



**Aquello que no cuentan las mujeres:  
La Historia de vida como herramienta metodológica para la recuperación de  
espacios de ocio en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar**

Lina Daniela Cardona Sánchez

Trabajo para optar por el título de  
Licenciada En Recreación y Turismo

Rodríguez Cortes, Astrid Bibiana - asesor  
Doctorado en Estudios Sociales

Universidad Pedagógica Nacional

Facultad De Educación Física

Trabajo de grado



## **Agradecimientos**

***A la maestra Bibiana Rodríguez, por su apoyo incondicional en este proceso, por su paciencia, por su confianza y por el amor total que me ha brindado***

***A mis padres y hermanos por darme la oportunidad de crecer profesionalmente, por hacer de mí una mujer fuerte y guerrera***

***A mis amigos (as) más cercanos, los cuales quiero y admiro como parte de mi familia, por estar en cada momento de este proceso y darme fortaleza y ánimo para la realización del mismo.***



### ***Dedicatoria***

*A mis padres y hermanos que a pesar de las dificultades que hemos vivido como familia, los amo y admiro con todo mi corazón, a todas aquellas mujeres que me han dado un lugar importante en su vida, para contarme su historia y encontrar en mí una voz un aliento para seguir adelante, a mis amigos y amigas más cercanos que han estado presentes en cada momento y paso de este proceso, ayudándome a construir este sendero lleno de obstáculos en algunos momentos, y todos aquellos que se sienten anulados, silenciados y violentados.*

## Tabla de contenido

1. Resumen .....	5
2. Introducción.....	6
1. Problema de la investigación.....	7
2. Objetivos.....	8
3. Marco teórico.....	9
4. Metodología.....	28
4.1. Preguntas exploratorias.....	35
4.2. Búsqueda de lenguajes para la expresión .....	38
4.3. Confrontación.....	39
4.4 Reflexión y construcción.....	40
5. Relatos vivos.....	42
4. Conclusiones.....	70
5. Referencias .....	76

## Tabla de ilustraciones

Ilustración 1. Centro de Estudios y Análisis en convivencia y seguridad (2008).-----	12
Ilustración 2. Fases.-----	34
Ilustración 3. 05 de mayo del 2019 - Rota-----	49
Ilustración 4. 28 de mayo del 2019 - Recuerdos.-----	54
Ilustración 5. 08 de julio del 2019 - Anhelo de cambio.-----	59
Ilustración 6. 03 de agosto del 2019 - Complicidad.-----	63
Ilustración 7. 22 de octubre del 2019 - Dolor.-----	69

## 1. Resumen

Este trabajo de grado presenta la construcción de una ruta metodológica para las personas que hemos sido víctimas de violencia intrafamiliar, bajo el método de historia de vida en la modalidad biográfica, como un elemento para el encuentro con el espacio-tiempo de ocio, dando paso a identificar este componente como un lugar de resistencia ante estas situaciones, permitiendo encontrar distintos lenguajes recreativos que se vinculen con el sentir individual, creando un ambiente donde le permite, en este caso, a la mujer un espacio para encontrarse y fortalecerse, relacionándose de forma abierta con el entorno familiar y social para obtener a una mejor calidad de vida.

Se busca encontrar un dialogo entre la confrontación y reflexión, rompiendo así con la cotidianidad de la vida misma, encontrando nuevas posibilidades para ser y estar en la vida. Para dicho proceso se realizó una indagación documental acerca de los diferentes conceptos aquí expuestos, también para entender que es y cómo se da la violencia intrafamiliar, como se da el ocio como experiencia de resistencia y como la metodología de historia de vida permite este encuentro y reconocimiento de sí mismo.

### **Palabras clave**

Violencia intrafamiliar, historia de vida, ocio, recreación

## 2. Introducción

El presente trabajo de grado surge de la necesidad personal de exponer cómo el ocio y las prácticas recreativas son un espacio-tiempo para mejorar las condiciones de vida, de mujeres que hemos sido víctimas de violencia intrafamiliar. Estos espacios de ocio, me han permitido reconocermé, reflexionar, expresar, conversar y confrontarme conmigo misma. Además, se han constituido como espacios de confianza dando paso a la reconstrucción de heridas en mi vida, me ha permitido una mejor calidad de vida y la posibilidad de otro tipo de relaciones en el entorno familiar y social.

Dicho lo anterior este estudio comprende tres pilares fundamentales: violencia intrafamiliar, ocio e historia de vida. El primero desglosándose desde la Ley 1257 del 2008, donde se afirma qué es violencia intrafamiliar y bajo qué acciones puede llegar a suceder, esta también tiene como objetivo la adopción de normas que permitan garantizar para todas las mujeres una vida libre de violencia, tanto en el ámbito público como en el privado.

El ocio comprendido como la construcción de espacio de creación, crecimiento y transformación, que van de la mano con el desarrollo personal y una mejor calidad de vida. Finalmente, la historia de vida como instrumento válido de investigación social, que me permite reconstruir las experiencias vividas en mi entorno familiar y social, que logran permitir florecer miles de sentires, especialmente vinculándolos a la memoria, al recuerdo, encontrando en los espacios de ocio una forma de resistencia a la violencia y el dolor. Este trabajo me permitió encontrar un sentido distinto a las manifestaciones recreativas que han estado presentes en mi vida como luz de esperanza y proyección.

## 1. Problema de la investigación

A lo largo de mi vida he pasado por momentos difíciles y desagradables enmarcado principalmente por la violencia intrafamiliar, donde aprendí a vivir y crecer con miedo constante, con un sentimiento de impotencia y tal vez debilidad e inferioridad. Pero que, al ir trazando líneas con diferentes experiencias y momentos, encuentro un espacio para escapar de esa realidad que no quiero vivir, un instante que me llena, que me hace olvidar y desprenderme del dolor.

Es así como la danza aparece en mi vida, en primera instancia por gusto y admiración, pero poco a poco se fue convirtiendo en ese espacio de encuentro personal, para olvidar por un momento lo que sucedía en casa, se convertía en un lugar de refugio, en donde me sentía amada, admirada, importante, pero sobre todo libre, no tenía que esconder quien era y que me gustaba, podía hablar de cualquier cosa sin tener miedo, por el contrario, encontrando risas y alegría. Este lugar se ha convertido en el eje principal de mi vida, el que me ha dado fortaleza y resistencia por más de quince años y la razón principal en querer que este fenómeno deje de repetirse en cada hogar que lo sufre. Dicho lo anterior se formula la siguiente pregunta:

Pregunta problema:

¿Cómo la historia de vida como método de investigación social, es una herramienta metodológica que permite, en este caso, a mujeres víctimas de violencia intrafamiliar, encontrar en los espacios de ocio y recreación una resistencia al dolor en sus propias vidas?

## 2. Objetivos.

### General

- Implementar la historia de vida, como herramienta metodológica, para recuperar y visibilizar los espacios de ocio como forma de resistencia a la violencia intrafamiliar.

### Específicos

- Conceptualizar sobre la historia de vida (autobiografía) como herramienta metodológica.
- Diseñar una ruta metodológica desde el uso de distintos lenguajes recreativos que permita recuperar los espacios-tiempo de ocio en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar.
- Realizar un performance de mi historia de vida donde reconozco el valor del ocio como resistencia al dolor.



### 3. Marco teórico

El marco conceptual de este trabajo está compuesto por los siguientes conceptos: violencia intrafamiliar, ocio, e historia de vida. Estos tres conceptos se enlazan en esta investigación como la posibilidad de facilitar, promover y propiciar procesos de comprensión, análisis y confrontación, donde se exalto mi vivencia, desde mi perspectiva humana (sentir) y las distintas formas de presentarme en diferentes entornos, aludiendo y reconociendo en estas expresiones, cómo el ocio para mujeres, como yo, que han sido víctimas de violencia intrafamiliar permiten la reconstrucción de estos distintos espacios, generando una así una vitalidad para la vida cotidiana

#### 3.1. Violencia intrafamiliar

Desde la Ley 1257 del 2008, violencia contra la mujer se entiende como acción u omisión, que le cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual, psicológico, económico o patrimonial por su condición de mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, bien sea que se presente en el ámbito público o en el privado (congreso de colombia , 2008).

Esta Ley tiene como objetivo la adopción de normas que permitan garantizar para todas las mujeres una vida libre de violencia, tanto en el ámbito público como en el privado, el ejercicio de los derechos reconocidos en el ordenamiento jurídico interno e internacional, el acceso a los procedimientos administrativos y judiciales para su protección y atención, y la adopción de las políticas públicas necesarias para su realización.

Desde la investigación determinantes, efectos y costos de la violencia intrafamiliar en Colombia, (Ribero y Sánchez, 2014) tiene como objetivo determinar las causas de la violencia intrafamiliar (VIF) y sus efectos en los indicadores de bienestar de las mujeres y niños que viven en hogares con presencia de VIF; para ello se realiza una encuesta

la cual se aplicó principalmente en Bogotá, Barranquilla y Barrancabermeja, utilizando el instrumento Revised Conflict Tactics Scale - (Escala revisada de tácticas de conflicto) esta herramienta sirve para recolectar información acerca de la violencia doméstica contra la mujer y contra los menores del hogar, teniendo en cuenta el nivel de severidad y frecuencia. Una vez aplicada las estadísticas arrojaron que la forma de VIF más frecuentada es la violencia psicológica la cual alcanza 46% de las mujeres con compañero o esposo.

Por otra parte, el abuso físico contra la mujer tiene una incidencia del 16% y violencia física severa en el 4% de los casos. Mientras, que la violencia contra los menores en el hogar bien sea física o psicológica, se presenta en el 50% de los hogares y la negligencia por dichos actos prevalece en el 15% de los mismos. Por tanto, se deduce que la VIF no es un problema menor y se hace necesario entender sus causas y consecuencias.

Dentro del estudio se realizaron varios ejercicios estadísticos con el fin de encontrar las causas de dichos actos, para lo cual se encuentra que la violencia bien sea contra los menores o contra la mujer está fuertemente enlazada a las vivencias de violencia intrafamiliar, que sufrieron la mujer y su compañero o esposo en sus hogares maternos. Por tanto, los menores cuyas madres experimentaron maltrato psicológico en su infancia tienen una probabilidad del 17% mayor de experimentar maltrato severo, y si el padre sufrió maltrato en su hogar materno la posibilidad de que este maltrate a sus hijos o a su compañera aumenta cerca de 10%. A este porcentaje también se suma, la posibilidad de que el esposo tenga algún tipo de adicción o un comportamiento violento fuera del hogar, siendo así el maltrato severo aumentaría cerca del 20% contra la mujer o compañera de vida.

Otros factores como la edad, la educación o la estabilidad económica del hogar influyen exponencialmente en la presencia de VIF. Por esto es erróneo afirmar que la violencia en el hogar se da solo por factores tales como: el desempleo, la pobreza o la

mala situación económica, luego de encontrar algunas causas posibles por las que se da, se realiza el estudio para determinar los efectos y costos de esta.

Para encontrar los efectos la investigación acude a la metodología de emparejamiento que consiste en comparar diferentes variables de bienestar en hogares con y sin presencia de VIF, para ello se realizaron indicadores como: ingreso y empleo de la mujer, salud del hogar y logro escolar de los niños y jóvenes.

La investigación muestra como resultado que, si en un hogar existe maltrato severo a menores o agresiones severas contra la mujer, los ingresos laborales mensuales de esta son un 70% menor a los del hombre aproximadamente y que, por consiguiente, el desempleo aumenta en un 8% más alto de los hogares que no padecen esta situación. Asimismo, el estado de salud de los miembros de hogares con VIF, es mucho más inestable en comparación a hogares que no se encuentran en este contexto. Ahora bien, los niños, niñas y jóvenes que se encuentran en medio de esta situación tienden a tener un atraso escolar en comparación de aquellos que tienen un hogar estable. Por último, la investigación arroja la estimación de los costos que causa la VIF para el país, donde se encuentra que en primera instancia los ingresos que la mujer deja de recibir a causa de la violencia severa contra ellas y sus hijos representan alrededor de 2.2% del PIB - producto interno bruto - del país. Esta cifra es una de las más altas en comparación con otros países. Sin embargo, esos estudios solo computan las pérdidas de ingreso laboral ligada a la violencia contra la mujer, dejando de lado, los costos asociados a la violencia contra menores y los demás costos aquí considerados.

Continuando con el análisis de este fenómeno, desde la Secretaria de Cultura, Recreación y Deporte (2011). En el boletín informativo del Observatorio de Culturas se realiza un análisis llamado Consentimiento y rechazo a las violencias contra las mujeres en Bogotá, se afirman que la promoción de la igualdad de género y el empoderamiento de las mujeres, encierran las claves para lograr una ciudadanía

integral y una democracia más sólida, teniendo en cuenta la responsabilidad de fortalecer los derechos de las mujeres y buscar posicionar una cultura libre de sexismo, reduciendo las barreras que llevan a la discriminación y la exclusión, obstaculizando el desarrollo de la ciudadanía. Este documento propone dos frentes, el primero desde estrategias de desarrollo en eventos públicos como festivales al parque, con el objetivo de rastrear y superar aquellos factores que contribuyen a que las mujeres dejen de asistir a la oferta cultural masiva y en segunda medida algunas de las percepciones ciudadanas acerca de las violencias contra las mujeres como un aporte al seguimiento de la Política Pública de Mujer y Género.

Para esto se realizó una medición a 646 habitantes de 13 años y más, residentes en la zona urbana de Bogotá la cual arrojó algunas percepciones importantes que la ciudadanía tiene frente al tema de violencia contra las mujeres. Estos datos fueron publicados en el Boletín No. 3 Observaciones de ciudad. En primera instancia está el tema de agresiones y denuncias, donde por medio de una encuesta se realiza la siguiente pregunta ¿En el último año usted fue víctima de alguna agresión (golpes, humillaciones)? Donde el resultado de esta obedece a que los hombres son agredidos en un 16,17% y las mujeres en un 14,08%. Ahora bien, haciendo la revisión por casos específicos arroja los siguientes resultados:

<b>Tabla No1. Victimización según sexo Bogotá 2008</b>		
<b>Delitos de alto impacto</b>	<b>Hombres</b>	<b>Mujeres</b>
Homicidio	1.342	123
Lesiones comunes	5.416	1.959
Hurto a personas	6.204	2.801
<b>Subtotal</b>	<b>12.962</b>	<b>4.883</b>
<b>Violencia Intra Familiar</b>	<b>Hombres</b>	<b>Mujeres</b>
Violencia infantil	1.404	1.589
Violencia de pareja	1.725	11.027
Dictámenes sexológicos	609	3.337
<b>Subtotal</b>	<b>3.738</b>	<b>15.953</b>
<b>TOTAL</b>	<b>16.700</b>	<b>20.836</b>

*Ilustración 1. Centro de Estudios y Análisis en convivencia y seguridad (2008).*

Las mujeres fueron víctimas mayoritarias en la sumatoria de las seis categorías de delitos, sin embargo, se puede ver que estas agresiones pertenecen a la categoría de Violencia Intrafamiliar, violencias cometidas generalmente por el género masculino. Mientras que los hombres son mayormente víctimas de los delitos denominados de “alto impacto” y en menor grado los de VIF.

Por otra parte, el texto Descripción y caracterización del Ciclo de Violencia que surge en la relación de pareja (Cuervo y Martínez, 2013) muestra cómo este tipo de violencia está comprendida por violación, maltrato físico, psicológico, abuso sexual, aislamiento social progresivo, castigo, intimidación, y coerción económica; los cuales se dan mediante factores tales como: falta de control de impulsos, la falta de carencia afectiva, incapacidad para resolver problemas adecuadamente o por consumo y uso de drogas o alcohol.

Estos actos atentan la integridad física, psicológica, social y económica del miembro de la familia que está siendo agredido – hijos o mujer -. En el caso de los niños el abuso deja marcas que se ven reflejadas en las actitudes de los mismos, tales como el silencio y el odio por su agresor. El niño que es agredido va grabando en su memoria tal instante lo cual hace que su personalidad sea moldeada sin la oportunidad de defenderse, por lo cual en ocasiones dependiendo el proceso que se dé, los niños en pocos momentos logran ser resilientes.

De acuerdo a lo anterior la codependencia o personas dependientes que generalmente han sido objeto de algún tipo de abuso físico, verbal, o sufrieron el abandono de uno de sus padres o de ambos, ya sea físico o emocionalmente, buscan alivio en alguna acción para "calmar" su dolor. A veces esto se manifiesta a través de relaciones personales disfuncionales y muchas veces dañinas; o mediante adicciones al dinero, el sexo, la ira, las drogas o la bebida alcohólica. El dependiente está atado a lo que le sucedió en su familia de origen, como se nombraba un poco en el texto - Determinantes, efectos y costos de la violencia intrafamiliar en Colombia-, por tanto, el

sujeto se siente internamente torturado por ello, aunque la mayoría de las veces no se da cuenta de lo que le está sucediendo. Todos los seres humanos tenemos la necesidad de recibir amor, cariño, atención y de más elementos afectivos, pero este no se puede ofrecer si nunca estuvo presente, tal como lo enuncia. Leonor Walker (2014).

Para Cuervo y Martínez (2013), existe un ciclo de violencia intrafamiliar, en el que caen regularmente los abusadores. En el inicio de la relación este demuestra las mejores actitudes y acciones frente a ella, sin demostrar algún tipo de agresividad o violencia, después de ello, la relación pasa por tres facetas principales las cuales son: acumulación de tensión determinada por stress, demostrando agresiones a objetos, abuso verbal, celos, control sobre ella, aislamiento, entre otros; Esta faceta puede durar, días, semanas, meses o años. Después llega el episodio agudo de tensión entendida como la explosión, en donde la necesidad de descargar la tensión se convierte en el abuso principal y el agresor hace una elección de su violencia, el tiempo y el lugar donde va a golpear. Por último, llega la etapa de calma y arrepentimiento donde este da muestras de amor y cariño haciendo como si nada hubiera sucedido y promete cosas hacia el futuro, esta actitud no durara mucho y si la mujer lo sigue permitiendo cada vez va a ser más fuerte la agresión.

Dicho lo anterior los psicólogos norteamericanos el Gottman y Jacobson (2000), nombran que los maltratadores caen en categorías como –Pitbull- en la que el sujeto se comporta de forma violenta solamente con su ciclo familiar es decir con las personas que ama, priva a su pareja de su independencia, no tiene ningún crimen y posiblemente tuvo un padre agresor. En segunda medida está la categoría de –Cobra, está es más compleja que la anterior, el abusador no mide las consecuencias de sus actos y probablemente tiene alguna adicción alcohólica o de drogadicción y sus actos puede llegar a causar la muerte de su pareja.

Por lo anterior, propongo desde la historia de vida, en este caso autobiográfica, realizar una ruta o camino que me permita a partir de las prácticas de ocio, reconocer, visibilizar y exponer la vitalidad, como estas prácticas han dado vitalidad a mi vida, permitiéndome confrontar la violencia intrafamiliar de la que fui víctima, asimismo reafirmando en la trascendencia, necesidad y el valor que tienen estas prácticas en la vida cotidiana de los sujetos y de esta manera, permitiendo la transformación, contribuyendo a la comprensión y confrontación de la mujer víctima de maltrato intrafamiliar, permitiendo otras formas de reconciliación con nosotras mismas, ya que estas prácticas están inmersas en nuestras sensaciones y emociones, donde las prácticas de ocio juegan un papel importante ya que genera ámbitos que pueden ser problematizados desde la investigación, utilizando como objeto de análisis la experiencia, aludiendo al modo de cómo se ha vivido cotidianamente. De esta manera se da paso a la reconstrucción de nuestro ser, a una mejor calidad de vida y la posibilidad de otro tipo de relaciones con mi entorno y con la sociedad de forma abierta y flexible, evidenciando prácticas de ocio, creación e innovación, y principalmente de satisfacción personal.

### **3.2. Las prácticas de ocio como resistencia**

Haciendo un breve recorrido histórico del ocio, tomando como referente la obra de Munné (2017), y alguno otros autores, encontramos que en primera instancia la civilización griega, es una de las que más promovió el desarrollo del hombre en el ocio, ya que se concebía como hombres libres aquellos que lo cultivaban, ejercitando su cuerpo y espíritu con el fin de tener un alma hermosa, esto era lo único que se les pedía a los dioses, junto al estudio de la filosofía y las bellas artes (Zuleta, 1942). Es así como la organización social de los griegos funcionaba, mientras una elite disponía de todo su tiempo para dedicarlo a la contemplación, a la cultura, es decir, al ocio o como era llamado por esta comunidad como scholé, el resto de la población estaba condenada al trabajo.

Ahora bien, Sócrates enlazo el ocio “como la más bella de las riquezas” y el camino del saber no utilitario sino conceptual, así mismo Aristóteles en su metafísica asegura que los países donde se practicaba el ocio fueron la cuna de las diferentes ciencias (Alvares, 1957). La Grecia antigua consideraba el ocio como el punto de partida para el desarrollo individual que aspiraba equilibrio de las actividades físicas y espirituales, por esto se instituyeron los juegos olímpicos en el año 884 a. C., pero al mismo tiempo consagraban gran parte de su ocio al dialogo, a la discusión y a los discursos, dando como fruto a la libertad de pensamiento y de acción (Gripdonck, 1968) Los filósofos de la época con diferentes juegos de palabras: ocio, schole y contemplación, le daban el contenido profundo de libertad, superioridad y aprendizaje para su propio bien trayendo consigo la felicidad.

Por otra parte, Roma evoluciona y se convierte en capital de un imperio con cerca de 90 millones de habitantes, bajo este contexto se plantean unas características del ocio muy específicas y opuestas a las del ocio griego ya que debía responder a necesidades de grandes masas de personas. El ocio ahora llamado otium, se conoce como tiempo para el descanso del cuerpo y la recreación del espíritu, para volver al trabajo. En Roma como en todas las sociedades, la práctica de ocio está íntimamente relacionada con la clase social a la que se pertenece bien sea la intelectual o la popular. En la primera Ciceron dice que el ocio no es solamente tiempo de ociosidad, sino de descanso, de recreo y aún más de meditación (Munnè, 1980, pág. 42).

En cuanto a las clases populares, el otium se limita al descanso y sobre todo a la diversión, el ocio era sinónimo, para el gran público, de desocupación y de diversión más o menos impuesta por los cónsules o los emperadores, para “dominar mejor”, ellos instauran los baños públicos y los juegos romanos que en manifestaciones religiosas se convierten en celebración de victorias y homenajes a los héroes, y no pueden olvidarse de sus distribuciones de pan y trigo, hasta el punto que es así como a través del “pan y circo” donde las clases dominantes buscan mantener sometidas a las clases bajas (Gonzales, 1975, pág. 28).



La edad media, transcurre en medio de dos grandes poderes, la iglesia y el estado, los cuales a su manera buscan imponer su sello. Durante estos siglos la riqueza depende de la posesión de la explotación de la tierra y consecuente con esto la actividad económica fundamental es la agricultura. Por ello lo que respecta a el tiempo libre, su utilización está determinada no solamente por el carácter agrícola del trabajo sino por el poder eclesiástico reinante, dentro del ámbito de cada clase social. En cuanto al señor feudal, su tiempo, en general, está destinado a administrar su hacienda, a gobernar a sus siervos y a cosas de la política. Por otra parte, su ocio se llena con las siguientes actividades: competir en torneos, salir de cacería, practicar la pesca en aguas dulces o saladas, pasear, jugar ajedrez o dados, comer y beber, recibir invitados, cortejar doncellas, mirar por la ventana, entre otras. Sin embargo, algunas de estas actividades estaban relacionadas con sus funciones políticas y económicas (Gonzales, 1975).

En cuanto a los campesinos, no es fácil hablar de su tiempo libre ya que el ritmo de sus jornadas diarias y anuales y la misma constante permanencia en su sitio de trabajo entrañan una invasión del tiempo, o por menos, una superposición de actividades que impiden establecer claramente donde termina el trabajo y donde comienza el descanso. Estos habitaban en el centro de sus operaciones y la esfera laboral se funde con la familia, el tiempo libre variaba conforme las estaciones del año, es por esto que la música y la danza populares integraban el contenido del ocio. Durante la recolección mujeres y hombres conversaban o cantaban anímicamente y a su conclusión la cosecha era motivo de fiesta, las distintas celebraciones se llevan a una alta inversión de alegría para ellos. Durante este periodo de tiempo y para todas las clases sociales, el límite entre trabajo y actividad de ocio, no es claro ya que todas las actividades tenían una estrecha relación con su quehacer en la vida diaria por lo mismo era difícil separarlas una de la otra.

Un poco más adelante, tras la reforma y renacimiento en la edad media, el feudo deja de ser el centro de la vida social, los pueblos y ciudades se desarrollan al amparo de

la industria y el comercio. También las bellas artes en todas sus formas, logran las más perfectas expresiones y comienzan a abrirse paso al método científico, por lo que el hombre no se conforma con aceptar las nuevas ciencias, sino que busca su comprobación, así mismo se empieza a expandir y fortalecer la clase social burguesa, está integrada por fabricantes, banqueros, comerciantes, empeñados en liberarse económicamente e intelectualmente de las restricciones del feudal, para imponer sus valores y desarrollar sus aspiraciones y ambiciones. Por ello bajo este contexto, el trabajo y los negocios adquieren un valor bastante grande ya que es visto como la realización plena del hombre, por tanto, el ocio es condenado y rechazado, ya que es visto como improductivo e ínsita al consumo, convirtiéndose en el mayor enemigo del ahorro, esto por la parte económica y por la parte moral el ocio tampoco se puede aceptar porque predispone a la ociosidad y a la relajación de costumbres opuestas a la moral rigurosa del trabajo.

Más adelante, con la revolución industrial la clase burguesa, sale triunfante y toma en sus manos el poder total, fundándose así, una nueva sociedad cuyo valor esencial es el trabajo, que se convierte en una obligación para todos sin distinción de sexos o edades. El antiguo campesino, ahora obrero, ve drásticamente reducido su tiempo de ocio, y suprimidos el descanso dominical y las fiestas religiosas. Por primera vez, su tiempo es parcializado y debe someterse a jornadas de trabajo bastante agotadoras, mientras que los presidiarios solamente trabajan diez horas y los esclavos de las Antillas nueve, por término medio, en la Francia que ha hecho la revolución del 89 y, proclamado los derechos del hombre, existían fabricas donde la jornada era de dieciséis horas, de las cuales hora y media eran destinadas a comer (Villerme, 1840).

Tras muchos años de protestas y luchas, en 1919 se realiza la ley sobre las ocho horas donde, ocho horas eran destinadas al descanso, otras ocho a la educación y finalmente otras ocho horas al trabajo. Mucho más adelante en 1936 entra a legislarse las vacaciones y con esto la entrada de una civilización del ocio. Después de la evolución y diversificación del ocio no solo en su forma sino en sus funciones fue

analizada por Riesman (1950), Donde postula que una misma actividad, puede ser o no un hobby, por ejemplo, la construcción de un barco, puede llevarse a cabo de diferentes formas, como, copiar exactamente un modelo y tal vez introduciendo modificaciones para un propósito distinto, como un simple pasatiempo o para las vacaciones. Por otro parte Dumazedier (1971) no es tan optimista frente a este término donde expone que este, puede llegar a decir todo pero nada a la vez, recubre actividades insignificantes y actividades importantes, o sin interés, positivas y negativas para la sociedad, la cultura o la personalidad, considerando este término más divertido que útil, y postula una cultura vivida donde el hobby como ejercicio del ocio, adquiere su máxima importancia como elemento fundamental en la construcción de una cultura.

Finalmente, el ocio moderno ha generado nuevas formas de asociación y agrupamiento, totalmente desconocidas en el siglo anterior, entre las que han adquirido una fuerza insólita, las organizaciones recreativas y culturales, no relacionadas con las actividades de trabajo, como los sindicatos o asociaciones profesionales, ni tampoco a prácticas religiosas o políticas. Su objetivo está orientado única y exclusivamente al ejercicio del ocio en sí mismo. Por tanto, el gran reto de la civilización del ocio, en la que este, se ha convertido en un derecho para todos, está concentrado en la posibilidad de que cada hombre, independientemente de su nacimiento, fortuna o instrucción, logre un “equilibrio óptimo, libremente escogido, entre la necesidad de descanso y participación en la vida social y cultural” (Dumazedier, 1962, pág. 280).

Ahora bien, quisiera centrarme un poco en los efectos de la experiencia de ocio, Roger Sue (1980), lo planteo como una manera diversa, considerando que dependientemente de las concepciones que pudiera tenerse del ocio, existen una serie de funciones que se manifiestan como consecuencia de su experiencia, estas las organiza en tres grandes categorías, las cuales son: psicológicas, sociales y

económicas, la primera entendida como las compensaciones personales que proporciona el ocio y que son esenciales para el equilibrio psicológico del individuo, en la parte social determina tres consecuencias significativas como: la sociabilidad, el simbolismo y la terapia, en la sociabilidad establece las nuevas oportunidades de comunicación interpersonal que ofrecen las experiencias de ocio, en la parte simbólica señala que el ocio es símbolo de afirmación personal respecto a los demás, ya que permite expresar los propios deseos y gustos, finalmente con relación a la función terapéutica considera que el ocio contribuye a mantener un buen estado de salud física y mental.

A esto también se le suman algunas determinaciones por otros autores como Dubin, en 1956, destacando que la satisfacción que proporciona el ocio había llegado a un aspecto central en las de los nuevos ciudadanos, por otra parte, en 1970, Glasser señaló que el ocio es una ocasión para desarrollarse respecto a una identidad deseable, que potencia la capacidad de expresión y el control autónomo y de esta manera ofreciendo un autoaprendizaje, desarrollo y autoestima. Pero años más tarde McDowell, en 1981, añade una lista de nuevas ideas y posibilidades relacionadas con las funciones de ocio tales como:

- Permite explorar otras categorías de tolerancia, novedad, complejidad, competencia, estrés entre otras.
- Proporciona un sentido de intimidad o de socialización diferentes.
- Es un reto que mezcla aspectos contradictorios: descansar/relajarse, jugar/entretenerse, socialización/soledad, construcción/distracción.
- Se relaciona con aspectos positivos en cada uno de nosotros.
- Sirve para desdibujar o perder las fronteras del yo.
- Es una oportunidad para aumentar el conocimiento y la satisfacción hacia los demás, uno mismo y el entorno.

- Complementa y compensa otras experiencias de vida espacialmente importantes (trabajo, familia, baja autoestima).

En las últimas décadas se destaca la relación entre ocio y bienestar, en el sentido de vivir una vida de calidad, desarrollando experiencias de placer y satisfacción, pero claramente hay un eslabón, el cual no permite generar unos intereses y actitudes o habilidades de ocio suficientes para disfrutar el nivel de bienestar óptimo para cada cual, de hecho mucha gente no encuentra, un punto de separación entre el trabajo y el tiempo libre, asumiendo los mismo parámetros en sus diferentes entornos. El bienestar a partir del ocio se relaciona con la preparación para asumir y mantener responsablemente experiencias estéticas, agradables, satisfactorias, y dinámicas, entendiendo nuestras relaciones con el entorno entre lo que estoy haciendo y lo que realmente me gustaría hacer, asumiendo así un reto para el desarrollo personal.

El ocio en la actualidad radica en un cambio de mentalidad, desde diferentes concepciones de la vida y el mundo que nos rodea, por tanto, el ocio como experiencia elegida y deseada, se relaciona con el mundo de los deseos, desde el sentir personal y social que antes no existían.

Desde el 6to Congreso Mundial de Ocio, celebrado en la Universidad de Deusto en julio del 2000, se profundizó en un concepto de ocio el cual es entendido como área específica de la experiencia humana que cuenta con sus propios beneficios, también como fuente importante para el desarrollo personal, social, económico y por último como aspecto clave de la calidad de vida. La consideración del ocio como experiencia humana es algo que enlaza plenamente con nuestra preocupación por el estudio del mismo desde el punto de vista humanista. Para esto hay que profundizar en el significado de experiencia y aún más en relación con el ocio, entendido como una experiencia valiosa, capaz de desarrollarnos y autoanalizarnos, es decir no solo como una afirmación sin más, sino llevando la experiencia a un significado aparte de valiosa también profunda. Para desglosar en todas sus dimensiones, lo que este concepto

significa se hace preciso profundizar en diferentes apartados. En primera instancia tenemos algunas definiciones respecto a la experiencia, puesto que la concepción de ocio nace de esta, partiendo de varios significados afirmados por la Real Academia Española, entendemos por experiencia, un acontecimiento vivido, por una persona como consecuencia de haber sentido, conocido o presenciado algo, más allá del mero experimento, el conocimiento de la vida o de la habilidad en las ocupaciones, la experiencia que fundamenta todas las posibilidades, es vivir, la vida en sí misma. No determinándolo a la vida vegetativa o animal sino de un consciente y activo, se podría decir que se llega a una reflexión profunda en cuando a la acción. Es aquí, donde se comparte la reflexión de A. Fierro (2000), en donde afirma que - vivir es experimentar, y esto significa tanto tener alguna vivencia espontánea de lo que a uno le sucede, cuanto procurarse a la manera de un experimentador, vivencias alternativas.

La experiencia es un tejido con figuras, un tapiz donde hilos se entrelazan para dibujar perfiles y colores. Aclarando un asunto en cuanto a lo afectivo y también cognitivo, dispuestas en el telar de la existencia, y donde se van tejiendo vivencias y la biografía del individuo, hallándose siempre inconcluso, por terminar, sin figura definitiva; es un tapiz móvil, en devenir, desarrollado en el tiempo. La experiencia es tema y trama de relato donde se anuda el pasado y el presente; sirve para asimilar la realidad presente y para formar proyectos de futuro, adquiriendo sentido y dirección hacia adelante en los relatos autobiográficos en los que la memoria las reconstruye para atar cabos, para anudar sus instantes y componentes diversos (Fierro. A., pág. 57-58).

Por tanto, el ocio como experiencia vital, se convierte también en un espacio de resistencia a los momentos difíciles que puede tener cualquier ser humano, un ejemplo de ello, lo describe Arriaga (2017), en su propuesta de ocio con mujeres víctimas de violencia, a partir de la creación del círculo de la palabra entre mujeres, para compartir los espacios de ocio y recreación, a la par con sus historias de vida, configurando un

tejido de experiencias, momentos y formas de sentir, que conforman un telar permitiendo descubrirse así mismo, en un espacio donde se estructura la vida cotidiana, reflejándose en lo que somos diariamente: madres, maestras, bailarinas, académicas, investigadoras, deportista, es decir, como mujeres. Es darle esa importancia de conocer las similitudes o diferencias de estos lugares, donde cada historia se va entretrejiendo, es un espacio donde se comparte la palabra a partir de las realidades de cada una:

Así, contar la historia como mujeres tejedoras de experiencias en donde la práctica de ocio ha sido el elemento de escape, de creación, de lucha, y resistencia. Este texto es un telar de emocionalidades y saberes que surge de pláticas con sus amigas, esas charlas donde se recuerda un viaje, una salida, la carrera, las practicas, el trabajo, los hijos, la pareja etc. empoderando al contar, el sentir de goce, de disfrute, de pasión, de logro, dar cuenta en la palabra a eso que le llamamos libertad, escuchar los obstáculos, y la lucha constante por ser, por estar y no dejar de lado el sueño de crear, de hacer, de sentir y de vivir (Arriaga, 2017, pág. 8).

Así, las mujeres construyen el ocio como una experiencia que tensiona lo dado con lo deseado, afirma Osorio (2017), entendiendo como ella se construye en su relación con los otros y otras, los contextos y las realidades, en ese sentido que el ocio ofrece posibilidades para la resistencia y la transformación. Partiendo de que el espacio tiempo de ocio, se da en la vida cotidiana de los seres humanos como un continuo y, por tanto, la experiencia de ocio –personal/colectiva- esta permeada por el contexto y las dimensiones sociales, culturales, económicas, educativas, entre otras, que influyen tanto sobre los significados de mujer que construimos, como los de la experiencia, por lo tanto, el fenómeno del ocio no puede fragmentarse de la vida. Traemos a la experiencia lo que somos como sujetos contruidos históricamente.

Freysibger, Shaw, Henderson y Bialeschki (2013), anotan que la noción de ocio en la sociedad, resalta la integración y la imposibilidad de separarlo de los componentes sociales, políticos, culturales, económicos de la vida diaria; y más aún como se ha señalado desde hace más de una década, unos espacios–tiempos que no son ingenuos sino que están atravesando por lo que somos en la vida, por nuestra colocación frente al mundo, -es decir cómo estamos puestos sobre él, como docente, como investigadora, como ama de casa, como bailarina o como todas al mismo tiempo, dejándolo como un ejemplo- y por tanto, hace parte de las apuestas pedagógicas y políticas (Osorio, 2016).

Así, el retorno sobre el sujeto, según Osorio (2016) se construye en un espacio tanto emocional como de comprensión, que va de la mano con su realidad concreta la cual siempre se encuentra en permanente movimiento. Este proceso exige un abordaje metodológico, que demanda la especialidad de una “lectura en clave”, que se va tejiendo y descubriendo durante este camino, a través de una historia que se convierte en historicidad en la medida que entra en juego el proceso de construcción de conocimiento sobre sí, que implica de construir, desaparecer, aprender y también ampliar la mirada, una mirada capaz de establecer relaciones para dar cuenta de los propios referentes de construcción, de eso que nos constituye como personas.

Ahora bien, Osorio (2017), señala que el campo de la recreación desde las claves de la resistencia nos permite entrar en un terreno de comprensión que nos amplía la mirada del ocio, por tanto, la premisa de la interacción sometimiento – resistencia en la vivencia, como espacio posible para la auto transformación de lógicas minimizantes y excluyentes, entran en un dialogo intersubjetivo a partir del movimiento provocado por las dinámicas que se instauran desde la experiencia y los dispositivos del espacio. Es posible construirse y construir otras lógicas de razonamiento que den cuenta del sujeto, su historicidad y su presente. Ello implica desprender, reaprender, aprender y actuar. Osorio concibe que desde el campo de la recreación ello se puede construir, si se piensa en condiciones distintas para la vivencia de ocio.



Profundizando en el concepto de experiencia, Dewey (2004), diferenciaba entre experiencia común y la verdadera experiencia. Afirmando que la primera, corresponde con cualquier acción consciente de nuestra vida, como, por ejemplo: ver la televisión, reconocer a alguien, desear algo, entre otras, y cada día está lleno de estas, Dewey separa estas experiencias cotidianas de otras especialmente intensas, entrelazado a una situación, un acontecimiento o un objeto cualquiera. Son las experiencias que siguen un curso procesual, lo que hace que forme parte de nuestras vidas a través de un dialogo temporal entre, presente, pasado y futuro en cualquier dirección, de manera que permite un cumplimiento, conservándolas como recuerdos perdurables, dando como ejemplo: escribir un libro, llevar a cabo una conversación satisfactoria, jugar una partida de ajedrez, etc. son experiencias que, a diferencia de las primeras, constituyen un todo independiente, caracterizado, por la conciencia de elección y voluntariedad; de ahí su cualidad individualizadora y autosuficiente. Esto hace que podamos hablar de una singularidad experiencial, en virtud de que su cualidad emocional proporciona una integración interna que predomina gracias a su cumplimiento. Añadiendo lo que expone (Fierro, 2000) - la experiencia no es uniforme, sino estructurada, si se la toma en un momento dado, a manera de una foto fija, como metáfora para describirla.

Desde mi experiencia personal, el ocio formo escenarios de resistencia en mi vida frente a la violencia intrafamiliar, espacios que se convirtieron en vitales para encontrarle un sentido profundo a mi existencia, dándome la posibilidad de conectarme y construir otras lógicas para enfrentar el mundo cotidiano que me rodea, desde un sentir y emocionalidad que no puede explicarse de manera concreta, ese abrigo que te llena de complicidad inmediata, esas ganas de nunca querer perder eso que está allí, y te hace sentir inmensamente feliz y plena, en alguna medida, se relaciona directamente con los pensamientos, percepciones, y deseos muy personales que resultan difícil de objetivar, lo cual configura un tejido de experiencias, momentos, que forman un telar permitiendo descubrirse así mismo, a partir de lo que se ha construido

como persona y como se ha querido estar en la vida. En efecto es, ese modo de resistir a lo vivido, que se enmarco como un dolor profundo e inacabable, que se traslada a querer construir diferentes experiencias significativas las cuales en todo momento se encuentran en una conexión permanente entre mi pasado, mi presente y los ideales que tengo hacia un futuro.

La danza se construyó como uno de mis espacios de ocio más significativos, ya que me permitió confiar en mí misma, me recuerda el ¡Si puedes! que muchas veces se necesita ante diferentes situaciones y circunstancias, me gusta bailar porque implica poner mi corazón allí, porque me lleva a expulsar desde el movimiento el sentir de la música, todo aquello que intoxica mi ser, para potenciarme, convirtiendo el dolor en el motor para superarme, ese dolor que no se puede sacar ni olvidar de ninguna forma, pero que en mi caso se transforma en una luz y guía de aquello que no quieres que se repita en los demás, pero que al mismo tiempo es algo que deseas entender y transformarlo. Desde el escenario tengo la oportunidad de explorar y expresar, decir todo lo que no puedo con palabras, sacudiendo todo lo que mi cuerpo en otros momentos tuvo que ser testigo, escenas de violencia, malos tratos, gritos, amenazas, de golpes injustificados, en fin, todo lo que se encuentra marcado en mi piel, envuelto de dolor, decepción, frustración y miedo, perseguido por una invisibilidad a lo sucedido.

El escenario se convirtió en esa isla la cual calmaba todas mis tempestades, se convirtió en el espacio seguro para denunciar desde la inexplicable sensación que recorre todas mis fibras al escuchar un torbellino cundinamarqués, un bambuco tolimense, un bullarengue, o un son de negro, es esa hoguera que prende fuego en mí, en la que nadie me calla, ni me controla, ni amenaza, ni chantajea, ni anula. Cuando estoy bailando me siento feliz y completa porque simplemente puedo ser yo en esencia. No obstante, la danza no solo genera esa explosión de libertad y superación, también me empodera como mujer al contar cada historia desde mi cuerpo, sentir de goce, de disfrute, de pasión, de logro, dar cuenta a eso que llamamos felicidad, amor y pasión.



Constantemente solemos dar solución a cada problema de manera inmediata y fugaz, jugando a no perder en el juego de la vida, acostumbrados a invisibilizar nuestros sentimientos y emociones, cada día con una nueva mascara que resguarde nuestro verdadero sentir. Después de tener la oportunidad de profundizar en lo que significa las prácticas de ocio y comprender como estas transgreden completamente todos los ámbitos y dimensiones de mi ser en cuanto a cómo nos construimos y las diferentes colocaciones que buscamos para estar y ser en la vida, es la lucha constante por no dejar de lado el sueño de crear, de hacer, y de vivir. Mis diferentes espacios de ocio han sido mi elemento de escape, creación, confrontación, anhelo, felicidad y principalmente de resistencia, para constituirme como hija, docente, bailarina y mujer, entender el espacio-tiempo de ocio como procesos de transformación personal.

#### 4. Metodología

Se utiliza una metodología de carácter cualitativo bajo la categoría de historia de vida en la modalidad biográfica. La historia de vida proporciona una lectura de lo social a través de la reconstrucción del lenguaje, en el cual se expresan los pensamientos, los deseos y el mismo inconsciente; constituye, por tanto, una herramienta invaluable para el conocimiento de los hechos sociales, para el análisis de los procesos de integración cultural y para el estudio de los sucesos presentes en la formación de identidades. (Pérez, Merino, 2010).

Por otra parte, Chárriez (2012) postula que la historia de vida como investigación cualitativa, busca descubrir la relación dialéctica y la negociación cotidiana entre: aspiración y posibilidad, utopía y realidad y creación y aceptación. Por ello, sus datos provienen de la vida cotidiana, es la forma en que una persona narra de manera profunda las experiencias de vida, en función de la interpretación que esta le haya dado a su existencia y el significado que se tenga de una interacción social, provee información acerca de los eventos y costumbres para demostrar cómo es la persona. Se narra lo vivido, con su origen y desarrollo, con progresiones y regresiones, contornos sumamente precisos, con cifras y significados (Charriez, 2012).

Teniendo en cuenta lo anterior para este método se utilizan herramientas de recopilación como grabaciones, escritos personales, visitas a escenarios diversos, fotografías, cartas entre otras. En las que incorpora las relaciones con los miembros del grupo, de su profesión y clase social; es decir a las formas de vida de una comunidad en un periodo histórico concreto, para ello existen, según Chárriez (2012) unas modalidades y dimensiones a tener en cuenta las cuales son:

- **Completa**, esta cubre la extensión de la vida o carrera profesional del sujeto.
- **Temáticas**, comparten rasgos de la completa, pero se delimita a un tema, asunto o periodo de la vida del sujeto en específico.

- **Editadas**, estas pueden ser completas o temáticas, caracterizándose por la intercalación de comentarios y explicaciones de otra persona el cual no es el sujeto principal. Por último, existe una modalidad más que también contiene ciertas dimensiones a tener en cuenta, pero esta generalmente es la que menos se utiliza y algunos autores no la tienen en cuenta, la cual es formada a partir de relatos que se producen con una intención, teniendo como objetivo elaborar y transmitir una memoria personal o colectiva que hace referencia a las formas de vida de una comunidad en un periodo histórico concreto.

Ahora bien, hablando desde el ámbito biográfico se puede decir que este es uno de los métodos de investigación cualitativa que ayuda a describir a profundidad la dinámica del comportamiento humano, donde los individuos crean y reflejan el mundo social que les rodea. En sus orígenes y trayectorias, este enfoque ha desempeñado un papel importante en la vida social ya que era la manera de transmitir los conocimientos y experiencias de vida de una generación a otra, forjando una gran variedad de formas orales, escritas y audiovisuales de carácter biográfico, referidas en autobiografías, confesiones, cartas, diarios, memorias y biografías; Para lograr esto se deben tener en cuenta algunas áreas o etapas guía que propone Charriez (2012), como por ejemplo: Nacimiento y familia de origen, escenarios culturales y tradicionales, factores sociales como: educación, amor y trabajo, eventos y periodos históricos, espiritualidad y visión del futuro. Por último, esta misma autora propone también cualidades personales que debe tener un investigador quien aplica esta metodología: curiosidad, escucha, locuacidad, neutralidad afectiva y distanciamiento, flexibilidad y pragmatismo, claridad de ideas durante el proceso.

Reafirmando las grandes cosas que se pueden llegar a extraer desde el campo metodológico de historia de vida bajo la categoría biográfica, Arfuch, (2010) propone:

- La noción de espacio biográfico da cuenta de la multiplicidad y la hibridación de textualidades que caracterizan la cultura contemporánea, donde lo vivencial,

la propia experiencia, constituye un valor privilegiado. Sin embargo, el espacio biográfico, no sólo alimenta la intrusión en la privacidad, sino que opera en la identificación estudiada, en la puesta en orden, narrativo y ético, de la propia vida, en la acuñación de hábitos, sentimientos y prácticas constitutivos del orden social (pág., 45)

Las narraciones que se realizan en el relato biográfico permiten un análisis donde lo público y lo privado construye narrativas identitarias, es decir, un espacio de tramas culturales capaces de abrir rasgos desconocidos en los individuos, realizando un gran aporte a la exploración contemporánea de la noción de sujeto aportando a la reconstrucción del pensamiento de las ciencias sociales.

Arfuch (2010), desde uno de sus apartados, nombrado como - El espacio biográfico en las ciencias sociales -, da muestra de los inicios de este campo metodológico y algunos elementos importantes a tener en cuenta en estos procesos y así mismo la interacción de los mismos, coincidiendo en algunas afirmaciones con lo ya expuesto por Chárriez (2012).

En las últimas décadas se ha ido produciendo un notable incremento en las metodologías cualitativas y en particular los llamados métodos biográficos, que apuntan a la reproducción de relatos de vida dentro de un abanico disciplinario de múltiples intersecciones como lo son: la antropología, lingüística, etnología, sociología, espacios culturales, historia, historia oral, historia de mujeres, entre otras. Cuyas diferentes técnicas de trabajo de campo generan, sin embargo, objetos discursivos o textuales no muy alejados entre sí, como tampoco de los géneros canónicos los cuales se entienden como las autobiografías, diarios personales, apuntes de viaje, historias y relatos de vida, inscripciones etnográficas, testimonios y recolecciones de historia oral.

Todo esto se da mediante una faceta importante, la entrevistas, que más allá de ser un medio para este trabajo y de sus diferentes modalidades de preguntas (abierta, semidirecto y cerrado) algunos enfoques consideran que la interacción debe darse sin formulas previas, aludiendo que la forma dialógica que es lo esencial, tanto para el

contacto y configuración de la misma, como para la producción interlocutora de esos relatos según los objetivos particulares.

El carácter dialógico, se entiende como lo conversacional, interactivo y encuentro entre sujetos, como parte fundamental en la investigación y es aquí donde la pregunta es el deseo fundante para la investigación; por ello la entrevista surge como parte fundamental, dándole así mismo a la pregunta un despliegue de respuestas esperadas, pero estas se deben dar desde una autoría conjunta.

Arfuch expone que la entrevista se puede dar de dos formas: la investigación periodística o mediática y la investigación académica o científica, las cuales se separan principalmente por sutilezas del lenguaje. La primera es publicada y difundida exhibiendo su dinámica interaccional, y la segunda ya sea en su inscripción textual o magnetofónica será a menudo un paso para ir más allá, para la elaboración de un producto u otro. Ahora bien, estas no repelen del todo y tienen algunas coincidencias como lo es: el imaginario de los otros, la presencia, la proximidad, y la idea de una verdad de la vida.

La entrevista periodística se ubica en los mediados del siglo XIX, cuando la prensa comenzaba a hacerse cargo de los sucesos cotidianos como: accidentes, peleas y crímenes. La cual requería de la voz del testigo presencial, pero teniendo presente, si la palabra del informante anónimo era importante porque dejaba huella de autenticidad, lo mismo sucedida con las opiniones y relatos de grandes personajes.

De esta manera dando fuerza a la historia oral que en un principio era una herramienta para los folcloristas y dialectólogos, pero con el surgimiento de las grabadoras al final del siglo, el periodismo pudo ampliar sus registros. Por otra parte, desde la escuela de Chicago, en los años posteriores a la primera guerra cuyo interés socio/antropológico se plasma en la utilización corriente de la entrevista, la observación participante y la biografía como medio privilegiado para el análisis de la realidad.

Más adelante surge lo que Arfuch (2010) denomina la entrevista urbana es decir al interior del mismo territorio; como un modo jerarquizado de acceso al conocimiento de los otros, a través del trabajo de campo del “estar allí”, donde al pasar los años va tomando fuerza en el eterno intento de captar la memoria y lo irrepetible. Con el auge del nuevo periodismo en los mediados de los años sesenta en los Estados Unidos, se marca una tendencia en cuanto a mostrar de forma abierta lo íntimo y privado en lo público, y con ella la idea de la vida real en su transcurrir de: reportajes largos, encuestas biográficas, antropológicas y testimoniales, cambiando así la estética de esta herramienta, llevándolo a la flexibilización de léxicos y dinámicas a figuras de arte del espectáculo, del underground o de la política, dándole rienda suelta a su propia afectividad y de esta manera le da paso a un nuevo género llamado “no ficción” donde los personajes o sucesos “verdaderos” eran construidos en una trama de gran libertad narrativa y estilística que desacralizaba la regla de objetividad y neutralidad trasladando este movimiento a las profundas transformaciones que se estaban generando en relación con valores y costumbres por la proximidad, el contacto y la palabra viva, quizá más próximo al periodismo detective, por tanto, se debía estar donde sucedían las cosas, tomar contacto con completos desconocidos, meterse en sus vidas de alguna manera y hacer preguntas, formando así una estructura literariamente atrayente pero también verosímil (que parece verdadera), dando fuerza por el auge mediático (de los medios de comunicación o relacionado con ello) entorno a la entrevista como el modo más efectivo del periodismo para llegar a la realidad social, ligada estrechamente a la denuncia política, el testimonio y la gesta de masas “el documento vivido” dando lugar a los testimonios, denuncias sociales, relatos de guerra, deportivos, morales, de trasgresiones autobiográficas de héroes coyunturales o de gente común es decir el “docudrama”.

Pero también hay que tener en cuenta que las formas no canónicas, como el docudrama ya expuesto anteriormente, puede compartir la idea que es posible conocer, comprender, explicar, prever y hasta remediar, situaciones, fenómenos,



dramas históricos y relaciones sociales a partir de las narrativas vivenciales, autobiográficas y testimoniales de los sujetos involucrados. Para Arfuch (2010), enmarca lo que ella llama la voz del otro y qué hacer con esta. Para lo que expresa:

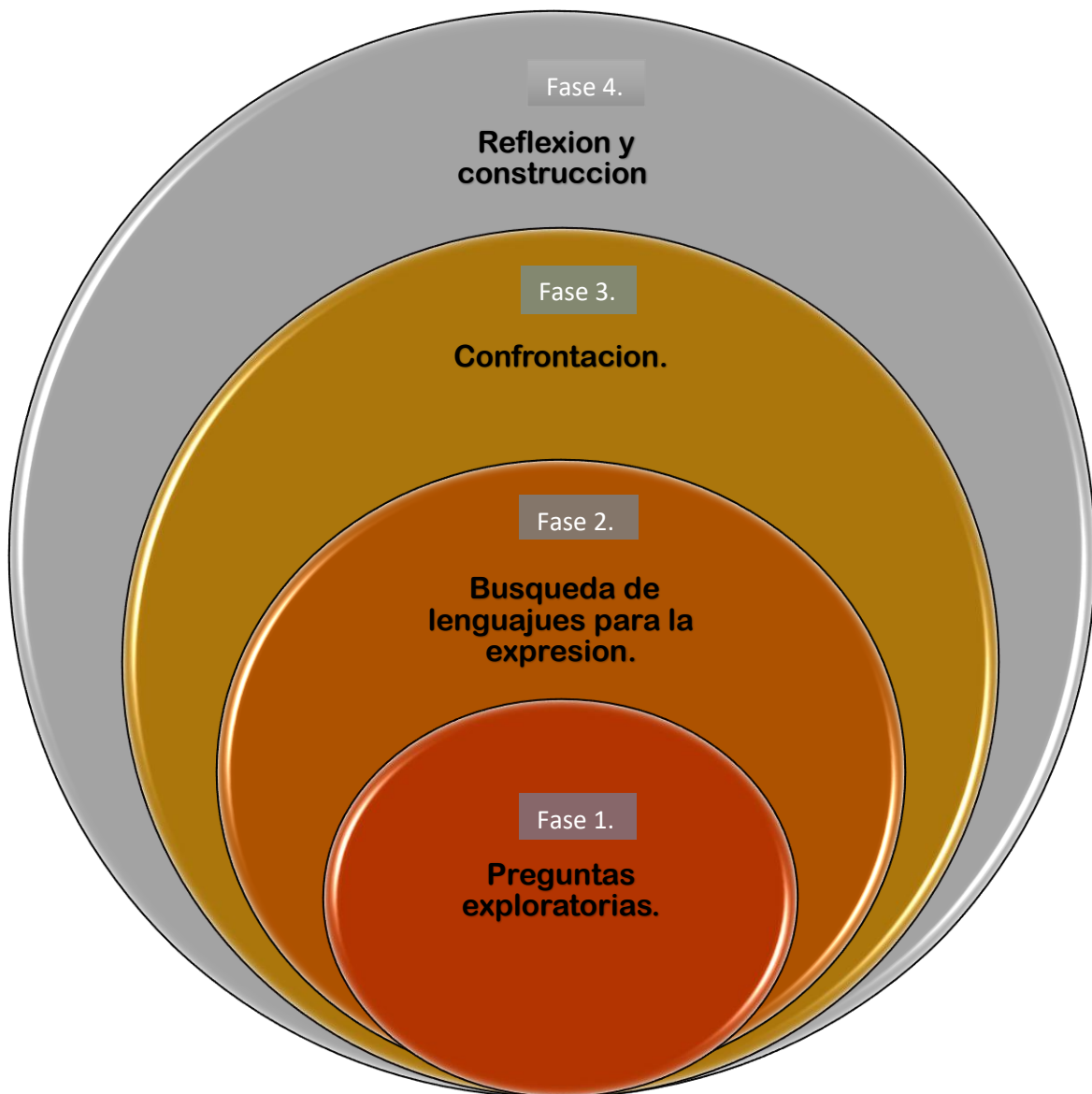
[...] dar la voz a los protagonistas es algo esencial en las ciencias sociales en ese “retorno” biográfico, el cual introduce o así debería ser en el horizonte académico una diferencia radical ya que le da valor a la legitimidad alcanzada pero también en cuanto a la conciencia de sus límites (2010, pág. 187).

La búsqueda experiencial y testimonial en el espacio dialógico que ofrece la entrevista, logra identidad narrativa la cual tiene una expectativa quizá menos ambiciosa en cuanto a la verdad, haciendo del actor social algo más que una silueta sin nombre en el flujo de las corrientes y trayectorias históricas. Por tanto, una biografía bien elegida puede pensarse plena de detalles significantes, es susceptible de funcionar como caso emblemático e iluminar por sí misma un vasto territorio de la trama social.

Asumir hoy el reto de trabajar con relatos de vida presupone esa herencia del lenguaje no donde el investigador buscaría contenidos afines a su hipótesis o a su propio interés para subrayar, entrecomillar, citar, glosar, cuantificar y engrillar, sino por el contrario como un acontecimiento de la palabra que convoca una complejidad dialógica y existencial que si bien cada investigación determina en cierto modo su propio enfoque analítico no quiere decir que allá una receta apta para toda circunstancia, sino más bien los caminos se van ajustando, lo que permite situarse ante esa materialidad discursiva de la palabra del otro en una posición de escucha comprensiva y abierta.

Llegando así a generar ciertos impactos y efectos, que buscan a partir de lo construido como ser social mediado y permeado culturalmente, trazado por miles de colocaciones en sus diferentes ámbitos y dimensiones como ser humano, llegar a la construcción de cuestionarse como un espacio de ocio puede llegar a todo este alcance planteado.

Siguiendo la propuesta de Arfuch (2010), en lo que me refiere a la historia de vida, herramienta que se toma para este trabajo de grado como un elemento fundamental bajo la categoría temática, logrando construir de una ruta metodológica expuesta en las siguientes cuatro fases como producto final.



*Ilustración 2. Fases.*

#### 4.1. Preguntas exploratorias

En este primer momento me encontré, con el enfrentamiento de ciertas preguntas que impregnaban mi ser, frente a la reconstrucción de mi historia de vida, abriéndome a la posibilidad de entender de donde salía ese dolor profundo que sentía, acudiendo a ciertas preguntas tales como: ¿Por qué lloro?, ¿Qué es lo que pasa?, ¿Qué emociones tengo?, ¿Cómo poder ubicar esos momentos de dolor?, ¿Qué quiero expresar?, entre muchas otras. Preguntas que jamás se hacían en vano, sino que es todo un escenario que se constituye para así, de alguna manera confrontar la situación. Tras la búsqueda de estas respuestas me tope en el camino con diferentes elementos literarios los cuales me daban una cierta comprensión hacia lo que estaba sintiendo y como poderlo transmitir desde diferentes lenguajes, llevándome a una observación minuciosa en cuanto al modo de escritura, expresiones, ejemplos de rutas metodológicas desde un sentimiento profundo dándole fuerza y valor al espacio de ocio como medio para la reconstrucción individual a partir de diferentes manifestaciones recreativas, artísticas, deportivas, literarias y demás.

Haciendo énfasis en los documentos que me ayudaron a dar una mirada más profunda y a encontrar una empatía desde el sentir me encontré, en primer lugar, con el libro, *Los diarios secretos de las chicas (in)completas* (Mendoza, 2017). Esta novela, nos presenta a Mariana, una adolescente sarcástica y apasionada por el fútbol, para quien la vida da un giro tremendo cuando le diagnostican cáncer y deben amputarle una pierna. Esta chica decidida a recuperar el control de su vida a pesar de las implicaciones de su enfermedad, termina asistiendo a terapia psicológica, sin saber que esas terapias serán el inicio de algo que la cambiará para siempre. En esta novela se expone claramente como el ejercicio de la escritura creativa pone en juego miles de sensaciones, entrando en un espacio mágico y así mismo adentrándose en los impulsos más secretos de esta, generando un redescubrimiento de sí misma, llevándola a explorar nuevas etapas de su vida.

También con su trabajo de investigación, *Antígona tribunal de mujeres: Poética de una memoria reparadora* (Castañeda, 2018). Donde logra integrar el teatro, la música, la danza y algunas ayudas audiovisuales, para relatar los horrores, perpetrados por el Estado durante el conflicto armado, a unas mujeres cuyas vidas fueron marcadas por diferentes fenómenos cargados de horror que sucedieron en el país; mujeres cuyos hijos fueron víctimas de ejecuciones extrajudiciales, mujeres víctimas del genocidio del partido político Unión Patriótica y también mujeres víctimas de encarcelamientos injustos e intimidación por su condición de líderes estudiantiles; estos son los tipos de violencia política que la obra retrata, denunciando que las mujeres que aquí confluyen no se sienten reparadas por la institucionalidad y es por esto que buscan otras formas de catarsis y denuncia.

Por último, con su escrito *Mujer cigarra* (Callejas, 2017). El cual fue un encuentro bastante enriquecedor para mí, porque me sentí identificada con sus palabras, con la forma de expresión y definitivamente con ese análisis profundo que logra hacer desde su sentir. Fue mi fuente de inspiración y admiración más fuerte que logre encontrar durante esta fase, donde describe con cierta peculiaridad y cuidado entre línea y línea diferentes situaciones y experiencias, que la llevaron a tomar una colocación frente a la vida, donde desde su cuerpo hogar, como ella lo describe allí, fue construyendo un lienzo de diferentes determinantes, sentires, actitudes y aptitudes, que se fueron completando su ser y estar como mujer en la vida, trazando una historicidad en su existencia, lleno de momentos de felicidad, pero también recuerdos de su maltrato y pérdida de libertad por el simple hecho de ser mujer, determinado en algún momento por externos que así lo decidían, pero que al mismo tiempo, esos recuerdos que guardo en su cuerpo hogar, fueron el foco de fuerza y motivación para lograr un giro para resistir, junto con el encuentro con la danza, como un espacio – tiempo de ocio, donde desde el encuentro colectivo hizo de ella un cuerpo de resistencia, confrontación y transformación.

Esta fase me dio la posibilidad de realizar un proceso exploratorio conmigo misma, logrando encontrar un primer lenguaje para la comprensión de ese dolor profundo que sentía, abriendo la posibilidad de buscar a partir de diferentes manifestaciones recreativas, artísticas, deportivas, literarias y demás. Una voz para la expresión y la escucha.

Esta búsqueda constante que se generó, para logra entender y materializar mi sentir, me llevo a capturar algunos momentos de mi historia, en un orden específico ya que vienen desde el descubrimiento de emocionalidades, es ese enfrentamiento ante lo que sucedió y como me constituyo en dicho momento, por tanto, no es algo que se elige al azar. Aquí no se busca que encontrar artistas profesionales o que se escriba una obra literaria y mucho menos que se plasme una pintura bajo las teorías del lienzo, sino más bien abrir la posibilidad de ir construyendo un camino de respuestas frente a todos los interrogantes que emanan de un sentir profundo.

#### 4.2. Búsqueda de lenguajes para la expresión

Como lo menciona Mesa (1998), se trata de esos lenguajes que permiten la exploración emocional y que capturan momentos. En la vida existen marcas que quisieras expresar, pero que los sentires de las mismas hacen que te ahogues en un mar lleno de sentimientos encontrados, ya que fueron importantes e imborrables de mi camino y de lo que ha constituido como persona. Como producto de esta fase, se expresaron cinco momentos específicos a partir de la escritura, dando un lapso de tiempo entre cada narración de un mes aproximadamente, las cuales se enmarcan principalmente por la violencia intrafamiliar dándole un enfoque a la historia de vida y sitiándola en la categoría temática, ya que precisamente buscaba recoger esos momentos de dolor, los cuales se volvían a revivir a partir de la escritura.

Estos pequeños relatos, los cuales me rasgaban el alma, me anulaban en cada palabra descrita, me generaban un sentimiento de ahogo interno, no fue un proceso nada fácil de lograr, donde el escrito de cada momento me tomaba mucho tiempo, dando muestra del sentir que quería despojar de mí, los cuales dan cuenta de momentos y experiencias específicas en el transcurso de mi vida, evocando a momentos de felicidad, de tristeza, de angustia, de anhelo, de amor, entre otras. Descubriendo en el proceso una sensación de confrontación conmigo misma y con lo vivido, atravesado por una conmoción de vacío absoluto, de soledad, de dolor, de nostalgia, de alegría y de pasión. Donde cada palabra descrita me llevaba a retornar una y mil veces a ese momento de mi camino, convirtiéndome así en una silueta sin nombre, queriendo desaparecer para no sentir, anulando todo mi ser, entrando en una dimensión de inexistencia, de negación. Escribir cada palabra era como devolverme en el tiempo y sentir cada momento, inundándome y nuevamente con una serie de interrogantes, preguntándome el para qué y por qué de esto, sin encontrar respuesta alguna, muchas veces negándome a continuar y evadiendo esa realidad que quería anular o borrar de mis recuerdos y de mi construcción como mujer.

Muchas veces quise desistir del camino, por lo doloroso que me resultaba sumergirme en esa trayectoria de despojo interno, se podría decir que es como una sensación de limpieza oculta, la cual te lleva a un recorrido sin fin, la cual se enana desde el alma, despojando de ti sentimientos de frustración, de dolor, de tristeza y al mismo tiempo recordando lo bonito de la vida y de los miles de experiencias positivas que te faltan por vivir, por aprender, por recordar y por gozar.

#### 4.3. Confrontación

Después de escribir los cinco relatos deje pasar más o menos un mes y medio de tiempo para volver a leer eso que plasme, causando tensiones, lagrimas, y el profundo sentimiento de no querer avanzar más, de dejar todo tirado, de no confrontarme con esto que me superaba y simplemente quitarlo, anularlo y empezar de nuevo con una propuesta que no me sumergiera en estos sentires, aquellos que creía en su momento inacabables. En esta segunda confrontación quise explorar y buscar que tipo de lenguaje se iba a utilizar, el cual me permitiera nuevamente expresar eso que me acudía la lectura de los relatos, enfrentar el dolor que me causaba estas historias, por ende, es aquí donde la pintura aparece como medio de resistencia y voz, dándome la oportunidad de despojarme de otra manera, de sentir otras sensaciones, de simplemente tomar un lienzo y dejarme ir con lo que me acudía mi ser en este momento, dichas pinturas se podrán ver al final de este escrito.

La palabra descrita de diferentes maneras convoca una complejidad dialógica y existencial, plena de detalles significantes permitiendo situarme ante esa materialidad discursiva de la expresión de una manera abierta y sincera, donde al enfrentarse con esta, existen unos impactos y efectos que no se conocen hasta estar inmerso en ello. Una vez terminado mi primer lienzo, apareció en mí una sensación de descaso, de liberación, de agrado, y de satisfacción que se sembraba profundamente, de una manera única, como si me hubiera quitado un peso de encima, permitiendo con ello revivir mi historia acompañada de sensaciones diferentes, donde ya no traían consigo ninguna negación o sentimiento de ahogo, sino más bien una emocionalidad llevada a

la comprensión de lo que había sucedido, dando la oportunidad de reinventar este sentir marcado en mi piel, donde cada línea, cada mancha, cada movimiento allí plasmado es una forma de diálogo interno que tiene la necesidad de expresar para poder sentir.

Hoy día me enorgullece reconocer que tengo la capacidad de hablar de mi pasado de manera un poco más tranquila, donde las ataduras de dolor asfixiante e insoportable, se ha transformado, por supuesto siempre estará cargado de diferentes sentimientos, pero aquellos que no me carcomen por dentro, ni me dañan, ni me destruyen, sino aquellos sentires que evoquen a seguir adelante, a buscar una transformación no solo para mí, sino para todos aquellos que por algún motivo en su vida se encuentran hundidos en dolor.

#### 4.4 Reflexión y construcción.

Por último, se recoge toda esta experiencia vivida que se desarrolló durante aproximadamente dos años, afrontando cada paso venidero, donde en principio dudaba constantemente de este trabajo de grado, por la inmersión y exposición que me suscitaba, pensando constantemente en hacerlo de otra manera ya que era una posición menos expuesta, y trabajar externamente con mujeres que hubieran pasado por alguna situación similar.

Hasta llegar a darme cuenta que la mejor elección que podía tomar era usar mi propia vida como elemento de estudio, donde la historia de vida se vuelve en una herramienta metodológica y pedagógica para poder expresar y explorar como la danza se convirtió en un elemento tan importante que me ha permitido resistir y que me ha permitido de alguna manera elaborar esta ruta metodológica que ha implicado un despoje interno bastante significativo. La propuesta en esencia, da lugar a esas emociones que se han venido racionalizando a partir de intentar poderlas en contexto.



Esta fase trae como producto final, un performance que se presentara como parte de la sustentación, el cual fue grabado dada la situación actual, en la que no se podrá dar en vivo. Este intenta capturar todos estos momentos que de alguna manera se usaron para construir esta ruta metodológica de historia de vida.

Por ello Cárdenas (2015), describe que, el término inglés performance es utilizado en las artes visuales, el teatro, la danza, la moda, la industria, el deporte, entre otros, para indicar interpretación, actuación, rendimiento o evolución de una actividad. Este lenguaje artístico tiene como característica la utilización del cuerpo del artista como soporte y medio para la creación, es un espacio difícil de clasificar y fragmentar, cuanto más tratamos de catalogarlo más nos alejamos de su naturaleza. Es importante resaltar que el arte es efímero en su esencia, aunque marque huellas imborrables con su devenir en el espacio-tiempo, se caracteriza por la ruptura de la linealidad temporal.

Los performances utilizan todos los canales perceptivos, a veces de forma simultánea y otras de manera alternativa, incluyendo a veces medios audiovisuales como proyección de videos, música o sonidos y la utilización de los más variados objetos; entre un sin fin de recursos propuestos por los artistas. Es importante resaltar que después de realizado el performance queda en la memoria de quienes estuvieron presentes y gracias a las actualizaciones tecnológicas los registros de este acto tienen la posibilidad de ser guardados en fotografías, videos y grabaciones, pero este registro solo puede ser entendido como un acontecimiento, una aproximación a la obra in situ, cargada de sentido, solo por el contexto y el tiempo de la acción. Los restos y objetos que muchas veces quedan luego de un performance también son parte genuina de las misma, estos objetos cargados de sentido conforman una huella y testimonio de lo acontecido, de lo presentado.

El cuerpo expande su significación, se torna metáfora y materia, texto y lienzo, materia prima y producto, significado y significante. (Alcázar y Fuentes, 2005, p.11). Este camino acerca el arte a la vida cotidiana y hace de su propio cuerpo la materia prima

de su trabajo, el performance encarna la conexión con el ser primitivo, único y espiritual, conectando planos personales y sociales, volcados a la experimentación, pluralidad de ideas y conexión con la naturaleza, este lenguaje se transforma, muta, se nutre de otras expresiones y por sobre todo de la vida misma.

El acto performativo, para este trabajo, se traduce a la posibilidad de transmitir por medio de la danza, la música, la pintura, la fotografía, entre otros elementos, las experiencias vividas, los recuerdos de dolor y de felicidad, las sensaciones guardadas en mi piel por la violencia intrafamiliar y también la construcción de mujer que he venido entretejiendo durante estos años. El performance da la posibilidad de sacar, expulsar o despojar de nuestro ser esos sentires y emocionalidades, que no pudieron decirse en palabras, por miedo, por anulación, o por amenaza. Se trata, de hacer una implosión de adentro hacia fuera, a través de esos distintos lenguajes recreativos que hacen parte de nuestra historia como elemento fundamental de resistencia al dolor enmarcado por un sentimiento de superación, de curación y de alivio frente a lo vivido.

### 5. Relatos vivos.

Estas historias nacen de seguir un poco la primera fase plateada en la ruta metodológica las cuales son parte de la reconstrucción de mi historia de vida temática, por tanto, los apartados aquí expuestos marcan una línea invisible de continuidad en la violencia intrafamiliar, el cual me ha costado mucho enfrentar pero que quise compartir de alguna manera en este trabajo de grado.

El primer relato llamado ella, entra reconociendo mi cuerpo raíz como lo expone callejas (2017), esas cargas que ya vienen infundadas desde antes de mi nacimiento, también busco expresar el sentir de mi abuela y la admiración que le tengo como mujer, encontrando un dialogo que me permite arrojar ese dolor inmenso que me causo su perdida. El segundo nombrado como cumpleaños de mamá, describe un momento de aventura y felicidad, que nos unió por al menos un momento como familia, dando a modo de conclusión que está, a pesar de todos los obstáculos que muchas veces

suelen separarnos o ponernos en disputa, siguen siendo todo para nuestro ser. El tercero lleva por nombre monstruo, donde describo esa mutación instantánea, entre el hombre que amo y el ser desmedido que se instaura por momentos en él, haciendo difícil reconocer lo bonito de su ser ya que sus golpes lo anulan, esta historia me inunda en llanto cada vez que la leo, es la una de las pocas que aún me sigue confrontando fuertemente. El número cuatro nombrada como: Conocí a mi hermano, me conmueve a esa construcción de amor, que hemos construido juntos, llenando nuestra relación de hermanos con una capa de complicidad, de admiración y de superación. Por último, se encuentra miedo, un relato guardado en mi ser, tras un encuentro con los golpes, gritos y amenazas. Cada relato está acompañado de esa segunda confrontación que quise representar bajo el lenguaje de la pintura, las cueles llevan consigo la fecha de realización y el nombre que me acudió desde el sentir en ese instante, dando cuenta un poco de los espacios y tiempos que me tome para hacer este proceso. Donde cada historia merece un lapso de análisis, de introspección, de reflexión, para así llegar al segundo momento de confrontación en donde la pintura, recoge esas emociones, pero no de aquellas que emana la escritura, sino esas emociones de la confrontación.

Durante todo el camino se hablaba de poder generar una ruta metodológica, pero no fue fácil encontrarla y construirla, llega un momento donde lo personal y lo académico no encuentran un mismo tono, pero gracias a toda esta exploración encontré un sendero que me demostró que estos procesos conllevan de una inmersión absoluta con el ser interno y con lo que llevamos en nuestros hombros como historia y cada una de ellas conlleva a un momento.

Ahora, mi perspectiva si bien es cierto recoge una postura hacia la mujer, pero no necesariamente se piensa que sea exclusivamente para ellas, sino como se está hablando desde mi historia de vida, recoge cierta perspectiva hacia la mujer, pero si bien hay que reconocer, que la violencia en general afecta a todo tipo de género, los seres humanos podemos sufrir actos de violencia en cualquier momento.



UNIVERSIDAD PEDAGOGICA  
NACIONAL  
*Educadora de educadores*

*Esta*

Hasta este momento a mis cuatro años, todo en mi vida era normal, tenía a mi madre que siempre estaba a mi lado puesto que no trabajaba diariamente, una mujer luchadora, amorosa, alcahueta, fuerte, obsesionada por el orden y la limpieza, de aquellas que hacen mil cosas al mismo tiempo y todo les queda perfecto, excelente cocinera y a su vez buena peluquera. También estaba mi hermano seis años mayor que yo, aquel que se encargaba de mí, cuando mi madre debía hacer alguna diligencia (claro está, aquella que no durara más de dos horas), un chico que cursaba aproximadamente su quinto año escolar, aquel que en momentos se creía el hombre de la casa y otros donde era un súper héroe, bastante comelón – habito que sigue en él -, buen bailarín y un aficionado al futbol. Por otro lado, se encontraba mi padre un hombre trabajador, temperamental, apasionado por la música y el baile, bastante conversador, le gustaba ser partícipe de cumpleaños, navidades, fines de años y cualquier reunión familiar que se realizaba, donde le encantaba ser el centro de atención colocando la mayor parte del dinero que se necesitaba o dando regalos exuberantes, en palabras un poco más coloquiales se podría decir que era una persona bastante “sobrada”. También se encontraba con nosotros bruno nuestro perro rottweiler, bastante intimidante ante los ojos de los demás por su gran tamaño y mirada amenazadora, pero en realidad era el perro más consentido y amoroso.

Pero de quien en realidad quiero hablar en esta historia es de mi abuela paterna doña María ligia Cardona, una mujer de Anserma vieja caldas, luchadora y echada para delante, de contextura grande, crespa con su cabello por la codera de largo, que cuando hablaba se escuchaba hasta la esquina, de buen comer, como su hijo y nieto; aquella que se fue de su casa poco antes de los dieciocho años y que después de ello muy pocas veces volvió a ver a su familia, saco adelante sola a sus siete hijos ya que nunca convivio con algún hombre o eso es lo que me dice la familia, su acento era objeto de imitación para muchos, una mujer que decía las cosas de frente y como le saliera, más conocida como la paisita. Se mostraba seria y brava, pero

era la mujer más gentil, amable, consentidora y alcahueta, como lo era conmigo, tuve la fortuna de guardar varios momentos que pasamos juntas en mi memoria, como las veces que me llevaba al salón comunal del barrio, que mientras caminaba yo iba corriendo cogida de su mano, una vez llegábamos me dejaba en un lugar donde ella me pudiera vigilar mientras hablaba con las compañeras del grupo de adulto mayor.

Cada vez que íbamos al salón nos daban demasiada comida y hasta que yo no terminara mi abuela no salía de allá, siempre me molestaba diciéndome “estas más flaca que una puntilla aplastada” cerrando su frase con un -eh... ave maría mi amor- yo la miraba y sonreía pues lo decía con mucha gracia.

Esta mujer para algunos una señora complicada, para mí una abuela alcahueta, que se prestaba para juegos infantiles, que hablaba interminablemente y yo solo la escuchaba, tratando de guardar su asentó paisa, sus gestos, su forma de moverse y esa maña de también hablar con sus manos, pues nunca las dejaba quietas, una mujer que no le dolía ni un pelo a sus setenta y dos años, llena de energía.

Vivía junto a una de mis tías que justamente es muy parecida a la abuela por su forma de ser, acelerada, charlatana, imparable, entre muchas otras cosas, también junto al esposo de mi tía, mi prima de nueve años y mi primo de veinticinco. Mi tía en la casa tenía un jardín infantil, el cual era su medio de trabajo y a veces el de mi abuela también.

Mi padre pocas veces me permitía visitarla, ya que mi abuela vivía junto a mi tía, la cual era ejercía el papel de cuidadora ya que tenían un jardín en la misma casa donde vivían por esta misma razón no me dejaba ya que no le gustaba que me juntara con los niños de ahí, por esto casi siempre que estaba con ella la debía acompañar a algún lugar.

Mi tía tenía algunos problemas con su esposo, en donde muchas veces sus discusiones eran escuchadas por mis primos y mi abuela, terminando con un llanto inconsolable por mi tía o una reconciliación de pareja. Doña María ligia muchas veces como mujer empoderada se metía en aquellas discusiones, lo cual le molestaba de sobremanera al esposo de mi tía, pero terminaba dejándolo callado.

El veintiuno de mayo del 2000, mi tía decidió no abrir el jardín ya que ese día mi prima tenía entrega de notas, antes de salir para el colegio había tenido una discusión con su esposo bastante fuerte, al salir no tuvo en cuenta si llevaba consigo las llaves de la casa pues ya iba tarde, se había quedado mi abuela quien se levantaba temprano para realizar sus cosas y por supuesto el esposo de mi tía que según la rutina debía salir a trabajar un poco después que mi tía salió, pero este día no iba a ser como los demás.

Mi abuela se encontraba en el primer piso de la casa adelantando el almuerzo sin imaginarse lo que venía para ella en los próximos momentos, Lucho, como todos lo conocíamos (el esposo de mi tía), toma un cordón de zapato, -sin saber que estaba pensando en ese momento o cual fue la razón de tal acto-, decide bajar y tomar venganza contra ella, asfixiándola con el cordón alrededor de su cuello, acto en el cual ella lucho como la guerrera que era, lucha que perdió pues él logró acabar con su vida.

Minutos después el también decide morir, de igual manera asfixiándose con el cable de un teléfono, dejándose descolgar por una ventana del segundo piso que daba al patio de la casa. Unas horas después de este escalofriante momento, llega mi tía de nuevo a la casa junto a mi prima, timbran sin recibir ninguna respuesta puesto que habían olvidado las llaves, deciden romper el vidrio de una de las ventanas que dan a la calle, mi prima entra por allí encontrándose con algo jamás esperado, su padre y abuela se encontraban muertos.



Veintiuno de mayo del 2000 perdí a aquella mujer que pudo a ver compartidos grandes momentos junto a mí, grandes enseñanzas y grandes sonrisas, aquella que sin duda alguna hoy día estaría compartiendo conmigo su experiencia y yo junto a ella mis logros y vivencias.

*María Iglia Cardona nos volveremos a encontrar y te daré un abrazo para nunca soltarte, como en mis sueños contigo.*





UNIVERSIDAD PEDAGOGICA  
NACIONAL  
*Educadora de educadores*



*Ilustración 3. 05 de mayo del 2019 - Rota*

# Cumpleaños de mamá

Veintitrés de febrero de 2002, el ambiente se encuentra un poco movido, mi papá y mi hermano hablan en secreto, cuidando que nadie escuche, mi padre ese día llega bastante temprano de su trabajo, para nada habitual, lleva un pollo asado para compartir con la familia y en secreto le entrega un chocolate acompañado de un beso a mamá, nuevamente algo para nada habitual entre ellos, ella un poco confundida y extrañada lo recibe con una sonrisa y un sentimiento de amor que tal vez vuelve a sacudirse, sus ojos se ven más lindos que lo normal, sus mejillas se sonrojan y por supuesto no evita la carcajada de felicidad –ella se veía llena, pues se encontraba con sus tres amores juntos en un momento de sonrisas y lindos recuerdos que se guardarían en la memoria de todos-.

Después de comer y pasar ese momento, decido preguntarle a mi hermano en secreto que me dijera que estaba pasando, el por supuesto no me cuenta y me hace a un lado. Siendo aproximadamente las cinco de la tarde mi padre vuelve y habla en secreto con mi hermano, poco después papá se despide y dice a mamá que no demorara.

Me encuentro jugando junto a las escaleras que daban al segundo piso de la casa, mientras mamá estaba en la cocina preparando algo para cenar, mi hermano sube corriendo pasando encima de mí y de mis juguetes procurando que nadie lo viera (obvio por nadie me refiero a mamá), una vez subió yo me fui detrás, pues yo quería ser parte de lo que sea que estaba pasando.

***-Si don Alejandro todos llegan a media noche, dijo mi papá que la idea es dejar la puerta abierta para que todos vayan entrando en silencio-... esto fue lo que alcance a oír mientras subí todas las escaleras pues no era tan hábil como mi hermano***

**-bueno... y cómo va a entrar lo demás el ponqué, la comida, el trago-** le pregunta don Alejandro **-no se creó que el ponqué lo trae una tía y lo demás lo deja en tu carro-** le responde mi hermano.

Luego se gira y me alcanza a ver, le respondo con una sonrisa, sin que él supiera que aún no entendía del todo, va corriendo hacia donde estoy y me toma de un brazo con un gesto de molestia me advierte que no debo decir nada, que todo es un secreto – amenazándome con su puño cerrado-, como siempre don Alejandro rescatándome, le quita la mano de mi brazo a Cristhian y le sonrío diciéndole que todos vamos hacer un equipo para que mamá sea feliz en su cumpleaños.

Yo sonrío y me emociono, mi hermano me mira aun con desconfianza y me dice que no la vaya a embarrar, don Alejandro me dice que debo entretener a mi mamá para que casi no salga del cuarto y se acueste temprano.

Afirmo con la cabeza, y él me da un abrazo, bajamos con mi hermano nuevamente, mi mamá pregunta que, porque estábamos molestando arriba, mi hermano le responde que nos estábamos despidiendo de brumo –lo recuerdan la mascota de la familia- pues ya era hora de cerrar la terraza, ella recuerda que no le ha dado la cena y sube inmediatamente. Mientras tanto mi hermano me dice que organice el reguero y me empújame para que mamá se acostara temprano, yo por supuesto hice caso, cosa que nunca hacía con él.

Cuando vuelve a bajar mamá, yo ya me estaba cambiando para ponerme el pijama, le digo que tengo mucho sueño, ella por supuesto me advirtió que debía cenar antes de acostarme, yo nuevamente sin ningún, pero... –cosa que no hacía generalmente-, me termine de vestir y me senté en el comedor, -debía ser una buena cómplice para verla feliz-. Después de comer le dije que, si por favor me arrunchaba, ella me dice que esta temprano y que al otro día no hay que madrugar y que tampoco le había dado las buenas noches a papá.

Después de un rato, le insisto que ya quiero dormir y le propongo que esperemos a papá en la cama, ella sonríe y acepta, me dice que le dejara su comida lista para no tener que levantarse más tarde. Siendo más o menos las nueve de la noche mi padre llega a casa se demora un poco para entrar al cuarto, una vez entra nos encuentra a los tres en la cama, sonríe y pregunta que, porque todos estamos allí, mi mamá con tranquilidad le dice que lo estábamos esperando.

Unas horas después, todos estábamos en nuestras camas, “descansando”, bueno eso era lo que mi mamá creía, sin tener idea que en el segundo piso le estaban organizando su fiesta numero treinta y siete. Faltaba poco para que fuera media noche papá fingió ir al baño, pero en realidad se fue a cambiar y a mirar cómo estaban las cosas en el segundo piso, le avisan que todo está en su lugar, baja rápidamente y nos levanta, poniéndonos cualquier cosa que se le cruzara, que, a fin de cuentas, no quedo tan mal.

Faltaba pocos minutos para las doce, mi papá abre la puerta para que los mariachis pudieran entrar, espera unos cuantos minutos para poder sorprenderla justo a tiempo, se alista por última vez nos arregla toma un ramo de flores, avisa a todos que es hora. Asombramos a mamá con este hermoso detalle, ella se levanta un poco aturdida hasta que logra entender lo que está pasando, sonríe con gran emoción, pero al mismo tiempo se apena por su hermoso atuendo, todos cantamos junto a ella alrededor de la cama, ella nos abraza llorando de felicidad, con una sonrisa gigante, agradeciéndole a mi papá por toda la organización.

Una noche inolvidable, la cual solíamos recordar con frecuencia pues como la fiesta era con todos los juguetes, existía la grabación de toda la sorpresa. Que en algún momento desapareció de nuestras mentes y corazón.

Los buenos y bonitos recuerdos también se guardan en el corazón para siempre, los cuales te hacen acordar que la familia lo es todo a pesar de los errores que se puedan cometer.



UNIVERSIDAD PEDAGOGICA  
NACIONAL  
*Educadora de educadores*



*Ilustración 4. 28 de mayo del 2019 - Recuerdos.*



UNIVERSIDAD PEDAGOGICA  
NACIONAL  
*Educadora de educadores*

*Monstruo...*

Desde mis recuerdos más recónditos, mi memoria y mi cuerpo lo ven como una figura de dureza, de malgenio, de miedo, de un respeto impuesto, de maltrato y de gritos. Aquel que si no se hacían las cosas tal cual las había pedido te podía recibir con algún golpe, aquel hombre que hasta el momento no le ha podido ser fiel al amor que le brida mi madre, aquel que nunca muestra algún tipo de sensibilidad por algo o alguien, el que tal vez con el tiempo ha cambiado un poco pero su esencia siempre está presente, aquel es mi padre.

Un hombre de tez morena, una altura promedio, con raíces paisas. Un hombre que se le da muy bien el baile y disfruta hacerlo, tal vez no con el incentivo del disfrute en sí mismo, sino, pienso que es más por subir su ego hasta donde más se pueda y siendo el centro de atención es muy fácil hacerlo.

Un hombre que la vida le enseñó a no dejarse de nadie y desconfiar de todos, pues toda su infancia y gran parte de su juventud tuvo que pasar por situaciones bastante complicadas, ya que para una madre mantener a siete es bastante difícil pero aun así lo logro – si es aquella que solía decirme que era más flaca que una puntilla – una infancia sin un papá, sin la posibilidad de seguir estudiando, con todas las necesidades alrededor, por lo cual tuvo que empezar a trabajar desde muy pequeño para poder ayudar en algo; pero que a su vez es un hombre que le encantaba salir a bailar, a tomar, a viajar etc. una persona bastante social pero de pocos amigos, un hombre que le dan respeto por miedo a su temperamento.

Pero a su vez en estos veintidós años que llevo junto a él, también he visto un hombre trabajador, un hombre que defiende y cuida a su familia, un hombre que no demuestra su cariño de forma afectiva, pero si dándote una estabilidad y ofreciéndote lo mejor que él te puede dar, un hombre que también tiene sensibilidad, un hombre que también llora, un hombre que es sensible ante muchas circunstancias de la vida, un hombre que se frustra, un hombre que ama, un hombre que te dio vida junto a otro ser hermoso.



Un hombre que llora en silencio, un hombre que también quiere tener atención, cuidado, amor, un hombre que se esfuerza por no perder a su familia, pero que muchas veces en el camino lo olvida, un hombre que se esfuerza por ser el ejemplo, pero que su intención se pierde, un hombre que ama, pero que no lo demuestra por no perder el puesto de seriedad y frialdad

Todo esto y más es mi padre un hombre que amo pero que a su vez es la clase de persona que jamás querría en mi vida, es un hombre que adoro, pero que me ha defraudado muchas veces, un hombre que quiero, pero es el tipo de hombre con el que lucho constantemente para que deje de existir, hombres agresores, hombres con un pensamiento machista, hombres abusadores.

Sueño constantemente en el día en que dejes salir al ser que realmente eres, ese ser con el que ocasionalmente me encuentro, el que disfruta de la vida, el que tiene un pensamiento crítico y un tanto libre, aquel que sabe mucho de su historia colombiana, el que tiene una memoria increíble y su competitividad lo lleva a dar lo mejor de él, solo para cerrar bocas que decían que no podía, ese hombre que aunque no lo demuestra te conoce tus reproches más que tu propia madre, un hombre alcahueta, un hombre que solo quiere lo mejor para ti. Quiero a ese hombre que en el fondo sé que me ve como la niña de la casa y que cuando habla con sus amigos se enorgullece y saca a relucir todas mis cualidades, ese hombre con el que tengo discusiones por su modo de ver la vida pero que pelea por no dejar caer su argumento, ese hombre que siempre quiso verme como una mujer fuerte llena de diferentes destrezas – que no logre mucho – pero que al mismo tiempo te cuida y te respalda cada vez que lo necesitas, aquel hombre que cada vez que me ve defendiendo algo en lo que creo, en el fondo de su corazón se siente orgulloso de saber que esa necesidad –como lo llama el- me lleva a tener un carácter ante la vida, aquello que tal vez, él, quiso que siempre

tuviera, porque a pesar de que sus comportamientos o acciones son bastante machistas siempre me ha llevado a ser una mujer fuerte, con carácter y firmeza.

Esto último se desdibujaba cada vez que mi padre se transformaba en ese ser que decidí llamar monstruo porque temo que con sus acciones pueda llegar a causar una tragedia, ese ser al que le tengo miedo desmedidamente, a ese ser que me golpeo muchas veces, me grito, me insulto, y me hacía sentir dócil, una mujer sin la posibilidad de defenderse, de decirle lo que estaba sintiendo. Nunca he podido tener el carácter suficiente como para enfrentarlo, para evitar que le pegue a mi madre, para defenderla de sus insultos, para impedir que la hiciera sentir como a mí.

Cuando era pequeña muchas veces vi como mi padre golpeaba a mi hermano horriblemente por cosas muy absurdas –porque no caminaba rápido, por un mandado, por no hablar duro, por llorar- y muchas veces en esos golpes sin control, lastimaba sus partes íntimas. Veía a mi hermano llorando, con su cuerpo lleno de dolor y pensaba en ese sentimiento de impotencia que el también sentía al no poder hacer nada.

A este hombre le debo la vida, pero también me la quita constantemente. Poco a poco ha ido cambiando, a su ritmo, tal vez es un poco más consiente y ha hecho el esfuerzo de controlar su carácter y acciones o simplemente sabe que ahora nosotros siendo más grandes podemos llegar a confrontarlo y tomar decisiones contra él – para esto aún no tengo la respuesta – guardo la esperanza de que su cambio sea real, pero sobre todo definitivo.



UNIVERSIDAD PEDAGOGICA  
NACIONAL  
*Educadora de educadores*



*Ilustración 5. 08 de julio del 2019 - Anhelos de cambio.*

CONOCÍ A MÍ  
HERMANO...

Yo tenía alrededor de diez años ~~no lo recuerdo bien~~ – ese día había estado con mi mamá en su trabajo casi todo el día, vivíamos en casa de una tía paterna en ese momento, cuando llegamos a mi tía se acercó y me dijo que la acompañara a su cuarto que me tenía una sorpresa, a mí la verdad me pareció muy extraño ya que ella no era tan detallista conmigo. Una vez entramos vi a un muchacho bastante alto, moreno, con gafas el cual se acercó y me dio un fuerte abrazo.

Todos los que estaban allí después del emotivo encuentro nos comenzaron a decir que éramos como gemelos ya que nuestras facciones son bastante parecidas, yo estaba sentada junto a él y aunque tenía el conocimiento de que él era mi hermano - o medio hermano como lo suelen llamar, pues mi padre tuvo otro hijo antes de conocer a mi madre – desde mucho antes, nunca lo había visto en persona por lo cual me sentida bastante intimidada y muy incómoda.

Después de haber escuchado tantas historias que suelen salir a relucir en este tipo de encuentros, por fin tuve un momento para estar a solas con mi hermano y realmente empezarlo a conocer, en donde él preguntaba todo de mí y yo todo de él. Desde ese momento sentí una conexión bastante peculiar, pues no solo éramos muy parecidos físicamente, sino que también en nuestros gustos personales.

Le tome confianza bastante rápido y a su vez cariño, ese fue el primer encuentro de los miles que venían en adelante pues desde ese día él comenzó a viajar más seguido para vernos – él es de Ibagué nació y se crio allá – cada vez que venía se quedaba un poco más de tiempo y sus partidas eran muy difíciles para mí, puesto que con él habíamos creado una relación de amistad bastante linda, con él me sentía la niña más mimada del mundo ya que estaba súper pendiente, salíamos, hablábamos, jugábamos y la pasábamos bastante bien estando juntos a pesar de que nos llevamos siete años de diferencia siendo el mayor. Esta confianza y amistad que creé junto a él nunca se



me dio con mí otro hermano, tal vez porque siempre vivimos juntos y la relación se formó de una manera distinta, demasiado distinta, aunque desde hace unos años esto ha venido cambiando ya que ahora nos respetamos y mostramos cariño, - confieso que me suele gustar pasar tiempo con él-, aunque en momentos lo quiera desaparecer.

Al pasar los años la relación con mi medio hermano, se fue fortaleciendo mucho más tanto así que me abrió su corazón para contarme como se sentía realmente con mi padre, pues de alguna u otra manera tiene cierto rencor con él, ya que nunca estuvo a su lado, no lo vio crecer, no lo crio, ni le brindo amor paternal.

Mi hermano no tuvo la oportunidad de tener a un padre, ya que cuando su mamá estaba en embarazo tomo la decisión de alejarse porque vio en mi padre un hombre abusador y que estando, en estado de gestación, la agredió. Después de ello mi papá le ayudaba económicamente pero esporádicamente, no asumió el rol que le correspondía por ello mi hermano se crio sin su padre, con esto haciendo que el tomara distancia y al mismo tiempo creciera con cierto rencor hacia él.

A pesar de esto, nunca fue un impedimento fortalecer nuestra relación de hermanos desde que tuvimos la oportunidad. Miles de risas compartidas, momentos de felicidad, llanto juntos, momentos de debilidad en los que el uno apoya al otro, conversaciones infinitas sobre la vida, sobre libros que compartíamos, sobre nuestras ideologías de vida que como raro son bastante parecidas, pero definitivamente no iguales.

Él es uno de los hombres que amo con toda mi vida, que de vez en cuando me tortura con las decisiones que toma para su vida o con las cosas que dice y hace, pero que a pesar de esto siempre trata de dar lo mejor de sí mismo por todos los suyos y que hoy día me está dando uno de los mejores títulos que puedo llegar a tener, el de tía. Miles de historias más me faltan por vivir junto a él y ahora junto a Martina mi sobrina.



UNIVERSIDAD PEDAGOGICA  
NACIONAL  
*Educadora de Educadores*



*Ilustración 6. 03 de agosto del 2019 - Complicidad.*

MIEDO...



Era uno de esos típicos días donde mi madre tenía que correr para lograr dejar limpia la casa, hacer el desayuno y casi que al mismo tiempo hacer el almuerzo, apurar a mi hermano ya que ese día tenía su entrega de boletines, dejarme lista y también a un primito que en ese momento vivía con nosotros, los dos con alrededor de cinco años y por supuesto buscar quien podía estar pendiente de nosotros mientras ella regresaba de su compromiso.

Entre todo el corre corre..., finalmente logro dejar todo listo y salir con mi hermano para su colegio, que se encontraba aproximadamente a media hora de nuestra casa. A nuestro cargo había quedado don Alejandro, un hombre delgado, bastante alto, con cabello largo y una barba abundante, una pinta bastante hippie, apasionado por la construcción y el diseño, muy creativo e innovador, un hombre bastante amigable con todas las personas, pero en especial con los niños.

Amigo y cómplice de su esposa la señora Maribel también bastante amable, pero un poco más reservada y seria que don Alejandro, se dedicaba al negocio familiar de lavanderías. Ellos dos eran los dueños de la casa donde vivíamos hace un poco más de cinco años, esta era la más linda y grande de la cuadra, de la que todos hablaban y envidiaban.

Siendo las tres de la tarde, a una hora de que mi mamá se hubiera ido, don Alejandro nos hace subir al segundo piso donde ellos vivían, para darnos un poco de yogurt, después de ello hablamos un rato con él y le hacíamos mil preguntas de sus herramientas de trabajo, más tarde volvimos a bajar con mi primo para seguir jugando con mis juguetes.

Poco después de empezar a jugar con mi primo a la lavandería, se nos ocurrió la gran idea de tomar un tarro de talcos y utilizarlo como jabón (pues una lavandería necesita de jabón), dentro de nuestra inocencia e imaginación no vimos nada de malo en utilizar el talco encima de unas prendas de ropa que habíamos sacado, claro está que sin poner demasiado solo algunos punticos ya que, yo sabía que mi madre se podía molestar.

Un poco más tarde y con la ropa un poco manchada por talco, escuchamos que alguien estaba abriendo la puerta que daba a la calle, inmediatamente pensamos que se trataba de mi madre, pero al darnos cuenta que él que entraba por la puerta, era mi padre nos sorprendimos ya que por su trabajo casi nunca llegaba temprano a casa, cuando entra y se acerca cada vez más a donde estábamos, a mí me entra un sigiloso miedo ya que se notaba un poco mal humorado. Era uno de los vendedores de Bavaria, este día no le había ido muy bien en su trabajo pues los habían asaltado llevándose todo el dinero recaudado, él era la persona encargada de recibir el dinero y entregar la mercancía a los clientes.

Al entrar nos saluda de lejos y sigue para el baño, sin darse cuenta de nuestra linda lavandería, nosotros seguimos jugando normalmente. Mi padre después de salir del baño se dirige al patio donde nos encontrábamos jugando, nos pregunta que, si mi mamá nos dio almuerzo con un tono de voz bastante seco y serio, al bajar la mirada se da cuenta del talco e inmediatamente se transforma y nos comienza a gritar, lleno de furia que se podía ver en sus ojos, me toma del cabello y de un solo jalón me baja de la silla haciéndome llegar al suelo, me sacude del cabello gritando que porque había hecho eso. Luego toma a mi primo de un brazo y lo lleva a jalones hasta el cuarto donde le pega un par de coscorriones y lo encierra, yo me encontraba afuera llorando con miedo a saber que seguía para mí ya que era claro que aún no acababa conmigo.

Después de salir me toma nuevamente del cabello jaloneándome de un lado a otro, restregándome la ropa con talco en la cara, gritando groserías y amenazas contra mí,

luego me alcanza a pegar un par de cachetadas y golpes en el cuerpo, antes que bajara don Alejandro a tratar de calmarlo y de hacerlo ver que estaba haciendo, pues parecía como si lo hubiera poseído el demonio, pegándole a una niña de cinco años sin compasión por una travesura que se podía arreglar de otra manera. Don Alejandro me logra quitar de sus manos, mi padre lo insulta y lo trata de sapo, luego se dirige a su cuarto y se encierra.

Mi primo y yo fuimos rescatados, nos sube al segundo piso y doña Maribel con cara de susto nos revisa para saber que todo está en orden y que nada está roto, luego nos presta cualquier prenda ya que los dos nos habíamos orinado. Nos llenan de abrazos y caricias diciéndonos que todo iba a estar bien. Poco después llega mamá con un instinto que le decía que algo había ocurrido, con tan solo cruzar la puerta lo afirma e inmediatamente me comienza a llamar, don Alejandro le indica que estamos arriba, ella sube rápidamente y al verme, sus lágrimas se resbalan por su rostro.

Nos pide perdón por habernos dejado hay y que esto hubiera ocurrido, se responsabiliza de todo. Poco después se aleja un poco de nosotros para escuchar que ocurrió relatado por don Alejandro, aquel que cierra su discurso con un “**es mejor que vivan solos**”, ya que en algunas ocasiones habían escuchado las discusiones entre mi madre y mi padre.

Aterrorizados no sabemos qué hacer, mi madre junto a mi hermano baja y le preguntan el porqué de esos golpes a mi padre, entran en una nueva discusión y mi hermano prefiere sacar a mi madre de allí pues podría terminar peor.

Al terminar el día, mi hermano, mi primo, mi madre y yo resultamos en un mismo cuarto mirando cómo nos acomodamos para por lo menos tratar de pasar una linda noche todos juntos.

Desde ese momento le temí a mi padre, al ver su parte que en ese momento yo creía la peor, al ver sus ojos llenos de odio, al sentir sus golpes en mi cuerpo. Nunca más le



volví a tomar confianza un cien por ciento, aunque era la niña de sus ojos y seguimos juntos como familia siempre tuve miedo de que volviera a pasar, que algún día no le fuera bien en su trabajo y llegara a desquitarse con cualquiera de nosotros. Porque a pesar de saber que había hecho una pilatuna al tomar los polvos, siempre supe que sus golpes no eran por eso, sino la forma como se desahogó de su mal día. Así lo sentí.



UNIVERSIDAD PEDAGOGICA  
NACIONAL  
*Educadora de Educadores*



*Ilustración 7. 22 de octubre del 2019 - Dolor.*

#### 4. Conclusiones

Tras mi experiencia en este proceso, me es difícil dar conclusión a lo inconcluso ya que el camino construido hasta el momento me ha ayudado a fortalecerme desde diferentes ámbitos personales, zambulléndome cada vez más en este sendero, encontrando en cada paso nuevas respuestas, siento la necesidad de afirmar que el ocio es parte fundamental de nuestra construcción como seres humanos y potencia nuestra esencia desde un espacio gratificante y significativo, resaltando que una vez se reconozca este como parte especial de nuestro ser y estar en la vida, se ancla de manera absoluta, negando la separación de la misma. Por tanto, no es algo que tiene un principio y un fin, sino que más bien se va encontrando diferentes respuestas que te llevan a enriquecerte día a día. es un proceso continuo y permanente. A continuación, resaltare los aspectos más significativos encontrados tras el análisis de este.

En primer lugar, el encontrarme con esta carrera, me ha permitido explorar desde otros aspectos que tal vez no había tenido en cuenta como importantes e infaltables en mi ser. dichos aspectos que me reconfortan principalmente como mujer, como bailarina, como hija y como docente, donde ahora reconozco la importancia de buscar y tener espacios-tiempos de ocio, no solo para resistir al dolor que emana de las diferentes circunstancias de la vida, y en este caso específico para dar pecho a la violencia intrafamiliar enmarcada en mi camino, sino también para tener la posibilidad de una mejor calidad de vida, una mejor relación con mi entorno familiar y social desde el disfrute de la misma. Por ello pienso que, los que nos hemos dado la oportunidad de ver el mundo desde otro lugar, es decir cómo Licenciados en Recreación y Turismo, tenemos el deber de comprometernos a contribuir y construir ambientes a partir de espacios de confianza, de tranquilidad, de análisis, de confrontación, de comprensión, de placer, de alegría, de felicidad entre otros. Donde el goce de los mismos permite a este campo ser el medio para el descubrimiento de estos sentires, resaltando para este trabajo de grado el carácter dialógico, expresado a partir de diferentes manifestaciones recreativas como parte fundamental en este proceso, partiendo de la

indagación personal, como un primer paso, que permite el despliegue hacia el descubrimiento de eso que nos atañe como personas y que logra permear distintos ámbitos de nuestra vida diaria, por consiguiente, adoptamos diferentes formas de colocarnos frente al mundo. Es por esto, que la historia de vida como un dispositivo metodológico de investigación en recreación, establece un puente entre el investigador y el fenómeno investigado, teniendo en cuenta todas sus subjetividades en la medida en que estas van a ser parte de él. Por tanto, quisiera postular aquí la siguiente pregunta ¿Por qué el uso de la historia de vida es tan valioso para un profesional en Recreación y Turismo?

Este proceso que indiscutiblemente sigue en construcción, permite registrar la historia de vida como una herramienta metodológica que reconoce otras formas de estar en la vida, otros canales de dialogo, diferentes formas de tramitar eso que incomoda internamente y que en muchas ocasiones logra anular a la persona, aportando al profesional en recreación a construirse como sujeto, consiguiendo establecer capacidades pedagógicas, formativas y educacionales diferentes a las establecidas comúnmente. Es decir, en general el estudiante como tal, no es tenido en cuenta en su proceso académico ya que todo el contenido esta previamente elegido y expuesto como un conducto de repetición. Es aquella persona que llega al ámbito educativo, le entregan cierta cantidad de información, pero su ser y estar en el mundo no es tenido en cuenta, con ello, obteniendo formar en habilidades y contenidos para ejercer su profesión, pero el sentido crítico que da cuenta de cómo se está parando frente al mundo y como se va a parar como sujeto en la vida queda muchas veces invalido y falta de desarrollo. Por esto la historia de vida podría ser utilizada durante el proceso mismo de formación, no solo para una investigación en particular, sino para abrir la mirada y el campo recreativo hacia otros horizontes, logrando establecer nuevos métodos de análisis, de creación de espacios, de crítica y de formación, teniendo en cuenta todas las dimensiones lúdicas del ser humano, es decir donde la recreación y los profesionales en el campo no solo faciliten y garanticen el aprendizaje de las

estructuras de conocimiento de la educación formal, sino que diseñen y ejecuten las mediaciones propias del campo, orientadas al sentir individual y a esa historicidad que nos hace parte del algo. Cuando no hay conciencia de lo que cada quien es, hace que lo que traigas encima se refleje en la formación que darás en un futuro, como seres humanos hacemos parte de un espacio, de una vivencia y cuando estamos posibilitando procesos de recreación hacemos parte de ese mundo que se crea para que la persona decida recrearse o no.

Continuando con el reconocimiento de los aspectos más importantes que arroja esta investigación, se encuentra la ruta metodológica construida durante aproximadamente dos años, la cual ha estado llena de resquebrajamiento en algunos momentos, pero me ha llevado a comprender como la violencia intrafamiliar me ha marcado y me ha construido frente a la vida y a los diferentes ámbitos que la permean, posibilitando herramientas fundamentales que permiten enfrentarlo. Hay que resaltar que el proceso para cada persona es completamente diferente, ya que parte del reconocimiento de los espacios de ocio de cada quien, no obstante, se realizó una ruta la cual se ajusta a las distintas formas de reconocimiento personal, en la que se comienza a partir de la pregunta exploratoria de sí mismo y su entorno más próximo, generando un dialogo interno que se expresa a través de la escritura, que por lo general comienza a construirse a partir de diferentes momentos enmarcados en la infancia. Esta primera parte es muy morfológica, donde se relevan usualmente los acontecimientos que han sido significativos para uno y por esto mismo cuesta trabajo expresarlo.

Este primer encuentro puede estar lleno de superficialidades, por ello es necesario seguir escudriñando, retornar las veces que sea necesario, entendiendo este espacio como lo que da cuenta de lo que somos, de lo que nos ha pasado y de nuestra historicidad, en la que cada vez que hay una devolución el episodio es más intenso pero también más racional, estimulando un encuentro con el desahogo y un sentimiento de liberación, identificando así, cada vez más el mecanismo de la misma.



De la mano con este proceso de retorno se abre la posibilidad de compartir por medio de la palabra, esos momentos y sentires, encontrando nuevas devoluciones que ayudan a fortalecer otros ámbitos. Por eso es importante el acompañamiento no solo para la creación de categorías, sino que además de ello, se logre identificar un camino que ayude a confrontar y a razonar eso que sientes; el hablar con otra u otras personas permite tramitar mucho más la categoría sin que necesariamente sea terapéutico, puesto que este despliegue de emocionalidades es mucho más fácil de llevar en conjunto, por esto, es tan importante que estos procesos no sean en solitario para la persona implícita, ya que se tocan fibras demasiado sensibles y al descubrir esos sentires, esta quién te aterriza y dice qué vas hacer con eso.

Ahora bien, quisiera hacer la aclaración de que no es suficiente escribir la historia de vida, el retornar, para generar conocimiento sobre sí, significa procesos de reflexión y de construcción de categorías comprensivas, estas percibidas en virtud de algo que lo nuclea, es eso que logra predeterminar tu accionar frente a ciertas situaciones cotidianas de la vida desde un sentimiento que atraviesa todo tu ser. No es solamente la modificación de la experiencia como fuente única de conocimiento, es decir, si yo no hago una reflexión sobre esa devolución que hice sobre mí, para poder contar que fue lo que paso, como paso, que sentí y de más, es necesario la vinculación con el sentir, de lo contrario la narrativa se queda en narrativa relato y esta no podría generar los diferentes logros aquí establecidos. Para llegar a esa conclusión se debió tener en cuenta todos los ámbitos que rodean esta investigación, es decir, todo aquello que comprende cada pregunta realizada, cada historia, cada lienzo y cada uno de los sentires y emociones relevadas. Descubrimiento que es importante en la medida en que se logre reconocer o puntualizar esos mecanismos que desde mis ámbitos personales como la familia, la escuela, el trabajo etc. Fueron claves para lograr categorizar cuales eran las cosas que me causaban insatisfacción y cuáles no. Cada categoría se vuelve dispositivo, el cual puede generar un camino claro hacia la

formación del sujeto desde estos ámbitos metodológicos propiciados desde el campo recreativo.

También, me parece importante resaltar el uso cuidadoso y respetuoso de esta herramienta, ya que abre canales sensibles en el sujeto. La historia de vida comúnmente se utiliza de forma muy instrumental, pero para esta investigación este elemento tiene una implicación directa con todo aquello que envuelve la dimensión humana, por ello si se le da un mal uso podría abrir canales que conllevan a una negación aun mas fuerte de su propia historia.

Por último, si bien el trabajo es de manera personal la apuesta siempre fue, pensar en ayudar o trabajar, con personas que han sido víctimas de violencia, no solamente intrafamiliar, sino víctimas de violencia en general, que es evidentemente un camino inconcluso en términos emocionales, pero que explorar la historia de vida como elemento teórico - metodológico, me permitió entender que la cotidianidad de los seres humanos es fundamental, identificando que estos espacios son parte esencial para seguir viviendo, reconociéndolas como un elemento infaltable de su vida y de lo que es la vida, afirmando que no es una cosa donde suceden eventos extraordinarios y ya, sino que es la cotidianidad misma la que nos permite ir construyendo elementos muy puntuales que hacen que resistamos.

Ahora bien la elección de trabajar sobre mi experiencia personal, no significa, que este desvinculada de mi trabajo con mujeres que también me han abierto sus puertas y me han contado su sufrimiento, por ello como parte de un segundo momento de esta ruta, se propone quizás, abordar otras personas, privilegiando a las mujeres sin irme a un dialogo feminista sino más bien por sororidad, ya que como se mostró en el trabajo investigativo de la violencia intrafamiliar expuesta dentro del trabajo, las mujeres seguimos siendo estadísticamente las más afectadas por este fenómeno, por esto en un primer momento decidí trabajar sobre sí misma, para así posibilitar bajo la experiencia adquirida muchos más elementos enriquecedores y pensar en un proceso



pedagógico más desde la cotidianidad, desde los sentimientos, desde las emociones, comprendiendo que esto hace parte fundamental de la vida de los seres humanos.

Para cerrar quisiera dejar expuestas dos preguntas que dan lugar a un desarrollo futuro dentro de esta investigación.

- Como Licenciada en Recreación y Turismo e investigadora del campo ¿Cuál es la apuesta ética y política del campo de la recreación, en relación con la mujer y con las brechas asociadas a la violencia contra cualquier otra persona?
  - ¿Qué tiene que ver la recreación con el patriarcado y el machismo?
-

## 5. Referencias

- Arriaga, C. (2017). La experiencia de ocio de mujeres latinoamericanas. Oaxaca de Juárez, Mexico: casa de las preguntas.
- Arfuch, L. (2010). El espacio biográfico, dilemas de la subjetividad contemporánea. Buenos aires, Argentina: Fondo de cultura económica.
- Cárdenas, A. (2015). El cuerpo como confluencia de los lenguajes artísticos. Reflexión académica en diseño y comunicación. Recuperado de <https://fido.palermo.edu/>
- Callejas Pérez, M. (2017). Mujer cigarra. Arriaga Rodríguez, C. E. (Coord.) La experiencia de ocio en mujeres latinoamericanas. (pp. 69 – 78) Oaxaca: Casa de las preguntas.
- Castañeda Pérez, M.J. (2018). Antígona tribunal de mujeres: poética para una memoria reparadora (Trabajo de grado, Pontificia Universidad Javeriana). Recuperado de <https://repository.javeriana.edu.co/>
- Chárriez, M. (2012). Historia de vida: una metodología de investigación cualitativa. Universidad de puerto rico, recinto de piedras. Puerto rico, revista griot.
- Cuenca, C. M. (2004). Pedagogía del ocio: modelos y propuestas. Bilbao, España: Ipar.  
Congreso de Colombia. (4 de febrero de 2008). Artículo 2 [Capítulo 1]. Ley 1257.
- Cuervo, M. M. & Martínez, J. F. (2013), descripción y caracterización del ciclo de violencia que surge en la relación de pareja. Revista tesis psicológica, 8 (1), 80-88.
- Mendoza, L. M. (1973). Los diarios secretos de las chicas (in) completas. Bogotá, Colombia, Panamericana.
- Mesa, G. (1998). La recreación como proceso educativo. Centro de documentación virtual, en Recreación, Tiempo libre y Ocio. Recuperado de <http://www.redcreacion.org/documentos/congreso5/GMesa.htm>
- Munné, F. (2017). Psicología del tiempo libre: un enfoque crítico. Buenos aires, asociados.
- Osorio, E. (2017). La mujer siempre construyéndose. Arriaga Rodríguez, C. E. (Coord.) La experiencia de ocio en mujeres latino americana. (pp. 9 – 33) Oaxaca: casa de las preguntas.
- Osorio, E. (2016). Recreación: exigencias metodológicas para una vivencia transformador “un nosotros productores de realidad”. Bogotá, D.C. casa de las preguntas.

- Pérez, J. Merino, M. (2010). Definición de historia de vida. Recuperado de <https://definicion.de/historia-de-vida/>
- Rivero, R. Sánchez, F. (2004). Economía. Determinantes, efectos y costos de la violencia intrafamiliar en Colombia. Cede, recuperado de <https://economia.uniandes.edu.co/>
- Secretaría de cultura, recreación y deporte. (2011). Observaciones de ciudad. Recuperado de: <https://www.culturarecreacionydeporte.gov.co/>