

Violeta

POR UNA CULTURA DE IGUALDAD

Ejemplar gratuito
Año 12 · No. 22
Marzo 2016

Revista trimestral del Instituto Estatal de las Mujeres · Nuevo León



Amor es...



Instituto Estatal
de las Mujeres
Nuevo León
GOBIERNO DEL ESTADO



¡Queremos ser **55 millones!**

• ¿Qué es **Nosotros Por Ellas**
(**HeForShe**)?

Es un movimiento solidario en favor de la igualdad de género desarrollado por **ONU Mujeres**, para implicar a hombres, jóvenes y niños como defensores y agentes del cambio en el logro de la igualdad de género y hacer realidad los derechos de las mujeres y las niñas.



HeForShe
Nosotros Por Ellas

• ¿Cómo te puedes **unir**?

1. Entra a heforshe.org
Da click en **COUNT ME IN**
2. Ingresas tu nombre, e-mail, país y género.
Presiona el botón **I AM HEFORSHE**
3. Selecciona cuáles son los problemas de igualdad de género que consideres importantes en tu país:



Educación



Salud



Identidad



Trabajo



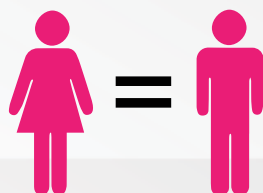
Violencia



Política

Da click en **ADD YOUR VOICE**

Ahora, lo más **importante**
es hacer esas pequeñas
acciones que generan un
gran cambio



Esto significa:

1. Tolerancia cero ante actos de violencia y discriminación contra niñas y mujeres.
2. Creer y actuar en favor de la igualdad social, política y de oportunidades económicas.
3. Comprender que dar un paso adelante por las niñas y mujeres, es dar un paso adelante para la humanidad.
4. Hablar cuando seas testigo de actos de acoso físico, emocional y sexual.

Reto
1x5

Cada persona que se una,
invita a **5** personas a firmar

¡Únete **ahora**, firma el **pacto!**

CONTENIDO

ENTÉRATE

- Se busca un planeta en paridad en 15 años 3
Reconocen su trayectoria por la igualdad 4

LAS OTRAS VOCES

- Amor, amor, amor por Josefina Leroux 6
Contra el romance por Elía Martínez-Rodarte 8

ENTREVISTA

- La clarividencia del amor 10

13

ESPECIAL AMORES ES..

Las relaciones amorosas y el matrimonio

- El matrimonio igualitario, un derecho
que debe de ser respetado
por María Aurora Mota 20

BARCO DE ORQUÍDEAS

- Aparece poema de
Minerva Margarita Villarreal 26

VIOLETA JUVENIL

- El maravilloso mito del amor 30
Friendzone: la zona del congelador 31

TRABAJANDO PARA TÍ

- Realiza IEM reunión de enlaces
municipales de las mujeres 32



INSTITUTO ESTATAL DE LAS MUJERES

NUEVO LEÓN

María Elena Chapa H.

Presidenta Ejecutiva

María del Refugio Avila

Secretaria Ejecutiva

María del Consuelo Chapa

Directora Operativa de Programas

VIOLETA

Guadalupe Elósegui

Editora

Sonia Borjas

Co editora

Margarita Flores

Diseño y diagramación

Foto de portada

Julietta Hinojosa



El presente número de Violeta está dedicado a analizar uno de los sentimientos que más satisfacciones, pero también conflictos causan en la vida de las personas: El amor. En las plumas expertas de profesionales de la psicología, el psicoanálisis, la sexualidad, la diversidad y el género, como Josefina Leroux, María Aurora Mota, Yavidia Ayala y Elia Martínez-Rodarte, entre otras, es posible explorar los diversos ángulos sociales y emocionales del más importante de los vínculos humanos.

En diversos artículos se abordan la visión del amor de jóvenes y adolescentes, las recientes estadísticas del matrimonio y el divorcio, la problemática de la codependencia, las mujeres que aman demasiado, los nuevos escenarios en materia de derechos humanos como la unión civil de personas del mismo sexo, y una entrevista a la titular del área de ciegos de la Biblioteca Estatal, la maestra María Nora Garza, que nos habla de su relación de pareja en la que ambos son invidentes; todos, temas de actualidad en un escenario en el que la violencia contra las mujeres con frecuencia se desata en un marco de relaciones conflictivas.

Obras son amores y no buenas razones, dice el refrán. En el Instituto Estatal de las Mujeres las obras se realizan día a día con el diseño y ejecución de programas y políticas públicas dedicadas a la igualdad, a la no discriminación y la no violencia. Actualmente, los equipos multidisciplinarios PAIMEF-Indesol-IEMNL, de prevención y atención a esta problemática se preparan como cada año para llevar sus servicios gratuitos a todos los rincones del estado. Los casos de mujeres que acuden a solicitar asesoría se atienden puntualmente en nuestras instalaciones y en cada uno de ellos hay una historia de un amor de pareja, familiar o filial destruido o conflictuado.

Trabajar para la paz, las relaciones igualitarias, la paridad, el reconocimiento y garantía de los derechos para todas las mujeres también es un acto de amor político, que existe aunque sea difícil reconocerlo en el pragmatismo de una acción gubernamental. Lo personal es político, nos lo recuerdan las teóricas del género. Por ello, ha sido un compromiso y una responsabilidad del más alto nivel que la transversalidad de la perspectiva de género se haya insertado, finalmente, en el Plan Estatal de Desarrollo, con el trabajo y la asesoría experta y cuidadosa del IEMNL.

Apostamos por el cambio cultural y la educación. Las lecturas y las recomendaciones de filmes del aparador de Violeta son propuestas para seguir aprendiendo y conversando sobre qué tipo de personas y sociedad deseamos ser. Reconocemos el talento de mujeres valiosas como Minerva Margarita Villarreal, colaboradora de estas páginas, ganadora del Premio Nacional de Poesía Aguascalientes, así como el de la titular del IEMNL, María Elena Chapa, quien recibió un reconocimiento por parte del gobierno estatal, del municipal de Monterrey, así como de la sociedad civil por su incansable trayectoria. Esperamos que disfruten de este número.

Guadalupe Elósegui M.
Coordinadora de Comunicación y Difusión

Violeta, por una cultura de igualdad. Revista trimestral, Marzo de 2016. Editora responsable: Guadalupe Elósegui Martínez. Número de Certificado de Reserva otorgado por el Instituto Nacional del Derecho de Autor: 04-2010-101913251000-102. Número de Certificado de Licitud de Título y Contenido, de la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas de la Secretaría de Gobernación: No. 15115. Domicilio de la Publicación: Morelos No. 877 Oriente, Centro C. P. 64000, Monterrey, N.L. México. Impresos Tecnográficos, Porfirio Díaz 524 Sur, Monterrey, N.L., C.P. 64000. Distribuidor: Instituto Estatal de las Mujeres, Morelos No. 877 Oriente, Centro C. P. 64000, Monterrey, N.L. México. Las opiniones aquí vertidas no reflejan necesariamente la postura de la institución. Violeta se reserva los derechos de los artículos que publica, pueden reproducirse dando aviso a la editora y respetando el correspondiente crédito autoral y de la publicación.



Se busca un planeta en paridad en 15 años

Por un Planeta 50-50 en 2030: Demos el paso para la igualdad de género, fue el tema del 2016 para el **Día Internacional de la Mujer**.

También se centró en nuevos compromisos de los gobiernos bajo la iniciativa "Demos el paso" de ONU Mujeres y otros en materia de igualdad de género y el empoderamiento.

Para Naciones Unidas es importante detectar cómo acelerar la Agenda 2030 para el desarrollo sostenible para impulsar la aplicación efectiva de los nuevos Objetivos de Desarrollo Sostenible de las mujeres y sus derechos humanos.

"Hemos roto tantos techos de cristal que hemos creado una alfombra de añicos. Ahora estamos barriendo las ideas preconcebidas y los prejuicios del pasado para que las mujeres puedan avanzar y cruzar nuevas fronteras", dijo el Secretario General de las Naciones Unidas Ban Ki-moon, en su mensaje de Día Internacional de la Mujer 2016.

La Directora ejecutiva de ONU Mujeres, **Phumzile Mlambo-Ngcuka** afirmó que "Cada una y cada uno de nosotros es necesario (en nuestros países, comunidades,

organizaciones, Gobiernos y en las Naciones Unidas) para garantizar que se adopten acciones decisivas, visibles y cuantificables bajo el lema: Un planeta 50-50: Demos el paso por la igualdad de género".

Una de las actividades del 8 de marzo consistió en hacer sonar la campana de apertura en la bolsa de valores NASDAQ, en Nueva York. Actos similares se llevaron a cabo en 34 países de todo el mundo como parte de los esfuerzos compartidos de concienciación con el Pacto Mundial.



La Directora ejecutiva de ONU Mujeres, Phumzile Mlambo-Ngcuka



Reconocen su trayectoria por la igualdad

POR REDACCIÓN

Por su trayectoria e impulso de políticas públicas de igualdad de género, el municipio de Monterrey y la asociación "Por el México que nos vio nacer", entregaron el 3 de marzo un reconocimiento a María Elena Chapa H., presidenta del Instituto de las Mujeres en Nuevo León.

El Foro también estuvo presidido por el alcalde regiomontano Adrián de la Garza; por Biviana Chávez, directora de "Por el México que nos vio nacer" y la encargada del despacho del Instituto de las Mujeres Regias, Liliana Muraira. Contó con las participaciones de las legisladoras locales Concepción Landa, Karina Barrón, Ludivina Rodríguez y Laura Paula López Sánchez y con la ponencia magistral de la Dra. Dulce María Sauri Riancho.

Tras participar en el Foro "Mujeres: Igualdad, Poder y Representación" en el marco del Día Internacional de la Mujer, el gobernador Jaime Rodríguez Calderón destacó que "son muchos años los que María Elena Chapa ha venido luchando por el reconocimiento de las mujeres en todos los ámbitos.

"Desde cuándo está luchando esta mujer, toda su lucha, por eso tiene grandes reconocimientos", expresó. "Un reconocimiento que yo te quiero dar, María Elena, es ése, tú sabes que mi reconocimiento personal lo tienes. Eres una mujer muy capaz; mucho talento y mucha experiencia que hay que aprovechar", dijo el Ejecutivo estatal. Este es el primer reconocimiento a nivel nacional que entrega dicha asociación, y en el evento se destacaron los diversos logros y reconocimientos nacionales e internacionales que ha

alcanzado Chapa desde los cargos públicos que ha tenido como diputada local y federal, senadora de la República y funcionaria estatal.

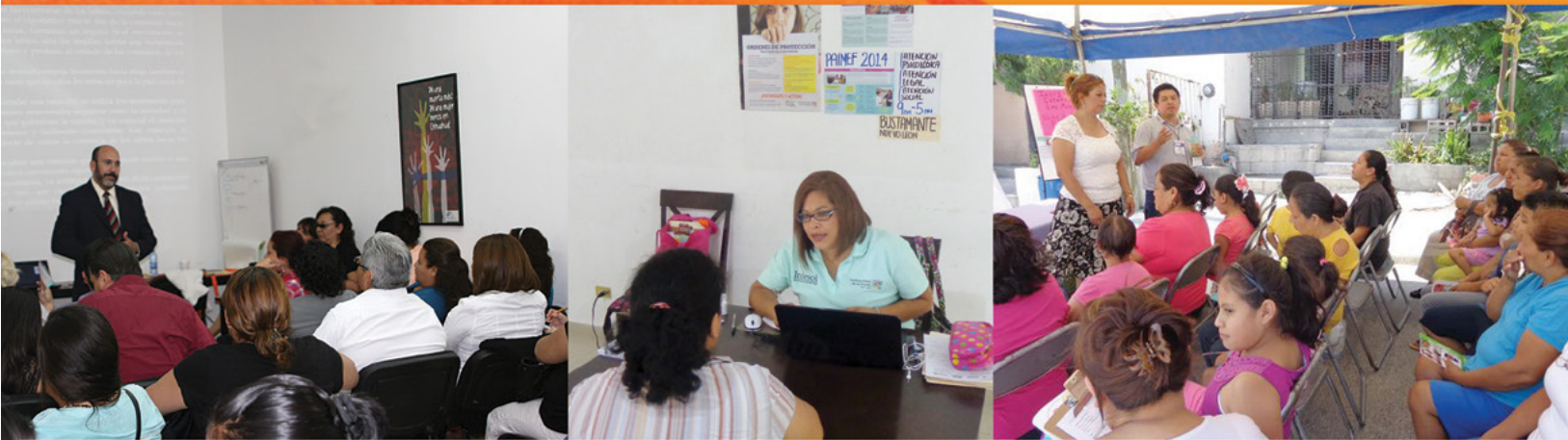
Rodríguez Calderón mencionó que su administración trabaja por consolidar a Nuevo León como la primera entidad a nivel nacional que cuente con una verdadera igualdad de género. "En el área de Educación, del total de los 56 mil maestros, casi 70 por ciento son mujeres", indicó.

"En el área de la Procuraduría de Justicia casi ya estamos 50 y 50 en toda la estructura; en el área de Salud 67 por ciento son mujeres de 8 mil trabajadores del sistema. En el área de Seguridad, el 7 por ciento del total. En el resto de la burocracia 58 por ciento son mujeres y 42 por ciento hombres".

Otras acciones en favor de las mujeres que mencionó el gobernador se encuentra el subsidio al Impuesto Sobre Nómina para aquellas empresas que tengan entre sus trabajadores a madres de familia a fin de que se les otorgue el sábado para que estén con sus familias.



Programa de Apoyo a las Instancias de Mujeres en las Entidades Federativas para Implementar y ejecutar programas de prevención de la violencia contra las mujeres **PAIMEF 2016**



Próximamente ubica la sede en tu municipio

SEDE

MUNICIPIOS QUE ABARCA

APODACA	Pesquería, Dr. González y Los Ramones
DOCTOR ARROYO	Mier y Noriega, Arramberri y Gral. Zaragoza
EL CARMEN	Salinas Victoria, Hidalgo, Abasolo y Mina
GALEANA	Iturbide
GARCÍA	Santa Catarina
GRAL. BRAVO	Monterrey- Independencia, China y los Herrera, Dr. Coss, Los Aldamas
GRAL. ESCOBEDO	San Nicolás
GRAL. ZUAZUA	Ciénega de Flores, Marín e Higuera
GUADALUPE	Santiago
INSTITUTO ESTATAL DE LAS MUJERES	Monterrey
JUÁREZ	Cadereyta
LINARES	Hualahuises, Montemorelos, Gral Terán, Rayones y Allende
MELCHOR OCAMPO	Monterrey-La Alianza, Agualeguas, Cerralvo y Gral. Treviño
MONTERREY / NORTE	Monterrey - San Pedro
SABINAS HIDALGO	Anáhuac, Bustamante, Lampazos de Naranjo, Parás, Villaldama y Vallecillo

AMOR, AMOR, AMOR

¿Te sabes amada? Sí, contesta la mayoría.
¿Te sientes amada? Un silencio se instala,
una lágrima incontrolable rodando por el rostro
adelanta la respuesta.

POR JOSEFINA LEROUX



Desde que se inventó el amor, todas quieren vivirlo. Todas quieren asirse de sus letras, acunarse en su sonido, sentirlo en cuerpo y alma. No importa la correspondencia, cuántas veces la tragedia del amor es vivirlo en secreto, en singular y sin embargo, las penas de amor son mucho más dulces que todos los demás placeres, dice el poeta John Dryden.

El amor, sea Eros o Ágape, finalmente es una narrativa histórica de relaciones entrañables que dan sentido a la existencia mientras dure la reciprocidad. Como un embrujo, al principio inconsciente, incontrolable. "Locura de dos" o de una sola... Luego empiezan las expectativas seguidas de frustraciones. Siempre queremos más. Es tan rico el amor, por qué dosificarlo. En ese instante comienza el tormento.

AMAR ES DARSE, PERO NO EMBEBERSE

Los poetas, las poetisas, han recreado el amor adornado de pasión, de magia eterna. Al leerlos, queda el anhelo de plenitud y el éxtasis.

Las glorias de sentirse embriagado de un sin fin de sentimientos perturban exquisitamente la conciencia. Es una dosis de paraíso. Pero el amor no es una habilidad innata del ser humano. *Est une folle a deux*, es una locura de dos. Aunque William Harvey (1651) acuñó el concepto al caso de unas hermanas que compartieron alucinaciones y delirios, se aplica a los efectos fuera de toda realidad que padecen los enamorados.

LA HUMANIDAD SUFRE LA INCOMPLETUD, DE AHÍ LA IMPORTANCIA DEL AMOR

El amor es la celebración de la existencia de otro. Cómo podría ser eterno. El amor (sólo) gesta un estado naciente, dice Francesco Alberoni. Una nueva forma de concebir la vida, de pensarla, de entenderla, de vivirla, como también un nuevo modo de sentirse. Es el "principio de la visibilidad psicológica", dice Nataniel Branden, el placer de la experiencia de sentirse visto por otra conciencia.

Cada quien tiene su propio idioma para expresarlo y no todos lo entienden el de otro. Aunque así fuera, tampoco

existen conocedores de la propia naturaleza del amor. La versión religiosa es la más divulgada. "Ama hasta que duela", decía Teresa de Calcuta, hoy santificada. Ese espíritu de sacrificio, por cierto con enfoque de género - las mujeres eran más obedientes al discurso clerical cuando no sabían, no pensaban ni decidían-, expropia a las mujeres del amor pasión.

Pero amén de la visión religiosa del amor. La experiencia del amor evoluciona. Se ama, amando, como cada quien sienta, como cada quien pueda. Hay para todos los gustos; espacios y gente sobra. Sentir, pensar, imaginar, inventar, besar, tocar, actuar a la luz y al embrujo del otro, es el sentido mismo del amor.

Que el amor es líquido, dice Zygmunt Bauman. Sí, se escurre entre las manos porque como la vida no se detiene, fluye como río. Por más que se fomente el amor

propio y elegir personas merecedoras de tu amor, prevalece el inconsciente que busca lo faltante como la planta al sol.

*El amor es la prórroga perpetua,
siempre el paso siguiente, el otro, el otro.
Los amorosos son los insaciables,
los que siempre —¡qué bueno!—
han de estar solos.*

Jaime Sabines

Y TAMBIÉN ES VOLÁTIL

La naturaleza del amor es

libre. No obedece a las reglas aprendidas para cumplir una meta o alcanzar el éxito. De poco sirve el empeño, la perseverancia, ni siquiera las virtudes. Cupido llega cuando en el instante pueden saciarse necesidades imperiosas, aunque el objeto de deseo sea para el resto de la gente, despreciable.

Desde que se inventó el amor, todas y todos quieren vivirlo. Pero como la mariposa que menciona John Powell del que persigue la felicidad, sólo se posa al azar. No hay merecimiento que valgan ni estatutos del deber ser para conseguirlo.

El amor es un lujo evolutivo inseparable del desamor como la vida es inseparable de la muerte. Hay que saberlo para no sufrirlo.

Josefina Leroux

Es terapeuta sexual, de pareja y familia. Autora de la columna Diván desde 1985, ha escrito *Cómo duele el amor*, *Despertares*, *Violeta* y *Juan Carlos dicen adiós a la cigüeña*. Exconsejera ciudadana del IEMUJERES.

josefina.leroux@gmail.com

Contra el romance

POR ELÍA MARTÍNEZ-RODARTE

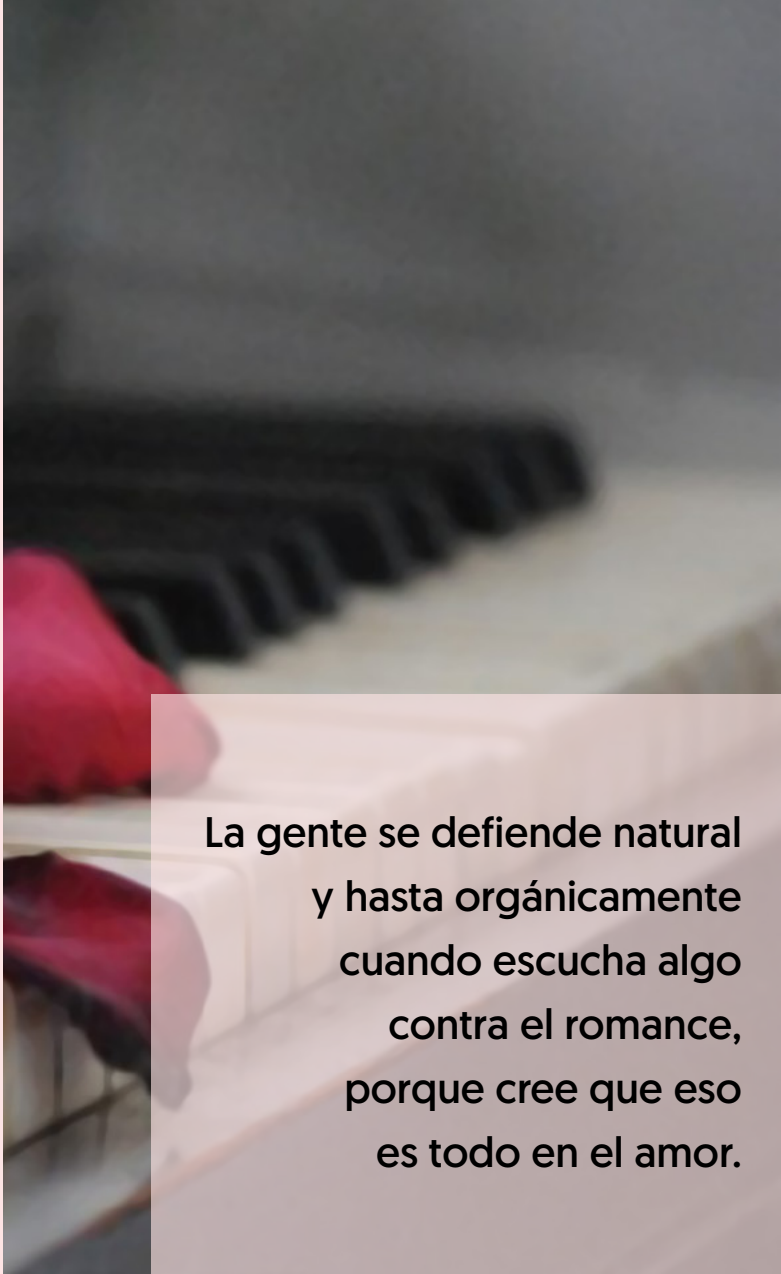
Está ese placer morboso en la gente cuando de su boca sale la expresión: me rompiste el corazón. Es una de las construcciones románticas por excelencia. Sentimos que nos estamos muriendo pero... no nos estamos muriendo.

Sólo queremos que la idea dramática de vivir ese instante que creemos intenso se apodere de un natural y culpígeno momento de azote. Es el grito del romance que quiere más crema, un reproche de comedia de pastelazo y luego después de una lloradera bastante cansada... renace la esperanza con la luz de la necesidad.

Dos cosas me aterran del romance y sus nociones, asegunes y memes: la nulificación de la persona cuando se somete a los yugos (nunca mejor dicho) del romance. Y la segunda es que las mujeres lo padecemos con

mayores honduras existenciales, lo cual me parece un lugar común. Un metalugar común. Existe una escena en la película *Melancolía* de Lars Von Trier, en la cual una novia recién casada, interpretada por Kirsten Dunst, abandona una habitación dejando tras de sí a un novio caliente y la foto de la huerta de manzanos que su ahora marido acaba de comprar para ellos. Un sitio en donde, él le dice: "si vuelves a estar triste, puedes sentarte bajo uno de los árboles y eso te hará feliz". Ella deja la foto atrás, justo cuando el enamorado acaba de prometer que nunca se separaría de ella. A ella no le importa. Quien se enamora estará por un tiempo, ese afecto podrá mutar y sobrevivir, pero quien romancea con la idea del romance sin duda explotará. Como Kirsten Dunst en *Melancolía*.

En estos años de estancia en el mundo nada ha sucedido que me rebata esta ley, forjada de personas, relaciones



**La gente se defiende natural
y hasta orgánicamente
cuando escucha algo
contra el romance,
porque cree que eso
es todo en el amor.**

y muchas horas de vuelo, que se opone al enorme constructo del romance. Mi papá me advirtió sobre los peligros del romance señalando a uno de sus concuñeos más calientes de la familia, al que acusaba de romancear con las empleadas domésticas a quienes embarazaba puntualmente. Desde ahí sabía que la mención de “romance” iba mal.

Mi idea de tirarle patadas al romance ni siquiera tiene que ver con que algo haya salido mal (del todo) sino porque me he dado cuenta de que las relaciones basadas sólo en el romance apasionado de la calentura de nuestras partes pudendas son nuestra perdición. Por eso nadie la arma: dejan que el tafañero se pierda en sus ilusiones, lo cual es muy bonito, pero ya me cansé de dividir mi vida entre las parejas divorciadas y las y los amigas/os que se quedaron huérfanos tras tronar una relación.

Otra cosa mala de la idea romántica de la pareja es que impide maniobras sexuales y actividades fornicatorias que pueden diversificar la vida en el sexo. Los tríos, ir a swingear, irse de ligue nomás para ver a otro/a ligar sin huir con alguien, entre otros divertimentos, suelen ser nocivos por las ideas de territorialidad, de celos y de que “el o ella es mío/a”. Cuando podamos desligarnos de las taras del romance, estaremos en condiciones de ejecutar plenamente nuestra actividad sexual sin afectar el vínculo íntimo que queremos proteger... pero no tanto.

Esa es otra de las cosas en que el romance, bajo la idea de buscar la otra mitad, como en *El banquete* de Platón, ha trastocado nuestra individualidad. Cuando nos emparejamos, la idea es estar con otro/a para hacer una convivencia cotidiana que permita espacios para ejercer la individualidad. Pero con todo el control cibernético, de celular y de mensajería instantánea, nuestra buena y estolqueada persona siempre se encuentra expuesta: ya no hay intimidad.

Hasta para tener el alivio sexual personal, el romance actúa en nuestra contra, porque la idea del sexo la succiona toda la vida romántica. La noción del fornicio se acota a una sola persona y a compartir todo el erotismo con dicho ser, lo cual es una tremenda falacia: si tenemos un par de neuronas, con esas basta para cachondearnos bien fácil, pensando en alguien real, cercano, imaginario o una caricatura. Nuestra mente no conoce límite para producir escenas de fantasías con otros.

La gente se defiende natural y hasta orgánicamente cuando escucha algo contra el romance, porque cree que eso es todo en el amor.

¿Y qué es el amor? Hay conceptos del amor como pececillos en la madre mar, pero aferrarnos a la idea de pertenecer a otro/a y tenerla/lo agarrado de sus gónadas es lo que no permite que desarrollemos el verdadero sentido del amor que queremos. Lo metemos al molde del romance, y ahí se quiebra todo...

Elia Martínez-Rodarte

Licenciada en ciencias de la Comunicación en el Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey con posgrado en Periodismo Especializado. Diplomada en Educación Sexual y Sexología. Es autora del libro *Ivaginaria* (Posdata, 2010) y de la columna del mismo nombre, que publica el Grupo *Reforma* en varios periódicos en todo el país. Actualmente conduce el segmento de sexualidad del programa *Desde la raíz* en TV Azteca. @Ivaginaria

La clarividencia del amor

POR GUADALUPE ELÓSEGUI

“Solo con el corazón se puede ver bien, lo esencial es invisible para los ojos”, nunca mejor dicha esta frase de *El Principito*, el famoso libro de Antoine de Saint Exupery, para entender el concepto del amor desde las reflexiones de María Nora Garza Salais, una mujer que ha vivido este sentimiento y esta emoción de una manera distinta, pero igual de plena.

María Nora Garza nació en Abasolo, Nuevo León, en 1953. Estudió Ciencias Jurídicas en la Universidad Regiomontana. Participó en cursos en la Unión Latinoamericana de Ciegos, en Costa Rica, en 1991. Ha sido ponente en diversos congresos sobre discapacidad, educación e inclusión. Obtuvo el Reconocimiento al Mérito para las Personas con Discapacidad, en la categoría Laboral y en 2001 se hizo acreedora a una mención de honor en el Día Internacional de la Mujer, por elevar la calidad de vida de la educación.

También recibió el reconocimiento Mujer Regia 2007 en Monterrey y la Medalla Bernabé de las Casas, en su pueblo natal. En 2006 fue guía experta en la exposición de origen alemán “Diálogo en la oscuridad”, dedicada a sensibilizar a la población en torno a las personas ciegas, presentada en Parque Fundidora. Desde 1990 es la coordinadora de la Sala de Ciegos, en la Biblioteca Central del Estado de Nuevo León, donde nos recibe para charlar en torno al tema de amor.

¿Cómo se percibe, cómo se demuestra el amor desde la ceguera?

¡Huy, pues es muy difícil explicarlo!— responde Nora con el rostro iluminado por su amplia sonrisa, que es su sello distintivo—, por ejemplo, influyen muchos factores. Si careces del sentido de la vista, el atractivo se percibe por el trato, por la voz, por las atenciones que tienen contigo:

¿estás bien?, ¿te encuentras cómoda?, inquietudes como esas. El detallito, el tono de la voz, el decirte que hueles muy rico, que tienes unas manos muy suaves, que era lo que me decía mi esposo que le gustaba de mí: mis manos y mi voz. Ahí te das cuenta de que hay un cariño, un cuidado muy lindo, muy limpio.

Imagínate también que dependes de terceras personas para llegar a una cita con tu amado o para trasladarte de un lado a otro. En nuestro caso, los dos no podemos ver, pero nos las ingeniábamos muy bien. Cuando eres novia de alguien ciego, no va a saber si tu nariz es pequeña o tu pelo rizado, te quiere por otras cosas, siempre hay otras formas de apreciar.

Por ejemplo, con las puras inflexiones de la voz puedes notar el estado de ánimo de la otra persona, si tuvo un buen día o no, su emoción.

Nosotros nos conocimos de pequeños, en una escuela para ciegos; él tenía 17 años y yo 14. Íbamos a estudiar la primaria en la mañana, y en la tarde teníamos clases de música, había un conjunto coral a cuatro voces, donde yo cantaba junto a un grupo de muchachos y muchachas. Mi esposo, Refugio Rocha, no cantaba, él tiene una voz bajita a diferencia de la mía, pero es muy bueno para tocar el piano y el acordeón.

Éramos muy buenos amigos al principio, nunca me imaginé que me iba a casar con él por la diferencia de



**El hecho de que
no tenga
mi vista,
no me hace
sujetar a alguien
permanentemente
para que
me ayude**

caracteres, yo soy muy extrovertida, soy un torbellino, y él es muy serio, muy reservado, demasiado sencillo, aún así, coincidimos en el cariño.

Nos conocimos en 1967 y nos casamos en el 83. Hubo un buen tiempo en que no coincidíamos por nuestras actividades, él ocupado en su escuela y yo en mi casa o mis ocupaciones. El destino nos puso otra vez enfrente, hizo click y aquí estamos todavía.

Es interesante conocer estas otras posibilidades de apreciar, valorar y mantener una relación de amor sin que medien cuestiones como la apariencia física, el envejecer, las miradas o los gestos de agrado o desagrado de la pareja. ¿Para ti cómo ha sido esto?

Una vez le pregunté a mi esposo si yo había cambiado mucho con el paso de los años y me dijo: "No, eres idéntica a cuando te conocí". Me gusta recordar cuando yo era una jovencita y me dio mucho gusto que me dijera eso, pues el mismo sentimiento persiste a través del tiempo. Si acaso ha llegado a haber una molestia entre nosotros, yo solo le digo: "Baja el tono". Él habla muy bajito, por lo mismo, para mí es muy conocido cuando está molesto o no. No necesitamos el lenguaje del cuerpo, siempre te

das cuenta cuando algo anda bien o no.

¿Tuvieron apoyo para criar a sus hijos?

Tenemos una hija y un hijo: Fátima y Franklin. Mi hijo nació a los once meses de casados. Yo iba a cumplir 30 años y mi esposo 33. De la familia estuvieron apoyándonos una semana, solo en lo que cicatrizaba el ombligo del bebé. Mi esposo y yo fuimos de la opinión de que teníamos que cuidar y criar a nuestros hijos con nuestras propias capacidades. Desde muy chica he sido muy terca, muy obstinada, pero muy autónoma, mientras menos dependa de las personas eso me hace sentir muy bien conmigo misma. El hecho de que no tenga mi vista, no me hace sujetar a alguien permanentemente para que me ayude.

Al principio sí se me complicó un poquito bañar al bebé, se me resbalaba y me dio miedo, ¡imagínate!, porque quienes no vemos ocupamos las dos manos para todo. Pero mi esposo me lo detenía y yo lo bañaba... luego le pusimos una toalla a la bañera y así lo hicimos con todo lo demás, siempre en coordinación y con mucho amor. Para todo hay ingenio, todo se puede. Eso es lo que le digo a mis alumnos: si tú quieres, puedes. Ha sido una experiencia hermosa. Mi hijo ya va a cumplir 33 años y

Entrevista

mi hija tiene 29. Ya somos abuelos de un niño y una niña, los dos de mi hijo, Franklin tiene 10 añitos y Wendy, seis. Nos cuidan muchísimo, sobre todo a su abuelito. En una ocasión que se fue la luz eléctrica, la niña corrió a donde tenemos los bastones, tomó uno y le dijo a su hermano: "así caminan mi abuelito y mi abuelita, ¿ves? no tengas miedo, el bastón te va diciendo por dónde". Los dos cuidan mucho a su abuelito, son muy amorosos con nosotros.

Después de toda esta experiencia como mujer, como pareja, como madre, como abuela ¿qué nos puedes decir del amor en tu vida?

¡Huy!, pues ¿qué te puedo decir? que he sido mucho muy afortunada. Mi esposo es una persona que se da, se entrega al mil por ciento: vive, respira, se mueve, todo alrededor de su familia. Ha sido y es un extraordinario compañero, padre, abuelo y sobre todo, un excelente proveedor, es delegado del Ministerio Público en la Procuraduría de Justicia del

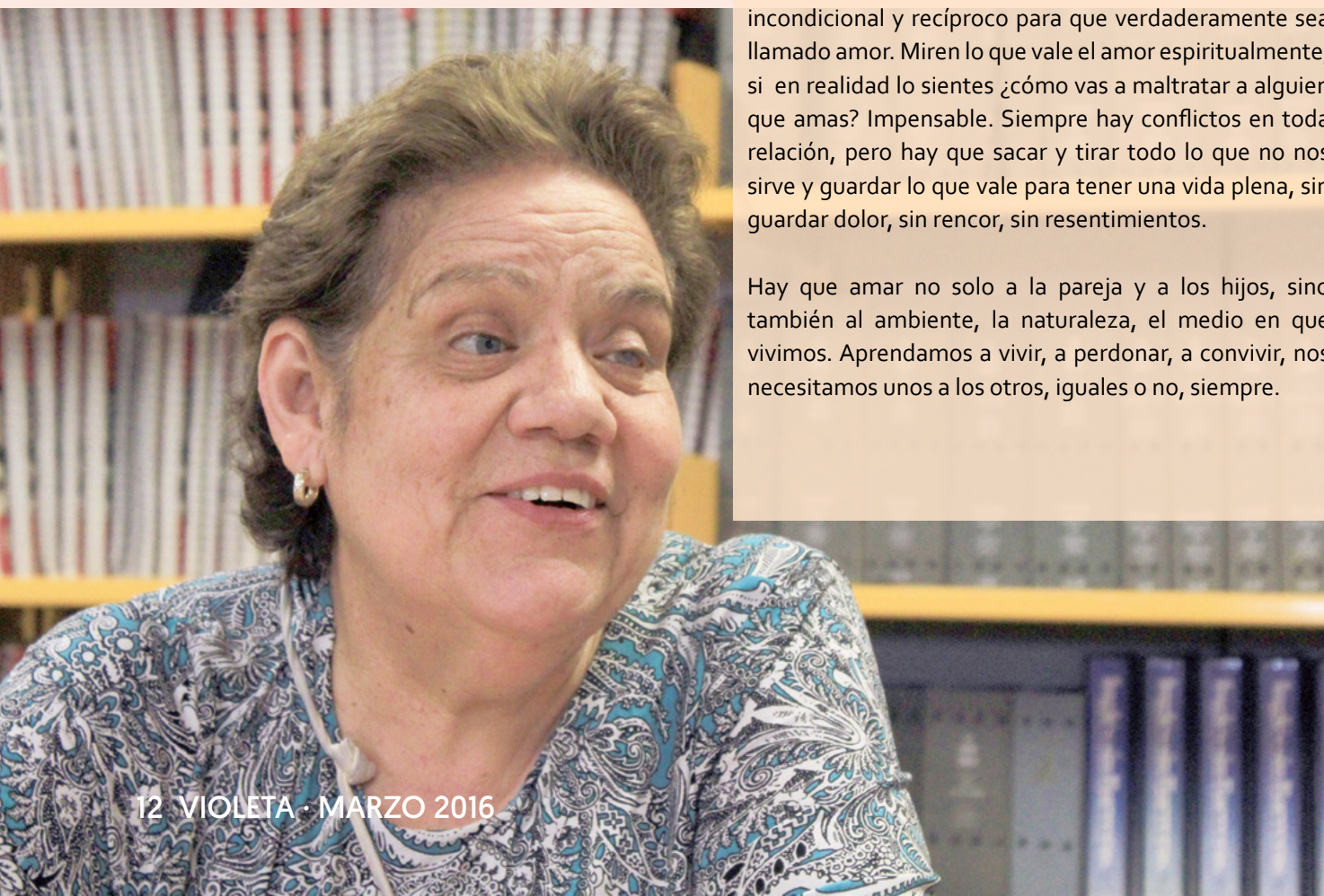
Estado, va a cumplir 34 años trabajando ahí. A mis nietos los adoro, igual que a mis hijos. En lo profesional, desde el 5 de octubre de 1990 he sido la encargada de la sala de lectura para ciegos de la Biblioteca Central del Estado, algo que me apasiona y con lo que estoy muy satisfecha, hay proyectos muy interesantes en puerta de los que luego te contaré, que me emocionan mucho y no puedo sino estar muy feliz por eso también.

A las y los jóvenes de hoy les puedo recomendar que no tomen el amor como algo temporal. El amor es un compromiso que debe nacer del alma y deben estar seguros de que realmente es algo más que un enamoramiento que en un rato se pasa. Ahora los jóvenes se van mucho por lo físico, por la atracción y eso es pasajero. Yo no sé lo que es que unos ojos pierdan brillantez o un cuerpo

cambie. El verdadero amor no está en lo que se puede ver, por eso dicen tanto que el amor es ciego. Pero me dije: si se enferma, ¿lo voy a cuidar?, si me quedo sin nada por estar con él ¿ahí voy a estar?, es algo que debe ser incondicional y recíproco para que verdaderamente sea llamado amor. Miren lo que vale el amor espiritualmente, si en realidad lo sientes ¿cómo vas a maltratar a alguien que amas? Impensable. Siempre hay conflictos en toda relación, pero hay que sacar y tirar todo lo que no nos sirve y guardar lo que vale para tener una vida plena, sin guardar dolor, sin rencor, sin resentimientos.

Hay que amar no solo a la pareja y a los hijos, sino también al ambiente, la naturaleza, el medio en que vivimos. Aprendamos a vivir, a perdonar, a convivir, nos necesitamos unos a los otros, iguales o no, siempre.

Hay que amar no solo a la pareja y a los hijos, sino también al ambiente, la naturaleza, el medio en que vivimos. Aprendamos a vivir, a perdonar, a convivir, nos necesitamos unos a los otros, iguales o no, siempre.



LAS RELACIONES AMOROSAS Y EL MATRIMONIO

POR SONIA BORJAS

Alrededor del tema de las relaciones amorosas hay muchos aspectos que pueden analizarse, más en una sociedad como la actual, donde los grandes cambios sociales y el vertiginoso avance de las telecomunicaciones han modificado las formas de relacionarse en pareja.

En principio, el camino a recorrer para cualquier pareja que vive una relación amorosa estable ya no es la que se acostumbraba (noviazgo, compromiso, boda, hijos/as). Hoy los mandatos sociales son más flexibles, pero también las normas de convivencia, las dinámicas familiares y las aspiraciones personales.

En los últimos años, Nuevo León se ha ubicado como uno de los estados donde más divorcios se registran en el país, después del Distrito Federal y la ciudad de México. Las cifras indican que tan solo en el **2015**, los **divorcios** en el estado aumentaron **73 por ciento**. El número de matrimonios se ha mantenido con un ritmo a la baja: de 27 mil 988 **matrimonios** en el 2010, en el **2014** se registraron **25 mil 84**; mientras que la tendencia en los divorcios es a la alza: en el 2013, se presentaron seis mil 595, en 2015 fueron 15 mil 213 y en los dos primeros meses de 2016 ya van tres mil 393, según datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI).

Actualmente, las causales de divorcio más frecuentes en Nuevo León son por abandono de hogar o la separación de la pareja durante más de dos años. El número de divorcios sería el dato más destacado para Nuevo León en lo que respecta a la estadística sobre las relaciones de pareja, ya que el resto de los indicadores muestran un comportamiento similar en todo el país.

El siguiente es un vistazo a la estadística sobre el tema del matrimonio en México:

De acuerdo con datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), al 2014, el **58.7 por ciento** de las personas de 15 años o más en México están casadas o viven en unión libre; las solteras representan al **29 por ciento** de la población; mientras que las separadas, viudas o divorciadas alcanzan el **12.3 por ciento**.



Es decir, el matrimonio todavía representa un estado de vida atractivo para hombres y mujeres, aunque por otro lado, el divorcio es una variable que sigue creciendo de manera permanente.

La **situación conyugal** guarda una estrecha relación con la edad, pues la mayoría de los hombres de **15 a 29 años** de edad son solteros (70.7 por ciento); y el resto se encuentra casado o viviendo en unión libre.

A medida que avanza la edad, la proporción de hombres y mujeres casados o unidos es mayor.

Las características de las relaciones amorosas se mantienen sin cambio en algunas variables: todavía la población femenina se une a menor edad que los hombres, aunque hay una tendencia a dejar la soltería a una edad mayor en ciertos grupos de población, principalmente la de mayor grado de estudios.

De acuerdo con la edad, en el **66.3 por ciento de los matrimonios**, el hombre tiene una edad mayor que su cónyuge; en el 50.7 por ciento de los casos, el nivel de escolaridad entre ambos es la misma; y al momento de casarse, en el 50.6 por ciento de los casos el hombre trabaja y la mujer no, pero en el 42.4 por ciento de las nuevas uniones ambos trabajan.

Una variable importante en relación a los matrimonios es que cada vez es más aceptada la unión entre personas del mismo sexo.

Según el **INEGI**, en el año 2014 se registraron **577 mil 713 matrimonios**, y de éstos mil 687 fueron entre personas del mismo sexo y en 576 mil 26 los contrayentes fueron de diferente sexo.

Hasta que el divorcio nos separe

En 2013 ocurrieron en **México 18.7 divorcios** por cada 100 enlaces matrimoniales, cifra creciente si comparamos que en 1993 la relación era de 4.9 por cada cien.

Otro dato que INEGI refiere es que en las estadísticas hay un efecto doble: por un lado hay un incremento de los divorcios y por otro, una disminución de los matrimonios porque el número de parejas que viven en unión libre también tiende a aumentar.

Entre **2000 y 2013** el número de divorcios aumentó **107.6 por ciento**

En promedio, la duración social –tiempo entre la fecha de matrimonio y la fecha en que se levanta la demanda de divorcio es de **13.5 años**.



Un reporte reciente del periódico El Norte señaló que debido a que el proceso de divorcio se ha simplificado con la sentencia de la Suprema Corte de Justicia de la Nación (SCJN) en el sentido de que la separación legal procede con la sola solicitud al juez de parte de uno de los cónyuges, los divorcios en Nuevo León crecieron **73 por ciento en 2015**.

Anteriormente, el carácter de divorcio necesario determinaba que tendría que haber causas para la disolución como violencia familiar, adulterio o abandono de hogar, entre otros factores. Ahora el divorcio puede proceder en dos meses con la simple solicitud de uno de los involucrados.

Así, en **2015** los divorcios en el estado fueron **15 mil 213** y en los dos primeros meses de 2016 ya van tres mil 393.

¿Cuánto cuesta casarse?

Según los datos de la oficina del Registro Civil de Nuevo León la ceremonia más barata es la que se realiza en las instalaciones de la Oficialía y el costo es de **792 pesos**. Este es el gasto menor, sin considerar los costos de las actas de nacimiento de los contrayentes, los análisis prenupciales y la inversión en el vestuario y arreglo personal del novio y la novia.

Si el matrimonio civil se realiza a domicilio el costo es de mil 801 pesos, a lo que habría que agregar además de todo lo anterior, también la renta del espacio.

¿Cuánto cuesta divorciarse?

Un divorcio tiene para los integrantes de la pareja efectos emocionales, personales, familiares, económicos, en el área de trabajo, en lo social y cuando hay hijos e hijas, los impactos son mayores. Sin embargo, depende mucho de la persona cómo reaccionar a estas situaciones y optar por recibir ayuda profesional o enfrentarlo con sus propias herramientas.

El pago de derecho por registro de divorcios requiere un pago de mil 315 pesos, mientras que los honorarios para quien lleve el proceso es una cantidad variable que puede ser desde los 4 mil pesos como costo mínimo en promedio.

Protección al concubinato

La unión libre es otra variable que también se ha incrementado en los últimos años. Recientemente Nuevo León hizo una reforma a su Código Civil para que la figura de concubino o concubina sea reconocida sin establecer los dos años de convivencia marital para generar derechos y obligaciones.

Y hay otras disposiciones en ese sentido en otros estados del país, por ejemplo, a partir del 2014, en la Ciudad de México se entregan actas de concubinato para facilitar los trámites legales y procesos administrativos entre parejas que viven bajo esta figura.

Especial Amor es..

A red heart-shaped metal ornament hangs from a tree branch. The heart has a decorative border of small holes along its edge. The background shows bare tree branches and a soft, out-of-focus light. The text is centered on the heart.

El primer amor
de una mujer
debe ser el
amor propio.
Sin esa base
sólida,
los otros
amores
no serán
duraderos

QUE EL AMOR TE SALVE DE LA VIDA

PORYAVIDIA AYALA

El amor te salva de la vida,
pero te acerca a la muerte,
manifestándose en forma de angustia,
de perder al objeto ya perdido.

No hay forma de experimentar el amor
si no asumimos el riesgo de perder en ello
algo de uno mismo.

¡Ah! que afán tan humano
de adueñarse del otro,
que cuando vive el desamor,
lo asume como pérdida.

El amor, retoño de lo reprimido,
de los síntomas el más bello,
que se impone y agrieta toda defensa narcisista
para poder existir de otro modo.

Porque existir y vivir no son lo mismo.
Porque la vida termina en la muerte,
y la existencia en el olvido.

¿Para qué vivir la vida como si pudiéramos
postergar la muerte?
¿Para qué amar con miedo como si consiguiéramos así
evitar el dolor?

Porque la vida como el amor,
no es algo que se tiene y que se pierde,
si no es un lugar, en el que se ES y se ESTÁ.

Por lo que puedo concluir,
que la muerte te recuerde que estás vivo
y que el amor te salve de la vida.

Yavidia Ayala

Psicoanalista y catedrática de Psicología

El matrimonio igualitario, un derecho que debe ser respetado

POR MARÍA AURORA MOTA

México y Nuevo León avanzan, poco a poco, hacia el reconocimiento de los derechos humanos universales para que toda persona, sin importar su orientación sexual, pueda disfrutar de la integración de una familia, del amor y de la felicidad

Hace tres años, iniciamos un sueño: lograr el matrimonio igualitario en Nuevo León. Si ya se había logrado en el Distrito Federal desde 2010, bien lo podríamos tener en todo el país. Ahora la estrategia iba a ser diferente, ya no solo marchas, plantones y visitas al Congreso; esta vez involucraríamos al Poder Judicial, y a través de un amparo, conseguiríamos este derecho.

Poco a poco, fuimos convenciendo a las parejas de que tendrían que esperar para casarse, de que el esfuerzo valdría la pena, las beneficiaría a ellas en lo particular, pero a la larga, se lograría este derecho para todas las lesbianas y homosexuales que quisieran casarse.

El 13 de febrero de 2016, se casó en Monterrey la primera pareja de mujeres: Rosy y Nelly. Pasaron 23 meses desde el día que entregaron su solicitud de matrimonio en el Registro Civil; un mes después, el Registro les entregó un documento explicando que no podían casarse, ya que el

artículo 147 del Código Civil especifica que el matrimonio es de un solo hombre y una sola mujer.

Presentaron un amparo indirecto ante el Poder Judicial basado en que el artículo primero de la Constitución Federal prohíbe la discriminación por preferencias sexuales y el artículo cuarto indica que el Estado debe proteger a la familia; impedir el acceso al matrimonio es violar el derecho a la protección de la familia.

Cuatro meses más tarde, la jueza Cuarta de Distrito en Materia Civil y del Trabajo en Nuevo León les otorga el amparo. El gobernador Rodrigo Medina y el Congreso se inconforman con esta resolución y piden una revisión; el tribunal colegiado se declara incompetente y envía el expediente a la Suprema Corte de Justicia de la Nación (SCJN). Así como este caso de Nuevo León llegó a la SCJN, antes ya habían llegado otros de Oaxaca, Jalisco, Estado de México, etcétera. Así que, el 13 de junio de 2015, la SCJN emitió la tesis jurisprudencial 43/2015 que declara

Nuevo León ya va tarde en el tema de matrimonio igualitario, otros estados sí han escuchado las necesidades de la población y lo han permitido: Quintana Roo, Coahuila, Colima, Chihuahua, Nayarit y Jalisco.

Ahora está en manos del Congreso demostrar que en Nuevo León los derechos son para todas y todos.

¿SABÍAS QUE..?

22 países de Europa y América han legalizado el matrimonio entre personas del mismo sexo, después de que los Países Bajos lo aprobaran en el año 2000, rompiendo las barreras legales e ideológicas del término matrimonio y equiparando plenamente los derechos humanos de las parejas homosexuales con las heterosexuales. En la actualidad esta es la lista de países: Argentina, Bélgica, Brasil, Canadá, Dinamarca, España, Estados Unidos, Francia, Irlanda, Islandia, Luxemburgo, México, Noruega, Nueva Zelanda, Países Bajos, Portugal, Sudáfrica, Suecia, Uruguay y tres países constituyentes del Reino Unido (Escocia, Gales e Inglaterra), permiten casarse a las parejas del mismo sexo. Finlandia ha aprobado una ley prevista para entrar en vigor en marzo de 2017.

Sin embargo, las figuras jurídicas que van de parejas de hecho a uniones civiles aún tienen limitaciones en lo que a derechos se refiere y la actitud de la sociedad hacia las parejas del mismo sexo y sus uniones formales difiere en función de los tiempos y lugares—desde la plena aceptación e integración, pasando por una tolerancia neutral, hasta el rechazo, la discriminación, la persecución y el exterminio. Según la Asociación Internacional de Gays y Lesbianas (ILGA) todavía hay 75 países del mundo en los que las relaciones homosexuales están penadas, e incluso se castigan con la pena de muerte en ocho de ellos.

María Aurora Mota es activista por los derechos humanos de la comunidad LGBT, directora de Género, Ética y Salud Sexual A.C., constituida con la misión de contribuir a la construcción de una sociedad incluyente y equitativa. Ha sido coorganizadora de las Marchas del Orgullo Gay en Monterrey y de diversos eventos contra la discriminación y a favor de la inclusión. Integrante de las asociaciones Democracia y Sexualidad A.C. [DEMYSEX], de Milenio Feminista, de la Federación Mexicana de Educación Sexual y Sexología A.C. [FEMESS].

inconstitucionales los códigos civiles de aquellos estados donde el matrimonio es entendido como la unión entre hombre y mujer, o que tiene como finalidad la procreación.

Además de esta estrategia jurídica estamos usando los amparos colectivos, por los que un grupo de lesbianas

y homosexuales solicitamos la protección de la ley, ya que el Código Civil de Nuevo León no contempla la posibilidad de casarnos. Se han interpuesto tres amparos de este tipo con un total de 700 personas; uno de los casos, ya está en la SCJN y esperamos pronta resolución.



La locura del amor

¿Cuánto es demasiado?

POR REDACCIÓN

Las mujeres que aman demasiado (MAD) son aquellas que sufren en una relación por creer que todo lo hacen o lo deben hacer por amor. Es un mito el pensar que deben ser siempre amorosas, que tienen que ocuparse permanentemente del cuidado y de las exigencias del otro, y el poner siempre entre paréntesis o en último lugar las propias necesidades emocionales. Complacerlo/a siempre, “ponerse de tapete”, es sumamente tóxico y dañino tanto para sí como para sus relaciones.

10 Características típicas de las que aman demasiado (MAD)

1 PROVIENEN DE UN HOGAR DISFUNCIONAL

Un hogar disfuncional es un tipo de familia en el que los conflictos, el maltrato y el abuso se producen continuamente y eso lleva a alterar el estado emocional de sus miembros, a tal punto que ven el maltrato, el abuso y la violencia como algo normal. Una mujer que ha vivido en un hogar disfuncional es propensa a amar demasiado, no porque ella quisiera hacerlo, sino porque sus patrones de crianza se han establecido de manera patológica.

2 TIENEN UNA NECESIDAD IMPERIOSA DE AFECTO

El afecto es una necesidad básica, según el psicólogo Abraham Maslow, en su pirámide de necesidades. Las MAD presentan una necesidad de atención, de aprecio y de reconocimiento constante y por completo exacerbada. Todo el tiempo quieren que su pareja les dé muestras de su amor, les diga que la ama, sentirse reconocidas, ser el centro del universo del amado. Con tal de ganarse su respeto y atención, una MAD puede hacer cualquier cosa, incluso hasta podría llegar a dar su vida con tal de sentir el afecto de su pareja. Se entrega por completo porque su necesidad de afecto es tan grande que piensa que solamente puede satisfacer esta necesidad entregando todo de sí misma. Y eso, definitivamente, no es amor, sino simple inseguridad.

3 DESEO PATOLÓGICO DE AYUDAR A LOS DEMÁS

Una mujer que ama demasiado pretende ser terapeuta de su pareja. Si su pareja contantemente está en depresión, bebe alcohol, consume drogas o tiene

problemas sociales, ella intenta cambiarla por fuerza “para bien”. Inconscientemente gasta todas sus energías en el intento, sin darse cuenta de que la otra persona no quiere cambiar.

Pueden pasar años en ese empeño, olvidándose de ellas mismas y poniéndose en riesgo de vivir violencia.

Si has escuchado esto, estás frente a una mujer que ama demasiado: “Yo sé que él va a cambiar, solo me pega cuando bebe, pero cuando está sano es un amor”.

4 LA COSTOSA DEPENDENCIA

Una MAD está dispuesta a hacer cualquier cosa con tal de que no se termine la relación. Puede llegar a cubrirle los gastos de universidad a su pareja, mantener la casa y pagar todos los servicios, para que no se vaya.

Llega hasta a cambiar sus creencias, a aislarse socialmente y no hablar con nadie, con tal de lograrlo. Así, crea una dependencia emocional que le impide dejar esa relación que se ha vuelto enfermiza. Si la compañía tiene un precio, estamos hablando de otra cosa.



5 COMPLACE A SU PAREJA EN TODO

Una MAD ha estado acostumbrada a la falta de amor en su familia de origen, por lo mismo, intenta complacer en todo a su pareja con tal de que no se aleje. Pierde toda noción de seguridad, le confía todas las contraseñas de redes sociales, sus tarjetas de crédito, puede darle sexo como y en las condiciones que se lo pidan, lo importante es complacerle sin importar lo que sea y ella deja de tomar decisiones por cuenta propia.



6 SE HACE RESPONSABLE DE TODO

Una MAD está dispuesta a aceptar prácticamente toda la responsabilidad en la relación y los reproches que le pueda hacer su pareja, quien NUNCA tendrá la culpa de sus actos. "Tú haces todo esto porque quieres, yo no te lo pido", es una frase que suelen emplear las parejas de esas mujeres "tapete".

7 SENTIMIENTOS DE INFERIORIDAD

Una MAD tiene un sentimiento de inferioridad que la hace tener un amor propio muy bajo, al grado de creer que ella no merece ser feliz y no vale nada si no es con su pareja. Esto influye en la manera en que se percibe el respeto hacia la propia persona, la confianza, la competencia, los logros, la autonomía y la libertad, como factores de una personalidad equilibrada.

8 CONTROLA DESESPERADAMENTE A SU PAREJA

Debido a la poca seguridad que experimentó en su niñez, una MAD se ve impulsada a controlar a su pareja; tiene la necesidad urgente de saber y controlar qué hace y por lo mismo, constantemente demanda saber dónde está, qué hace, a dónde fue, y sobre todo, con quién fue.

9 ADICTA A UN HOMBRE

La MAD esta predispuesta a volverse adicta a su pareja. La relación se vuelve como una droga que luego no se puede dejar, aunque esa relación sea enfermiza. Y no, realmente nadie hace tales proezas en la cama, ni en la vida diaria, como para ponerle un monumento.

10 ATRACCIÓN POR LOS HOMBRES PATANES

Una MAD siente una fuerte atracción por hombres maltratadores, lo que la coloca en una situación de extrema vulnerabilidad ante el abuso y la violencia de todo tipo. Los hombres amables, estables y confiables que se interesan por ella parecen no importarle porque le parecen aburridos.

ENTÉRATE DE QUÉ SE TRATA ESTA CONDUCTA

AMAS DEMASIADO, CUANDO ELLO:

- Te lleva a tener conductas patológicas.
- Te olvidas de ti misma por pensar en la otra persona.
- Te hace tolerar y sufrir cualquier tipo de maltrato.
- Te perjudica al punto de vivir deprimida o ansiosa.
- Saca ventaja de tus recursos económicos o emocionales.

Para dejar de ser una mujer que ama demasiado, es necesario un proceso terapéutico y buscar apoyo profesional psicológico de inmediato.

Norwood, Robin, *Las mujeres que aman demasiado*, Ediciones B. 2006.
Con información de: <http://forumpsicologos.blogspot.com.es/2015/01/caracteristicas-de-las-mujeres-que-aman.html>

Sé tú... Sé libre

PROPUESTA DE LOS TALLERES DE CODEPENDENCIA

POR LOURDES CALVILLO

La codependencia es la que viven muchas mujeres es un factor que les impide crecer y desarrollar la autonomía, y que además, en muchos de los casos, desemboca en situaciones de violencia.

Por esa razón, el Instituto Estatal de las Mujeres de Nuevo León organizó e imparte el Curso-Taller de Codependencia, que inició en enero pasado y ha llegado a su segunda edición con gran éxito. El taller, diseñado especialmente para la usuarias del IEM, consta de nueve sesiones de 2 horas cada una, con frecuencia semanal. La inscripción es gratuita y es impartido por personal especializado de trabajo social y psicología del propio instituto.

El taller está dirigido a mujeres que enfrentan situaciones de violencia emocional y/o física, con el propósito de que vivan un proceso en el que puedan encontrar acompañamiento y apoyo de otras mujeres en situaciones similares. Asimismo, para que lleguen a una toma de conciencia de la situación de codependencia en que se encuentran viviendo. Este proceso les permite descubrir en sí mismas el poderío y las herramientas para salir de dicha situación de una manera consciente y segura.



El objetivo general del taller es dar a conocer o ampliar en las mujeres el concepto de codependencia, para que puedan identificarse y ubicarse como tales dentro de las situaciones de vida, y luego, ser capaces de tomar decisiones valiosas que las lleven a mejorar su calidad de vida.

Se trabaja simultáneamente con dos grupos: el primero, del 21 de enero al 17 de marzo y el segundo, del 16 de febrero al 26 de abril, con una asistencia en promedio de 20 mujeres, en la sala de capacitación del Instituto. Las usuarias del primer grupo se constituyeron como las madrinas del segundo y votaron por ponerle al taller un nombre de acuerdo con la experiencia que han vivido, y ganó el de: "Sé tú...Sé libre", propuesto por la participante Verónica Ayala.



Lourdes Calvillo

Estudiante de psicología integrante del equipo de prevención y atención a la violencia



La muñeca fea

*Escondida por los rincones,
temerosa de que alguien la vea,
platicaba con los ratones
la pobre muñeca fea.*

*Un bracito ya se le rompió,
su carita está llena de hollín
y al sentirse olvidada lloró
lagrimitas de aserrín.*

*Muñequita, le dijo el ratón,
ya no llores, tontita, no tienes razón.
Tus amigos no son los del mundo
porque te olvidaron en este rincón.
Nosotros no somos así.*

*Te quieren la escoba y el recogedor,
te quieren el plumero y el sacudidor,
te quieren la araña y el viejo veliz
también yo te quiero y te quiero feliz.*

Francisco Gabilondo Soler (Cri Cri)

Creo que es la primera canción de amor y desamor que conocí, también podría decir que tengo la seguridad de que fue la primera canción que me hizo llorar y sonreír al final, me dejó pensando en la amistad y en la palabra desamistad, que según algún sitio en Google es un término que se encuentra en desuso, qué bueno.

“Soy de Monterrey, mi educación formal fue en diseño industrial, empecé los caminos del arte oficialmente en 2010, cuando iniciamos en La Madriguera. Me gusta

pintar más que dibujar, porque me gustan los colores. No lo hago tan frecuentemente como quisiera porque me gusta hacer muchas cosas, entre ellas dar talleres, la promoción del arte y la cultura y hacer experimentos.

Me encanta todo lo que tiene que ver con los textiles y plasmar ideas e historias en ellos. Me gusta retomar temas que involucren la cultura, las tradiciones, el folklor, mis recuerdos y vivencias”.

Janeth Cuéllar.

Muñeca fea / Janeth Cuéllar / Acuarela, tinta y bordado sobre papel. Inspirada en la canción de Francisco Gabilondo Soler, cantautor mexicano mejor conocido como Cri-Cri.

Barco de orquídeas

SECCIÓN A CARGO DE MINERVA MARGARITA VILLARREAL

Nos alegra y enorgullece enormemente que la creadora de este espacio, la poeta Minerva Margarita Villarreal, haya sido merecedora del Premio Nacional de Poesía Bellas Artes Aguascalientes 2016, por su obra “Las maneras del agua” en la que explora la mística de Teresa de Ávila.

Aparece

Antes del alba sus manos traen el cielo hasta el muro de piedra
y en lecho de madera abro los ojos que no abro
Su hábito solar su descalzo venir
estando aún dormida con otros ojos vi
Tersa Teresa de las metamorfosis
blanca es rosa su piel roza casi su rostro
Detrás del respaldo que no hay
ella misma es respaldo:
Cara brazos torso manos sobre mi cabeza
Inclinada está:
Cúmulo de luz Teresa bajo el velo negro en la tiniebla rémora
sus pies desde otro plano
la vigilia previa de atravesar
el curso de los astros
e irrumpir
Tersa de las meditaciones
En la tierra el espanto:
Más que asombro
mantequilla líquida penetrando
por no sé qué resumidero
el cuerpo:
Seré una alcantarilla en manos de Teresa
una fiebre de oro de las llagas de Cristo
un cielo desprendido del siglo dieciséis
una viuda oscilante un dominico en ascuas
una familia perseguida
y de cuatro maneras germinará lo plantado:



Agua del pozo
Agua de noria sin anegar el huerto
Agua de río o del arroyo
Lluvia del cielo:
La humanidad de Cristo desnuda tus pupilas
su tórax alanceado aún gotea
Bañémonos Teresa en esta rojedad
En la tierra el espanto
Bañémonos Teresa
El espanto Teresa
Bañémonos Teresa en esta rojedad



MINERVA MARGARITA VILLARREAL

Nació en Montemorelos, Nuevo León, México.

Es autora, entre otros libros, de *Pérdida* [1992], Premio Nacional Alfonso Reyes 1990; *El corazón más secreto* [1996], Premio Internacional de Poesía Jaime Sabines 1994; *Tálamo* [2011], Premio de Poesía del Certamen Internacional de Literatura Sor Juana Inés de la Cruz 2010, publicado en 2013 por Ediciones Hiperión en Madrid, España; Gabriel Zaid: Apartado M 8534 [2014]; y *De amor y furia. Epigramísticos* [2015], publicado por Esdrújula Ediciones en Granada, España. Ha realizado antologías de poesía, de las que destacan: *Nuevo León. Brújula solar. Poesía* [1876-1992] [1994]; *Elogio de la fugacidad. Antología poética* 1958-2009 [2010], de José Emilio Pacheco, con motivo del Premio Miguel de Cervantes 2009; y *Sobrevida. Antología poética* [2015], de Ida Vitale, con ocasión del Premio Internacional Alfonso Reyes 2014.

Es miembro del Sistema Nacional de Creadores de Arte desde 2011, y recientemente obtuvo el Premio Bellas Artes de Poesía Aguascalientes 2016. Su obra poética ha sido traducida al inglés, francés, polaco y macedonio.

En la UANL es catedrática y titular de la Capilla Alfonsina Biblioteca Universitaria, donde dirige la colección de poesía internacional El oro de los tigres. Es Presidenta del Seminario de Cultura Mexicana de la Corresponsalía de Monterrey.

Cine

JOY

Joy Mangano (**Jennifer Lawrence**) es la historia de una familia a través de cuatro generaciones. La película se centra en esta joven mujer que consigue fundar una dinastía de negocios y se convierte en la matriarca familiar por derecho propio, más allá de la figura de Rudy (Robert De Niro), su padre, que la alienta a no ser simplemente una ama de casa. Dentro y fuera de la familia, los aliados se convertirán en enemigos y los enemigos en aliados. En el camino enfrentará la traición, la deslealtad, la pérdida de la inocencia y las cicatrices del amor. Una comedia humana y emocional sobre cómo liderar un negocio familiar en un mundo implacable, que habla de la familia, la lealtad y los afectos. Por esta cinta de 2015, dirigida por David O. Russell, con un guión de Annie Mummolo, la protagonista fue nominada a un Oscar a la mejor actriz.



LA CHICA DANESA

Esta interesantísima película narra la historia real del pintor danés Einar Wegener, el primer hombre en operarse para cambiar de sexo, y de su mujer Gerda, también pintora, que le apoyó y se mantuvo a su lado durante toda su vida tras la operación. El escenario escogido para retratar la historia es la ciudad de Copenhague a principio de los años veinte. Un día, Gerda se dedica a pintar a su marido en un cuadro como si fuese una mujer y ahí es donde empieza todo. Una historia novedosa e inusual para la época en la que pasó. Einar Wegener, es interpretado por Eddie Redmayne, mientras que Alicia Vikander es la encargada de interpretar el papel de Gerda. Tom Hooper es el director de la película. Por la calidad de sus actuaciones femenina y masculina, fotografía y vestuario fue nominada a los premios Oscar, y también a los BAFTA y Globos de Oro.

TOMADORAS DE DECISIONES

¿Pueden mujeres de diferentes clases sociales, edades y realidades aliarse para una causa común? Por primera vez en México se documenta el proceso de formación de un círculo de 22 mujeres tomadoras de decisiones, que tiene como objetivo visibilizar el liderazgo de las mujeres que residen en Nuevo León, y la interacción para aliarse bajo el estandarte de la sororidad. La creación de este círculo y la producción del documental tienen dos objetivos en común: releer las historias de vida desde el autorreconocimiento individual como poderosas agentes de cambio que transforman vidas, y reconocer colectivamente en las otras mujeres su grandeza y potencial. El documental fue producido por VMA /Leoncio y Lorena Valderrama, bajo la dirección de Elena Olascoaga y Sandra Monobe.



Libros



NEOLIBERALISMO SEXUAL

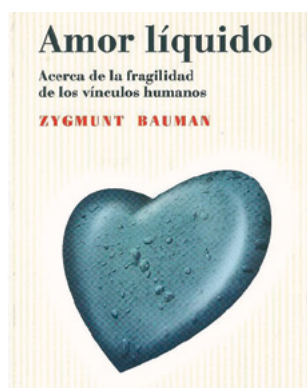
Ana de Miguel, Ediciones Cátedra, en su colección Feminismos.

La ideología neoliberal tiene el objetivo de convertir la vida en mercancía, incluso a los seres humanos. En ese sentido, la conversión de los cuerpos de las mujeres en mercancía es el medio más eficaz para difundir y reforzar esa ideología. La poderosa industria del sexo avanza apoyándose en dos ideas complementarias. Por un lado, en la teoría de la libre elección: ahora que las mujeres “ya son libres”, “ya tienen igualdad”, ya pueden “elegir” vivir de su cuerpo, o de trozos de su cuerpo. Por otro lado, y para contrarrestar cualquier crítica, esta tesis se envuelve en cierta retórica transgresora y posmoderna: toda relación es aceptable si hay “sexo consentido” de por medio. La romantización del amor que todo lo vuelve tóxico, las nuevas maneras de relacionarnos... Un excelente libro para preguntarnos cuánta “libertad” hay en esa idea del “espejismo de la igualdad”, como la definió la filósofa feminista Amelia Valcárcel. Una lectura imprescindible para las jóvenes de hoy.

CLAVES FEMINISTAS PARA LA NEGOCIACIÓN EN EL AMOR

Marcela Lagarde y de los Ríos

El sujeto simbólico del amor en diversas culturas y épocas ha sido el hombre, y los amantes han sido los hombres. La mujer, cautiva del amor, ha simbolizado a las mujeres cautivas y cautivadas por el amor. En efecto, los cautiverios de las mujeres se han estructurado en torno al amor que envuelve la sexualidad erótica y procreadora. La maternidad, la filialidad, la conyugalidad, la familiaridad y la amistad, implican al amor y el cuidado considerado como obligación “exclusiva” de las mujeres. Sexo, sexualidad y amor son una tríada natural asignada a las mujeres. Son la esencia del mito sobre la naturaleza femenina... ¿quieres saber cómo se ha construido esa red y cómo puedes tejérle de otra forma? Descarga este texto de Marcela Lagarde en el blog Totamor <http://totamor.blogspot.mx/2012/04/claves-feministas-para-la-negociacion.html>



EL AMOR LÍQUIDO: ACERCA DE LA FRAGILIDAD DE LOS VÍNCULOS HUMANOS

Zygmunt Bauman, FCE, Fondo de Cultura Económica, México.

A través de una reflexión audaz y original, el sociólogo polaco Zygmunt Bauman escribe en *Amor líquido* acerca de la fragilidad de los vínculos humanos, para describir el tipo de relaciones interpersonales que se desarrollan en la posmodernidad. Estas, según el autor, están caracterizadas por la falta de solidez, calidez y por una tendencia a ser cada vez más fugaces, superficiales, etéreas y con menor compromiso. Aunque el concepto suele usarse para las relaciones basadas en el amor romántico, Bauman también desarrolla el concepto para hablar en general de la liquidez del amor al prójimo.

Redes sociales



Síguenos
Instituto Estatal
de las Mujeres

El maravilloso mito del amor

POR KEVIN MEZA

Mi nombre es Kevin Meza, tengo 21 años y soy estudiante de licenciatura en la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Nuevo León; actualmente realizo prácticas en el departamento de Equidad y Género de la Unidad de Servicios Psicológicos de la misma.

El tema del amor tiene una panorámica muy amplia como para abordarlo por completo. Por eso, desde la experiencia que poseo sobre el tema, me quiero centrar en que se trata de cómo se nos enseña a querer a otra persona, y que mi opinión engloba una vista general de la temática, y por lo tanto, no categorizo que todas las mujeres y todos los hombres piensen de la misma manera.

Para comenzar, hay que entender que en una cultura como la mexicana, en la cual hombres y mujeres no tienen los mismos derechos y son educados en roles de género muy distintos, según lo que se espera de cada cual, es natural que la forma en la que actúan en el tema del amor, sea muy distinta. A un hombre, desde niño, se le inculca que debe ser rudo, firme, objetivo, parco en contacto con sus sentimientos; y a la mujer, en que debe ser cariñosa, maternal, alegre, expresiva, etcétera.

Por lo tanto, en el tema del romance, comúnmente pueden existir conflictos basados en los distintos tipos de pensar de ambos; pero no quiero hacer énfasis únicamente en parejas heterosexuales pues, incluso en parejas del mismo sexo, será lo aprendido a lo largo de la vida, del trato recibido por las demás personas y la ya pasada historia amorosa, lo que marca las distintas formas de llevar una relación.

¿Qué pasa con los celos? Ninguna pareja es perfecta y hay que reconocer que por más que dos personas se quieran, han de presentarse conflictos y es una cosa muy distinta el cómo dan soluciones o continuidad a los mismos. Sentir celos es un sentimiento normal en una persona, pero hay que comprender hasta qué punto estos pueden ser negativos. Por ejemplo: no es lo mismo sentir celos por la pareja y tranquilamente comentarlo para buscar una forma de sobrellevarlos, a sentirlos y por eso iniciar una discusión.

En esta época y cultura específica, se nos ha enseñado que el amor tiene que ver con el dar todo por el otro sin pedir nada a cambio. En lo personal, esta frase me parece un poco peligrosa si se toma de manera literal. Hay que entender que no por el cariño que se le tenga a una persona se puede y debe permitir que ésta haga lo que le plazca. Me refiero a la violencia entre los miembros de una pareja. ¿Cuántas veces hemos escuchado frases como “Tengo miedo de que me deje”, “Solo lo hizo una vez”, “Lo hizo porque me lo merezco”, que engloban justamente el dar todo por nada,

Dejemos de juzgar quién es atractivo o atractiva y quién no, a creer que por ser pareja de alguien la vida ya no necesita nada más y comencemos a querer basados en lo bueno que hay en los demás,



en este caso, la propia salud e integridad. Reconozcamos que inclusive esa persona por la cual podríamos dar la vida, es capaz de quitárnosla.

El amor no es todo eso que aprendimos de los cuentos infantiles o las historias románticas: mágico, eterno, fuerte y muchas cosas más; no con esto quiero decir que es lo contrario, pero sí que hay que ser más realistas. El amor cautiva, pero no hay que cegarnos como para no reconocer lo malo que puede haber en la persona amada; que no siempre puede ser eterno, mientras no sea algo que cada día se busque fortalecer; y no es algo que será fuerte

todo el tiempo, porque todos y todas en algún momento podemos dudar de lo que sentimos.

Si bien en muchas estadísticas es posible observar el hecho de que la violencia se presenta más por parte de los hombres hacia las mujeres (que mucho tiene que ver con lo antes mencionado de los aprendizajes según la cultura), la violencia ejercida por un hombre o una mujer en el romance, un free, en el noviazgo o en el matrimonio, ya sea a través de la palabra o de las agresiones físicas, siempre será violencia y como tal ha de ser considerada.

Comencemos a dejar de lado los estereotipos, dejemos de juzgar quién es atractivo o atractiva y quién no, a creer que por ser pareja de alguien la vida ya no necesita nada más y comencemos a querer basados en lo bueno que hay en los demás, en lo hermoso o hermosa que puede ser una persona por el simple hecho de ser él/ella, y a reconocer cuando un amor se convierte en algo tóxico. **Dejemos de buscar el ser “felices para siempre” y vivamos felices.**

FRIENDZONE:

La zona del congelador

POR PAMELA ALEJANDRA FLORES

Últimamente se ha puesto de moda el término *friendzone*, lo cual quiere decir “zona de amigo”. Se caracteriza por esa indefinida y congelada región a la que te mandan cuando amas desesperadamente a alguien que solo quiere tener una relación de amistad contigo.

Mientras tus sentimientos, emociones, inteligencia, memoria, vida y obra se encuentran absolutamente enganchados o involucrados con él o ella, no hay eco.

Estar dentro de la *friendzone*, no es fácil, bien o mal, si lo permitimos podría llegar a afectar nuestra inteligencia emocional, todo depende del grado de madurez.

Comienza cuando te das cuenta de que te llevas increíble con esa persona especial, platican todo el tiempo, de vez en cuando salen a pesar, conviven, en fin, normalmente la otra persona o no tiene ni la menor idea de tus sentimientos o peor aún, los nota y te da señales claras de que contigo no quiere algo más. He ahí donde entra el famoso término “zona de amigo”. No quiero decir que sea imposible salir de ahí, pero en ocasiones cuando esa persona deja en claro que no busca una relación estable o bien una relación

formal, es cuando resulta difícil seguir conviviendo y hablando con esa persona.

Aunque para muchas personas no sea de gran importancia este tema, en realidad, para algunas otras estar en una relación así podría ser algo lamentable. Suena increíble pero situaciones así en ocasiones llegan a afectar nuestros estados de ánimo y nuestras relaciones interpersonales.

Ya que nos enfocamos más en esa persona que en nosotros, le damos más consideración al cómo romper el cerco de la *friendzone*, que a nuestras actividades. Superar esta situación es necesario, y sobre todo, hay que tomarlo de la mejor manera.

ALGUNAS ACCIONES A CONSIDERAR PARA SALIR ADELANTE

- **Tómate tiempo para quererte (el amor propio es lo primero) y enfocarte en cosas que realmente sean provechosas.**
- **Alejar de esa persona por un tiempo en realidad ayuda, no es una decisión fácil, pero con el tiempo te darás cuenta de que era algo necesario.**
- **Platicar con otras personas,**
- **Hacer ejercicio,**
- **Salir al cine o a pasear con otras amistades...**

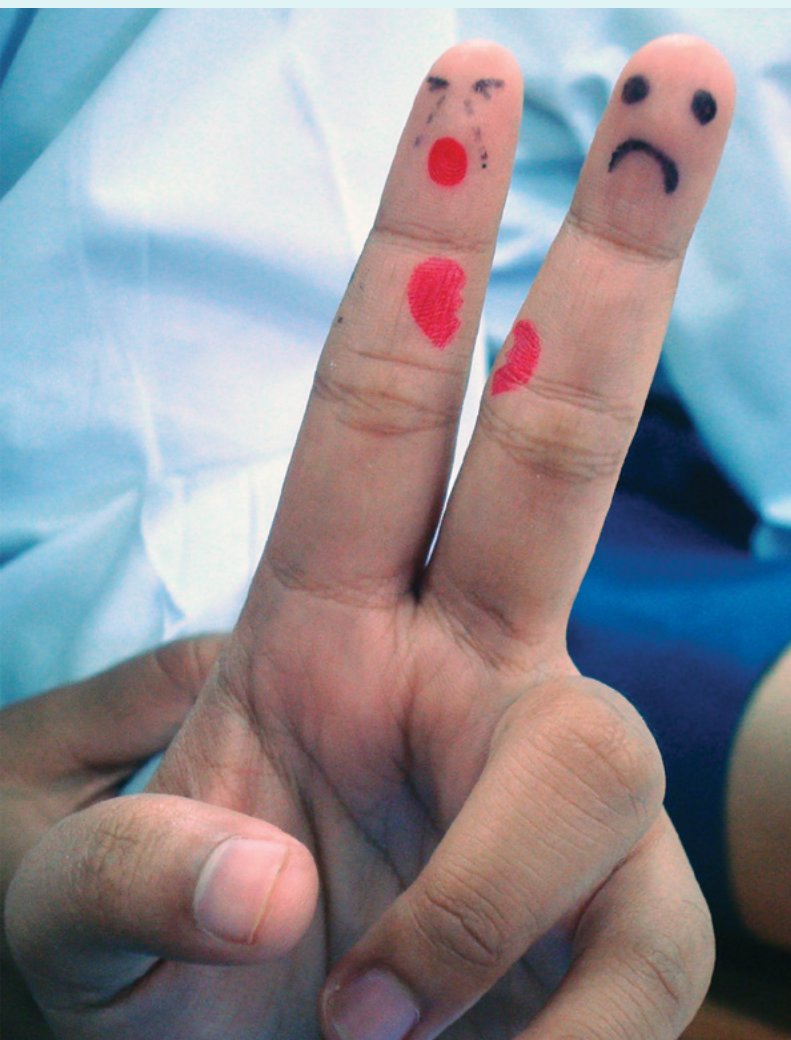
son actividades que ayudan a despejar nuestra mente y aclarar nuestro rumbo para saber quiénes somos y que es lo que en realidad queremos.

Aunque al principio sea complicado generar una decisión, está claro que para esa persona eres una amistad más. Y considerando que no es necesario estar al lado de alguien que la mayoría del tiempo nos hace sentir solas, y a pesar de que nos dice sentir solo una “linda amistad”, suframos de constante rechazo y limitadas muestras de simpatía.

Al final del día todo depende de cada persona, la amistad es algo bonito y crea un efecto positivo en las personas, ya tendrás el tiempo para conocer más gente y sin duda habrá alguien afuera esperando por ti que verá lo valiosa/o que eres, y a quien no tendrás que convencer para enamorarse de ti.

Pamela Alejandra Flores

Estudiante de Administración 8° Semestre, en la Facultad de Contaduría Pública y Administración de la Universidad Autónoma de Nuevo León.





Realiza IEM reunión de enlaces municipales de las mujeres

El Instituto Estatal de las Mujeres Nuevo León llevó a cabo la tercera reunión del ejercicio administrativo 2015-2016 con las titulares de los institutos municipales de las mujeres, con el objetivo de capacitarlas sobre las bases técnicas de la perspectiva de género como herramienta metodológica para la creación de programas dirigidos al adelanto de las mujeres en sus localidades.

En la reunión estuvieron presentes las titulares de 34 de los 49 institutos municipales de las mujeres existentes en Nuevo León, quienes se mostraron muy interesadas en capacitarse y en realizar proyectos de prevención y atención a la violencia.

En la apertura de la reunión, la licenciada María Elena Chapa, presidenta ejecutiva del IEMujeres, invitó a las enlaces a seguir capacitándose y preparándose para realizar la labor que tienen encomendada desde los institutos municipales. Recordó que



una de las prioridades del gobierno estatal es atender esta problemática que afecta el desarrollo de las mujeres.

En esta ocasión se realizó el taller La Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia para Nuevo León, con el objetivo de dar a conocer la legislación nacional e internacional de la violencia, analizar esta disposición local y conocer las diversas órdenes de protección relacionadas con la violencia de género.

También se dieron a conocer las características del Programa de Apoyo a las Instancias Municipales de las Entidades Federativas (Paimef) de SEDESOL/Instituto de Desarrollo Social, para presentar proyectos de prevención y atención a la violencia en sus comunidades.

En la reunión también participaron la doctora María del Refugio Ávila, titular de la Secretaría Ejecutiva del IEMujeres; la licenciada Consuelo Chapa, directora Operativa de Programas y la profesora Dinorah Leal, coordinadora de Capacitación.

La licenciada Zoila Mata, abogada del IEMujeres, impartió el taller sobre violencia hacia las mujeres, en el cual se partió de las disposiciones contenidas en la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia para Nuevo León.

Se estableció que la violencia familiar y de género es un problema social, de educación, de seguridad pública y de seguridad jurídica que deteriora el desarrollo pleno de la ciudadanía mediante el fortalecimiento de habilidades y capacidades técnicas.

ABRIL

EMPATÍA

Es el esfuerzo autoconsciente de compartir y comprender con exactitud la supuesta conciencia de otra persona, inclusive sus ideas, sentimientos, percepciones y tensiones musculares, así como sus causas.



MAYO



RESPONSABILIDAD

Es saber cumplir con el deber propio, asumir plenamente las consecuencias de nuestros actos y actuar en todo momento a partir de nuestro propio entendimiento racional.

JUNIO

HUMILDAD

Es un valor que nos lleva a actuar sin complicaciones, propiciando la capacidad de ubicación adecuada sin exigir tratos exagerados o sentirse superior a los demás.



VIVE LOS VALORES EN FAMILIA

Mujeralia TV

Martes 10:00 h
por TV Nuevo León



Mujeralia Radio

Jueves 13:00 a 14:00 h

1510 AM Radio Nuevo León

y en vivo por www.ustream.tv/channel/1510am



Instituto Estatal
de las Mujeres
Nuevo León
GOBIERNO DEL ESTADO



RTV
NUEVO LEÓN RADIO Y TELEVISIÓN

