personas que se encuentran alrededor de nosotros, no hay nada más fuerte que el ejemplo que se da y que trasciende muchas veces a las palabras por lo que es más importante lo que hacemos que lo que decimos. Por otro lado 2 de las participantes mencionaron que no sienten sus emociones o que a partir de un hecho aprendieron a manejarlas;

“Aprendí con el tiempo a manejar las emociones que es diferente que me predomina pues miedo en algún momento lo llegue a tener no, no lo tengo ni siquiera de morirme hoy saber que mañana ya se acabó ni de eso tengo miedo, antes sí era muy efusiva muy mandona más que nada posesiva era lo que yo quería y como yo diga y como yo pago yo mando ese tipo de situaciones pero con el tiempo ese tipo de circunstancias las he ido manejando...todo empezó a partir del fallecimiento de mi papá en primer lugar antes de lo de mi papá yo era muy llorona yo veía las noticias y veía niños de África donde fuera y lloraba sentía yo muy feo y a partir de que falleció mi papá hay que arreglar esto hay que ver que mi mamá no esté mal que uno hace esto y esto hace otro así fue pasando y a partir de lo de mi papá a mí se me dificulta llorar, admito que me es difícil hacerlo a partir de ahí fue que fueron cambiando fui cambiando circunstancias”

En el caso de “la bailadora” habría que hacer la diferencia entre manejar las emociones y aprender a reprimirlas, es cierto que las circunstancias van construyendo a la persona de diferentes maneras sin embargo a veces resulta la única manera de poder soportar el dolor, a veces lo que se vive resulta tan duro que reprimir las emociones es la única herramienta que se tiene para poder protegerse. Por el contrario 2 de las participantes mencionaron que la alegría es la emoción que más predomina en ellas y se manifiesta en su risa y las 2 restantes mencionan que

la tristeza es la emoción que más han experimentado en su vida. Otro aspecto muy importante es que en algún momento de su vida algunas participantes han tenido episodios de depresión e inclusive han perdido la alegría de vivir;

“Yo empecé a buscar ayuda y me fui al Juárez entonces un día me fui a las 5 de la mañana a formar para abrir expediente entonces ya medicina general, luego me canalizaron a psiquiatría ya le explico al psiquiatra todo me da un paquetito de pastillas me dio varias muchas y me manda a mi casa y me dice te veo en un mes, en eso me veía cada 15 días el psicólogo y cada mes el entonces ya el psicólogo me ponía a llenar un librote así no se dé muchas cosas entonces, yo me empiezo a tomar esta medicina pero haz de cuenta que yo mi depresión era un miedo horrible a salir a la calle yo me subía al camión e iba sudando a chorros y como yo sentía que la gente me veía sudando, yo me sentía mal yo sentía que toda la gente me estaba viendo que yo iba sudando pero yo así me iba en camión y todo entonces ahí estuve no sé cuánto estuve en el Juárez que me tomé esa medicina y aparte de eso yo tenía la tiendita de mis papás yo la estaba atendiendo pero a mí ya me costaba trabajo ir a las bodegas a surtirme pedir las cosas ya me costaba trabajo me sentía súper insegura y después cuando me empiezo a tomar la altrulina y centralina empiezo a sentir una mejoría”

En el caso de “la deprimida” es muy claro este asunto de un desequilibrio a nivel emocional y corporal, una emoción que se apropia de un cuerpo puede llevar a incapacitar a la persona para realizar su vida como lo había hecho antes, el asunto sería poder reconocer esa emoción y resolverla ya que siempre hay algo en la vida que les habla a través de cuerpo para decirles que algo no está marchando de la manera más sana. También fueron muy recurrentes los episodios donde las 6 de las participantes perdieron las ganas de vivir;

“Estuve internada, el mismo doctor que me atendió me dijo es que tienes que reaccionar, no es que te quieres morir y ya por que quien va a ver a tus hijos...Si yo si quería morirme yo no quería vivir, no valía la pena para mí, la vida yo sentía que se fue y se acabó todo para mí, ósea

como que ya Petra no era nadie, así como me lo gritaba él, era como yo me sentía” (“La soberbia”)

“Pues yo llegue con eso en la cabeza de buscar una pistola de matar porque llegue a conseguir la pistola supe quien la tenía y fui a buscarla y no me la quisieron prestar y le mente su madre a este guey ¿no? Y le dije que la necesitaba mucho que me la prestara y me dijo ¿para qué? Y le dije ¡es que voy a matar a este guey, voy a matar a mis hijos y me voy a matar yo chingue a su madre hasta aquí llegué! esté a punto de aventarme a las pinches vías del metro (“la risueña”)

“Yo me acuerdo que me metí debajo de la cama, teníamos una litera mi hermano arriba y yo abajo, y en la litera me puse a llorar y la verdad es que esa fue la primera vez que le pedí a Dios que ya me matara porque mi mamá no se merecía una mala hija como yo” (“La sacrificada”)

En todos los casos anteriores hay algunas situaciones que las llevan a borde de una emoción que se convierte en un estado más complejo. En estos casos lo que se construye es un estado donde la vida es lo menos valioso que se tiene y donde las circunstancias las han llevado a pensar que esa sería la salida más fácil, habría que considerar entonces que el camino que se ha construido no ha sido el mejor en función de la vida, ya que ese camino sólo las está llevando a sobrevivir, inevitablemente hay una parte donde el cuerpo y el espíritu se manifiestan para expresar que no están conformes con la vida que están llevando.

En este apartado es muy claro el asunto de cómo las emociones pueden llevar a las personas a construir diferentes posturas ante la vida, es claro que no se les enseña a las personas a poder vivir reconociendo lo que sienten y sobre todo a poder expresar cada emoción que fluye por el cuerpo. De niños en casa nos enseñan cómo es que se debe responder ante ciertas situaciones y esa forma probablemente sea la que se ejecute de adultos, sólo que ello los puede llevar a diferentes consecuencias que se verán en sus vidas. En este caso puede ser la ira la que se lleve al peor de los extremos y es cuando se manifiesta en un golpe, un

grito, un insulto entonces la cadena de violencia se va repitiendo conforme pasan las generaciones. También puede ser la tristeza la que sumerja a las personas en una actitud de indefensión que no les permita moverse del lugar donde se encuentran. Al final lo ideal sería poder encontrar ese equilibrio donde se reconozca cada emoción y se le permita fluir en el cuerpo y en la vida sin detenerse en ninguna. Por ello la importancia de conocer de dónde vengo y en donde quiero estar.

Categoría: Religión

Esta categoría se tomó en cuenta a partir de un cuestionamiento acerca del vínculo que puede existir entre las personas y algo más grande que ellas, hablemos de una creencia religiosa, de una práctica espiritual, de una idea donde el espíritu puede tener un lugar en el diario vivir de una persona y que la puede llevar al crecimiento y la paz. Conocer este aspecto en la vida de una persona nos puede llevar a saber cómo concibe parte de la vida y como la cultiva a través de las prácticas que lleva a cabo y que puede manifestarse de diferentes formas.

En esta categoría es importante tomar en cuenta principalmente dos cosas; una está compuesta por las creencias, es decir, lo que una persona piensa y cree y la segunda es la práctica, que hace con esa creencia y como la lleva a cabo.

Dentro de la cultura, la religión ha sido de suma importancia como un mecanismo que permite controlar a las personas a través de la interpretación de diferentes libros religiosos, esta ayuda a implementar el orden y a establecer la vida bajo ciertas normas por las que se rigen dependiendo de la religión. En México es muy conocido que la religión dominante es la Católica que se rige por la Biblia, en ella se establecen las normas que definen como una persona debe de vivir y actuar dentro de la sociedad. El Ideal está cimentado principalmente en la obediencia de los 10 mandamientos y de un Dios que se maneje desde el ángulo que sea más adecuado de acuerdo a la situación. El Ideal sería el de un hombre que sigue estos mandamientos y que practica fielmente cada situación escrita y predicada por Jesús que es el máximo representante de la Iglesia Judeocristiana.

En las familias el asunto de la religión se encuentra bastante distanciado de los ideales que una sociedad promete si se es católico, por principio pareciera que el sólo hecho de creer les garantiza el bienestar en cada aspecto de la vida, sin

embargo en las familias parece ser difícil alcanzar este ideal ya que las bases religiosas no son tomadas en cuenta del todo, existe poca congruencia entre lo que se hace y lo que se cree y esto no es difícil de imaginar, cuando se encuentra que la delincuencia, los robos, asesinatos y el odio en las personas cada vez es más frecuente, es cuando pensamos ¿Cómo es que, en un país tan católico, hay niveles tan altos de violencia? Y la respuesta está en que hay una diferencia grande entre creer y llevar a cabo esa creencia, las personas se quedan en un nivel donde piensan que existe un Dios al que se le puede pedir cada que se le necesita, sin que haya una práctica de por medio, se queda en pensamientos, en oraciones que no se aterrizan en acciones o en decisiones, de tal modo, que una persona puede pedirle a Dios con toda su fe, que su vida sea diferente, sin tener hacer el esfuerzo de tomar acciones que la lleven a que lo sea, está incongruencia, mezclada con la inconciencia, origina que esta práctica no se refleje en la vida de modo entonces que pueden estar en situaciones, como la violencia, que atenta contra su vida y no moverse de ahí. Otro aspecto sería lo espiritual que es diferente que la religión, se trata de un trabajo más profundo hacia la esencia de la persona, del cual no todos están conscientes y en el que a pesar de que se haga no todos son congruentes, para nosotros sin embargo más que meternos en asuntos religiosos lo que pretendemos es ver la ausencia de espiritualidad y por ende la falta de respeto por la vida.

En el caso de las participantes es muy interesante conocer cómo viven este asunto de la religión y en algunos casos de la espiritualidad. En casi todas las historias de vida lo que más se vislumbra es la incongruencia que existe entre las creencias y las prácticas, sin embargo este aspecto puede llevarnos a entender mejor como se construye la fe y la espiritualidad en una persona y que parte desde luego de las cosas que se hacen y que se ven en casa. De las 10 participantes, 6 de ellas hablan sobre sus experiencias dentro de la familia acerca de la religión y lo que les tocó ver y oír.

“Mi mamá era muy católica, muy católica ella de hecho ella decía que si uno se tocaba la chiche o la vagina alguna parte del cuerpo Jesús se iba a enojar con nosotros ósea tú te tocas y Jesús se va a enojar

contigo entonces yo nunca me tocaba yo me bañaba y trataba de no tocarme ningún lado porque sentía que Jesús se enojaba pero ni conocía yo a Jesús me mandaba a misa y a mí no me gustaba ir a misa si no que me fastidiaba me daba sueño entonces ella me mandaba a misa y yo me quedaba en la puerta”

En la historia de vida de “La chingona” podemos ver este doble discurso de la religión, donde se utiliza a Dios para poder controlar, amenazar y hasta culpar de ciertos actos a las personas, es cierto que la religión durante muchos años ha suplido el lugar de la educación y de la información y es un arma de control social, en este caso de los padres hacia los hijos, es una forma de extensión de los padres, ya que en este caso Dios sirve como una especie de cámara de vigilancia las 24 horas del día. Es claro también que la información alrededor de una persona que no está entregada a su práctica puede llevar al desconocimiento de la misma de tal manera que se pueda desviar e incluso deformar e objetivo de la misma. Sin embargo habría que concientizar en como una persona puede construir a partir de una idea de un Dios que sólo está mirando para ver en qué momento fallas y así poderte castigar, lo que resulta irónico cuando conoces las historias de las personas y se observa que lo que se necesita no es eso, si no amor.

“Mis papás son muy apartados de la iglesia, si van a bautizos pero no nunca la he visto pedir ahorita porque bueno ve que la familia lo hace y por ejemplo ahorita que un primo está enfermo mandaron una oración y pues la estamos haciendo y la hacen ya empiezan a orar, pero de chica nunca, sí hicimos la primera comunión porque era obligatorio y creo que hasta pagaron para que nos la dejaran hacerla porque no había quien nos llevara al catecismo pero así que ella allá tenido, no”

En el caso de “La deprimida” es muy clara la distancia que existe entre las creencias y las prácticas, es cierto que hay una parte de la persona en la que hace una elección, puede elegir creer o no en algo o alguien sin embargo la incongruencia es una de las características más observadas en las personas, ya que por un lado no creen pero por el otro llevan a cabo una serie de prácticas, que no son las más adecuadas si hablamos de congruencia con la vida. Socialmente es muy común ver

este tipo de actos donde una persona hace juramentos ante Dios para dejar de beber y después pide un permiso por una módica cantidad para poderlo romper para algún evento especial, o en este caso donde se pagan por tramites de tal forma que se puedan realizar o agilizar, al final este sólo es el reflejo de una simulación ante la sociedad, que hace aparentar a las personas que van por el camino de la fe y que en realidad no creen ni practican su religión.

“Lo que yo recuerdo desde niña es que mis papás eras testigos de Jehová entonces recuerdo que iban y nos daban estudios todos los sábados porque en esa religión van y te enseñan la literatura y la palabra de Dios por medio de distintos libros entonces eso si recuerdo como que tengo muchas imágenes de eso todos los sábados iban temprano todos los hermanos, y nos daban estudio pero lo que recuerdo es que nosotros hacíamos fiesta porque según los testigos no deben de hacer fiesta ni navidad ni nada de esas cosas y cuando era navidad o no recibíamos al testigo o escondíamos el arbolito entonces era una mamada no?...como entonces ¿si existe o no existe Dios?

Este ejemplo es parecido al anterior en cuestión de incongruencia, sin embargo es muy claro lo que puede enseñar a quien lo mira, ya que es obvio que siembra la duda y la incertidumbre que dificulta poder construir el interior al menos que se conozca otra alternativa.

Por otro lado como ya lo habíamos mencionado la religión es un aspecto que difiere de la espiritualidad, tomando en cuenta esta última como un trabajo personal que se centra en el interior de uno mismo, por lo que 8 de las 10 participantes mencionan haber vivido una experiencia espiritual, en un grupo que trabaja con el programa de Alcohólicos Anónimos específicamente el 4º y 5º paso.

“Fui a un grupo, es una experiencia de 4 y 5 paso de alcohólicos anónimos y ya sabía no pues si este es mi lugar la verdad es que si cuando estuve aquí ya ni renegué porque al contrario dije ah que chido encontrarme un lugar para decir todas las groserías y todo lo que no había podido decir en ningún lugar porque pues había que guardar la mascarita...pues mi trabajo fue venir y escuchar...empezar a darme

cuenta de que si no era la única que había sufrido cosas de ese tipo y sentirme identificada con las personas entonces eso fue lo que me permitió porque la verdad yo creía que era o la más víctima del mundo o la más mala la más mala... Ósea como ver el punto medio me sirvió, sentir esa empatía de las otras personas porque pues las otras personas no hablaban de lo bonito que eras si no de sus errores y de todas las malas decisiones que habían tomado en su vida y como las habían llevado a destruirse” (La sacrificada)

Lo espiritual en este caso de las participantes viene a concretarse en el hecho de que el cuerpo no está diseñado para guardar nada, ni odio, ni resentimientos, ni aquello que viven las personas y que produce un malestar en ellas y que tarde o temprano les cobra la factura corporal y espiritualmente de aquello que hicieron o no hicieron.

“Pues para mí fue como quererme un poco porque no me quería yo, como que todo lo que hacía fue para lastimarme, no lastimar tanto a las personas, si no castigarme a mí misma”

En la historia de vida de “La soberbia” podemos ver que este trabajo también estaría centrado en la posibilidad que existe de corregir aquellas decisiones que no fueron las mejores, ya que siempre está la posibilidad de regresar al camino de en medio, sólo hay que llevarlo a la acción reconociendo, quien fui y quien ya no quiero volver a ser.

“Sé que el servicio me hizo crecer un chingo, sé que por gracias al servicio recupere mi vida... sabía yo que no podía yo nada más concentrarme en autodestruirme si no que yo también tenía que hacer algo por alguien más con mi experiencia, estoy agradecida y se lo dejo a Dios por primera vez sé que yo no soy la que decide y cuando comparto estas cosas si me gusta que la gente se refleje en lo que yo hago para que no lo hagan y por primera vez sé que mi historial sirve para algo y yo sirvo para algo” (La iracunda)

Y por último está la posibilidad de concretar su fe, ya que se dice que hay que practicar el camino de la fe que obra, es decir, aquella fe que no se queda solo en

la creencia o en el pensamiento, sino aquella que se concreta en el servicio que se pueda brindar a otra persona, en este caso esta participante en consiente de lo que vivió puede ayudarle a otra persona a salir de la misma situación que ella, y a saber que existe una posibilidad para vivir dignamente.

Por último la religión y la espiritualidad pueden ser un aspecto de lo más sublime en una persona, pero también pueden ser motivo de sufrimiento, culpa, venganza y violencia, todo depende de cómo la persona haya construido esto, en ella. Es muy probable que si se conoce a Dios como un ser castigador, injusto y malo, la experiencia y conocimiento aleje a las personas de la posibilidad de conocerse y conocerlo. De tal forma que, entonces sería más fácil irse al otro extremo, que al final los llevaría al poco respeto por su vida y la vida de otros, ya que no hay un buen cimiento espiritual o religioso que sustente el amor y el cuidado hacia la vida.

Esta categoría nos brinda la posibilidad de saber espiritualmente como una persona puede construir y alimentar su espíritu, sus creencias, su religión y como se va instalando en el cuerpo la congruencia y la disciplina del trabajo con ellos mismos, es cierto que no se puede hacer algo por otra persona sin que antes se haya hecho por uno mismo, de tal forma que antes es necesario ir hacia el interior y trabajar duro para poder tener un cuerpo y un espíritu armonioso.

Categoría: Condiciones económicas

Esta categoría se refiere al aspecto material con el que crecieron las participantes, es decir, las condiciones económicas a las que se enfrentan las personas día a día. Este aspecto es de los más importantes para el desarrollo ya que determina en gran parte las condiciones sobre las que se van formando los seres humanos, es decir, que una persona con una situación económica más favorable tendrá más posibilidades de desarrollarse satisfactoriamente ya que no tendrá que preocuparse del todo por situaciones como el hambre, el hacinamiento, la pobreza, entre otras muchas, esto no quiere decir que sea un hecho rotundo sin embargo si será un factor que predisponga a la persona a trabajar a temprana edad, a no concluir sus estudios, o incluso a tener que robar para poder comer lo que lo podrá llevar a tomar decisiones prematuras respecto a su futuro y bienestar.

Socialmente estamos en un país que es rico en varias formas diferentes, es un país con muchos recursos que diariamente son explotados y desperdiciados por diferentes circunstancias políticas y sociales, esto es importante ya que la corrupción, la delincuencia y el mal manejo de estos recursos han hecho que el trabajo sea escaso o de muy mala calidad, son muchas horas las que se trabajan por un salario muy pobre, las consecuencias de ellos, son diversas; desde los malos servicios de salud, educación, descanso, alimentación, vivienda etc. Idealmente se esperaría que un salario mínimo pudiera cubrir cada una de estas necesidades, que hubiera todos estos aspectos en la vida de una persona. Diariamente los medios de comunicación venden a las personas un sin fin de artículos que deberían de poseer y que garantizan, de acuerdo a los comerciales un poco de felicidad a un bajo precio, pareciera que al tener, ese artículo la vida será mejor sin embargo hay que echar un vistazo y conocer cuanta población puede acceder a una vida así.

El ideal dista mucho de ser un reflejo de lo que ocurre en la realidad de las familias, lo que encontramos entonces es, familias que viven en espacios muy reducidos, con casas que se hacen de materiales muy poco resistentes, donde el sonido atraviesa las paredes de unicel y donde la intimidad se pierde, también encontramos que estas casas se tienen que pagar durante un prolongado tiempo, descontando al afortunado de varios pesos al mes durante algunos años, en estas casas las personas tienen que alojar en el mejor de los casos solo a sus hijos y a su pareja, por lo que el hacinamiento se hace presente en la vida de la persona y dificulta algunos procesos como la intimidad y el descanso pertinente ya que se comparten espacios y a veces hasta la cama entre padres e hijos o entre hermanos. Otro aspecto es el que se refiere a la educación ya que en condiciones poco favorables el poder darle educación a cada uno de los hijos resulta una tarea ardua por lo que en lo general la deserción escolar tiene un porcentaje muy elevado en la población. En lo que respecta a la salud, es una realidad que la mayoría de las personas no tienen un seguro que cubra sus gastos médicos ya que trabajan en empleos no formales o que no ofrecen este servicio, por lo que existe una mala calidad en la salud o por ende en la prevención y atención de diferentes padecimientos si no existe un cuidado en aspectos básicos de salud, tampoco lo

hay en servicios un poco más extensos, como los dientes, los ojos, o lo referente a lo psicológico. Es claro que estos son aspectos generales, en cuanto a necesidades básicas se habla, pero existen otras cosas como la alimentación que ya se mencionó antes, o la ropa, o una serie de cosas que se necesitan en esta sociedad.

Es evidente que existe una diferencia sustancial entre lo que idealmente se cree que se tendrá y lo que en realidad se tiene, por ello es importante conocer cómo es que se formaron estas mujeres y como este aspecto contribuyó posteriormente a su estado físico y emocional. De las 10 participantes todas coinciden en que las condiciones económicas fueron de pobres a más pobres. De estas mujeres 4 vivieron y crecieron por algún tiempo de su vida en pueblos de ciudades vecinas al Distrito Federal como Michoacán, Querétaro, o Hidalgo por lo que las condiciones fueron aún más precarias como lo menciona “La Risueña“:

“Híjole ahí eran condiciones económicas de frijoles, chilito, tortilla, pulque ese sí no podía faltar...la casa era de obra negra con piso de tierra era rentada...pues el agua era de río y para tomar de la tubería...de luz velas”

A veces en las historias de vida se encuentra como en ese caso, que la situación económica, fue mucho más difícil de lo que se podría pensar, contemplando que tiene mucho menos de lo que se espera para vivir y aun así es posible sobrevivir.

“Fue difícil porque la niñez en un rancho es más complicada que en la ciudad, empezando porque ahí te paras a trabajar tempranito, nuestros juegos, pues era jugar con la arena...es más complicado una niñez en los ranchos que aquí, aquí pues te sales a jugar y allá no, allá te tienes que parar temprano por el agua, acarrear agua antes de que te pegue el solecito”

En el caso de “La bailadora” podemos ver que dependiendo del lugar donde se crece, las prioridades pueden ir cambiando y transformándose, de modo que en este caso, ir por el agua es algo básico que se tiene que hacer y que en la ciudad tenemos con sólo abrir una llave, y sin embargo lo importante sería como es que

una persona se va formando con sus circunstancias y con las oportunidades que se le van presentando como en el caso de “La Chingona”;

“También me acuerdo que yo siempre usaba una misma falda delgadita de una tela muy delgadita, un calzón de manta que me había hecho mi mamá de un costal de manta de azúcar, pero me lo agarraba porque no tenía resorte, la falda no tenía cintas entonces siempre se me andada cayendo, entonces siempre yo traía la mano agarrada del calzón no tenía suéteres, no tenía nada y mi mamá me mandaba al río a bañarme y yo no me bañaba, yo sólo me lavaba los puros pies, me quitaba mi ropa la lavaba y la ponía en una piedra para que se secará rápido porque yo tenía entendido que la piedra estaba caliente y la iba a secar rápido yo nunca fui a la escuela”

Las 6 participantes restantes vivieron y crecieron en el distrito federal y área metropolitana sin embargo no estuvieron exentas de vivir en la pobreza también.

“Siempre recuerdo una niña así como mugrosita, todos teníamos piojos, siempre era normal tener piojos, una niña como que sola, porque mis hermanos salían a trabajar con mi papá pedían dinero en el metro, mi papá los llevaba a pedir dinero en el metro...Recuerdo una casa sucia, no aseada, una casa donde habían 6 o 7 costales de ropa sucia ahí siempre con cucarachas, con chinches, ratas ósea así como en mal estado, ahorita como me llega el recuerdo así dos cuartitos mis hermanos todos dormían en el suelo ¿no? Y yo me dormía en medio en un colchón todo feo, pero me dormía en medio de mi mamá y mi papá, siempre dormí hasta que tengo noción bueno hasta los 10 11 años siempre me dormí en medio de ellos dos”

En este caso “la sufrida” nos habla de diferentes situaciones, como el hacinamiento y la suciedad. La reflexión estaría encaminada a como un cuerpo y un espíritu se desarrollan en ese espacio y es necesario pensar si ese lugar podría proporcionar la seguridad, la intimidad y los hábitos adecuados que fomenten el respeto por la vida y por el cuerpo en lugar del abandono corporal y espiritual que se puede llegar a vivir bajo esas circunstancias y que puede prolongarse hasta la

vida adulta, es cierto que el cuerpo se acostumbra a todo inclusive a la miseria y al olvido de sí mismo. Lo importante de esta categoría sería saber bajo estas condiciones de pobreza ¿Qué está dispuesta la persona a aceptar? De niños se aprende todo lo que hay a su alrededor de modo que la miseria y la pobreza se pueden convertir en una elección, en una situación que pareciera que no se puede trascender, la persona se acostumbra y crece pensando que lo normal es vivir así, está también el confort y la indolencia que nos impiden accionar y que al final es sólo la construcción de lo que vieron y que creen merecer. Esto se convierte en un factor para aceptar lo que sea, inclusive la violencia, aunque con ello se valore poco la vida y se degrade a un punto que la ignorancia no les permite ver.

Categoría: Relación con los padres

Los vínculos más estrechos que se hacen durante la infancia son los que las personas tienen con los padres, es decir, ellos representan las figuras más importantes en la vida de un hijo. El trato que ellos reciban los marcara durante toda su vida teniendo en cuenta que de ellos recibirán el amor, la seguridad, el cuidado que se necesita para crecer. Esta categoría tiene la descripción de como marco en la vida de las participantes la relación que hubo con sus padres y como está contribuyó a su crecimiento y desarrollo. Es muy importante saber que es muy probable que los hijos aprendan a partir de esta relación, el carácter, los valores, las emociones, los hábitos, el respeto por la vida y cómo deben de convivir con los otros, por lo que esta relación es de suma importancia para cualquier ser humano.

La sociedad se nos da un parámetro de cómo deben de ser los padres con los hijos, entre los que destacan el amor, y que quizás sea el más importante, ya que se espera que un padre ame profundamente a un hijo y que este sea su prioridad sobre cualquier situación, al final el ideal está relacionado con el hecho de que en teoría los hijos deben de ser planeados en la vida de una persona, por lo que su llegada resulta uno de los hechos más trascendentes y por lo que el amor es la consecuencia de la planificación de un proyecto de vida, en este caso un hijo este amor se manifiesta en diferentes situaciones como lo son, el cariño; a través del contacto físico que se realice con el hijo, los besos, abrazos y palabras de afecto, el cuidado; que se refiere a procurar la salud del hijo, que no se enferme, que no se

accidente o que alguien más no lo lastime, que tenga lo necesario para vivir, alimentación, ropa, vivienda, educación etc.

En este caso el sufrimiento se origina al ver que este ideal de padres está también alejado de lo que ocurre dentro de las familias. En México existe un nivel de violencia alarmante, como consecuencia del deterioro de diferentes ámbitos como lo son la familia, como lo hemos dicho, en ella se aprenden los valores con los que las personas se van a dirigir a lo largo de sus vidas, de modo que dentro de las familias se están originando muchos de los problemas de violencia que después se reflejaran en lo social, se ve que hay muchas madres que están creciendo como madres solteras a falta de un hombre que se haga responsable por la paternidad, o familias donde han incrementado los divorcios y los pleitos entre las parejas por las responsabilidades de los hijos, también se ve el grado de abandono y de violencia que algunos padres ejercen en sus hijos, por lo que el ideal de la familia feliz está muy lejos de serlo en la realidad. En la familia hay una gran diferencia entre lo que se espera que sean los padres y lo que son en realidad y el aspecto de pareja no es la excepción, ya que los padres son el ejemplo de cómo se debe de llevar una pareja, ellos le enseñan a los hijos como convivir, como amar, y como tratar al otro, por lo que en este caso la violencia va tomando su lugar en la vida de las personas, al ver que el ideal de una pareja feliz y armoniosa, se va rompiendo con cada insulto, cada golpe y cada mal trato. En entonces que las personas van aprendiendo que lo ideal es la violencia, ya que se vive como un estilo cotidiano, igual que comer o dormir, la violencia toma su lugar en la cotidianidad y en el cuerpo como una manera de responder ante la vida.

En este análisis se presentaran la descripción de las historias de las 10 participantes en cuanto a la relación que tuvieron o no tuvieron primeramente con su padre y después con su madre. Específicamente hablando de la relación con el padre, de las 10 participantes 2 de ellas mencionaron que no lo conocieron como lo menciona “la celosa”

“Hoy que crezco me doy cuenta que me hizo mucha falta mi papá, ¿en qué sentido? en que, pues mi mamá a lo mejor quiso cubrir la presencia del hombre ¿no? pero no sé, yo sé que las cosas pasan por

algo, pero hoy en día yo me pongo a pensar, ósea si él hubiera estado hubiera evitado de que muchas personas quisieron abusar de mi sexualmente ¿no? Ósea en que si él hubiera estado ahí, a lo mejor mi mamá no hubiera tenido que irse a trabajar y no me hubiera dejado sola, entonces ha sido luego bien difícil porque me ha costado mucho trabajo perdonarlo porque, porque yo a veces veía a sus niños con sus papás y siempre deseas eso esa pinche envidia que te da cuando los ves y que los abrazan y que los ves jugando y sin embargo yo no tenía eso entonces, pues la verdad si fue muy doloroso, mucho muy doloroso”

La mitad de la historia de una persona se encuentra con el padre y la otra mitad con la madre, es decir, saber quién fue, como fue, a que se dedicaba, como era su carácter, si tenía alguna enfermedad, toda esa información está en ellos, de tal modo que si uno de ellos no está, la persona crece sin conocer a ese padre que es parte de ella y por supuesto se crece sin la posibilidad de convivir con él y si existe, también la duda de saber porque se fue, es cuando la inseguridad y el desamor toman un lugar en la persona. Otras 5 de las participantes mencionan que la convivencia con el padre fue buena y la describen así:

“Con él fue maravillosa aun tomando, porque él no tomaba aun tomando él era muy buena persona, ósea al principio no tomaba, toda mi niñez odiaba a los borrachos, él nos vestía a las tres iguales zapatillitas de taconcito vestidos ampones bonitos, florecitas chiquitas pero bonitos, pero a las tres iguales, no tenía diferencia para nadie, ya cuando nos peinaba mi mamá, igual nos peinaba a las tres igual dos trenzas aquí y una cola acá y eso era cuando salíamos el domingo”

Las 3 participantes restantes describen su relación como violenta, ya que sus padres las maltrataban o había cierta distancia con ellos y no se atrevían a acercarse a ellos por miedo. Es cierto también que no podemos pensar que las relaciones se miden sólo en bueno y malo ya algunas participantes mencionan que con ellas fueron buenos padres, sin embargo había otras situaciones con las que no estaban tan conformes, por ejemplo el alcoholismo, ya que de las 10

participantes 7 mencionan que sus padres eran alcohólicos y esta es una característica que recuerdan de ellos como en el caso de “La iracunda”;

“Mi papá tomaba desde que yo me acuerdo porque la vaga imagen que tengo de que mi papá en sus 5 sentidos trabajaba y daba dinero y comíamos, cuando mi papá entra al alcoholismo severo y digo severo porque yo tendría como unos 8 años cuando él ya se iba a las cantinas y mi mamá nos mandaba a las pulquerías a sacarlo ya casi cayéndose y yo iba por el ahí tengo un recuerdo de que iba con Alejandro un hermano que ya murió, una vez nos mandó él siempre nos mandaba porque él era más grande que yo y éramos los más pendejos nos manda por mi papá a la pulquería y ya lo estamos trayendo mi papá se cae no sé cómo estuvo la cosa pero mi hermano le pegó a mi papá en el suelo, porque mi hermano tenía mucho coraje”

El alcoholismo resulta una realidad dentro de las familias mexicanas como una práctica aparentemente inocente y que además está fomentada socialmente, como un mecanismo de convivencia, el otro lado del alcoholismo es cuando una persona pierde totalmente el control y la voluntad frente a una copa y es cuando esa conducta pone en riesgo su vida y la de las personas que están a su alrededor como en el ejemplo anterior. En el caso de 3 las participantes restantes ellas describen su relación como violenta, con un padre que no fue amoroso, o con uno que fue indiferente con ellas.

“Cuando yo estaba chiquita a mí me quedó muy grabado que él estaba acostado y tenía sus dos brazos así y mi hermana la más chiquita llegó y se le acostó y él la abrazó y él le decía mi gorda del perro y la abrazó y se le acurruco entonces yo estaba enfrente de él y como vi que tenía el otro brazo y fui y me le acosté aquí y agarro y me hizo así, quítate de aquí pinche hija de tu puta madre, pinche cerote de perro me decía o cagada de perro o cerote de perro que porque estaba prieta y yo me acuerdo que esa vez me fui a casa de mi abuelita y jamás me le volví a acercar jamás nunca, nunca me le volví a acercar que yo me acuerde para mí ese fue el odio que yo le agarre”

La relación con el padre puede determinar mucho de lo que son o de lo que buscan las personas cuando llegan a la adultez. Y también es así con la relación con la madre, de modo que de las 10 mujeres entrevistadas 6 de ellas mencionan que en la relación con su madre hubo diferentes tipos de maltrato, que van desde los golpes, hasta los insultos, y en varias ocasiones fueron madres que nunca las apoyaron a lo largo de la vida.

“Pues le contestaba a mi mamá, no me acuerdo que le contestaba pero siempre le contestaba, pero nos gritábamos nunca le dije groserías ni nada pero si le decía que ya me dejara, o le contestaba o no hacía las cosas o algo así, entonces ella se enojaba más y eran pleitos y golpes, me acuerdo que ella tenía un cuerito un cuero y con eso nos pegaba, mi hermano y yo éramos expertos en esconderlo, la última vez se quedó en los asientos ves que tienen la orillita, ahí lo metí entonces nunca lo encontró y yo sabía que ahí seguía y yo siempre supe que ahí estaba nunca dije nada, yo dije este lo encuentra y me vuelve a sonar hasta que un día mi perrito destruyó los sillones y los iban a tirar y dije no y fui y lo saque”

La historia de vida de “la sacrificada” refleja un tipo de maltrato físico que es muy común en las familias, la cuestión es saber cómo se construye una persona que ha sido violentada de alguna forma por alguno de los padres y que se encuentran a una gran distancia de estar en el ideal social de amor que se maneja.

“Yo siempre andaba como perro sin dueño y nunca se preocupaba mi mamá por mí, a donde yo me durmiera ella no sabía, nunca dijo ¿dónde andas? a ¿dónde estás? o ¿dónde está mi hija? siempre anduve yo buscando salir adelante o así como dicen llenar la tripa...lo uno que me decía era “ya llego el perro” ¿dónde andaba el perro? “perro callejero haber si no le queman el hocico” refiriéndose a mi entonces yo estaba chiquita, yo nunca me imaginaba que fuera para mí, porque yo decía que no era un perro, pero ahora que estoy grande, si exactamente actuaba yo como un perro, ósea toda la vida buscando que comer donde se me hiciera noche ahí me dormía”

Este tipo de maltrato se refiere más a lo psicológico y es evidente que también tiene su repercusión en el espíritu y en la autoestima de la persona, cuando crecen bajo la idea que no son importantes para las personas que se suponen las deberían de amar más que cualquier otra persona. De las 4 participantes restantes 1 de ellas menciona que su madre fue una persona amorosa con ella y las otras 3 se caracterizan por tener madres que no estaban presentes físicamente o que aunque estaban ahí parecían estar ausentes todo el tiempo.

“Mi mamá es como muy ausente, ella no sé dónde chingados estaba, no sé si siempre estuvo enferma o estática o muerta en vida”

También se encontró en la historia de “La sufrida” este otro aspecto de madres que quizás estaban ahí y que no eran agresivas pero que no estaban presentes en el desarrollo de sus hijos y al final ignorar también se vive como una forma de violencia en la que la persona se construye como un ser que parece no ser existir para el otro. Por último en esta relación con la madre, 3 de las participantes mencionaron que sus madres tenían un problema con su forma de beber y que les tocó presenciar algún episodio de sus borracheras;

“Oh si mi mamá llegaba borracha, aprendí que con el alcohol estabas contenta, cuando llegaba yo le abría la puerta yo era la más grande que se quedaba en la casa yo sabía que estaba borracha porque olía y era cuando la miraba que se reía, pero nunca tenía una relación con nosotros, al menos conmigo no, nunca tuve un acercamiento con ella, mi mamá cuando se acercaba a mí era porque quería que yo hiciera algo”

Al final todo lo que hacen los padres resulta el ejemplo y el aprendizaje para los hijos y también sirve como una fuga, en la que se es capaz de mostrar otras emociones que no son comunes dentro de la familia. Esta categoría es de suma importancia como para predecir si es probable que una persona pueda ser violentada o ser una persona violenta, ya que es en la familia donde se aprenden los patrones de conductas, de emociones y de tratos que las personas pueden dar y de recibir lo que creen merecer, el hecho de que el vínculo con los padres sea a través del maltrato, marca un antecedente de cómo es que deben de ser las demás

relaciones, de tal forma que si durante la niñez una persona fue maltratada de cualquier forma es muy probable que de adulta este patrón se repita como el único conocimiento que se tiene acerca del amor y las relaciones con los otros.

Categoría: Relación de pareja de los padres.

En esta categoría se encuentra la descripción de la relación de los padres, en el aspecto de la pareja, tomando en cuenta cómo se dio la convivencia, el amor, el respeto, los acuerdos, etc., en general el trato que hubo como pareja en los padres de las participantes. En el asunto de pareja, lo que se ve es un ideal que está cimentado en el amor romántico, donde al parecer la pareja exitosa es aquella donde, las demostraciones de amor son constantes, donde existe el respeto, donde hay un tiempo para poder convivir en algún día de la semana y sin embargo también está el ideal que hace pensar que cuando una pareja se une, está atada la una a la otra, donde los celos son permitidos ya que son una demostración del gran amor que los une, existe esta idea de poseer y de adueñarse de la otra persona todo bajo la justificación del amor.

En la familia hay una gran diferencia entre lo que se espera que sean los padres y lo que son en realidad y el aspecto de pareja no es la excepción, ya que los padres son el ejemplo de cómo se debe de llevar una pareja, ellos le enseñan a los hijos como convivir, como amar y cómo tratar al otro, por lo que en este caso la violencia va tomando su lugar en la vida de las personas, al ver que el ideal de una pareja feliz y armoniosa, se va rompiendo con cada insulto, cada golpe y cada maltrato. Entonces que las personas van aprendiendo que lo ideal es la violencia, ya que se vive como un estilo cotidiano, igual que comer o dormir, la violencia toma su lugar en la cotidianidad y en el cuerpo.

En este caso lo más significativo sería ver cómo influye en la persona la relación que existe entre los padres y cómo contribuye esto a la construcción de la persona. De las 10 participantes 1 mencionó que al no tener papá, la mamá buscó diferentes parejas y que ninguna fue duradera ya que la mayoría eran hombres que tenían un compromiso con otra mujer, es decir que estaban casados y las 9 participantes restantes coinciden en que la relación de los padres fue violenta, en ella se manifestaron, golpes, insultos, infidelidades, peleas etc. Es importante decir

que en general está violencia la ejercían los hombres sin embargo también hay casos donde la mujer fue violenta con el hombre.

“Se hablaban a mentadas de madre, mi papá siempre trato muy mal a mi mamá siempre que le hablaba le decía “hija de tu puta madre no sirves para nada” yo lo llegue a ver en sus 5 sentidos si algo no estaba preparado de un manotazo tiraba la comida al suelo y mi mamá tenía que limpiar y volver a preparar mi mamá era excesivamente sumisa muy pendeja mi mamá veneraba como a un dios a mi papá...ella lloraba, mi papá era de los que si estaba con ella y estaba mal, pum le daba una patada en las espinillas y mi mamá se aguantaba o lloraba, cuando él estaba bien eso era lo que yo veía golpes y golpes...ya cuando mi papá fue en decadencia en el alcohol entonces ya mire al revés ahí mi mamá se volvió muy violenta y mi mamá lo ofendía igual pero ya en mujer y cuando podía mi mamá le pegaba a mi papá...cuando llegaban a agarrarse y si mi mamá estaba en la cocina y mi papá llegaba y la quería golpear si le alcanzaba a dar dos o tres fregadazos...pero mi mamá no tomaba estaba bien físicamente si estaba cocinando esa ves estaba haciendo algo con aceite y mi papá le pega pero mi mamá voltea y le tira el aceite en los pies lo quema, le llegó a tirar agua caliente a mi papá”

Lo que vivió “La iracunda” en cuanto la relación de sus padres, fue la construcción de una relación violenta, que está caracterizada por la destrucción de la propia persona y del otro, en este tipo de relaciones no existe el respeto por la vida ni la prudencia como un valor necesario para mantener un equilibrio, es también una relación donde se puede aprender por un lado a ser violento y someter la voluntad del otro, o a ser sumiso y adoptar una conducta de indefensión o de normalización de la violencia.

“Me acuerdo mucho que en una quermes de la jardín nuestra perrita tuvo cachorritos, la cascarita y mi papá estaba bien encabronado no sé si por eso se peleó con mi mamá o porque, pero se encerraron en su cuarto, ay no, no, no, le gritaba y se oían los golpes horrible, horrible, acabo con todas las piernas moradas, los moretones horrible, horrible y

llegando a la escuela así como que, no se me olvida su cara y así como esa eran todas las veces del mundo y por cualquier pendejada y enfrente de nosotros, empezaba el relajo ahí y nosotros nos quedamos así”

“La alegre” menciona algo muy parecido que se repite en muchas de las participantes y es el impacto que tiene, en un niño el vivir y estar presente en un episodio de violencia y el proceso que se desarrolla alrededor de ello, ya que en general existe incertidumbre y mucho miedo de ver que físicamente se están lastimando, ya que siempre el espíritu se manifiesta para decir, que eso que se vive aunque parezca normal no lo es.

“Pues mandándose muy lejos, con palabrotas feas, ofendiéndose y ahí fue donde yo me entere que dijo; es que para mí lo que más me dolió fue tu engaño ósea que le ocultara que ella tenía una hija fue lo que a él le dolía mucho, pero antes no lo decía porque estaba en sus 5 sentidos, pero ya borracho se destapo a ofenderla, insultarla y ella a contestarle entonces pues ahí fue donde empezó todo el cambio, se agarraban a tirarse al piso patadas, jalones de pelo en sí, la última vez que se pelearon ya tenía yo a Lupe (hija) fue una de mis cuñadas...a decirme córrele Jacinta que tu papá y tu mamá andan bien agarrados ya no hallo ni que hacer y si ya fui, agarrados en el piso a trancazos, trancazo mi papá, trancazo mi mamá, ella dejo a mi papá pelón de que no lo soltaba de sus pelos y yo les dije voy a creer que tantos años y siguen igual no les da pena ya estaban grandes y todavía seguían pegándose”

En este fragmento de “La soberbia” es muy claro que la violencia está rodeada de muchas situaciones, como la codependencia, se vuelve un círculo vicioso que se puede prolongar hasta la muerte, el hecho de experimentar estos episodios tan frecuentes puede provocar graves consecuencias a nivel emocional, físico y espiritual, llegando a lastimarse tan gravemente que un día uno mate al otro.

“Uy mi papá le pegaba mucho a mi mamá ósea él le pagaba mucho después le dio una embolia y no podía caminar pero con un bastón se lo aventaba y le pagaba en la cabeza, porque mi mamá era muy tonta ósea mi mamá ella era con él y con él iba a morir así muriera en la raya ahí iba

a quedar entonces me acuerdo que yo le decía ay mamá no te dejes que te pegue mejor déjalo, y me decía “no vuelvas a decir esa palabra” ósea para ella era una palabra ofensiva el decirle déjalo “si dios así me lo socorrió así tengo que acabar con él y a él le dio embolia y desde que yo recuerdo el siempre golpeo a mi mamá siempre veía que la golpeaba la quería ahorcar la quería matar la asustaba con un cuchillo tenía una pistola y a veces forcejeaban con la pistola...a mí me daba miedo y me iba a casa de mi abuelita me quedaba encasa de mi abuelita”

En el caso de “La chingona” como se mencionó antes se puede ver el nivel al que se puede llegar en una relación que no es sana para ninguna de las personas que lo vive, que puede ser la muerte. Sin embargo también se ven las creencias en torno a la violencia como una situación que se debe de aceptar como algo que Dios les mandó, la sumisión se adopta como un mecanismo para sobrevivir ante la violencia y claro que también esto permite a la persona distanciarse de la posibilidad de elegir qué vida quiere llevar, responsabilizando a todos de la situación menos a sí mismo.

“Un día mi papá empezó a pelear con mi mamá y vi que el agarró un cuchillo y amenazo a mi mamá y mi mamá tenía en brazos a Mónica y yo me espante mucho y dije ¿Qué hago? entonces no nos dejaba salir mi papá, no nos dejaba salir a todos, ahí en ese cuarto y yo con el pretexto que iba al baño le dije que si me dejaba salir y le dije “voy al baño” y me salí corriendo como una garza y fui por un tío y le dije tío mi papá tiene un cuchillo y está amenazando a mi mamá y ya salió rápido mi tío estábamos esperando el camión cuando llega una patrulla, se para adelante la patrulla y dice ¿Eres Alondra? y le dije si y me dice tus papás te andan buscando, entonces yo ya no dije nada, no dije que se estaban peleando, porque yo tenía miedo de que se llevaran a mi papá, a la cárcel entonces me quedé callada, nos subieron a la patrulla, nadie dijo una sola palabra como si no hubiera pasado nada... y ya al otro día tratar de vivir la vida normal”

En el caso de “La deprimida”, hay un aspecto muy interesante ya que, existe una respuesta también ante la violencia, que se manifiesta en el silencio, es decir que no se hable de lo que pasa en casa, ni con la familia ni con las personas de afuera, se convierte en un secreto familiar que se guarda en el cuerpo que se vive a diario pero que no se puede expresar y mucho menos poner un alto a la situación. La mayoría de estas situaciones de violencia son muy frecuentes en las relaciones de sus padres y con el tiempo también va incrementando la intensidad de la misma hasta que alguno de los padres muere o en el mejor de los casos, los padres se separan.

“Una escena también muy qué me saco de onda, llega mi mamá y me dice, ¡tu papá ya se murió!, le dice a los más grandes, nosotros escuchamos se puso a llorar y llorar dice: ¿Qué voy a hacer? ¡Tanto que lo amaba o quería mucho el amor de mi vida, me voy a morir! y yo siendo niña me quede pensando ósea yo note en ese momento una diferencia y dije bueno, ama mucho a la persona que la golpeaba, que la humillaba, que la trataba peor que perro, lo amaba entonces eso también se me quedo para mí, eso era amor, golpear, maltratar, humillar, odiar”

“La Iracunda” describe perfectamente este concepto que se va formando o deformando sobre el amor, ya que este se conoce a través de los padres, de ellos se aprende en gran parte como se debe amar a la pareja, por lo que no es raro que un niño que vive esto, de grande repita el mismo patrón de conducta ya que lo construyó como una normalidad que se puede vivir, aunque este alejado de lo más sano y digno.

Es claro que en ninguno de los casos anteriores se encontró un proyecto de vida, al contrario estaban enfocados en destruirse el uno al otro, aunque no haya sido conscientemente, en estas parejas, no estaba la intención de compartir una vida sana, ni un proyecto donde hubiera un crecimiento espiritual o emocional. Por otro lado ellos fueron el ejemplo hacia sus hijos de lo que debería de ser una pareja, ellos les enseñaron la violencia como una forma de convivir con el otro, como un estilo de vida que les tocó vivir y del que no podían salir. En todo esto hay una actitud donde la persona no es responsable de lo que vive, pareciera que no hay

alguna oportunidad de salir de ello y que hay que aguantar cada insulto y cada golpe. Es importante saber que la relación de los padres contribuye directamente al enseñar a los hijos a ser violentos o violentados, es a través de lo que se ve y de lo que se vive como una persona va forjando su carácter, sus miedos, sus creencias, y lo que finalmente los puede llevar a repetir el patrón de la violencia, por lo que esta categoría resulta un gran predictor para la vida adulta ya que es probable que se elijan relaciones similares a las de los padres al final solo es un reflejo de lo que se aprendió en casa.

Categoría: Violencia en la Familia.

Esta categoría se refiere a la violencia que se vive dentro de la familia, no es sólo lo que los padres hicieron dentro de su relación de pareja, sino las manifestaciones que se han generalizado dentro de la casa, es decir, las relaciones entre los hermanos, de los padres con los hijos o si existen otras personas que interactúen con los miembros de la familia. Socialmente se espera que la familia sea un lugar donde una persona se desarrolle en un ambiente de paz, de tranquilidad y de seguridad, con las condiciones necesarias para el crecimiento. Dentro de la familia también se inculcan y enseñan los valores que cada ser humano debe de conocer y llevar a cabo en su vida, como el respeto, el amor, la paciencia, la tolerancia, la honradez entre otros muchos y es aquí donde también se aprenden los hábitos y se educa a las personas para ser hombres y mujeres de bien.

Dentro de la familia lo ideal sería lo que se plantea socialmente sin embargo esto no está resultando así y es fácil de mirarlo si se toma en cuenta los altos índices de delincuencia que hay, donde una persona es capaz de privar de su libertad a otra, o de asesinarla, también se ve el aumento en el consumo de alcohol y drogas en personas cada vez más jóvenes, bajo la consigna de la normalidad del abuso de cualquier sustancia, también se encuentran los embarazos de adolescentes y como consecuencia los abortos como un “nuevo método anticonceptivo”. Todo lo anterior es parte del resultado de las cosas que se hacen o no se hacen dentro de la familia, de los niveles tan altos de violencia y los pocos valores que se aprenden en casa. Por lo que es importante reconsiderar que es lo que se ha dejado de hacer, o que se necesita mejorar.

En el caso de las mujeres entrevistadas, se encontró que la violencia en casa es una constante. Y se encontró también que la familia no era un lugar seguro para vivir, lo que las llevó en algunos casos a tener que huir de casa, pero lo más preocupante es que les enseñó ese patrón de la violencia como una forma de vivir.

En este caso todas las participantes mencionan episodios donde la violencia era parte de la vida cotidiana, esta se manifestaba en diferentes situaciones como la que describe “La Risueña”

“Tenía un hermano que era un pinche cabrón, era un chanclo, ese nos colgaba de las patas de un mueble, dice él que nos portábamos mal porque decía vamos a hacer el quehacer de la casa ¿Qué podías hacer tú en una casa si no tenías los muebles que ahorita tiene uno?...y como no le hacíamos caso al cabrón pues nos colgaba de un mueble, era un miedo terrible, ese pinche mueble y nos colgaba de las patas y ahí nos dejaba el cabrón entonces haz de cuenta que nos colgaba del mueble y al mismo tiempo nos metía las patas en un hoyo y ahí nos colgaba rato, me acuerdo que nos dejaba ratos”

Este ejemplo es sólo uno de como la violencia comienza a generalizarse en todas las relaciones y posiblemente en otros espacios también, en este caso es la relación que se da entre los hermanos y que se caracteriza por el abuso de poder, que uno de ellos ejerce sobre los demás y las consecuencias que se generan en la persona están relacionadas con el miedo y con la frustración que les impide defenderse ante estas circunstancias.

“En la familia fue el enojo contenido, ya cuando estaba contenido, ya se volvía en ira y fue así igual con mis hermanos Arturo y Salvador se dejaron de hablar casi 10 o 8 años, ósea podían vivir en la misma casa pero no se hablaban para nada, ni se pedían de “pásame eso” nada como si fueran desconocidos, porque igual de tanto contener mi hermano, una vez se pelearon y mi hermano Salvador le enterró unas pinzas a mi hermano Arturo en la cabeza y ese hecho si lo recuerdo, porque yo estaba ahí y empezó a sangrar y todos se espantados y mi mamá lloró y

llore siempre que había una desgracia mi mamá estaba llorando, no hacía nada, solo se la pasaba llorando”

En el caso de “La sufrida” podemos ver está misma relación entre hermanos a través de la violencia, como una respuesta ante la incapacidad que tienen para poder expresar las emociones, ya que la familia generalmente no se les dice cómo se deben expresar y como se deben de soltar, ya que el enojo en el cuerpo tiene una duración corta, sin embargo, la ira es un sentimiento alimentado por la razón, donde se revive el enojo una y otra vez en el cuerpo y en la cabeza, esta imposibilidad de expresar en este caso el enojo, hace que se guarde en el cuerpo tanto tiempo que cuando sale puede llegar a lastimar al otro o a sí mismo, lo que lleva al final a fracturar una relación de hermanos, en este caso por muchos años. También hay otro aprendizaje, ya que indirectamente también se está enseñando a evitar resolver las situaciones, es decir que los hermanos prefieren el silencio como una forma de mostrar su inconformidad, pero no lo resuelve y la madre prefiere llorar como la única respuesta que tiene ante la situación sin embargo tampoco lo resuelve.

“Mi papá le pegaba a mi abuelita a su mamá, estaba bien pinche loco y ya, nunca me pegó, porque no me deje siempre corría, corría y aunque no regresara a dormir y ya regresaba a los 8 días pero nunca deje que me pegara, pero mi abuelita ya estaba viejita...entonces ella ya estaba grande y ya no podía caminar él llegaba y le daba con su bastón ¿Por qué no me diste esto? ¿Por qué no me lo mandaste?, porque luego me decía ve y dile a mi mamá que me mande para unos cigarros y entonces alquilaban cuentos, entonces yo iba y le decía abuelita ¡dice mi apa que si le manda para unos cigarros! y me decía ¡si hija! y me daba y me iba a alquilar cuentos ya llegaba y le decía ¡dice que no tiene! y ya iba bien enojado y ya le pegaba, ella estaba solita”

Unos de los aspectos que muestra “La chingona” sobre la violencia, es que está se ejerce con las personas que son vulnerables a ellas, en este caso en una persona mayor e incapaz físicamente de defenderse, en la violencia física se

enseña que hay una persona que puede someter a otra, que siempre hay alguien que no puede defenderse y que va a permitir este maltrato.

“Uno de esos recuerdos más impactantes que mi mamá estaba un día temprano se paraba hacia quehacer y teníamos una perrita que se llamaba garrapata así le decía mi mamá era bien obediente la perra pero un día se enojó, porque las perras entran en celo y un día la agarra de las patas traseras y la azota contra la pared, como dos veces yo tendría como 10 años, eso para mí también fue un pinche impacto porque dije no mames, para mí eso fue amor, dije mi mamá quiere mucho a la perra, le está pegando”

En el ejemplo de “La iracunda”, lo que se refuerza es la idea de que maltratar es igual amar a alguien o algo, no es raro entonces que al crecer, una persona tome como normal, agredir, como una conducta que se aprendió en la familia y que cada miembro utilizaba para demostrar su afecto. Sin embargo no se puede minimizar el efecto que esto tiene en la persona, retomando que se generan emociones y que hay un daño tan profundo que a pesar de la normalización, quedan en los recuerdos y en la memoria del cuerpo.

Esta categoría resulta también un gran predictor para que una persona pueda ser violenta o ser víctima de la violencia. Lo que se aprende en casa es de suma importancia, ya que el ejemplo y las acciones son contundentes a la hora de aprender a vivir. De tal modo que si en una familia se enseña que hay alguien que abusa, que maltrata, que golpea o insulta ese niño o niña aprenden que la vida es así y que todas las personas también son así, es muy fácil que de grandes repitan esta lealtad. En el caso de estas mujeres es muy probable que de grandes consigan una pareja que les dé una dosis de maltrato ya que es, a lo que están acostumbradas y quizás en algunos casos hasta creen merecerlo.

Categoría: Motivo para casarse

En esta categoría se divide en dos partes; la primera describe cual fue el motivo que tuvieron las participantes para casarse con su pareja y la segunda se refiere al conocimiento que tenían las participantes acerca del consumo de alcohol o de drogas de sus parejas antes de casarse. Esta categoría es importante ya que

se puede ver cuál era el objetivo para casarse con la pareja, si estaba dentro de su proyecto de vida, si fue una decisión premeditada o si fue algo espontáneo y también se encontraron factores que contribuyeron para unirse con su pareja.

Socialmente unirse a otra persona por el matrimonio resulta en muchas ocasiones la culminación de un proyecto personal, es decir se espera que los hijos estudien, crezcan y establezcan una familia. Dependiendo de las familias y del momento histórico donde se crece se esperan diferentes cosas acerca de los hijos. En algunos casos la edad para casarse resulta ser a muy temprana edad, puede ser durante la adolescencia en este caso las aspiraciones en torno a la vida son limitadas y el fin solo es que los hijos se casen y tengan hijos, esto representaría el objetivo familiar. En otros casos se espera que los hijos, crezcan, estudien y se desarrollen profesionalmente, que vivan y experimenten la oportunidad de tomar una decisión más madura a partir de la experiencia que pueden ir adquiriendo, para después si es que así lo deciden, formar una familia como parte de un proyecto de vida. Sin embargo en los casos anteriores hay algo que los puede unir y es que se espera que las personas que se casen lo hagan por un motivo específico que es el amor y el deseo de estar con la otra persona.

Lo que se vive dentro de las familias puede estar alejado del ideal romántico de unirse con el otro por el amor y la intención de formar una familia, hay casos en que la decisión de casarse es premeditada ya que hay un embarazo de por medio que no se había planeado o un deseo de salir de la dinámica familiar. Lo que se ve es por un lado un proyecto que se ve interrumpido o la falta de un proyecto de vida donde se planea la vida personal, que involucre a la pareja y la familia como parte de ese proyecto de vida.

Es necesario conocer en el caso de las participantes cuál fue el motivo por el que decidieron casarse o entablar una relación con la persona que después las violentó. De las 10 participantes, 8 están casadas o viven en unión libre, de estas 8 mujeres se juntaron con su pareja ya que lo que en realidad querían era salirse de su casa debido a la violencia que vivían ahí.

“Yo nunca lo quise a él nunca, ahora yo lo vengo a ver así, que era por comodina porque cuando, teníamos problemas en la casa porque mi

mamá y mi papá eran alcohólicos entonces mi papá masacraba a mi mamá, entonces yo decía ¡Yo con el primer guey que pase me voy, sea lo que sea! y paso ese guey mi papá era alcohólico, mi mamá alcohólica y él es alcohólico drogadicto”

En el caso de “La risueña” podemos ver que no existe un proyecto de vida donde se planifiquen, los hijos, el estudio o la pareja, muchas veces sólo se trata de sobrevivir ante las situaciones que la vida les presenta, en este caso la participante sólo quería huir de la vida que llevaba y a pesar de que en su discurso está que se iría con la primera persona que pasará, es claro que se elige a partir de lo que se conoce y de lo que se vive, ya que es posible que él no haya sido el primero que paso, pero si fue el primero que ella vio.

“Yo me acuerdo cuando me fui de 14 años, yo llore mucho, cuando me fui fue porque mi papá me pegó, él me pegó como en octubre y yo de mi casa me salí un día después de reyes, porque yo todavía creía en los reyes y esperaba yo los reyes para irme...Entonces según yo ya tenía a mi novio, él llegó de un rancho y se quedó ahí, yo lo conozco, ni mucho tiempo que yo lo trate, entonces toda la gente sabía cómo me explotaba mi mamá...como nos maltrataba...y el dichoso novio se entera de que me había pegado mi papá y yo también dije ¡Pero me voy a largar de la casa, esto que me hicieron no se queda así, me voy a largar de la casa!...entonces se enteró él que yo me iba a ir de la casa y me dijo si quieres vente conmigo él me lleva”

En el caso de “La soberbia”, se ve que la edad resulta un factor importante, ya que no se cuenta con la madurez, física, emocional y psicológica para tomar una decisión más responsable, en este caso la participante aún tenía ilusiones que son propias de esa edad y quizás lo que no era oportuno era comenzar una relación de pareja a los 14 años. Durante esta etapa adolescente, lo que se ve es la poca capacidad que se tiene para tomar una decisión conveniente para la edad que se tiene, ya que no se vislumbran las consecuencias que está puede llegar a tener, es claro que salir de la casa no resuelve el problema de la violencia, por el contrario es

muy probable que se repita ese patrón ahora con mayor intensidad. Por otro lado 3 de las 10 participantes se casan a raíz de un embarazo no deseado.

“Cuando yo supe que estaba embarazada me quedé así de ¿Qué voy a hacer guey? me sentía así como ida, esa ocasión me salí a caminar a caminar sin rumbo y ya cuando regresé ya me andaban buscando, no sabía que iba a hacer, porque no quería yo que pasará, tenía mucho miedo porque no quería repetir la historia de que mis hijos no tuvieran papá, yo no había hablado bien con él de que si me iba a responder o no, llevábamos como 5 meses de novios entonces yo le dije que estaba embarazada ya cuando llegué...mi mamá me dijo es que se tienen que casar...entonces yo les había dicho que no lo quería tener, mi cuñada me consiguió unas pastillas para abortar a mi hijo pero no me hicieron no me funcionaron entonces...ya cuando va a hablar con mi mamá, él le dice ¡Es que yo no me quiero casar! y entonces yo le dije ¡No es que yo tampoco me quiero casar! así de no mames si estoy embarazada pero no me quiero casar...entonces nunca fue ni mi ilusión ni nada entonces, me fui con él me llevo a vivir a la casa de su mamá yo tenía 17 y él 21 años”

En el caso de “La celosa” existe una situación que es un embarazo no planeado y no deseado por ella, que coincide nuevamente con la falta de madurez para tomar decisiones debido a la edad, la irresponsabilidad y la poca información que se da dentro de las familias acerca de sexualidad que lleva a tomar decisiones precipitadas, como un aborto o la unión con la pareja. En este caso también se encuentra el miedo a que la historia personal se repita en los hijos, por lo que no importa, como sea la pareja, lo importante es que, no se repita el hecho de dejar a los hijos sin padre. La última participante se juntó con su pareja a raíz de que su mamá la corrió de su casa

“Mi mamá me pegó una vez porque me fui con unas amigas ya de grande tenía 19 años y me dijo que me largara con el guey con el que había estado, pero yo no había estado con nadie yo había estado con las amigas y ella me dijo que agarrara mis garras y que me fuera, yo nada

más tenía un solo vestido entonces me acuerdo que lo eche en una bolsita de papel y me salí a llorar a la calle y paso el gey con el que tuve mis hijos, que era el novio de mi hermana y me dijo ¿Qué te paso? y le dije mi mamá me pego con una vara y me corrió, y me dijo vámonos a México y yo bien pendeja dije si y valió madres...cuando llegue con este pendejo él me quiso violar esa noche y pues yo empecé a llorar y yo le decía que no, que no me hiciera nada, me daba mucho miedo y me decía él que para eso había ido y yo le decía que no ¡es que tú me trajiste a trabajar! y me dijo y ¿te la creíste? ¿Tú misma te la creíste?”

Con “La chingona” es muy claro que dentro de su proyecto de vida no estaba la pareja, ni formar una familia, es una circunstancia que se da a partir de la confusión y de la ignorancia, ya que quizás en ese momento no tuvo la posibilidad de responder de otra forma ante lo que le estaba pasando, todo esto se conjuga con el abuso de otra persona que no tenía precisamente la intención de ayudarla. Al final también se trata de una elección y de una actitud de resignación ante la vida que estaba llevando. Por último es importante saber que 7 participantes mencionaron que se habían dado cuenta durante el noviazgo o durante los primeros meses del matrimonio que sus parejas consumían alguna sustancia como el alcohol y la droga.

“Resulta que yo también miraba que él se drogaba con marihuana pero para mí eso era normal ya porque todos en mi casa eran drogos alcohólicos, yo miraba que mi mamá vivía en paz, sólo golpeaba a los drogos pero no hacía nada” (“La Iracunda”)

“Una vez llego así y le dije al otro día es que tú te drogas y me dice “es que es la primera vez que lo hago” que no sé qué, el chiste es que ya no le decía yo nada, llegó un momento en que llegó con droga a la casa y se puso todo loco y yo le hable a su mamá y se puso todo loco que quería salir a comprar droga...el chiste es que llegó su mamá y dijo ¡pues déjalo que vaya a comprarlo tú también ya para que lo detienes! entonces yo dije ¿para qué tanto pinche pedo para que tanto pinche esfuerzo?”

porque ella lo tomó así como que pus y dije bueno si ella lo ve normal pues bueno ¿no? Entonces yo también me hice así a la idea de que era normal...” (“La Celosa”)

En el caso de “La iracunda” y de “la celosa” se puede ver parte de la normalización de un estilo de vida, donde hay violencia y consumo de sustancias ilegales, por un lado es parte de lo que se vivió dentro de la familia por lo que no es raro elegir una pareja que tenga esos mismo hábitos y que además es una conducta permitida. En el segundo caso también hay una normalización pero a partir de la reacción de una tercera persona, al final el hecho de comenzar una vida con alguien bajo estas condiciones, puede llevarnos a prever que será una relación compleja ya que de entrada el otro no tiene una estabilidad emocional que le permita entablar una relación sana. Una persona que tiene una adicción se caracteriza por ser tener serios problemas de personalidad, poco control sobre la bebida o la droga que los lleva a perder la voluntad para hacer o no hacer ciertas cosas, por lo que iniciar una vida con un adicto puede significar el comienzo de una relación perjudicial emocional, espiritual y físicamente.

El inicio de la relación de las participantes en general está caracterizada por la poca planeación de la misma, es decir, que no existe un proyecto de vida, que involucre el crecimiento personal y el crecimiento de la pareja, cuando dos personas que no saben para donde van se unen, no son capaces de guiar a alguien más, en este caso si hay hijos, es muy probable que por la edad tan corta y la poca experiencia y madurez que la relación se comience a complicar desde el principio, hay poca apreciación por la vida y un proyecto que está vinculado a la destrucción ya que hay consumo de sustancias que alteran las emociones y las conductas. Casarse entonces no significa la resolución de los conflictos en la familia, si no la incapacidad de resolverlos, huir de casa no soluciona el problema al contrario lo hace más grande.

Categoría: Violencia en la Pareja

Uno de los criterios para incluir a las participantes en esta investigación fue que alguna vez se hayan sentido violentadas por su pareja, dentro de las historias de vida y sin saber específicamente que fue lo que vivieron se encontraron

principalmente 4 subcategorías, la primera está relacionada, con la violencia psicológica o emocional está incluye las ofensas verbales, humillaciones, infidelidades, celos, mentiras, discusiones, chantajes y la falta de libertad para hacer o decir algo. La segunda subcategoría es la de la violencia sexual, que se refiere a todos los actos sexuales que se hacían sin el consentimiento de la participante, incluye también el consumo de pornografía por parte de la pareja y la falta de afecto durante las relaciones sexuales, incluye también la transmisión de enfermedades o infecciones de tipo sexual debido a las infidelidades de sus parejas. La tercera subcategoría se refiere a la violencia de tipo económico donde las parejas, no aportaban dinero al hogar, no trabajaban, había carencias económicas incluyendo la falta de alimento, comida y vivienda. Y la última subcategoría que es la violencia física, la cual estaba caracterizada principalmente por el abuso físico a través de los golpes.

La sociedad habla de la violencia como la ausencia de los valores dentro de la familia y de la persona, se ve como un aspecto muy común dentro de las familias, pero que no está bien visto por las personas, es decir, que no aprueban la violencia inclusive se hace énfasis en la igualdad de género donde hombres y mujeres tienen las mismas posibilidades de desarrollarse, deberían de tener los mismos derechos y obligaciones de acuerdo a la sociedad. En general se espera que en las familias haya, respeto, amor, comprensión, tolerancia y comunicación, sin embargo también se encuentra el otro lado, donde se les dice a las personas que amar, es igual poseer a una persona, que cuando se casan se vive el uno para el otro y por lo tanto la libertad se convierte en un asunto de pareja, ya que ahora se tiene que consultarlo todo con él o ella, también se enseña que sin celos no hay amor, lo que produce consecuencias en cómo se ve a la pareja, si como una persona o como un objeto personal.

Ya en la familia las historias son otras respecto al ideal de la sociedad. Los padres crían a sus hijos de acuerdo al sexo con el que nacen, las actividades en casa se reparten de acuerdo a, si se es hombre o mujer, y también el trato se personaliza, las demostraciones de afecto son adecuadas para las mujeres solamente, la rudeza y el trabajo se le enseña a los varones, las actividades propias

de la cocina son sólo para ellas y lo referente a los carros o la reparación de las cosas de la casa es para ellos, en la realidad existen diferencias en las familias que van formando los hombres y mujeres ideales de acuerdo a la sociedad y a lo que se piensa que es lo mejor. Por lo que se está lejos de la igualdad social, que por supuesto tampoco es el mejor ideal. Entonces lo que se vive en las familias hoy en día está alejado totalmente de los valores, la violencia es un hecho que aumenta más y más, cada vez son más intensos los episodios, es más cruel y está más distanciada del respeto por la vida, la violencia se ha normalizado a tal grado que las personas han perdido la capacidad de asombrarse e indignarse al verla, ahora es común saber que anoche mataron a una persona, o que aparecieron decenas de cuerpos en alguna fosa, o que colgaron a alguien de un puente, esas escenas no causan ya ningún impacto, por lo que es de esperarse que dentro de las familias, la violencia también se tome como un estilo de vida del que no se puede salir, porque no se conoce otra forma de vivir, existe un acostumbamiento aunque en este se pueda perder hasta la vida.

Dentro de las historias de vida es sorprendente como estás mujeres vivieron y permanecieron en relaciones donde había manifestaciones de violencia algunas incluso desde el noviazgo. El análisis se hará por cada una de las subcategorías, aunque todas sufrieron violencia, se presentará fragmentando está violencia por partes.

Violencia Psicológica y emocional.

La primera subcategoría se refiere a la violencia psicológica y emocional en esta las 10 participantes mencionan haberla sufrido de diferentes formas y en diferentes situaciones.

“Yo permití muchas cosas por no estar sola porque él me enseñaba a manejar a gritos y sombrerazos de pendeja, estúpida e idiota no me bajaba, pues así era eso durante el noviazgo y durante el matrimonio igual, discutíamos por pendejadas que porque yo había echado primero la cebolla y no, no era así primero era la carne y no lleva cebolla y cosas así... que porque yo salía tarde, que porque si yo llegaba temprano, temprano ósea pendejadas...me decía inútil, que era bien pendeja, que

era una buena para nada, que no sabía hacer las cosas y yo para que no oyera mi hijo yo calladita así no se hacia el pleito grande...cerraba la puerta de la cocina, siempre los pleitos eran en la cocina y apretaba los puños para no contestar y no llorar pero me ponía a llorar me ganaba el sentimiento y más se encabronaba; “ya vas a empezar con tus pinches lagrimas siempre es lo mismo contigo, uno no puede hablar contigo porque siempre sales con lo mismo todo lo haces mal”

En el caso de “La alegre” es muy claro que la violencia se comienza desde el noviazgo, existen avisos desde antes que muestran que la situación puede incrementar, sin embargo también se ve en este caso que el miedo comienza a instalarse en el cuerpo, tomando en cuenta que no quiere repetir la historia que vivió en su infancia, y que la soledad parece ser una condición insoportable. Muchas mujeres piensan que necesitan de un hombre para formar una familia lo que no se ve, es que a veces eso puede tener mayores daños que beneficios. También se puede ver el nivel de sometimiento de una persona a otra hasta en las emociones, en este caso que la pareja llegué al grado de someter la voluntad de la mujer no dejando que pueda expresar lo que siente.

“Su forma de hablar es así como, me decía ¡Haber hija de tu puta madre! pero es que no se decirte las palabras que decía, porque eran exageradamente ofensivas, no me sacaba de perra, pero unas groserías que no y no las recuerdo pero eran demasiado fuertes tanto me las decía haz de cuenta que estaba hablando el diablo, yo siempre pensé que él no era él por qué cuando se enojaba era algo, yo le tenía mucho miedo, era un miedo excesivo”

En el caso de “La Iracunda” también se ve lo que puede producir una persona en otra, en este caso el miedo. Habría que considerar que lo que las personas hacen o dicen no sólo tiene repercusiones en ellas mismas, sino que hay un efecto en las emociones y en las conductas de los otros. De tal modo que, el hecho de ejercer violencia sobre la pareja produce en ella situaciones como el miedo y como resultado el sometimiento de la persona.

“Me empezó a decir que, que yo era una puta que toda la vida había sido un puta y empezó el maltrato psicológico...me decía “perra mugrosa, me das asco, eres una cochina” después me embarace de mi hija a los 20 años y yo le decía a mi suegra deme para comprarme una paleta dile a él que te dé, y yo le decía Jaime dame para una paleta y me decía “chinga a tu madre, pendeja que te voy a estar dando pinche culera de mierda”, y después cuando mi hija ya nació y ya le dijeron a él que era niña y dijo “pinche culera de mierda, ni siquiera eso pudiste darme, un hijo, esa niña no es mía esa niña es de ese culero con el que estuviste” y el maldito todavía eso me dijo”

Es cierto que la violencia va incrementando, se puede considerar que la violencia verbal, emocional o psicológica es la primera etapa de muchas otras que vienen después. El hecho de comenzar una relación donde ya hay groserías o insultos es un indicio de que esa relación no será nada sana para ninguna de las dos personas, ya que se pierde el respeto y se comienza con una dinámica donde más que amor lo que se construye es el odio y el resentimiento.

“Cuando supe que tenía otra persona le reclame, fui a buscar a mi suegra y le empiezo a platicar es que fíjese que su hijo así y asado agarra y voltea y con una cara de me vale madre y me dice no, no, no niña aquí no me vengas a llorar a ultimas viene de una familia de donde engañan a las mujeres así son ellos así que te tienes que acostumbrar y yo así como de no mames si ando buscando que me abracen...y ya después una vez me subí al carro por la parte de atrás y le empiezo a decir de cosas a él y a la vieja y me dice “cálmate que estas pinche loca” y me agarra las manos le dice a esta vieja “bájate” y se baja la tipa y agarra y me dice ¿qué estas mal, qué te pasa?” y le dije “pues tu que andas de culero” el chiste es que me llevo a la casa y me dice “cálmate a ver vamos a hablar y me dice bueno si ando con ella pero es un gusanito espérate a que se me pase el gusanito 2 o 3 meses” y yo dije “que poca madre” ¿cómo me pides eso? ¿Cómo que un pinche gusanito? no si dice “es que estoy bien clavado dame chance” y se fue ese día saque fotos, rompí

fotos hice un desmadre agarre mis cosas y según yo, me fui a los dos días otra vez me regrese por que el me perjuro que no volvía a pasar”

Este caso es muy representativo ya que se puede vislumbrar esta división entre si se es hombre o mujer. Socialmente se piensa que el hombre puede tener ciertas conductas como la infidelidad que son permitidas incluso hasta aplaudidas ya que con eso demuestra su hombría, en este caso hay una naturalización de esa condición ya que no existe ningún problema en que el hombre sea así al contrario es lo normal, lo importante sería preguntarnos si para la pareja esto se puede sentir como algo normal que puede tolerar, y claro que existen repercusiones, comienza la desconfianza, se pierde el respeto, la mujer puede sentirse insegura y poco amada o valorada. Sin embargo también se sabe que dentro de la violencia hay un ciclo que tiende a repetirse, se presenta el episodio, él pide perdón y se comienza otra vez, esto puede tardar tantos años como se decida incluso durante toda la vida.

“Yo le empezaba a reclamar siempre era de celos, si llegaba una chica a la tienda y se quedaba media hora hablando con él ¡no me pelaste ya viste! ¿Qué haces con esa vieja?, en las fiestas de la universidad igual alguna chava quería con él y cuando no me pelaba me emputaba ósea ¡no mames es que te pasaste de verga, ni siquiera me pelaste estuviste todo el puto día ahí, si yo te invito no es para que estés con mis amigos si no para que estés conmigo! y si recuerdo que siempre eran por celos...recuerdo mucho que siempre trataba de explicarme o no decía nada se quedaba callado pero yo empezaba a castrarlo, ¡explícame! porque yo era necia, siempre era de ¿Por qué? ¿Por qué? ¿Por qué? y eso lo castraba más y el trataba de tranquilizarse y yo pero ¿Por qué? y siempre era cuestionarlo y ya cuando menos ya eran mentadas de madre siempre era ¡pinche loca estas pinche loca lárgate de mi casa ya me tienes harto ya estoy hasta la madre de ti! ósea siempre era eso siempre eran gritos en su casa”

También es cierto que la violencia se construye en pareja, hay alguien que la ejerce y alguien que la acepta. También es cierto que no solo el hombre lo hace, hay mujeres que son sumamente violentas en la relación y que contribuyen con su

parte dentro de la misma. En este caso la mujer es la que ejerce la violencia verbal sobre el hombre a través de los celos y los reclamos, es claro que la violencia trasciende el género se trata una construcción que puede elaborar cualquier persona y en este caso uno de ellos comienza y el otro continua se convierte en un estilo de vida y de relacionarse con la pareja.

Violencia Sexual

Por otro lado en el caso de la violencia sexual de las 10 participantes entrevistadas 9 mencionan que sufrieron algún tipo de violencia en este aspecto.

El ejemplo de “La sacrificada” se da en una relación de pareja donde no hay matrimonio, lo cual significa que no es necesario estar casados para que se de la violencia, este tipo de abuso se da a través de forzar a una persona a tener algún tipo de acto sexual sin que la pareja lo consienta. También se caracteriza por actos donde no hay responsabilidad, ya que no se utiliza algún tipo de protección ante algún embarazo o enfermedad de transmisión sexual que puede traer consecuencias más graves que puro acto.

“Si había abuso sexual porque entonces él ya me empezaba a agarrar a fuerza, porque yo era su descanso más bien, él nunca le importo que yo estuviera embarazada yo con el conocí el sexo de las tres formas, oral anal y vaginal porque era violento si no me dejaba, era de a huevo las penetraciones, siempre fueron a fuerzas el primer año para mí fue un infierno, porque todo para mí era normal, hacer sexo oral me vomitaba cada vez que lo hacía pero él me agarraba de aquí y no podía yo moverme es un pinche desmadre”

Lo que nos relata “La iracunda” es un ejemplo de la incongruencia que puede haber en las personas, por un lado desde la razón pareciera que no hay ningún problema en llevar a cabo ciertas prácticas, parecieran normales y que no causan más que placer al hacerlas sin embargo siempre hay algo en el interior que les dice que no es adecuado, hay algún malestar o inquietud, el asunto es que tanto quieren escuchar y hacer al respecto. También se encuentra que además del abuso sexual se comienzan a mezclar otros tipos de violencia, puede ser en este caso, lo físico como una forma más contundente de imponer su voluntad al otro.

“De hecho que crees que hubo un tiempo en el que yo todavía no consumía drogas, pero yo no sentía nada teníamos relaciones y le decía ¡es que no siento” y él ¡pues ya entre! me decía que estaba yo gorda y todo eso ya me decía ¡ya ves que eres bien fría pinche témpano!...entonces yo me di cuenta que era cuando él se iba a drogar en los siguientes el ya su pene no tenía una erección o había veces que ya estaba ahí y yo le decía no manches ya ni se podía venir entonces fue cuando a mí me cayó el 20 y dije ¡qué poca madre! todos los demás años atrás que nunca puse atención que no era yo, porque hasta yo sufría y decía pero Diosito ¿Porque si yo lo amo? y no sé qué más ósea ¿Por qué? ayúdame ¿qué voy a hacer? si me sentía yo bien pinche mal ¿no? Porque decía ¿cómo es posible? y ya agarre y ahora hasta hace poco me vine a dar cuenta que no era yo”

En este caso de “La celosa” también comienzan a mezclarse las diferentes categorías de la violencia, por ejemplo, la sexual con la psicológica, ya que hay menosprecio e insultos de por medio, esto se usa como una herramienta para culpar a la pareja. En esta categoría es muy claro que el hombre no es capaz de ver a la otra persona, la idea se centra en verla como un objeto que debe de satisfacerlo, a la hora que sea, cuando y como él quiera, aquí se pierde la posibilidad de crecer ya que la intención no es esa, sino únicamente cumplir su deseo y llevarlo al extremo.

“Y era un libro de mi hija estaba leyendo y había ahí un papel blanco y bien claro decía “mamá estoy esperando un hijo y este hijo que estoy esperando es de mi papá, mi papá me violó” y entonces me acuerdo que lo vi y dije puta madre estoy soñando es una pesadilla y agarre y lo que hice fue volverlo a leer y agarré y lo cerré y dije voy a hablar con él...me acuerdo que él estaba acostado y agarre y le dije que se parara le dije “párate porque quiero hablar contigo”, “yo no tengo nada que hablar contigo” “párate hijo de tu pinche madre que ahora si te va a cargar tu puta madre cabrón” ese día le empecé a hablar así ya estaba hasta la madre que ya estaba yo harta aburrída y cansada de tanta pinche mamada que nos había hecho y como para que saliera con otra

mamadita ¿no? Y salieron los niños y se quedó mi hija y él no quería apagar la tele “no apaga la pinche tele y agárrate esos dos pinches huevos que ahorita te vas a hacer falta guey” y le dije y le dije ¿Qué dices hijo de tu pinche madre? “nada te juro, te juro, te juro que no es cierto y no es cierto y no es cierto y no es cierto” él nunca lo aceptó porque no lo aceptó y no decía nada luego yo volteo a ver a mi hija y le dije ¿qué? Y me dijo ¡pues eso que está en el libro eso es!...pasó esta situación con él yo haz de cuenta que me pelee con él como un mes no dormí con él y después seguí cogiendo me mataba esa situación como después de que él había violado a mi hija a su hija yo tenía el pinche descaró de irme a coger con ese guey...ahora ese niño vive ese niño tiene 12 años”

Quizás este ejemplo de “La risueña” sea el más adecuado para explicar cómo un deseo que está desbordado puede traer serias repercusiones, ya no sólo en lo físico y en lo emocional ahora también en lo espiritual, ya que ya hay un daño muy profundo al romper el orden universal, este también es el ejemplo de cómo se puede vivir en la animalidad, pensando que no hay consecuencias de los actos, y sin la conciencia para saber que se está trasgrediendo a otras personas. Aquí ya no sólo es la pareja si no las consecuencias con los hijos, y hasta con los nietos, ya que son generaciones que espiritualmente están marcadas al menos que se haga un trabajo muy profundo.

Violencia Económica

En el caso de la violencia económica, 6 de las 10 participantes mencionan que si la hubo, principalmente porque la pareja no trabajaba y carecían de diferentes cosas, llevándolas a tener que mantener ellas el hogar.

“Él tomaba mucho y si no le daba de comer carne me golpeaba, yo lavaba ropa, iba a las casas porque en ese pueblo estaba tan pinche miserable estaba tan rascuache y miserable que no había dinero, nada más llegabas lavabas ropa te daban un botecito de a kilo de frijol, iba a otra casa les lavaba más ropa me daban para un kilo de tortillas, había veces que no completaba para las dos cosas ya agarraba a mi hija pero tenía que tener carne porque si no tenía ya yo temblaba porque en la

noche iba a llegar y me iba a levantar y me iba a golpear me iba a arrastrar, entonces yo prefería no darle de comer a mi hija, pero tener comida para él”

En el caso de “La chingona” se mezcla este tipo de violencia económica con la física, ya que su pareja al no encontrar el alimento en su casa utilizaba la fuerza física para amedrentarla por lo que la participante optaba por darle preferencia a él, que a ella misma y a su hija. En muchos de los casos de las participantes también se ve que el abuso de las sustancias es un factor importante para la violencia en la relación. Ya que muchos aparte de no trabajar, se dedicaban a quitarles su dinero para poder seguir su consumo.

“Empieza a padrotearme porque empiezo yo a trabajar y soy yo la que surte el hogar, surto comida, todo lo que hace falta en un hogar yo lo empiezo a poner, visto a mis hijos los calzo, les doy todo lo que necesitan a mi entendimiento y a lo que yo ganaba pero resulta que también le lavaba, porque el día que yo no le lavaba o le faltaba algo me pegaba, me quitaba mi dinero ya ves que te lo dan con tarjeta y así lo sacaba y me iba al mandado a comprar todo lo que hacía falta y los niños se quedaban con él yo solo sabía que tenía yo que trabajar y dar dinero y surtir la casa cuando yo le decía que el trabajara el optó por esa actitud de decir: ¡Yo soy el dueño de la casa te toca surtir!”

En el caso de “La Iracunda” es parecido ya que su pareja no trabajaba y su única actividad estaba relacionada al consumo de drogas, por lo que la participante tenía que hacerse cargo de los gastos, de sus hijos y de las labores de la casa. Por lo que el desgaste físico y emocional es una repercusión directa sobre la persona que vive una situación así.

“Allá mi pareja no me daba gasto, su papá era el que se encargaba de comprar por anegas de maíz para comer tortillas con frijol, yo juntaba los chiles y las nueces y me iba a venderlas y ya después hubo una concuña, que me regalo una gallina y un gallo y ya me enseñó como juntar los huevos, como echar la gallina entonces yo allá no me podía comer los huevos de las gallinas y en el rancho él casi no tomaba, pero

tampoco trabajaba ósea nada más lo que era el campo ir a sembrar a limpiar los arboles arrimarles la tierra, a regar, pero así que dijéramos trabaja por ahí en algo pues no y pues pagaban muy barato”

En este caso de “La soberbia” también había violencia económica ya que la pareja no proveía lo necesario para cubrir las necesidades básicas como la vivienda, o la vestimenta. Este tipo de violencia entre otras cosas tiene una consecuencia directa con la alimentación ya que se ve en las diferentes historias que hay una gran carencia de comida, por lo que esa energía que se requiere para la vida, es deficiente o muy poca. Por lo que se puede esperar que comiencen a manifestarse diferentes enfermedades y problemas en los hijos que tampoco reciben el alimento que necesitan para crecer. También es de esperarse que si no había alimento, los servicios de salud también llegan a ser insuficientes, así como las oportunidades de estudiar, de vestir y ya ni pensar en vacacionar.

Violencia Física

Por último se encuentra la violencia física, donde 9 de las 10 participantes la experimentaron con su pareja, está se caracteriza por golpes, empujones que en algunos casos llegaron hasta requerir la atención hospitalaria.

“Me empieza a pegar y como ya sabía yo, que me pegaba siempre en la cara, yo apretaba los dientes, las mandíbulas las tenía así y ese día ya Jorge tenía uso de razón, ósea ya más coherente y se le avienta a Paco y le dice: ¡no le pegues a mi mamá! y le dice: ¡haber hijo de tu puta madre tú te sales! le quiso empezar a pegar y le dije ¡no mames no le pegues a él déjalo que se vaya! lo saca y cuando lo saca me empieza a poner en la madre él me pagaba en los brazos y en la cara me decía ¡haber síguete riendo hija de tu puta madre! ¡Síguete riendo de que me caí! entonces fue tanto mi cinismo que después ya no me dolía cuando me pegaba y me empezaba a reír de él y siempre me pegaba en la cara porque le molestaba que yo me riera o me jalaba los pelos, me arrancaba los pinches pelos de aquí esto de aquí (nuca) Paco solo me pegaba en la cara en la espalda en los brazos o en esta pierna porque sabía que en

esta me lastimaba, ósea bien decente para pegarme... Y pues no podía hacer nada, se me hizo como un modo de vivir”

El caso de “La iracunda” es uno de los más representativos del tipo de violencia física, ya que debido a los constantes abusos físicos por parte de su pareja, llegó un momento en el que empezó a separar su cuerpo de sus emociones, ya que el dolor es tan intenso que separarlo del cuerpo se vuelve un mecanismo para poder sobrevivir, hasta el punto de no sentirlo, lo cual no quiere decir que no haya repercusiones en él, sino que de esa manera son capaces de continuar con la vida como un estilo al que hay que resignarse como ella misma lo menciona. Otra repercusión es a nivel familiar, ya que los que viven la violencia no son los únicos afectados, en este caso los hijos también forman parte de este círculo, donde aprenden la violencia y a veces hasta tienen que intervenir con el objetivo quizás de detener el episodio, lo que genera en ellos diferentes emociones como el miedo o el enojo y al final la frustración de no poder resolver la situación, se convierten únicamente en espectadores.

“Muy agresivo toda la vida me golpeo estaba yo embarazada y me daba de patadas en el estómago y me decía ¡ojala y se te muera ese pinche chamaco que traes, porque eres una culera, eres una perra! me pegaba muy feo...yo le decía a mi suegra es que me peina Javier, y me decía ¡pues tú te lo buscas, si fueras una mujer decente no te hiciera eso! ¿Qué quieres que haga? Ya me ponía yo a llorar, mis hijos vieron todo, una vez traía yo a mi niña a la más grande de la mano y me pegó muy feo me descalabró iba yo llorando y le dije a mi hija ¡ojala y se muera! pero yo nunca me di cuenta que iba atrás de mí y llevaba una vara de membrillo que la había estado pelando esas varas, te pegan, te abren la piel y no se rompen y cuando voltee yo y lo vi nada más vi como hizo la vara así y me la atravesó aquí en la cara, me abrió la cara me desvió el tabique y nada más vi muchas estrellitas y empezó a escurrirme toda la sangre y él se fue a emborrachar y yo me quede ahí con mi dolor, con mi enojo”

En el caso de “La Chingona” se puede ver el poco respeto que se vive en una relación donde hay violencia, donde no hay un límite para violentar no importando si se está embarazada o cualquier otra condición. También se pueden ver un poco de las creencias sociales, donde es necesario que a la mujer se le eduque a través de los golpes, pareciera que una persona se merece vivir así porque se lo buscó, este tipo de creencias repercuten en una práctica violenta ya que alejan a la persona de los valores necesarios para fomentar un proyecto de vida y no uno de muerte, se alejan del respeto por el otro, de la empatía y de la compasión. Las personas que violentan así no tienen un límite a la hora de imponer su voluntad, no hay una expresión adecuada de sus emociones y por el contrario permiten que ellas se desborden y lastimen a alguien más.

“Alguna vez ahí si recuerdo que me corrió y me salí yo descalza y me puse yo toda loca casi siempre era de ¡guey pégame, hazme lo que quieras pero hazme caso! y estaba en la calle recuerdo que estaba toda pendeja, ni peda estaba y toda meada y me empecé a pegar yo, con una piedra y me estaba viendo el desde la ventana y le marcaba por teléfono y no me contestaba y no me quería abrir la puerta de repente llega la policía me subió a la patrulla me fue a aventar no sé hasta qué lado le estaba marque y marque y no me contestaba y de repente ya ese guey me dijo ¡ya vente para acá! al final siempre cedía y yo le decía ¿Cómo me voy a ir si me dejo hasta no sé dónde chingados la puta patrulla? dice ¡pues no se tu vente y ahorita te bañas y te cambias! el chiste es que me fui caminando me echaron un ray me acercaron y ya Roberto ya había prendido el boiler ya me metió a su casa y así todo cariñoso yo creo que él sintiendo la culpa ¿no? Porque antes de eso ya me ha había pegado, nos habíamos golpeado y ya que regresé como si no pasara nada”

Con “La sufrida” también se puede ver como la falta de amor propio puede llevar a una persona a permitir cualquier tipo de humillación o trato, aceptando lo poco que la pareja le pueda dar, este asunto de tratar de llenar un vacío con una pareja es muy común es una de las razones por las que se pueden unir, una carencia puede llevar a las personas a permanecer en una dinámica que está

alejada de cultivar la vida, donde después del episodio la vida continúa y se pretende olvidar lo que pasó a cambio de un poco de amor. Este círculo donde se presentan episodios violentos y después se omiten con una disculpa es una dinámica difícil de romper ya que siempre se espera que el otro pueda cambiar y entonces ahí si serán “felices por siempre”.

“Estando embarazada de Antonia me golpeo porque un muchacho pasó y me saludo ¡No! ¿Que quien es ese hijo de su puta madre? entonces agarro y nosotros nos dormíamos en una litera en la parte de abajo entonces estaba yo acostada, se me subió encima me puso la manos así (a los lados) se subió encima para que yo no las pudiera mover y me empezó a agarrar a puro puñetazo en la cara entonces mi cuñado el más chico agarro y se metió y le dijo ¡déjala no seas pinche cobarde! y entró el otro hermano y le dice a mi cuñado el chico ¡tú déjalo tú no sabes porque le está pegando no te metas! y cuando de repente me acuerdo que me enderece y a la hora que me enderezo veo el chorro de sangre así al piso y me empecé a sentir mal y me empezó a dar un dolor y fui al hospital y rumbo a él me iba diciendo ¡no les vayas a decir que yo te pegue, por favor, te lo juro que no lo vuelvo a hacer, pero por favor, no les digas que yo te pegue! pero no ese entonces no captaba que pinche puto ¿no? ósea iba concentrada en mi dolor me dijeron que, ¿Qué me había pasado? y yo les dije que me había peleado en el mercado y ya me hicieron un ultrasonido de emergencia me dijeron que probablemente tenía un brazo lastimado mi bebé y pues que no se podía hacer nada hasta que naciera”

Con “La celosa” También es evidente que los episodios pueden llegar a tener repercusiones que pasen de los moretones o rasguños, y esto puede terminar tan lejos como pase el tiempo sin recibir ningún tipo de tratamiento. Con esta participante ya no sólo es ella y él sino la posibilidad de haber lastimado a la hija que estaban esperando y la frustración aunada a la preocupación de no poder hacer nada ante ello. También se ve la responsabilidad de la persona violentada, ya que

no se tienen las herramientas para enfrentar la situación, e incluso para comenzar con un proceso legal.

“Yo nunca pensé que me fuera a pegar en la calle, lo que agarra él es que me pesca de los cabellos, me tiró y me pegaba con el puño cerrado y con el pie, entonces unos chavos se acercaron a querérmelo quitar me dio una súper madriza, que quedé toda adolorida, todo el cuerpo me dolía todo me dolía, y ya me lo quitaron me dolía todo el cuerpo y lo que hice fue yo es que le dije a su hermano de él y le dice que ¿Por qué me había pegado? ¡Pues por piche puta! dice ¿quieres una pinche puta? ¡llévatela! dijo ¡viene de trabajar y como puede ser que no nos da de comer! entonces saca toda mi ropa y me la avienta y empecé a envolver mi ropa en un trapo más grande y empecé a agarrar mi ropa más tarde en poner el pie en la puerta cuando sentí un jalón de cabellos y me daba en la cara a mano cerrada a quererme matar, era la cara toda ensangrentada, toda morada pero aun así yo decía ¡tengo que aguantar, tengo que aguantar! porque si yo voy y me quejo con mi mamá mi mamá me dice que me aguante que no hay pedo y así estuve lo que me quedaron fueron moretones en la cara y toda ensangrentada toda morada y en los pies unos moretonzotes aquí en la pierna”

Con “La risueña” también se puede ver esta construcción que se hace desde la familia, donde no hay ningún tipo de red de apoyo del cual respaldarse para poder ponerle fin a la violencia. Es muy común ver en las participantes que alrededor de ellas había alguien que les dijo durante su vida, que tenían que aguantar, que eso es lo que les había tocado, que si se portaran diferente no las maltratarían, esto no las exime de su responsabilidad, pero si las lleva a creer que eso que viven es lo único a lo que pueden aspirar y no solo lo creen si no que lo convierten también en una actitud y por último una conducta: aguantar.

“Pues ese día si nos agarramos feo a golpes él me daba yo le daba y mis dos chiquillos grite y grite y en eso dijo ¡te va a cargar la no sé qué! ¡pues nos va a cargar! le dije ¡porque a mí no me vas a matar como si fuera yo un bicho raro me mataras pero un trancazo de mi si te lo llevas!

no sé cómo agarro yo un sartén, del golpazo que le di yo a él, se zafo el mango entonces con el mango se lo enterré en esto de aquí del cuello, pues él al ver la sangre como que se volvió más loco agarro y me aventó contra la pared y yo donde me di fue en la frente y pues ahí me quede tirada con ese trancazo me dobló y me quede tirada ahí y mis hijos grite y grite y chille y chille ya después como que él reaccionó y se echó a correr, eso me platico mi cuñado, porque yo estaba inconsciente si me dejo toda golpeada y fui a dar al hospital ya cuando llegaron mis papás se enteraron de todo el infierno que yo había vivido por sus amenazas de él y yo termine en el hospital y me avente como 8 días internada pero si quede mal golpeada y mal psicológicamente, pues yo me sentía como que yo no valía nada ya que vi que si se largó y todo dije y ahora que voy a hacer para mantener a mis hijos para salir adelante yo misma, decía si no me dejaba ni ir al mandado a mi sola yo no era libre de andar como ahorita entonces me dejo amarrada de manos no sabía yo ni qué”

Este último fragmento de la historia de vida de “La soberbia” puede mostrar una de las consecuencias más grandes que se pueden vivir, ya que el maltrato es tan grande que físicamente hay un cuerpo que no resiste más y que necesita días o meses para recuperarse del maltrato, también hay un estado emocional donde la persona se encuentra agotada y donde pareciera que la vida se terminó y no hay más que hacer, espiritualmente hay un daño tan profundo que tardara mucho tiempo para poder recuperar la alegría por la vida y tener la capacidad de perdonar y aprender de ello, y quizás se esto lo más valioso ya que, al continuar aún viva, se tiene la oportunidad de crecer y de decidir qué tipo de vida se quiere vivir ahora que él no está.

La violencia psicológica quizás sea uno de los primeros indicios de una relación que con el tiempo va a incrementar sus episodios violentos, ya que se comienza con un reclamo, con celos se sigue con una infidelidad, comienzan las mentiras, más discusiones, quizás empiezan los abusos sexuales, hay un primer empujón o golpe y se puede terminar en el hospital o en la funeraria. El hecho de no tener un proyecto de vida individual y después uno de pareja contribuye a

comenzar a edificar sobre bases que no son firmes, ya que la persona no tiene claro que espera o que quiere para su vida. Aunado esto a la corta edad a la que empezaron la relación estas mujeres y la inmadurez que conlleva eso se puede pronosticar que la relación estará influenciada más por la destrucción que por la posibilidad de cultivar la vida con el otro. Es claro que no hay intención de crecer emocional, y espiritualmente con el otro, sólo se sobrevive, se acepta y se resignan a lo que les tocó vivir. Lo importante de esto también sería que el daño no sólo es para la pareja, si estos ya tienen hijos, los están marcando de por vida, a través del ejemplo que les están enseñando a vivir y a hacer, quizás crezcan pensando que es lo normal, y busquen alguien que los violente o sean ellos mismos los abusadores, las generaciones van quedando marcadas por estas cadenas de violencia, abusos, y trasgresiones. De tal manera que con cada acto va muriendo un poco más el espíritu, ya que no está en la posibilidad de expresarse, de vivir en la armonía y de cultivar el amor por la vida, es evidente que en estos casos no existe la alegría de vivir, al contrario solo se sobrevive y aun así hay posibilidades de aprender de ello y continuar, de puede elegir cada día como se vive y como se construye con el otro. Sin embargo esto requiere de la disposición de trabajar con ellos mismos ya que se trata de resolver y de romper con cadenas familiares que los condenan a repetir la historia una y otra vez.

Categoría: Trato con los hijos.

Por último esta categoría hace referencia a las repercusiones sobre los hijos, en torno a la construcción como pareja que hicieron los padres. Se trata de saber cómo es que se desarrollaron, como crecieron, y como les afecto la vida dentro de la familia. Esta categoría se centra un poco más en cual fue el tipo de trato que hubo de la madre con los hijos, y si esta relación se caracteriza por el amor y el respeto o por el maltrato también.

Dentro de la sociedad en general se espera primero que los hijos, sean planeados y el fruto del amor de los padres, ya que son concebidos y esperados, también se espera que sean amados y atendidos por los padres ya que representan la expresión máxima del amor de los padres. Se esperaría que la educación se de en casa, donde se inculquen los valores necesarios para poder responder ante las

situaciones de la vida y donde se enseñe en casa como relacionarse con las demás personas, y que esta relación se dé bajo el respeto y la armonía.

Sin embargo no siempre es así, actualmente es muy común ver que han incrementado las familias donde sólo está uno de los 2 padres o donde los hijos se quedan a cargo de algún familiar, como los abuelos o los tíos, lo que ocasiona diferentes situaciones como la poca atención y cuidados hacia los hijos. Por otro lado también se encuentran las familias donde la violencia es alta y la forma de educar a los hijos es a través de los golpes, maltratos y la falta de tolerancia. Por lo que hay una deficiencia en los valores que se inculcan, y donde se enseña que la vida no es valiosa.

En el caso de las mujeres entrevistadas, es muy interesante conocer cómo estás se relacionaron con sus hijos, tomando en cuenta que los tuvieron a muy corta edad, o que los mismos no fueron planeados por los padres. De las 10 participantes 8 tuvieron hijos. Y de estas 8 participantes todas mencionan que alguna vez o muchas veces maltrataron física o psicológicamente a sus hijos.

“Estando yo con el bebé lo primero que hice fue golpear yo tenía que desquitar ese pinche odio que yo tenía y lo hice con el que no me contestaba, con el que no me decía nada, yo tenía que matar hasta la fecha a veces tengo esos pinches sentimientos de odiar el producto y ese producto es Javier no entiendo porque siento eso, no logró dominarlo como debía de ser, pero yo lo golpeaba, si lloraba le pegaba y era un bebé si me pedía lo golpeaba yo no tenía a veces ni que darle y lloraba hoy entiendo que lloraba de hambre no lloraba de otra cosa”

En el caso de “La iracunda” Es muy importante saber, que la violencia que vivió con su pareja antes de que naciera su hijo, produjo en ella diferentes emociones entre ellas, el enojo, esto es importante ya que al no poder expresar y trabajar sus emociones estas van tomando un lugar en el cuerpo y se van construyendo, no sólo con lo que se siente, sino también con lo que se piensa de tal modo que el enojo pasa a ser un sentimiento como lo es la ira o el odio, construido a partir de las ideas y los pensamientos. Es de esperarse que cuando nace su hijo entonces ya hay una persona vulnerable a la descarga del sentimiento,

como ella misma lo dice, el hijo no llora, no puede quejarse, y se convierte en el blanco fácil para prolongar el patrón de la violencia.

“Era algo bien culero porque has de cuenta que él desde que nació su hija su hija se volvió todo para él y le compraba todo lo que quería y si se enfermaba no dormía por cuidarla entonces yo sentía muchos celos de mi hija, nunca la odie pero si llegué a tenerle muchos celos sentí que me robó su amor, de hecho hubo ocasiones en las que ya caminaba y ya hablaba y él se tenía que ir a trabajar y ella le decía “no te vayas papacito quédate a dormir conmigo” pero ella le decía eso porque cuándo él se iba yo le pegaba a ella yo nada más estaba al pendiente de que iba a hacer de que hacía para pegarle y le pegaba y le pegaba y le pegaba y al día si le pegaba unas 6 o 7 veces eran pocas por cualquier cosa le pegaba yo me desquitaba con ella porque sentía que lastimándola a ella lo lastimaba al otro ósea yo pendejamente esa era mi idea yo decía pues yo le voy a dar donde más le duele entonces yo no captaba que no era lo que más le dolía a él si no lo que más me dolía a mi hoy me doy cuenta que ellos son lo que más me duelen pero a mí”

En el caso de “La celosa” es muy importante conocer que al nacer los hijos ya hay una relación que se añade a la relación de pareja y ésta es la relación de los padres con los hijos, lo que puede provocar esta situación de celos, la pareja puede sentirse desplazada y poco amada, por lo que comienza una lucha del ego en este caso de la madre con la hija, por la atención del padre, no hay ninguna manera de justificar la violencia sin embargo hay una manera de entender los procesos que llevan a alguien a realizar ciertos actos. También a través de la violencia hay otro proceso que se vive y es la venganza que la persona puede pensar que está llevando a cabo, tomando en cuenta que se trata de lastimar a la pareja, el conflicto es que se olvida que a quien se lastima es a los hijos, que ellos no están en posibilidades de defenderse y que al final bajo esta dinámica familiar la mujer no es diferente a su pareja ya que ella también utiliza la violencia con alguien que es vulnerable, es una perversa enfermedad ya que a veces las personas disfrutan de poder violentar a otra persona.

“Yo si les pegaba mucho más al más grande, pues yo creía que se parecía a su papá y eso era todo, “te hubieras parecido a otra gente menos a eso quien sabe qué” y ósea siempre maltratándolo insultándolo porque yo creía que se parecía a su papá de niño yo lo veía a él en él y como hasta el mismo nombre tenía y era tanto mi coraje hacia él, que yo toda mi furia, todo mi coraje contra él y como los otros se metían pues me los chingaba a los tres era no más porque no obedecían o llegaban tarde de la escuela, ósea cualquier cosa era el maltratar, el pegar”

El caso de “La soberbia” es muy parecido al anterior ya que al no poder expresar sus emociones y no resolver el conflicto con la persona que les hizo daño y que en este caso es el padre de sus hijos, la violencia no sólo se prolonga sino que además no se puede evitar dado que hay una memoria y un recuerdo instalado en el cuerpo. Sin embargo también esa puede ser la posibilidad de crecer, y de soltar eso que lastima a la mujer y que como consecuencia daña a sus hijos.

“Híjole como mamá yo fui una culera, no te puedo decir que fui buena ahí eran haz de cuenta que yo nunca hablaba, yo hablaba para reclamar que no estaba la tarea, que no estaba el quehacer, porque los niños haz de cuenta que cuando fueron chicos todos se orinaban, a dos de ellas fueron a las más que les daño todo esto, toda la vida se orinaban de ver tanta chingadera que yo permitía por ejemplo si él les pegaba yo en vez de defenderlos nunca los defendí yo les pegaba y los masacraba igual les pegaba muy feo, les gritaba, no fui buena mamá pero haga de cuenta que él no era de nalgadas o de cachetadas él nos agarraba del cabello y los azotaba en el suelo y yo nunca los pude defender no quería no lo veía...yo les pegaba los bañaba con agua fría, los castigaba en no darles de comer, los dejaba solos y me iba a trabajar ya les traía yo de comer corriendo y ya les hacía de comer o les dejaba o les compraba pero del que siempre estuve al pendiente era de este guey”

Con “La risueña” podemos ver una condición corporal en los niños, ya que se comienzan a ver síntomas como lo es que se orinen y que están vinculados con el riñón y que a su vez se relacionan con el miedo. Aquí no sólo hay un maltrato por

parte de la madre, si no que la violencia que vive es por parte del padre también, es de esperarse que tipo de vida comience a generar procesos donde los niños, están asustados y están lejos de crecer en un ambiente sano, tranquilo y armonioso. Por lo que es muy probable que comiencen a generar más síntomas a partir del desequilibrio que hay y que a largo plazo comiencen a utilizar la violencia como un aprendizaje de cómo responder ante la vida.

Es importante saber, que la violencia es parte de un aprendizaje social, donde se consiguen “beneficios” cuando se logra imponer la voluntad de una persona sobre otra. Pareciera que una forma de resolver conflictos en lugar de hablar o de comunicarse es a través del sometimiento del otro y del ejercicio del poder y el maltrato. Es importante considerar que la violencia pareciera una herencia familiar, una cadena que se repite de generación en generación y que es necesario romper para poder encontrar la posibilidad de construir una vida digna, sana y perdurable de lo contrario, con la violencia se puede llegar a la muerte y a la construcción de diversas enfermedades. También se tiene que considerar que en los padres radica gran parte de la responsabilidad de cómo crecen sus hijos y que clase de personas serán en el futuro por lo que su relación con ellos es sumamente determinante.

“Yo no soy lo que me sucedió...soy lo que elegí ser”
Carl Jung

CONCLUSIONES

Para comenzar habría que considerar que el objetivo de este trabajo se cumplió satisfactoriamente recordando que la finalidad de esta investigación era: conocer cómo se construye la violencia en la pareja, por lo que en un primer capítulo este trabajo de investigación ofrece la información acerca de la violencia en la pareja y todo lo que concierne a sus definiciones, causas, consecuencias y posibles tratamiento. También se puede encontrar en el capítulo dos, una alternativa a esta situación de la violencia, dándole la capacidad a la persona de elegir qué vida quiere tener, sin embargo, hay un objetivo más profundo al tratar de conocer cómo se construye una persona que puede entrar a un círculo como lo es la violencia en sus diferentes manifestaciones, por ello las historias de vida marcan la diferencia al darnos la posibilidad de contrastar la teoría que existe, con la realidad que viven la personas, de tal manera que ellas mismas son las que nos brindan la posibilidad de entender este fenómeno y poder articular cada pieza de sus historias dando como resultado la construcción de la violencia en la pareja. De tal modo que podemos afirmar que existen algunos factores que contribuyen y pueden prever esta situación.

Ahora bien, el primer capítulo de este trabajo habló acerca de la visión que se tiene desde occidente respecto de la violencia en la pareja como un fenómeno cotidiano. Pareciera por un lado que la violencia se prohíbe absolutamente, sin embargo, por mucho tiempo se vivió como un estilo de vida, ya que era común conocer parejas donde el maltrato estaba presente, por muchos años se fomentó el machismo como la base de estas relaciones, esta situación bajo la idea de que la mujer debía aguantar hasta la muerte el hombre que Dios le había mandado, eso incluía los golpes, las infidelidades e incluso que tuviera diferentes familias e hijos, esto se ve en diferentes medios, principalmente la televisión, que en México es el medio de comunicación más accesible y cercano, donde las telenovelas y las películas participan en la idea de ver a la mujer como un ser indefenso, que puede

quejarse y llorar, pero no decidir acerca de su vida, ya que siempre está bajo el mando de un hombre, sea su padre o su pareja.

Esto comienza a cambiar apenas hace unos años, sin embargo la visión de la mujer cambia totalmente a la anterior, ahora ella es capaz de ser una especie de súper heroína con capacidades físicas similares a las de un hombre, puede ser fuerte, sensual, una buena madre y pareja, el análisis de esto nos lleva a pensar que es difícil socialmente elegir un camino que este en medio de los ideales sociales y sobre todo que más que una lucha de géneros sea, la construcción de la vida. Ahora existen diferentes campañas para hacer “conciencia” a las personas acerca de la violencia como algo que no se debe de practicar dentro de las familias, se les dice a las mujeres que deben denunciar cualquier acto de maltrato, y se les dice a los hombres que golpear no los hace más fuertes. Sin embargo como lo vemos en este trabajo la violencia va construyéndose desde la infancia, por lo que no es suficiente con sólo decirles que cualquier acto de violencia es reprobable, si no que se deben de ofrecer alternativas para construir con la pareja. En occidente es raro escuchar que las personas tienen proyectos de vida o que están creciendo como personas, ya que por lo regular no existe esta perspectiva, en general de dejan llevar como hojas al viento y van resolviendo las situaciones como van surgiendo, por lo tanto van construyéndose así, sin una responsabilidad ante su vida y la de otros. Esto nos lleva a entender cómo es que la violencia toma un lugar en las familias y permanece en ellas hasta el final, sin embargo creemos que existen otras posibilidades para poder existir en el mundo.

En el capítulo dos, se habló de otra visión sobre la persona, esta se enfoca principalmente en la vida, en cómo se puede cultivar a través de las relaciones con otras personas y a través de sus acciones de cada día. Desde esta idea no existe una definición exacta de violencia, lo que se pretende es ofrecer la posibilidad de construirse como persona, tomando en cuenta que el único lugar donde se puede lograr lo sublime; es el cuerpo y por lo tanto el espíritu, para esta perspectiva lo espiritual es de suma importancia y no está separado del cuerpo. Se habla también de la conciencia que se puede tener, ello implica que la persona se conozca a sí misma y que se responsabilice de su bienestar y de su crecimiento, por lo que no

importa lo que se haya vivido en el pasado todo esto representa la oportunidad de crecer y aprender de ello. También se ofrece la posibilidad de trabajar con las emociones, de no guardar nada en el cuerpo, ni el odio, ni un resentimiento, nada que pueda enfermarlo, ya que se esperaría que cualquier emoción transitará libremente y no se quedara atorada en el cuerpo. Ya en el tema de la pareja, se habla de la oportunidad de crecer con el otro, donde prevalezca el respeto y la libertad de que cada uno realice su proyecto de vida y donde se haga también el proyecto de pareja.

Y por último el capítulo tres, nos da la experiencia de las mujeres que fueron entrevistadas y que nos cuentan cómo ellas construyeron una vida con una pareja que las maltrató. En este sentido el primer aspecto está vinculado con la alimentación, en las mujeres se encontró que la falta de alimento es una constante en ellas, ya que no hay las condiciones económicas que favorezcan el consumo de frutas, verduras, carnes, al contrario existe una repetición en la comida, es decir, siempre comían lo mismo y en cantidades muy escasas por lo que es de esperarse que no crecieran con los nutrientes necesarios para poder desarrollarse. También se encuentra que a veces no había que comer y esto las coloca en un lugar aún más difícil ya que no hay nutrientes para el cuerpo y por eso muchas presentaban durante su adolescencia bajo peso y el comienzo de algunas enfermedades relacionadas a las vías respiratorias consecuencia de un estado emocional, pero también la falta de un sistema inmunológico preparado para resistir una enfermedad. Otro aspecto es la relación entre la comida y las emociones donde en las participantes había cierto vínculo, algunas con el enojo o con el miedo dado que eran donde se presentaban las peleas entre sus padres o la tristeza porque recordaban la miseria y la pobreza, esto es un parámetro ya que ellas aprendieron a ver la comida con frustración o resentimiento y no como parte de la vida que les permite construir un cuerpo sano.

Estas mujeres también aprendieron a darle un lugar a la enfermedad en sus vidas, crecieron con padres o hermanos enfermos, de tal manera que se naturaliza el proceso de la enfermedad como un hecho que se tiene que vivir como una constante durante la vida. Ellas crecieron pensando que estar enfermas era algo

que no se podía evitar, por lo que no hacía falta cultivar la salud, ni cuidar el cuerpo, al contrario podía explotarse hasta el último momento, lo que nos habla de un proyecto de vida si no de muerte, que lleva a la destrucción; por lo que más tarde ser golpeadas o maltratadas no resulta un atentado a la vida si no un estilo de vida. Nosotros creemos que es posible tener un equilibrio en el cuerpo donde es parte de la vida que se enferme, pero no que construya un enfermedad que comience a degenerarlo, también creemos que esta mirada diferente se relaciona con el respeto al cuerpo, la gratitud y los límites que se tienen que poner a otras personas para que no violenten el único espacio donde la persona es libre de decidir; el cuerpo.

En el caso de las emociones se encuentra que son diferentes las que predominan en las participantes, entre ellas el enojo, la tristeza y la alegría, esto contribuye específicamente para convertirse víctimas de la violencia, ya que en su caso las emociones se encuentran desbordadas, es decir, existe una emoción, la viven y la sienten pero no pueden expresarla, hay una norma social y familiar que les impide decir que están enojadas, tristes o con miedo, por lo que tienden a guardarlo todo en el cuerpo, por otro lado, a veces no son capaces de reconocer que es lo que sienten; en sus familias no les enseñaron a conocer las sensaciones de su cuerpo como un primer paso para aceptarlas y después soltarlas. Ellas se quedan estacionadas en su emoción, que después convierten en un sentimiento que elaboran desde la razón y que culmina en odio o resentimiento. Esta acumulación de sentimientos en el cuerpo las lleva a tener una actitud ante la vida, pueden ser sumisas y esperar a que la vida las lleve y las traiga o pueden tener un exceso de coraje que no les permita ser vulnerables y esperar del otro algo de compasión. Estos sólo pueden ser algunos de los extremos, pero en general estas mujeres no tienen un equilibrio ni una educación emocional que les permita soltar sus emociones y seguir adelante sin atorarse en ellas.

En el caso de la religión las mujeres hablan de dos casos, uno donde no existe una creencia y mucho menos una práctica al respecto y la otra donde las creencias se relacionan con la culpa y el castigo de Dios, lo importante de estas dos es que en ninguna se promueve una práctica para cultivar el interior, el espíritu parece no estar dentro del cuerpo y por lo tanto es un aspecto al que no se le da importancia,

esto hace más vulnerable a la persona ya que hay un reconocimiento de sí misma y de su historia, también hay poca fuerza espiritual para tomar decisiones y conducirte por un camino más sano.

También se encontró en las mujeres, episodios donde habían pensado que terminar con su vida, era lo mejor en ese momento. Para nosotros esto es un síntoma del espíritu, creemos que este se manifiesta de alguna forma para que las personas lo oigan, lo cual nos lleva a pensar que el espíritu siempre les dice cuál es el mejor camino, el problema es que no se oye, las personas prefieren pensar que lo que hacen es lo correcto, aunque en ellas este cierto malestar y que en este caso se refleja en la pérdida de la alegría por vivir, desde lo espiritual hay un daño muy profundo cuando se piensa atentar contra la vida, sin embargo, también es la posibilidad de evaluar si la vida que se eligió es la mejor y si no es así, es la oportunidad para cambiar. Lo espiritual entonces sería una forma de prevención ante la violencia, ya que conlleva un estilo de vida que se rige en torno al respeto de la vida y fomenta las relaciones con los otros de acuerdo a ciertos valores necesarios para vivir, desde una perspectiva que cuide el cuerpo, las emociones y el espíritu. Por eso en estas mujeres que crecen sin alimentar su espíritu, a través de la congruencia, la armonía o el servicio están profundamente vulnerables a la violencia, ya que comienzan a naturalizarse condiciones como el maltrato. En cambio las mujeres que realizaron una experiencia espiritual pueden acceder a la conciencia que da el revisar su historia y saber que lo que han vivido no es normal, tomando decisiones ante ello y comenzando a cultivar su interior, a través de un proyecto de vida enfocado al servicio y contribuyendo con el despertar de otras personas.

Otra categoría que construye mujeres víctimas de la violencia es las condiciones económicas con las que crecieron y que en este caso es la pobreza. Una mujer que no accedió a la posibilidad de estudiar, que no sabe leer o escribir, tiene menos herramientas para defenderse, ya que es susceptible a los abusos de otras personas y a la dependencia hacia ellos. También las carencias económicas las hacen crecer en condiciones como el hacinamiento o a falta de alimento y servicios de salud, esto muchas veces es un factor para que las personas huyan de

la familia debido a la pobreza, pero esta condición también las hace elegir algo parecido, es decir, que aceptan la miseria como una forma de subsistir y eligen una pareja que probablemente prolongue esta condición de escasez.

En el caso de la relación de pareja los padres; las mujeres mencionaron que ésta fue muy mala y la recuerdan violenta en un primer momento del padre hacia la madre y en algunas de ellas la madre se volvió violenta con el padre, cuando él enfermó, en general ellas aprendieron y vieron como la relación de los padres estaba cimentada en los golpes, las infidelidades, las peleas y los insultos esto marcó sus vidas ya que asociaron la vida en pareja con la violencia, y el amor con el maltrato, esto fue un motivo para que más tarde ellas decidieran lo mismo, juntarse con un hombre que las maltrató. Por lo que el tipo de relación que construyen los padres resulta un factor que predispone a las personas a elegir y a construir, ya que es el ejemplo que vieron, que conocen y que repiten, es este caso había dos opciones ser violentas o ser sumisas y aguantar el maltrato.

Otro factor que construyó a estas mujeres fue la relación que ellas tuvieron con sus padres, en el caso de la madre, la mayoría de las participantes describen su relación con mucha violencia, estas mujeres tuvieron mamás, que no se preocuparon por su bienestar, que no les transmitieron seguridad, confianza y amor por el contrario había golpes, insultos o aunque estaban presentes físicamente parecían ausentes, lo que al final vivieron como un abandono. También aprendieron de las madres la indefensión, la sumisión y la resignación ante su pareja y por otro lado aprendieron el maltrato y la violencia con las personas más vulnerables en este caso los hijos. En cuanto a los padres, la mayoría de las mujeres recuerdan tener un padre que fue bueno con ellas, no importaba que él golpeará a la madre, si con ellas no era violento, quizás no había muchas demostraciones de amor pero a diferencia de la madre él no las maltrataba, sin embargo, de él aprendieron como un hombre trata a su pareja, por lo que no es raro que en el futuro, ellas hayan elegido un hombre que las maltrataba, como su padre maltrato a su madre. También se encontraron mujeres en las que la relación con ambos padres fue dañina, por lo que incrementa la posibilidad de ser maltratadas en el futuro. Esta relación es un

buen predictor ya que las mujeres van normalizando la violencia y acostumbrándose a ella, a tal grado que la convierten en un estilo de vida que perdura con el tiempo.

Otro aspecto es la violencia que se vivió dentro de su familia, es decir, no sólo era la relación entre los padres o la relación que ellas tenían con ellos, sino que había otras manifestaciones de la violencia, esto hizo que no hubiera un ambiente sano y armonioso, por el contrario los episodios de violencia eran frecuentes y “normales” dentro de estas familias, ellas aprendieron que las situaciones se resuelven con violencia y en muchos casos el enojo era la emoción que se favorecía, ya que estaba permitido, estallar y lesionar a algún miembro de la familia no importando el daño que se le ocasionaba. Todas estas categorías aparecen como una constante en la vida de las mujeres que fueron violentadas, que comenzó con una relación de pareja de los padres donde había maltrato, en una familia donde había manifestaciones entre hermanos de violencia y claro con un trato de los padres hacia sus hijas construida en el maltrato, por lo que es claro que estas mujeres desde niñas se acostumbraron a darle un lugar a la violencia en sus vidas, muchas de ellas normalizaron esto como un estilo de vida y no tuvieron la posibilidad de acceder a otro ejemplo más que ser sumisas o maltratadoras.

Por lo anterior podemos ver que no hay una expresión adecuada de las emociones y algunas de ellas son reprimidas y otras exaltadas, por lo que no hay una madurez emocional que de un soporte a la persona, también se encuentra que muchas de ellas han perdido la alegría para vivir y que no tienen un proyecto de vida, están en el mundo sólo sobreviviendo e improvisando sus vidas. Todo esto propició que la mayoría de ellas quisieran salir de su casa, para evitar lo que vivían dentro de sus hogares, por lo que su decisión fue premeditada y muy poco reflexionada, ellas pensaban en huir de su situación como una forma de resolverla, lo que las llevó a vivir la violencia directamente ahora con sus parejas.

Se encontró que estas mujeres salieron de casa a edades muy cortas donde no tenían la madurez emocional, física y espiritual para poder llevar una relación y en la que además de todo lo anterior, ellas habían visto que sus parejas tenían una adicción ya sea al alcohol, a las drogas o ambas, por lo que es difícil pensar que bajo esas condiciones se pueda construir una vida sana, al contrario se puede

prever la continuación de la violencia y de las condiciones económicas precarias. Todo esto llevó a las participantes a repetir el modelo que habían visto en sus padres, vivieron relaciones donde incluso desde el noviazgo ya había incidentes donde sus parejas las habían maltratado.

Todas mencionan que fueron maltratadas psicológicamente, había ofensas, insultos, peleas, gritos, groserías, infidelidades y no sólo se quedó ahí sino que también había violencia sexual, que se manifestaba en los constantes abusos sexuales que sufrieron ya que sus parejas las obligaban a sostener relaciones sin que estuvieran ellas de acuerdo, o realizar actos con los que no se sentían a gusto. También se encontró que las condiciones económicas pobres continúan en esta relación, por lo general se toma como violencia económica ya que sus parejas no trabajaban y ellas se dedicaban a mantener el hogar, junto con, las actividades del hogar. Por último se encontró que la mayoría sufrió de violencia física ya que sus parejas las golpeaban. En ellas uno de los procesos que se ve es que a lo largo de su vida comienzan a normalizar la violencia, minimizando como se sienten después de un episodio como este. Nosotros podemos concluir que la violencia se construye bajo diferentes condiciones que se viven desde la infancia donde las personas se acostumbran a un modo de vivir que de grandes les es difícil cambiar, sin embargo también creemos que siempre hay algo que se manifiesta para decirles que la vida que están llevando no es la más sana, en este caso el espíritu, ya que en algún momento ellas perdieron las ganas de vivir y este es un síntoma de que por más de que un proceso se normalice siempre hay algo que les dirá que no es lo mejor y esto también les permitió a la mayoría tomar conciencia y a sentir en el interior que había algo que cambiar. Es importante saber también que la mayoría de las mujeres que fueron entrevistadas decidió terminar su relación y que pocas aún permanecen con sus parejas sin que haya violencia de por medio. Esto nos lleva a pensar que el ser humano tiene la posibilidad de construir algo más sublime para la vida, por ejemplo, una relación donde pueda existir la armonía y el crecimiento de la pareja y los hijos, claro que esto depende del trabajo personal que haga cada miembro de la pareja y su nivel de compromiso con el mismo y con los otros.

Como hemos visto la violencia va marcando generaciones, es por ello que en la última categoría se puede ver que el maltrato continuo con los hijos y que muchos de ellos han presentado situaciones como el abuso del alcohol y las drogas o se convirtieron en comedores compulsivos, así como algunos repitieron la violencia como una forma de vivir. Por ello la importancia de romper estas cadenas familiares que van condenando generaciones a la violencia y que van causando huellas que son difícil de borrar.

Todas estas categorías pueden explicar cómo una persona se construye a partir de las circunstancias, de sus experiencias o un espacio histórico y cultural, sin embargo no podemos pasar por alto una categoría que no se encuentra directamente pero que si cruza por cada una de las participantes y esta es; la decisión personal. Podríamos centrar este trabajo y decir que era casi imposible que con las historias de vida que relataron tuvieran un destino diferente, sin embargo no es así, ellas decidieron y pusieron su parte en cada relación que tuvieron, a veces fue con el silencio, o con el miedo, o quizás la ignorancia pero su decisión fue quedarse en relaciones donde el maltrato permeaba su vida. Se pueden entender las decisiones, pero no justificarlas, tomando en cuenta que bajo las mismas condiciones otras personas son capaces de construir relaciones sanas y estables y lo único que las hace diferentes es una elección y el trabajo personal.

A través de este trabajo es necesario poder hacer una reflexión que involucre cuestionarnos qué mundo estamos viviendo, y que seres humanos estamos criando, ya que no existe ningún respeto ni amor por la vida, pero sobre todo hay un vacío emocional y espiritual que las personas desean llenar, a veces lo llenan con una persona, o con una sustancia, esto nos permite ver el grado de deterioro del ser humano. Es claro que no existe una educación que se dirija a la paz y en casa no se enseña a los integrantes a comunicar sus necesidades, al contrario existe cierta distancia entre ellos, que favorece la violencia y en muchos casos salir a la calle a buscar, lo que no hay dentro de la familia. Nosotros creemos firmemente en que así como hemos sido capaces de crear un grado de violencia como el que vivimos hoy en día, también somos capaces de comenzar a construir todo lo contrario, que sean la paz y el amor el vínculo que se genere entre las personas.

El objetivo de este trabajo no es sólo presentar la construcción de la violencia sino ofrecer esa alternativa que otras personas han tomado y en este caso es cómo construir relaciones más sanas con otras personas, ya que creemos que se puede tener una relación de pareja sin que haya violencia de por medio. Para comenzar dentro de lo que implica tener una pareja existe un apartado que inevitablemente nos remite a nosotros mismos, a ese amor propio que debe existir y que si no está difícilmente las personas podrán amar a alguien más. Ese amor de acuerdo con Mantak Chia es un sentimiento de aceptación que esta fuera del egoísmo o del narcisismo, este amor incluye la aceptación de sí mismo, de sus defectos, cualidades y su historia personal como posibilidades para construir.

Para poder cultivar el amor propio este autor menciona es que importante trabajar con las emociones, es decir, que existe el enfado o la irritación que pueden crear desarmonía en la relación. El trabajo con las emociones implica, la posibilidad de las personas para reconocer que están enojadas, tristes, o que tienen miedo, este primer paso acerca a la persona, ya que puede identificarlas y aceptarlas como parte de su vida, para después soltarlas y que no se queden atoradas en el cuerpo, esto se refiere a poder sentir las y expresarlas sin lastimar a las personas o a ellas mismas, sin que la emoción se quedé en el cuerpo por largo tiempo, este trabajo personal ayuda a no acumular odios o resentimientos lo que puede llevar al final a un equilibrio emocional y por lo tanto a la enfermedad. Todo esto es importante ya que a partir de este crecimiento, una persona puede aspirar a construir relaciones que no se basen en reclamos, silencios o maltratos, si no en una manera más madura de entablar una relación con el otro lo que implica la aceptación del otro también.

Por otro lado también pensamos que en una persona es fundamental la construcción de un proyecto de vida, esto engloba un sin fin de decisiones en torno a lo que planea para su vida y lo que hace para llevarlo a cabo, se trata de incorporar la conciencia acerca del camino que quiere tomar la persona, y por su puesto como quiere morir, en ese proyecto de vida está la forma de alimentarse, las prácticas espirituales, la forma de relacionarse con las personas, una elección de pareja consiente y todo un estilo de vida que promueva eso; la vida. También se encuentra

la historia de la persona y la elección que se hace en torno a como se recuerda, es cierto que muchas veces es difícil lo que se vivió en el pasado, pero también existen alternativas para poder tomarlo como una experiencia positiva y no como el motivo para justificar la incapacidad para poder aprender de ello, de tal modo que una experiencia del pasado puede vivirse como lo peor de la vida o como la experiencia de la cual se aprendió la fortaleza y el coraje para vivir, donde finalmente la persona puede perdonar y seguir adelante, se puede hacer un trabajo emocional que le ayude a la persona a poder resignificar lo que ha vivido con el objetivo de seguir adelante, sabiendo también que el perdón no se da desde la razón si no que hay una memoria del cuerpo que se tiene que cambiar para poder perdonar.

Esta propuesta está enfocada al crecimiento y por lo tanto también a la espiritualidad, lo que implica el conocimiento de sí mismo y la práctica corporal como una condición para lograr el vínculo entre el espíritu y el cuerpo lo que nos lleva al equilibrio corporal, esto es importante porque a partir del estado de la persona es como esta va a elegir o no a una persona para compartir la vida, este trabajo nos brinda la oportunidad de no hacerlo repitiendo lealtades familiares o sólo por huir de la situación que vive, sino desde un proyecto de vida, sin embargo no pensamos que la relación sea algo fácil de cultivar o donde no haya ciertas complicaciones, sin embargo creemos que el nivel de trabajo emocional y espiritual de ambas personas dentro de la relación puede determinar cómo es que está se vaya creando. Es con la pareja donde se pueden entablar los acuerdos para saber cómo van a convivir, es necesaria la comunicación y la capacidad de reconocer las faltas así como poder expresar las opiniones. Por lo que la cooperación es fundamental para poder convivir con el otro y no la competencia la diferencia es simple, en la primera se fomenta la vida y en la segunda se destruye.

Lo importante sería la elección que se hace frente a la relación y la disposición que tengan las personas para trabajar con ellos mismos. Sería primordial construir un interior armonioso de tal forma que cuando se comparta la vida lo que se unan son dos personas con un trabajo personal que les permita crecer y no destruirse. Esta forma de unirse con otra persona también se refiere a los valores o reglas bajo las cuales se va a cimentar la relación y eso involucra directamente un proyecto de

vida, que involucra la responsabilidad de la elección de la pareja, tomando en cuenta que si existe trabajo personal entonces se podrá ver al otro de una manera diferente y por lo tanto se podrá elegir lo que más se adecue a las necesidades de la persona. Es cierto que el trabajo nunca se termina por lo que seguramente habrá dificultades en la relación, pero si se es disciplinado y constante en las prácticas entonces será más fácil poder resolver cada situación que se presente. Esta alternativa de relaciones de pareja involucra el poder ver a la otra persona como un ser humano y no como un objeto que le pertenece y con el que puede hacer lo que quiera. Es reconocer que él tiene su propio proyecto de vida, sus decisiones, su historia y una condición que pudiera o no vencer. Esto nos lleva al respeto por el otro y la tolerancia como una virtud que se debe de practicar con la pareja tomando en cuenta que no está para cumplir sus deseos sino para compartir un camino; la vida.

Por último esta propuesta que está encaminada al crecimiento involucra la responsabilidad que hay con las otras personas, de tal manera que alguien que ha despertado a la conciencia, debe de ser parte del despertar de otras personas a través del servicio, este implica olvidarse de sí mismo por un instante, y ofrecerle a alguien más su tiempo, dinero y su esfuerzo. Se trata también de trabajar con la humildad como una capacidad de dejar sus deseos y trabajar con sus emociones haciendo algo por alguien más dejando a un lado el egoísmo y el propio beneficio personal, así como la comodidad como lo menciona López Ramos;

“La pereza mental es la medida de los que no hacen por la vida de los demás”¹²³

De modo que haciendo por los demás también se sigue trabajando con ellos mismos, de ahí la importancia de servir como una forma para seguir creciendo como personas.

Finalmente este trabajo ofrece dos caminos que se pueden tomar, uno es el de la construcción de la violencia, que a través de las historias de vida se ha visto

¹²³ López, R, S. “Historias de don cacahuete. El tema de pareja”, en Excélsior, sección Metropolitana, 27 de septiembre de 1990, p.2. Citado en Duran, A, N, D. (2009) Aprender a Asombrarse, Indignarse y Enamorarse, la propuesta social del cuerpo de Sergio López Ramos. P. 222. México: CEAPAC ediciones.

cómo se puede terminar con la vida, no sólo de la persona si no de los que están a su alrededor y el otro es una alternativa para construir un cuerpo y un espíritu más saludables a través del trabajo personal y de la disciplina, lo importante es presentar que la elección la hace la persona, no importando las circunstancias que vivió sino responsabilizándose de sí misma, soltando y perdonando eso que le lastima y le impide relacionarse en base al amor y la paz con los otros.

Referencias

- ❖ Ackerman, (2000). En: González, C, K. (2005). El Amor: Una construcción Cotidiana.
- ❖ Alcaraz, González. (2012). "Metaobservación y estilo de vida". En: López, R. S. (Coord.) Formación de estudiantes de Psicología. Una propuesta Metodológica. Creativa Impresores: México.
- ❖ Andrés, D, P. (2005). Violencia contra las mujeres, violencia de género. En: Jarabo, Q, C y Blanco, P, P. (2005). La violencia contra las mujeres. Prevención y detección. España: Díaz Santos.
- ❖ Blanco, P, P. (2005). Consecuencias de la violencia sobre la salud de las mujeres. La detección precoz en consulta. En: Jarabo, Q, C y Blanco, P, P. (2005). La violencia contra las mujeres. Prevención y detección. España: Díaz Santos.
- ❖ Campos, G.J, E. (2011). El problema epistemológico de lo corporal Dos Propuestas explicativas del cuerpo humano. México: CEAPAC.
- ❖ Capra, F. (1982). Crisis y Transformación. En: El punto crucial, ciencia sociedad y cultura naciente. Argentina: Estaciones.
- ❖ Castro, R y Riquet, F. (2003). Violencia de género en las parejas Mexicanas. (2-15). México: Instituto Nacional de las Mujeres.
- ❖ Ezquivel, (2002). En: González, C, K. (2005). El Amor: Una construcción Cotidiana.
- ❖ Hernández, S, R., Fernández, C, C., Baptista, L, P. (2008). Metodología de la Investigación. México: McGraw-Hill.
- ❖ López, R, S. (2005). Sin corazón en casa. México: CEAPAC.
- ❖ López, R, S. (2006). El cuerpo humano y sus vericuetos. México: Miguel Ángel Porrúa.
- ❖ López, R, S. (2010). Conferencia El arte de ser hombre. En Grupo Victoria A.C. México.
- ❖ López, R, S. (2010). Conferencia El arte de ser mujer. En Grupo Victoria A.C. México.

- ❖ López, R, S. (2011). Una carencia afectiva. Estados Unidos de América: Palibrio.
- ❖ López, R, S. (2012). La concepción de la vida la psicología y el ejercicio de la práctica psicológica. En: López, R, S. (2012). Formación de estudiantes en psicología. Una propuesta metodológica. México: Creativa Impresores.
- ❖ López, R, S. “Historias de don cacahuete. El tema de pareja”, en Excélsior, sección Metropolitana, 27 de septiembre de 1990, p.2. Citado en Duran, A, N, D. (2009) Aprender a Asombrarse, Indignarse y Enamorarse, la propuesta social del cuerpo de Sergio López Ramos. México: CEAPAC ediciones.
- ❖ López, R. S. (2006). Órganos emociones y vida cotidiana. México: Los Reyes.
- ❖ López, R. S. (2011). Lo corporal y lo psicosomático Aproximaciones y reflexiones VII. México: CEAPAC.
- ❖ Lorente, M. (2001). ¿Qué hace una chica como tú en un sitio como éste? El contexto sociocultural en la agresión a la mujer. En: Mi marido me pega lo normal. España: Critica.
- ❖ Lorente, M. (2001). “Un hombre normal y simpático” El agresor. En: Mi marido me pega lo normal. España: Critica.
- ❖ Lorente, M. (2001). El Maltrato. En: Mi marido me pega lo normal. España: Critica.
- ❖ Lorente, M. (2001). Maltrata que algo queda; Las consecuencias. En: Mi marido me pega lo normal. España: Critica.
- ❖ Monárrez, G, J. (2010). Violencia de género, violencia de pareja, feminicidio y pobreza. En: Monárrez, G, J., Cervera, G, L., Fuentes, F, C y Rubio, S, R. (2010). Violencia contra las mujeres e inseguridad ciudadana en Ciudad Juárez. México: Porrúa.
- ❖ Nogueiras, G, B. (2005). La violencia en la pareja. En: Jarabo, Q, C y Blanco, P, P. (2005). La violencia contra las mujeres. Prevención y detección. España: Díaz Santos.

- ❖ Pozos, G, J (2008). Machismo: Una visión sobre su origen y actualidad. En: Vargas, B, N., Pozos, G, J y López, M, P. (2008). *Violencia Doméstica ¿Victimas, victimarios o cómplices?* México: Porrúa.
- ❖ Rialland, Ch. Citado. En: Earsel, Y. y Maillard, C. (2004). Traducción; Vega, O. *Me pesan mis ancestros. La psicogenealogía hoy.* México: CEAPAC.
- ❖ Schützenberger, A, A. Citado. En: Earsel, Y. y Maillard, C. (2004). Traducción; Vega, O. *Me pesan mis ancestros. La psicogenealogía hoy.* México: CEAPAC.
- ❖ Trujano, R, P. (2008). *Varones Maltratados por sus mujeres: La otra casar de la violencia doméstica* En: Vargas, B, N., Pozos, G, J y López, M, P. (2008). *Violencia Doméstica ¿Victimas, victimarios o cómplices?* México: Porrúa.
- ❖ Vargas, N, B. (2008). *Romper el círculo de la violencia: cómo y quiénes intervienen.* En: Vargas, B, N., Pozos, G, J y López, M, P. (2008). *Violencia Doméstica ¿Victimas, victimarios o cómplices?* México: Porrúa.
- ❖ Whaley, S. (2003). *La violencia masculina y sus efectos en la familia.* En: *Violencia intrafamiliar y sus efectos en la familia.* México: Plaza y Valdez.
- ❖ Whaley, S. (2003). *Terapia para la violencia intrafamiliar.* En: *Violencia intrafamiliar y sus efectos en la familia.* México: Plaza y Valdez.