

**MATERIAL, LENGUAJE Y  
ACTITUDES COEDUCATIVAS.  
EMOCIONES E IGUALDAD.**

**CÓRDOBA, 26 Y 27 DE OCTUBRE**

**MARÍA DOMÍNGUEZ, profesora y escritora,  
formadora en temas relacionados con la Igualdad, la  
Violencia de género y la defensa de la conciliación y la  
mujer.**

# MATERIALES PARA TRABAJAR LA COEDUCACIÓN.

## INTRODUCCIÓN.-

A lo largo de estas líneas trataremos de reflexionar sobre el origen de las desigualdades entre hombres y mujeres, sobre los mensajes que nos han llegado hasta nuestros días y que han hecho que esas desigualdades se hayan ido acrecentando, aunque en muchos casos han ido disminuyendo, comprobaremos que queda mucho camino por recorrer.

Vamos a reflexionar sobre la importancia de conocer, gestionar y expresar las emociones de cada uno, para así prevenir conductas agresivas o mal gestionadas que lleven a la violencia de género.

Pensar que existe ya la igualdad de oportunidades para hombres y mujeres, creer que el sexismo es un fenómeno del pasado, dificulta la realización de un análisis profundo y acertado de la realidad (expresiones del género masculino como “otra vez estáis con lo de la igualdad, vaya lo pesadas que os ponéis siempre con lo mismo, qué más queréis con todo lo que tenéis ya”...)

Eliminar la discriminación sexista para conseguir una mejor convivencia entre hombres y mujeres, favoreciendo la igualdad real de oportunidades, así como facilitar un desarrollo personal integrado, deben ser finalidades inherentes al proceso educativo y social.

Debemos contribuir a superar la discriminación y prejuicios sexistas. Pero antes de contribuir a superar esa discriminación, debemos conocer todo lo que nos queda por hacer. Todos formamos parte de esa plataforma para provocar cambios en profundidad de las estructuras y de las prácticas sociales no deseables, y cualquier miembro de nuestra sociedad desempeñamos un papel fundamental como agentes de cambio, especialmente si adoptamos actitudes activas y comprometidas. No sólo transmitimos lo que sabemos, sino también lo que pensamos, sentimos y queremos.

La sociedad y las familias, son el verdadero núcleo donde pueden ir gestándose situaciones de desigualdad o de cambio que vayan haciendo que nuestra sociedad se encamine poco a poco a conseguir la igualdad plena entre hombres y mujeres.

Debemos ser conscientes que el sexismo existe y todos somos protagonistas de la educación integral de las personas para que desarrollen todas sus capacidades, para construir colectivamente el mundo que debemos compartir.

Como ya dijo Clara Campoamor, “*la igualdad en el poder se considera el símbolo para el resto de las desigualdades, laboral y privada, porque de la toma de decisiones en política derivan el resto de las posibilidades de cambio social*”. Debemos conseguir llevar la igualdad al espacio de lo público y al espacio de lo privado, y exigir la presencia y el reconocimiento de la autoridad de las mujeres en todos los contextos y en todos los ámbitos de la vida.

\*\*\*\*\*

## CUESTIONARIO.-

SEXO \_\_\_\_\_ EDAD \_\_\_\_\_

Lo mejor de ser hombre es \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Lo peor de ser hombre es \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Lo mejor de ser mujer es \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Lo peor de ser mujer es \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\*\*\*\*\*

## ¿CUÁL SERÁ LA PRÓXIMA REVOLUCIÓN? Eduardo Punset.

Hay una gran mayoría de científicos convencidos de que la próxima revolución, la que cambiará nuestras vidas hasta límites irreconocibles, será la fusión de la biología, que ya ha empezado. Esta revolución avanza a pasos agigantados, pero yo estoy convencido de dos cosas: de que no será la más importante y de que le va a ganar la partida otro tipo de transformación que se expresará, a la vez, más profunda y lentamente.

¿Por qué digo eso? Les pido a mis lectores que cierren los ojos un instante e imaginen la actividad que peor funciona de todas las prestaciones universalizadas: la justicia, la seguridad ciudadana, la enseñanza, la sanidad, el ocio, el transporte o la asistencia social a ancianos y necesitados. Otros y yo hemos hecho esta prueba en contextos sociales muy diversos. Pues bien, por ello puedo anticiparles el resultado de su experimento. Son muy pocos los que aludirán a la educación o la enseñanza como la actividad que atraviesa la crisis más grave.

Y, sin embargo, es, a mucha distancia de las demás, la que menos está respondiendo a las exigencias de las sociedades modernas. Tenemos un sistema educativo instalado en la Prehistoria, intuimos ahora que la reforma educativa de los próximos 50 años a nivel mundial se caracterizará por una reforma radical de la profesión de maestro. Lejos de ser una profesión liviana, la de maestro será una carrera con un contenido más profesional y complejo que cualquier otra.

Lo que está aflorando del análisis en curso es que el objeto de la reforma no es tanto alterar la complejidad de las clases globalizadas, ni la propia sociedad, como la categoría de los maestros, que verán sus objetivos transformados. El objetivo no será cambiar las clases, que, a veces, fruto del proceso de globalización, parecen una reunión de 30 jóvenes con problemas mentales gritando a sus maestros. Tampoco podemos cambiar de la noche a la mañana las asociaciones de padres que parecen compaginar un desinterés inaudito por la educación de sus hijos con cierta agresividad contra el profesorado.

¿Cuál será, pues, a partir de pasado mañana, la misión de los sistemas educativos en el futuro? ¿Formar especialistas? NO. La reforma de la enseñanza se propondrá dimensionar ciudadanos en un mundo globalizado.

Los esfuerzos venideros en materia educativa apuntarán a reformar los corazones de la infancia y la juventud, olvidados por la obsesión exclusiva en los contenidos académicos. ¿Cómo se consigue alcanzar esta misión? Cumpliendo estos dos objetivos. UNO: aprender a gestionar la diversidad de las aulas modernas a las que ha cambiado profundamente su cariz la globalización. Se trata de fomentar la inteligencia social y no sólo la individual, hacer que sirva para concatenar cerebros dispares y distintos, tomando buena nota de sus diferencias étnicas, culturales y sociales.

Simultáneamente – y éste será el otro objetivo- resultará imprescindible que los maestros FOMENTEN EL APRENDIZAJE DE LAS EMOCIONES POSITIVAS Y NEGATIVAS, que son comunes a todos los individuos y previas a los contenidos académicos destilados a la infancia; es decir, APRENDER A GESTIONAR LO QUE NOS ES COMÚN A TODOS. Se trata de enseñar a los jóvenes a gestionar la rabia, la pena, la agresividad, la sorpresa, la felicidad, la envidia, el desprecio, la ansiedad, el asco, la alegría.

Al profundizar en el sistema de enseñanza del futuro, estamos constatando que, lejos de ser la profesión de maestro una de las más livianas, es ya, sin lugar a dudas, la más compleja y sofisticada de todas ellas. ¿Cómo ha podido la sociedad, los propios educandos y las instituciones hacer gala de tanta ceguera?

\*\*\*\*\*

## **FICHA 1. SENTIMIENTOS.**

**EXPRESAR NUESTROS SENTIMIENTOS, GESTIONAR NUESTRAS EMOCIONES, ENCAUZAR LA IRA, LA RABIA, LA SORPRESA, SABER REACCIONAR ANTE SITUACIONES INESPERADAS...**

Leer y escribir son dos actividades que pueden ayudar mucho a conseguir estos objetivos, que son, en definitiva, los que nos harán ser personas íntegras y completas.

**HOY ME SIENTO... (Para escribir sobre nuestro estado de ánimo)**

**Lee con atención los siguientes estados de ánimo:**

*Aburrido, agradecido, alegre, alterado, amable, antipático, asqueado, asustado, aterrorizado, avergonzado, cariñoso, contento, deprimido, desanimado, desesperado, disgustado, divertido, encantado, enfadado, entretenido, entusiasmado, espantado, encolerizado, feliz, fracasado, desmoralizado, frustrado, furioso, inseguro, irritado, malhumorado, miedoso, molesto, nervioso, pesimista, preocupado, rabioso, rechazado, satisfecho, querido, seguro, simpático, solitario, temeroso, tenso, tierno, tímido, tranquilo, triste, valiente.*

En la siguiente situación que se describe brevemente, piensa cómo te sentirías. Escríbele un e-mail a un amigo o amiga contándole lo que te ha sucedido y diciéndole cómo te has sentido, y los sentimientos o emociones que has experimentado o estás experimentando.

**1) Tu pareja, que está sin trabajo, te comunica eufórico/a que lo han llamado de una empresa en Londres y le firman un contrato por un año con un sueldo excelente. Compartirá un piso con amigos/as, entre los/as cuales se encuentra su anterior pareja.**

## **FICHA 2. SENTIMIENTOS.**

**EXPRESAR NUESTROS SENTIMIENTOS, GESTIONAR NUESTRAS EMOCIONES, ENCAUZAR LA IRA, LA RABIA, LA SORPRESA, SABER REACCIONAR ANTE SITUACIONES INESPERADAS...**

Leer y escribir son dos actividades que pueden ayudar mucho a conseguir estos objetivos, que son, en definitiva, los que nos harán ser personas íntegras y completas.

**HOY ME SIENTO... (Para escribir sobre nuestro estado de ánimo)**

**Lee con atención los siguientes estados de ánimo:**

*Aburrido, agradecido, alegre, alterado, amable, antipático, asqueado, asustado, aterrorizado, avergonzado, cariñoso, contento, deprimido, desanimado, desesperado, disgustado, divertido, encantado, enfadado, entretenido, entusiasmado, espantado, encolerizado, feliz, fracasado, desmoralizado, frustrado, furioso, inseguro, irritado, malhumorado, miedoso, molesto, nervioso, pesimista, preocupado, rabioso, rechazado, satisfecho, querido, seguro, simpático, solitario, temeroso, tenso, tierno, tímido, tranquilo, triste, valiente.*

En la siguiente situación que se describe brevemente, piensa cómo te sentirías. Escríbele un e-mail a un amigo o amiga contándole lo que te ha sucedido y diciéndole cómo te has sentido, y los sentimientos o emociones que has experimentado o estás experimentando.

\*\*\*\*\*

**Marta vive con su marido y sus hijas, sola, en una ciudad nueva. La chica que le cuidaba a los gemelos de un año, se ha puesto enferma y no volverá en mucho tiempo. Ella necesita desesperadamente encontrar a alguien.**

**Le ha pedido a su marido que se quede en casa un par de días – ya que su trabajo se lo permite mucho más que a ella- algo a lo que Andrés se ha negado totalmente.**

**Ella ha tenido que pedir tres días de asuntos propios para quedarse en casa con los niños y también buscar a alguien.**

**Cuando se le agota el tiempo, Marta recibe la visita de una vecina que se ha enterado de la situación y que le dice que su hermano Emilio, diplomado en magisterio en paro, está dispuesto a hacer de canguro.**

## **FICHA 3. SENTIMIENTOS.**

**EXPRESAR NUESTROS SENTIMIENTOS, GESTIONAR NUESTRAS EMOCIONES, ENCAUZAR LA IRA, LA RABIA, LA SORPRESA, SABER REACCIONAR ANTE SITUACIONES INESPERADAS...**

Leer y escribir son dos actividades que pueden ayudar mucho a conseguir estos objetivos, que son, en definitiva, los que nos harán ser personas íntegras y completas.

**HOY ME SIENTO... (Para escribir sobre nuestro estado de ánimo)**

**Lee con atención los siguientes estados de ánimo:**

*Aburrido, agradecido, alegre, alterado, amable, antipático, asqueado, asustado, aterrorizado, avergonzado, cariñoso, contento, deprimido, desanimado, desesperado, disgustado, divertido, encantado, enfadado, entretenido, entusiasmado, espantado, encolerizado, feliz, fracasado, desmoralizado, frustrado, furioso, inseguro, irritado, malhumorado, miedoso, molesto, nervioso, pesimista, preocupado, rabioso, rechazado, satisfecho, querido, seguro, simpático, solitario, temeroso, tenso, tierno, tímido, tranquilo, triste, valiente.*

En la siguiente situación que se describe brevemente, piensa cómo te sentirías. Escríbele un e-mail a un amigo o amiga contándole lo que te ha sucedido y diciéndole cómo te has sentido, y los sentimientos o emociones que has experimentado o estás experimentando.

\*\*\*\*\*

**La semana pasada estuve hablando con Sofía y pasamos un rato muy agradable. Tuve la sensación que quería decirme que yo le gustaba, aunque no se decidió. Pensé que era cuestión de tiempo. He estado toda la semana haciéndome ilusiones y soñando con el momento de volver a verla. Hoy al llegar al parque, la he visto besándose con César.**

## **FICHA 4. SENTIMIENTOS.**

**EXPRESAR NUESTROS SENTIMIENTOS, GESTIONAR NUESTRAS EMOCIONES, ENCAUZAR LA IRA, LA RABIA, LA SORPRESA, SABER REACCIONAR ANTE SITUACIONES INESPERADAS...**

Leer y escribir son dos actividades que pueden ayudar mucho a conseguir estos objetivos, que son, en definitiva, los que nos harán ser personas íntegras y completas.

**HOY ME SIENTO... (Para escribir sobre nuestro estado de ánimo)**

**Lee con atención los siguientes estados de ánimo:**

*Aburrido, agradecido, alegre, alterado, amable, antipático, asqueado, asustado, aterrorizado, avergonzado, cariñoso, contento, deprimido, desanimado, desesperado, disgustado, divertido, encantado, enfadado, entretenido, entusiasmado, espantado, encolerizado, feliz, fracasado, desmoralizado, frustrado, furioso, inseguro, irritado, malhumorado, miedoso, molesto, nervioso, pesimista, preocupado, rabioso, rechazado, satisfecho, querido, seguro, simpático, solitario, temeroso, tenso, tierno, tímido, tranquilo, triste, valiente.*

En la siguiente situación que se describe brevemente, piensa cómo te sentirías. Escríbele un e-mail a un amigo o amiga contándole lo que te ha sucedido y diciéndole cómo te has sentido, y los sentimientos o emociones que has experimentado o estás experimentando.

### **SITUACIÓN Nº 4**

**Carlos ha estado hablando con Joaquín, su mejor amigo. Lo ha encontrado muy mal porque Amalia lo ha dejado después de cuatro años de relaciones. Le ha dicho que se ha cansado, que ya se ha acabado “la chispa”. Joaquín dice que no lo entiende, pero que lo que no soportaría sería enterarse que lo ha dejado porque se ha enamorado de otro. Si se entera de eso, “machaca” al tío que se la haya quitado.**

## **FICHA 4. SENTIMIENTOS.**

**EXPRESAR NUESTROS SENTIMIENTOS, GESTIONAR NUESTRAS EMOCIONES, ENCAUZAR LA IRA, LA RABIA, LA SORPRESA, SABER REACCIONAR ANTE SITUACIONES INESPERADAS...**

Leer y escribir son dos actividades que pueden ayudar mucho a conseguir estos objetivos, que son, en definitiva, los que nos harán ser personas íntegras y completas.

**HOY ME SIENTO... (Para escribir sobre nuestro estado de ánimo)**

**Lee con atención los siguientes estados de ánimo:**

*Aburrido, agradecido, alegre, alterado, amable, antipático, asqueado, asustado, aterrorizado, avergonzado, cariñoso, contento, deprimido, desanimado, desesperado, disgustado, divertido, encantado, enfadado, entretenido, entusiasmado, espantado, encolerizado, feliz, fracasado, desmoralizado, frustrado, furioso, inseguro, irritado, malhumorado, miedoso, molesto, nervioso, pesimista, preocupado, rabioso, rechazado, satisfecho, querido, seguro, simpático, solitario, temeroso, tenso, tierno, tímido, tranquilo, triste, valiente.*

En la siguiente situación que se describe brevemente, piensa cómo te sentirías. Escríbele un e-mail a un amigo o amiga contándole lo que te ha sucedido y diciéndole cómo te has sentido, y los sentimientos o emociones que has experimentado o estás experimentando.

### **SITUACIÓN Nº 5**

**Carmen tiene 16 años y está locamente enamorada de Ernesto. Él todos los días le pide el móvil para saber si alguien le ha enviado algún sms, y todos los días a diez de la noche “la obliga” a que se conecte al tuenti para charlar, aunque ella tenga exámenes y le diga que no tiene tiempo. Si no lo hace, se enfada. A veces todo esto a ella la agobia un poco, pero por otro lado, piensa que eso es por el gran amor que él tiene hacia ella.**

## POEMA PARA REFLEXIONAR SOBRE LAS EMOCIONES Y LA “INCAPACIDAD” MASCULINA PARA EXPRESARLAS

### A ANDRÉS

Atreverte ¿Por qué no?  
A viajar por los caminos del tiempo,  
a andar descalzo por el césped o la arena,  
a pasear por la playa durante dos minutos de su mano ,  
a vivir ese sueño transparente con el que jugar y hacer música,  
a decir “me he emocionado”,  
a decir “me muero por verte”  
a decir “quiero empezar de nuevo”  
a decir “me encantaría abrazarte ahora”  
a decir “siento lo mismo que tú”,  
a decir “aún estoy a tiempo”,  
a decir “me gusta acariciarte”,  
a decir “viajo a la luna cada vez que te veo”...

Atreverte ¿Por qué no?  
A mirarte en el espejo y verte como eres,  
aceptándote tal cual,  
sin mentiras, sin ropa, sin miedos,  
en una total desnudez  
que te permita sonreírte a ti mismo  
y decirle a los demás que a tus muchos años  
crees haber descubierto, por fin,  
algunas de tus debilidades  
y que a partir de ahora no lucharás contra ellas  
sino que permitirás que sean tus compañeras de viaje para siempre  
diciendo en cada momento lo que deseas decir  
sin que eso se convierta en una lucha diaria con tu otro yo.

Atreverte ¿Por qué no?  
a aceptar que eres un hombre,  
eso sí, algo primitivo.

María Domínguez.

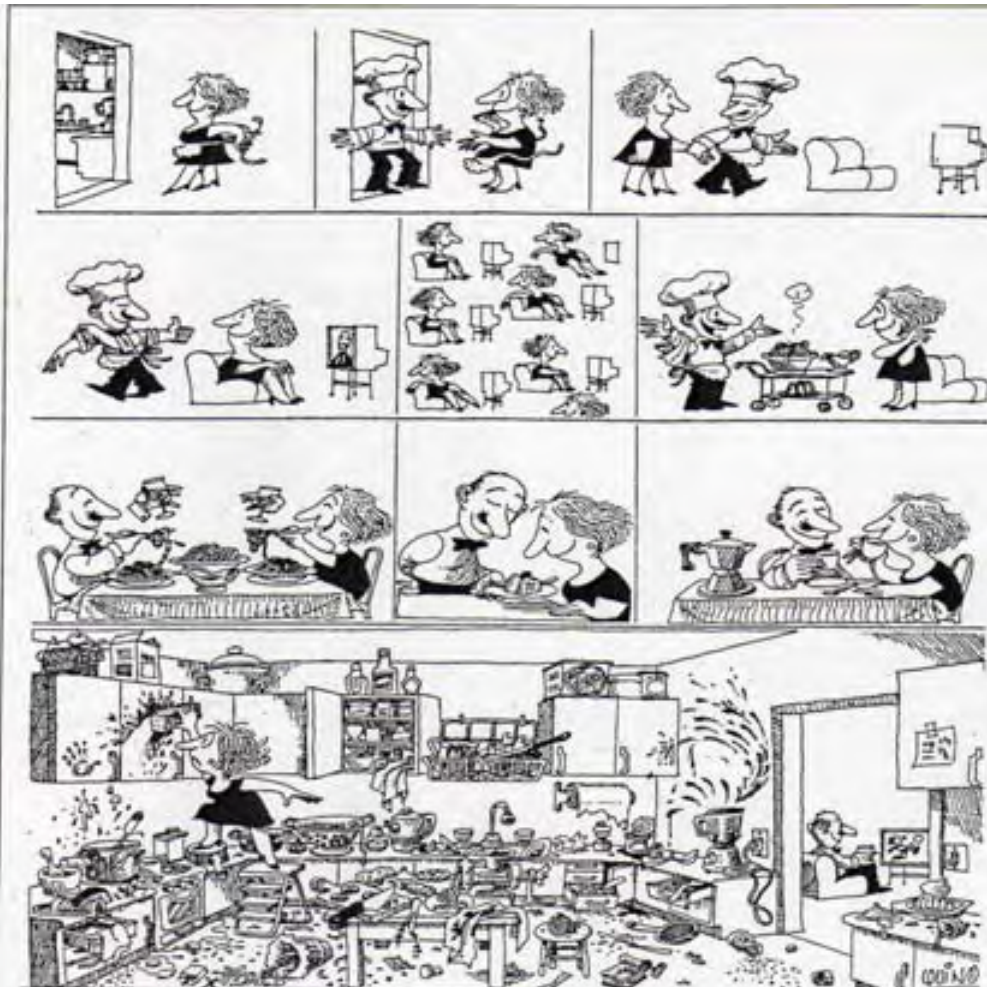
CÓMICS PARA COMENTAR Nº 1



CÓMICS PARA COMENTAR. NÚMERO 2



CÓMICS PARA COMENTAR. NÚMERO 3



\*\*\*\*\*

## **EL ÁRBOL DE LA IGUALDAD Y DE LOS DESEOS.-**

Actividad para realizar con el alumnado. Se dibujará un mural con un gran árbol y se colocarán las raíces que son necesarias para que el árbol de la Igualdad y de los deseos, dé su fruto.

Debajo se irán colocando los frutos de ese árbol. Cada niño puede tener una tarjeta. Los frutos del árbol anotados abajo pueden servir de ejemplo, pero entre todos pueden escribir más.

### **RAÍCES DEL ÁRBOL:**

**Independencia económica – igual salario – convivencia en paz- cultura – libertad- Igualdad – respeto – mismos derechos – responsabilidad-**

### **FRUTOS DEL ÁRBOL:**

- 1)La primera bofetada será la última.**
- 2)En casa repartimos las tareas de forma igualitaria.**
- 3)Mi padre cuida a mis abuelos mientras mi madre va al cine.**
- 4)No silencies el maltrato, ni el tuyo ni el de otra persona.**
- 5)Tolerancia cero hacia el maltratador.**
- 6)En Afganistán ya no tienen que usar el burka.**
- 7)En el último año no se ha producido ni una sola muerte a causa de la violencia de género.**
- 8)Las denuncias han terminado con sus golpes.**
- 9)La primera bofetada ha sido la última.**
- 10)El 99% de las mujeres tiene estudios medios o superiores.**
- 11)Quien bien te quiere, nunca te hiere.**
- 12)Nunca golpearán tus ilusiones.**

\*\*\*\*\*

## POEMAS QUE EMOCIONAN.

### AL CABO

*Al cabo, son muy pocas palabras  
que de verdad nos duelen, y muy pocas  
las que consiguen alegrar el alma.  
Y son también muy pocas las personas  
que mueven nuestro corazón, y menos  
aún las que lo mueven mucho tiempo.  
Al cabo, son poquísimas las cosas  
que de verdad importan en la vida:  
poder querer a alguien, que nos  
quieran  
y no morir después que nuestros hijos.*

Amalia Bautista, "Tres  
deseos" Editorial Renacimiento.

*Hay gente que con sólo decir una  
palabra  
enciende la ilusión y los rosales;  
que son sólo sonreír entre los ojos  
nos invita a viajar por otras zonas,  
nos hace recorrer toda la magia.  
Hay gente que con sólo dar la mano  
rompe la soledad, pone la mesa,  
sirve el puchero, coloca las guirnaldas,  
que con sólo empuñar una guitarra  
hace una sinfonía de entrecasa.  
Hay gente que con sólo abrir la boca  
llega a todos los límites del alma,  
alimenta una flor, inventa sueños,  
hace cantar el vino en las tinajas  
y se queda después, como si nada.  
y uno se va de novio con la vida  
desterrando una muerte solitaria  
pues sabe que a la vuelta de la esquina  
hay gente que es así, tan necesaria.*

Hamlet Lima Quintana.

# **CÓMO PONER EN PRÁCTICA LA COEDUCACIÓN EN SEIS PASOS.-**

## **1.- RECONOCIENDO QUE EXISTEN NIÑOS Y NIÑAS (y no dando por hecho que todo está conseguido).**

La coeducación llega a nuestros hogares, a la escuela, al mundo, cuando tomamos conciencia de que en la sociedad hay personas de los dos sexos, con distintos intereses, miradas, experiencias, saberes, pasado, circunstancias, y formas de expresarse, a los que debemos educar desde el respeto y el reconocimiento de sus derechos y obligaciones.

## **2.- CREAR ESPACIOS DE CONFIANZA Y RELACIÓN.**

Lo segundo es convertir cada espacio en un lugar de confianza que favorezca el crecimiento personal, relacional e intelectual. Debemos conseguir que los niños y niñas, hombres y mujeres abran las ventanas a la vida, que expresen sus sentimientos, sus emociones, sin importarles el sexo. Aprovechar cualquier oportunidad para acordar los compromisos, repartir las tareas de forma equitativa. Utilizar metodologías activas poner en valor las diferentes realidades y expresiones que tienen los niños y niñas.

## **3.- HABITAR EL ESPACIO Y EL TIEMPO.-(Con los dos sexos)**

Hagamos nuestro el espacio y el tiempo del hogar. Transmitirles la necesidad de expresarse (para eso, también nosotros debemos expresar nuestras emociones) y la transmitirle la importancia de saber escuchar. (\*Cada vez cuesta más escuchar. COCODRILO DANDI). Crear reglas de cuidado y responsabilidad desde pequeños. Es una forma de dejar de darle, poco a poco, el papel principal de cuidadora a la mujer: cuidadora de sus hijos, de su marido, de sus padres, o de sus suegros.

## **4.- RESCATEMOS LAS EXPERIENCIAS Y LOS SABERES DE LAS MUJERES EN TODAS LAS MATERIAS.-**

Informémonos y destaquemos, cada vez que podamos los logros de las mujeres y sus aportaciones al desarrollo de la humanidad (\*Nombres de aulas de un IES) Visibilicemos la realidad de las mujeres en la historia. Sus aportaciones en las matemáticas, el saber científico, la política, o el arte. Reconstruyamos la historia poniendo el acento en la vida cotidiana, dejando siempre muy claro la contribución de la mujer en la historia. (*\*La mágica máquina del espacio y del tiempo: La generación del 27 y sus mujeres olvidadas*)

## **5.- HABITEMOS EL LENGUAJE.**

Este paso hace referencia a las palabras que nombramos y que nos nombran. La lengua es una y los sexos son dos. El lenguaje nos ayuda a identificar que somos hombres y mujeres. Cuando utilizamos el neutro velamos la existencia de la mitad de la

humanidad. Por lo tanto, ambos debemos estar representados. Hablar, escribir, pensar en femenino y en masculino. Crear una realidad no sexista a través de las palabras donde hombres y mujeres estemos siempre presentes. (\*alumnado, profesorado, sociedad)

## **6.- ENSEÑARLES QUE EL RESPETO ES LA BASE DE TODA RELACIÓN Y UN ELEMENTO FUNDAMENTAL EN NUESTRA SOCIEDAD.**

Éste es uno de los pilares de la coeducación y de la prevención de la violencia de género. Es mucho más que evitar gestos y actitudes sexistas o de violencia, verbal o física. Implica valorar sentimientos, saber escucharlos y expresarlos de una forma justa, sin chantaje, aceptando los conflictos como posibilidad de crecimiento personal y colectivo. Para conocer los límites, poner en común lo que nos agrada y lo que nos hace daño. **(¿Con qué cosas nos sentimos bien, con cuáles no).**

\*\*\*\*\*

## **ACTIVIDADES DE SENSIBILIZACIÓN PARA REFLEXIONAR Y ACTUAR EN RELACIÓN.-**

### **1.- EL CUADERNO DE LAS MUJERES.-**

Se trata de contar la historia de las mujeres. Se trata de reflexionar sobre las mujeres que hemos conocido, de nuestra familia, o no, que hayan contribuido de una u otra manera a conseguir un paso más en el camino de la Igualdad, o que al menos con su aportación hayan logrado una sociedad mejor.

### **2.- LAS LABORES INVISIBLES.-**

En grupos hacemos un listado de todas las tareas de la casa: limpiar, cocinar, comprar, reponer las cosas, cuidar cuando alguien de la familia se pone enfermo... No olvidemos incluir las tareas de afecto y cuidado, como leer cuentos, escucharnos cuando volvemos del colegio, o llevarnos al parque o a los sitios de ocio. En una columna contamos las horas que se emplean para cada una de las acciones y en otra qué persona de la familia lo hace. Toda la clase reflexionará sobre la importancia de las labores de la casa.

### **3.- LA HISTORIA. –**

Reflexionar sobre cómo ha cambiado la historia de las mujeres y los hombres en las últimas generaciones. Comentar qué cambios más significativos se han producido.

### **5.- LA SILUETA.-**

Para analizar qué pensamos del otro sexo, dibujamos sobre papel continuo la silueta de un hombre y de una mujer. Recortamos la silueta. Con rotuladores, recortes de periódicos y cera dibujarán : en la cabeza, lo que piensan; en los ojos, lo que ven; en la boca, lo que hablan, en los oídos, lo que escuchan; en el corazón, lo que sienten; en las manos, lo que ofrecen; en los pies, por dónde caminan. Después se pondrá en común lo que ha surgido de cada grupo.

### **6.- LAS MANOS DE LOS SUEÑOS.-**

Cada asistente dibujará la silueta de su mano sobre un papel. En cada línea escribirá unas palabras con un deseo que exprese lo que espera de su vida, el trabajo, el amor, los sueños... Pegamos las manos en las paredes. Todas las manos expresarán los sueños.

### **7.- LA LÍNEA**

Se dibuja en el suelo una línea roja. En un lado un signo + y en el otro un signo - . Con cartulinas blancas deberán escribir cinco actitudes que esperan de las relaciones de pareja y cinco actitudes que no se deben tolerar. Cada grupo colocará las cartulinas en los lados de la línea positivas o negativas.

\*\*\*\*\*

## **PALABRAS IMPRESCINDIBLES.-**

### **FEMINISMO.-**

Con esta palabra nombramos los diversos movimientos de mujeres, que actúan desde más de tres siglos, tanto en la teoría como en la práctica, para erradicar toda forma de discriminación sexista, y destacan los conocimientos, experiencias y aportaciones de esa mitad de la humanidad, con el fin de que sus aportaciones beneficien al conjunto de la sociedad y ayuden a transformar el mundo en un lugar más justo, humano, solidario, sostenible y en paz.

El feminismo no es lo contrario de machismo. Este término considera que las relaciones deben basarse en el respeto. Reivindica que ningún sexo tenga poder sobre el otro. El feminismo defiende el reconocimiento de las diferencias entre hombres y mujeres en un marco de iguales derechos. La diferencia no implica desigualdad. Por ejemplo, cuando las mujeres acceden al mundo laboral o al conocimiento. Lo hacen desde una mirada y manera de actuar propias. La suma de múltiples posiciones aporta una mayor diversidad de opciones libres y vitales.

El feminismo beneficia al conjunto de la sociedad y representa el derecho de hombres y mujeres a participar en igualdad de condiciones en todas las esferas de la vida, pública y privada, cuestionando y desarrollando plenamente sus capacidades actuando con libertad y autonomía, construyendo vidas más plenas y enriquecedoras.

### **GÉNERO.-**

Hace referencia al aprendizaje de mujeres y hombres, de acuerdo con la cultura y la sociedad en la que vivimos. Es la expresión cultural de las diferencias biológicas (sexo) entre hombres y mujeres. Las actitudes machistas son una expresión de este aprendizaje cultural, por lo que podemos desaprenderlas y sustituirlas por modelos de relación basados en el respeto y el conocimiento mutuo.

### **COEDUCACIÓN.-**

Es un proceso intencionado de intervención que potencia el desarrollo de alumnos y alumnas partiendo de la realidad de dos sexos diferentes, y que persigue un desarrollo personal y una construcción social común y no enfrentada. Se trata de redefinir lo que entendemos por educación, más allá de saberes técnicos y académicos, para abarcar, también, la educación emocional y afectiva. No hay que confundir “coeducación” con “educación mixta”, pues el mero agrupamiento de niños y niñas en las aulas, aunque imprescindible, no garantiza una enseñanza más justa e igualitaria.

### **IGUALDAD Y DIFERENCIA.-**

Ser iguales no debe confundirse con ser idénticos. El problema no está en la diferencia, que es en sí algo natural, sino en la discriminación injusta. La igualdad nos abre un mundo de oportunidades y vivencias que tradicionalmente pertenecían a uno y otro sexo. Igualdad es construir relaciones equitativas entre los dos sexos, con el mismo valor, y distintas experiencias y miradas.

## IGUALDAD.-

¿Entonces de qué hablamos cuando nombramos la igualdad?

-De algo tan junto como ser tratados de la misma forma ante la ley.

-De algo tan importante como poder participar con las mismas oportunidades en todos los ámbitos de la sociedad.

-De algo tan imprescindible como no temer por tu vida ni por tu seguridad o la de las personas que quieres.

-De algo tan fundamental como no sufrir la discriminación o el acoso por cuestión de sexo.

-De algo tan valioso como sentir la autonomía y la libertad.

-De algo tan complejo como es construir relaciones basadas en el respeto.

-De algo tan sensato como compartir derechos y obligaciones en la vida personal, familiar, social y profesional.

- De algo tan importante como es reconocer que mujeres y hombres portamos valores, conocimientos y experiencias que hemos heredado de siglos de historia y que son imprescindibles para el desarrollo de la humanidad.

-De algo tan interesante como descubrir que podemos reinventarnos y ser todo lo que soñemos, sin sentir ningún obstáculo por el hecho de ser hombre o mujer.

-De algo tan especial como que todo ser humano pueda desarrollar todo su potencial afectivo, intelectual, artístico o físico.

Cuando hablamos de igualdad estamos hablando de todo eso. De vivir plenamente reconociendo toda nuestra experiencia, capacidades y valores, como mujeres y hombres.

\*\*\*\*\*

## *OSTRAS*

*Ser hombre, ser mujer, ser ante todo.*

*Un poco de ternura, fuerza, fuego.*

*Alimentar los pájaros*

*con el enigma intacto de la luna.*

*Ser hombre, ser mujer...*

*Es tener una perla en las entrañas.*

*Ángeles Dalúa. (1960)*

## **DERECHOS CONSEGUIDOS HACE POCO TIEMPO.-**

Cuando queremos que nuestro alumnado comprenda el origen de las desigualdades es importante también recordarles que muchos de los derechos que ahora tenemos las mujeres se han reconocido hace poco tiempo, como por ejemplo:

- Poder votar.
- Recibir el mismo salario que sus compañeros varones (\*).
- Ir a la Universidad.
- Solicitar cualquier empleo (sin pedir permiso del marido o tutor).
- Practicar un deporte de forma profesional.
- Usar pantalones.
- Casarse sin perder el apellido y sin perder los derechos civiles. Rehusar tener relaciones sexuales con el esposo si no le apetece.
- Leer cualquier libro sin la supervisión del hermano o esposo.
- Poder obtener un préstamo usando el propio nombre y antecedentes de crédito sin aval del marido o tutor.
- Poder testificar en la propia defensa.
- Poder poseer propiedades.
- Poder divorciarse.
- Poder trabajar o salir del país sin tener el permiso del marido.
- Saber que si el marido ejerce violencia sobre la mujer, tanto física como psicológica, puede denunciarlo en comisaría y que se le escuche (no tener que escuchar que ese tipo de cosas son normales).
- Poder divorciarse sin perder automáticamente la custodia de las hijas e hijos...

Comentar entre el alumnado que la conquista de estos derechos se ha realizado gracias al Movimiento Feminista. Y es en las últimas décadas cuando se han ido consiguiendo más Derechos que promueven la Igualdad de Oportunidades entre mujeres y hombres. Pero el reconocimiento de la Igualdad de Derechos no implica su puesta en práctica en el día a día de una determinada sociedad.

# **MENSAJES “ROSA Y AZUL” ¿TE SUENA TODO ESTO?**

## **SI ERES CHICA**

**SERÁS...**Coqueta, presumida, servicial, atenta, emotiva, emocional, habladora, sensible, afectiva, cuidadosa, delicada, discreta, prudente, dependiente.

## **Y TE SENTIRÁS OBLIGADA A...**

- Cuidar tu imagen, maquillarte, “adornarte”, corregir tus “imperfecciones”.
- Cuidar a otras/os, ayudar en casa, estar atenta a las necesidades de los/as demás.
- Ser cariñosa, impresionable, soñadora, romántica.
- Ser sociable.
- Demostrar que tus afectos y lo que te importan las/os demás, de mostrar que no eres fría.
- Ser prevenida y volver pronto a casa y acompañada, no salir sola por la noche, buscar protección.
- Tener cuidado con la sexualidad, no ser promiscua.
- Pedir opinión para todo, buscar aprobación.

## **SI ERES CHICO**

**SERÁS...**Estable, firme, seguro, aventurero, ambicioso, independiente, racional, cabeza de familia, realista, hábil, agresivo.

## **Y TE SENTIRÁS OBLIGADO A:**

- Demostrar seguridad y firmeza. Ser incommovible.
- No tener miedo, experimentar nuevas cosas, sentirte invulnerable.
- Alcanzar un puesto social, aprender a no renunciar.
- Ser autosuficiente.
- Demostrar que las emociones no se interponen en tu vida.
- Ser maduro, sensato, equilibrado, reflexivo.
- Ser resolutivo, práctico.
- Despreciar la sensibilidad, ligar mucho, presumir de tus conquistas.

## **¿CUÁLES DE ESTAS COSAS SE PUEDEN CAMBIAR? ¡TODAS!**

**Por lo tanto, no dependen de haber nacido con un cuerpo u otro, no son biológicas, SON SOCIALES, LAS HEMOS APRENDIDO Y PODEMOS DECIDIR QUE NO NOS GUSTAN Y CAMBIARLAS.**

### **ESTUDIOS SOBRE EL ORIGEN DE LAS DESIGUALDADES.**

Existen investigaciones y estudios cualitativos SOBRE INTERACCIONES DE LOS FAMILIARES Y LOS EDUCADORES Y LAS EDUCADORAS CON MENORES, que han aportado las siguientes observaciones:

- Se prodigan más sonrisas al bebé cuando es una niña.
- Se juega de diferente modo corporal según el bebé sea de uno u otro sexo. Hay más contacto corporal con las niñas.
- Se habla en un tono diferente a los bebés según el sexo; se habla más con una niña.
- Existe más expresiones de afectividad orales y físicas con los bebés niñas y se les permite llorar más, se les protege más, se les mira como seres más frágiles.
- Se realizan más expresiones de inquietud ante los peligros físicos a los que se exponen las niñas.
- Se protege más a las niñas de agresiones de sus iguales, sobre todo si son varones.
- Se les permiten menos número de conductas agresivas a las niñas que a los niños y a éstos se les permite participar más en juegos violentos.
- Las niñas reciben más manifestaciones de afecto, más protección y más contacto físico que los niños en todas las edades.
- Las conductas de dependencias son más toleradas en niñas que en niños.
- Se aprueba y valora de forma más explícita los logros de los niños que de las niñas. Se es más permisivo y tolerante con los fracasos femeninos.

### **TAMBIÉN ENCONTRAMOS INVESTIGACIONES SOBRE EL LENGUAJE UTILIZADO CON BEBÉS:**

“El lenguaje que empleamos con los niños pequeños también refuerza las posturas, expectativas, y estereotipos sobre la conducta masculina y femenina en esta sociedad. Brolwn y France (1985) apreciaron a partir de observaciones y grabaciones de audio y vídeo de interacciones entre adultos y niños en guarderías que los apelativos dirigidos a éstos se veían influidos por su género. Las niñas eran bombardeadas con apelativos

cariñosos – cariño, tesoro, amor, preciosas, cielo, bonita... - mientras que los que se les dirigían a los niños reforzaban la conducta ruda esperada de ellos – tigre, gamberrete, fortachón, machote, tragoncete, etc.

## **REFLEXIÓN PERSONAL**

Muchas veces pensamos que todos los mensajes “rosa y azul” de los que se ha hablado no van con nosotros/as, pero también sabemos que son muchos canales por los que llegan estos mensajes sexistas y que muchas veces no nos damos cuenta de ellos.

**PARA SUPERAR LAS DISCRIMINACIONES PRIMERO ES NECESARIO VERLAS.**

Hay que mirar a nuestro alrededor y también a “nuestro interior”, a nuestro sistema de creencias y hay que colocarse **LAS GAFAS DE VER SEXISMO, LAS GAFAS DE GÉNERO**, unas gafas que nos permitan poder identificar todas esas cosas que consideramos “normales” y que no las identificamos como discriminatorias... hay que **APRENDER A MIRAR** desde esa perspectiva.

## **UNA HISTORIA PARA PENSAR. La historia de los monos.-**

Un grupo de científicos colocó cinco monos en una jaula, en cuyo centro colocaron una escalera y, sobre ella, un montón de bananas. Cuando un mono subía la escalera para agarrar las bananas, los científicos lanzaban un chorro de agua fría sobre los que quedaban en el suelo.

Después de algún tiempo cuando un mono iba a subir la escalera, los otros lo agarraban a palos.

Pasado algún tiempo más, ningún mono subía la escalera, a pesar de las bananas. Entonces, los científicos sustituyeron uno de los monos.

La primera cosa que hizo fue subir la escalera, siendo rápidamente bajado por los otros, quienes le pegaron. Después de algunas palizas, el nuevo integrante del grupo ya no subió más la escalera. Un segundo mono fue sustituido, y ocurrió lo mismo. El primer sustituto participó con entusiasmo de la paliza al novato. Un tercero fue cambiado, y se repitió el hecho. El cuarto y finalmente, el último de los veteranos fue sustituido.

Los científicos quedaron, entonces, con un grupo de cinco monos que, aun cuando nunca recibieron un baño de agua fría, continuaban golpeando a aquel que intentase llegar a las bananas.

Si fuese posible preguntar a algunos de ellos por qué le pegaban a quien intentase subir la escalera, con certeza la respuesta sería:

“No sé, las cosas siempre se han hecho así aquí...” ¿Te suena conocido?

\*\*\*\*\*

## **CUENTO ROSA CAMELO.** Adela Turín. Editorial Lumen.

Había una vez en el país de los elefantes... una manada en la que las elefantas eran suaves como el terciopelo, tenían los ojos grandes y brillantes, y la piel de color rosa caramelo. Todo esto se debía a que, desde el mismo día de su nacimiento, las elefantas sólo comían anémonas y peonias. Y no era que les gustaran estas flores: las anémonas y las peonias crecían en un jardincillo vallado. Las elefantitas vivían allí y se pasaban el día jugando entre ellas y comiendo flores. “Pequeñas”, decían sus papás, “tenéis que comeros todas las peonias y no dejar ni una sola anémona, o no os haréis tan suaves como vuestras mamás, ni tendréis los ojos grandes y brillantes, y cuando seáis mayores, ningún guapo elefante querrá casarse con vosotras”.

Para volverse más rosas, las elefantitas llevaban zapatitos color de rosa, cuellos color de rosa y grandes lazos color de rosa en la punta del rabo. Desde su jardincito vallado, las elefantitas veían a sus hermanos y a sus primos, todos de un hermoso color gris elefante, que jugaban por la sabana, comían hierba verde, se duchaban en el río, se revolcaban el lodo, y hacían la siesta debajo de los árboles.

Sólo Margarita, entre todas las pequeñas elefantas, no se volvía ni un poquito rosa, por más anémonas y peonias que comiera. Esto ponía muy triste a mamá elefanta y hacía enfadar a papá elefante. “Veamos Margarita”, le decían, “Por qué sigues con ese horrible color gris, que sienta tan mal a una elefantita? ¿Es que no te esfuerzas? ¿Es que eres una niña rebelde? ¡Mucho cuidado, Margarita, porque si sigues así no llegarás nunca a ser una hermosa elefanta!” Y Margarita, cada vez más gris, mordisqueaba unas cuantas anémonas y unas pocas peonias para que sus papás estuvieran contentos, pero pasó el tiempo, y Margarita no se volvió de color rosa. Su papá y su mamá perdieron poco a poco la esperanza de verla convertida en una elefanta guapa y suave, de ojos grandes y brillantes. Y decidieron dejarla en paz.

Y un buen día, Margarita, feliz, salió del jardincito vallado. Se quitó los zapatitos, el cuello y el lazo de color rosa. Y se fue a jugar sobre la hierba alta, entre los árboles de frutos exquisitos y en los charcos de barro. Las otras elefantitas la miraban desde su jardín. El primer día, aterradas. El segundo día, con desaprobación. El tercer día, perplejas. Y el cuarto día, muertas de envidia.

Al quinto día, las elefantitas más valientes empezaron a salir una tras otra del vallado. Y los zapatitos, los cuellos y los bonitos lazos rosas quedaron entre las peonias y las anémonas. Después de haber jugado en la hierba, de haber probado los riquísimos frutos y de haber comido a la sombra de los grandes árboles, ni una sola elefantita quiso volver nunca jamás a llevar zapatitos, ni a comer peonias o anémonas, ni a vivir dentro de un jardín vallado.

Y desde aquel entonces, es muy difícil saber, viendo jugar a los pequeños elefantes de la manada, cuáles son elefantes y cuáles son elefantas... ¡Se parecen tanto!

\*\*\*\*\*

## **TEXTOS PARA COMENTAR.**

### **TEXTO NÚMERO 1.-**

#### **EL CUIDADO PERPETUO DE LA FAMILIA (Artículo de El País.com)**

Las mujeres siguen siendo el pilar sobre el que se asientan los cuidados familiares, sean niños y ancianos, y ello a pesar de que estamos ante la última generación de amas de casa a tiempo completo. Las más jóvenes aunque trabajan fuera, acaparan los excedentes por la crianza de menos (el 95 % son mujeres), las jornadas a tiempo parcial (el 80%) y ellas son las que acaban el abandonando el trabajo por razones familiares (94'73% de los casos).

\*\*\*\*\*

### **TEXTO NÚMERO 2.**

#### **EL CUIDADO, ¿UNA TAREA DE MUJERES? (M<sup>a</sup> José Valderrama Ponce, profesora de la Escuela Universitaria de Enfermería en el País Vasco)**

*“Cuando acabé de cuidar de mis hijos, debí comenzar a cuidar de mis padres. ¿Hasta cuándo durará?” (Mujer anónima).*

A lo largo de más de 20 años de docencia, el porcentaje de alumnado femenino respecto del masculino no ha variado manteniéndose una proporción constante de 9 a 1. Sí ha cambiado el porcentaje en los estudios de medicina que sí ha experimentado una progresiva feminización; actualmente, más del 75% del alumnado del UPV.

A finales del siglo XIX Florence Nightingale, recogiendo la tradición de algunas órdenes religiosas que en la Europa católica realizaban tareas asistenciales en los hospitales, crea la Enfermería como profesión, en el contexto anglosajón (protestante). Esta profesión orientada al cuidado por antonomasia, ha constituido junto con la de Magisterio, las dos primeras formaciones regladas en lo que respecta al de la formación profesional de las mujeres. Se puede decir que mediante estas dos formaciones, se profesionalizan dos de las tareas que han sido asumidas por las mujeres en el ámbito familiar a través de la historia, la educación de hijas e hijos – en sentido amplio- y el cuidado de ascendientes, iguales y descendientes.

Además del cuidado familiar, en casa, son también en un mayor grado “las acompañantes” en las consultas ambulatorias, curas... y también las cuidadoras informales en los casos de hospitalización.

En el hogar, son ellas quienes cuando uno de sus miembros enferma, dispensan los primeros cuidados – incluso los únicos- en los casos de enfermedad leve. También es mayoritariamente la mujer quien solicita una “baja laboral” o demanda de un permiso cuando se trata de acompañar a un familiar enfermo.

\*\*\*\*\*

**Fragmento de “Secreto” de Gioconda Belli (Del libro “Mi íntima multitud”, Editorial Visor).**

*A cierta hora del día  
ciertos días,  
la noción de ser hembra  
emerge como espuma  
y sube hacia los contornos  
de mi cuerpo.  
¿Quién dijo que soy débil?  
¿Quién se atrevió a compadecerme?  
Como toda mujer que se precie de serlo  
cierro con un candado de llaves imposibles  
la secreta noción de mi poder  
y aparezco ante los demás  
sin delatarme.*

\*\*\*\*\*

## TEXTO PARA LEER Y COMENTAR: “HOMBRES Y MUJERES”

Formamos grupos de cuatro o cinco personas, leemos el texto, y lo comentamos anotando lo que más nos llama la atención.

El texto pertenece a Coulson y Rideli: “Aproximación a la sociología”, Barcelona, Editorial Laia.

*¿Quién toma la decisión de sacar a bailar? En general, ¿quién interviene más en el cuidado de los niños/as de una pareja? ¿Quién cocina con más frecuencia? ¿Quién se implica más en el trabajo de la casa? ¿Quién es más propenso a dejar de trabajar en el matrimonio?, incluso ¿quién es más propenso a dejar de tener hijos? En general, ¿quién toma la iniciativa en las relaciones sexuales? ¿Quién pasa más rato arreglándose? ¿Quién es más valorado por los demás en función de sus atractivos personales que del trabajo que es capaz de realizar o de otras cualidades? Casi nadie tiene dificultad en responder a estas preguntas, y la gran mayoría, por no decir todos, estarán describiendo su propio comportamiento al dar una respuesta que considera apropiada. ¿Por qué razón en nuestra sociedad actual se espera que los hombres y las mujeres se comporten de forma diferente? Puesto que existe diferencias biológicas y psicológicas entre los hombres y las mujeres, a menudo se supone que la biología y la psicología son directamente responsables de las formas de comportamiento diferenciadas.*

*Margaret Mead en su famoso libro titulado “Sexo y temperamento en las sociedades primitivas”, llega a demostrar, mediante ejemplos de un estudio en Nueva Guinea, que muchas de las diferencias entre los sexos que a menudo se atribuyen a la biología son de hecho de origen social. Una de las ventajas de Nueva Guinea, como área de investigación es la de que, a pesar de que allí coexisten muchas sociedades diferentes, ha habido muy poca mezcla entre ellas a lo largo de extensos períodos históricos y, por lo tanto, en un área geográfica relativamente pequeña, pueden encontrarse muchas costumbres diferentes. La tribu de los arapescos, afirma Mead, establece muy pocas diferencias entre el comportamiento de ningún sexo entre los arapescos, los cuales manifiestan una considerable falta de ambición. Incluso el hecho biológico de que las mujeres deben tener los hijos, es socialmente minimizado; los hombres se tienen en la cama al lado de sus mujeres después del parto, y por un proceso de autosugestión, que parece actuar tanto en el hombre como en la mujer, los hombres asumen gran parte de la fatiga, disminuyendo el sufrimiento de la mujer. Sin embargo, se observa que las mujeres realizan el trabajo más duro puesto que se las supone dotadas de modo natural de una constitución fuerte. Mead explica la falta de agresividad en relación a la práctica del destete precoz de los niños, y por el hecho de que no son alimentados por sus madres, aunque éstas tengan leche. Por otra parte, entre los mandugamor, una tribu recientemente “civilizada de cazadores de cabezas”, que vive a alguna distancia de la tribu anterior, la agresividad es una característica tanto de hombres como de mujeres, y por igual. La autora describe el acto sexual como una batalla entre los participantes, de la que salen con heridas y golpes. Resulta comprensible que los niños sean tratados con una gran falta de consideración, muchos recién nacidos son ahogados por adultos que muestran muy poco afecto a los niños. Sin embargo, básicamente, sugiere que tanto las características como las prácticas de cuidado de los niños arapescos y de los mandugamor se encontraban a un nivel de mera subsistencia, fue una de sus preocupaciones constantes: los arapescos la obtenían cultivando la tierra, mientras que los mandugamor, en el pasado, mataban gentes de otras*

*sociedades vecinas. La agresividad no aparece en el primer caso, pero, sin embargo, en el segundo es considerable.*

*En una tercera tribu, los chambuli, aparecen invertidos algunos de los atributos que a menudo se atribuyen al hombre o a la mujer en nuestra sociedad. Los hombres se adornan, son chismosos, y son elegidos por las mujeres, que toman la iniciativa en las relaciones sexuales y hacen todo el trabajo del que depende la sociedad, y los hombres realizan la mayoría de las tareas secundarias. Las mujeres son dominantes y agresivas y la homosexualidad femenina es común. Mead señala el hecho de que las niñas eran educadas de modo agradable en un círculo femenino, mientras que a los niños se les expulsaba a una edad temprana, y por un periodo que parecía no tener fin, por lo que se volvían inseguros y constantemente buscaban afectos...*

*Por lo tanto, tenemos tres sociedades, en las que las expectativas sobre el modo de actuar de hombres y mujeres difieren ampliamente unas de otras y también de las que a menudo encontramos en Inglaterra en la actualidad. Pero, ¿cómo es posible decir cuál es de los dos comportamientos el más natural? Sin duda alguna los miembros de cada sociedad describirán su comportamiento como el de una sociedad natural. Al comparar entre sí estas sociedades, y todas con la nuestra, llegamos a la conclusión de que el problema no es biológico sino social, y de que los orígenes del comportamiento y de las actitudes de los hombres y de las mujeres no deben buscarse en su constitución psicológica, sino en el modo de organizarse de sus sociedades...*

#### **POSIBLES COMENTARIOS.-**

- 1) Señala qué es lo que más te ha llamado la atención de este texto.
- 2) Desde cada experiencia personal, ¿qué contestarías a las preguntas planteadas en el primer párrafo?
- 3) ¿Qué crees que pretende demostrar Margaret Mead? ¿Cuál es el problema de fondo?

\*\*\*\*\*

**CARTAS DESDE DISTINTOS LUGARES DEL MUNDO.- (Adaptación del libro de Gemma Lienas “El Diario Violeta de Carlota”. (PARA COMENTAR POR GRUPOS).**

### **CARTA N° 1 (Desde Somalia)**

*“Hola, me llamo Nea, y tengo catorce años. Vivo en Somalia. En mi país, como en casi toda África, hay muchos enfermos de sida. Tú sabes lo que es el sida, ¿no? Es una enfermedad que se contagia a través de la sangre, por ejemplo, por el uso de jeringuillas compartidas en el caso de drogadictas, o cuando una persona tiene un contacto sexual sin precauciones con una persona infectada. En mi país, los hombres enfermos de sida están convencidos de que se curarán si se acuestan con una chica virgen. Entonces, buscan niñas, como yo, que no hayan tenido nunca relaciones sexuales con un hombre. Nos utilizan sexualmente. Un médico me ha explicado que ésa no es una manera de tratar el sida; que eso es un prejuicio muy bárbaro. De esta manera, los hombres no se curan, pero nosotras, las niñas que éramos vírgenes, nos infectamos. “*

## **CARTA N° 2 (Desde Bolivia)**

*“Me llamo Jhanete, tengo dieciséis años y vivo en un pequeño pueblo en el altiplano de Bolivia, en el departamento de Cochabamba. Hoy es un día importante en mi pueblo porque han dicho que van a construir unos canales de riego, así no tendremos que caminar todos los días tres kilómetros para ir a buscar agua y las tierras de cultivo estarán mejor regadas. Yo me he alegrado porque me he vuelto a quedar embarazada. Podría ser malo para mí tener que andar durante horas y hacer esfuerzos físicos. Tengo ya un hijo y me gustaría tener cuatro, pero eso lo decidirá mi marido. Ahora estoy muy ilusionada con mi futuro bebé, pero por otra parte me doy cuenta de que soy muy joven y si este bebé es una niña, me gustaría que no se casara tan joven, pero esto en Bolivia es normal... el 28% de las mujeres en Latinoamérica tienen su primer hijo entre los 15 y los 17 años y tiene una media de cinco hijos. Además, yo sólo estudié hasta 1° medio. Cuando me casé tuve que dejar los estudios y me dio mucha pena, porque decían que era muy apta para estudiar y tendría un futuro mejor..., pero bueno, ahora debo pensar sólo en mis hijos.”*

### **CARTA N° 3 (Desde Afganistán.)**

*“Hola, me llamo Rahila y tengo quince años...Vivo en Kabul, la capital de Afganistán. Bien, decir que “vivo” es una verdad a medias. En realidad, las mujeres, las chicas en Afganistán no vivimos sino que, en el mejor de los casos, vegetamos; en el peor, morimos. ¿Por qué vegetamos? Porque, con las nuevas costumbres impuestas por los talibanes, estamos obligadas a quedarnos encerradas en casa, ya que no tenemos derecho a ser vistas por los hombres si no son de la familia, y no tenemos derecho a ir al colegio. Y nosotras no nos podemos oponer porque no somos libres: somos propiedad de los hombres. Las mujeres que en el pasado habían podido estudiar y tenían una profesión, se han visto obligadas a dejarla. Éste es el caso de mi madre, que tiene cuarenta y cinco años y era profesora de matemáticas. Mamá no soporta haber tenido que dejar de trabajar, ni estar encerrada en casa, porque no tenemos derecho a salir a la calle solas, no soporta ver la oscuridad siempre que mira por la ventana, porque nos han obligado a pintar los cristales de negro y a llevar el chandri, un velo que tapa la cabeza y el cuerpo, llega hasta los pies y sólo deja una abertura enrejada a la altura de los ojos. Por todo esto, mamá tiene una fuerte depresión y se pasa el día en la cama, llorando. Mamá no puede recibir atención médica, a pesar de estar muy grave, porque todos los médicos son hombres – a las mujeres no se les permite ejercer- y no pueden visitar a las mujeres si no son de su propia familia.*

*Por suerte, nuestro padre vive y se ocupa de nuestra manutención. Pero si él muriera, mi madre, mis hermanos y hermanas, y yo también moriríamos, porque mamá no estaría autorizada a trabajar.”*

## **CARTA N° 4 (Desde China)**

*“Hola, soy Yu Xan y vivo en China. Mamá y papá son campesinos. Tiene algunas tierras donde cultivan arroz. Tengo un hermano de quince años, que aún va al colegio. Yo tengo doce, y sólo pude ir durante dos años. Por eso no sé si leer ni escribir, y le tengo que dictar esta carta a mi hermano. De hecho, en China, no saben leer una de cada tres niñas. En cambio, entre los niños, sólo uno de cada diez no sabe. Las niñas campesinas como yo, a menudo nos tenemos que quedar en casa para ocuparnos de los hermanos. Yo cuido de Obu Yan, mi hermano de tres años. Mis padres siempre se quejan de haberme tenido. Dicen que, en el campo, cuantos más hijos varones tienes, más ricos puedes volverte. Pero que las hijas sólo son una carga económica. Lo dicen porque cuando me case, me iré a vivir a casa de los padres de mi marido y trabajaré los campos para ellos. Sólo faltan unos tres años para que mi padre me venda a un hombre más mayor que yo, con quien me veré obligada a casarme.”*

## **CARTA N° 5 ( Desde Mauritania)**

*“Hola, me llamo Eřina y vivo en Mauritania, en África. Hoy es mi cumpleaños: cumpla seis años y estoy triste porque me gustaría no tener que crecer nunca, nunca. Tener seis años para siempre, para toda la vida...Ése es mi único deseo. Pero es un sueño imposible, lo sé. Y por eso de aquí a un año, cuando cumpla siete, tendrán que hacerme la ablación. Seguramente tú no has oído hablar de algo así, ¿verdad? ¡Qué suerte tienes! Quiere decir que vives en un país en el que no se mutila a las niñas. En el mío, como en muchos otros de África o de Asia, la tradición hace que a las niñas, antes de que entremos en la pubertad, nos corten el clítoris. Aunque yo no he pasado por eso, sé que es horrible. El año pasado oí los chillidos de mi hermana Rosabe cuando se lo hacían. Después, me explicó que luchó como una fiera y que, para podérselo cortar, habían tenido que sujetarla entre siete mujeres. Cuando por la noche fui a verla, no hacía más que llorar y, además le salía mucha sangre. Le continuó saliendo durante muchos días. Yo temía que se muriera. Algunas niñas se mueren por culpa de la hemorragia o por las infecciones. Rosabe no se murió. Ahora, hace meses que se lo hicieron, pero aún no tiene la herida bien cerrada. Tiene que caminar con las piernas abiertas porque le duele. Además, cada vez que hace pipí le escuece muchísimo y llora aunque quisiera aguantarse las lágrimas.*

*Mi prima, Zenebú, que tiene quince años, dice que hacer pipí es doloroso, pero mucho más lo es cuando te tienes que meter en la cama con un hombre. Ella lo sabe porque cuando tenía doce años, Getu, un hombre de treinta y dos años del pueblo, la raptó porque quería convertirla en su mujer... ¡vaya!, en la segunda mujer, porque de hecho , ya tenía una, pero se ve que no le gustaba. Abandonó a su primera mujer y negoció con los padres de Zenebú para poder casarse con ella. Aunque Zenebú no quería, los padres accedieron, la opinión de Zenebú no contaba. A partir de aquella noche, Getu se mete en la cama con ella. Dice que siempre le duele mucho por culpa de la ablación. Además, también le duele a la hora de tener hijos. Zenebú ya tiene un hijo con un año y está esperando otro.*

*Le he preguntado a mi madre por qué me tengo que hacer la ablación. Mamá dice que es la costumbre de nuestro país. Dice que hay países donde es peor porque además de cortarles el clítoris, les cortan los labios y la vulva y les cosen la vagina. Sólo la descosen cuando es hora de casarlas y meterlas en la cama con un hombre.*

*Yo sé que mamá me explica que podría ser peor para quietarme el miedo. Pero no lo consigo. Tengo tanto...Tengo miedo del daño que me hará la mujer encargada de cortar los órganos sexuales cuando me acerque la navaja entre las piernas y, ¡zas!, me arranque un trozo de carne mía. ¡Mía y de nadie más! Y el daño que me hará toda mi vida. Y miedo de morirme de la hemorragia y de una infección. Me gustaría ser pequeña por siempre jamás.*

## **POEMAS QUE EMOCIONAN.**

**Después de un tiempo,  
uno aprende la sutil diferencia  
entre sostener una mano y encadenar un alma,  
y uno aprende que el amor no significa acostarse  
y una compañía no significa seguridad,  
y uno empieza a aprender  
que los besos no son contratos y los regalos no son promesas,  
y uno empieza a aceptar sus derrotas con la cabeza alta  
y los ojos abiertos,  
y uno aprende a construir todos sus caminos en el hoy,  
porque el terreno de mañana es demasiado inseguro para planes...  
y los futuros tienen una forma de caerse en la mitad.  
y después de un tiempo uno aprende que si es demasiado,  
hasta el calorcito del sol quema.  
Así que uno planta su propio jardín  
y decora su propia alma, en lugar  
de esperar a que alguien le traiga flores.  
Y uno aprende que realmente puede aguantar,  
que uno realmente es fuerte,  
que uno realmente vale,  
y uno aprende y aprende...  
Y con cada adiós uno aprende.**

**Anónimo.**

## **POEMAS QUE EMOCIONAN.**

**Perdóname por ir así buscándote  
tan torpemente, dentro  
de ti.  
Perdóname el dolor, alguna vez.  
Es que quiero sacar  
de ti tu mejor tú.  
Ese que no viste y que yo veo,  
nadador por tu fondo preciosísimo.  
Y cogerlo  
y tenerlo yo en alto como tiene  
el árbol la luz última  
que le ha encontrado al sol.  
Y entonces tú  
en su busca vendrías, a lo alto.  
Para llegar a él  
subida sobre ti, como te quiero,  
tocando ya tan sólo tu pasado  
con las puntas rosadas de tus pies,  
en tensión todo el cuerpo, ya ascendiendo  
de ti a ti misma.  
Y que a mi amor entonces le conteste  
la nueva criatura que tú eras.**

**Pedro Salinas.**

\*\*\*\*\*

## **TEXTOS PARA COMENTAR.-**

### **TEXTOS DEL LIBRO “Las olvidadas” de Angeles Caso.**

En el siglo XIII, santo Tomás de Aquino decía: “Tal y como dicen las escrituras, fue necesario crear a la hembra como compañera del hombre; pero como compañera en la única tarea de la procreación, ya que para el resto, el hombre encontrará ayudantes más válidos en otros hombres, y a ella sólo la necesita para ayudarle en la procreación.”

Trescientos años más tarde, Lutero sería aún más brutal: “Aunque se agoten de tanto parir, no importa, que se mueran de parir, para eso existen”

\*\*\*\*\*

Un tratado francés para las esposas publicado en el siglo XIV, Le Ménagier de Paris, llegaba incluso a especificar que las damas podían leer, pero sólo aquellas cosas “escritas de puño y letra de su marido... y éstas han de leerlas ellas solas, y para las otras pidan compañía y mándenlas leer a otros delante de ellas; y digan a menudo que no saben muy bien leer otra letra y escritura sino la de su marido. Y ello les sirve de buena doctrina y de muy grande bien, para evitar incluso las murmuraciones y sospechas.

Le Menagier de París, que conoció un gran éxito a lo largo de varios siglos, había sido escrito por un marido de avanzada edad para su joven esposa de quince años.

\*\*\*\*\*

Las mujeres son hechas para estar en casa, no para andar vagando. Sus gustos han de ser los de sus maridos, participados, no propios. El llevarlas a las fiestas mueve tal vez al que las ve, si son feas, a desprecios; si son hermosas, a concupiscencia.

Francisco de Quevedo

\*\*\*\*\*

En la Edad Media – y durante muchos siglos después, al menos hasta el XIX- Las dos únicas opciones posibles para las mujeres de alta cuna eran el matrimonio o la vida religiosa. No resultaba ni siquiera imaginable que una dama permaneciera por voluntad propia si no entregaba su vida, y por lo tanto su virginidad, a Dios.

Los hijos varones obtenían sus propios derechos a medida que alcanzaban la mayoría de edad. Las mujeres, en cambio, permanecían de por vida bajo el dominio jurídico y económico de un hombre: padre, hermano, marido o cualquier otro familiar o tutor legal en caso de orfandad o viudedad.

\*\*\*\*\*

### **FRAGMENTO DEL LIBRO “Un burka por amor” de Reyes Monforte (Basado en una historia real).**

“ – María, esa mujer es mi hermana. Y lo que sucede es que estamos en Kabul. Y aquí las mujeres van tapadas con el burka porque si no su vida corre peligro y la de sus acompañantes también. Esto es otro mundo. Las cosas están complicadas para todos en este país, pero en especial para las mujeres. Pero no quiero que te preocupes, sólo que

pongas atención, que estés atenta a lo que te dicen. Mi hermana te ayudará. Te ha comprado un burka.

María desplegó aquel pedazo de tela en la medida que pudo (...) Cuando se lo puso, pudo notar el tacto áspero y rudo de aquella tela con su piel. (...) Se sentía presa, enjaulada. Era como si alguien la hubiera atado o amordazado dentro de un saco de patatas, a juzgar por lo hosco que resultaba al tacto aquella tela que ahora la cubría por entero y que no tardaría en convertirse en su segunda piel. No podía respirar normalmente y notaba como por momentos le faltaba el aire. Notaba una presión en la cabeza, como si alguien le hubiese puesto un cubo pesado sobre ella y se lo hubiese encajado a conciencia. La tela le picaba, la notaba áspera y ruda en contacto con su piel.

\*\*\*\*\*

**Fragmento del libro “La mujer olvidada”. Clara Campoamor y su lucha por el voto femenino. Isaías Lafuente.**

**LA SEPULTURA DEL HOGAR**

“En la escuela aprendí lo imprescindible. Sabiendo ya leer el plan de estudios de la primera enseñanza contemplaba el aprendizaje de la doctrina cristiana, nociones de Historia Sagrada, lectura y escritura, gramática y ejercicios de ortografía, las cuatro reglas y algunas nociones de geografía e historia, sobre todo de España. Las chicas teníamos además labores propias de nuestro sexo, elementos de dibujo aplicado a esas labores, y ligeras nociones de higiene doméstica. Mientras, los chicos aprendían física, dibujo lineal, y algunas nociones de industria y comercio.

Aún recuerdo el día en que me presenté en casa recitando una poesía del padre Codina:

*Aprended a hacer calceta*

*Y otras labores precisas,  
Como el corte de camisas;  
De vestidos, el coser;  
Bordar de varias especies,  
El manejo de la plancha  
Y, en fin, todo lo que ensancha  
La instrucción de la mujer.*

Y Aún conservo, ajado, el libro de Nociones de higiene doméstica, con el que aprendí en la escuela el noble oficio de ser una buena mujer de su casa. El libro contenía una tremenda sentencia: “Cuando seáis adultas, tendréis que pasar la mayor parte del día en la habitación. Para las mujeres, más bien que para los hombres, se ha dicho con bastante exactitud que “la habitación es la sepultura de la vida”. Por consiguiente, os interesará mucho amenizar y alegrar esa sepultura, en la cual debéis mirar ya el futuro teatro de vuestras glorias como mujeres solícitas y hacendosas”.

\*\*\*\*\*

**Del libro “La conspiración de las lectoras” de José Antonio Marina y María Teresa Rodríguez de Castro.**

En 1921, Carmen de Burgos, “Colombine”, una tenaz agitadora social, escribió una novelita titulada “El artículo 438”, que daba pie a un drama de injusticias y costumbres y que decía así:

***“El marido que sorprendiendo en adulterio a su mujer matase en el acto a ésta o al adúltero o les causara alguna de las lesiones graves, será castigado con destierro. Si les causara daños de segunda clase, quedará libre de pena”.***

El destierro era a una distancia mínima de veinticinco kilómetros y durante un periodo que podía variar de seis meses y un día a seis años. En cambio, los crímenes pasionales que producían la muerte del marido se consideraban parricidio y estaban penados con cadena perpetua. La mujer podía ir a la cárcel si cometía adulterio, pero la infidelidad de un marido no era adulterio, a no ser que llevara a su concubina al hogar conyugal o produjera escándalo público. El artículo 438 desapareció de la legislación tras la aprobación del Código Penal de 1932, aunque al finalizar la guerra civil, cuando se derogó el Código republicano y se volvió al Código de 1870 se recuperó el “uxoricidio por honor”. La discriminación legal era tremenda. La mujer podía ir a la cárcel si desobedecía o insultaba de palabra a su esposo. Éste es el ambiente jurídico en que se fraguaron los movimientos feministas. El Código Civil de 1889 colocaba a la mujer casada en una situación insostenible.

\*\*\*\*\*

## **POEMA PARA COMENTAR.**

### **CUANDO SALGA EL SOL**

**Cuando salga el sol  
y cese la interioridad de la noche  
desaparecerá el espacio inmóvil  
en que me recupero del día.**

**Afuera canta un pájaro desconocido.  
El sistema circulatorio de la casa  
borbotea en las cañerías.  
Mi hija duerme.  
A solas conmigo misma  
me armo de nuevo  
como un rompecabezas.**

**Gioconda Belli.**

## EL EQUIPO DE VOLEIBOL.- (Para dramatizar)

Julia llegó contenta a casa. Al final habían logrado ponerse de acuerdo todo el grupo de amigas para volver a entrenar con su viejo grupo de voleibol. Llevaban unos meses intentando convencerlas a todas. Julia había tenido la idea y lo había comentado con Nerea. Entre las dos se habían encargado de hablar con los demás.

Aquella tarde, después de quedar para tomar café, las diez decidieron que volverían a retomar aquella antigua actividad que hacía años les había reportado tantas alegrías, porque les permitía verse dos o tres veces por semana, compartir entrenamientos, victorias o fracasos en los partidos, y momentos de relax después de cada reunión.

Julia llegó a casa a las nueve de la noche. Besó al pequeño Enrique y a Jaime, su marido. Antes que ella dijera nada, Jaime le preguntó con un poco de mal humor:

-¿De dónde vienes? Llevo toda la tarde con el niño desde que llegué de trabajar y se fue mi madre. Enrique no ha parado de llorar aunque dice mi madre que no tiene nada, que sólo son gases.

-Bueno Jaime, pues si sólo son gases, ya se le pasarán como ha sucedido otras veces- dijo Julia tranquilamente.

Y cogió al pequeño Enrique y le acurrucó un poco. Julia siguió diciendo:

-¿Sabes? Estoy contentísima. Ya hemos logrado reunir a todo el grupo de antiguas jugadoras de voleibol del pueblo. La semana que viene empezamos los entrenamientos dos veces en semana, y los sábados por la mañana, partido.

-Pero...¿tú estás loca, Julia? – dijo Jaime subiendo el tono de su voz cada vez más- ¿Quién se va a quedar esas dos tardes con el niño?

-Pues tú, cariño – contestó Julia tranquilamente.

-¿Y quién hará la compra el sábado por la mañana? – volvió a preguntar Jaime igual de enfadado.

-La haremos juntos el viernes por la tarde – respondió Julia- y tú el sábado sólo tendrás que estar con el niño. Yo llegaré a mediodía.

-¡No voy a aguantar eso, Julia! ¡Te lo digo en serio! – volvió a gritar Jaime.

Julia volvió a responder en un tono que denotaba tranquilidad:

-Me da igual que lo aguantes o no, hemos formado el equipo y yo voy a jugar. Te acostumbrarás. Además, los días de entrenamiento y durante los partidos, os podéis ir con los niños y niñas al parque todos los maridos, si es que no queréis quedaros solos. Allí podréis hablar de vuestras cosas mientras ellos juegan y disfrutan en los columpios. Jaime se quedó un momento pensativo. No le gustaba nada el plan, pero sabía que tarde o temprano tendría que aceptarlo. Mejor ir haciéndose a la idea poco a poco.

\*\*\*\*\*

## **ALGUNAS NOTAS SOBRE LA VIOLENCIA DE GÉNERO.-**

El abuso verbal es la forma más común del “maltrato emocional”; es el tipo de abuso más disimulado y aceptado por la sociedad.

### **¿Como saber cuándo hay abuso verbal?**

Debe percatarse si su pareja la insulta continuamente y dejar de justificarlo diciendo que ese es su estilo de hablar. Frases como: “que tonta eres”, “es que nada te sale bien”, “si fueras taxista, te morirías de hambre”, ya que denotan desprecio hacia las capacidades de la mujer.

- Si recibes continuamente comentarios sarcásticos de tu pareja, por ejemplo: “si, seguro que lo haces muy bien”, “todos aplaudirían lo que estás haciendo”.

- Si tu pareja te amenaza continuamente de que te va a abandonar o de que la te va golpear si continua haciendo algo que él le ha dicho que no le parece bien.

- Si cuando él quiere algo no te lo pide y sí te ordena que lo hagas; por ejemplo: “te quiero ver aquí a las 8:00 en punto”.

- Darte cuenta de que continuamente desacredita lo que dices y trata de confundirte con frases como: “yo no te dije eso”, cuando recuerdas con claridad que sí lo dijo; “te lo estás imaginando” cuando viste algún acontecimiento y tienes la certeza de que sí sucedió y lo comentas con él.

En todos estos casos es claro que existe abuso verbal; sin embargo, aunque resulte difícil de creer, no todas las mujeres reconocen que “algo anda mal” cuando son tratadas así; muchas tratan de justificar la actitud de su pareja, debido a que están confundidas por la conducta de ellos.

El abuso verbal trae consecuencias negativas en las mujeres —al igual que en los niños y en cualquier persona que la sufra—: afecta su salud mental, deteriora su autoestima y su capacidad para relacionarse y hace que ella misma minimice sus habilidades sociales y académicas.

La mujer que es víctima de abuso verbal suele tener una imagen negativa de sí misma —efecto más común y más generalizado—. Asimismo, va generando circunstancias causantes de angustia y ansiedad, lo cual lleva fácilmente a la mujer a sufrir depresión. Este problema de salud, el cual se da mayoritariamente en las mujeres y se ha considerado “debilidad femenina” o tendencia de éstas a “hacerse las víctimas”, es un hecho muy real; es triste, pero una de sus principales causas viene de la relación con su compañero, con “el hombre de su vida”, dándose así el caso de que literalmente está Durmiendo con el enemigo, como el título de aquella película famosa.

Una mujer que es víctima de abuso verbal se siente menospreciada, maltratada, ofendida, confundida y su autoestima se debilita, por lo cual cae en periodos de depresión de los que no tan fácilmente sale, sin importar sus condiciones profesional, económica ni social. Lamentablemente, ello está ocasionando que muchas mujeres

pierdan el sentido a la vida y caigan en depresiones muy fuertes, cuya única salida es consumir antidepresivos —por ejemplo, el prozac, mal llamado “la píldora de la felicidad”—, que las provee de serotonina; es decir, el neurotransmisor que les da mayor seguridad y tranquilidad, o, en casos más extremos, optan por la falsa salida: el suicidio, problema que por desgracia se está incrementando en nuestra sociedad.

Cuando una mujer es víctima de abuso verbal, pasa por distintos periodos; Primero: la negación del abuso, pues su compañero considera que él no ha hecho nada malo, hace que la mujer se sienta culpable de sus respuestas violentas y del mal trato, que sería incapaz de tener con otras personas, manteniéndose la idea de que “en la guerra y en el amor todo se vale”; Segundo: el presentimiento de que algo no está bien, a pesar de que su compañero le haga creer que no está pasando nada y que sólo son “exageraciones de ella”, pues le gusta “hacerse la víctima” y por eso se lamenta del trato que él le da; tercero, de depresión, fase en la cual la mujer no tiene la energía para salir adelante, sumiéndose cada vez más en la apatía, el desconsuelo y “el ahí se va”. Identifica el problema y piensa que no es algo normal, pues el respeto que mereces debe prevalecer ante cualquier otra circunstancia, incluso, el amor o el miedo.

\*\*\*\*\*

## **POEMA PARA COMENTAR.**

### **ÉCHALE A ÉL LA CULPA**

Hoy te has ido de fiesta con amigas,  
y sin que tú lo sepas me regalas  
un tiempo de estar solo que ya empieza  
a ser raro en mi vida, un tiempo útil  
para intentar pensar en ti como si fueras  
lo que siempre debiste seguir siendo  
cuando pensaba en ti: aquella persona,  
en todo semejante a cualquier otra,  
que una noche lejana tuvo el gesto  
generoso y extraño de entregarme su amor.  
Pero el amor nos cambia, nos convierte en espías  
ridículos del otro, en implacables jueces  
que condenan sin pruebas y comparten  
sus estúpidas penas con el reo.  
El amor nos confunde y trata ahora  
de que vea en tu fiesta una traición.  
Para huir de esa trampa me amenazo  
con los nombres que cuadran al que cae en su vacío:  
Egoísta, ridículo, inseguro, celoso...  
Y como un ejercicio de humildad pienso en ti  
divirtiéndote sola: te imagino bailando  
y mirando a otros hombres;  
al calor del alcohol  
confiesas a una amiga algunas cosas  
que te irritan de mí sin que yo lo sospeche,  
y por unos instantes saboreas  
una vida distinta que esta noche te tienta  
porque eres humana, aunque no te haga gracia.  
Ahora caigo en la cuenta de que dudas  
como yo dudo a veces, y que también te aburres,  
y que incluso algún día habrás soñado  
follar como una loca con el tipo que anuncia  
la colonia de moda.  
Para calmarme un poco  
tras la última idea, yo me digo  
que el amor es un juego donde cuentan  
mucho más los faroles que las cartas,  
y procuro ponerme razonable,  
pensar que es más hermoso que me quieras  
porque existen las fiestas, y las dudas,  
y los cuerpos de anuncio de colonia.  
Lo que quiero que sepas es que entiendo  
mejor de lo que piensas ciertas cosas,  
que soy tu semejante, que he pensado besarte

cuando llegues a casa; y que es el amor  
-ese tipo grotesco y marrullero-  
el que va a hacerte daño con palabras  
absurdas de reproche cuando vuelvas,  
porque ya estás tardando, mala puta.

Vicente Gallego, La plata de los días. (Del libro  
“Los lunes, poesía” de Juan Carlos Sierra)

## **POEMA PARA COMENTAR.**

### ***EL MENSAJERO***

Haría cualquier cosa que él quisiera  
porque ya sólo veo por sus ojos.  
mi voluntad se anula a su capricho.  
Me sigo entusiasmando si me llama  
por teléfono y dice que salgamos.  
Sus besos me enternecen o me excitan,  
pero nunca me son indiferentes.  
Ha venido un amigo a visitarme:  
le ofrezco una cerveza y continúo  
vistiéndome. Mi amigo se ensombrece  
y dice que ha venido hasta mi casa  
para darme una pésima noticia:  
“él no te quiere; siempre te ha engañado”.  
Termino de arreglarme. Me perfumeo.  
Él me espera. No puedo llegar tarde.  
Acabo de matar al mensajero.

Amalia Bautista.

## **POEMA PARA COMENTAR.**

### **CUANDO EL MIEDO NOS LLUEVE**

Cuando el miedo nos llueve  
y trastorna el desorden natural de las cosas,  
cuando el miedo nos llueve debiéramos prohibirle  
el acceso a ese yo que anida dentro,  
por debajo del nombre y el hijo que sembramos.  
No permitas que el miedo nos pudra la madera.  
No te dejes llenar por pulsiones equívocas.  
No te maldigas. Crece. Recupérate.  
Ni el mejor de los hombres comprende sus heridas.

Mario Sandoval.

\*\*\*\*\*

## UNA CARTA DE ADRIÁN (María Domínguez. Del libro “A golpes de cariño”).

En realidad no sé muy bien a quién tengo que dirigir esta carta pero creo que eres tú, abuela Sofía, quien debe leer todo esto.

Llevo ya varios días pensando y pensando sobre el mismo tema. Yo sé que es algo que tú conoces bien, me lo ha dicho mi madre algunas veces cuando nos hemos abrazado llorando, “esto le ha pasado siempre a la abuela Sofía Adrián, y ya ves, ha aprendido a vivir así” . Pero yo creo abuela, que tú a lo mejor puedes hacer algo, a lo mejor puedes hablar con mi padre, que es tu hijo, y decirle que lo que hace no está bien, que recuerde si a él le parecía bien cuando lo hacía mi abuelo. A lo mejor si tú se lo dices abuela, él lo piensa e intenta cambiar aunque dice mamá que eso es muy difícil.

Todo me empezó a dar vueltas en mi cabeza como si fuera una noria cuando el miércoles la maestra comenzó a hablar de los malos tratos a la mujer y se inició un coloquio en clase sobre ese tema y sobre las últimas noticias de las mujeres que habían muerto a manos de sus maridos.

Yo no sabía qué decir abuela, e intentaba inútilmente que la Tierra me tragara. Al final, cuando pensaba que todo el mundo me miraba y querían que dijera algo, me levanté y le dije a la maestra que me dolía mucho el lado derecho de mi barriga (le dije eso porque yo había escuchado que es ahí donde duele cuando tienes un ataque de apendicitis). Yo intentaba quejarme muy fuerte y ella se asustó y me dijo que recogiera mis cosas, que iba a llamar a mi madre pero entonces yo le dije que no, que mi madre no estaba y por eso te llamé a ti. Pero abuela, le dije que no estaba porque no quería que mi madre llegara al colegio con un lado de la cara morado porque todavía no se le había quitado ese color del que se le pone la piel de la cara, del brazo o de la pierna, cuando mi padre le pega dos o tres bofetadas porque se cabrea. El otro día fue porque mi madre le preguntó que por qué venía tan tarde a comer. Y la verdad es que no le dio tan fuerte abuela, lo que pasa es que mamá se resbaló y se cayó y entonces se dio con la puerta del frigorífico. A mí no me gusta que mi padre le pegue a mi madre pero es que a veces es lo que él dice, “que lo pone de los nervios y le hace perder los estribos.” Papá me dice siempre: “Adrián, no dejes nunca que una mujer se te suba a las barbas y no olvides que como des explicaciones ya se te ha subido”.

No quiero que le pegue abuela pero no sé lo que hacer cuando eso sucede porque tengo miedo. Soy muy cobarde. Mamá me dijo el otro día que la próxima vez que le pegue se va de casa, nos vamos los dos ¡adonde sea! Y yo no me quiero ir abuela. Aquí tengo a mis amigos, mi colegio, mi familia... ¿Adónde vamos a ir? ¿Y qué le vamos a decir a la gente? Yo no sé si esto mismo pasará en otras casas. No puedo hablar de esto con nadie excepto con Celia, que es mi mejor amiga y con Héctor que sé que sabe guardar un secreto. Cuando me ven muy triste ya se imaginan lo que ha pasado, entonces se vienen conmigo en el recreo y esperan por si yo les quiero contar algo o por si me apetece llorar a escondidas, en algún rincón del patio donde sólo estamos los tres. Porque ¿Sabes una cosa abuela? A veces, cuando pasan esas cosas en mi casa, cuando mi padre le da a mi madre alguna bofetada o algo peor y veo a mi madre llorar tanto y decirme que no me preocupe, no sabes lo que me entra por mi cuerpo, en esos momentos odio a mi padre a muerte y si pudiera no sé qué le haría.

Pero también es verdad que después él se arrepiente y le pide perdón y le dice que no lo hará más. Y creo que él hasta se lo cree. Sin embargo, mamá y yo sabemos que eso no es cierto, y que lo volverá a hacer cuando ella tarde mucho en venir de la peluquería; o cuando haga una comida que a él no le gusta; o cuando compre unas cortinas nuevas; o cuando le diga otra vez que se quiere sacar el carnet de conducir; o cuando le recuerde que había quedado para ir un sábado con su amiga Loli a Sevilla a

ver a Antonio, un amigo de las dos que se encuentra enfermo; o cuando llegue un poco borracho y mamá le ponga mala cara; o cuando no encuentre la camisa que se quiere poner...

No sé abuela, quizás papá le pega a mamá porque ella no hace las cosas demasiado bien aunque Celia dice que mi madre es fantástica y que la suya sabe hacer muchas menos cosas y su padre jamás le ha pegado.

Héctor sin embargo dice que su padre en alguna ocasión sí le da a su madre algún que otro bofetón pero sólo cuando hace algo que está muy mal muy mal como por ejemplo comprar una enciclopedia que costaba un pastón sin consultárselo a él, o apuntarse sin su permiso a unas clases de informática que iban a dar durante cuatro meses en el Centro de Adultos. Dice Héctor que su padre le decía a su madre que si ella comprendía que iban a estar cuatro meses esperando que ella llegara a las nueve y media de la noche para que les preparara la cena, sólo por la tontería de saber informática, que era una cosa que a ella no le hacía ninguna falta.

Y digo yo abuela que es que a mamá le pasa algunas veces como a la madre de Héctor, que hace cosas que sabe que mi padre no puede soportar y entonces no puedo decir que él tiene la culpa ... ella también es culpable por no tener cuidado y meter la pata como dice papá.

Pero el otro día me paso algo que me hace estar dándole vueltas a este asunto y por eso me he puesto a escribir esta carta porque quiero contarte todas estas cosas que pienso y quizás hablando contigo no voy a ser capaz de decírtelas y me voy a olvidar de algo.

Celia me preguntó si cuando yo fuera mayor y viviera con una mujer o me casara con ella, si yo le pegaría alguna vez. Y entonces me salió sin pensarlo abuela, te juro que no quería decir eso y después se lo dije a ella pero no me creyó y se enfadó conmigo. No sé si volverá a hablarme.

Cuando me hizo aquella pregunta le dije rápidamente: "sólo si se lo merece". ¡Dios mío! Celia se puso como una loca abuela, me dijo que era un futuro maltratador, que no me diferenciaba mucho de mi padre y que ojalá no viviera nunca con nadie para no hacer tan desgraciada a una mujer como mi padre estaba haciendo a mi madre. Y entonces pensé que ella tenía razón ¿Qué pasará si yo no sé aguantarme? ¿Qué pasará si llevo a acostumbrarme tanto a todo lo que está pasando que lo veo tan normal como tú lo has visto durante toda tu vida?

Ahora, mientras te escribo esta carta, estoy en mi habitación, intentando estudiar un control de lengua que tengo mañana pero no puedo abuela, acabo de escuchar entrar a mi padre y se ha tropezado con la silla que hay en el pasillo y siempre que se tropieza con la silla es porque viene borracho o al menos, un poco "toca" como dice mi madre y ya sé que de un momento a otro va a empezar la bronca porque mi madre no ha hecho hoy la carne en salsa que él quería; o porque no ha ido a descambiarle el pantalón; o porque las zapatillas que le ha comprado no son las que le gustan; o porque dice que mi madre me presta a mí más atención que a él; o porque hace dos semanas le dijo otra vez que se quería sacar el carnet de conducir; o porque hace un mes fue a comprar unas cortinas a la ciudad y en vez de coger el autobús de las cuatro cogió el de las siete...o ¡por cualquier cosa que recuerde aunque haga tres años que sucedió! Tiene muy buena memoria abuela, no como yo, que ya no recuerdo cuándo en mi casa hemos vivido alguna semana completa sin que mi madre no se "haya ganado" alguna bofetada por algo. (María Domínguez. Del libro "A golpes de cariño". Edit. por la Diput. De Sevilla).

\*\*\*\*\*

## CARICIAS DURAS *(María Domínguez)*

### **TODAS**

*Cuando llegan los golpes y son tan fuertes  
que su cuerpo no puede aguantarlos  
intenta decir adiós al fruto de aquellas noches odiosas  
y sueña lentamente con su despedida  
mientras su cuerpo yace en el suelo sin sentir casi nada.*

\*\*\*\*\*

### **LLEGÓ LA AURORA**

*Llegó la aurora...sin ruido...lentamente  
mientras, yo la acompañaba en su venida silenciosa  
metida entre las sábanas calientes  
compañeras de mi atormentada vigilia.  
al igual que tantos días pasados que yo ya ni recordaba  
sólo mi deseo se permitía dormir desde hacía tiempo  
junto a mi cama, debajo de la alfombra  
o detrás de la cortina, acurrucado, anhelando  
que otras manos suaves acariciaran mis pechos y mis muslos  
que esperaban despiertos sin yo saberlo.  
De pronto irrumpiste en mi cama  
y tu cuerpo olía a perfume barato y a ginebra rancia.  
Mi mente voló a un Universo llamado Muerte  
y viví por un instante un sueño infinito  
que sólo duró unos segundos  
mientras tú, compañero ya sin rostro,  
derramabas dentro tu semen desgastado.*

\*\*\*\*\*

### **VIVIENDO CON LA LLUVIA**

*Mi absoluta soledad me hace codiciar  
en las horas furtivas de la noche  
que ese cuerpo gélido y estático  
compañero desde hace siglos  
se evapora a través del tiempo  
y a mi lado, mientras la luna vive su insólita batalla,  
la esfera del reloj se detenga  
al tiempo que el sueño invade lentamente mis sentidos.*

\*\*\*\*\*

## **LA NOCHE**

*La noche... ese espejo que acoge miedos y deseos.  
La nada vuela entre las sombras  
y los silencios se planean mientras los sueños  
se precipitan hacia sus recónditos caminos.*

\*\*\*\*\*

## **DICIENDO ADIÓS**

*Te fuiste mientras soñabas  
con caricias que nunca existieron...  
Nada dolía, sólo decir adiós al fruto  
de aquellas noches de odio y crueldad  
cuando todo se fundía en una sola carne  
y deseabas con rabia  
que él nunca hubiera existido.*

\*\*\*\*\*

## **PENSAMIENTOS ACRISTALADOS**

*Un siglo de vacío se adentró en tu vida  
desde que la cordura se despidió de su mente  
y dando gritos sin sentido  
o llenando los momentos con profundos silencios  
tienes que vivir desde hace tiempo  
con su odio clavado en tu nuca,  
con su desprecio que respiras cuando despiertas  
acristalando tus nulos pensamientos  
que envían el amor que una vez sentiste por él  
al mágico país de los recuerdos.*

\*\*\*\*\*

## **MADUREZ FORZADA**

*Fue hace poco, creo que hace unos meses,  
en televisión, cuando su cara de madurez forzada,  
de niñez alejada, ocupó toda la pantalla  
y con una naturalidad ficticia  
como si quisiera creer que fueran ciertos los sueños  
contó su vida, miedos y desvelos.  
Al poco tiempo,  
cuando el otoño iba llegando a su fin  
se apagó su aliento  
una noche en la que su compañero  
decidió que un cuchillo debía cortar  
el hilo que separa la vida de la muerte  
haciendo que olvidara sus miedos para siempre.*

\*\*\*\*\*

## **TRESCIENTAS SESENTA Y CINCO TORTILLAS DE PATATAS.** *(María Domínguez. Del libro “A golpes de cariño”).*

Ana buscó en el cesto de mimbre casi roto que tenía en la despensa, cogió tres patatas como invariablemente hacía todas las noches y se fue a la cocina para pelarlas. Mientras les quitaba la piel pensaba en cuántas tortillas de patatas habría hecho desde que se casó. Trescientas sesenta y cinco tortillas cada año, una cada noche, los trescientos sesenta y cinco días del año. Su marido no quería otra cosa para cenar. Tenía que ser tortilla de patatas – tres patatas y seis huevos- a la que tenía que añadir pimiento y cebolla los lunes, miércoles y viernes; ajo y perejil, los martes, jueves y domingos. Procuraba no equivocarse. Las pocas veces que le había sucedido le habían “llovido” dos o tres bofetadas que la habían hecho tambalearse en medio de la cocina.

No importaba que llegara una fiesta o un día especial; la tortilla había que hacerla y si después Felipe no se la comía o le apetecía salir a jugar una, dos o siete partidas de cartas, daba igual, la tortilla se tiraba y punto.

A veces, cuando estaba batiendo los huevos, pensaba en qué pasaría si le echara una buena dosis de ese matarratas que tenía guardado hacía mucho tiempo para esas ratas que no existían.

Quizás no hubiera ocurrido nada porque no le habría sabido igual, no se la comería entera – sólo uno o dos bocados como mucho- y todo se hubiera quedado en otra noche de vomitera que ella habría tenido que recoger; eso si antes no habían “caído” unas cuantas “te voy a matar a hostias por no hacer la tortilla como Dios manda, qué no sé qué coño le habrás echado esta noche, so cabrona”.

O puede que sí, puede que si esa noche hubiera llegado con hambre y con unas cuantas copas de más que hubieran amortiguado el sabor – ácido creía ella - del matarratas, se la hubiera comido y por la mañana lo hubiera encontrado muerto. Ana pensaba que no le hubieran hecho la autopsia porque no se había escuchado ningún caso en el pueblo. Todo el mundo habría pensado que su corazón no había resistido una de las borracheras tremendas que cogía continuamente. El médico hubiera certificado su muerte y ella lloraría “amargamente” como una buena viuda. O no, quizás ya no derramaría ni una lágrima porque las había derramado todas desde hacía quince años que cometió el gran error de su vida casándose con él.

Siguió pelando patatas y ¡coño! Qué corte... pero no tenía tiempo de ponerse ni una tirita. Faltaban dos minutos para las siete de la tarde que era la hora a la que acostumbraba a llegar del trabajo Felipe y todavía no había empezado ni a freírlas. Cogió un trapo que tenía por allí y tiró de él para rasgarlo con las manos y hacerse de una tira larga para podérsela liar en el dedo. Tenía que cerrar las ventanas para que los vecinos no escucharan los “hostias, me cago en la puta” que Felipe empezaría a lanzar por no tener la tortilla a punto aunque en el fondo daba igual, lo habían escuchado demasiadas veces y ya estarían acostumbrados. No siempre le daba tiempo de cerrar todo y aunque así hubiera sido, nunca habría podido disimular los moratones a la mañana siguiente.

Además, en el fondo sabía que daba igual que la tortilla estuviera perfecta y a punto. Podía buscar cualquier pretexto que en ese momento se le viniera a la cabeza: podía acordarse que la noche anterior a ella le entró un dolor de estómago muy fuerte y la tuvo que llevar al ambulatorio con lo cual le estropeó la primera parte del partido de España- Francia “por nada, porque al final el dolor de estómago era una invención tuya para que yo no estuviera tranquilo en el bar viendo el partido, que tienes una mala leche que te mueres so puta”; o podía recordar que hacía dos semanas cuando fue a tomarse

un cubata por la noche antes de acostarse abrió el mueble-bar y no había más que dos gotas de ginebra y fue a la cama a decirle “tienes suerte esta noche porque me coges de buenas, para que después digas que por qué te doy, para que veas que a veces hasta te perdono incluso cuando más te lo mereces inútil de mierda, que te dije anoche que hoy tenías que comprar ginebra porque no quiero quedarme sin ella... no te voy a pegar pero te vas a levantar y vas a ir a la gasolinera que es el único sitio que está abierto y me vas a traer la botella de ginebra... ¡y date prisa!, que no me quiero tomar el cubata a las tres de la mañana” (por supuesto a Ana no se le ocurrió protestar y decir que ella estaba acostada desde las once de la noche y que estaba muy cansada porque entonces no se hubiera librado de la paliza. De todas formas tampoco se libró porque en la gasolinera no había Rives y se le ocurrió comprar Larios – aunque se llevó más de diez minutos sin decidirse a cambiar de marca ante la atenta mirada del vendedor que nunca había sentido tanta pena por nadie- y cuando llegó a casa Felipe estalló la botella contra la pared y después su cuerpo, que no sólo dio contra la pared sino contra las puertas, contra sus manos, contra sus botas y hasta contra la hebilla de su cinturón mientras le gritaba:”la próxima vez buscas la marca que yo quiero hasta debajo de la tierra, so perra, que seguro que no has comprado hoy la botella de ginebra en el super porque has estado hablando con las vecinas o viendo la novela que es para lo único que sirves, que no he visto una tía que valga menos que tú... ¡ No sé ni cómo se me ocurrió casarme contigo, desgraciada, que tuviste suerte de que alguien se fijara en ti! ... y los golpes continuaban sin parar como una sucesión de golpes de martillo intentando clavar una puntilla infinita en un trozo de madera infinito.

Mientras tanto Ana perdía la noción del tiempo y para evadirse empezaba a multiplicar los años que llevaba casada por las tortillas que había hecho: 365 tortillas al año por diez años son tres mil seiscientos cincuenta tortillas (le resultaba más fácil multiplicar por diez y después seguir haciendo otra cuenta) y después como son casi cinco años más... cinco años mas... cinco... cin...

A veces tenía suerte y perdía el conocimiento y cuando despertaba pensaba “esta vez tampoco he terminado de hacer la cuenta; esto quiere decir que estoy viva ; quizás la termine la próxima vez... o quizás tenga suerte y no tenga oportunidad de hacerla de nuevo.”

Quizás Felipe viniera de buen humor, algo normal que le sucedía siempre con los demás cuando estaba en la calle hablando con los vecinos, cuando salían con los amigos, cuando él estaba en el bar o cuando coqueteaba con algunas “amigas” que ella no sabía de dónde salían pero como los comentarios en el pueblo volaban, Ana sabía que esos rumores eran ciertos. Sólo se le ocurrió preguntárselo una vez al principio de su matrimonio cuando aún no sabía que ella no podía mostrarse enfadada con él, “Felipe, me han dicho en la panadería que si me he enterado que vas muchas veces a la ferretería nueva donde despacha una muchacha bastante mona que tiene el pelo rubio y es muy simpática. A mí no me gusta que hagas eso cariño...” No le dio tiempo de seguir... “¿Y quién te ha dicho nadie que a ti te tiene que gustar o dejar de gustarte? Aquí soy yo el que decido si me gusta una cosa o no ¿te enteras? Y tu opinión no cuenta. No se te olvide nunca” Entonces se acercó a ella y Ana pensó que iba a disculparse, que iba a abrazarla y a decirle que eso era una tontería, que él había ido a aquella tienda simplemente a comprar lo que necesitaba y que apenas se había fijado en aquella muchacha y que le había gritado porque lo había puesto de mal humor tantas habladurías como había en el pueblo. Pero cuando la tenía a la distancia justa le dio la primera bofetada y cuando se tambaleó y se quiso poner derecha le llegó la segunda que hizo que ya no se sostuviera en pie y cayera al suelo como un saco de patatas -como un saco de aquellas patatas que tanto odió después porque cada noche eran el recordatorio

del infierno en el que vivía desde hacía quince años- apoyó su brazo al caer y se lo partió. Eso también fue culpa suya, porque desde luego “mira que eres torpe, por dos bofetadas, te caes y te partes un brazo, que para no saber no sabes ni caerte, que no sé para qué me he casado contigo”; esas palabras fueron por la noche después de venir del hospital con el brazo escayolado. Antes en el ambulatorio del pueblo ya había dado él su versión: “el perrito que tenemos se le pasó por entre las piernas y se cayó con el plato de una tortilla de patatas que llevaba en las manos, porque mi mujer hace unas tortillas exquisitas ¿verdad cariño? Y después se ha dado al caer con el pico de un sofá y fíjese cómo se ha puesto la cara” .Si es usted tan amable, sale un momento de la consulta que debo hacerle unas preguntas a su mujer” Felipe no se iba...“ a solas, por favor, debo hablar con la paciente a solas”, “Mi mujer y yo no tenemos secretos”, “Haga el favor de salir”.

Bastó con una mirada de Felipe. Ana vio en sus ojos temor, amor, arrepentimiento... por un segundo pareció ver odio pero no, seguro que estaba equivocada, él estaba arrepentido de lo que había hecho aunque no le había dicho nada todavía pero ya se lo diría cuando tuvieran ocasión, si no “fíjate lo que le ha dicho al médico, que hago unas tortillas de patatas exquisitas”... no cambió una palabra de la versión que su marido le había dado hacía un momento a Don Francisco : el perro se le había pasado por debajo de las piernas y le había hecho perder el equilibrio, cuando cayó se dio con el pico del sofá en la cara y al caer en una mala postura se había partido el brazo; no había pasado otra cosa.

Puede que esa noche llegara de buen humor y entonces tuviera ganas de comerse la tortilla y de mucho más. Entonces quizás era peor que cuando llegaba dando gritos y de un humor de perros. No había preámbulos ni momentos de cariño que precedieran a una penetración animal y por supuesto sin orgasmo compartido. Todo iba deprisa como si fuera una película y Ana pensaba en esos momentos que quizás, si tenía suerte, puede que no le pidiera que se la chupara esa noche y ella vomitaría menos.

La tira de tela que se había puesto en el dedo estaba ya empapada de sangre y se veía toda de color rojo. Se la deslió un momento y vio que seguía sangrando. Era un corte demasiado grande. Seguramente si iba al ambulatorio le iban a dar puntos y entonces le dirían que no se mojara el dedo en unos ocho días... ¡eso era imposible! ¿Quién iba a hacer entonces la tortilla de patatas todas las noches? No, haría como había hecho otras veces, cortaría un guante de plástico y se lo liaría bien después de ponerse una venda para que no le entrara el agua , ella se lo curaría todos los días y todo iría bien. Ana miró el reloj, las siete y veinte, Felipe se estaba retrasando y eso le permitiría tener la tortilla lista cuando llegara. Lllaman a la puerta, Felipe no es porque siempre lleva llave y Felisa la vecina tampoco porque jamás se le ocurriría venir a estas horas que sabe que él está a punto de entrar. A partir de las seis y media de la tarde su casa se convierte en una isla desierta en medio de un océano, en la única casa habitada en medio de un pueblo fantasma, porque eso son en esos momentos todos los vecinos que saben lo que pasa: fantasmas. Aunque sepan lo que sucede no pueden hacer nada; bueno, sí lo intentan pero no pueden si ella no quiere. Entre todos tienen un dinero dispuesto para cuando ella diga que quiere marcharse pero ella no va a irse, él la encontraría, siempre la encontraría y además ¿Qué va a hacer? ¿Dónde va a ir? Felisa la anima a que ponga la denuncia pero ella dice que ni se le ocurra decirlo porque entonces, en cuanto lo llamen al Cuartel de la Guardia Civil, entonces sí que en cuanto llegue a casa la mata, ya no tendría escapatoria... ¿O quizás esa sería su escapatoria? También eso lo había pensado muchas veces.

Fue hacia la puerta y abrió. Un hombre no demasiado joven la saludó y le preguntó por la casa de Felisa “soy el nuevo enfermero”, han llamado al ambulatorio y

vengo a tomarle la tensión a Felisa, que supongo que no es usted porque me han dicho que es una mujer mayor de setenta años” “No, no soy yo, Felisa es mi vecina, vive en esa casa de allí enfrente que tiene el zócalo de color marrón, la única que tiene zócalo en toda la calle” (Felisa sólo tenía abierta un poco la puerta)”Perdone, tiene usted sangre ¿se ha hecho algo? ¿quiere que se lo mire? (Y Antonio dio un paso adelante e intentó entrar con su maletín a ver si podía ayudar en algo a aquella mujer) “no , no de verdad que no; es un corte de nada, la sangre es muy escandalosa, muchísimas gracias pero tengo mucha prisa; por favor, dígame a Felisa que después iré a verla” Y Ana cerró rápidamente la puerta pensando en que Felipe estaba a punto de llegar y “ojalá no haya visto a este muchacho salir de aquí porque se le pueden cruzar los cables otra vez y ya tengo bastante hoy con el puto corte que me he hecho” .Pero no le dio tiempo de llegar a la cocina cuando escuchó la puerta de la calle. Corrió los pocos metros que separaban el salón para poner la tortilla de patatas en el plato y que estuviera humeante encima de la mesa cuando Felipe entrara. Lo consiguió; él estaba tardando un poco más de la cuenta en entrar aunque ella sabía que ya estaba en la casa. Estaría dejando el maletín en la salita o no le apetecería comerse la tortilla... o habría ido primero al cuarto de baño... pero era extraño porque lo primero que hacía era ver si la tortilla estaba perfecta... Los segundos pasaban y Felipe no entraba... el tiempo se hacía eterno, nunca había hecho eso así que Ana empezó a ponerse un poco nerviosa, no se atrevía a hacer ninguna otra cosa...Bueno, podía ir batiendo los huevos para hacerle un bizcocho de esos que a él tanto le gustaban. Si la veía haciendo eso seguro que se quedaría satisfecho. El bizcocho estaría listo en una hora y después de enfriarse durante toda la noche podría comerse un trozo en el desayuno. Abrió el frigorífico y sacó los seis huevos; empezó a cascarlos y a separar lentamente y con mucho cuidado las claras de las yemas para poder hacer primero el punto de nieve con las claras... se llevaba un ratito con cada huevo porque si se hacía bien y despacio se separaban perfectamente pero no había que tener prisa. De vez en cuando se volvía y miraba hacia la puerta de la cocina y hacia el trozo de pasillo que se veía desde donde ella estaba. No escuchaba nada. No sabía lo que estaba haciendo. De pronto pensó que quizás el matarratas se notara menos en el bizcocho que en la tortilla porque el sabor dulce del azúcar lo disimularía. Podía intentarlo pero hoy podía ser porque Felipe podría entrar de un momento a otro. Tenía que ser en otro momento cuando hiciera el bizcocho la próxima semana o el próximo mes.

Cuando iba a romper el tercer huevo sintió unos pasos, miró hacia atrás y vio a Felipe muy cerca de ella, no lo había sentido, claro se había puesto las zapatillas de estar por casa ¡qué raro! él nunca se las ponía cuando llegaba porque lo que hacía era que se ducha después de comerse la tortilla – cuando tenía ganas de comérsela porque si no la tiraba al cubo de la basura- para irse otra vez; bueno, puede que hoy no tuviera ganas de salir. Ana fue a decirle que la tortilla estaba lista y que además le estaba haciendo un bizcocho para el desayuno pero sólo sintió una aguda punzada y después otra y luego otra y luego cayó al suelo mientras escuchaba la voz de Felipe muy lejana que le decía algo sobre un hombre que había salido de la casa hacía un rato con un maletín, cuando él llegaba con el coche y que “menos mal que lo he visto y que he podido darme cuenta de que me estabas engañando , que con razón te he dicho siempre que eras una puta, so cabrona que sabe Dios los cuernos que me habrás puesto aunque yo también te los he puesto a ti y me da igual lo que me pase ¿sabes? porque dentro de unos años estaré fuera de la cárcel, pero de ésta te vas al cementerio, que no me ha hecho falta ver esto para saber que me casé con la tía más caliente de...”

Ana no sentía dolor... esta vez dolía menos que las otras e incluso se iba a dormir mucho antes que otras veces; tan pronto, que no le iba a dar tiempo a hacer la multiplicación de las tortillas para calcular las que había hecho desde que se había

casado... aún así empezó a hacerla por si acaso no se dormía pero también se le mezclaban otros pensamientos “¿y si le hubiera echado el matarratas? ¿Se habría dado cuenta al comerse el bizcocho? ¿Y mi vecina Felisa, como tendrá la tensión, seguramente no podré ir esta noche a preguntarle y a llevarle un poquito de caldo como cuando está pachucha... trescientas sesenta y cinco tortillas por diez años son tres mil seiscientos cincuenta tortillas... pero sintió algo muy caliente debajo de su cuerpo e intentó levantar la mano para ver de qué se había manchado... no podía... estaba muy cansada y entonces miró el reloj que tenía colgado en la pared de la cocina y que le había tocado una vez en el supermercado, era la única vez que le había tocado algo en su vida, miró el reloj y eran sólo las ocho menos cinco y recordó como algo muy lejano la tarde que llegó loca de contenta a su casa porque le había tocado aquel reloj de color verde que regalaban con una promoción de refrescos si rascabas el círculo gris y estaba allí dibujado... nunca había tenido mucha suerte y aquello fue como si le hubiera tocado la lotería, nunca había estado tan contenta. Pero Felipe pensó que el reloj se lo había dado Sebastián, el dueño de la tienda, porque ella se mostraba demasiado amable con él y ¡claro!, el no compartió su alegría sino que se puso como loco aunque aquella tarde no estaba demasiado agresivo y solamente le dio dos bofetadas, le cogió el pelo por detrás como si se lo quisiera arrancar de cuajo y le dijo “esto es un aviso; ahora voy a colgar el reloj en la pared de la cocina para que cuando lo veas todos los días te acuerdes de las dos hostias que te he dado hoy y te propongas no ser tan amable con los tíos” y allí estaba el reloj desde hacía doce años, en un lugar de la cocina hacia donde se había acostumbrado a no mirar para no recordar aquella tarde. Pero ahora no le quedaba más remedio que mirar para él, no podía moverse, no podía mirar para otro lado... las ocho menos un minuto... empezó otra vez a hacer la multiplicación... trescientas sesenta y cinco tortillas por diez son tres mil seiscientos cincuenta tortillas y la mitad... no podía seguir... no le salían los números y no iba a ser capaz de terminar... se estaba durmiendo y entonces comprendió que esta vez había tenido suerte porque ya no dejaría más ninguna cuenta de multiplicar sin terminar, ya no volvería a empezarla, ni tampoco haría más tortillas aunque tampoco podría echarle la próxima semana matarratas en el bizcocho que pensaba hacerle a Felipe para desayunar.

\*\*\*\*\*

# **CORRESPONSABILIDAD.-**

## **POEMAS PARA TRABAJAR LA RESPONSABILIDAD COMPARTIDA.- (Del libro “Mis primeros poemas”, de la Editorial Hergué)**

### **EL PAPÁ Y LA MAMÁ DE CLAUDIA**

A mamá le gusta arreglar  
los enchufes y aparatos  
ya sea una lavadora  
o nuestro viejo lavaplatos.

Papá hace tartas buenísimas  
y uno exquisitos bombones  
prepara ricos cocidos  
o me cose los pantalones.

Cuando vamos de viaje  
mamá conduce nuestro coche  
y mientras papá nos canta  
cuando se hace de noche.

### **LAS TAREAS DE LA CASA**

Antes de irnos al cole  
temprano por la mañana  
mi hermano y yo muy contentos  
hacemos siempre las camas.

Al volver todos a casa  
comemos y descansamos  
y después cuando pasa un rato  
las tareas comenzamos.

Yo limpio el cuarto de baño  
Ernesto tiende la ropa  
mamá plancha las camisas  
y papá pasa la mopa.

Todos hacemos algo  
porque todos ensuciamos  
y como la casa es de todos...  
¡entre todos la ordenamos!

### **UN GRAN COCINERO**

Hoy papá nos va a enseñar  
a hacer unos macarrones  
unas tortitas de miel  
y riquísimos bombones.

Mi papá cocina bien  
y le gusta a hacer pasteles  
comidas y guisos “locos”  
para que nos pongamos fuertes.

Haremos juntos el sábado  
una tarta de manzana  
un riquísimo pollo asado  
y un gran zumo de naranjas.

### **DE VIAJE**

Cuando vamos de viaje  
siempre conduce mamá  
le entusiasma su volante  
y hasta se pone a cantar.

Papá juega con nosotros  
y nos recita poesías  
nos hace reír a todos  
y así nos alegra el día.

En el asiento de atrás  
cantamos y nos reímos  
cuando de broma papá  
pone cara de pingüino.

El camino se hace corto  
vayamos donde vayamos  
siempre llegamos pronto  
casi ni nos enteramos.

por la mañana temprano  
y hace tan ricas tostadas  
que le vuelan de las manos.

## **LOS JUGUETES DE MARÍA**

María tiene una muñeca  
una comba y un camión,  
todos son juguetes suyos  
y le gustan un montón.  
Tiene una arquitectura  
una oca y un parchís  
y lo pasa fabuloso  
jugueteando en su jardín.  
Ayer jugó con la muñeca  
y de princesa la vistió,  
hoy ha cogido la comba,  
¡después cogerá el camión!  
Cuando ya llegue la noche  
María se acostará,  
pero antes con amor  
sus juguetes ordenará;  
ellos dormirán contentos,  
muy alegres y risueños  
sabiendo que al día siguiente  
volverá a jugar con ellos.

## **LA COMETA**

Vuela alto la cometa  
que me hizo ayer mamá,  
mueve su larga cola  
y no para de bailar.  
¡Qué lejos va mi cometa  
qué bien se lo va a pasar!  
yo la miro desde el suelo  
y me río sin parar.

## **¡QUÉ BIEN GUISA MI PAPÁ!**

Mi papá guisa muy bien  
las lentejas y el cocido  
me hace unas ricas tartas  
y también los huevos fritos.  
Prepara los desayunos

## **¡HAY MUCHO QUE HACER!**

### **Por la mañana...**

Si deshaces tu cama  
para dormir calentito,  
luego por la mañana...  
¡la pones bien rapidito!

### **A mediodía o por la noche...**

Ponemos el pan  
llevamos cubiertos  
vasos y platos  
entre todos ponemos.

### **Por la tarde...**

Recojo mis juegos  
voy a por manzanas  
guardo mis cuentos  
o traigo patatas.  
Ayudo a papá  
que hace la cena  
¡qué rica la sopa  
y también las lentejas!

### **Por la noche...**

Si te duchas por la noche  
y la ropa tú te quitas  
contento y sin reproches  
la dejarás recogida.



# ¡QUÉ MALA PATA TUVO MAMÁ GATA! (Inédito)

María Domínguez.

Esta es la historia de una gata muy trabajadora, que estaba siempre muy cansada, porque sus cinco gatitos nunca hacían nada en casa pues se pasaban el día jugando, y don Gato cuando llegaba de trabajar, sólo pensaba en sentarse en su fantástico sillón.

Mamá Gata trabajaba  
de la noche a la mañana  
no paraba en todo el día  
ni en casa ni en la cafetería.

¡Vaya con el problemón,  
le ha dicho su amiga Pura,  
si no empiezan a trabajar  
tu casa será una locura!

Casi nunca sonreía  
se había ido su alegría  
sus gatitos y don Gato  
vivían sólo pasando el rato.

Entonces la mamá Gata  
con aquella mala pata  
pensó que sería lo mejor  
darles una lección.

Pero lo que un día sucedió  
cambió la situación  
papá Gato y los gatitos  
se quedaron “a cuadritos”.

Y repartió los trabajos  
sin darle ningún reparo,  
don Gato haría la comida  
y los gatitos...¿qué harían?

Tuvo muy mala pata  
nuestra buena mamá Gata,  
en la calle se cayó  
y su pata se rompió.

Pues ellos harían sus camas  
siempre por la mañana  
recogerían toda la ropa  
mientras papá pasaba la mopa.

¿Y qué haré yo ahora  
con esta pata rota?  
Ahora no podré limpiar  
y tampoco podré planchar.

Y entonces la mamá Gata  
con aquella mala pata,  
no haría más que descansar  
para pronto poderse curar.

Mis gatitos no querrán  
en nuestra casa ayudar  
y don Gato tan comodón  
no va a dejar su sillón.

Y pronto todos pensaron  
que estaba bien compartir  
aquellos trabajos cansados  
¡y ya siempre sería así!

Los gatitos y don Gato  
no estaban acostumbrados  
a hacer nunca nada de nada  
pues todo lo hacía mamá Gata.

\*\*\*\*\*

## **EL MUNDO AL REVÉS.- “Qué cansadas estamos” (Para dramatizar).**

Aquel martes, Jaime llegó del colegio con su hermana María. Habían tenido una mañana muy movida y estaban un poco cansados, pero había que hacer muchas cosas antes de que llegaran sus padres.

Jaime se fue rápidamente a la cocina y se puso a pelar las patatas, para freírlas. Le dijo a María que le echara un vistazo a los cuartos de baño y a las habitaciones. María le dijo:

-Mira, Jaime, tampoco hay tanta prisa. Yo estoy muy cansada, y además ahora hay un programa muy interesante en la tele y no quiero perdérmele. Ve tú haciendo la comida, que ahora yo te echo una mano.

-No es justo María, la comida es para los cuatro y la casa también debemos ordenarla entre todos.

- Bueno, pues yo no te voy a ayudar ahora. Lo siento. Dentro de un rato ya haré algo.

Jaime no tenía ganas de discutir, y tampoco tenía tiempo. Se metió rápidamente en la cocina porque sabía que si seguía discutiendo no tendría la comida lista cuando llegaran sus padres. Peló las patatas y mientras se freían, sacó la ropa que había en la lavadora y subió a tenderla a la terraza.

Mientras tanto, María seguía viendo la televisión porque el programa que estaban emitiendo era muy interesante.

Cuando volvía de tender la ropa, Jaime miró para la habitación de María y se dio cuenta que no había hecho su cama por la mañana, y que el cuarto estaba hecho un desastre. La de sus padres tampoco estaba hecha. Cuando llegarán ya les diría lo que pensaba.

-¡María! –dijo Jaime desde la escalera- sube a hacer tu cama por favor, y arregla tu habitación. ¡Está hecha una pocilga!

-¡Ya voy!- dijo María desde abajo- ya te he dicho que dentro de un rato subiré.

Jaime se dirigió enfadado a la cocina. Las patatas estaban a punto de quemarse. Las sacó de la sartén, las puso en una fuente y las tapó para que no se enfriaran demasiado. Sus padres llegarían en unos momentos. Tenía el tiempo justo para hacer una ensalada y los filetes.

-¡María! – volvió a decir Jaime- ve haciendo la ensalada, que yo tengo que pasar los filetes, y papá y mamá están a punto de llegar.

-¡Qué pesado eres! – dijo María que se había puesto a jugar a la video-consola- ¡Esas dos cosas se hacen en un momento! ¡No te hagas el mártir! ¡Te da tiempo de sobra para cuando lleguen!

En esos momentos los padres de María abrieron la puerta y saludaron a su hija. Los dos traían caras de agotados.

Ana, la madre de María, se dejó caer en el sofá como si no pudiera dar un paso más y le preguntó si no se acordaba que a esa hora ponían un programa en la tele sobre moda.

-¡Es verdad mamá!, ¡Se me había olvidado! Nos da tiempo de verlo juntas mientras papá y Jaime terminan de hacer la comida. Así podremos también descansar un poco. Yo estoy cansadísima, pero tú también tienes cara de no poder más.

- Sí, hija. ¡No sabes la mañana que he tenido! ¡Estaba deseando llegar a casa para poder tumbarme un poco en este sofá que parece que me resucita!

Antonio, se quitó el abrigo y se dirigió a la cocina rápidamente para ver cómo iba la cuestión gastronómica.

-¿Qué tal, hijo? – saludó Antonio a Jaime- ¿Qué falta por aquí? ¿Te queda mucho?

- Pues todavía estoy haciendo los filetes. Queda por hacer la ensalada. Mi hermana no ha querido ayudarme, y ya veo que mi madre se ha sentado con ella en cuanto ha llegado.

- Bueno, no te preocupes, que yo la hago- dijo Antonio- En el fondo, es mejor que no nos ayuden, nosotros lo hacemos más rápido, y además... ¡para tenerlas todo el tiempo aquí protestando!...

- Pero papá, es que mi hermana y mamá tienen mucho morro. Todos los días a la misma hora se ponen a ver ese programa de la tele, que les gusta. Les da igual lo quede por preparar en la cocina. Y además, todavía hay que hacer la cama de María y la vuestra, que también os habéis ido al trabajo hoy sin hacerla, y recoger los cuartos de baño.

-Bueno, subo en un momento y hago las dos, no te preocupes. Y en cuanto baje, hago la ensalada, y les digo a ellas que vayan poniendo la mesa. Eso sí lo van a hacer. La van a poner y la van a quitar. ¡No te preocupes!

Antonio subió, hizo su cama, la cama de María y recogió rápidamente los cuartos de baño. Cuando bajó, se dio cuenta que había bastante ropa sucia en el cesto y puso una lavadora de color. Pero todavía quedaba ropa para otra lavadora de prendas blancas. La pondría después de comer cuando recogiera la cocina y tendiera la que acababa de meter a lavar. Cuando acabara de hacer todo eso, se pondría a planchar porque si no lo hacía, la montaña de ropa podía llegar hasta el techo. ¡Ya llevaba dos días sin planchar y no podía dejar esa cuestión otro día más!

Cuando la comida estuvo lista, Jaime dijo:

-Mamá, María... ¡dejad ya de ver la tele y empezad a poner la mesa, por favor!

-Vaaaaaaaale, dijo su madre, ahora vamos.

-¡Qué pesados son! – dijo María- después dirán que no hacemos nada. Siempre nos toca a nosotras poner la mesa y quitarla. ¿De qué se quejarán?

- Déjalos María. Ellos son así. Se quejan por todo. ¡Total, por cuatro patatas que fríen y dos trapos que recogen!

María y su madre dejaron de ver su programa favorito y comenzaron a poner la mesa sin muchas ganas. Jaime y Antonio trajeron las patatas, los filetes, la ensalada... y se pusieron todos a comer.

Mientras comían comentaron todas las incidencias de la jornada, y cuando terminaron, María y su madre se sentaron de nuevo en el sofá, pero Antonio dijo:

-Pero bueno, ¿es que no pensáis quitar la mesa? , ya sabéis que eso os toca a vosotras.

María y su madre se miraron, se levantaron, quitaron todo lo que había encima de la mesa a una velocidad de vértigo, y se sentaron rápidamente de nuevo en el sofá.

-¡Vaya! – dijo Jaime- ni siquiera habéis limpiado el mantel. ¿Creéis que es suficiente con poner y quitar la mesa con esas prisas?

- Pues sí – dijo María- ¿qué más quieres que hagamos? ¿Es que te cuesta tanto quitarlo a ti si ya no hay nada encima?

Mientras ellas seguían sentadas, Jaime y Antonio recogieron la cocina, limpiaron el suelo, tendieron la ropa que ya estaba limpia y volvieron a poner otra lavadora.

Antonio le dijo a Jaime:

-Hijo, mientras yo voy planchando, tú ve doblando las toallas, los calcetines y los paños de cocina, para ir guardando todo en su sitio. Puede que no me dé tiempo de planchar todo lo que hay, pero al menos quitaré la mitad de la ropa.

Mamá dijo desde el sofá:

- Antonio, no te olvides de plancharme el vestido verde, por favor, que quiero ponérmelo mañana. Ahora voy a echarme una siestecita mientras vosotros dos termináis.

-Papá, y a mí me planchas la camiseta rosa, y el chaleco azul, que voy a salir dentro de un ratito, y me hacen falta – dijo María.

Poco a poco, mientras Jaime doblaba toallas, calcetines, y paños de cocina, María fue sumiéndose en un dulce y profundo sueño en aquel sofá mullido y comodísimo. Se quedó dormida soñando con que el mundo estaba muy bien al revés.

\*\*\*\*\*

## LISTA DE TAREAS.- PARA REFLEXIONAR

Para contestar y reflexionar a estas preguntas.

- 1)¿Cuántas personas viven en tu casa? \_\_\_\_\_
- 2)¿Colaboran todos los que viven en tu casa en las tareas domésticas? \_\_\_\_\_
- 3)¿Quién realiza en casa las siguientes tareas?
  - Hacer las camas \_\_\_\_\_
  - Hacer la comida \_\_\_\_\_
  - Hacer la cena \_\_\_\_\_
  - Poner la lavadora \_\_\_\_\_
  - Tender la ropa \_\_\_\_\_
  - Recoger la ropa \_\_\_\_\_
  - Planchar \_\_\_\_\_
  - Guardar la ropa en los armarios \_\_\_\_\_
  - Barrer o pasar la mopa \_\_\_\_\_
  - Limpiar el suelo \_\_\_\_\_
  - Limpiar los cuartos de baño \_\_\_\_\_
  - Fregar los platos y recoger la cocina \_\_\_\_\_
  - Hacer la compra \_\_\_\_\_
  - Limpiar los cristales \_\_\_\_\_
  - Sacar la ropa de invierno y sacar la de verano y al contrario \_\_\_\_\_
  - Arreglar un grifo \_\_\_\_\_
  - Acudir a las reuniones del cole \_\_\_\_\_
  - Quedarse en casa cuando un hijo está enfermo \_\_\_\_\_
  - Llevar a los niños/as al pediatra \_\_\_\_\_
  - Ayudar a hacer los deberes \_\_\_\_\_

## **LA RUTA DE LA CAMISA.-**

**Por la mañana me pongo mi camisa y cuando llego a casa descubro que tiene una mancha de café. ¿Cuál será el itinerario de mi camisa hasta que pueda volver a ponérmela?**

- La meto en la lavadora.**
- Después programo la máquina. Sé qué detergente usar y la cantidad que necesito.**
- Cuando ha terminado la lavadora, saco la camisa y la tiendo estirada y bocabajo.**
- Estoy pendiente de que no llueva.**
- Cuando está seca la recojo y guardo las pinzas que he utilizado en el cesto de las pinzas.**
- Compruebo que la mancha ha salido y me dispongo a plancharla.**
- Cojo la plancha.**
- La lleno de agua y espero a que se caliente.**
- La plancho. Sé cómo plancharla.**
- La cuelgo en su percha y la guardo en el armario con el resto de las camisas.**

\*\*\*\*\*

## **CARTA DE UNA BUENA MADRE AL ESCAPARSE DE CASA.-**

**Queridos todos y todas:**

**Me voy. Espero que no sea definitivo. Os llamaré de vez en cuando. Sé que me diréis: “¡Oh mamá, cuánto te echamos de menos”.**

**Regresaré el día que os hayáis apropiado de mi delantal, que no se note mi hueco en la cocina, que no necesitéis una intermediaria para hablar con papá, o cinco euros extras para acabar el domingo, el día – me da igual- que sepáis plancharos la ropa o que no os importe llevarla arrugada.**

**Fui comprensiva, por supuesto, pero me gustaría ahora tener algo más que los demás comprendieran, no sé si me explico.**

**Tendréis, además, que encontrar primero dónde escondí las bolas de naftalina. El día que las encontréis, los secretos del hogar estarán siempre en vuestro poder. Sólo entonces podréis preguntaros si os interesa, aunque sólo sea para saber qué tal me fue. A mí, no a vosotros.**

**A partir de ese día, si os llamo, me invitáis a tomar algo en una cafetería.**

**Os quiero,**

**Mamá.**

**P.D. Claro que me gustaban los regalos prácticos. Ahí estaba el problema, que me gustaban.**

## POEMAS QUE EMOCIONAN.-

### COMPAÑERA.- (Mario Benedetti)

*Compañera, usted sabe  
que puede contar conmigo.  
Si algunas veces advierte  
que la miro a los ojos,  
y una veta de amor  
reconoce en los míos,  
no alerte sus fusiles  
ni piense que deliro;  
a pesar de la veta,  
o tal vez porque existe,  
usted puede contar conmigo.  
Si otras veces  
me encuentra huraño sin motivo,  
no piense que es flojera  
igual puede contar conmigo.  
Pero hagamos un trato:  
yo quisiera contar con usted,  
es tan lindo  
saber que usted existe,  
uno se siente vivo;  
y cuando digo esto  
quiero decir contar  
aunque sea hasta dos,  
aunque sea hasta cinco.  
No ya para que acuda  
presurosa en mi auxilio,  
sino para saber a ciencia cierta  
que usted sabe que puede  
contar conmigo.*

\*\*\*\*\*

## **DIME POR FAVOR (Jorge Luis Borges)**

**Dime por favor dónde estás,  
en qué rincón no puedo verte,  
dónde puedo dormir sin recordarte y  
dónde recordar sin que me duela.  
Dime por favor dónde pueda caminar  
sin ver tus huellas.  
Dónde puedo correr sin recordarte  
y dónde descansar con mi tristeza.  
Dime por favor cuál es el cielo  
que no tiene el calor de tu mirada  
y cuál es el sol que tiene luz tan sólo  
y no la sensación de que me llamas.  
Dime por favor cuál es el rincón  
en el que no dejaste tu presencia.  
Dime por favor cuál es el hueco de mi almohada  
que no tiene escondidos tus recuerdos.  
Dime por favor cuál es la noche  
en que no vendrás para velar mis sueños...  
Que no puedo vivir porque te extraño  
y no puedo morir porque te quiero.**

\*\*\*\*\*

## **CASI VEINTICUATRO HORAS DE INSOMNIO (Para dramatizar).**

Se habían quedado todos dormidos hacía un ratito, y Carlos seguía en el sofá sin ganas de irse a la cama, todavía pensando en la comida que haría para el día siguiente. Alicia se había acostado porque había llegado muy cansada de la oficina, y los niños ya estaban dormidos, aunque temía que Joaquín se despertara unas cuantas veces en la noche ya que había vomitado después de la cena, y tenía un poco de fiebre.

Alicia le dijo desde la cama:

-¡Carlos!, ¿Por qué no te acuestas ya? ¡Es muy tarde!

-No puedo cariño. Voy a dejar algo preparado para comer mañana. Estoy pensando hacer unas lentejas que se hacen muy rápido. Duérmete que a mí me queda un ratito.

No hizo falta decírselo dos veces porque Alicia estaba agotada de aquel día de trabajo en el que había tenido tres reuniones maratonianas, había tenido que comer con tres de sus compañeras para preparar un proyecto, y después había tenido que ir la peluquería.

Carlos puso las lentejas y cuando todavía faltaba un poco para que terminaran de hacerse, oyó desde la habitación de los niños:

-¡Papá... ven, que tengo ganas de vomitar!

-¡Vaya!, ese es Joaquín. Lo sabía. Sabía que iba a dar la noche, dijo Carlos hablando solo.

Antes que Carlos pudiera llegar a la habitación, oyó el inconfundible ruido del niño que vomitaba como si le estuviera saliendo todo el aparato digestivo por la boca, y a continuación, un llanto terrible.

Llegó a la habitación, lo sacó de entre las sábanas sucias, lo llevó al cuarto de baño, lo lavó, le puso un pijama limpio y lo colocó en la cama de su hermano mientras él cambiaba las sábanas y recogía toda la vomitera del suelo.

-¿Cómo no se ha despertado Alicia con todo el escándalo? ¡Siempre le pasa igual! ¡Duerme a pierna suelta! , volvió Carlos a decirse a sí mismo, con un poco de mala leche.

Después acostó a Joaquín, y se quedó un rato al lado de la cama hasta que se durmió.

¡Menos mal que había corrido a apagar las lentejas en medio de aquel desastre! ¡Ya no podía más! Se levantaría un poco antes y terminaría de hacer la comida mientras preparaba los desayunos. Se puso el pijama y se acostó. Alicia ni se enteró.

Casi no había cogido todavía el sueño, cuando fue Gerardo ahora el que lo llamó:

-Papá, ¿Puedes traerme un vaso de agua?

-¡Voy Gerardo! –dijo Carlos cansinamente- veo que hoy no podré dormir.

Carlos volvió a acostarse. Alicia iría ya por el quinto sueño.

No sabía qué hora era, pero de nuevo escuchó a Joaquín que lo llamaba. Se levantó otra vez y aunque esta vez el pequeño no vomitó, seguía con fiebre, y le puso unos paños de agua fría para ver si se le bajaba de nuevo. Después de media hora, le puso el termómetro y cuando comprobó que la fiebre se le había bajado, se dirigió a su habitación a ver si podía dormir un poco.

Volvió a acostarse, miró el reloj, y vio que eran las cinco de la madrugada.

-Si se vuelven a despertar llamo a Alicia. ¡Qué se levante ella ahora!

A las seis menos cuarto, Joaquín volvió a llamarlo, y esta vez, Carlos despertó a Alicia que seguía sumida en un profundo sueño desde que se acostó.

-¿Qué pasa?...¿Qué pasa? – preguntó Alicia- medio dormida.

-Que Joaquín está llamando y yo ya estoy hartito de estar toda la noche de aquí para allá. Te toca a ti.

Alicia se levantó un poco de mal humor, y se dirigió a la habitación del niño. Volvió al poco rato y se acostó.

A las siete en punto sonó el despertador. Carlos se levantó, empezó a preparar los desayunos, a terminar de hacer las lentejas, puso una lavadora, y llamó al centro de salud para pedir cita con el pediatra. ¡No había cita hasta las diez de la mañana! No sabía cómo iba a arreglárselas en el trabajo con la reunión tan importante que tenía a esa hora.

Cuando Alicia se levantó, le comentó lo que sucedía y ella le dijo:

-¡Ah! Pues yo lo siento mucho. A esa hora tengo una reunión importantísima y no puedo faltar.

-Pues a mí me pasa lo mismo, cariño.

-No creo que tu reunión no pueda posponerse. La mía sí que es imposible ponerla a otra hora.

Como Carlos no tenía ganas de discutir, llamó por teléfono a su jefe y le explicó la situación. Lo conocía y sabía que le estaba sentando fatal lo que le estaba contando, pero el pediatra de Joaquín no podía esperar, así que tendría que aguantar después las malas caras.

Terminaron de desayunar, y Alicia se fue rápidamente después de darle un beso a cada uno.

Carlos terminó de recoger el desayuno, tendió la ropa de la lavadora, llevó a Gerardo al colegio, y se fue rápidamente hacia la consulta del pediatra.

Cuando salió eran casi las once de la mañana. ¡No quería imaginarse la cara de su jefe! Llevó a Joaquín con la abuela, y cuando llegó a la oficina eran casi las doce del mediodía.

El resto de la jornada laboral, hasta las tres de la tarde, transcurrió entre reuniones, correos electrónicos, y llamadas a su suegra a ver cómo seguía Joaquín. Se dio cuenta que Alicia no había llamado ni una sola vez, ni siquiera para preguntar qué le había dicho el pediatra, y si le había mandado algún tratamiento.

Cuando salió de la oficina, fue al colegio a recoger a Gerardo, y luego a casa de su suegra a recoger a Joaquín. Los llevó a casa, comió un poco, y se puso a recoger la cocina porque se acordó que era miércoles y Alicia ese día no perdonaba la reunión con sus amigas para tomar café.

En ese momento sonó el teléfono:

-¡Hola cariño! – dijo Alicia- ¿Qué tal está Joaquín? ¿Qué le ha dicho el pediatra?

-¡Vaya! – dijo Carlos- ¡Menos mal que te acuerdas que estamos aquí!

-¿Qué pasa? ¿Ya estás de mal humor? No he podido llamar en toda la mañana. He estado super liada, ya te lo dije. ¿Qué te ha dicho el pediatra? ¿Tiene fiebre?

-No, no tiene fiebre, no es nada serio, un catarro de vías altas, pero el niño sigue un poco “tonto”. ¿A qué hora llegarás?

-Pues no lo sé cariño. Ya sabes que esta tarde es la reunión con las amigas. ¡Y también sabes que no me gusta poner hora! Además, si el niño no tiene fiebre no hay de qué preocuparse. Hasta la tarde.

Alicia colgó y Carlos se quedó pensando en la mala noche que había pasado, en todo lo que quedaba por hacer, y en el llanto de Joaquín que había empezado a escuchar de nuevo. Ya sabía que tampoco podría dormir un poco de siesta.

\*\*\*\*\*

## **MUNDO LABORAL.-**

- Dependencia / Independencia. ¿Tiene mucho que ver con que la mujer no quiera estar sola? “Soledad” Pozoblanco.
- Cuento “A veces las cosas no son lo que parecen”. (\*Comentario).
- Lectura “Soy ingeniera de telecomunicaciones”. (\*Lectura y comentario).
- La mujer como ser humano independiente: Cuento “La princesa aburrida”** (La independencia económica como punto importante para la independencia de la mujer).
- CUENTO “El ratón presumido”. Lectura y comentario. Diseño de actividades. ¿Cómo crees que se podría trabajar en la etapa de secundaria de manera simbólica?
- Estar solas. Poema de Pilar Pasamar** (Lectura poema y preguntas. Comentarios).
- Dramatización “Hombre que busca trabajo”**.
- Biografía de mujeres olvidadas.
- Cuento “El ratón presumido”. Lectura y comentario.**
- MONTAJE 20 razones** para seguir luchando por la igualdad.
- Poemas que emocionan (\*Comentario).
- **MONTAJE “Me doy permiso”**
- MONTAJE Felicitación a la mujer. FINAL**

## SOLEDAD

Estar completamente sola es encontrarte a ti misma, es como estar desnuda en medio del mundo, sin que nadie te vea; sólo tú.

Y en esta soledad te haces fuerte, comprendes que sólo te necesitas a ti misma para aprender a conocerte, aunque sigues necesitando de los demás para ser, para sentir, para amar, para vivir, para ser persona, para comprender sentimientos, para proyectar ilusiones, para crear momentos de futuro que te llenen de sueños; para dormirte, a veces, en ese futuro lleno de instantes inciertos, pero también de expectativas de vida, que es al fin y al cabo, lo que todos deseamos: que nuestra existencia se vista de color durante días, durante horas, o simplemente durante unos minutos, para que así esos momentos nos hagan comprender que estamos vivos, que la vida merece la pena ser vivida, que cada segundo puede ser único, y que esos segundos dejan en nosotros una huella imborrable que pasará a formar parte de ese bagaje que vamos acumulando paso a paso, sin que podamos detener el tiempo, ni el transcurso de los acontecimientos.

Y ahí radicará siempre el secreto de una vida plena, en saborear cada instante, cada minuto, como si fuera el último, como si fuera único, sin esperar nada más, sin querer ser más que tú misma, desnuda ante el mundo y ante tu existencia.

María Domínguez.

\*\*\*\*\*

**SOY INGENIERA DE TELECOMUNICACIONES.- (Texto para reflexionar).**

A M<sup>a</sup> Ángeles siempre le habían gustado las Matemáticas, parecía que tenía una cierta debilidad por el Álgebra y destacaba en todas las materias de ciencias.

Cuando cursó Bachillerato, sus soluciones a los problemas eran los mejores de la clase, pero tenía la sensación de que casi nunca se hacía caso a sus respuestas.

Por otro lado, en su casa, en la que no circulaba demasiado dinero, todos los ánimos y las exigencias para el estudio eran para su hermano Luis, el mayor.

Los auténticos problemas llegaron al entrar en la Escuela de Ingenieros de Telecomunicaciones. Gran parte de sus energías las gastó en convencer a muchas personas, que no confiaban en su capacidad para terminar esta carrera.

Hoy es ingeniera. Parece que se han superado todos los conflictos y, en algunos momentos, este título le ha compensado de todas esas dificultades. Hasta ha encontrado un buen trabajo que le permite satisfacer otras aficiones.

Tiene un buen sueldo. Ahora puede viajar, comprar discos, ir a la discoteca, cuando le apetece, y gastar en libros todo el dinero que quiere. Se encuentra segura y confiada.

Hoy tiene su primera reunión como ingeniera. Se celebra fuera de su oficina habitual. Tendrá que ir acompañada de otra persona que le asista en lo que necesite; puede ir cualquier administrativo de su gabinete. Se escoge a la persona que le acompañará, es Rafa, un compañero simpático y con buena presencia.

La reunión se celebra en un buen edificio. Todas las personas son amables y van vestidas con ropas muy caras. Aún no han llegado a presentarse cuando alguien, de la reunión, le pide que le traiga de una mesa unas fotocopias. Observa que todas las preguntas técnicas van a Rafa. Al principio no se da cuenta, pero inmediatamente piensa en la situación. ¿Qué ha pasado? Solamente ver a las dos personas recién llegadas han pensado que Rafa es el ingeniero y ella la secretaria.

Se origina una confusión dentro de su cabeza, vuelven a resurgir todos los conflictos y sentimientos pasados. Se encuentra nerviosa y enfadada. Dispuesta a gritar y hasta insultar a los presentes. Por un momento piensa en abandonar la reunión.

\*\*\*\*\*

¿Cómo te sentirías tú si fueras la protagonista de esta historia? ¿Qué harías?

\*\*\*\*\*

## **CUENTO PARA TRABAJAR LA IGUALDAD EN EL ÁMBITO LABORAL Y DOMÉSTICO.-**

### **EL RATÓN PRESUMIDO**

*(Cuento dirigido a niños y niñas de primer ciclo y segundo ciclo de Educación Primaria destinado a fomentar la igualdad entre niños y niñas sobre todo en el tema del ámbito laboral y doméstico)*

Había una vez un pequeño ratón que vivía solo en una casita a las afueras de un pueblo que estaba al lado del mar.

Eliseo era muy presumido, y todas las mañanas, antes de irse a trabajar, se metía en la ducha y después se ponía siempre unos pantalones negros, y cada día una camisa de un color diferente: el lunes, de color verde; el martes, de color naranja; el miércoles de color azul; el jueves, de color rojo y el viernes de color amarillo. Después se marchaba muy contento a su trabajo.

Durante la semana trabajaba en su tienda y allí vendía toda clase de dulces y chucherías. Había heredado aquella pastelería de su madre y ella le había enseñado a elaborar muchos dulces y golosinas. ¡Era todo un experto pastelero!

A los niños y niñas del pueblo les encantaba ir hasta allí y comprar caramelos de café, o gomitas de fresas con nata, y desde luego nadie se iba a casa sin comprar las famosas tortitas de vainilla con chocolate que el propio Eliseo hacía todas las mañanas.

Le gustaba su trabajo y le encantaba escuchar la campana de la puerta y ver las caras de los niños cuando entraban en la tienda y empezaban a pensar qué se compraban ese día.

Cuando llegaba el sábado por la tarde, a Eliseo le gustaba mucho pasear por el campo o por la orilla del mar, y también invitar a algunos amigos y amigas a su casa a merendar su famosa tarta de chocolate con galletas.

También disfrutaba teniendo su vivienda ordenada y muy limpia, y a veces se ponía a barrer la puerta de su casa porque le encantaba sentarse allí, cuando ya estaba todo limpio, en un banquito de piedra que hacía mucho tiempo que estaba allí, y así podía disfrutar del sol y de la brisa del mar.

Eliseo, el ratoncito presumido, vivía solo. Esperaba formar algún día una familia, pero todavía no había encontrado una compañera que le pareciera adecuada para empezar una vida juntos.

Sabía que esa era una decisión importante y que tenía que estar bien seguro a quién elegiría.

Un sábado por la tarde en la que Eliseo estaba barriendo la puerta de la calle... ¡oh sorpresa! , se encontró un billete de cincuenta euros. “¡Anda, qué suerte!”, pensó, “ahora podré comprarme esa corbata de seda tan bonita que vi el otro día en el escaparate de esa tienda nueva que han abierto en el centro. Y además está abierta los sábados por la tarde. Iré ahora mismo”.

Y ni corto ni perezoso, Eliseo se arregló y se fue a comprar aquella corbata roja que le había gustado tanto.

Regresó a casa muy contento y se acostó pensando que al día siguiente, que era domingo, se sentaría en la puerta de su casa a leer el periódico esperando que pasara alguien que se fijara en él.

A la mañana siguiente, Eliseo se levantó, desayunó, y después de arreglar su pequeña casa se vistió con su ropa de los domingos: un bonito traje azul marino con una camisa blanca y, por supuesto, su corbata roja.

Hacía un día espléndido, el sol brillaba, y la temperatura era estupenda. El cielo estaba tan azul que parecía que lo habían pintado, y hacía juego con la casa de Eliseo y con el banco que había en la puerta.

Cogió su periódico y sentado en el banco azul se puso a leer. Al poco rato vio aparecer por el final de la calle, una guapa perrita que cuando llegó a su lado le dijo:

- Eliseo, Eliseo, ¡qué guapo estás con esa corbata nueva! ¿Te quieres casar conmigo?

- ¿Y qué harás todos los días?

- Pues verás, limpiaré la casa, haré tus comidas favoritas, lavaré y plancharé tu ropa, iré a la compra, arreglaré las plantas del jardín, barreré la puerta, y lo tendré todo listo para cuando tú llegues del trabajo.

-Y qué haré yo?

- Pues ir a trabajar y descansar cuando llegues.

-Pero a mí me gusta hacer la comida y salir a comprar lo que voy a tener en el frigorífico, preparar mi ropa, arreglar las plantas de mi jardín...es mi casa, y me gusta hacer todo eso.

-Pero cariño, ¿para qué quieres hacer todas estas cosas si las haré yo?

-Pues sencillamente, porque a mí me gusta hacerlas. ¿Tú no tienes ningún trabajo que te guste hacer? Si es así, puedes hacerlo y después cuando volvamos los dos podemos hacer todas esas cosas juntos.

-Pues no cariño, no hay nada que me guste más que hacer las cosas de la casa. No sé hacer ningún otro trabajo.

-Pues entonces querida perrita, creo que no podremos empezar una vida juntos. Siempre he pensado que quien sea mi compañera, deberá tener un trabajo que le guste, y que no se pase el día limpiando y fregando; eso es algo que podremos hacer entre los dos cuando lleguemos a casa. Lo siento, pero no eres tú a quien busco.

- ¡Pues vaya tontería! Ya encontraré a alguien que le guste lo que le ofrezco. Me marchó.

Y Eliseo se quedó otra vez solo en la puerta de su casa, leyendo el periódico y pensando si había hecho lo correcto. Creía que sí. Siempre había pensado lo que le había dicho a la perrita: quería una compañera que le gustara hacer muchas cosas, no sólo las de la casa, porque si no llegaría un día que se aburriría, y cuando él volviera estaría de mal humor y no serían felices.

No importaba. Seguiría esperando. Algún día llegaría esa compañera que seguro que estaba en algún lado.

Eliseo siguió leyendo el periódico y tomando el sol durante aquella espléndida mañana. Después preparó una deliciosa comida y descansó el resto del día.

A la mañana siguiente, se preparó como todos los lunes y se marchó a su tienda de golosinas y dulces. Se fue muy temprano, como siempre, y se puso a hacer sus famosas tortitas de vainilla con chocolate.

Pasó la semana entre caramelos, tartas y chucherías, y cuando llegó el domingo, como seguía haciendo un tiempo espléndido, volvió a arreglarse con su mejor traje, y después de ir a comprar el periódico, se sentó en su banco azul.

No pasó mucho tiempo cuando apareció por la esquina de la calle una preciosa gatita blanca con un precioso lazo rojo en el cuello.

-Eliseo Eliseo, ¡qué guapo estás con esa preciosa corbata roja! ¿Te quieres casar conmigo?

- ¿Y qué harás todos los días?  
- Pues verás, limpiaré la casa, haré tus comidas favoritas, lavaré y plancharé tu ropa, iré a la compra, arreglaré las plantas del jardín, barreré la puerta y tendré todo listo para cuando tú llegues del trabajo.

-Y qué haré yo?

- Pues ir a trabajar y descansar cuando llegues.

-Pero a mí me gusta hacer la comida y salir a comprar lo que voy a tener en el frigorífico, preparar mi ropa, arreglar las plantas de mi jardín...es mi casa y me gusta hacer todo eso.

-Pero cariño, ¿para qué quieres hacer todas estas cosas si las haré yo?

-Pues sencillamente, porque a mí me gusta hacerlas. ¿Tú no tienes ningún trabajo que te guste? Si es así, puedes hacerlo, y después cuando volvamos los dos podemos hacer todas esas cosas juntos.

-Pues no cariño, no hay nada que me guste más que hacer las cosas de la casa. No sé hacer ningún otro trabajo.

-Pues entonces querida gatita, creo que no podremos empezar una vida juntos. Siempre he pensado que quien sea mi compañera, deberá tener un trabajo que le guste y que no se pase el día limpiando y fregando; eso es algo que podremos hacer entre los dos cuando lleguemos a casa. Lo siento, pero no eres tú a quien busco.

- ¡Pues vaya tontería! Ya encontraré a alguien que le guste lo que le ofrezco. Me marcho.

Y Eliseo se quedó otra vez solo en la puerta de su casa, leyendo el periódico y pensando si había hecho lo correcto.

Durante toda la semana siguiente Eliseo estuvo muy ocupado, pero aún así tuvo tiempo de arreglarse todos los días antes de irse a su tienda de chucherías a hacer las tortitas y todos los dulces que esa semana tenía que preparar. En el pueblo había una gran fiesta y a él le habían encargado todos los pasteles y las tartas. Tuvo tanto trabajo durante toda la semana que casi no le daba tiempo de arreglarse. Bueno, el sábado descansaría y el domingo volvería a acicalarse como siempre.

Aquel viernes por la tarde tenía que llevar los pasteles y la tarta al lugar donde se celebraría la fiesta. Iba muy contento en su furgoneta llena de dulces, y con aquella tarta tan grande de chocolate y nata que entraban ganas de comérsela. Todo tenía un aspecto magnífico, como si viniera de una famosa pastelería de la ciudad, y sobre todo estaba seguro que todo estaría delicioso y todos los niños y niñas del pueblo disfrutarían de aquellos riquísimos pasteles.

Pero cuando llegó con la furgoneta al lugar de la fiesta, se dio cuenta que su camisa amarilla de los viernes tenía el cuello salpicado de chocolate y su delantal blanco estaba lleno de sirope de fresa y de crema de vainilla. Era la primera vez que le pasaba eso.

“Vaya, pensó Eliseo, nunca he salido a la calle tan sucio, pero no importa, en el lugar de la fiesta no habrá nadie todavía, y no me verán. Además, ya no me da tiempo a ir a cambiarme. Prefiero dejarlo todo a tiempo y que nadie se preocupe”.

Eliseo dejó su furgoneta en la puerta del local, y empezó a descargar las bandejas de dulces.

Cuando llegó con la primera bandeja al salón de celebraciones no se lo encontró vacío. Allí había una ratita que preparaba con esmero bandejas de comida que tenían un aspecto delicioso.

El ratoncito Eliseo dijo:

-¡Hola ¡¿Quién eres tú? ¿Qué haces aquí?

-¡Hola! Soy Caterina y me he encargado de preparar la comida. ¿Y tú quién eres y qué haces aquí?

- Yo soy Eliseo y he preparado todos los dulces y las tartas. Creía que sólo me habían contratado a mí.

- Yo también creía que sólo me habían contratado a mí pero ahora comprendo que tenían que contratar a alguien para los dulces. Yo sólo preparo comidas.

-¿No sabes preparar dulces? – preguntó Eliseo extrañado.

-Pues no, sólo preparo comidas deliciosas. ¿Y tú? ¿Qué sabes preparar además de dulces y tartas?

- Pues la verdad es que los dulces y tartas son mi especialidad. Sólo preparo comida para mí cuando estoy en casa.

- Si te apetece, algún día puedo invitarte a la mía y te preparo una muestra de todas estas comidas que he preparado hoy. Te aseguro que te encantarán.

- De acuerdo. Me encantará ir. Podemos quedar el domingo. Es mi día libre. Yo llevaré una muestra de mis pasteles y tartas para tomar de postre.

-El mío también – dijo Caterina- El resto de la semana trabajo en mi restaurante y es algo que me encanta.

-¿De verdad? – preguntó Eliseo- ¿Te gusta trabajar en tu restaurante? A mí también me gusta trabajar en mi tienda de golosinas y tartas. Seguro que podemos pasarlo bien juntos hablando de nuestros trabajos, que se parecen mucho.

-¡Seguro que sí! – dijo Caterina- Si te parece bien, el domingo te espero en mi casa a eso de la una y comemos juntos. Vivo en la calle del Pato nº 14.

-¡Estupendo! Allí estaré. ¡Hasta el domingo!

- ¡Hasta el domingo!

Cuando Eliseo salió de allí se dio cuenta que estaba muy contento. Ya no pensaba en que su camisa y su delantal estaban sucios. Sólo pensaba que había encontrado a quien le gustaba su trabajo tanto como a él, y a quien le gustaría conocer un poco mejor, porque estaba seguro que lo pasarían muy bien juntos.

Cuando llegó el domingo, Eliseo se levantó pronto, arregló su casa y se puso su mejor traje, el traje de los domingos, con su corbata de seda roja. Cogió la bandeja de pasteles que había hecho el sábado por la tarde, y se dirigió a casa de Caterina.

Caterina lo recibió en la puerta de su casa, una casita pequeña, pintada de blanco y con las ventanas pintadas de rojo que hacían juego con la corbata de Eliseo.

Caterina y Eliseo se hicieron muy amigos y pronto montaron juntos un restaurante que se comunicaba con una pastelería que también abrieron al lado. Al poco tiempo se casaron y fueron muy felices. Durante el día trabajaban juntos haciendo dulces y comidas deliciosas, y cuando llegaban a casa hacían entre los dos las tareas de la pequeña casa donde vivían, y después hablaban de las comidas y dulces que harían al día siguiente para ofrecérselos a todos los clientes que irían a su restaurante- pastelería.

María Domínguez (Inédito).

\*\*\*\*\*

## PARA LEER Y REFLEXIONAR

### CONSEJO.-

*Aprende a estar tan sola que hasta tu sombra misma  
apetezca librarse. Sé tú la compañera  
de tus pasos, de modo que llegues a las cosas  
siempre como el que llega de una tierra extranjera.  
Aprende que el dolor sólo es de ti, la risa  
sólo la tuya, testigos los dos de tu manera.  
Para que la luz fluya clara de tu sonrisa,  
desaloja el fingido sol que el mundo te presta.  
Quédate con la nada que brote de tus manos,  
quédate con lo poco o lo mucho que seas  
en la noche tranquila de tus mejores gastos,  
en la sombra amorosa que ahora se te revela.  
¡Los otros!... Si los otros pudiera comprenderte,  
si alguien pudiera hablarte por dentro y no por fuera,  
si esos que ahora te llaman no estuvieran atentos  
al sonido estruendoso de las falsas trompetas...  
Llámate tú. Sé música de tu propio instrumento,  
color de tu pintura, cincel en la madera  
de tus sueños. Dibuja lo que quieras decirte,  
escribete tu historia, escúlpete en tu piedra.  
Aprende a estar a solas. Bebe el agua en tu mano,  
nadie te la ha de dar tan limpia ni tan fresca.  
Lo que tomes del mundo con la ayuda de otros  
no podrás admirarlo en la noche de las estrellas.*

*Pilar Paz Pasamar (Jerez de la Frontera, 1933)*

**TEMAS DE DEBATE DESPUÉS DE LA LECTURA DEL POEMA “CONSEJO”  
de Pilar Paz Pasamar.**

- 1) ¿Son las mujeres dueñas de su propia vida?
- 2) ¿Qué les impide llegar a sentirse dueñas de sí mismas?
- 3) ¿En qué versos del poema nos propone su autora caminos para la búsqueda de la propia identidad?
- 4) ¿Qué supone la educación en esta búsqueda?
- 5) ¿Qué otras vías podríamos añadir a las propuestas por la autora?
- 6) Comentar la frase “Aprende a estar a solas”.

## HOMBRE QUE BUSCA TRABAJO.-

-Vengo por lo del anuncio, señora.

-Bien- dice la jefa de personal- Siéntese. ¿Cómo se llama usted?

-Bernardo...

-¿Señor o señorito?

-Señor.

-Deme su nombre completo.

-Bernardo Delgado, señor de Pérez.

-Debo decirle, señor de Pérez que, actualmente, a nuestra dirección no le gusta emplear varones casados. En el departamento de la señora Moreno, para el que contrataos al personal hay varios hombres de baja por paternidad. Es legítimo que las parejas jóvenes deseen tener niños – nuestra empresa, que fabrica ropa de bebé, les anima a tener hijos, pero el absentismo de los futuros padres y de los padres jóvenes constituye un duro hándicap para la marcha del negocio.

-Lo comprendo, señora, pero ya teneos dos niños y yo no quiero más. Además – el señor de Pérez se ruboriza y habla en voz baja- tomamos la píldora.

-Bien, en ese caso sigamos. ¿Qué estudios tiene usted?

-Tengo el certificado escolar y el primer grado de formación profesional de administrativo. Me habría gustado terminar el bachillerato, pero en mi familia éramos cuatro y mis padres dieron prioridad a las chicas, lo que es muy normal. Tengo una hermana coronela y otra mecánica.

-¿En qué ha trabajado últimamente?

-Básicamente he hecho sustituciones, ya que me permitía ocuparme de los niños mientras eran pequeños.

-¿Qué profesión desempeña su esposa?

-Es jefa de obras de una empresa de construcciones metálicas. Pero está estudiando ingeniería, ya que en un futuro tendrá que sustituir a su madre, que es la que creó el negocio.

-Volviendo a usted. ¿Cuáles son sus pretensiones?

-Pues...

-Evidentemente con un puesto de trabajo como el de su esposa y con sus perspectivas de futuro, usted deseará un sueldo de complemento. Unos euros para sus gastos personales, como todo varón desea tener, para sus caprichos, sus trajes. Le ofrecemos paga extra y una prima de asiduidad. Fíjese en este punto, señor de Pérez, la asiduidad es absolutamente indispensable en todos los puestos. Ha sido necesario que nuestra directora crese esta prima para animar al personal a no faltar por tonterías. Hemos conseguido disminuir el absentismo masculino a la mitad; sin embargo, hay señores que faltan con el pretexto de que el niño tose o que hay una huelga en la escuela. ¿Cuántos años tienen sus hijos?

-La niña seis y el niño cuatro. Los dos van a clase y los recojo por la tarde cuando salgo del trabajo, antes de hacer la compra.

-Y si se ponen enfermos, ¿tiene usted algo previsto?

-Su abuelo puede cuidarlos. Vive cerca.

-Muy bien, gracias, señor de Pérez. Ya le comunicaremos nuestra respuesta dentro de unos días.

El señor de Pérez salió de la oficina lleno de esperanza. La jefa de personal se fijó en él al marcharse. Tenía las piernas cortas, la espalda un poco encorvada y apenas tenía cabello. “La señora Moreno detesta los calvos”, recordó la responsable de la contratación.

Y además, le había dicho: “más bien uno alto, rubio, con buena presencia y soltero”.

Y la señora Moreno será la directora del grupo el año próximo.  
Bernardo Delgado, señor de Pérez, recibió tres días más tarde una carta que empezaba diciéndole: “Lamentamos comunicarle...”

France de Lagarde Le Monde. (Texto recogido por Enriqueta García y Aguas Vivas Catalá)

\*\*\*\*\*

María Domínguez Márquez

E-mail: [mariadmrg1@hotmail.com](mailto:mariadmrg1@hotmail.com)

Página web personal: [www.mariadominguez.demaryluna.com](http://www.mariadominguez.demaryluna.com)

\*\*\*\*\*