

XXV Congreso Nacional y V Internacional de Estudios Electorales. Integridad y Equidad Electoral en América Latina

Tema de Trabajo: XVII. Contenidos culturales de la participación ciudadana

Nombre de la ponencia: Género, cultura y violencia

Introducción

Uno de los principales logros de los movimientos sociales del siglo xx ha sido convertir en objeto de reflexión y análisis un fenómeno que hasta entonces parecía “normal”, “natural”, inevitable y privado, en consecuencia invisible: la violencia contra las mujeres.

La violencia contra las mujeres se ha convertido en un problema mundial que mata, lastima y perjudica física, psicológica, sexual y económicamente a millones de mujeres de todas las edades. Es una negación de los derechos humanos que impide a las mujeres el logro de la igualdad, la seguridad, la dignidad y las libertades fundamentales.

Existen diferentes enfoques para abordar la violencia contra las mujeres, el elegido en esta ponencia es el subjetivo, es decir, comprenderla como constructo social y, desde ahí, trabajar con sus significados históricos y sociales concretos.

En este sentido, lo que interesa analizar es la influencia del carácter sociocultural de las diferencias y desigualdades de género en la violencia ejercida contra las mujeres. Particularmente, se tratará el caso de las mujeres que han sufrido violencia en el Estado de México y que han estado alojadas en el Albergue Temporal para Mujeres, sus hijas e hijos en Situación de violencia de Toluca, durante 2013.

El texto se propone un horizonte comprensivo que, a manera de aproximaciones conceptuales y narrativas, resultado de un ejercicio dialógico reflexivo con mujeres que vivieron o viven una situación de violencia, pretende orientar sobre la línea que circunda el fenómeno de la violencia como una experiencia vivencial, a un mismo tiempo singular e irrepetible, pero también colectivo y social rescatado desde la memoria, donde esas pequeñas verdades surgidas de la experiencia guían en camino de muchas mujeres en situación de violencia.

I. Entre la violencia y la dignidad

La Organización Mundial de la Salud define la violencia como el uso intencional de la fuerza o el poder físico, de hecho o como amenaza, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones. Comprende actitudes y comportamientos que constituyen una *violación o una privación* a cualquier ser humano de

una cosa que le es esencial como persona, como su integridad física, psíquica, emocional, sexual o moral, o bien a sus derechos o libertades.

La violencia que se ejerce contra las mujeres es un atentado contra la dignidad humana, contra el ejercicio de los derechos humanos. De ahí que, frente a la expresión de la violencia y sus múltiples consecuencias se hace presente, irremediablemente, la dignidad como un reclamo.

La dignidad reviste, define y caracteriza a todo ser humano por el simple hecho de serlo y de existir. Por eso se afirma que no es una condición dada o añadida, sino inherente a la propia existencia.

La dignidad humana es entonces un atributo de nuestra especie y su reconocimiento un derecho fundamental; por lo tanto, es un derecho que debe ser respetado y protegido. Esto nos lleva a una afirmación importante: la violencia, en cualquiera de sus múltiples manifestaciones —física, psíquica, emocional, sexual, moral, económica—, es una conducta que va en contra de la dignidad humana.

Ante la necesidad y responsabilidad social de hacer valer el derecho a una vida digna, también se debe reconocer que en la actualidad la violencia hacia las mujeres de todas las edades está presente —de manera abierta u oculta en lo cultural, económico, político o doméstico, fuera o dentro de casa; directa o indirectamente; siendo o no visibles sus efectos— aun sabiendo o no nombrarla, queriendo o no reconocerla. Entonces, ¿por qué se acepta y se convive con ella? Sin duda porque ha formado parte de la cultura aprendida y que ahora se reproduce y transmite cotidianamente. Una cultura que configura, matiza y direcciona una peculiar forma de percibir, entender y conducirse en el mundo y, por lo tanto, de responder a las diferentes circunstancias diarias; lo mismo al ejercer la violencia que al ocultarla, silenciarla o siendo, simplemente, indiferente ante ella.

Esto nos lleva a afirmar que existe una *cultura de la violencia*, porque todas esas acciones de índole violenta se manifiestan lo mismo en la práctica que en el discurso, de ahí que sean percibidas como legítimas, comunes y naturales; acciones con las que, de alguna manera, se justifica y, en consecuencia, acepta y perpetua inequidades, exclusiones, injusticias, agresiones y humillaciones en contra de mujeres por razones de género.

Sin duda, una de las expresiones más graves de esta cultura de la violencia ejercida contra las mujeres es la indiferencia, la ausencia de sensibilidad frente a lo que les acontece; la falta de empatía, de solidaridad y, sobre todo, la imposibilidad de una búsqueda colaborativa de soluciones frente a aquello que, de alguna manera, afecta a todos: la violencia de género. Ante esta situación, es necesario hacer un esfuerzo por comprender, mirar detenidamente, escuchar con atención, reconocer, nombrar y actuar.

La violencia de género es la ejercida de un sexo a otro. La más generalizada es la violencia contra la mujer, es decir, el tipo de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que puede tener como resultado daño o sufrimiento en cualquiera de las dimensiones del ser humano. Se reconocen claramente la violencia física, donde la mujer es víctima de malos tratos como golpes, empujones, patadas, mordiscos u otros, ejercidos con las manos o con objetos; la violencia no física, donde se reconoce significativamente la psicológica en la que se agrede a través de insultos, desprecios, humillaciones o amenazas; la violencia económica, patrimonial o emocional y, por supuesto, la violencia sexual, manifiesta en la coacción o amenaza para establecer relaciones sexuales no deseadas por la mujer.

Sin duda, esta definición nos ayuda a mirar y a actuar. No obstante, hemos de precisar que la violencia de género siempre es algo más, más que la discriminación hacia las mujeres por el simple hecho de serlo; más que una distinción, exclusión o restricción basada en la diferencia sexual; más que una definición oficial; más que sólo cifras.

A través de números y porcentajes se hace evidente la situación de violencia contra las mujeres; sin embargo, se desdibuja la singularidad, se borra el nombre de la primera, de la segunda mujer que ha sido maltratada, agredida, asesinada, y nos hace pensar que no basta un solo cuerpo desaparecido o un conteo de daños para enunciarla. No se resuelve el duelo y no se hace justicia.

Es necesario, como ya se ha señalado, reafirmar que la violencia de género es compleja, se expande y multiplica en sutiles e imperceptibles formas discursivas o prácticas (políticas, jurídicas, educativas, tradiciones, modas o estadísticas), que finalmente se concretan y singularizan en la vida de mujeres de carne y hueso, experiencias que las marcan por fuera y por dentro.

Las violencias se entretajan unas con otras, se enmarañan, se mezclan, se determinan entre sí, creando a un sujeto desde la configuración de su subjetividad. La violencia o las violencias vienen a participar, de manera contundente, en la arquitectura de la subjetividad, la situación de maltrato vivenciada por cada una de las mujeres es decodificada a partir de un mundo interno personal, desde donde se construye la interpretación de su realidad, la construcción de su mundo y de su vida propia. La subjetividad constituye los puntos de vista particulares que sostienen a cada individuo, desde donde es vivenciada y sufrida la violencia.

II. Acercamientos y miradas frente a la violencia

Así, a manera de sumatoria ascendente, el violentómetro dibuja la experiencia de la violencia de género a partir de algunas de sus expresiones más significativas; desde las que son en apariencia más inofensivas, hasta las más crueles e inhumanas. Sin duda también por

su inmediatas, algunos de estos indicadores remitirán a experiencias personales e íntimas, o bien, recordarán a alguien conocido porque la violencia contra la mujer está presente en la vida cotidiana.

La violencia conyugal comienza silenciosa, velada, oscura e incluso disimuladamente, y que al parecer no existe entre tanto no se sea capaz de definirla como real, en la palabra o en el acto. En consecuencia, mientras no se establezca una relación pensada, analizada profunda y esforzadamente para reconocerla, nombrarla y mostrar que existe y es real, difícilmente se desarrollarán estrategias humanas para comprender, describir y actuar frente a esta situación.

Existe una gran cantidad de mecanismos que de alguna forma impiden dar cuenta, tomar conciencia y actuar contra la violencia. Algunas de estas prácticas van desde el silencio, la negación o la indiferencia, pasando por la reproducción o legitimación, hasta la materialización de la violencia, la cual puede llegar al feminicidio. La existencia de estos dispositivos en ocasiones impide que mujeres y hombres (suegras, madres, hijas, hermanas, esposas o amantes, padres, esposos o hijos, políticos, procuradores de justicia, servidores públicos, maestros y la sociedad en su conjunto) desarrollen una conciencia social para mirar, posicionarse y actuar contra la violencia. Y, no obstante, reconocer que son las mujeres violentadas quienes tienen y deben transitar, forzosa y voluntariamente, por etapas que les permitan, desde su singularidad e historia, tomar conciencia de que viven en situación de violencia y, a partir de ese momento, empezar a recuperar y reconstruirse interna y externamente, es decir, recobrar su dignidad.

Así sucedió con un grupo de mujeres que, haciendo acopio de su valentía, participaron en un ejercicio de diálogos y compartieron su experiencia en situación de violencia, superando su particular situación de vulnerabilidad y fragilidad.

Ellas vivieron por largo tiempo en el silencio que se construía, fortificaba y que llegaba incluso a encarnarse, por razones como la imposibilidad física generada por la angustia y el sufrimiento, el miedo o por el pudor de hablar, de exponer su vida, por el *qué dirán*. En fin, romper el silencio, confesar y narrar la vida propia no es fácil; sin embargo, abrieron su corazón y contaron sus vidas; compartieron sus experiencias vivenciadas entre la rutina insípida de la cotidianidad y los sobresaltos por la presencia de la violencia en sus propias casas. Por otra parte, y contrario a estos haceres y sentires, casi automatizados, algunas sonreían cuando compartían la emoción de lo nuevo, lo agradable: el novio, los recién casados, el nuevo niño, las nuevas experiencias siempre dentro de las coordenadas de su mundo de vida, su aquí y su ahora, donde la violencia se fue haciendo presente lentamente, a veces de manera tan sutil que es desapercibida e ignorada, a veces tan abruptamente que no da tiempo siquiera de pensarla. Así, el mundo de vida de estas mujeres se va dibujando o desdibujando con el color de la violencia.

Las narrativas expresan el desconcierto frente a la violencia, otras más incluso su indefensión, su sentimiento de abandono y su imposibilidad para decidir. Sin duda, el proceso que puede acercarlas a la dignificación inicia en la concienciación, con el reconocimiento de que viven en una situación de violencia, que es una experiencia que se reproduce en línea curva y tiende irremediablemente a repetirse una y otra vez, como se manifestó en los diálogos. Reconocer que se vive o vivía en una situación de violencia y ser capaz de nombrarlo ayuda a romper el círculo y puede iniciar procesos de dignificación.

Círculo de la violencia

En la cotidianidad, la rutina y el desgaste de los sentimientos en la confrontación con los problemas diarios —el trabajo, la edad, el dinero que no alcanza o que alcanza pero no es suficiente, la renta, los compromisos, los pagos, las enfermedades, las medicinas, los padres, la suegra, los hijos, la frustración, los duelos, la convivencia y el hastío—, además de las estructuras sociales, cognitivas, educativas e institucionales, la inequidad de género y la violencia se naturalizan y vuelven normales ante nuestros ojos esta situación.

En el contexto íntimo y familiar de la casa, la convivencia diaria va minando estos sentimientos un poco idílicos con los que se inició la relación, una vida en pareja y una familia. Y así, con el paso del tiempo ese desgaste se puede ir convirtiendo en maltrato que se hace cada vez más frecuente y severo generalmente hacia las mujeres; por eso se habla de violencia, ya sea de género, intrafamiliar, conyugal, contra la mujer. Son muchos los nombres y las palabras con las que ahora se empieza a reconocer y mirar.

La experiencia de la violencia es un proceso que envuelve lentamente la vida y la atrapa. Los pensamientos y sentimientos del grupo familiar quedan aprisionados y se va generando un proceso que se vuelve cíclico y llega a transformarse en espiral, el cual, por lo general no sólo se repite, sino que tiende a aumentar, y se muestra en tres posibles fases: atisbos de la violencia (donde se concentra la tensión), irrupción de la violencia (donde estalla la tensión) y la violencia al acecho (denominada generalmente “luna de miel”).

Atisbos de la violencia

La violencia inicia como una constante y latente acumulación de tensión. Como una pincelada se va mostrando el rostro de la violencia, a través de sutiles menosprecios, la mirada que esconde una ira contenida, la actitud de indiferencia, el tono irónico que daña, largos silencios que se rompen de forma brutal, el reclamo, el grito. Así, la tensión se hace presente y va creciendo, ésta se manifiesta de muchas maneras y en diferentes grados:

—Cuando estábamos en la mesa, él se sentaba pero no comía. Además no nos hablaba.

—Él les daba chile a mis niñas. A mí no me gustaba, pero decía que era para que aprendieran a comerse todo.

—Cada día era peor: él ya no me miraba, era como si no existiera, como si fuera un fantasma.

—Recuerdo que siempre estaba enojado con todos... Poco a poco todo empezó a cambiar.

Inicialmente, esta tensión se caracteriza por la irritabilidad y el enojo, mismos que la rutina, en ocasiones, diluye y que, al paso del tiempo, no se reconoce o se reconoce, pero no parece tan grave; sin embargo, esto es lo que va imposibilitando la comunicación y la resolución de conflictos entre la pareja. En el caso de la mujer, quien vive la agresión, se va creando una especie de aislamiento, de sentimientos de frustración, de desamparo y de abandono.

—Algo pasó. La verdad yo no platicaba lo que estaba pasando. Algunos se daban cuenta, otros no. Mi madre decía que era normal y que debíamos estar con nuestro hombre. Pero a veces yo decía: “Cómo se puede vivir así”. A veces ya mejor ni pensaba en eso.

Entre las mujeres que vivieron situaciones de violencia, la mayoría calla. Este silencio hace que poco a poco comenzará a distorsionar su percepción de la realidad, por lo que la violencia y el maltrato se vuelven naturales, normales, y empiezan a ser parte de su cotidianidad.

Irrupción de la violencia

El estallido de la violencia ensordece, nubla la vista, desgarrar el corazón. El conflicto está presente, no se resuelve y explota: él pierde el control y agrede; ella puede intentar defenderse, alejarse, molestarse o responder con la misma violencia, pero muchas veces su desconcierto y frustración le impiden movilizarse y actuar de manera un poco más clara.

—Lo recuerdo bien, fue un jueves cuando me dijo que le diera de comer. Yo estaba sirviendo la comida, él aventó la silla y me dio una patada. Era muy grosero. De novios no me dijo groserías, me decía que no me iba a pegar, que no iba a ser grosero conmigo. No me imaginé...

—Primero fue una cachetada, luego fueron muchos golpes. Yo nunca había visto eso y ahí se desbarató todo. No podía salir, no me dejaban salir. Yo ya estaba embarazada.

—Yo le decía a mi mamá: “Es que me pega muy feo”. Ella me decía: “Pues es tu cruz, te tienes que aguantar. Es mejor quedarse callada”. Pero ya no aguanté más, era todo, nos trataba mal, golpeaba y castigaba, como si nos odiara.

—Una vez me quiso forzar a que tuviera relaciones sexuales, yo le dije que no quería y él me dijo que era mi obligación, que por eso me había casado.

La agresión se hace presente de muchas maneras, algunas veces sutil y otras terriblemente cruda. En cualquier caso, el objetivo sigue siendo el mismo: dañar, menoscabar, lastimar y a veces destruir o matar. De cualquier modo se atenta contra la dignidad.

El hombre descarga su enojo, su molestia e ira contra su pareja, a quien golpea hasta dejarla amoratada, herida, sangrante, además de confusa. Él tiene el poder, así se lo han enseñado, y ella así lo ha aprendido. Por eso resulta difícil hablar de culpables. Por una parte se vive la indefensión aprendida, es decir, ese sentimiento de orfandad y desamparo en el que muchas mujeres, sus hijas e hijos viven y padecen; por otra parte está presente el esquema de reproducción de conductas violentas que los hoy esposos o jefes de familia aprendieron de sus padres.

—Llevábamos tres años juntos. Primero las agresiones aumentaron y cuando nació el bebé como que se calmó.

—Yo tenía la idea de que un matrimonio era para siempre, por eso no pensaba que podía terminarse. Luego ya no me dejaba ir a mi casa. Yo pensé que era algo normal. Yo no le decía a nadie.

La violencia no es algo normal, debemos reconocerla, puede manifestarse cuando el hombre empuja, jalonea, amarra, pateo, avienta, tira objetos, abofetea, golpea con objetos, golpea con los puños, intenta asfixiar o ahorcar, agrede con armas blancas o de fuego. No es normal, son conflictos no resueltos, comportamientos que sin lugar a dudas podemos transformar.

La violencia al acecho

En la oscuridad, como un gato que acecha, está la violencia; se esconde detrás de los momentos de relativa calma, de palabras y frases, como “todo va a cambiar”, “esto va a terminar”, “prometo que no te volveré a lastimar” o simplemente no dice nada. El enojo se diluye y parece que todo acabó.

La tensión y la violencia aparentemente desaparecen frente a una relativa calma, entre sentimientos de arrepentimiento y una simulada luna de miel, como es percibida y expresada por la mujer.

—No siempre eran golpes, a veces estábamos bien.

—En varias ocasiones llegué a pensar que me odiaba, que ya no me quería y quería huir o morirme. Me quería separar de él, pero luego me pedía perdón y no podía. Aunque yo sabía que iba a volver a hacerlo, no logré irme. Cada vez fue más difícil hablarlo, al final ya ni lo intentábamos.

—Yo quería rehacer las cosas, pero cada vez era más difícil, estaba sola. Me consolaba pensar que todo iba a cambiar.

—Cuando todo pasaba era diferente, yo creía que todo iba a cambiar, estábamos bien.

Esta fase se manifiesta confusa e imprecisa, sobre todo en el indefinido “estar bien” que puede responder a la imposibilidad de nombrar y reconocer la violencia, es decir, a una actitud de franca ignorancia o de indiferencia, manipulación, cansancio y falta de fuerzas para intentar cambiar.

Durante este tiempo la mujer es vulnerada en su intimidad, refuerza la negación de violencia y cree que todo puede cambiar. Así, en la medida en que este ciclo se repite, estos pequeños periodos de aparente calma se vuelven cada vez más cortos, queda apenas sólo una mezcla de momentos de tensión, de violencia explícita o aparente calma.

Al paso del tiempo, la confusión crece en ellas, entre el desprecio, los golpes, el abandono y el silencio. Cuando la experiencia de violencia explota, se encuentra a una mujer intimidada, lastimada, agredida, por eso el agresor se instala en conductas de sometimiento, que pueden durar largos periodos y a veces toda la vida. Muchas de ellas no son capaces de mirarla, reconocerla, nombrarla y actuar en contra de ella; otras creen que la conducta de su pareja depende de su propia personalidad, de su físico, edad, comportamiento, por ello se sienten responsables de su insatisfacción; algunas más optan por quedarse quietas, en silencio, o a veces intentan cambiar la situación con tímidas conductas; sin embargo, cuando fracasan de forma reiterada, la percepción cambia y desarrollan sentimientos de culpa y vergüenza y deciden callar, mentir, encubrir, asumir y tolerar el maltrato, no sólo hacia ellas, sino hacia sus hijas e hijos. En este proceso la mujer ya está inmersa en lo que se conoce como el círculo de la violencia.

—Me pegaba sólo porque llegaba enojado, porque eran muchos celos. Me decía: “Que se me hace que andas con alguien”. ¿Cómo podría engañarlo? No podía salir, no podía ver a mis papás.

—Tengo tres hijos. Duré con él diez años, usé el dispositivo. Los golpes eran pocos, bueno uno se acostumbra a vivir así, piensas que es normal. Yo me acostumbré a eso. A veces me preguntaba: “¿Qué hago?”. Pasó el tiempo y dije: “Le voy a dar otro hijo”.

—Luego vuelven otra vez los golpes cuando estaba embarazada, como que no le gustaba verme panzona. No sé, era muy feo. Me decía que cuando bautizara a mi niña me casaba. Me dio gusto, era el sueño de mi mamá. Salí de blanco y le di una alegría a mi madre, a mí ya no tanto. Y luego luego quedé otra vez embarazada y otra vez muy violento. Además ya no me daba dinero. Seguíamos juntos con golpes y a la fuerza.

—Ya no tenía pañales ni leche ni qué comer. Me empecé a enfermar muy feo del estómago, me dio colitis, gastritis y hasta del apéndice me operaron.

Se dice que cuando la violencia forma parte de la vida cotidiana tiende a naturalizarse, a volverse normal, por eso se habla de un estado de preconciencia, en el que ésta se vuelve rutinaria. En sus historias, las mujeres expresaron y aceptaron que ignoraban que esa

pesadilla tuviera nombre, es decir, que se reconocía como un problema social llamado “violencia de género” y, por consiguiente, era sancionado gracias a las leyes. Incluso no se daban cuenta de la violencia aunque vivían en ella y en muchas ocasiones entendían que el sufrimiento era parte del destino de toda mujer, sobre todo cuando poco a poco se fueron apartando de una vida social. “Así es la vida”, se repetían.

Algunas confiesan que las primeras ocasiones que se atrevieron a relatar lo que les sucedía, ya fuera a sus madres, padres, parientes y amigas o amigos, sus respuestas se fueron cerrando poco a poco o de tajo, y las posibilidades de contar con una red de apoyo que las ayudara a darse cuenta de que no era normal lo que les sucedía aumentaban, sin embargo, fueron pequeños destellos y reflexiones lo que las fortaleció para que se atrevieran a denunciar o a salir del círculo.

Se distinguen algunas narraciones que sostienen la legitimación de una cultura patriarcal, donde el “aguántate”, “pórtate bien y no te irá mal”, “ni modo, así es la vida de casada”, “es natural de los hombres”, formaban parte de las limitantes para no percibir su situación de violencia; así aprendieron a callarla y a vivirla en silencio. Destaca, de igual manera, el sentimiento de aparente resignación, el cual deriva de una mezcla de temores de verse solas, de no contar con recursos propios, de dejar a sus hijos e hijas sin padre, de sentirse inferiores y con pocas habilidades para salir adelante sin sus parejas, de verse divorciadas o separadas, del qué dirán; todo esto las obligaba a permanecer con tal de tener un techo y comida para sus hijos. Más de la mitad de ellas llegó a pensar en suicidarse como única alternativa para acabar con su situación. Un par de ellas lo intentaron.

No obstante, existen sucesos, gestos o señales que las descolocan, las desconciertan, que abren su conciencia y les permiten mirar diferente, mirar mejor, para decidir entre quedarse dentro del círculo de la violencia o reconocer y tomar una decisión. Ese acontecimiento puede parecer insignificante ante los ojos de muchos, pero para estas mujeres en su particularidad fue una luz en la oscuridad. La mirada que expresó el hijo menor al presenciar por primera vez una escena de violencia; el rumor de la infidelidad del esposo; la voz de la hija que dice e insiste: “Mamá, ya vámonos”; una mirada frente al espejo en que no se reconoce... Sin duda son señales que significan algo que alerta sobre la ausencia de la dignidad y detonan un giro en su percepción.

Es así, muchas veces un acto detonador, consiente o no, capaz de cambiar la perspectiva, la mirada de la propia experiencia que da inicio a una segunda etapa de la conciencia, que les permite tomar decisiones.

Si bien existen apoyos institucionales y redes familiares que pueden ayudar a las mujeres, ellas son las únicas que tienen que dar el primer y último paso para salir del círculo de la violencia en el que viven. Para ello, es necesario reconocer, en mayor o menor medida, su

propia realidad, su circunstancia; comprender, sobre todo, que es posible transformar su realidad, reencontrar su mundo de vida y recuperar o restituir su dignidad perdida.

III. La dolorosa experiencia de la violencia: el síndrome del corazón roto

Cuando se habla de la violencia, particularmente contra las mujeres, no se debe reducirla, limitarla; por el contrario, se debe tratar de ser sinceros y abiertos, sencillos y limpios en su descripción con la intención de ser justos a esas experiencias subjetivas de dolor y sufrimiento de las mujeres que estuvieron o están en situación de violencia.

Podemos partir del registro en la memoria y de la recreación y reelaboración de esa dolorosa experiencia que devela la instalación y el entretene de la violencia justo en su cuerpo, en su conciencia y en su corazón, pero también en su lenguaje, en sus palabras y sus maneras de decir. Esto es así porque hay una encarnación del dolor que trasciende las marcas corporales y físicas y se diluye e instala en el mundo de vida, al tiempo que lo rompe y lo fragmenta.

Mediante el esfuerzo por rememorar, ajustar sus emociones y las palabras para hablar y así relatar a otros su experiencia, las mujeres comienzan a buscar y a encontrar caminos para reconocer y reconstruir el sentido subjetivo de su vida, de su vivencia en la violencia y descubrir de nuevo su vida.

Cuando ellas hablaron se notó el gran esfuerzo físico y emocional al que se sometían al momento de narrar y compartir: silencios, las miradas van y vienen, se esconden, contraen y llevan el aire hacia dentro en un esfuerzo por tratar de recordar y buscar en su propio registro vivencial los contenidos, las circunstancias, las emociones y las palabras justas, para dar cuenta de su vida. Entre prolongados suspiros buscan las palabras precisas, el tono con el cual expresar y hablar de la experiencia de violencia. Las argumentaciones surgían limitadas; había una incapacidad intrínseca del propio lenguaje para dar cuenta de lo complejo de la experiencia, de lo simple de la emoción y lo acotado de las palabras para expresarlo; el sufrimiento personal se manifestaba entre el ahogo y la ofuscación. Así que algunas optan por seguir calladas.

—No tengo palabras.

—No puedo.

—No había hablado de eso.

—No he podido hablar. No me salen las palabras... Llevo mucho tiempo sin poder hablar, lo intento pero no.

—Siento algo muy pesado en el pecho, lo siento duro... no puedo hablar.

Sin duda, cada una tiene sus propios contenidos, circunstancias y maneras de reconstruir y narrar su vida, pero lo que es evidente en todas y cada una de ellas es la presencia de un dolor que se expande y se instala como sufrimiento en su mundo de vida, que trasciende las marcas físicas generadas por golpes, nos hablan de esas heridas que no se ven fácilmente porque no están expuestas. Es significativa la manera en la que el dolor queda atrapado en cada uno de esos cuerpos que lo ha sufrido, una particular forma en la que el dolor ha sido aprisionado en el interior de sus cuerpos y que se percibe apenas en algunas tímidas expresiones corporales: silencios, profundos suspiros, miradas entre extraviadas e incisivas pero temerosas y desconfiadas; esa particular manera de acorazarse, sentarse y juntar las manos, el discreto juego con los dedos de los pies, el gesto forzado para asentir, reconocer o negar algo, el nerviosismo e imperceptible temblor y estremecimiento permanente.

Cuando esas vivencias intentan decirse y comunicarse a los otros descubrimos un lenguaje que queda trunco y que, por supuesto, limita la posibilidad de poder traducir esa experiencia en su justa dimensión. También existe, sin duda, una gran distancia entre lo dicho y lo vivido, de ahí que el silencio aparecerá en quien lo ha sufrido, por pudor, recato, vergüenza o simple incompreensión. Desde esta habla fragmentada, débil y difusa frente a la magnitud de lo vivido y sufrido tratamos de acercarnos lenta y cuidadosamente a esas experiencias y descubrimos la presencia de una herida, manifestada en una sensación de desgarrro, de una profunda cicatriz, de un corazón roto.

¿Por qué un corazón roto? Porque cuando se habla de violencia de género, intrafamiliar o contra la mujer se hace referencia generalmente a situaciones venidas de relaciones afectivas: matrimonio, amasiato, novios, familia, cuando la violencia se hace presente se transforma su mundo de vida, su cotidianidad, la percepción de la vida, de sí misma, se convierten en una terrible tragedia para las mujeres, para sus hijas e hijos, e incluso para ellos, los agresores, para toda la familia.

Algunas refieren que la violencia apareció poco a poco, otras que fue de repente y otras más, que fue así desde el principio. De cualquier manera la violencia se instaló en el hogar, junto con el dolor y el maltrato que se ignoran y confunden con una sensación de cansancio y desaliento. Un dolor que ellas reconocen justo en el pecho, y que lo asocian con el corazón. Sin duda, la sensación de un corazón lastimado, de un corazón roto, es una expresión particular de una experiencia afectiva y dolorosa, pero al mismo tiempo colectiva para hacer referencia a un particular sentir relacionado con el sufrimiento, un sentimiento que deja su huella:

—Me duele aquí.

—Yo no sufrí violencia física, yo sufrí violencia emocional... A mí me cambiaron por una más joven.

—Sufría más cuando me decía cosas feas y malas... yo no era eso.

- Me duele aquí y no puedo hablar, como si estuviera partido.
- Llevo años con esta dolencia, a veces ya ni pienso, ¿para qué?
- De veritas que me duele aquí merito en el corazón, siento muy feo.
- Lo siento muy pesado, no me deja respirar, se siente duro duro.
- Duele.
- Me siento desencajada.
- Me duele, tengo el corazón roto.

“Tengo el corazón roto”, dicen ante la incapacidad para explicar y narrar la experiencia de su propio dolor; la ruptura y fragmentación encarnada; la vida resquebrajada y agrietada; la manera de ser arracada de su mundo de vida para transformarlo en el mundo de la violencia y del sufrimiento; la sensación justo del lado izquierdo del pecho de una división, fractura o rajadura; el desencanto y desamor hacia la persona que en algún momento representó la esperanza. Son las maneras en las que describen cómo les fue arrebatada su dignidad.

- No son las cicatrices, es lo que traigo dentro. Yo podía sobrevivir a los golpes, pero las cosas que me decía y que hacía, eso no, con eso no podía. No eran los golpes eran sus palabras.

El dolor causado por tener el corazón roto se hace profundo e instala en la cotidianidad. Las mujeres, por un lado, sienten dolor porque sus *sueños* se desvanecen y, por otro lado, se sienten culpables de ello. La culpabilidad deviene porque sienten que han fallado, creen que no son buenas esposas ni buenas madres, piensan que debían haber aguantado, tolerado, pero, sobre todo, se recriminan haber fracasado en el plano amoroso; por ello, muchas se convencen de ser las responsables del maltrato que reciben.

- Es que no me quieres cumplir, es que no quieres hacer lo que yo te digo.
- Ya viste lo que pasó por tu culpa, lo que tú ocasionas.
- Tú tuviste la culpa por eso yo me porto así.

La sensación de un corazón roto, surgida en situación de violencia, es vivenciado entre el dolor y el sufrimiento. El dolor es emocional y produce un sentimiento negativo, surge ante determinadas situaciones o problemas como el maltrato, el menosprecio o los golpes.

El dolor surge en el instante en el que la mujer es herida física, psicológica, emocional o socialmente. En este momento es sólo una emoción y su duración puede ser relativamente corta y proporcional al evento que la produjo. Puede ser cualquier emoción que afecte o dañe: un conflicto, una discusión que terminó en golpes, la sensación de abandono, el maltrato, la humillación y el menosprecio en cualquiera de sus manifestaciones, la tristeza de la sensación de pérdida, el estrés cotidiano ante la necesidad de enfrentar un problema,

enojo o frustración contra sí misma o contra la pareja. Pero, sin duda, el sufrimiento siempre va más allá.

El sufrimiento es la respuesta cognitivo-emocional que la mujer puede tener frente al dolor físico generado por los golpes o frente a una situación dolorosa, como la instalación de la maltrato en la cotidianidad. La experiencia de la violencia y la sensación de un corazón roto responden a un conjunto de emociones y pensamientos que se entrelazan y se instalan en el cuerpo, la conciencia y la vida cotidiana, adquiriendo así mayor intensidad y duración que el dolor emocional. El sufrimiento puede prolongarse indefinidamente, aunque la situación que lo provocó ya haya pasado: una cachetada, una patada, la herida que ya cicatrizó, el menosprecio, la humillación o las amenazas; pero la manera como queda grabado en la conciencia da el tono y la permanencia del sufrimiento.

Cuando la violencia se instala en el mundo de vida, el dolor y el sufrimiento provocado muchas veces se mantiene en secreto y poco a poco se asimila y corporiza de tal forma que se *aprende a vivir con él* porque es difícil aceptarlo, ponerle nombre y decirlo; aunque es más difícil aceptar que el amor se está desgastado, diluyendo y que los sentimientos idílicos con los que se inició la relación, una vida en pareja y una familia se están transformando.

- Inconscientemente, aunque me agrediera, aunque me maltratara, yo lo quería.
- No sé por qué pero entre más fea era mi vida con él, más lo quería.
- Sí había golpes. Yo decía: “Yo creo que es normal”. Me acostumbré a eso.
- Las mujeres también mantienen en privado su dolor por miedo al qué dirán sus familiares, amigos y vecinos.
- Si te casas te aguantas.
- “Ya sabes cómo es él; haz lo que él te dice para que no te haga nada”, me decían.
- Siempre era lo mismo. Al principio sólo discutíamos, hasta que un día me pegó y de ahí en adelante cada vez me pegaba más duro.
- Estuve a un paso de que él me matara.
- Empezó a amarrarme las manos, a taparme la boca; me tapó los ojos.
- En mis pies me daba patadas, me pellizcaba las piernas, me daba pellizcones en las manos, me dejaba moretones en los brazos.

Sin embargo, cuando las mujeres que sufren violencia son capaces de percibir que el sufrimiento no solamente lo padecen ellas, sino también sus hijas e hijos, pueden empezar a aceptar que lo que viven no es normal. Sentir el apoyo y amor de sus hijas e hijos puede revalorarlas.

- Me dice mi hijo: “Mamá, qué haces. Otra vez te pegó [...] Yo te quiero mucho, mamá, no lo olvides”. Eso fue lo que me hizo recapacitar y entonces me dije: “Por

qué lo voy hacer por una persona que no vale la pena”. Entonces empecé a planear como me iba a salir.

—Me dijo mi hija: “No, mamá, no le tengas miedo. Vámonos, mami. Aquí no es vida; no me gusta este lugar”.

—Un día dije yo no quiero esto para mis hijos, yo no quiero que vivan así.

Otro detonador que las hace reflexionar es la ausencia de amor, interés, cuidado y protección que tenían de su pareja, verdad mucho más difícil de asimilar, principalmente en mujeres que no tienen hijos.

—Cuando él me dijo que entonces se iba a buscar a otra persona, es cuando como que abrí mis ojos... Entonces dije ya basta y me salí.

Una vez que las mujeres aceptan que lo que están viviendo no es normal, pueden iniciar un proceso en el que entienden que tienen que vivir su vida sin esa persona, aun cuando su corazón no está del todo listo ni sanado.

Aquellas que pueden pasar del dolor que les provoca tener el corazón roto a la palabra narrada están en proceso de romper el círculo de la violencia, porque el dolor interno se vuelve público, pero sobre todo porque se reconocen a sí mismas como mujeres violentadas, maltratadas. En otras palabras, porque fueron capaces de contar, reinterpretar y reconstruir los hechos que produjeron el dolor, reconociendo y nombrando a la violencia.

—No he podido hablar. No me salen las palabras... Llevo mucho tiempo sin poder hablar, lo intento pero no.

—Yo nunca, nunca dije nada.

—No había podido hablar de eso.

Ese sufrimiento expresado en la sensación de un corazón roto trasciende la metáfora. Al decir de los científicos, es una expresión literal de que lo que se siente, es una cardiopatía ocasionada por un estrés físico o emocional intenso como las discusiones o las pérdidas, presentando síntomas semejantes a los de un ataque cardíaco, como dolor en el pecho, la dificultad para respirar y el pesar. Se dice también que es temporal, que no deja secuelas y que no afecta a las arterias como sí lo hace un infarto; no obstante, su afección se da en el músculo cardíaco, de ahí la sensación de roto y pesadez, emociones que son reconocidas y sentidas por las mujeres. Para aquellas que viven día a día la violencia por largos periodos, esa percepción se vuelve cotidiana, se corporiza y transforma la percepción de la realidad; lo preocupante es que a veces puede durar toda la vida.

En este sentido, cuando decidimos escuchar del dolor de los otros es posible aprender y comprender sobre su sufrimiento, porque el dolor es una emoción irremediabilmente compartida en mayor o menor medida.

Así, compartir las experiencias de todas estas mujeres nos acerca a la posibilidad de identificarnos con las víctimas, de escucharlas y comprenderlas, pero también de reconocernos y reconocer el significado de vivir en situación de violencia. De esta forma podríamos participar de esta recomposición a través del restablecimiento y creación de lazos para la acción con los y las otras, es decir, por medio de la comprensión y reconfiguración de la dignidad.

IV. Reflexión final

La experiencia es una mezcla del caminar, del tiempo, de lo vivido, de lo que se vio y de lo que se escuchó. También de lo que atravesó y de lo que quedó en la piel. La experiencia es mezcla de lo que se rompió y de lo que se construyó. Es, dirán los melancólicos, la capacidad de tejer un telar, donde los hilos se unen y desunen para bordar pedazos de la existencia conforme marca el paso de la vida. Este telar es único, individual: se teje y se desteje a partir de la propia experiencia.

Arnoldo Kraus

En este singular tejer y destejer el telar de la experiencia de la vida propia, la violencia es, sin duda, de las vivencias que rompen, rasgan y se quedan clavadas, irremediabilmente en la piel, en la carne, atravesando a un mismo tiempo la conciencia y el corazón. En otras palabras, la violencia es una de las experiencias encarnadas que perfilan una manera diferente de habitar, dolorosamente, el cuerpo y de acceder al mundo a través de un singular lenguaje, retraído, apocado y muy turbado.

El lenguaje, sabemos, es como la vida misma, está constantemente haciéndose y rehaciéndose en un permanente proceso de cambio, porque al enfrentar la realidad cotidiana, desde la propia situación biográfica, se necesita designar y nombrar no sólo las cosas, sino los acontecimientos vividos, sentidos y sufridos; es decir, esas fragmentadas realidades que necesitan ser signadas por ser nuevas, singulares e irrepetibles al momento de vivirlas o bien por estar tan arraigadas que ya son parte de uno; todas, nuevas y viejas, al paso del tiempo se irán matizando, necesariamente, de nuevas maneras de significarlas.

Así, cuando la violencia aparece en la vida cotidiana de las mujeres, no sólo representa una experiencia que da lugar a nuevas palabras de su propio acervo lingüístico, sino también al surgimiento de otras necesidades expresivas, con las que cada una de ellas matizará emociones y afectos en su aquí y su ahora. Por eso, cuando pretendemos comprender, saber de ese telar de la existencia único e individual en cada persona nos preguntamos ¿cómo se puede acercar de manera respetuosa y humana a mujeres en situación de violencia? Quizás, a través de su propia voz, tratar de entender la manera en cómo vivieron la violencia; mediante un ejercicio dialógico que permita trazar puentes comprensivos a partir de una escucha respetuosa y empática, un acercamiento que dé paso al reconocimiento mutuo de lo sufrido y de lo vivido por medio de la palabra.

Mediante la palabra conversada se es capaz de compartir experiencias íntimas y dar lugar a un suceso en grupo, de convertir esa experiencia irruptora, más sentida que explicada, en una especie de confesión de aquello que es vergonzoso, que causa pudor, para abrirse a los otros y, en consecuencia, reconocerse en y con los otros a través del diálogo.

La conversación implica, sin duda, un ejercicio de la memoria, del “recuerdo”, que, desde su origen latino, se define como “volver a pasar por el corazón”. Recordar permite volver a la conciencia, pero una conciencia que se encarna porque habita en el cuerpo y lo que ayer se sintió y pensó ahora se hace presente: un momento, un detalle, un alguien, un algo, que por mínimo o grandioso, por gozoso, doloroso o penoso que sea implica retornar al pasado, necesaria y directamente, relacionado con los afectos que se depositan en el corazón, ese lugar en el imaginario donde creemos se guardan sentimientos, emociones y experiencias.

La reconstrucción de narrativas de vida es ante todo un proceso reflexivo personal que supone deseos pasados y presentes, además de múltiples experiencias que sustentan algunos de los porqués de los sucesos que permiten tener una mirada que discierne entre esos acontecimientos indiferenciados, pero que tienen como verdad inicial las condiciones propias que los producen: la vida diaria, una vida de maltrato, una vida dolorosa, más sentida que pensada; quizá por eso tan difícil de reconstruir y comunicar. La reconstrucción de esta experiencia, aunque fragmentada y tenue, permite traer al aquí y al ahora aquellos sucesos de violencia que la mayoría de las veces se vivieron de manera silenciosa en espacios domésticos recatada ahora a través de la palabra.

Surgido de la conversación, pero también del encuentro que pudiera nombrarse confesión, el reconocimiento de las condiciones que generaron esos sucesos lastimosos para mujeres, niños y niñas, pero sin duda también para ellos, los hombres que agreden, fueron, paradójicamente, también sucesos que hicieron posible la emergencia de actos de valentía y decisión para romper ese círculo vicioso de la violencia.

El ejercicio de la memoria recorre las veredas de la vida pasada, en la que se vuelve al reencuentro con la infancia y sus juegos, con la familia que proporcionó cuidado y alimento, con amigos de escuela, con parejas; además, pareciera que se puede volver a ver la imagen de la casa, la escuela o el barrio. La piel vuelve a erizarse cuando se recuerda el primer amor, el primer beso, ese primer encuentro con el ser amado. Pero también el miedo y el dolor parecieran volverse a vivir cuando a llega a la mente el primer menosprecio, el primer golpe, que conduce al desencanto. Volver a pasar por el corazón todos esos instantes que han marcado la vida de manera positiva o negativa es algo, sin duda, esencial en la experiencia. Así, desde el recuerdo, la recuperación de la experiencia de la violencia resulta reveladora en la comprensión de la condición humana en la sociedad actual.

Cuando la violencia se hace presente en ámbitos privados como el hogar la experiencia resulta más dolorosa y desgarradora porque surge en el seno de una relación construida a partir de vínculos afectivos, los cuales se caracterizan por su inconsistencia, flexibilidad y liquides; en consecuencia por una fragilidad en el marco de una contundente naturalización de la violencia.

En sociedades como la nuestra, la condición humana es determinada por la fuerte disolución de los vínculos afectivos y el desmoronamiento de los lazos sociales ante un creciente individualismo. De ahí que no es extraño que la arraigada e histórica presencia de la violencia contra las mujeres, actualmente se manifieste de manera más grave y lastimosa.

Por eso, esta violencia lastima y daña en lo más profundo del ser humano: el corazón. Más allá de los golpes, las palabras y las acciones, está presente el dolor que provoca la sensación de tener el corazón roto. Éste profundo dolor no puede entenderse más que en el interior de la persona que ha sufrido violencia: en su subjetividad.

El síndrome del corazón roto se presenta cuando la violencia es provocada por la persona con quien crearon vínculos amorosos, afectivos, por eso el dolor viene de su interior, de sus entrañas, de su corazón. La presencia de la violencia rompe el corazón cuando el agresor es la propia pareja.

El corazón roto no es exclusivo de mujeres con características particulares: edad, color, nivel socioeconómico, u otro. Desde su propia percepción, el corazón irremediamente se rompe en una situación de violencia y no se requiere necesariamente de golpes físicos para que así suceda. El desprecio, las humillaciones y el maltrato es peor que los golpes físicos.

La sensación del corazón roto desplaza el sufrimiento, éste puede iniciar en la precariedad y fragilidad de un cuerpo lastimado hacia el sentimiento de humildad, menosprecio, culpa y vergüenza, en que la dignidad es vulnerada y muchas veces anulada. Además, las mujeres

se enfrentan al menosprecio de la mirada de los otros, una mirada que se vuelve tosca, miope e indiferente ante la gravedad de esta situación.

El corazón roto representa la versión, quizás más personal e íntima, del dolor y del sufrimiento como un sutil y sofisticado enjambre de hilos contruidos entre el lenguaje y el emocionar en la rutina de la cotidianidad, es decir, producto del entrecruzamiento de un lenguaje vivo que se corresponde y amalgama con las emociones surgidas en ese preciso momento, en su aquí y ahora; un sufrimiento a veces discreto, otras más súbitas e imprevistas, suma de maltratos, menosprecios y desvalorizaciones subjetivas grabadas en la conciencia y en el cuerpo de la mujer.

El paso de la experiencia inmediata de las emociones, surgidas en situaciones de violencia a su explicación, sólo es posible a través del lenguaje; éste permite comprender *ese algo que simplemente pasa*, además admite categorías que intentan explicar experiencias como buenas, malas, justas o injustas, dignas o indignas, etcétera. También, con la experiencia de la violencia, desde la singularidad de la propia vivencia, se puede empezar a comprenderla, reconocerla y nombrarla como violencia, maltrato, crueldad, golpes, menosprecio; pero también calificarla: delito, injusta, indigna.

Sin duda, el lenguaje no sólo posibilita decir o nombrar; es más complejo que eso, el ser humano es en el lenguaje, un lenguaje que es necesariamente compartido en un continuo ser con los otros. Esto significa que es en los haceres con los otros (hombres y mujeres, en el *ser* con ellos y en las emociones) donde se funda la experiencia de la violencia, donde las palabras adquieren significados particulares y desde donde el ser humano puede explicar su experiencia en el vivir como víctima, como agresor o como observador. Es así porque en el vivir y en el lenguaje está implícita la emoción, ese remover, mover, sacudir, agitar y hacer salir lo que viene desde adentro; un reflejo del modo en el que la violencia se instala en la subjetividad, en la singularidad, pero también en la manera de comunicar y convivir con los otros esa situación.

De ahí que la conversación se presenta como un entrecruzamiento del lenguaje y del emocionar que si bien es una manera de vivir, también lo es de comprender al otro. Cuando se nombra a la violencia y sus consecuencias como la afirmación de tener roto el corazón se asume una situación de abuso, violencia o maltrato que puede ser reconocida en la experiencia propia o en la experiencia del otro.

La posibilidad de compartir, a través de un diálogo reflexivo, las experiencias de sufrimiento producidas por la violencia permite crear comunidades emocionales que alientan la recuperación de la mujer como individuo. Además, ese compartir se convierte en un vehículo de recomposición de la dignidad. Se puede decir, entonces, que la comprensión, a través de la conversación, es el proceso que permite sobrepasar la condición

de víctima: no sólo se pasa de la recomposición del individuo como un ser emocional y racional, sino como un ser humano digno.

Fuentes consultadas

Albergue Temporal para Mujeres en Situación de violencia de Toluca (20012), *Modelo de atención del Albergue Temporal para Mujeres en Situación de violencia, Toluca*, (presentación en Power Point).

Amnistía internacional (2011), “datos sobre la violencia contra las mujeres y las niñas en el mundo”, en http://www.es.amnesty.org/uploads/media/dossier_violencia_de_genero_01.pdf, fecha de consulta 30 de junio de 2012.

Bauman, Zygmunt (2004), *Amor líquido: sobre la fragilidad de los vínculos humanos*, México, FCE.

Berger, Peter y Tomas Luckman (1986), *La construcción social de la realidad*, Argentina, Amorrortu.

Consejo Estatal de la Mujer y Bienestar Social (2012), *Violencia y Dignidad, la experiencia de un taller vivencial*, Toluca, Estado de México, Consejo Estatal de la Mujer y Bienestar Social.

INEGI (2006), *Situación de la violencia en las mujeres de Sonora. Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares*, ENDIREH 2006, México, INEGI.

Jimeno, Myriam (2007), “Lenguaje, subjetividad y experiencia de la violencia”, en *Antípoda, Revista de Antropología y Arqueología*, núm. 5, julio-diciembre, Bogotá, Colombia, Universidad de los Andes.

Maturana, Humberto (1984), *El árbol del conocimiento, las bases biológicas del entendimiento humano*, Argentina, Lumen.

Merleau-Ponty, Maurice (1975), *Fenomenología de la percepción*, Barcelona, Península.