

# EM PODER AMIENT TO

## EMPODERAMIENTO

RELATOS Y REFLEXIONES  
SOBRE LA TRANSFORMACIÓN CIUDADANA

*para disminuir las violencias  
contra las mujeres*



ARQUIDIOCESIS  
DE CALI  
DIRECCIÓN DE  
RECONCILIACIÓN Y PAZ



# EM PODER AMIENT TO

The logo consists of a grey female symbol (a circle with a vertical line and a cross at the bottom) where the vertical line is replaced by a red fist with fingers curled. This fist is set within a grey circle that overlaps the top of the female symbol's circle.

RELATOS Y REFLEXIONES  
SOBRE LA TRANSFORMACIÓN CIUDADANA

*para disminuir las violencias  
contra las mujeres*

# EMPODERAMIENTO

RELATOS Y REFLEXIONES  
SOBRE LA TRANSFORMACIÓN CIUDADANA  
para disminuir las violencias contra las mujeres



EMPODERAMIENTO CIUDADANO  
PARA LA DISMINUCIÓN DE LA  
VIOLENCIA CONTRA LA MUJER



**ARQUIDIÓCESIS  
DE CALI**  
DIRECCIÓN DE  
RECONCILIACIÓN Y PAZ

**MISEREOR**  
IHR HILFSWERK



Edición e Impresión: Merlín SAS  
[merlinsas.wixsite.com/editores](http://merlinsas.wixsite.com/editores)

Fotografías: Dirección de Reconciliación y Paz Arquidiócesis de Cali

ISBN: 978-958-53462-0-8

## TABLA DE CONTENIDO

• AGRADECIMIENTO	5
• PREÁMBULO	6
• SEMBRANDO LUCHAS, RECOGIENDO TRANSFORMACIONES	9
• DESDE DÓNDE HABLAMOS	16
• RECONOCIMIENTO	20
• DEFINICIÓN	21
• DE LO INDIVIDUAL A LO COLECTIVO: UNA PERSPECTIVA PSICOLÓGICA DEL EMPODERAMIENTO	23
• SALIENDO DEL FONDO	30
• BUSCANDO EL CAMBIO RUMBO AL EMPODERAMIENTO DE LA MUJER	32
• ENCONTRÉ UN HOGAR	36
• CRECER CON LAS TAREAS	36
• ROMPER LAS CADENAS	41
• LA UNIVERSIDAD DE LA VIDA	41
• SANAR HERIDAS	45
• ANTES NO HABLABA CON NADIE	46
• DIOS ESTÁ CONMIGO	48
• DESPUÉS DE MUCHO TIEMPO PERDONÉ	49
• GRACIAS A MI MAMÁ	50
• RECONSTRUIR LA VIDA A PARTIR DE LA ESPIRITUALIDAD	52
• VACUNACIÓN CONTRA EL VIRUS DE LA VIOLENCIA CONTRA LA MUJER	58
• CONSTRUIR PAZ	59
• DIÁLOGO DE DOS GENERACIONES DE RESISTENCIAS	60
• LOS LÍMITES DE PODER AYUDAR	62
• TARDEANDO ENTRE MUJERES	69
• MUJERES VALIENTES	72
• APRENDIZAJES	74
• PARTICIPACIÓN DE MUJERES EN POLÍTICAS PÚBLICAS	75
• DIOS CREÓ EL MUNDO PARA TODAS LAS RAZAS	80
• EL MALTRATO	85
• DESDE EL ENFOQUE DE LOS DERECHOS HUMANOS	87
• DE LA SOLEDAD A LA LUZ	92
• YA NO SOMOS LAS MUJERES TONTAS DE ANTES	93
• MÁS ACCIONES, MENOS VIOLENCIA	94
• NUNCA ES TARDE	98
• GALERÍA	101

## EMPODERAMIENTO

---

**+ DARIO DE JESUS MONSALVE MEJÍA**  
Arzobispo de Cali

**+LUIS FERNANDO RODRÍGUEZ VELÁSQUEZ**  
Obispo Auxiliar de Cali

**DAGOBERTO CÁRDENAS, Pbro.**  
Vicario Episcopal para el Desarrollo Humano Integral

**JOLMAN DE JESÚS ÁVILA RODRIGUEZ, Pbro.**  
Director Reconciliación y Paz

**ANNA-LENA DIESELMANN**  
Cooperante COMUNDO

**LUZ ADRIANA LOZADA VIDAL**  
Coordinadora del Proyecto

**VALERIA ALEJANDRA CALVO ORTIZ**  
Psicóloga del Proyecto

**MARÍA FERNANDA CIFUENTES BEDOYA**  
Trabajadora Social del Proyecto

**KAREN DANIELA MORA SARRIA**  
Voluntaria Estudiante Psicología

**EUGENIA MONTAÑO**  
Voluntaria Trabajadora Social

### **GRUPO DE MUJERES:**

Altos de Menga Comuna 2 - Floralia Comuna 6 - Llano Verde Comuna 15  
El Vallado Comuna 15 - Unión de Vivienda Popula - Alto Jordán Comuna 18, Comuna 16  
Meléndez Comuna 18 - Villa Luz Comuna 21 - Valle Grande Comuna 21  
MUDE Palmira - Jamundí

### **AGRADECIMIENTOS**

A los párrocos de: P. Santa Marta - P. San Ambrosio de Milán - P. Santa Luisa de Marillac  
P. Santa María Reina - P. San Ignacio de Antioquía - P. Cristo Maestro  
Pastoral Afro - Fundación Talentos Alto Menga - Centro Recreacional El Vallado  
Junta de Acción Comunal Floralia

## AGRADECIMIENTO

María Elis Hurtado Iburgüen del grupo de Llano Verde

En el 2019 comenzó nuestra aventura,  
con grandes expectativas y proyecciones futuras.

Daniela, Valeria y Ani, junto con María Fernanda,  
trabajaron con Adriana, en este bello Programa.

Quiero que Cali lo sepa, que todo el mundo también,  
¡Que proyecto tan fantástico! Cómo nos cayó de bien.

Muchas llegamos vacías, con el alma hecha pedazos,  
pero cada líder pudo organizar nuestros pasos.

Había desolación y tristezas en muchas almas,  
y al transcurrir cada tema, floreció nuestra esperanza.

Fueron muchas experiencias que pudimos compartir,  
hasta programas de radio nos permitieron oír.

No solo fueron talleres, conferencias y retiros,  
fueron acompañamientos hechos con mucho sentido.

Hoy quiero reconocer la atención a nuestros niños,  
algo digno de exaltar, pues lo hicieron con cariño.

Y a mis compañeras digo, hoy ganamos las batallas,  
ya tenemos herramientas, podemos alzar las alas.

Levanten hoy sus cabezas, ya no tienen que temer,  
conocen instituciones que nos pueden defender.

Y si un día una persona, dice que no vales nada,  
mírale con compasión pues ella está equivocada.

Tú dirás con humildad: tú y yo valemos más que las perlas,  
más que el diamante y el oro, más que todas las estrellas.

## PREÁMBULO

+LUIS FERNANDO RODRÍGUEZ VELÁSQUEZ

Obispo Auxiliar de Cali

La Dirección de Reconciliación y Paz de la Arquidiócesis de Cali - Colombia, llevó a cabo un proyecto de acompañamiento a mujeres auspiciado por Misereor, denominado **Empoderamiento ciudadano para la disminución de la violencia contra la mujer**.

El objetivo del proyecto versó especialmente, sobre la apropiación de la cultura de la no-violencia contra mujeres y niñas en los ámbitos públicos y privados, incluidas las formas de explotación sexual y otras maneras de violencia. Se ha buscado que la violencia contra las mujeres, especialmente la doméstica, disminuya a través de la sensibilización, la prevención y el acompañamiento de estrategias de restablecimiento de sus derechos.

250 mujeres que hicieron parte del proyecto, tuvieron la experiencia vital y esperanzadora de curar las heridas del pasado, trabajar su autoestima, reconocer que son personas valiosas, con la dignidad de hijas de Dios y que nada justifica las violencias. Identificaron las diversas clases de violencia y recibieron las herramientas para descubrir las rutas de atención en caso de ser objeto de ellas.

El acompañamiento de la Iglesia a las mujeres en la búsqueda del reconocimiento de su dignidad, no es nuevo. En la Doctrina Social de la Iglesia hay un sinnúmero de reflexiones, orientaciones y exhortaciones a los gobiernos y a los hombres y mujeres de buena voluntad, para que tomen muy en serio la urgente e imperiosa tarea de reconocer en las mujeres su papel, también protagónico, en el presente y futuro del mundo.

San Juan Pablo II, el 29 de junio de 1995, escribió un interesante documento denominado “*Carta a las mujeres*”. Me parece oportuno recordar uno de sus apartes:

*“Mi «gratitud» a las mujeres se convierte pues en una llamada apremiante, a fin de que, por parte de todos, y en particular por parte de los Estados y de las instituciones internacionales, se haga lo necesario para devolver a las mujeres el pleno respeto de su dignidad y de su papel. A este propósito expreso mi admiración hacia las mujeres de buena voluntad que se han dedicado a defender*

*la dignidad de su condición femenina mediante la conquista de fundamentales derechos sociales, económicos y políticos, y han tomado esta valiente iniciativa en tiempos en que este compromiso suyo era considerado un acto de transgresión, un signo de falta de femineidad, una manifestación de exhibicionismo, y tal vez un pecado.*

*Sin embargo, estoy convencido de que el secreto para recorrer libremente el camino del pleno respeto de la identidad femenina no está solamente en la denuncia, aunque necesaria, de las discriminaciones y de las injusticias, sino también y sobre todo en un eficaz e ilustrado proyecto de promoción, que contemple todos los ámbitos de la vida femenina, a partir de una renovada y universal toma de conciencia de la dignidad de la mujer. A su reconocimiento, no obstante, los múltiples condicionamientos históricos, nos lleva la razón misma, que siente la Ley de Dios inscrita en el corazón de cada hombre. Pero es sobre todo la Palabra de Dios la que nos permite descubrir con claridad el radical fundamento antropológico de la dignidad de la mujer, indicándonoslo en el designio de Dios sobre la humanidad” (Carta a las mujeres, n. 6).*

La Arquidiócesis de Cali se alegra por haber podido hacer este aporte a la construcción de una cultura del respeto mutuo, dentro del plan pastoral que, en el propósito de este año, ha invitado a todos a tomar conciencia de que somos diversos pero debemos estar unidos, y cada uno está llamado a dar lo mejor de sí para que la paz, el desarrollo y la fraternidad, con equidad y justicia, sean realizables. Y en estas acciones la mujer, en sus distintos roles, está llamada a ser protagonista.

Nuestra gratitud a Misereor por la confianza depositada en nuestra iglesia, para el desarrollo de estas acciones no solo sociales sino pastorales. También agradecemos a los profesionales que acompañaron, desde sus distintos saberes las acciones del proyecto. Y, finalmente, agradecemos a las 250 mujeres y a quienes las acompañaron en este proceso informativo y formativo. Reconocemos su perseverancia y compromiso, con el sueño de que lo aprendido por ellas se vaya poco a poco multiplicando y difundiendo en Cali y el Valle del Cauca. Termino con un refrán popular que dice: “*a una mujer no se toca ni con el pétalo de una flor*”.

**+Luis Fernando Rodríguez Velásquez**

Obispo Auxiliar de Cali

Empoderate

MUJER !!

PENSAMIENTOS POSITIVOS DE FEMINISMO  
OPINIONES Y PROYECCIÓN DE IDEAS

DECONSTRUIR PARA CONSTRUIR

ENFOQUE Y DETERMINACIÓN

REDES DE APOYO

AUTOCONCEPTO Y AUTOCUIDADO

MOTIVACIÓN Y LIDERAZGO

INTELIGENCIA EMOCIONAL

EMPRENDE PARA ALCANZAR METAS

NEGARSE AL ESTANCAMIENTO

TRIUNFOS SIN COMPARACIONES

OPORTUNIDADES Y CRECIMIENTO

Esperanza Zúñiga

Esperanza Zúñiga del grupo de Meléndez

# SEMBRANDO LUCHAS, RECOGIENDO TRANSFORMACIONES

Adriana Lozada - Coordinadora del Proyecto



Acompañar las mujeres en sus luchas, sentir sus temores, conocer sus necesidades, llorar con ellas, abrazarlas, reír, jugar y recorrer juntas el territorio es un verdadero privilegio que Dios me ha permitido vivir, para crecer, madurar y afianzar mi vida cristiana. A su vez, se convierte en una inmensa responsabilidad y un verdadero compromiso frente a la lucha por la equidad de género.

Pero lo hermoso que llena mi espíritu en este servicio hacia las mujeres, es mirar cómo se levantan en medio de las dificultades, con la frente en alto, la esperanza en sus ojos, la disposición en sus brazos, la palabra en su boca para alzar su voz y gritar al mundo entero: “*¡Nos queremos vivas, libres y en paz! ¡Somos mujeres sororas y empoderadas!*”

Más que una exclamación personal y sobre todo colectiva, es un reclamo a la sociedad que hacen muchas mujeres que viven constantemente las diversas violencias. En especial, es la voz de aquellas que yacen bajo tierra, quienes fueron asesinadas por su condición de mujer, que no descansan en paz porque claman justicia. Urge la reivindicación y el reconocimiento de la mujer como agente activo en el desarrollo de la sociedad en igualdad de condiciones junto al hombre, y garantizarles la seguridad para que puedan vivir libres de violencia.

Recuerdo, como si fuera ayer, a Esperanza, Rosa, Nelly, Vanessa, Fanny, mujeres que vivían en ese entonces en el Jarillón del Río Cauca, quienes estando en el proceso de Barrios en Paz y Desarrollo, proyecto ejecutado por la Dirección de Reconciliación y Paz, pidieron cita con responsable de la Dirección, el Padre José González, para solicitar que así como el proceso estaba dando buenos resultados con los jóvenes del barrio, ellas quería ser acompañadas en un proceso de liderazgo, convencidas cien por ciento de que es la mujer la que siembra, cultiva, teje, la paz, la siente y la vive en todo su ser. Ellas expresaron “no queremos seguir sufriendo por nuestros hijos, esposo, nietos, hermanos inmersos en ese mundo oscuro de las drogas, las armas y la muerte, buscamos herramientas para ser lideresas que junto a los jóvenes seamos constructoras de paz”.

Nació, a partir de esta petición, el proceso “**Mujeres promocionando una Cultura de Paz**”, que durante 2 años acompañó a 280 mujeres, entregando a la ciudad de Cali, Yumbo y Jamundí un puñado de mujeres gestoras, artesanas del perdón, la reconciliación y la paz. Hoy en día, ellas lideran procesos en sus comunidades con otras mujeres que se fueron sumando a este propósito.

¡Nos  
queremos  
vivas,  
libres  
y en paz!

¡Somos  
mujeres  
sororas  
y empoderadas!

Durante este ejercicio de encuentro personal y comunitario con las mujeres, salió a flote —¡no podría ser de otra manera!— la violencia basada en género sufrida casi por el 70% de las participantes. Estaba escondida muy adentro de cada mujer, tallando esos corazones como una espina que chuzo y no deja vivir, por tanto, esto se convirtió en un reto, en un compromiso más fuerte para la Dirección frente al acompañamiento de las mujeres desde la Iglesia, no podíamos quedarnos callados ni mucho menos con los brazos cruzados sabiendo que cada día la prensa local y nacional daba cuentas del incremento de los asesinatos de mujeres por parte de sus compañeros sentimentales.

La tarea estaba servida y la disposición a flor de piel para emprender un segundo ejercicio: “**Empoderamiento ciudadano para la disminución de la violencia contra la mujer**”. Con todo el respaldo de la Arquidiócesis de Cali, con la cooperación alemana de Misereor, y con un equipo profesional muy destacado, idóneo, sensible y con una experiencia de fe, se inició este proceso que estamos culminando.

Pero, venga... ¿cómo así que la Iglesia trabaja estos temas?

*“Adriana explíqueme, la iglesia —Institución mundialmente reconocida como machista— ¿está abordando estos temas de violencias contra la mujer? ... ¿Cómo es ese maní?”*

Voces que uno escucha por ahí, de profesionales, de gente de organizaciones públicas, privadas, de hombres del común, en fin, inquietudes válidas que no nos desanimaron, sino más bien nos dieron valor para dar todo lo mejor y empezar este camino pedregoso, doloroso, pero esperanzador. A todos ellos les respondí: *“La vida y la dignidad son los valores fundamentales que todos debemos cuidar. ¡Las mujeres somos personas dignas!”* Recordé claramente las palabras del Papa Francisco donde afirma que la violencia contra nosotras es una *“degradación para toda la humanidad. Toda violencia infligida a la mujer es una profanación de Dios, nacido de una mujer. La salvación para la humanidad vino del cuerpo de una mujer: de cómo tratamos el cuerpo de la mujer comprendemos nuestro nivel de humanidad”*.

Ante esto la Iglesia no puede ser indiferente, mucho menos nosotras las mujeres que prestamos nuestro servicio al interior de ella. Estamos llamadas a impulsar la presencia de las mujeres en todos los lugares de relevancia, dándoles a ellas visibilidad, sobre todo para sensibilizar a toda una sociedad que la mira como un objeto, vacía y fácil de manipular. En últimas, lo que deseamos es que todas y todos comprendan lo grave que es violentar y asesinar las mujeres. Todos estos procesos buscan incentivar en las mujeres y sus comunidades la participación ciudadana con voz y voto en la toma de decisiones, tanto en la sociedad como al interior de la Iglesia, para buscar la equidad, teniendo en cuenta que las mujeres constituyen el 51% de la población del país. A pesar de ser mayoría, persisten las desigualdades entre hombres y mujeres en todos los ámbitos sociales.

Poco a poco, paso a paso se fue afianzado una metodología propia de este proceso, dándole cabida a mujeres jóvenes, niñas, de la mediana y tercera

Toda violencia infligida a la mujer es una profanación de Dios, nacido de una mujer. La salvación para la humanidad vino del cuerpo de una mujer: de cómo tratamos el cuerpo de la mujer comprendemos nuestro nivel de humanidad.  
Papa Francisco

edad, afrodescendientes, indígenas, madres cabeza de familia, mujeres trans, algunas profesionales, bachilleres, otras sin saber leer y escribir, católicas, no católicas, todas juntas comparten saberes, aprenden, construyen memoria y sobre todo sanan sus heridas causadas por la vivencia de la violencia.

Este proceso tiene varias características importantes que permiten una verdadera incidencia en el territorio, puesto que ha sido cien por ciento incluyente, intergeneracional, pluricultural, básicamente comunitario, reconocemos la participación de las mujeres en la comunidad, que es fundamental, buscando que den un paso más a su participación en el espacio público, donde por años han sido excluidas, teniendo en cuenta que la participación de las mujeres es crucial para visibilizar sus necesidades y perspectivas, así como para aportar soluciones a los problemas que las aquejan, y para que contribuyan activamente en la construcción de una mejor ciudad.

Por otro lado, al desarrollar estos procesos se evidenció, y no es un secreto para nadie, que las mujeres sufren mucho, especialmente por su condición de ser mujeres. Se hace necesario acompañarlas, escucharlas y ser, desde la perspectiva de fe, ese bálsamo que cura las heridas, como el samaritano que recoge, carga, cura y sana las heridas a quien ve tendido en el suelo.

Ha sido fundamental en este acompañamiento el combinar lo psicosocial, es decir, desde el trabajo social y la psicología con la vivencia de la espiritualidad, una integralidad que ha permitido a las participantes recuperarse de los dolores causados por las violencias, aliviar los síntomas de las enfermedades que conllevan estos sufrimientos, además de fomentar las habilidades sociales para enfrentar problemas y ayudar a cambiar los comportamientos negativos y la baja autoestima presente en la mayoría de las mujeres. Y sobre todo, este trabajo ha permitido ayudar a cada mujer a encontrar o reconectarse con su espiritualidad para lograr la recuperación, es decir, dándole la posibilidad a cada una de ellas de entrar en su interior y que, a la luz del Espíritu Santo, logre resignificar su vida, y a su vez, viva de manera personal, espontánea y decidida el proceso del perdón.

Dos años de trabajo arduo dan cuenta de todo esto, con una pandemia en medio, que no nos limitó; por el contrario, estuvimos allí, de frente, haciendo presencia, optando por estrategias que nos permitieran llegar a cada una de ellas y a sus comunidades para decirles **EMPODÉRATE MUJER, NO TE QUEDES CALLADA, NO ESTÁN SOLAS**, logrando así empoderarlas para que salgan del círculo de la violencia y, a su vez, sensibilicen a sus comunidades

para que este flagelo de la violencia basada en género disminuya. Por supuesto apenas son unos pequeños pasos en este largo camino, donde no solo se necesita trabajar con las mujeres, sino también con los hombres, a quienes la misma sociedad les ha lastimado, y con ellos redescubrir el valor de aquella masculinidad que trabaja a la par con las mujeres, que respeta, que valora y que construye relaciones sanas, dignas, estables y duraderas.

Una de las características de este proceso es ser participativo, vivencial donde las mujeres narran sus experiencias, sus pensamientos, deseos y formas de ver la vida de manera espontánea, sentida, desde sus lenguajes y propias palabras. Por ello, hemos decidido publicar este libro con las historias de vida y de transformación de las mujeres que hacen parte de este proceso, con el único propósito de mostrar que las mujeres somos resilientes, sororas, con capacidad de salir de estos ambientes de violencia y, por ello, junto al equipo profesional que acompañó este proceso, decirlas a las mujeres de Cali, el Valle del Cauca y Colombia: **¡MUJER PORQUE TU VOZ CUENTA!**



Así me sentía con mi hogar, estable segura, pasionada, con mi familia naciendo y viviendo como me gustaba, ayudando, compartiendo comiendo, sin escasez, productiva en mi país.



Como LA imagen... nada Cuadra empezó un desbalance en todo... casa, negocio, comida, salud y es donde se da la oportunidad de salir



con la idea de ser solo una Temporada ...

Al llegar al grupo de vallado comence hacer como una metamorfosis.

me senti como una oruga y comenzo mi cambio aceptar situacion en mi vida a comprender más

lo que sucedia y a procesar de la mejor forma que pudiera.



mis noches son larga pensando y auto evaluando lo que hago y lo que voy hacer, soñando y creyendole a Dios.



Así me siento al llegar aquí, solo a pesar que estaba en compañía no había apoyo para desenvolverse aquí fui robada, estafada, mal pagada... denigrada. y la situación de país empeorando.



Pasaba el tiempo... y colgaban en mi pecho los que los demás quisieron para mí. Y yo que quería seguir en mi iglesia personal. Y seguir amando a ese Dios.



MI Fortaleza fue ir a la iglesia pese que ni quería hablar ya que ante esa confesión fui castigada.

Hoy creo que puedo y quiero lo que tengo

Deseo seguir y Lograr

todos esos

sueños

deseos

y logros.



Hoy creo que puedo y quiero lo que tengo.

Deseo seguir y lograr todos esos sueños, deseos y logros...

María Sánchez del grupo de El Vallado

## DESDE DÓNDE HABLAMOS

Anna-Lena Diesselmann



Con mucha felicidad, gratitud, desde el corazón y con una pisquita de orgullo presentamos en esta publicación relatos, historias, narraciones y experiencias del trabajo de varios años. En primer lugar, queremos marcar desde dónde hablamos, quiénes somos y con qué motivación realizamos esta publicación. Somos un equipo multidisciplinario que hicimos parte del proyecto “Empoderamiento ciudadano para la disminución de la violencia contra la mujer”, financiado por Misereor entre el 2019 y el 2021, que atendió a más de 200 personas de la jurisdicción eclesiástica de Cali. Es un proyecto en el marco de la intervención de la Dirección Reconciliación y la Paz de la Arquidiócesis de Cali, que tiene como objetivo misional velar de manera especial por la vida y la dignidad de las personas y grupos humanos, promoviendo los Derechos Humanos en la perspectiva de una sociedad más justa e incluyente, haciendo énfasis en la reparación a las víctimas de la violencia, para lograr el perdón, la reconciliación, la paz y la convivencia armónica (el buen vivir).

Desde el año 2013 la Dirección Reconciliación y Paz viene desarrollando en diversas comunas de Cali un trabajo estratégico para la disminución de las violencias que aquejan a la ciudad, todo su trabajo de intervención le apunta a hacer de la no violencia activa un estilo de vida en cada uno de los habitantes del territorio arquidiocesano, para llegar a instaurar una cultura de paz y poder restaurar y transformar las relaciones humanas a partir del respeto a la diversidad, la tolerancia y la fraternidad. La Vicaría basa su trabajo en tres fundamentos:

1. La vida es el don y el derecho más valioso que hay que cuidar; por tanto, la atención debe centrarse en la defensa y la promoción de ella.
2. Reconocer que todo hombre y toda mujer es persona, dotada de inteligencia y de libre albedrío, con derechos y deberes, universales e inviolables y con dignidad.
3. El perdón, la reconciliación, el diálogo, la mediación y el tercer espacio, como herramientas necesarias e indispensables para obtener una paz verdadera y duradera, tender puentes en donde se ha roto el diálogo, desarmar la mente, el corazón y las manos, es lo que permite restaurar las relaciones y la convivencia en los territorios.

Cali es una ciudad que ha sufrido históricamente la violencia y, en específico, la violencia contra la mujer. La Organización de las Naciones Unidas define la violencia contra la mujer como cualquier acción u omisión que le cause daño o sufrimiento físico, sexual, psicológico, económico o patrimonial por su condición de mujer, así como las amenazas y actos como la coacción o la privación arbitraria de su libertad, bien sea que se presente en el ámbito público o privado. El panorama de la violencia contra la mujer no deja de ser preocupante no solo para las autoridades, sino también para la sociedad y para la Iglesia, este es un problema que afecta tanto de manera individual a quienes la sufren, como a las familias y a las comunidades a nivel nacional, departamental y municipal.

El empoderamiento para la sensibilización y la prevención de la violencia hacia la mujer es una de las tareas más urgentes en cualquier parte del mundo para erradicar este flagelo, teniendo en cuenta que el empoderamiento es una estrategia que les permite a las personas reforzar sus capacidades para transformar entornos violentos, especialmente aquellos donde las mujeres son más vulnerables. Este empoderamiento incluye desde el campo individual y hasta el colectivo, donde se promueve la capacitación de las mujeres, para que se conviertan en agentes de transformación, en aras a construir una comunidad menos violenta, que fomente los valores del respeto y de igualdad,

teniendo en cuenta que esta violencia no es inevitable y puede ser detenida a tiempo. La Vicaría para la Reconciliación reconoce desde su experiencia en el trabajo de campo que empoderar a las mujeres es empoderar a toda la comunidad para promover toda acción que conlleve al bien común. No puede haber paz, no puede haber progreso mientras las mujeres vivan con miedo de sufrir cualquier tipo de violencia.

Ante la violencia contra la mujer que se vive en la ciudad, se hace necesario un trabajo arduo de sensibilización y prevención de este flagelo a la comunidad con el fin de evitar que tenga lugar cualquier conducta violenta contra las mujeres. Por tanto, apuntamos a contribuir a la disminución de este tipo

el empoderamiento  
es una estrategia  
que les permite  
a las personas  
reforzar  
sus capacidades  
para transformar  
entornos violentos

de violencia en las comunidades a intervenir, así como presentar a las mujeres las acciones precisas a seguir ante tales situaciones en caso de darse y las consecuencias que ellas traen. Otro de los puntos importantes que permite nuestra interlocución con la comunidad es la concienciación sobre el valor de la vida humana, en especial de la vida de las mujeres, el respeto a su dignidad y sus derechos, como también promover estrategias para hacer cumplir en las comunidades las políticas públicas de la mujer,

como la aplicabilidad de las leyes que las protegen. Y no menos importante, intensificar las herramientas que permitan brindar un cuidado a las víctimas y desarrollar estrategias asertivas y eficaces en la prevención de la violencia contra la mujer.

Arrancamos con el objetivo de disminuir los índices de violencia contra la mujer en los territorios intervenidos, a través de estrategias de sensibilización, formación y atención psicosocial a las mujeres y las comunidades. ¿Pero cómo se realiza el trabajo? En concreto, el primer paso fue **(1) Diagnosticamos** los índices de violencia contra la mujer que se presentan en la ciudad, con especial énfasis en las comunidades a intervenir, para cambiar las dinámicas socioculturales que se han naturalizado y que violentan la integridad de la mujer. El diagnóstico fue la base de la intervención. **(2) Sensibilizamos** en la prevención de la violencia contra la mujer, mediante campañas de divulgación pública. Algunos ejemplos vamos a conocer en esta publicación. **(3) Formamos** a las y los participantes en la prevención de la violencia contra la mujer, en la promoción de los valores del respeto, la dignidad humana, y la efectiva comprensión de la legislación existente sobre la violencia contra la mujer. Las experiencias del eje de formación

las damos a conocer en varios relatos. (4) **Brindamos** atención psicosocial para las y los participantes, víctimas y/o sobrevivientes de la violencia contra la mujer. Las integrantes del equipo profesional realizaron artículos sobre esta experiencia para que otros procesos se puedan alimentar de nuestro trabajo. (5) **Sistematizamos** la experiencia del proyecto en la disminución de la violencia contra la mujer. Uno de los resultados de la sistematización es esta publicación que tiene en sus manos. El aprendizaje en este proceso fue una experiencia mutua: tanto las mujeres que participaron en los talleres han logrado ampliar sus perspectivas, como también cada una de las mujeres del equipo de las profesionales hemos aprendido. Todas hemos pasado por cambios profundos, tanto profesionales como personales.

Los relatos que a continuación van a dar testimonio de los aprendizajes y transformaciones durante el proceso llevan a las siguientes reflexiones principales. En primer lugar, muchas de las mujeres de tercera edad nunca han superado sus sufrimientos, varias hablaron por primera vez sobre sus historias de vida. Fue impactante e importante escuchar la voz de las mujeres mayores de edad, para entender que la cultura de este país ha sido fuertemente golpeada por las experiencias de violencias. Muchas mujeres son víctimas de conflicto armado en Colombia, y muchas más de una cultura violenta, en la cual se naturalizan y normalizan los actos violentos. En muchos relatos vemos que las mujeres pensaban que la violencia era algo natural. En segundo lugar, los relatos develan que en esta cultura hay una ausencia fuerte de la figura paterna. Para muchas mujeres, la familia consiste en varias generaciones de mujeres, el hogar es un lugar de mujeres, mientras los hombres en muy pocos casos hacen parte del núcleo familiar. En tercer lugar, hemos escuchado de cadenas de violencia que se repiten, desde la abuela hasta la nieta, parecen los mismos patrones de meterse muy joven con algún hombre para salir del hogar, terminando con hijos sacando la familia adelante como cabeza de familia. Estas cadenas implican diferentes formas de violencia, implican muchas responsabilidades con las cuales las mujeres se encuentran muy solas y a veces sobrecargadas. Un objetivo de publicar estos relatos es la posibilidad de aprender de las vidas contadas y romper con las cadenas de violencia.

Queremos motivar a salir de los círculos y dinámicas dañinas y romper la cadena de violencias. Un paso inicial para poder generar cambios es el conocimiento sobre las formas de violencia y los derechos. Queremos que las mujeres confíen en sus emociones, cuando una se siente maltratada, muy probablemente es porque hay un hecho de maltrato. Ser consiente del valor de la propia vida y la propia persona es la base para poder defenderlo.

## RECONOCIMIENTO

María Elis Hurtado Ibargüen del grupo de Llano Verde

Adrianita con su equipo, organizado y valiente.  
Ellas saben lo que hacen, pues lloran, aman y sienten.

Casi no encuentro palabras, para describir a Adriana,  
Ha sido madre de muchas, amiga, líder y hermana.  
Sus manos están abiertas para ayudar a la gente.  
Sabe dónde está el dolor. ¡Que Dios la bendiga siempre!

A mi Vale tan querida, que le pudiera decir..  
Tierna, noble y abnegada, fue Dios que la trajo aquí.  
Llano Verde le bendice, pues ha hecho con tesón,  
Lo que se le ha encomendado, está llenita de amor.

Mi Mafecita querida, su vida es toda una historia,  
Que restaura corazones y transforma a quien la oiga.  
Mi Mafe, usted vino al mundo con propósitos bien claros,  
Ayudar a mucha gente, ese es su gran legado.

Danielita, Danielita, luce siempre muy alegre,  
Irradia en todo lugar, sirviendo aunque truene o tiemble.  
Y por su dedicación, obtiene gran resultado,  
Serán muchas las personas que disfruten a su lado.

Ani está apoyando siempre con su actitud positiva,  
Tiene un lindo corazón para ayudar muchas vidas.  
Mi Colombia necesita mucha gente como usted,  
Noble, desinteresada, cargada de mucho bien.

Quiero dar de nuevo gracias, por todito lo que han hecho.  
Me enseñaron que soy digna de admiración y respeto,  
Que nadie debe dañarme, pues no nací pa' eso.

Dora Elisa Naranjo del grupo en Alto Jordán

Equipo del proyecto contra el maltrato hacia la mujer



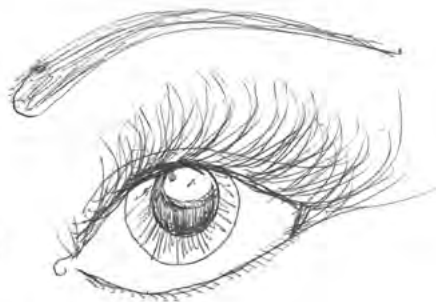
## DEFINICIÓN

**empoderar(se).** Calco del inglés to *empower*, que se emplea en textos de sociología política con el sentido de ‘conceder poder [a un colectivo desfavorecido socioeconómicamente] para que, mediante su autogestión, mejore sus condiciones de vida’. Puede usarse también como pronominal. El sustantivo correspondiente es empoderamiento (del inglés *empowerment*). El verbo empoderar ya existía en español como variante desusada de *apoderar*. Su resucitación con este nuevo sentido tiene la ventaja, sobre *apoderar*, de usarse hoy únicamente con este significado específico.

Vilma Elizabeth del grupo de Meléndez

Una mirada  
de Mujer  
para convertir  
lo maligno en benigno  
lo horroroso en hermoso  
la mentira en verdad  
la pobreza en abundancia  
lo abatido en  
empoderramiento

Una mirada  
de Mujer  
para convertir lo  
lo maligno en benigno,  
lo horroroso en hermoso,  
la mentira en Verdad  
la pobreza en abundancia,  
lo abatido en Empoderamiento



Vilma Elizabeth

# DE LO INDIVIDUAL A LO COLECTIVO: UNA PERSPECTIVA PSICOLÓGICA DEL EMPODERAMIENTO

Valeria Calvo



El empoderamiento es un proceso donde las personas pasan de sentirse receptoras pasivas del poder de otros, por desinterés, falta de conocimiento y de reconocimiento, a legitimarse como sujetos que trabajan e inciden en sus ámbitos íntimos y comunitarios (Cano y Arroyave, 2014). Este proceso es una fase de reconocimiento y concientización de los patrones repetitivos en la vida de las personas que inciden en dinámicas desiguales y que de generación en generación se han estructurado, provocando en el ser humano conflictos emocionales, conductuales, cognitivos y afectivos. Por lo tanto, el empoderamiento trae consigo una transformación, así lo cuenta nuestra participante:

*“En este proceso he aprendido muchas cosas, como aprender a escucharme, entenderme, comprenderme, valorarme y empoderarme como mujer, porque lo que soy hoy no lo tenía antes y tenemos que seguir aprendiendo porque en la vida nunca es tarde y buscar ayuda... No es mala idea si decides buscar la ayuda de la psicóloga, es una ayuda que te reconforta para seguir tu centro, con la psicóloga he aprendido a ser mejor cada día de mi vida...”*

Evelyn

En el empoderamiento, mi pasado puede influir en mi vida, pero no determinar la mujer que soy o la que puedo llegar a ser, así lo cuenta Evelyn. Ella es una mujer resiliente que ha vivido situaciones difíciles desde su infancia, pero que tomó la decisión de no seguir arrastrando un pasado doloroso, sino, por el contrario, se empoderó para empoderar a otras, siendo este un poder que libera a hombres como a mujeres de ideologías opresivas entorno a estereotipos de género, es decir, de cómo debería ser un hombre o una mujer, cómo debería de comportarse o cuáles deberían ser sus gustos. Por ejemplo, el hecho de que en una sociedad desde la infancia se escuchen frases como:

el empoderamiento se da a nivel cognitivo en primera instancia, en donde las mujeres hallan tiempo, espacios propios y empiezan a reexaminar sus vidas en forma crítica y colectiva

“los niños no lloran”, “parece una niña, sea macho y no llore”, pueden provocar en la persona incapacidad para expresar sus emociones y pensamientos de una manera libre, y cuando esto se reprime, es probable que se limite el pleno desarrollo personal y se presenten problemáticas psicológicas que disminuyen la calidad de vida de la persona.

Teniendo en cuenta lo anterior, se afirma que el empoderamiento se da a nivel cognitivo en primera instancia, en donde las mujeres hallan tiempo, espacios propios y empiezan a reexaminar sus vidas en forma crítica y colectiva (Batliwala, 1994, citado por, Delgado *et al.*, 2010). Se consolida producto de las narrativas que las participantes del proceso hacen con respecto a sus historias

de vida donde resignifican sus experiencias, pues a través de estos relatos se moldean nuestros pensamientos, llevándonos a actuar de una manera determinada, por lo tanto, las historias dominantes integran la identidad de las personas, centrándose en conclusiones negativas sobre quiénes son. Por

ejemplo, una persona puede situar su historia dominante sobre el maltrato psicológico que recibió por parte de sus padres, sintiéndose poco merecedora y omitir totalmente sus éxitos.

Mediante la acción narrativa mencionada, lo que esté instituido se reafirma, lo que no ha sido tenido en cuenta puede pasar a un primer plano, y viceversa; se abre la posibilidad de la existencia y expresión de discursos y acciones diferentes a los dominantes como igualmente válidos, cambiando la posición del individuo en el mundo (Sánchez, 2002), pues los participantes pasan de la queja a gestionar sus propios recursos para su sanación, creando nuevos significados y fortaleciendo la inteligencia emocional en diferentes aspectos de sus vidas, se descubren dentro de sus liderazgos, reconstruyen su historia y empiezan a trabajar por lo individual y lo colectivo. De esta manera lo señala Esperanza, participante del proceso:

*“Hemos tejido lazos de buena comunicación que nos permitirán continuar creciendo como mujeres y consolidando nuestros conocimientos... La mujer, al recobrar su autoestima y el propender por el autocuidado, descubre sus capacidades, talentos y se motiva para trabajar por el crecimiento personal y el bien común”.* Esperanza

Sin embargo, este empoderamiento muchas veces puede ser un proceso largo, esto dependerá de cada participante y sus recursos internos. Mientras esto sucede, cada persona se verá enfrentada a conflictos subyacentes a su historia de vida, algunos de las problemáticas evidenciadas son:

### TRASTORNO DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO (TEPT)

Según el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales de la Asociación Estadounidense de Psiquiatría (DSM-IV, por sus siglas en inglés), este trastorno se caracteriza por la aparición de síntomas que sigue a la exposición a un acontecimiento estresante y extremadamente traumático, como lo puede ser un hecho de violencia, donde el individuo se ve envuelto en situaciones que representan un peligro real para su vida o cualquier amenaza para su integridad física y/o psicológica o existe una amenaza para la vida de otras personas que, producto de ello, logra desestabilizar su estilo de vida, generando de esta manera, estrategias de afrontamiento inadecuadas que van desde el temor hasta el aislamiento social.

Las personas con este trastorno suelen presentar síntomas recurrentes, como insomnio, irritabilidad, dificultad para concentrarse, temores, hipervigilancia,

sobresalto, sentimientos de culpabilidad, algunas personas pueden presentar alexitimia caracterizada por la incapacidad de expresar e identificar emociones. Estudios han encontrado que algunas estructuras cerebrales como la corteza prefrontal, hipocampo, amígdala, entre otros, se encuentran comprometidos en el trastorno de estrés postraumático (TEPT), generando dificultades para la toma de decisiones, planificación, déficits atencionales, dificultad para expresar, reconocer emociones y respuestas de miedo ante cualquier estímulo. Por tal razón, este tipo de casos debe de ser tratados por profesionales especialistas, capacitados y comprometidos en evaluar de manera individual, para dar el tratamiento indicado según el trauma sufrido por el paciente (Hurtado, 2011).

*“Perdí mi tranquilidad y aquellos que amaba en el conflicto armado... Yo no quiero echarme la sal, trato de salir adelante, pero todo el tiempo me están sucediendo cosas, a veces se me quitan los ánimos, pero sigo adelante, en algunos momentos cuando voy por la calle siento mucho miedo... Mis hijos a veces llegan por detrás, cuando estoy desprevenida y eso me da mucha rabia, me sobresalto...”* Participante del proceso

## DEPRESIÓN

Según la Organización Mundial de Salud, las mujeres que han experimentado violencia de pareja tienen dos veces más posibilidades de desarrollar depresión en comparación con mujeres que no han experimentado violencia. La depresión, junto con el trastorno de estrés postraumático es una de las consecuencias psicológicas que con más frecuencia se han estudiado en mujeres víctimas de violencia por parte de su pareja (Walker, 1999; Dutton, 1993, citado por Hernández *et al.*, 2007).

La depresión, también llamada “trastorno depresivo”, es un trastorno del estado de ánimo que causa síntomas de angustia, que afectan cómo se siente, piensa y coordina las actividades diarias, como dormir, comer o trabajar. Para recibir un diagnóstico de depresión, los síntomas deben estar presentes la mayor parte del día, casi todos los días, durante por lo menos dos semanas (Instituto Nacional de la Salud Mental, 2016). Las personas con diagnóstico depresivo pueden evidenciar sentimientos de inutilidad, tristeza, pesimismo, culpabilidad, pérdida de energía o interés por actividades que antes disfrutaba, dificultad para dormir, para concentrarse, cambios de apetito, ideación suicida, irritabilidad, entre otros síntomas que afectan cognitiva, afectiva, emocional y conductualmente a la persona, disminuyendo su calidad de vida.

## BAJA AUTOESTIMA

¿Qué sentimientos y emociones experimento hacia mí? Es una pregunta clave para entender el estado de mi autoestima, pues denota el grado de autovaloración y autoconfianza, es decir, una persona con baja autoestima puede tender a compararse continuamente con otras personas, experimenta poca valía, no confía en sus cualidades, capacidades y se enfoca solo en sus defectos o sus fracasos. Las personas con baja autoestima suelen buscar aprobación constantemente; cuando no la consiguen, experimentan sentimientos de inferioridad, por lo tanto les cuesta decir no y permanentemente sienten desgaste emocional en el intento de agradar en su entorno. La baja autoestima envía un mensaje implícito de no ser merecedora, por eso muchas veces se evidencia la repetición de patrones de maltrato, de condiciones inferiores, pues la persona cree que eso es lo que merece. Solo cuando se empieza a trabajar en el fortalecimiento de la autoestima es donde se empieza a ser consciente de las historias dominantes y de los patrones repetitivos que a lo largo de mi vida se han consolidado.

## ENCONTRAR ESPERANZA

Se podría seguir mencionando muchas más problemáticas de índole emocional, afectivo, cognitivo y conductual producto de las violencias que viven las mujeres a lo largo de su ciclo vital, sin embargo, es valioso resaltar que, si bien hay detonantes de la salud mental, también hay resiliencia y empoderamiento por parte de cada mujer que decide que su pasado no determine la mujer que es hoy.

Algunos de los recursos de sanación de las mujeres del proceso de empoderamiento ciudadano es la espiritualidad, no como religión sino como relación directa con Dios, desde una paternidad única.

*“Desde mi experiencia personal y como creyente cristiana católica, la mejor forma de afrontar el dolor es uniendo el dolor a la pasión de Cristo, necesitamos de la gracia de Dios, nuestro padre, es importante el dialogo todos los días con él y en ese proceso todo lo voy dejando salir, rabia, dudas, preguntas y me voy liberando alcanzando la paz interior que hemos perdido por el dolor”.* Esperanza

Las mujeres desde su saber y sus experiencias han buscado las estrategias para su empoderamiento, donde el fortalecimiento de las redes de apoyo dado en el proceso de la Dirección de Reconciliación y Paz ha permitido la adquisición de nuevos conocimientos y el fortalecimiento de los nuevos liderazgos. Nancy cuenta un poco sobre sus aprendizajes y su empoderamiento.

## EMPODERAMIENTO

---

*“Aprendí los conceptos de sororidad, resiliencia y empatía, no eran palabras comunes en mi vocabulario y menos en la práctica. He aprendido que no todo está en mis manos para solucionarlo. En el compartir con el grupo de mujeres he visto el valor de la diferencia, cada una con sus pensamientos, sus comportamientos, sus necesidades y aportes, pero todas apuntando al mismo fin: tener una familia, una comunidad, un país y un mundo en justicia, respeto y paz”. Nancy*

Las mujeres han generado una nueva noción de poder, donde no se trata de jerarquías y/o dominaciones, sino más bien por el respeto del pensamiento distinto, por la empatía de aquella que ha sufrido y que necesita de un apoyo emocional, en especial de reconocer los saberes de cada una y valorarlos como un tesoro que nos permite reconciliarnos y crecer en los liderazgos. Amparo, una de las participantes del proceso, nos refiere:

*“Agradezco a la psicóloga que reconoce en mí cualidades como mujer, líder y gestora, así como mis saberes y experiencia, pues dentro del proceso he adquirido más seguridad en mí misma, aumentando mi autoestima. Creo que es muy importante el poder expresar mis sentimientos y pensamientos con libertad, y aquí lo he logrado”. Amparo*

El empoderamiento generado en el proceso tiene que ver con que la mujer asuma un rol protagonista en todos los ámbitos de su vida como gestora de paz, de democracia y de construcción de escenarios que propicien la igualdad, la toma de decisiones individuales y colectivas y de responsabilidad compartida entre hombres y mujeres. En el proceso de empoderamiento de



cada mujer y desde sus diferentes estrategias, logran reconstruir sus historias de vida, fortalecer su autoestima y resistir en temas de Derechos Humanos, justo a estos espacios dan cuenta del proceso de sanidad interna que logra impactar el tejido social.

### Referencias

- Cano, T. A. y Arroyave, O. A. (2014). Procesos de empoderamiento de mujeres: subjetivación transformaciones en las relaciones de poder. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, 42, 94-110.
- Delgado, D., Zapata, E., Martínez, B, y Alberti, P. (2010). Identidad y empoderamiento de mujeres en un proyecto de capacitación. *Ra Ximhai*, 6(3), 453-467.
- DSM-IV TR (2000) Manual Diagnóstico. [www.cppm.org.ar/wp-content/uploads/2015/06/DSMIV.pdf](http://www.cppm.org.ar/wp-content/uploads/2015/06/DSMIV.pdf)
- Hernández, R., Corbalán, F. y Limiñana, R. (2007). Depresión en mujeres maltratadas: Relaciones con estilos de personalidad, variables contextuales y de la situación de violencia. *Anales de psicología*, 23(1), 118-124
- Hurtado, C. (2011). Alteraciones neuropsicológicas en el estrés postraumático. Tesis de Maestría. Universidad de Salamanca. <https://gedos.usal.es/handle/10366/115856>.
- Instituto Nacional de la Salud Mental (2016). Depresión. Recuperado de: [https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/depresion-sp/19-mh-8079spdf\\_159009.pdf](https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/depresion-sp/19-mh-8079spdf_159009.pdf)
- Organización Mundial de la Salud. Violencia y Depresión. [www.paho.org](http://www.paho.org).
- Sánchez, A. (2002). Dispositivos de empoderamiento para el desarrollo psicosocial. *Universitas Psychologica*, 1(2), 39-48.

## SALIENDO DEL FONDO

L.A.M. del grupo de El Vallado



Siempre viví con mi mamá y mis hermanas, a ella le tocó muy duro sacar a cinco hijos adelante. Ella era casada y tuvo a mis cuatro hermanos; su esposo desapareció, nunca supo si lo mataron o lo secuestraron. Tiempo después conoció a un hombre, se enamoró y nació yo, pero él no le respondió, se fue y no la apoyó. Yo lo conocí tiempo después, era un hombre mujeriego, tomaba mucho, se enfermó de cirrosis y murió. Mis hermanas se organizaron y yo quedé con mi mamá. Cuando tenía 14 años nos fuimos para Tumaco a visitar a mi abuela; volví a ver a mi tía, la hermana de mi papá, ella llegó de Europa, llegó con plata y todo era rumba, hombres y licor. La verdad yo quise quedarme en Tumaco con mi tía, no quise volver con mi mamá; lo de mi tía era otro mundo, yo veía que todo era felicidad. Mis tíos consumían vicio, licor y mis tías se prostituían, eso para mí era muy divertido. Mi tía siempre me decía “sobrina, usted tiene que ser rica”. Me llenaba de hombres para que yo me acostara con ellos por plata; no lo pude hacer, me daba asco, pero sí me enseñó a tomar licor, me conseguí un novio pero era vicioso. En ese entonces para mí todo era normal, mis primas se acostaban con mis primos y mis tíos,

todos éramos jóvenes, yo no sé cómo no entré al mundo de la prostitución y de la drogadicción, pero sí del licor. Es aquí donde mi vida se divide en dos: me enamoré de mi primo hermano, el cual era un mujeriego y tomador. Mi tía siempre se opuso, pero yo veía por los ojos de él. Ella me buscaba otros hombres, lo que mi tía quería era que me quedara con un mafioso poderoso, ella me lo presentó, quien me puso el mundo a mis pies; yo lo rechacé, eso hizo que mi tía me desterrara de su casa, así que volví a Cali con mi corazón vuelto nada ya que estaba enamorada de mi primo; él me visitaba pero se fue a vivir con una mujer, me quedé sola. Tiempo después lo volví a ver y quedé embarazada; él ya era otro, un excelente hombre y fiel, trabajador; en lo poco que teníamos éramos felices. Se quedó sin trabajo y recurrimos en ayuda a nuestra tía, nos fuimos a vivir con ella, pero lo mismo de siempre: rumba y trago, pero ella ya no tenía dinero, yo volví a entrar en el mundo del licor. Ella tuvo la oportunidad de volver a Europa y yo me volví una tomadora sin fin, mi vida giraba alrededor del licor, mi vida no tenía sentido, hacía shows, peleaba, pasaba muchos problemas, me volví la vergüenza de todos, no lo podía controlar y eso trajo problemas con mi esposo, el cual amaba con todo mi corazón. Si no tomaba me aburría, y peor era que ni tomando era feliz, pues cuando perdía el sentido era horrible, mis hijos los descuidé y mi esposo me dejó. El mundo se me vino encima y me quería matar.

No quería saber nada de mí, él hizo su vida, se tiró al mundo, rumba, mujeres, licor, yo le lloraba, le rogaba de rodillas como niña chiquita para que volviera conmigo. Me desesperé, lloraba día y noche, no sabía trabajar, ¡no sabía qué hacer! Seguía tomando hasta que un día Dios puso un alto en mi camino, empecé a asistir a la iglesia, me he aferrado a Dios, dejé de tomar, empecé a estudiar y a trabajar, posteriormente mi madrina me consiguió hacer un reemplazo en una empresa como aseadora, allí el jefe me empezó a enamorar y me acosaba constantemente, no sabía que eso era violencia hasta que entré al grupo de mujeres empoderadas, allí comprendí que estaba viviendo un tipo de violencia contra la mujer. Este proceso me ha hecho renacer, revisar mi vida y seguir adelante, a saber, que mi vida tiene sentido, que valgo mucho como mujer, que soy importante. En los talleres empecé a entender que lo que estaba viviendo en el trabajo era abuso, allí me abrieron los ojos, yo me sentía fastidiada y me aguantaba porque necesitaba el trabajo. En el grupo he tenido la oportunidad de sentirme fuerte, con ánimo de seguir. Ya por ignorancia no me dejó maltratar. Me faltan dos meses para recibir el grado de Primera Infancia. Tengo muchas ganas de salir delante de seguir luchando por mis hijos.

## BUSCANDO EL CAMBIO RUMBO AL EMPODERAMIENTO DE LA MUJER

Adriana Lozada



*“Estaba pasando por una depresión causada muchas situaciones de violencia que uno como mujer sufre a lo largo de los años, por un cáncer de seno y el retorno a mi país desde Venezuela, sola, viviendo de posada en posada, odiando y con un rencor que no me dejaba ver la claridad. Supe de este espacio que ofrece la Arquidiócesis de Cali y ha sido para mí un oasis, he podido sanar y ver la vida de otra manera, comprender lo que me sucede y saber que soy una mujer empoderada”.* Luz Fanny del grupo en Alto Menga

Las mujeres han enfrentado desde la misma creación una infinidad de circunstancias y dificultades que la minimizan y no la han dejado desarrollarse a su plenitud como lo pensó el mismo Dios en su creación: libre, digna, en igualdad de condiciones y derechos que el hombre. Durante siglos las mujeres han librado muchas batallas. Ellas siguen enfrentándose a numerosas desigualdades y violencias en cualquier rincón del mundo, esto no es un secreto para nadie, aun cuando se han escrito una cantidad de leyes, promulgaciones de organismos internacionales. Pero el flagelo sigue y, peor aún, en aumento. Cientos de mujeres hoy están bajo tierra asesinadas por su condición de ser mujer, otras violadas sexualmente, minimizadas y excluidas, además golpeadas por la pobreza.

Colombia y en especial, la ciudad de Cali no son ajenas a estas situaciones. Durante los últimos años, las cifras de feminicidios han aumentado, en especial en tiempos de pandemia. Durante el 2020 se registraron 31 feminicidios en el departamento del Valle del Cauca, siendo Cali la ciudad que más muertes aporta a esta cifra, seguido de los municipios de Cartago, Andalucía, Alcalá, Jamundí y Vijes, según el Observatorio de Género del Valle del Cauca. Así mismo, Medicina legal informa que esta violencia ha crecido un 88% durante los meses de pandemia.

Para la Iglesia esto no es ni puede ser un tema ignorado. La Arquidiócesis de Cali está profundamente preocupada por la violencia que sufren las mujeres en toda la jurisdicción eclesiástica y por ello vio con urgencia la necesidad de desarrollar el proceso **“Empoderamiento ciudadano para la disminución de la violencia contra la mujer”** como una acción colectiva y comunitaria para sensibilizar sobre este flagelo, aportar a su disminución y, sobre todo, a sanar en las mujeres las heridas causadas por estas violencias, empoderarlas para su reconocimiento y participación en las diversas áreas personales y sociales existentes. No se trata entonces solo de desarrollar un proyecto, sino que, a través de este, generar transformaciones significativas, no solo en las mujeres asistentes al proceso, sino también en las comunidades intervenidas.

No se trata entonces solo de desarrollar un proyecto, sino que, a través de este, generar transformaciones significativas, no solo en las mujeres asistentes al proceso, sino también en las comunidades intervenidas.

Y esto no se logra de la noche a la mañana, ni tan solo con los talleres de formación, sino más bien con la combinación entre la práctica de campo, los saberes individuales y colectivos de la comunidad, con la teoría del cambio que nos permite lograr avanzar en la transformación, teniendo en cuenta que avanzar implica un trabajo a lo largo de la vida, de acuerdo a las experiencias personales, familiares y comunitarias de cada participante.

*“Provengo de una familia campesina de por allá del Tolima. Desde pequeña escuché a mis abuelos y tíos que las mujeres no valemos nada y mi abuela me decía, somos como el trapo de la cocina, me lo creí, y crecí viviendo también mucha violencia. Perdí una niña recién nacida y a pesar del dolor por la partida de mi angelito, doy gracias a Dios que se la llevó, porque mi niña no vino a este mundo a sufrir. Cuando llegué a los talleres empezó mi cambio; como dicen en el campo, empecé a salir del cascarón, como los pollitos, porque acá me han quitado la venda de mis ojos, me he descubierto como una mujer valiosa, que aunque soy vieja, sin estudio, mi palabra vale. Hoy me siento otra mujer”.* Nelly Moreno

Esta historia es una de las tantas experiencias de las participantes del proceso que nos van delineando cómo una persona que ha vivido experiencias negativas, a través de los espacios de participación, acompañamiento, escuchas y construcción individual y colectivamente puede empoderarse, tomar las riendas de su vida, generar cambios en ella y a su alrededor. Pero cabe aclarar que las mujeres no se cambian, ellas siguen siendo mujeres, su esencia divina, con infinitad de colores, olores, edades, tamaños, formas y pensamientos, humanas como lo han sido siempre, lo que se pretende cambiar es su visión del mundo, de un contexto machista donde su valor se minimiza, se pisotea su dignidad y donde se le han sido robadas sus oportunidades, causando heridas en su corazón y en su alma.

Para ello, nos hemos basado en la Teoría del Cambio, entendiéndolo como un proceso continuo de reflexión para visualizar lo que sucede en las mujeres que asisten al proceso después de participar en las reuniones y lo que eso significa para nosotras como iglesia que representamos y a su vez, como mujeres que somos. La teoría de cambio describe cómo las intervenciones realizadas a través del proyecto, producen los resultados necesarios y proyectados para causar el cambio esperado. Según Iñigo Retolaza Eguren, la Teoría de Cambio tiene un propósito transformador que surge de la convicción de fortalecer futuros más justos a través de los cambios sociales

informados, que buscan alterar las dinámicas de poder y la distribución de recursos, a su vez ayuda a mejorar la articulación y el proceso de cambio social, especialmente en situaciones de múltiples actores y pensamientos, ya que nos permite tener perspectivas claras y mejorar la acción en los procesos de transformación social mediante la visualización de estrategias que llevan a cumplir los propósitos establecidos.

Todo proceso desarrollado desde la acción social de la Iglesia debe dejar incidencia y sobre todo la conversión social de las personas y comunidades, donde cada persona se reconozca como hija de Dios, dotada de valores y aun en la misma fragilidad humana, donde tiene infinidad de veces, la oportunidad de cambiar todo aquello que no la deja ser feliz. La mujer transforma los dolores de los sufrimientos causados por una sociedad machista, hace su proceso de conversión y la espiritualidad juega un papel primordial en ella, pero requiere que este cambio tome un rumbo más firme hacia la sociedad, toda ella patriarcal, generadora de la desigualdad, la violencia y la inequidad.

Por tanto, en el ejercicio de este proceso que terminamos, la conversión de la mujer tomó el rumbo hacia su empoderamiento de una manera firme, quedando un largo, espinoso y difícil camino: el cambio mental de la sociedad machista y violenta. Pero no nos desalentemos, porque el caminar de las mujeres en su lucha para transformación de esta sociedad ha sido lenta, pero firme y este proceso se sumó a este camino rumbo a lo que Dios quiere: una casa común para todas y todos.

Durante todo el proceso permaneció en mi mente el pasaje bíblico de la mujer adúltera (Juan 8, 1-11) donde es el mismo Jesús que le proporciona a la mujer una sanación única y la posiciona ante todos los que la señalan como una persona con la misma dignidad de quienes la acusan y a la sociedad, representada en aquellos hombres, quienes son enviados a transformar sus machismos que menoscaba la dignidad de la mujer. Esto segundo está aún muy crudo, y es la tarea que nos queda.

Todo proceso desarrollado desde la acción social de la Iglesia debe dejar incidencia y sobre todo la conversión social de las personas y comunidades

## ENCONTRÉ UN HOGAR

Rosalba Castillo del grupo en Alto Jordán

Cuando era niña era muy callejera me gustaba caminar mucho, me maltrataban por eso y porque no me gustaba hacer las cosas obligada; cuando decía no, era no, y mi mamá me tiraba muy duro, el maltrato era fuerte, por eso prácticamente ya no vivía con ella, mantenía donde mis amigas; cuando me mandaban a estudiar no iba, me ponía a jugar con mis amigas, escogí ese camino como un refugio por el maltrato que vivía; hoy en día me arrepiento de no haber aprovechado la oportunidad de aprender. Hace como unos 2 años, mis vecinas Sibilina y Amanda me invitaron a un programa, yo fui, y cuando llegué me topé con una profesora, ella me explicó de qué se trataba, me gustó y me quedé. He aprendido muchas cosas del programa, me gustaron sus actividades y la forma en que me enseñaban a pesar de que no se leer ni escribir. Me orientan mucho y me hacen sentir bien, mis compañeras son como un hogar para mí.

## CRECER CON LAS TAREAS

Daniela Mora

Fue hoy precisamente el día en que te ibas a enfrentar a una experiencia retadora, para la cual te habías preparado durante mucho tiempo. Desde la noche anterior dejaste todo listo, y entregaste todo a Dios. Tal vez desde muy temprano, te despertó la ansiedad y demás sentimientos que provocó esta experiencia. Cuando entras a nuevas situaciones, las primeras informaciones suelen ser confusas. Siempre es así, fue así cuando lo viviste en el 2005 cuando te enfrentaste a tener al frente por primera vez un grupo para dirigirlo; o como aquella vez, en el 2016, que asumiste liderar y coordinar, ¡nada más y nada menos que un grupo de mujeres! Eres una aprendiz, pero también eres una maestra.

Por fin llegas y te topas con todas esas mujeres, y observas en sus rostros algo muy diferente a lo que esperabas... Tus miedos y la ansiedad te absorben. Observas sus sonrisas llenas de ternura y de amor, esa angustia desaparece con cada palabra de amor y gratitud para el trabajo que les has ofrecido. Me dice Fanny *“Dani que linda eres tú, y se te nota en tus ojos mucha nobleza, y estoy segura de que cuando las demás te conozcan, se van a animar a venir”*.

Inicia esta aventura, llena de inseguridades, pero eso no es lo que debes mostrar, tenías que mostrar la propiedad en cada una de tus palabras, pero te gana la ansiedad porque tal vez te lleguen a preguntar algo que no sepas, algo a lo que no te enseñaron, porque a la población que estabas acostumbrada acompañar es muy diferente. Día a día tomas mucha más confianza en tus saberes, dejas a un lado eso que te hacía sentir inconforme e insegura; semana tras semana vas notando cómo el vínculo con estas mujeres se va estrechando, y ellas confían en ti, en lo que tú sabes, y te respetan tal cual eres.

Uno de los grandes miedos a los que uno se puede enfrentar es la diferencia de edad; y ¿cómo es eso?, pues ser una joven enfrentada a muchas mujeres que han vivido y tienen miles de experiencias, es decir, prácticamente, como dicen coloquialmente, “estás viche” y te falta mucho por vivir, pero todo eso se borra, cuando ves que a ellas no les interesa eso, cuando en sus miradas respetan el simple hecho de que tú estés ahí y compartas con ellas. Se puede uno a atrever a decir que, para ellas, lo importante no es que esa persona que está enfrente suyo tenga un título o un grado académico, sino el hecho de que seas humana y sorora con ellas, para ellas eso basta. Y no es necesario que te lo expresen con palabras, te das cuenta en cada una de sus acciones, en su corporalidad, en su mirada y en la forma en la que se dirigen a ti. Me atrevo a decir que, en esta experiencia, no solo llevé aprendizajes y seguí siendo la maestra, sino que también volví a mí puesto de alumna. Cada mujer tiene cosas maravillosas por enseñarte, e historias que te deslumbran. Cuando hablas con esas adolescentes y te ves reflejada, de cuando tenías su edad, tal vez pasabas por lo mismo, por lo tanto,

Se puede  
uno a atrever  
a decir que,  
para ellas,  
lo importante  
no es que  
esa persona  
que está  
enfrente suyo  
tenga  
un título  
o un grado  
académico,  
sino el hecho  
de que seas  
humana  
y sorora  
con ellas,  
para ellas  
eso basta.

en ellas se percibe esas ganas de aprender de ti para “comerse” el mundo, te dejan sin palabras. En la vida nunca me prepararon para ser admirada por alguien, o tener la responsabilidad de llegar a ser un gran ejemplo. Para estas niñas lo soy, como me di cuenta cuando Sharon se dirigió a mí con una sonrisa enorme, una niña de tan solo 6 años, me abraza y dice *“Profe, eres tan inteligente, yo quiero ser como tú”*. Ahí entendí que uno solo no se prepara día con día por uno mismo, sino por ellas. Sibilina me dice *“Profe yo le digo a mis nietas que la cojan de ejemplo, usted tan joven y es una mujer tan sabia”*.

Pero el aprendizaje no termina aquí: en marzo del año 2020 entra una crisis mundial por el brote del Coronavirus, que también trae consigo retos, demasiados diría yo. Pero para muchas personas que tienen sus capacidades físicas intactas, quizás el uso del tapabocas solo resulte estorboso o molesto para respirar, pero para las personas sordas, es un inicio de una crisis de comunicación. Esta crisis también la empecé a vivir, y trae consigo miedos, temores, y no es porque posea la discapacidad auditiva, sino porque una de las participantes de los grupos a los que voy cada semana la posee.

Al principio del proceso no sentí ningún temor al enseñarle porque tenía la ventaja de que ella leyera mis labios, e iba acompañada de su hijo, quien usando el lenguaje de señas le explicaba. Cuando regresamos al grupo durante la pandemia, ella me expresó que no se sentía cómoda, porque no le podía leer los labios a nadie, su hijo ya no la acompañaba al grupo, todo había cambiado. Mis miedos y temores volvieron a surgir, miedo porque no quería que ella se fuese, ya que el avance que había logrado con ella era muy grande. Siendo sincera, se había convertido en alguien muy especial para mí, y no estaba dispuesta a perderla.

Así que tome esos miedos y los deseché, decidí arriesgarme un poco por ella, no uso mi tapabocas, pero uso una careta transparente que le permite a ella leerme los labios, hago la traducción de los que las demás compañeras dicen. Al principio no fue nada fácil, nunca es fácil adaptarte a algo, pero cuando le pones todo el amor a algo que quieres hacer, los resultados realmente son magníficos. Cuando se entrevistó a Dora, y de sus propios labios salió *“Danielita me ha ayudado mucho, por ella sigo aquí, no me gustaba socializar y ahora me siento en familia... en la familia que nunca tuve”*, para mí ese es el pago más grande que he podido tener, vale más que cualquier título, carro o cosas materiales que pueda recibir.

Cuando cada una de ellas te dice lo que ha logrado en su vida, te quedas sin palabras, en tu mente solo pasa lo que les has enseñado, y analizas la magnitud

que tiene para ellas, cada palabra y cada espacio que les brindas. Maribel Villegas me dice *“yo aquí he aprendido mucho, a amarme y dejar de ser tan tímida, nunca he sido de estar en grupos, pero aquí me siento muy bien”*. Beatriz López me expresó *“Dani de verdad yo estoy muy agradecida con usted, porque he aprendido mucho, me ha servido incluso para poder orientar a mis hijas, no tengo palabras pues para decirle lo buena que usted ha sido”*. Cada testimonio tiene una sensación diferente, pero todos terminan en gratitud y mucho amor.

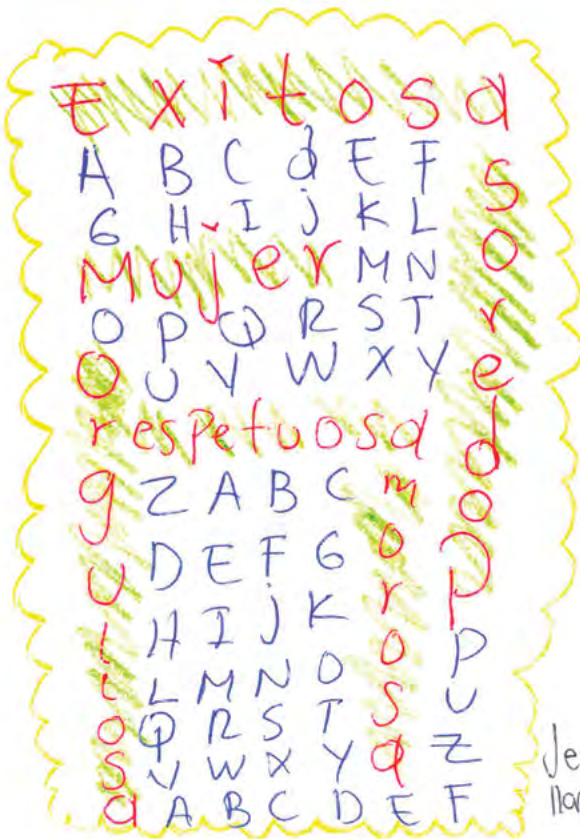
A veces en la intimidad de la oficina te surgen preguntas o situaciones hipotéticas, y las empiezas a discutir con tus compañeras, hace parte del día a día en el equipo de trabajo, un día como muchos, surgió la situación hipotética de cómo actuaríamos si alguna de las mujeres de nuestros grupos falleciera. No pasaron muchos segundos cuando expresé, no sé cómo actuaría, pero sé que no estaría preparada y me costaría mucho aceptarlo.

Nunca pensé que esa situación hipotética se hiciera realidad en mi vida, nunca imaginé enfrentar ese dolor, hasta que el sábado 19 de diciembre a las 6 de la mañana me despierta la noticia de que doña Giomar había fallecido, una señora que había estado desde el comienzo, que se destacaba por ser muy puntual y ayudar a su prójimo; todas sus historias que me contaba eran acerca de eso, y su recorrido desde que la conocí pasó por toda mi cabeza y solo empecé a decir, pero ella estaba bien, hace una semana estaba bien... Lo mismo sucedió con doña Idalia el 20 de enero del año 2021. Son situaciones para las que nunca estás preparada. La muerte es una de las fases del ciclo de vida, pero creo que es la que menos podemos afrontar. Iniciar nuevamente en este espacio sin ellas es difícil, debido a que recuerdo lo que hacía cada una de ellas, sus gestos, en dónde se sentaban, cómo te saludaban, y, de ahora en adelante no es así. Esto te pega de una manera que no se puede explicar, y lo más difícil es que no lo puedes demostrar porque tienes que mostrarte fuerte para todas ellas. Te pueden preguntar, ¿porque te da tan duro si de igual forma no eran parte de tu familia? Solo en esta vida es necesario crear vínculos con las personas para que sientas dolor por la pérdida de alguna de ellas, y son sentimientos que solo comprendes cuando vives esta maravillosa experiencia.

Me llevo de este proceso el aprendizaje y la lección más grande de mi vida, porque gracias a todas estas mujeres que pasaron por mi vida, y conocí sus historias, sus familias y su forma de ser, me enseñaron en carne propia las herramientas de la resiliencia, el poder de transformación y que no importa lo pequeña que me sienta, para alguien soy un ser grande en virtudes.

Jennifer Valencia del grupo de Llano Verde

# Sopa de Empoderamiento



Jennifer  
Hans Verde

## ROMPER LAS CADENAS

Angélica Valois del grupo de Llano Verde

Hace mucho, pero mucho tiempo la historia de mi madre marcó mi vida, yo no tuve la culpa de ser producto de sus desgracias, por lo cual nunca he tenido una demostración de afecto de parte de ella, por esta razón lloraba todos los días, por su maltrato, no tenía vida propia, la autoestima la tenía por el piso, no me gustaba hablar con nadie, todo me afectaba. Conocí a una vecina que me invitó al grupo de mujeres empoderadas para la disminución de la violencia, asisto todos los miércoles a los talleres y le hablé a Valeria de mi historia; gracias a ella y a todo el grupo he podido asimilar mi situación y reponerme con mucha facilidad de mi problema psicológico. Puedo decir que rompí las cadenas de maldad y logré subsanar las heridas del pasado.

## LA UNIVERSIDAD DE LA VIDA

Participante del proceso

Me considero una mujer firme en sus convicciones con muchas historias por contar, aprendidas en la universidad de la vida. Nací y me crié en la ciudad de Cali, tengo treinta y nueve años, soy la segunda de cuatro hermanos, entre ellos dos mujeres y un hombre. Para empezar quiero traer a relación momentos imprescindibles a partir de la etapa de mi niñez y adolescencia entre los ocho y doce años de edad, donde recuerdo que cuando era mes de diciembre, mi madre nos sorprendía en la mañana del día veinticinco con la cama rodeada de juguetes nuevos, lo que me hacía sentir demasiado feliz. Del mismo modo, recuerdo el cuidado comunitario de las personas adultas hacia mis hermanos y a mí. Mientras mi madre salía de casa de lunes a domingo a trabajar de sol a sol para que no nos faltara nada. Me crié en un contexto de alta conflictividad rodeado por el microtráfico, exclusión social e intensidad de la violencia de grupos delincuenciales de la época, que muchas veces con pánico ante la anticipación de la presencia de estos encapuchados, prendía la huida a esconderme, porque ya sabía que venían

aniquilar a alguien... A pesar de todo, dichas prácticas atroces no pudieron apagar el disfrutar con goce juegos de infancia que departía en las calles de mi barrio con mis amigas y amigos.

Consecuentemente, andando entre los trece a los diecisiete años de edad, aprendo a trabajar con mi mamá en las ventas informales, y en tiempos de vacaciones escolares en casa de familias realizando labores de cuidado. Cabe mencionar que en estos entornos viví en carne propia diversas formas de violencia ejercida por parte de patronos como: explotación laboral, esclavitud sutil, hasta acoso sexual y callejero, sumado a la discriminación por el hecho de ser mujer y además negra. “Normalicé” estas situaciones pues no me creía digna de recibir un trato diferente, y por tanto debía apoyar a mi mamá económicamente en ciertos gastos escolares. De allí la violencia institucional que afronté en la escuela, debido a que cuando llegaba el mes de cancelar la pensión y mi madre no había podido cumplir con el pago, era de esperar que de la puerta no se me permitiera pasar a menos que lograra colarme entre la multitud de alumnos y no perder clases.

A pesar de todo lo anterior, me considero afortunada al contar en la adolescencia con la orientación de una amiga consejera mucho mayor que yo. Ella me hablaba franca y honestamente sobre amistad, noviazgo y sexo, dichas advertencias me ayudaron a cuidar de tener a temprana edad relaciones sexuales. Aunque a los catorce años sostuviera una relación con un hombre de diferencia en edad demasiado marcada, quien trataba de ejercer control al no ceder a sus insinuaciones sugestivas. Claramente no fue fácil alejarme de esta relación pero jamás sucumbí ante lo que no quería hacer.

No obstante, atravesando tremendas luchas emocionales y personales, empecé a percibir repetitivos episodios de violencia, esta vez al interior de mi familia. En concreto presenciaba las horribles palizas que papá le propinaba a mi mamá, abusando de su fuerza; situación que no pude tolerar y más tarde afectó la relación cambiando mis sentimientos y percepción hacia él. Entonces cansada de sobrevivir por años a sus maltratos decide abandonarlo. Sin tan siquiera darme cuenta que esto algún día sucedería, una mañana mi papá sale camino hacia su trabajo, a lo que enseguida llega un camión que se estaciona frente a la casa y mamá dice a mis hermanos y a mí: “*¡Recojan lo necesario y sus pertenencias lo más rápido posible y suban al camión!*” De modo tal que prendimos la huida hacia otro barrio donde nunca pudiera encontrarnos, sorprendidos de la valentía de mi madre. Ahora íbamos en busca de una nueva vida.

Luego de experimentar la pérdida de mis amigas de infancia y del barrio que me vio crecer, me graduó de once. A pesar de no poseer muchos recursos, a los dieciocho años, con apoyo de mi mamá, decido estudiar una carrera técnica en una institución privada. Debo afirmar que el horror de la arbitrariedad institucional me acechaba nuevamente, puesto que cada mes el docente entraba al salón y con lista en mano llamaba a quienes no habían cancelado la mensualidad. Inmediatamente yo debía abandonar el aula de clase, situación que me hacía sentir muy incómoda. Más adelante hastiada del vacío que albergaba en mi corazón, busco conversar con un amigo, quien me orientó asistir a la Iglesia donde se congregaba. Al ingresar a dicho lugar, me topé con un grupo de mujeres quienes oraron por mí. Al sentir algo fuerte que invadía mi ser, comienzo a llorar de manera inconsolable. Entonces me guían a recibir a Jesucristo en mi corazón. Pero les aseguro fue la mejor experiencia de amor sin par que había vivido durante toda mi vida. Para ser precisa, desde mi juventud aprendo a conocer a Dios a través la oración y a escuchar su voz a través de la Biblia. De allí que conseguí sanar herida del pasado, perdonar a mi papá e ir creciendo espiritualmente. Gracias al amor de Dios pude confrontar luchas de mi vida y salir triunfante.

Luego de llevar tiempo en la congregación, Dios permitió conocer a quien es mi esposo. ¡Yo no lo planeé!, lo grandioso es saber que era propósito de Dios al elegir a la persona apropiada con quien compartiría mi vida. Transcurriendo algunos días me confiesa sus sentimientos, al tiempo se formalizó nuestro noviazgo, con pedida de mano ante mi mamá, actitud que me hizo sentir honrada por Dios, debido a que antes llegué a sufrir humillación y desprecio en otras relaciones. Ahora, al cabo de un tiempo con anillo de por medio, estábamos sellando compromiso de matrimonio, luego pasando unos meses nos casamos. Recuerdo que algunas de mis experiencias más lindas y risueñas ocurrieron durante mis primeros tres meses de casada: No había tenido experiencias previas en relaciones sexuales, pero otra vez me convencía de que el amor entre ambos iba más allá de lo meramente físico, porque la actitud y la forma de pensar de mi esposo me hacían sentir una mujer muy amada, respetada y valorada.

Después de un tiempo comienzo a vivir otra etapa de vida, con dos integrantes más que crecían en mi vientre, así que sentí temor asumir el rol de madre a tan solo veinte años de edad. Llegó el momento de dar luz a dos preciosos varones gemelos, que llegaron a traer alegría a nuestra vida. Admito que ha habido fuertes tropiezos, dificultades y luchas que he tenido que afrontar, pero desde luego he conseguido resolver las diferencias con aceptación, respeto, madurez

y con humildad, porque Dios está en el centro de mi hogar. La palabra de Dios no deja lugar a ningún tipo de duda cuando dice que:

*Uno solo puede ser vencido, pero dos pueden resistir, ¡la cuerda de tres hilos no se rompe fácilmente! (Eclesiastés 4:2).*

Teniendo en cuenta lo anterior, ingreso a laborar para contribuir a la economía de mi familia, pero en muchas ocasiones no conseguía quién cuidara a mis hijos, situación que me hacía sentir entre la espada y la pared, debido a que estaban muy pequeños. Por lo que coloqué en balanza aspectos como quedarme en un lugar donde por siete años limitaron el goce a la seguridad social integral, entre otros abusos laborales a los que era sometida por mi empleador o a lo mejor desarrollar una profesión como proyecto de vida personal, y a la vez involucrarme al cuidado de mis hijos. Prescindir del empleo no fue nada fácil, a menos cuando no posees una economía estable, dado que ahora mi esposo quedaría solo al cargo de todas las obligaciones del hogar. Con todo eso tomé la decisión de dejar el empleo. Sin embargo, en el año 2016 con fe en las promesas de Dios, ingreso a la universidad a estudiar. La cuestión es que tuve que poner tanto de mí para alcanzar mi meta, por lo que aprendí a sobrellevar varios problemas que jugaron en mi contra y que casi me hacen tirar la toalla, como fue soportar momentos de austeridad, porque era necesario reunir como fuera el dinero para el semestre, fotocopias, transportes, entre otras necesidades de contenido emocional. De este modo, estando en el octavo semestre de mi carrera ingreso a realizar mi proceso de práctica profesional en la Vicaría de Reconciliación y Paz de la Arquidiócesis de Cali. Así llegué al proyecto “Empoderamiento Ciudadano para la Disminución de las Violencias contra la Mujer”.

Hacer parte de este proceso me enseñó a identificar las diferentes formas de violencia que pueden atravesar la vida de las mujeres. Asimismo aprendí a no callar ante un acto de violencia y empoderarme haciendo uso de mis libertades como ciudadana. Al darme la oportunidad de relacionarme, a la vez participar en lugares donde fue posible acercarme a la historicidad de mujeres con una trayectoria de lucha cargada de elementos significativos, de los que aprehendí y también desaprendí ideas concebidas de situaciones socio-históricas que las producen. Por ello considero que el proceso se convierte para las mujeres participantes en un espacio de encuentro afectivo, armonioso que da esperanzas y les ayuda a unirse como hermanas. Entonces empoderar a las mujeres es importante a la medida que aporta al cambio social desde la movilización de acciones comunitarias que propenden por el reconocimiento,

respaldo y empoderamiento de las mujeres y las niñas como sujeto de derechos. Todo ello aporta en disminuir el nivel de deshumanización que genera las violencias de género en la vida cotidiana.

Quiero agradecer a las que creyeron en mí al darme la oportunidad de continuar reaprendiendo del proceso. Gracias por compartir sus saberes que a modo de lecciones aprendidas aportaron a potencializar mis habilidades con amplio contenido social e humano, elementos que son muy valiosos y contribuyen de manera positiva en mi ejercicio profesional. Por todo lo anterior y mucho más hoy puedo decir con gran satisfacción logre cumplir mi sueño de ser profesional de Trabajo Social.

*“Mira que te mando que te esfuerces y seas valiente; no temas ni desmayes, porque Jehová tu Dios estará contigo en donde quiera que vayas”. (Josué 1:9)*

## SANAR HERIDAS

Edith Martínez del grupo de Llano Verde

Nací en un pueblo del Caquetá, hice mis estudios de primaria, mi padre y mi madre tuvieron una familia de 5 hijos. La violencia me causó mucho daño, me mataron a mi padre y a mis dos hermanos, eso fue un golpe muy duro. Tiempo después crecí, me casé, a los dos años de casados nos desplazamos para Cali, dejándolo todo. Teníamos 24 años viviendo junto a mi esposo, cuando él se enamoró de otra mujer y se fue con ella, en ese momento la situación fue muy dura, soy padre y madre a la vez.

Después de tanto sufrimiento, llegó el programa para mujeres empoderadas de la Arquidiócesis con la psicóloga Valeria. En el programa me ha ayudado a superar cosas que ni sabía, entender las violencias y los derechos de la mujer, he aprendido las normas que defienden a la mujer. Este proyecto ha sido muy especial pues he obtenido conocimientos y ayuda psicológica.

## ANTES NO HABLABA CON NADIE

Daniela Mora y Anna-Lena Diesselmann con Dora

El cambio que vivió Dora Elisa Naranjo es un pequeño milagro. Un milagro que da sentido al trabajo de nuestro equipo y que puede motivar a mujeres que han sufrido o que están sufriendo diferentes tipos de violencia. Esta violencia no solamente es física, sino puede expresarse en diversas formas de dominación. Dora hoy tiene 54 años, nació en Caldas, y su vida es una historia de muchos altos y bajos. Quien hoy habla con ella casi no se puede imaginar cómo ha sufrido y cómo las violencias han afectado su persona. Pero vamos a empezar desde el inicio.

*“Mi melliza y yo nacimos con una discapacidad auditiva. No podía hablar por un problema en la boca, mi lengua era pegada abajo,”* arranca a contar. Solo con varias operaciones lograron ayudarle, hoy habla claro y con mucha autoestima. Pero eso se lo tenía que ganar en la vida. *“No nos regalaron nada,”* dice: *“Fuimos rechazadas por la familia, no hemos tenido nunca un hogar, no he sentido este amor de los padres”*. A los 7 años mataron a su padre de forma violenta y ella tenía que aprender a vivir con estas imágenes en la memoria. *“Hasta hoy, si veo una camiseta manchada, me recuerdo de esta situación, cuando lo mataron a machete”*. A partir de este momento, las dos chicas tenían que defenderse en un mundo discriminante, sufriendo hambre y hostilidades. Ha pasado la mayoría de sus días sola. Ha sufrido discriminación, no recuerda cuantas veces tocó escuchar “sorda no sirve”. Era muy difícil encontrar trabajo. A los 9 años tenía un puesto como empleada, cuando una vez el patrón intentó violarla, y, para protegerse, le pegó con una lámpara. Él cayó y Dora pensaba que lo había matado. *“Pero solo era inconsciente y la ambulancia se lo llevó. Después, me echaron”*. Es solo uno de los ejemplos de los maltratos que ha sufrido. Se ganó algo vendiendo dulces en la calle. Las mellizas fueron separadas. *“Nos enfermamos por no poder estar juntas”*. Años después, nacieron sus dos hijos, ambos con discapacidades. Llevan ya varias operaciones y hoy tienen 32 y 23 años y son un gran apoyo para Dora. *“Por todo eso, no me sentía bien entre otra gente; tenía miedo constantemente; no hablaba con nadie, no tenía casi comunicación, solo con mis hijos. Me cuesta mucho tener confianza, porque tantas veces fui engañada”*.

Hace un año pasó algo que cambió la vida de Dora: *“Encontré el grupo de mujeres”*, dice con una gran sonrisa. Pese a sus miedos se dejó invitar a participar en una reunión. Llegó las primeras veces con su hijo, quien le ayudó a entender, hizo como la traducción para ella. En los grupos de la Dirección de Reconciliación y Paz se encuentran mujeres y hombres para disminuir la violencia contra la mujer y empoderar a las participantes, para que puedan desarrollar su plan de vida. Dora es la única mujer con discapacidad en su grupo, y es la primera vez que se siente completamente aceptada. *“Todas están muy pendiente de mí, si llego un par de minutos tarde, la profe me llama o las compañeras preguntan por mí”*. Dora ha encontrado un espacio donde está segura. El grupo le fortalece, la motiva a compartir sus ideas y pensamientos. Y ella nunca falta, siempre llega puntual, aunque llueva o lo que pueda pasar, ella está allí. Incluso, viene sola a las reuniones del grupo y hasta esta entrevista. *“Daniela, la profesora, es muy admirable”*, cuenta Dora: *“Me hace sentir bien, me explica y repite las cosas. El contacto con ella me ha subido la autoestima, ahora siento que yo también valgo”*.

Dora lee labios y habla lengua de señas, el uso del tapabocas para ella es una barrera difícil, porque no puede ver los labios. Por eso, en el grupo tienen el acuerdo que Daniela se lo quita mientras habla. Daniela comenta la transformación de Dora con mucho cariño: *“Es una alegría verla ahora, ella es muy comunicativa, le gusta hablar, se ríe con las compañeras del grupo”*. Y Dora tiene planes: *“Descubrí varios elementos de mí, cosas que no sabía, porque nunca me he permitido creer en mí misma. Me gusta escribir. Hice varios cursos de primeros auxilios, porque quiero ayudar”*. Hoy, sus hijos tienen trabajo y su hermana vive en una casa al lado de ella. Se pueden visitar cuando quieran. ¿Tiene un deseo para el futuro? La respuesta no demora nada: *“Quiero ser libre”*.

*“El perdón no cambia el pasado,  
pero engrandece el futuro”.*

Dora Elisa Naranjo del grupo en Alto Jordán

## DIOS ESTÁ CONMIGO

María Mirtha Salazar del grupo de El Vallado

Yo era una niña de escasos recursos. Cuando tenía 9 años a mi papá lo mataron, pues un día un perro me mordió y él no quiso pagar ese perro, él me fue a sacar y el perro también lo atacó a él y mi papá sacó el machete y lo mató quedando en la mitad de la sala, los dueños del perro eran indígenas y ellos corrieron hacia mí dónde yo estaba en una pieza para matarme, mi mamá corrió y me lanzó por una ventana, mi papá me recibió y luego a mi mamá, así lograron sacarme de la casa. El problema siguió porque le dijeron a mi papá que tenía que pagar el perro, él les dijo que tenían que reconocer los medicamentos de la niña, ellos dijeron que no y mi papá dijo que nunca un perro valía más que su hija y que si a él le tocaba arriesgar su vida por su hija él lo hacía y así fue, ¡mi papá murió por mí! Desde ahí para adelante ha sido un sufrimiento.

Mi mamá era muy joven y a los dos años hizo su vida con otra persona, esa pareja golpeaba a mi mamá, le daba planazos, la arrastraba del pelo, le pegaba con lo que encontrara, él quiso pasarse conmigo, también el hermano de mi padraastro quiso violarme y no pudo, me defendí, entonces el primero que me dijo vámonos con ese me fui, sin saber nada. Tenía 14 años cuando me fui de mi casa junto a un hombre que me dio mala vida, me maltrató, hasta la edad de 20 años, tuve 4 hijos, él me llevó a las montañas, me encerraba y decía que las mujeres eran para que parieran, las mujeres no tenían voz ni voto. Lo más grande que Dios me ha dado son mis hijas. Un día me iba a matar, me iba a tirar al río en el Caguán, Caquetá, yo dije no más, cogí mis 4 hijos, uno me lo amarré en la espalda, y salí a correr. Mi vida ha sido una vida sufrida, pero hoy gracias a Dios, porque de esas cosas he aprendido y Dios siempre conmigo, aunque yo ni siquiera me acordaba de Dios, pero Él está conmigo, hoy puedo decirlo. El Señor me libró muchas veces de la muerte. Una persona que no conozca de Dios es muy difícil que te ame.

Estar en este grupo me ha hecho pensar en que el grupo ha sido muy hermoso y he aprendido de cada una de las mujeres. Allí en el grupo cada una tenemos un qué decir, hemos sido violentadas, pero salimos adelante, nos transformamos, de cada una de ellas aprendo. Admiro lo que hacen por nosotras, eso nace del corazón y de un corazón lleno de Dios.

## DESPUÉS DE MUCHO TIEMPO PERDONÉ

Margarita Muñoz Montenegro del grupo en El Vallado

Yo, Margarita, me siento contenta por pertenecer a este grupo. Desde que asisto a este grupo mi vida ha cambiado, porque yo vivía una vida muy aburrida, mantenía muy estresada, vivía con mi suegra y mantenía peleando con ella. Tenía mi autoestima muy baja, y al escuchar y hablar de que teníamos que ser mujeres empoderadas y querernos a nosotras mismas me subió mucho el ánimo de saber que no estaba sola, que somos un equipo y sentir que tenía a alguien con quien hablar, eso me hizo sentir bien.

Vengo de una familia muy humilde y de una mamá maltratadora y lo que me pasó fue por huir de mi casa, una niña sin estudios, ingenua porque nunca me enseñaron nada de la vida. Porque en esa época era así, me acuerdo que cuando venía una visita a casa, mi mamá nos hacía meter debajo de la cama.

Cuando tenía 19 años conseguí un esposo, eso fue por los años 90, cuando existía el narcotráfico. Él era dueño de una discoteca, que era en realidad un burdel. En la casa yo vivía aparentemente feliz, no me faltaba nada, vivía muy cómodamente. Pero en realidad no era feliz, a mí me faltaba amor.

Todo el tiempo mantenía sola, los fines de semana era peor, él se iba los viernes y aparecía los domingos en la noche, él me decía que se ponía a jugar parkes con sus amigos y yo le creía hasta pensé que era gay. Un día decidí seguirlo y me enteré que todo era mentiras, me era infiel con muchas mujeres. No lo dejaba porque venía de una familia muy pobre y por eso me hacía la que no sabía y así pasaron muchos años, hasta que un día lo mataron, me sentía muy triste. Cuando lo estaba enterrando en el cementerio apareció una mujer con un niño de 6 meses, hijo de él, me sentí muy tan mal, no sabía si llorar de dolor por su muerte o por el dolor causado por su traición, ¡yo lo quería matar, pero ya estaba muerto! Pasaron 20 años y recién lo perdoné.

En este grupo he aprendido mucho y más porque nos enseñan cosas buenas que nos ayudan mucho, nos dice palabras para que subamos nuestra autoestima y eso para mí es muy importante porque me ayudaron a superarme a mí misma, me siento afortunada de pertenecer a este grupo.

## GRACIAS A MI MAMÁ

Grupo en Villa Luz

Tengo 34 años de edad, nací en Cartago, Valle, ahí pase los primero 25 años de mi vida, mi niñez no fue nada fácil, mi papá le pegaba a mi mamá, nos maltrataba a mis hermanos y a mí, fui una niña a la cual su papá y su hermano tocaban todas la noches, cada que llegaba la noche para mí era una tortura porque sabía lo que me esperaba, no era para nada bueno, tanto solo era una niña llena de miedos y temores, no tenía a quién contarle mis cosas, ni a mi madre, ella solo recibía golpes de él, día tras día solo pensaba en morirme. Como a mis 13 años falleció mi padre, yo seguí adelante con mi mamá con mi dolor por todo lo que tuve que pasar. En mi Corazón quedaba rencor odio, asco, rabia, impotencia de no haber podido hacer nada, en pocas palabras tuve una niñez no deseada.

A los 17 años conocí al papá de mi hija mayor, nos hicimos novios, fui muy ingenua me deje llevar por el momento y quede embarazada, cuando se dio cuenta dijo que la abortara, no pensé ni un segundo esa posibilidad, ella no tenía la culpa de la mala cabeza de nosotros dos, seguí adelante con mi embarazo, me pidió perdón, nos fuimos a vivir juntos, duramos un año porque me pegó, y yo no quería a una persona que me maltratara como hacia mi papá con mi mamá. Así que lo tuve que demandar para que ayudara con la niña, yo seguí sola con la niña, trabajé en casas de familia, pero recibía mucha humillación, así pasé como 5 o 6 años. Entré a trabajar en la agricultura, pero no me alcanzaba el dinero, lloraba noche tras noche pensando en qué le iba a dar de comer a la niña, pero como Dios no desampara a nadie, algo resultaba para que a mi hija no le faltara su comidita.



Después de un tiempo decidí que no quería estar más sola, y me empezó a cortejar un soldado. Nuevamente caí, duramos un tiempo de novios y tuvimos varios encuentros sexuales y en uno de esos otra vez me embaracé de otra niña, la negó, ya no quise nada con él y me hice cargo yo sola de mis dos hijas. Seguí trabajando hasta que llegó una mala consejera, y, lo más duro, fue de mi familia. Mi sobrina me dijo que me fuera a trabajar con ella los fines de semana, en mi desespero lo hice, empecé a trabajar en los

bares de ese momento, ya no me importaba más que mis hijas comieran y no les faltara nada, no sé si me juzguen pero no lo hice porque quise, lo hice por necesidad.

Trabaje unos meses en el mismo lugar, después me presentaron una gente, y me llevaron para Ecuador, ahí trabaje 3 años, fue algo muy duro para mí. Tenía que aguantar que me tocaran, me daba rabia porque nuevamente estaba viviendo lo que viví cuando era niña, pero me podía más el amor por mis hijas. Pasaron 3 años así en ese calvario, hasta que conocí a un hombre maravilloso, me pidió que me saliera de esa vida, que él vería por mis hijas y por mí. Lo acepte, él estaba haciendo un trabajo temporal en Ecuador, y lo habían enviado desde Cali, desde ese entonces han pasado 8 años, tenemos un hijo de 5 años.

De un tiempo para acá hemos venido teniendo problemas, y era de las mujeres que pensaban que sin un hombre no podría vivir, pero no es así, cada día me he superado, y si en cualquier momento quisiera irse, lo aceptaría, sin ningún problema, porque soy una mujer renovada en muchos sentidos. Y es así porque hace como dos años atrás yo era una mujer muy insegura, falta de mucho cariño, comprensión, afecto, con falta de alguien que me escuchara, pero como Dios nos pone proyectos en frente, un día iba rumbo a la guardería a recoger a mi hijo cuando vi una hermosa mujer haciendo una campaña. Me llamó la atención lo que decía, me arrimé a pedirle que me diera toda la información y me dijo su nombre: Daniela Mora. Me gustó su forma de expresarse con las mujeres, me convenció de entrar a los talleres, desde ese entonces he estado constante cada martes y me ha servido muchísimo, tanto para mi vida emocional y social, mucho apoyo para las mujeres en este programa, es una bendición de Dios para todas las mujeres. He tenido la dicha de conocer a mucha gente maravillosa por medio de esta formación, por cuestiones económicas, no me pudieron brindar estudios, y ahora que tengo mis 34 años, de pronto sea un poco tarde, pero me gradué de bachiller, fue una alegría muy grande, para mí es un ejemplo más que les doy a mis hijos de que todo se puede así sea tarde.

Es algo maravilloso que me pudo haber pasado, porque he pasado por momentos bastante difíciles en mi vida que me han afectado, pero en este programa he aprendido a entender todo de mejor forma. Mejor dicho, la mujer que entró al programa cuando empezó ya no hay ni la mitad. Soy una mujer nueva llena de ilusiones y sueños, he aprendido a afrontar mis problemas, como toda una mujer **empoderada**.

## RECONSTRUIR LA VIDA A PARTIR DE LA ESPIRITUALIDAD

Adriana Lozada

*“Después de lo que me pasó, solo me queda refugiarme en Dios. Me derrumbé, pensé que la vida ya no tenía sentido, quería morirme. Mi vida dependía del alcohol y la rumba los fines de semana, allí me escondía para olvidar todo el dolor que llevaba por dentro. Entré al grupo de mujeres y a su vez me acerqué a la iglesia, encontré en Dios aquella paz que no había experimentado”.* Luz Adriana



Luz Adriana es una mujer creyente, pese a las dificultades que vive a diario por las humillaciones y el abandono de su excompañero. Ella se refugia en la fe, da poco a poco pasos firmes, está convencida de que la experiencia de Dios que ella ha ido acumulando le da las fuerzas necesarias para seguir adelante y transformar su vida. *“Dios llena mi vida y lo que más le pido poder ayudar a otras mujeres que sufren por cosas iguales o peores que las que viví”.* Ella es participante del proceso de Empoderamiento ciudadano para la Disminución de la Violencia contra la Mujer.

Las mujeres sufren, muchas veces en silencio, sus cuerpos se agotan y se resquebrajan por los golpes, sus almas se minimizan y viven atemorizadas de ser señaladas y juzgadas, no cuentan lo que les está pasando, tragan entero y buscan refugios en cosas que más que ayudarlas a sanar, las destruye.

*“Cuando mi marido me abandonó y me dijo que se había conseguido otra mujer, porque yo era una vergüenza para él y mis hijos, quise morir, y le di la razón a él, porque yo no era nadie, me eché la culpa y pensaba que todo era culpa mía, no valía la pena seguir viviendo. Aun cuando estaba en buenos momentos con él, sentía un gran vacío en mí, no era feliz, por eso me refugié en el alcohol. Andaba las calles sin rumbo, me desesperaba mucho, quitarme la vida era la solución, lo pensaba día y noche. Empecé a conocer a Dios a través de un señor que iba al restaurante donde yo trabajaba, me acerqué a la iglesia, me costó mucho, así ya adulta hice mi primera comunión y voy en este caminar de la mano de Dios, restaurándome poco a poco y empoderándome para ayudar a otras mujeres”.*

Cuando las mujeres relatan las historias de sus sufrimientos y cómo han encontrado en Dios un bálsamo para aliviar los dolores causados por las violencias, se comprende entonces que la espiritualidad es un elemento fundamental a la hora de transformar y resignificar la vida de las mujeres víctimas de las violencias basadas en género.

A lo largo de la experiencia en el desarrollo del proceso de empoderamiento ciudadano para la disminución de la violencia contra las mujeres, las participantes muestran su gran capacidad y apertura para reconocer a Dios como aquel que les da fuerzas necesarias para seguir la vida pese a las adversidades, y depositan en Él su confianza porque tienen la esperanza de sanar sus heridas y ver la vida de otra manera. Ellas, sin importar en qué iglesia se congreguen, manifiestan que es la vivencia de la fe lo que en verdad ayuda a transformar los sufrimientos.

A lo largo de la historia encontramos cómo la mujer busca en el ser superior aquel que la reconoce y le da su lugar, lo podemos ver en el pasaje bíblico del encuentro de Jesús con la samaritana (Juan 4: 5-42): una mujer sedienta, insatisfecha, cansada, usada, golpeada quizás y herida por dentro, sale a buscar agua y se encuentra con Jesús, habla con él, le hace preguntas, lo escucha y sale distinta, lo reconoce como aquel que no la juzgó y la ve como persona, Jesús le ofrece algo más que agua para saciar su sed corporal, se ofrece él como agua espiritual para satisfacer su sed existencial. A partir de este momento,

ella lleva su fuente de agua viva en su corazón para beber las veces que ella quiera y vivir plenamente como Dios lo ha querido para todas, se da su lugar, se empodera como mujer.

Solo desde la experiencia de fe o la espiritualidad, conjugada con lo psicosocial podemos encarar las situaciones adversas, las manipulaciones, los abusos y miserias que enfrentan las mujeres e iniciar y afianzar el proceso de reconstrucción del proyecto de vida, la toma de decisiones y el empoderamiento.

*“Viví muchos años la violencia física y psicológica por parte de mi compañero sentimental, el papá de mis hijas, me daba con lo que encontrara, por cualquier cosa me golpeaba, me escapé de que me asesinara. Un día junté las fuerzas necesarias y me vine para Cali, dejé todo, me vine con las manos vacías, con miedo, sin conocer a nadie. Me convertí al Señor, entré a la Iglesia Pentecostal Unida de Colombia, allí inicié los caminos de Dios y empecé a perdonar y a perdonarme. Recuerdo lo que viví, pero ya no lo odio, solo le pido al Señor que este hombre no siga haciendo a nadie lo que me hizo a mí. Participo de este grupo de mujeres de la Dirección de Reconciliación, y puedo decir que me ha ayudado muchísimo a reconocermme como una mujer con cualidades y capacidades para surgir y emprender, a amarme a mí misma, ayudar a otras que están pasando por estas situaciones, y a comprender que definitivamente quien nos sana y nos da la capacidad de ver el mundo distinto es Dios”.* María Mirta Salazar

El acompañamiento que realiza la Dirección de Reconciliación y Paz de la Arquidiócesis de Cali a las mujeres víctimas de violencias basadas en género desde la espiritualidad es básicamente poner en práctica la parábola del buen samaritano, es decir, desde la vivencia de este texto es que podemos entender en primer lugar, quién es nuestro prójimo, y en este caso particular son las mujeres que sufren violencia. No solo es reconocerlas, sino también, acogerlas, limpiarlas, curarlas, sanarlas y mostrarles que la vida es otra cosa distinta a la violencia. Es salir al encuentro de ellas, como sale el samaritano al encuentro con el necesitado. Estamos llamados a realizar acciones concretas hacia el que sufre, en este caso particular, a las mujeres víctimas de las violencias que se acercan a la Dirección de Reconciliación.

San Juan Pablo II en su carta *Salvifici doloris* nos dice que la parábola del buen Samaritano “indica cuál debe ser la relación de cada uno de nosotros con el prójimo que sufre”. Y nos advierte que “no nos está permitido pasar de largo,

con indiferencia, sino que debemos pararnos junto a esta persona que sufre”, e ir más allá: ¡actuar!

En el mismo documento, el Papa expresa que “el buen Samaritano de la parábola de Cristo no se queda en la mera conmoción y compasión. Estas se convierten para él en estímulo a la acción que tiende a ayudar a la persona herida. Por consiguiente, es en definitiva buen Samaritano el que ofrece ayuda en el sufrimiento, de cualquier clase que sea. Ayuda, dentro de lo posible, eficaz. En ella pone todo su corazón y no ahorra ni siquiera medios materiales. Se puede afirmar que se da a sí mismo, su propio “yo”, abriendo este “yo” al otro. (JP II, SD, n. 28)

Esta parábola frente al ejercicio de acompañamiento a las mujeres nos permite vivir la compasión y la misericordia de Dios con quienes sufren, puesto que ya no es posible pasar de largo ante las violencias infringidas contra la mujer, como lo hicieron los personajes mencionados en la parábola frente al herido, pero además nos permite hacer visible su propia existencia capaz de salir del dolor y comenzar de nuevo donde ella sea reconocida y visibilizada.

Siguiendo la lectura del texto bíblico, el samaritano realiza varias acciones ante el hombre herido, y que nos invita a seguir quienes desarrollamos el proceso y las mismas mujeres que hacen parte del mismo:

1. **Se acerca y ve al hombre herido.** ¿Qué hace el samaritano? Detenerse, acercarse, observar, y actuar. Nos acercamos a las mujeres que sufren, ellas más fortalecidas se acercan a otras mujeres que están viviendo lo mismo, trenzan lazos de misericordia.
2. **Venda sus heridas, curándolas con aceite y vino.** Vendar las heridas de las mujeres que han vivido violencias es bastante complejo, teniendo en cuenta que sus heridas provienen en su mayoría por su condición de mujer y de una sociedad marcada por el machismo y el patriarcado. Pero se convierte la espiritualidad, precisamente en ese aceite y ese vino con que es curada.

Las mujeres descubren, como nos lo dice bellamente el Papa Francisco, que Dios es aquel bálsamo que alivia, la posada que restaura, la palabra que conforta, el perdón que renueva, la misericordia que sana, el alimento que restablece. En palabras de Moreno Ángel de Bustamante:

Jesús, que conoce nuestra naturaleza y sabe de qué padecemos, se ofrece como remedio entrañable, amigo, sin imponerse. Se hace contradictorio, providente, como de paso, para que, un tanto avergonzados, no tengamos la sensación de que nos obliga a levantarnos. Él pasa por nuestro camino,

junto a la cuneta de nuestras sendas derrotadas, por los márgenes de nuestro desprecio, y espera nuestro grito de auxilio. (Moreno de Buenafuente, 2015)

3. **Lo carga en su propia cabalgadura y lo lleva a una posada segura.** Según Susana Becerra Melo (2014), levantar, cargar y llevar son tres acciones que enmarca la dirección de un acompañamiento desde la espiritualidad. Becerra Melo afirma que a las mujeres que han vivido la experiencia de violencias basadas en género no es suficiente con levantarlas, también hay que cargarlas. Es decir, hay que hacer un trayecto con ella hasta llegar a la posada donde se sientan seguras y con capacidad de enfrentar la adversidad. En últimas, es un “acompañamiento para descubrir al Dios misericordioso que las habita, es acompañarlas a descubrir dentro de ellas mismas las entrañas de misericordia que las reconcilia consigo mismas y les da la sabiduría para emprender proyectos solidarios con otras que también sufren” (Becerra Melo, 2014, p. 24).

¿Pero cómo se vivencia esta parábola en las mujeres? ¿Cómo la espiritualidad sana el corazón de estas mujeres?

Durante el desarrollo del proceso, algunas mujeres comentan que han vivido la experiencia de fe desde su infancia, puesto que provienen de familias creyentes, para algunas su experiencia ha sido escasa, y para otras tantas la espiritualidad no ha sido tema relevante en sus vidas, pero sí reconocen la

...  
las mujeres  
conversan,  
reflexionan,  
buscan juntas  
propuestas  
para seguir  
luchando  
por sus  
derechos

existencia de un ser superior. Al llegar a los espacios ofrecidos por la Dirección de Reconciliación enriquece su relación con Dios y comienza a preocuparse por este aspecto de la vida que le proporciona de una u otra manera bienestar y alivio a los sufrimientos, a su vez, esto también les permite mirar a la otra y comprender que también sufre y se entreteje entre ellas una fraternidad alrededor del sufrimiento que comparten, así mismo, se hace de manera libre y cada una a su debido ritmo.

...  
El espacio de formación y de encuentro en cada comunidad, las mujeres conversan, reflexionan, buscan juntas propuestas para seguir luchando por sus derechos, han tomado conciencia sobre las opresiones, el machismo y las violencias que por largo tiempo vienen sufriendo por su condición de ser mujeres, pero a, su vez, de manera colectiva e individual viven la experiencia de fe en este espacio, allí, sin importar el credo, ni la religión

a la que se pertenezca, las une la esperanza de la sanación venida de Dios; por tanto estos espacios de encuentro se ha convertido en el lugar donde las mujeres viven una espiritualidad transformadora y liberadora, como lo expresa Elisa Estévez López (2010):

*Desde hace ya muchas décadas, la toma de conciencia de la marginación y opresión vivida por el hecho de ser mujeres, la inteligencia creciente sobre nuestros derechos, la implicación en las luchas y acciones a favor de una emancipación real se han convertido en el lugar teológico donde Dios se revela y permite ensayar nuevas vías de vivir, pensar y expresar la fe.*

Al compartir sus experiencias, las mujeres han descubierto a un Dios personal, misericordioso, liberador, que las acompaña en su búsqueda incesante de libertad, equidad e igualdad, les da las fuerzas necesarias para seguir en su camino de empoderamiento, y sobre todo en reencontrar el lugar que Dios le dio en la Casa común y que Jesús reivindicó y que muestra a la sociedad que la transformación del mundo no puede ser al margen de ellas, sino con ellas.

Para Luz Adriana y María Mirta, Dios es una realidad presente que actúa en sus vidas, las sana y las libera, que las dignifica, las fortalece, las transforma y las envía a motivar a otras mujeres a salir al encuentro con él.

Al compartir sus experiencias, las mujeres han descubierto a un Dios personal, misericordioso, liberador, que las acompaña en su búsqueda incesante de libertad, equidad e igualdad, les da las fuerzas necesarias para seguir en su camino de empoderamiento

## Referencias

- Becerra Melo, S. (2014) El reto de re-inventar la vida. Acompañamiento pastoral a mujeres en la adversidad. *Franciscanum*, 56(161), 263-296.
- Moreno de Buenafuente, A. (2015) Como bálsamo en la herida: La Misericordia. Narcea.
- Estévez López, E. (2010) Espiritualidad y género. *Revista Iberoamericana de Teología*, 6(10), 49-69.

## VACUNATÓN CONTRA EL VIRUS DE LA VIOLENCIA CONTRA LA MUJER

Un símbolo muy significativo realizado por las mujeres que hicieron parte de este proceso fue la vacunatón, como una invitación de las mujeres hacia los hombres y las comunidades a vacunarse contra el virus que ha envenenado sus corazones y los ha llevado a causarle daños irreparables en la vida de muchas mujeres de nuestra ciudad.

Este acto simbólico tuvo lugar en cada una de las comunidades, donde las mujeres recorrieron su territorio en fechas significativas como lo son el 8 de marzo, día de la mujer, y el 25 de noviembre, día de la no violencia contra la mujer, que permitió decirle a toda la ciudad que si no se transforman los corazones violentos y no se reconoce a la mujer con toda su dignidad, no hay desarrollo ni paz.



## CONSTRUIR PAZ

Nilly Samboní Rengifo del grupo de Llano Verde

Mi nombre es Nilly Samboní Rengifo, nací el 18 de enero de 1985 en Cali. En mi infancia fui una niña feliz, lo que me cuenta mi madre es que siempre he sido una mujer obediente, culta, honesta y trato a los demás con mucho respeto. Recuerdo mucho cuando mi mamá le dijo a mi padre que cómo iban a hacer para el estudio de los niños y lo único que hizo mi padre fue responder “*yo no soy estudiado y aquí estoy*” y desde ese entonces mi madre ha luchado inalcanzablemente por darnos siempre lo que necesitamos.

En muchas ocasiones fui humillada por una tía que tenía más comodidades que nosotros, pero desde niña aprendí que uno debe de ser feliz con lo poco que tenga. Crecí y en el año 2009 quedé embarazada, fue la noticia más feliz que pude haber tenido en mi vida; cuando tenía 3 meses de embarazo me separé del padre de mi hija y desde entonces soy madre soltera. En el año 2010, cuando mi hija tenía 2 meses de nacida, tuve la peor noticia de mi vida, la pérdida de mi hermano menor; desde ese entonces mi felicidad no es completa. Fue tanto el dolor y la angustia que en 15 días bajé hasta 18 kilos, creía que todo se había derrumbado. 3 años después, tuve otra pérdida, la de mi hermano mayor, otro instante de angustia y sosiego.

En mi vida he tenido amores, desamores, tristezas, alegrías, triunfos y derrotas. En el año 2016 llegó a mi vida algo muy especial, seres maravillosos que llegaron para cambiar los momentos de angustia y tristeza en momentos tranquilos y alegres, es ahí donde hago parte del programa *promocionando una cultura de paz*. En ese entonces tuve la oportunidad de realizar y tener conocimiento del proyecto emprendimiento. Todas las personas importantes que han pasado por este hermoso proyecto de la Dirección de Reconciliación y Paz han sido: Margarita, Magali, July, Jorge, Daniela, Adriana, Andrea y actualmente Valeria.

Por medio de este proyecto tuve la oportunidad de entrar a trabajar como gestora de convivencia ciudadana, también pude realizar los cursos de primeros auxilios, empoderamiento de la mujer, gerontología, políticas públicas y construcción de paz.

En el programa de mujeres empoderadas aprendí sobre los derechos que tenemos como mujeres, a no quedarnos calladas y también cuáles son las rutas de atención en caso de violencia y maltrato intrafamiliar. Este proyecto

me ha ayudado a formarme más como persona, a perder el miedo y hablar de las diferentes situaciones que enfrentamos en nuestro diario vivir. Cada encuentro que realizamos dejó huellas y aprendizajes en mi vida. Cada día que pasa le doy gracias a Dios y a la vida por haber puesto a personas maravillosas en mi vida, como son todos ustedes los integrantes de este maravilloso proyecto de la Dirección de Reconciliación y Paz.

# DIÁLOGO DE DOS GENERACIONES DE RESISTENCIAS

Mariana Maldonado y Amparo García

**Mi nombre es Mariana Maldonado**, tengo 70 años de edad, nací en esta ciudad, me considero oriunda de la Comuna 18, barrio Meléndez. Soy simpatizante de la educación continua y por ello participo en diferentes programas de equidad de género que considero es en el mundo actual una de las investigaciones más importantes para la convivencia armónica.

Dado que mis padres fueron personas muy prácticas y con una gran facultad preventiva, uno de mis estudios en mi época de infancia a la juventud fue el secretariado comercial, con el que me permití trabajar en oficinas de todo tipo de actividades. Esto me permitió seguir estudiando administración de empresas, pudiéndome desempeñar mejor en el ámbito comercial. Posteriormente se me despertó el interés en el trabajo comunitario y luego en el político, dándome la oportunidad de ingresar al mundo de todos los conocimientos administrativos, gubernamentales y sociales.

En todos estos contextos encontramos un fenómeno y es el comportamiento machista, este comportamiento no es solamente atribuible al género masculino como inicialmente se ha pensado, pues a través de todos los estudios se ha

sacado en conclusión de que entre todos y todas se fue construyendo una cultura perniciosa. Sin embargo, hoy todos propendemos a corregir dichas prácticas y hemos comenzado a de-construir tal cultura, con el ánimo de poder vivir en un mundo más promisorio, más comprensible y más sensible.

Gracias a la Arquidiócesis de Cali que ha desarrollado tan noble idea de aportarnos a las mujeres de Cali esta fortaleza y escoger muy inteligentemente a nuestras psicólogas, trabajadores sociales, monitoras.

**Mi nombre es Amparo García**, líder independiente y autónoma en gestión social comunitaria de la Comuna 18. Siempre he tenido la misión y la visión en la perspectiva de liderazgo que da cuenta de un trabajo no jerarquizado e informal. Quiero visibilizar los temas que inicialmente vimos de la capacitación que nos socializó la profesional Valeria sobre las fortalezas, los logros y los elogios de cada gran ser humano, estos tres temas me llevaron a reflexionar sobre todo lo que he logrado y lo que he fortalecido. Gracias a la docente y psicóloga por darnos la confianza, tranquilidad y paciencia con todas para lograr obtener grandes conocimientos.

Para mí fue bastante difícil mi posición como defensora y exigente de mis derechos y el de muchos y muchas compañeras. En la universidad era la única estudiante que levantaba la voz en el momento justo, algunos docentes no aceptaban mis acotaciones porque según ellos decían tener la razón, en la parte laboral también fue duro, sufrí al ver tanta indiferencia por parte de la entidad que era y es una pionera en defender y proteger nuestros derechos, en fin, por el simple hecho de ser real y honesta siempre he tenido problemas en diferentes procesos cuando alzo mi voz. Después de todas estas desilusiones estaba muy desanimada, no quería ingresar ni escuchar a ninguna organización, sin embargo el 15-08-2019 me atreví a escuchar a la profesional Valeria, ese día salí motivada, ese día compartieron 3 temas muy importantes para mí, luego otro punto importante fue el apoyo que me dieron como mujer, como lideresa, como gestora. Sé que vieron en mí muchas cualidades, he podido expresar mis pensamientos, mi modo de actuar; este proceso ha hecho de mí otra persona, volví a tener confianza de sí misma.

Tuve la oportunidad de ser elegida en la Plaza de toros para decir la proclama por la paz. Esa noticia fue la mejor que pude recibir, porque vieron en mí ese potencial y me brindaron esa confianza, pude alzar mi voz en el sitio y en el momento indicado. Doy gracias a la Arquidiócesis por crear este maravilloso proyecto.

## LOS LÍMITES DE PODER AYUDAR

María Fernanda

### DESDE DÓNDE VENGO

Era muy joven para tomar la decisión de casarme y formar un hogar, si lo hacía era para toda la vida, solo tenía 19 años y llevaba dentro de mi vientre un bebé, que deseaba que naciera y creciera junto a sus padres. Ese hombre del cual me enamoré se ganó mi corazón, porque estaba pendiente de cada detalle para hacerme feliz. Ese día que me confirmaron que estaba embarazada me apoyó y lo primero que hizo fue contarle a mi mamá que estábamos esperando un bebé y que se casaría conmigo en un mes. Al siguiente día se empezó a hacer responsable de mi alimentación y la del bebé, yo me encontraba estudiando en la universidad, pero no pude seguir los estudios.

Llegó ese día tan anhelado para los dos, nos casamos y formamos ese hogar tan soñado, sin riquezas materiales, yo, esa joven que creía que todo sería como en los cuentos de hadas. Empecé a recorrer este camino, una de las primeras



cosas que hice junto a mi esposo fue llevar a nuestra bebé aún en mi vientre y presentarla a papá Dios. Tenía mucho miedo de no darle las bases suficientes a mi hija para que fuera un ser maravilloso, que amara a Dios sobre todas las cosas y no se dejara deslumbrar por lo material y efímero que el mundo nos pone a nuestros pies.

Nació mi amada hija, yo seguía creyendo que estaba viviendo un juego de esos que solía tener con mis hermanas y que mi preciosa bebé, blanca, colorada, de labios rojos y de mirada encantadora, era esa muñeca real que siempre había deseado tener. Ella cambió mi mundo por completo, aprendí a conocer ese amor arrollador que es para toda la vida.

Pasaron dos años y nació mi segunda hija, trigueña, de ojos azules como el cielo y cabello negro, muy activa desde que nació, todo lo miraba y yo no me explicaba cómo mi corazón podía amar tanto a estos dos seres, ser madre es lo mejor que mi Padre celestial me ha permitido vivir.

Fueron pasando los años y no faltaban los problemas que en toda pareja se presentan, pero a esto se le sumaba nuevas adversidades que dañaron mi paz y me llevaron a sentirme un ser inferior, además, creí lo que muchas personas me decían: *“Ya a tu edad no te reciben en ningún trabajo”*. Estaba por cumplir mis 30 años, mi autoestima bajó y dudé tanto de mis habilidades que empecé a mostrar rasgos de depresión, pero en ese momento no tenía ni idea que era eso. Me había dedicado tanto al hogar y a la buena crianza de mis hijas que sentía que no merecía lo que me estaba pasando, sin embargo, había una persona que nunca me dejaba sola y me seguía levantando.

Mi esposo terminó su carrera universitaria y como yo le había manifestado que también quería ser profesional, llegó cierto día, cuando le habían aprobado su trabajo de grado, con un recibo, me lo entrego y me dijo: *“Amor, entras este semestre a estudiar Trabajo Social”*. Yo poco sabía de la carrera, pero ya había manifestado que me llamaba la atención, y esta profesión me permitiría relacionarme e interactuar con otras personas y trabajar por el bienestar social.

## EMPEZANDO LA TRANSFORMACIÓN

Entré a estudiar totalmente desactualizada y sin coger libros desde hacía 18 años, sin saber nada de sistemas y el solo hecho de imaginarme que tenía que exponer y socializar temas delante de mis compañeros me llevaba a recordar que sufría de pánico al hablar en público. Logré salir adelante, pero no sola, gracias a que en ese momento Dios fue colocando personas en mi camino que me ayudaron en este duro proceso: mis hijas, compañeras de estudio, docentes y familia.

Con lágrimas y esfuerzos daba cumplimiento a cada uno de mis deberes como estudiante, mis hijas me ayudaban a leer mientras yo iba preparando el almuerzo, no era fácil, quería tirar la toalla, pero recordaba a esas personas que de alguna manera minimizaban mis aspiraciones, pero a la vez fueron mi mayor impulso, por eso vivo agradecida con ellas, porque logré convertir esas amenazas en fortalezas para mi vida. Con esfuerzo y dedicación cumplí con ciertos roles, mientras debía obtener un buen promedio, que me permitiera postularme a una beca y poder seguir estudiando, con ahínco y dedicación durante mi carrera estuve siempre becada y fue un gran aporte económico para seguir avanzando y así fueron pasando los semestres uno a uno.

Sin embargo, seguía cargando con el peso del rencor y no podía perdonar cosas del pasado, lo que fue convirtiendo mi vida en un caos total, mi hogar no estaba muy bien, pero mantenía una lucha constante, tal vez, las oraciones de mi familia me permitieron seguir adelante.

Ya quedaban solo dos semestres para culminar mi carrera, no podía creer todo lo que había logrado, realizando mi práctica de Trabajo Social, conocí el proyecto “**Mujeres promocionando una cultura de paz**” de la Arquidiócesis de Cali, donde se me permitió realizar el trabajo de grado con algunas mujeres víctimas de violencia intrafamiliar, iniciando un camino que iba a trazar mi futuro como profesional. Poco a poco fui conociendo el trabajo comunitario, diferentes contextos y problemáticas internas de cada una de las participantes del proyecto.

Luego de esta significativa experiencia culminé mi carrera como Trabajadora Social en la Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium, ese día fue tan significativo en mi vida, lagrimas brotaban de mis ojos. Había empezado a empoderarme sin darme cuenta y al culminar mis estudios y ver a mi esposo, hijas, padres y hermanas acompañarme en esta alegría y nueva etapa para mi vida, en ese momento, estaba llena de ilusiones y lista para afrontar nuevos retos.

### NUEVOS RETOS

Seguían los temores porque debía enfrentar esta profesión con toda la responsabilidad, pero en mi interior había cosas por sanar, y para ayudar a otros, necesitaba sanar mis heridas, esas que seguían doliendo tan profundamente. Al recibir mi tarjeta profesional y haber obtenido un amplio conocimiento en este campo de acción, hoy doy gracias a Dios porque nuevamente estoy en el lugar que me abrió las puertas para realizar mi trabajo de grado donde me permiten ser parte del proyecto “Empoderamiento Ciudadano para la Disminución de la Violencia Contra la Mujer”.

El 11 de febrero del 2020 llegué a la caseta comunal del barrio Floralia, ubicado en la Comuna 6 de la ciudad de Cali, para empezar un recorrido donde colocaría en práctica todos los conocimientos adquiridos, estaban latentes ciertas expectativas, ¿cómo hacer una conexión con estas mujeres? Las mujeres habían iniciado el proceso con la profesional Julieth Zules Isaza y por quien las participantes sentían un gran aprecio.

Recuerdo el momento en el que mi colega manifestaba al grupo que había recibido una nueva oferta laboral y que ya no seguiría siendo parte del proyecto, todas las miradas se dirigieron hacia mí y yo solo tuve tiempo de pedir a Dios que me iluminara y me diera la sabiduría suficiente para lograr una conexión con ellas, una vez más los temores se hacían presentes.

Saludé a las mujeres y me presenté como la nueva profesional a cargo del grupo, ellas se miraban entre sí y yo podía observar la nostalgia que se reflejaba en sus rostros, estaban viviendo su duelo y era normal la tensión.



Creía estar preparada para afrontar esta situación, lo que no me esperaba era que una de las participantes, María Sofía mencionara: *“Yo no vuelvo, yo quiero mucho a Julieth”*. Repitiendo una y otra vez lo mismo, yo seguí hablando del acompañamiento y las expectativas frente al grupo. Después de haberme presentado como profesional, les hablé como esa mujer que se identifica con la mayoría de ellas, como madre, hija, amiga, vecina y esposa.

Al mencionarles al grupo que yo era casada por la Iglesia Católica y que llevaba 20 años de matrimonio, Sofía se paró y me dijo: *“Te quiero mucho y sí voy a volver al grupo, yo también amo a Dios”*. Todas las integrantes del proceso la miraron y sonrieron, me dieron la bienvenida y yo le di gracias al Padre celestial por haberme puesto las palabras idóneas y claves, esas que rompieron el hielo y generaron empatía con las integrantes del proceso, siendo esta una gran experiencia en mi vida personal.

### TRABAJO SOCIAL PARA EL CAMBIO

Mi intervención como trabajadora social en situaciones de violencia ejercida hacia la mujer ha sido un proceso facilitador, en el que ellas pueden comprender lo que les está sucediendo y así mismo pueden decidir qué cambios quieren realizar frente a su situación. La realidad social que podemos encontrarnos es diversa, en sus emociones, opiniones, experiencias, creencias... y por ello, para hacerle frente a tantos casos, necesitamos pluralidad de respuestas, las más idóneas para cada uno de ellos, teniendo en cuenta sus particularidades. No es lo mismo intervenir a una mujer que durante mucho tiempo ha sufrido maltrato y reconoce los tipos de violencia que está viviendo, a otra que no logra reconocer lo que la profesional está evidenciando claramente. Según el Código de Ética de Trabajo Social, la intervención se desarrolla en el ámbito de las interacciones entre los sujetos, las instituciones, las organizaciones sociales y el Estado para potenciar procesos de transformación social.

Esta vocación por el trabajo social me impulsa a querer cambiar muchos aspectos dentro de esta problemática de violencias de género que se viven a diario, pero viendo la cruel realidad de muchas instituciones y la negligencia de sus funcionarios, que no cumplen idóneamente su labor. En el aspecto legal, por ejemplo, voy descubriendo que ser trabajadora social en nuestra sociedad no es tan fácil, ya que son múltiples los frentes a combatir y las realidades complejas que afectan las vidas de las personas. Con lo anterior, he tomado conciencia de que no puedo cambiar la realidad social, pero he aprendido también a valorar los pequeños cambios, que marcan la diferencia, tales como el apoyo mutuo, la empatía, la sororidad, la fortaleza, reconciliación, perdón y

capacidad de resiliencia, es uno de los mayores recursos con el que cuenta el ser humano, en especial las mujeres del proceso.

La profesión de trabajo social es enriquecedora, porque no solo te das como persona o como profesional, sino que recibes mucho a cambio, la satisfacción de poder ser luz para las mujeres en medio de tanta oscuridad, ya que no solo se impacta la vida de las participantes del proceso sino también la de sus familias y eso es un logro grandísimo para mí como mujer y profesional.

*“Profesora, quiero darle las gracias porque usted no solo me ha enseñado cosas que desconocía, yo mantenía con mal genio a toda hora y poco participaba cuando llegue al grupo, mi esposo ha resaltado el trabajo que han logrado conmigo y los cambios evidentes que he venido presentando, aunque yo no lo notaba, ya suelo reír con más frecuencia y ver lo bello de la vida hasta en el aire que respiramos, mi hogar cada día se está fortaleciendo de la mano de Dios”.* Rubiela

Como lo mencionaba anteriormente, los cambios que se van presentando no solo son a nivel individual, también son a nivel familiar, grupal, comunitario, y de esta manera se va fortaleciendo el tejido social, logrando con estos procesos trabajar por el bienestar social. De esta forma se van mitigando las violencias y los cambios positivos van dejando huellas, porque se trabaja desde la raíz del problema, para recoger después frutos saludables potenciando la salud mental.

## AFRONTANDO ADVERSIDADES DESDE EL TRABAJO SOCIAL

El equipo de trabajo del proyecto “Empoderamiento ciudadano para la disminución de la violencia contra la mujer” de la Dirección de Reconciliación y Paz de la Arquidiócesis de Cali, también se enfrentó a los cambios que la pandemia a causa del Covid-19 trajo consigo. Se buscaron estrategias y alternativas para poder seguir llevando a las mujeres esos mensajes de aliento, los talleres pedagógicos y herramientas para poder seguir alcanzando los objetivos con ellas. Se dio inicio al programa radial “**Tardeando Entre Mujeres**” de RCN Radio Red 1200 AM los días sábados de 3 pm a 4 pm; se les informó a las mujeres para que hicieran parte de la audiencia y realizaran sus aportes por medio de llamadas o por la página de Facebook, esto siendo un nuevo desafío tanto para ellas como para el equipo.

Anteriormente había nombrado mi gran temor al hablar en público, este era otro de mis desafíos. Los cambios no solo se han dado en torno a las mujeres

del proceso, sino que han venido transformando mi vida a tal punto que he ido potencializando mis habilidades, amándome y dando gracias a Dios porque todo lo que nos propongamos lo podemos alcanzar.

Por otra parte, encontré lo que por muchos años había buscado, al brindar orientación y escuchar a algunas de las mujeres que como yo habían vivido la misma situación y con las que me sentía identificada, me cuestioné, porque no estaba siendo coherente con mi discurso, hablaba de perdón y reconciliación cuando yo no había sido capaz de sanar muchas heridas que por años venían sangrando y debilitándome física y emocionalmente.

En el proyecto contamos con un eje transversal de espiritualidad, el cual se trabaja en cada uno de los talleres, son espacios que llevan a la reflexión, el perdón y la reconciliación. Poco a poco fui tomando conciencia de que cargar con todos estos recuerdos que no quería soltar me llevaban a no poder avanzar de la forma que solo yo podía hacerlo, fui soltando y dejando que Dios actuara en mi vida. También, los talleres y el interactuar con las participantes del proceso, toda esta sinergia fueron transformando tanto a las mujeres quienes han manifestado sus cambios y lo que como profesional he observado en ellas, son mujeres que ya toman liderazgos, manifiestan sus inconformidades en las diferentes situaciones que se les presentan, pero no solo en ellas se ha logrado estos objetivos porque en mí también he logrado una transformación.

Cómo no resaltar las cualidades que las participantes de estos hermosos grupos tienen y la resiliencia que llevan a decir todo es posible. Los diferentes contextos que se han intervenido, me han permitido como profesional incidir frente a las problemáticas de violencias que se ejercen hacia las mujeres, buscando estrategias pedagógicas que impulsen a la lucha por la dignidad y el bien común para disminuir las violencias de género y encauzar la reconstrucción de un tejido social con valores. Mi vocación como Trabajadora Social me ha permitido crecer a nivel personal y profesional, aprendiendo de los saberes que cada una de las mujeres transmite por medio de su experiencia de vida, de esta manera nos enfrentamos a nuevos retos en nuestra profesión.

## TARDEANDO ENTRE MUJERES



A la pandemia hay que otorgarle sus beneficios, pueden ser muy mínimos, ¡pero que los tiene los tiene! En nuestro caso darnos la posibilidad de utilizar la radio para llegar a toda una ciudadanía y hacer una gran sensibilización sobre las violencias basadas en género y las rutas de atención en caso de presentarse.

Tardeando entre mujeres nació como una estrategia para suplir los talleres de formación que se venían desarrollando en el territorio, que por el confinamiento no nos podíamos reunir presencialmente con las mujeres; por tanto, se buscó una alternativa que pudiera cubrir a toda la población y de fácil acceso, teniendo en cuenta que las mujeres no cuentan con un servicio de internet permanente y alguna de ellas no poseen telefonía celular, especialmente aquellos móviles que manejan redes sociales.

Pero más allá de todo esto, la radio nos permitió darles voz a las mujeres de los territorios para que expresaran sus sentires, sus experiencias de vida y compartieran con otras mujeres los aprendizajes de este proceso.

Además, es una manera de sensibilizar a la ciudadanía sobre la necesidad de promover la participación de los hombres a favor de la igualdad, la equidad, la fraternidad y las relaciones entre ambos, donde la violencia no sea un factor determinante de poder y manipulación. La lucha activa contra la violencia hacia las mujeres y la discriminación por razones de género es un tema que concierne a todos.

Las mujeres nos tomamos los micrófonos de la radio... durante toda esta pandemia, los sábados a las tres de la tarde junto a una taza de café debatimos temas de mujeres para todas y todos, convencidas siempre de que la erradicación de las violencias se inicia reconociendo primero la necesidad de un cambio de actitud de los hombres frente a las mujeres y hacia otros hombres sensibilizándolos para que se sumen a esta lucha; y segundo, tener claro que la búsqueda de las mujeres por la equidad no es una pelea con los hombres, sino un trabajo en conjunto para construir una mejor ciudad donde todos tienen cabida.

Suena la música, y arranca Tardeando entre mujeres, ellas desde sus casas, lugares de trabajo, la calle, con sus niños, amigas y vecinas se aprestan a



sintonizar Radio Red la 1200 del AM. Se acomodan, toman su taza de café mientras la canción que nos identifica suena en el transistor...

Mano fuerte va barriendo, pone leña en el fogón  
Mano firme cuando escribe una carta de amor.

Manos que tejen haciendo nudos  
Manos que rezan, manos que dan  
Manos que piden algún futuro  
Pa' no morir en soledad ¡Ay! ¡Ay!

Mano vieja que trabaja  
Va enlazando algún telar  
Mano esclava va aprendiendo  
A bailar su libertad.

Manos que amasan curtiendo el hambre  
Con lo que la tierra les da  
Manos que abrazan a la esperanza  
De algún hijo que se va ¡Ay! ¡Ay!

Manos de mujeres  
Que han parido la verdad  
Manos de colores aplaudiendo algún cantar.

Manos que tiemblan, manos que sudan  
Manos de tierra, maíz y sal  
Manos que tocan dejando el alma  
Manos de sangre, de viento y mar ¡Ay! ¡Ay!

Manos que tejen de Marta Gómez

## MUJERES VALIENTES



*“A las mujeres trans negras no debería sorprendernos el hecho de acceder a la educación, la salud, poder caminar por las calles, y participar de espacios de toma de decisiones.*

*Sin embargo en esta sociedad que niega a diario nuestra existencia, nos condena y rechaza, el hacer efectivos nuestros derechos, acceder a espacios y llegar a los 35 años termina siendo un “privilegio”. Ante tanto odio hoy las mujeres trans estamos alzando la voz, empoderándonos y resistiendo para que todas podamos ser y estar”. Bicky del grupo de Palmira*

En Palmira acompañamos el Movimiento de Mujeres Unidas, Diversas y Empoderadas. Bicky Bohórquez Bisset es una de las integrantes de MUDE, un colectivo de mujeres de diferentes edades y experiencias, con el objetivo de motivar a las mujeres de atreverse a escoger su rumbo. No alcanzamos a dimensionar los daños que genera la violencia contra la mujer, resume Bicky, y se dedica a crear conciencia y políticas de protección hacia las mujeres, hacia todas las mujeres.

*“¡Queremos que las mujeres podamos ser  
directoras de nuestras vidas!”*

Bicky Bohorquez Grupo MUDE

Mi nombre es Allysson Sahiara Flórez Mercado, soy una mujer transgénero de la ciudad de Palmira, tengo 30 años de edad, me especialicé como técnica en primera infancia. Inicie mi tránsito a los 20 años de edad y en esta mujer me he convertido ahora.

A lo largo de mi historia me encontré con personas muy especiales para mí con las cuales se decidió llevar a cabo la fundación del grupo MUDE y participar en el proceso de empoderamiento ciudadano para la disminución de la violencia contra la mujer de la Vicaría de Reconciliación. Inicé mi proceso en este maravilloso grupo y ha sido una experiencia excelente para mí, la cual me ha ayudado a sanar y reparar muchas heridas que he vivido en mi vida.

Viví un momento de mucho dolor donde creí que mi vida terminaría para siempre. Fui agredida emocional tanto psicológica como sexualmente por un individuo, mi vida se derrumbó en ese instante. Creí que no tendría salida.

Gracias principalmente a Dios por darme otra oportunidad de vivir y por ser parte de este maravilloso grupo, conté con la ayuda de personas tan valiosas para mí, con sus talleres de sanación, sus ayudas psicológicas, fui aceptando que lo que sucedió no era mi culpa como algunas personas me lo hacían ver. Gracias a este proceso de formación me convertí en la mujer valiente y fuerte, capaz de superar esa adversidad vivida y enfrentarla con la madurez posible.

Hoy en día puedo decir que muchas cosas han cambiado y espero seguir creciendo como persona, como emprendedora y como mujer empoderada. Solo me queda decir de corazón: ¡Gracias!



## APRENDIZAJES

Nancy Muñoz del grupo de Meléndez

Durante este programa aprendí claramente los conceptos de SORORIDAD, RESILIENCIA Y EMPATÍA. No eran palabras comunes en mi vocabulario y mucho menos en la práctica. A través de este programa he sido empoderada, porque estoy en la tarea de no generar ni permitir violencia, además ninguna clase de violencia es justificada.

El estar con este grupo de valiosas mujeres me ha ayudado a aceptar las diferencias de comportamiento y pensamiento, es un espacio agradable donde aprendemos de los temas que nos interesa para crecer y empoderarnos, para crear espacios con más vida y menos violencia.

He recopilado durante todo el programa de aprendizajes, algunas frases en las que constantemente reflexiono para la práctica:

- El pasado influye, pero no determina lo que es usted.
- Soy empática cuando reconozco los estados de ánimo de los demás.
- El plan de Dios sigue adelante.
- Trato de comprender lo que yo vivo y lo que vive el otro.
- Amor y perdón son una decisión.



# PARTICIPACIÓN DE MUJERES EN POLÍTICAS PÚBLICAS

Maira Leonor Guachetá Flor



La participación de mujeres, sin duda, es importante en todos los aspectos de la vida y la política. El presente artículo tiene tres propósitos: el primero de ellos es brindarles a las comunidades el marco conceptual de las políticas públicas, permitiéndoles que se autorreconozcan como actores claves del proceso de problematización, formulación, implementación, seguimiento y evaluación de las mismas, siendo trascendental en el proceso de empoderamiento ciudadano. Seguidamente, darle lugar a la voz de las mujeres con respecto a sus vivencias y experiencias en el campo de las políticas públicas, y finalmente compartir conclusiones para los y las investigadores y tomadores de decisiones.

En este orden de ideas, al desarrollar el primer punto que se refiere a los referentes teóricos desde la política pública. Joan Subirats, Peter Knoepfel y Corinne Larrue señalan que *“la constitución y definición de los problemas públicos es un proceso que también forma parte de la política y que influirá,*

*incluso determinará, los actores involucrados en ella (es decir, las autoridades públicas del acuerdo político administrativos, los grupos-objetivos, los beneficiario finales y el resto de grupos implicados), así como la naturaleza de las acciones públicas concretas emprendidas (es decir las formas de intervención que se señalen en el programa actuación político-administrativo)".* En este sentido, la construcción de un problema público se da de manera procesual, continua, no-lineal y abierto.

Posterior a la constitución de la problemática, se da un paso en la definición del problema público que tiene dos movimientos que André-Nöel Roth determina "problematización y publicación", en donde "*la publicación significa la conversión de un problema en un problema social, es decir, tendrá publicidad y será del interés general de la sociedad y suscitará una eventual intervención de los poderes públicos*". En este punto, se resalta el papel de los medios de comunicación, de las redes sociales, de los círculos académicos, de los actores políticos, actores sociales y organizaciones. Para nosotras, es el lugar donde las mujeres pueden influir en el posicionamiento de un problema como los asesinatos de mujeres o la desigualdad en espacios laborales, para que estas problemáticas se conviertan elementos de las políticas públicas.

En la problematización presenta que la situación problemática se transforma a partir del sentir de las comunidades, quienes se sienten afectadas o "concernidas", es decir, la afectación directa o indirecta, la implicación de personas para tratar de elucidarla y resolverla constituye el paso de un problema privado a un problema público. Desde esta perspectiva, es importante la percepción social que se tenga sobre la problemática, por ende, el rol del analista de políticas públicas "*pasa por identificar los procesos, los actores y argumentos que se usan para que tales situaciones objetivas se perciban y definan como problemáticas y merecedores de una intervención política*" Así explica Subirats.

A continuación, según Subirats es importante distinguir entre problemas sociales y problemas públicos, puesto que no todos los problemas sociales se convierten en problemas públicos, dado que "*los problemas públicos representan una prolongación de los problemas sociales en la medida en que, una vez surgen en el interior de la sociedad civil, se debaten en el seno de un espacio político administrativo emergente. [...] Un problema se vuelve público solo tras su inclusión en la agenda política*". Desde esta perspectiva, Garraud identifica tres condiciones para calificar un problema social como problema público:

1. Una demanda que surge de grupos sociales determinados,
2. El desarrollo de un debate público y
3. La existencia de un conflicto entre los grupos sociales organizados y las autoridades políticas”. En este punto es importante resaltar que la inclusión de un problema en la agenda política no es proceso lineal ni obligatorio.

Entonces hay una constitución del problema público desde diferentes perspectivas teóricas. Interesante es el enfoque de construccionismo social con los aportes de Peter L. Berger y Thomas Luckmann en su obra “La construcción social de la realidad”. A partir de esta perspectiva, la realidad social no está dada, se construye en la interacción de cada uno de los individuos con su contexto. Roth también hace referencia a este enfoque: “*las realidades sociales son vistas como el resultado, ante todo, de una construcción social y no del descubrimiento de hechos objetivos*”. Hasta aquí el lector o lectora encuentra un breve esbozo del marco conceptual de las políticas públicas, desde la problematización, formulación, implementación, seguimiento y evaluación.

Los espacios formativos del proyecto “Empoderamiento ciudadano para la prevención de la violencia contra las mujeres” dieron luz al segundo propósito respecto a sus vivencias y experiencias en el campo de las políticas públicas, en el cual coincidieron en la importancia del desarrollo y abordaje de estos temas en los espacios de formación dado que no tenían conocimientos acerca del ciclo de las políticas públicas siendo tan importante y necesario para la identificación de problemas públicos que afectan el buen vivir, la convivencia armónica y el goce efectivo de sus derechos. Sin embargo, no identifican espacios de encuentro que les permita expresar las necesidades de la comunidad que bien podrían clasificar en la definición de un problema público en el campo de política pública como son la problematización y publicación. Con respecto a la defensa de los derechos de la mujer dado que consideran existe un vacío jurídico y de participación en donde existen ejes escritos que no se cumplen a cabalidad dejando a la mujer y su liderazgo expuesto a ser víctimas. Adicionalmente, no encuentran un apoyo en los diferentes entes gubernamentales y estatales para la construcción de una estructura sólida que atienda y prevenga las violencias contra la mujer.

Finalmente, desde la voz de las mujeres se concluye que se requiere dar voz y voto a las mujeres en los escenarios de construcción de política pública para expresar sus necesidades y sus propuestas con un respaldo claro en cuanto al presupuesto y las acciones a desarrollar desde un enfoque de acción sin daño,

se requiere dar voz y voto a las mujeres en los escenarios de construcción de política pública para expresar sus necesidades y sus propuestas con un respaldo claro en cuanto al presupuesto y las acciones a desarrollar

diferencial, etario, desde el reconocimiento de las dinámicas territoriales y comunitarias, sin revictimizar a quienes han sido víctimas, que permita frenar las violencias contra la mujer y en algunos casos la prevención de los feminicidios.

En este mismo orden de ideas, como analista de políticas públicas reconozco que es necesario que los investigadores de políticas públicas adquieran un compromiso en la exploración de las realidades sociales para la formulación de políticas que respondan a las necesidades de las comunidades desde sus construcciones. Además del seguimiento en la implementación, evaluación de la política pública para la verificación del cumplimiento de la misma reconociendo las necesidades de la comunidad. Es necesario que los investigadores de políticas públicas y los(as) tomadores de decisiones aporten

desde la academia a las comunidades para dar respuesta a las necesidades en la búsqueda de contribuir al mejoramiento de las condiciones de calidad de vida.

### Referencias

- Berger, P. L. y Luckmann, T. (2001) La construcción social de la realidad. Amorrortu.
- Roth Deubel y A.-N. (2015) Políticas públicas: Formulación, implementación y evaluación. Ediciones Aurora.
- Subirats, J.; Knoepfel, P. y Larrue, C. (2008). Inclusión en la agenda política. En: Análisis y gestión de políticas públicas (p. 127-150). Ariel.

Nancy Guerrero del grupo de Floralia



*Mujer empoderada, guerrera y valiente  
con la mirada siempre de frente.*

# DIOS CREÓ EL MUNDO PARA TODAS LAS RAZAS

María Fernanda Cifuentes Bedoya y Anna-Lena Diesselmann



El 11 de agosto, cinco jóvenes negros del barrio Llano Verde fueron masacrados en un cañaduzal cerca de sus casas. Sus familiares después de buscarlos por todas partes, encontraron sus cadáveres en una escena terrorífica. Esta masacre demuestra que en Cali hay una violencia racista. Esto pasó en el oriente de la ciudad, una zona de mayoría de población afrodescendiente y con una larga historia de poblamiento a partir del desplazamiento forzado de familias provenientes de toda la región del Pacífico.

Anastasia Murillo Arboleda vive en el oriente, tiene 74 años, es una mujer negra con una sonrisa muy simpática y una voz que suena hasta lejos. Ríe mucho y sus manos dan cuenta de su vida larga y movida. Nos encontramos en la Pastoral Afro en el barrio Unión de Vivienda Popular, cerca de Llano Verde. La Pastoral aporta a la identidad y la inculturación en la fe cristiana

desde las espiritualidades propias, es un punto de apoyo para en su mayoría mujeres negras que ven este espacio como importante y necesario para continuar el proceso de fortalecimiento cultural e identitario. Este espacio es importante, porque *“en el mundo hay mucho racismo,”* dice Ana y da ejemplos: *“Había barrios en los EEUU donde los negros no podían entrar. En muchos países matan a negros”*. Ella se siente orgullosa de ser mujer negra, ha criado un hijo y una hija que han estudiado y que viven con este mismo orgullo de ser negros. El papa de los dos les dejó solas poco después del parto de la hija, con su propia fuerza trabajaba y sacaba adelante a sus hijos. Ana manda un mensaje a los hombres: *“Con el apellido no se cría un hijo”*. Sin embargo, después de tantos años, su rencor ya ha calmado y hoy ora todos los días por él. *“Si está vivo que Dios le perdone y si está muerto, pues también,”* dice sobre la relación que tiene hoy con él. Sus hijos estudiaron y son profesionales.

Ana cuenta que hasta hoy existe el racismo, y que no hace falta mirar para lejos, sino que es un problema de acá en su barrio, en Cali y en Colombia. Como en el caso de los jóvenes que mataron el 11 de agosto en Llano Verde. Los barrios de la Comuna 15, a la cual se refiere en la jerga de Cali con “el Distrito” o “Aguablanca”, iniciaron como asentamientos, después de la gestión de sus habitantes, varios lograron convertirse en barrios. Este es el caso del barrio Llano Verde, un barrio conformado en su totalidad por familias desplazadas por la violencia del conflicto armado.

El sector ha sido afectado por diversas problemáticas dentro de los que se encuentran violencia intrafamiliar, ventas de drogas, bandas criminales, entre otros. Estas problemáticas se presentan por la falta de intervención social e institucional, el bajo acceso a centros educativos, el desempleo, la falta de espacios recreativos, entre otros. Son los gobiernos de turnos los que deben garantizar la presencia de instituciones que garanticen los derechos de los habitantes. Estos flagelos afectan aún más a las mujeres: se ven obligadas a enfrentar los conflictos, asumirlos y dar soluciones; ellas tienen que mantener a sus hijos e hijas, sin ningún apoyo económico, familiar, ni social. Estas mujeres aportan a la construcción socio-cultural y consolidación comunitaria, desde sus quehaceres, sus vivencias y sus conocimientos propios. Ellas promueven espacios, generan acciones y lideran procesos por el bienestar del sector y el de sus familias. Sin embargo, las mujeres dentro de los procesos históricos de lucha y resistencia, han sido poco reconocidas – menos si las mujeres son negras. En Llano Verde, cientos de niñas y niños no tienen un hogar con una situación familiar estable, algo que les hace más vulnerables a

los intentos de reclutamiento de bandas al margen de la ley. Por eso, Ana y Yoli están de acuerdo: *“La cultura de la paz y la vivencia tiene que empezar desde las familias, desde las madres”*.

Sin embargo, Ana dice que personalmente no ha vivido situaciones de racismo. *“Solo una vez me sentía rechazada por ser negra, eso fue por parte de la esposa de mi patrón”*. 40 años trabajaba con él, lavaba y planchaba su ropa, cuando él se casó con una mujer. *“Llegué a la casa y ella me corrigió en todo, me decía como tenía que hacer las cosas”*. Ya estaba aburrída de seguir trabajando para él y con la Covid-19 la echaron. *“La señora me dijo que estaba segura que yo estaba infectada y que ya no podía arrimar. ¡Mejor así! ¿Quién quiere trabajar para una mujer que es racista?”*

Otra mujer que encontramos es Yoli Vanesa Perlaza, vive en el mismo barrio y comparte muchos pensamientos con Ana. No obstante, Yoli sí ha vivido situaciones de discriminación por ser negra. *“En mi colegio había mucha discriminación racista,”* dice y explica: *“Todos los maestros eran blancos, y eso en un barrio de Aguablanca donde 90 por ciento de la población son negros. Un profe no me quería dejar entrar a la sala con trenzas, me decía que las tenía que quitar”*. Ella se negó y tenía muchos problemas en adelante. *“Nos trataban como esclavos,”* sigue contando: *“Un profesor hizo barrer la sala a una compañera que también es negra, otro profe nos pegó”*. A este último le echaron del colegio, después de mucho tiempo, cuando ella ya no iba al colegio. Porque Yoli se negó a quitarse las trenzas y así nunca ha podido terminar los estudios. Ahora estudia en el Sena una carrera de tecnología industrial, que lamentablemente fue aplazado por el virus. Pese a todo, Yoli se siente feliz y dice que ser afrodescendiente es algo muy lindo. Nos cuenta de los miles de sabores de la comida del Pacífico, la que prepara su madre que es de Buenaventura. Es su comida favorita. La identidad de muchas personas afros en Cali se conecta con el Pacífico, sabe Yoli. Pero: *“Nos ven solamente como una diversión,”* dice Ana: *“en Cali, quieren reducir a la cultura afro a la música en el festival del Petronio o a la comida en los restaurantes de la Alameda”*.

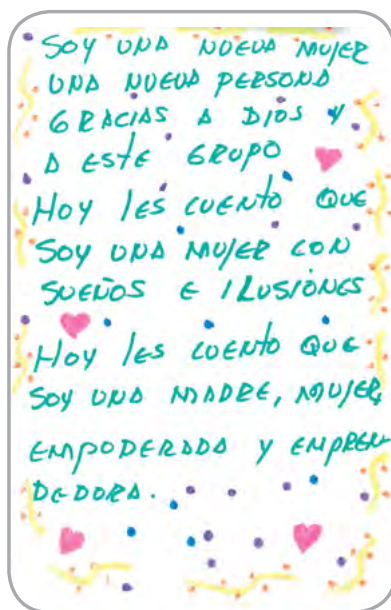
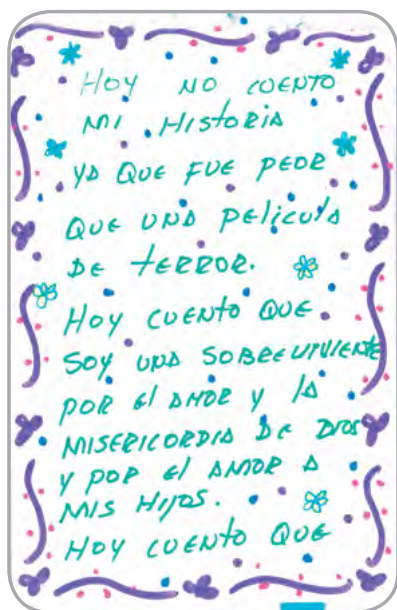
Lo que dicen las dos mujeres participantes en el programa de la Arquidiócesis tiene sentido. En Cali hay una segregación muy marcada de personas afros, en una mayoría provenientes del Pacífico. El propósito principal de la planificación urbana es reducir el déficit cuantitativo de vivienda promoviendo los proyectos de construcción masiva en áreas periféricas de las ciudades. Un pensamiento que genera choques y exclusión territorial. Ese modelo urbano genera mayores niveles de discriminación socio-residencial, informalidad,

detrimento de la calidad de vida, imposibilidad de participación comunitaria activa en la construcción de soluciones habitacionales. Por estar ubicados espacialmente en la periferia, la población tiene dificultades de movilidad para acceder al centro de la ciudad, a los nodos económicos y a las zonas de servicios. Es un racismo sistemático institucional.

A pesar de todo, Yoli y Ana están seguras: *“Este color no lo cambio por nada en el mundo”*. Ana cree que *“hay que aceptar lo que Dios manda, el sol, la lluvia y el color de la piel”*. Para ella, es un regalo de Dios. *“Mi papito Dios creó este mundo para que todas las razas puedan caminar por todos lados”*. Además de las experiencias negativas, las dos mujeres han vivido mucha alegría y solidaridad – entre las mujeres de su grupo, entre las vecinas en el barrio, desde la Iglesia y el Padre Venancio de la Pastoral Afro. Ana sabe contar muchos ejemplos de la resistencia negra: *“Martin Luther King nos unió como negros en el mundo. Desde este entonces, ¡las y los negros estamos presentes!”* Cabe destacar que todavía es necesario profundizar la investigación sobre las experiencias de mujeres negras para dar evidencia de su participación como mujeres afrodescendientes, raizales y palenqueras en escenarios que aportan a la construcción sociocultural del país. Hace falta todavía reconocer el esfuerzo, la dedicación y la importancia del trabajo que realizan en sus territorios y sus entornos laborales y profesionales.



Esmery Vásquez González del grupo de Floralia



## EL MALTRATO

Erica Johana Realpe del grupo en Villa Luz

Había una vez una joven alegre y divertida que se enamoró de su mejor amigo, ellos compartían mucho, luego el amor nació de ellos que decidieron formalizar la relación, así que él le pidió matrimonio a su mejor amiga y ella feliz aceptó, al poco tiempo celebró su matrimonio y la familia empezó a crecer, así que ella decidió dejar de trabajar y se dedicó al hogar, mientras él trabajaba. En algún momento de la relación se volvió rutina y cambió la actitud de los dos, ella empezó a sentirse cansada, él empezó a ser grosero y estar enojado, todo era diferente y él empezó a insultar a su esposa porque no le gustaba la comida.

Ella triste hablaba para sí misma *“¿Porque a mí? ¿Acaso el universo ha conspirado para darme ratos amargos? Si fuese así de seguro no tendría momentos felices e inolvidables... Los ratos amargos son solo cosas que pasan y no quiere decir que todo sea malo, a veces es para dejar una enseñanza o para forjar el carácter, hoy podré estar triste, pero eso solo lo permito por hoy, pero mañana debes llenarte de alegría y regalar muchas sonrisas, no eres la única con problemas, hay muchas personas que te necesitan, así que sonrío que pronto llegara tu recompensa”*. Así misma se hablaba mientras las lágrimas caían por sus mejillas y se secaba sus lágrimas segura, como si nada, mostrando una cara de alegría a su familia.

En la noche cuando era el momento de dormir, él la obligaba a bañarse y luego a tener relaciones sexuales aun cuando ella le pedía que por favor no lo hiciera. Ella lloraba con amargura, pero al amanecer siempre pintaba una sonrisa para su familia, pero cada día su corazón estaba más lleno de heridas y para sí misma guardaba su tristeza.

Tiempo después empezó a hacer algo que amaba, eso es cantar, ella creía que ya no podría ir más abajo, hasta que alguien le hizo ver que valía mucho y que su talento es grande así que como despedida hizo una canción para su esposo titulada “Una lágrima”.

Gloria Amparo Osorio del grupo de Unión de Vivienda Popular

### I

En mi vida yo he tenido altibajos y algunos encontrones  
pero con este proceso, han vuelto mis ilusiones.

### II

Nos reunimos los días jueves, pa' hablar de nuestros derechos  
con las profesionales  
que nos indican como hacerlo.

### III

La Dirección de Reconciliación y Paz, también la cooperante Misereor  
que tienen como objetivo empoderándonos pa' que empoderemos.

### IV

Unámonos pues mujeres y hagamos valer nuestros derechos  
que no muera ni una más y no se justifiquen los hechos.

### V

La espiritualidad es nuestro eje transversal, nos ayuda a  
reconciliar, nos enseña a sanar y también a perdonar.

## DESDE EL ENFOQUE DE LOS DERECHOS HUMANOS

Anna-Lena Diesselmann



Aunque el Gobierno Nacional en el 2012 lanzó los Lineamientos de la Política Pública Nacional de Equidad de Género para las mujeres y del Plan integral para garantizar una vida libre de violencias para los próximos 10 años, así como la ley 1257 de 2008 sobre las violencias contra las mujeres, cuyo objeto es la adopción de normas que permitan garantizar para todas las mujeres una vida libre de violencia, tanto en el ámbito público como en el privado, el ejercicio de los derechos reconocidos en el ordenamiento jurídico interno e internacional, el acceso a los procedimientos administrativos y judiciales para su protección y atención, y la adopción de las políticas públicas necesarias para su realización, no ha disminuido la violencia ejercida hacia la mujer, ni tampoco las mujeres han sido protegidas. Incluso, algunas de ellas habiendo

denunciado al agresor, terminan asesinadas, sin haber recibido ninguna atención, asimismo, en muchos de los casos no han sido judicializados los responsables, muchas de las investigaciones están cerradas por falta de prueba o por vencimiento de los términos.

Para la Dirección de Paz y Reconciliación de la Arquidiócesis de Cali, los Derechos Humanos son un horizonte de cada intervención. Toda acción se encamina hacia la tutela de la dignidad de todas las personas, sobre todo de aquellas más débiles y desfavorecidas. Así como la promoción de los Derechos Humanos, con especial cuidado en el derecho a la vida, acogiéndonos a las palabras del Papa Francisco:

*“El futuro debe ser la paz, una paz basada en el respeto de la dignidad y los derechos de cada miembro de la sociedad, el respeto por cada grupo étnico y su identidad, respeto por la ley y respeto por un orden democrático que permita a cada individuo y a cada grupo, sin ninguna exclusión, ofrecer su legítima contribución al bien común”.*

Nuestro trabajo con mujeres se enfoca en la dignidad humana que es un valor central para la paz, que se asocia a los Derechos Humanos, el cubrimiento de las necesidades humanas y el desarrollo de las capacidades humanas. La construcción de paz es una tarea constante y permanente, debido a que la paz no es un estado terminado sino un proceso. Con esta mirada frente a la paz, los Derechos Humanos no se agotan en el concepto de razón liberal, para el cual los Derechos Humanos son sobre todo derechos individuales y de protección de propiedad y libertad individual.

Podemos leer la historia de los DDHH desde una perspectiva más cerrada, que arranca con la Segunda Guerra Mundial y culmina en la Declaración Universal de los DDHH de las Naciones Unidas en 1948, o, y esta es la perspectiva mucho más interesante, podemos estudiar la historia desde una perspectiva de la lucha y la resistencia. En esta mirada vemos que los DDHH son un éxito de muchas personas que han dado su vida para buscar la dignidad humana. En el contexto de Colombia y América Latina, existen muchas experiencias de pueblos originarios y de la vida colectiva que siempre han definido los seres humanos como seres sociales.

En los grupos de mujeres identificamos que las violaciones a sus derechos no son únicamente relacionadas al conflicto interno, sino que principalmente se viola de forma sistemática los siguientes derechos, manifestados en la **Declaración Universal de los Derechos Humanos:**

- **Artículo 3)** Todo individuo tiene derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad de su persona.
- **Artículo 6)** Todo ser humano tiene derecho, en todas partes, al reconocimiento de su personalidad jurídica.
- **Artículo 22)** Toda persona, como miembro de la sociedad, tiene derecho a la seguridad social, y a obtener, mediante el esfuerzo nacional y la cooperación internacional, habida cuenta de la organización y los recursos de cada Estado, la satisfacción de los derechos económicos, sociales y culturales, indispensables a su dignidad y al libre desarrollo de su personalidad.
- **Artículo 25) 1.** Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación, el vestido, la vivienda, la asistencia médica y los servicios sociales necesarios; tiene asimismo derecho a los seguros en caso de desempleo, enfermedad, invalidez, viudez, vejez y otros casos de pérdida de sus medios de subsistencia por circunstancias independientes de su voluntad. **2.** La maternidad y la infancia tienen derecho a cuidados y asistencia especiales. Todos los niños, nacidos de matrimonio o fuera de matrimonio, tienen derecho a igual protección social.
- **Artículo 26.)** Toda persona tiene derecho a la educación. La educación debe ser gratuita, al menos en lo concerniente a la instrucción elemental y fundamental. La instrucción elemental será obligatoria. La instrucción técnica y profesional habrá de ser generalizada; el acceso a los estudios superiores será igual para todos, en función de los méritos respectivos.

A muchas mujeres les mataron a familiares, amigos, amigas, vecinos o personas cercanas. En estos casos muy pocas han sido reconocidas por parte de las instituciones o las víctimas han sido declarados víctimas del “crimen común”, un concepto que en sí mismo viola la dignidad de las víctimas porque ninguna víctima es “común”. Además, observamos que muchas mujeres son víctimas del desplazamiento forzado por el conflicto armado y pese a sus esfuerzos de registrar sus casos nunca han sido reparadas integralmente. Incluso, nos reportan desalojos forzosos de personas de sus hogares, que pone en alto riesgo la vivienda digna. Asimismo vemos permanentemente violado el derecho a un nivel de vida adecuado y al trabajo por el hecho de que no se garantice un salario mínimo suficiente. Igualmente, se viola el derecho a la educación de muchos niñas y niños de las mujeres. La denegación de la asistencia especial

a personas que a causa de su condición no pueden desarrollar una vida digna sin esta asistencia, viola su derecho a la seguridad social, por ejemplo por ser víctimas, no poder leer y escribir bien, encontrarse en situación de refugiado, etc.

Esta realidad que nos permitió conocer nuestro trabajo con las mujeres en Cali coincide con las observaciones del Alto Comisionado de las Naciones Unidas por los Derechos Humanos (ACNUDH) en Colombia. Según sus informes, no solo defender los Derechos Humanos sigue considerándose una labor de alto riesgo en Colombia, sino que la falta de acceso a la justicia continúa siendo un desafío que perpetúa ciclos de impunidad y violencia. Así mismo, el ACNUDH observó un incremento en situaciones de violencia e inseguridad. Durante los últimos años, la pobreza multidimensional se incrementó, afectando el acceso a varios derechos económicos, sociales y culturales. Este incremento evidencia la necesidad de que el Estado redoble sus esfuerzos de garantizar progresivamente los derechos, teniendo en cuenta que Colombia está entre los tres países con mayor nivel de desigualdad en América Latina. El ACNUDH destaca que el analfabetismo está aumentando en todo el país. También expresa su preocupación por la diferencia salarial en Colombia por razón de género, pues las mujeres continúan ganando menos que los hombres, con una brecha salarial del 19%. Nos debe preocupar bastante que la tasa de violencia sexual está en permanente incremento, actualmente siendo la más alta en los últimos 10 años. Del número total de víctimas, 85,6% fueron mujeres y 14,4% fueron hombres. El promedio de edad de las víctimas fue de 12 años.

El problema al ejercer sus derechos no solo es la falta de voluntad política de realmente reconocer, reconciliar y reparar a las víctimas, sino la falta de formación de cómo acceder a las unidades de reparación y las rutas de atención. Esta ausencia de información parece a propósito de no tener que atender a la gran cantidad de personas afectadas por el conflicto y por las violaciones de los Derechos Humanos. En el trabajo con las mujeres entendí que la base de poder defenderse en conocer a sus derechos. Muchas mujeres han sufrido violencias y violaciones de sus derechos sin poder identificar que su sufrimiento no es “normal”, que están cometiendo un delito contra ellas. Mujeres que fueron violadas por un familiar y pensaban que eso era el derecho del hombre. Mujeres que no les permitieron estudiar y pensaban que los colegios y las universidades era solo para niños y hombres. Mujeres que fueron acosados y agredidos por sus jefes o empleadores y pensaban que eso era “natural”. Durante el proceso de formación aprendimos que el

conocimiento de los tipos de violencia y de los derechos es el fundamento para poder identificar una injusticia y confiar en los propios sentimientos. Así lo expresó una participante: *“Durante mucho tiempo me sentí mal, pero o sabía que tenía el derecho de estar sana y bien”*.

Para nosotras y desde la perspectiva de la construcción de paz permanente, los Derechos Humanos deben ser estudiados y llevados a la práctica, primero, desde un saber crítico que desvele las elecciones y conflictos de intereses que se hallan detrás de todo debate preñado de ideología; y segundo, insertándolos en los contextos sociales, culturales y políticos en los que necesariamente nacen, se reproducen y se transforman. Los Derechos Humanos nos aportan elementos claves para liberar a las mujeres de los diversos agresores y luchar contra múltiples adversidades, ellos nos llevan un horizonte para superar el patriarcado, como una forma de opresión. Esta defensa de los Derechos Humanos no se realiza de forma individual sino para todas las mujeres. Para ser efectivos, es imprescindible introducir la concepción de los Derechos Humanos desde su indispensable integralidad y desde la integridad del ser humano. Somos seres racionales, pensantes, sintientes, espirituales. Los derechos deben proteger a nosotras en cada de nuestros elementos de ser. Además, consideramos que las violencias basadas en género deben entenderse, tratarse y gestionarse como un problema de Derechos Humanos.



Yoli Vanesa Perlaza del grupo de Unión de Vivienda Popular

## DE LA SOLEDAD A LA LUZ



La soledad y amargura,  
me dejan devastada.  
ohh Dios mío, que locura.



Una mañana fría  
y sin aventura,  
sola y ensimismada.



Las mujeres del grupo me ven como una  
carnada. Ahí es cuando lanzan la primera  
estocada. Sin ganas de más nada, asisto  
a los talleres, aunque mantenga muy callada.



Me doy cuenta  
de mis derechos,  
los que hoy grito  
a los cuatro vientos.  
Mi cerebro  
toma color,  
soy negra  
a mucho honor.



Me amo por dentro y por  
fuera, de Dios soy su mayor  
creación. Me han despreciado y  
causado dolor, sin embargo,  
Dios me enseñó lo valioso  
que es el perdón.



Con las profesionales  
del equipo  
y su tesón,  
salimos preparadas,  
con título de  
mujer empoderada.  
Ahora a mucho honor  
una líder  
de mi comuna soy.



Algunas de mis  
compañeras sin profesión  
este es su mayor logro,  
Dios mío que emoción.

## YA NO SOMOS LAS MUJERES TONTAS DE ANTES

Rosa Insignares del grupo de Altos de Menga

Desde que me destiné siempre tuve una vida amargada y triste. Digo me destiné porque yo me casé y salió mal todo el tiempo, pero siempre mantuve mi dignidad. Fui maltratada desde pequeña, por mi padre y por mi padrastro, pero siempre me defendí buscando ayuda, ya que no contaba con ningún apoyo. He aprendido a no dejarme intimidar. Todos los sufrimientos los dejé atrás hasta que conocí el valor que yo tengo ante los ojos de Dios. Conocí los derechos de las mujeres y dónde me podían prestar ayuda. Trabajé en el Instituto Nacional de la Mujer en Venezuela, allí aprendí a defenderme y pude ayudar a otras mujeres. Llegué a Cali, Colombia y conocí el proceso de Empoderamiento que me ha ayudado mucho, me he alimentado de conocimiento con los talleres. Gracias a ese proceso, hoy me paro firme y libre de violencias, ahora más bien puedo guiar a otras mujeres que no conocen este programa.

Gloria Amparo Osorio del grupo de Unión de Vivienda Popular



# MÁS ACCIONES, MENOS VIOLENCIA

Adriana Lozada



Durante el desarrollo del proceso de empoderamiento ciudadano, se presentaron casos terribles de violencia contra la mujer en la ciudad. En el año 2020 en Cali, los feminicidios aumentaron en un 100 % entre el primero de enero y octubre de 2020 con respecto al mismo periodo de 2019. Mientras en dicho lapso del 2019 hubo 10 feminicidios, en el mismo periodo de 2020 hubo 20, según datos de la Secretaría de Seguridad de Cali. Según la Fiscalía Seccional Cali, de las 20 víctimas de feminicidios presentados en el año 2020, 7 de ellas realizaron denuncias previas por lesiones personales, amenazas y otros hechos. De estas, cinco tenían denuncias antepuestas en la Fiscalía y dos ante la Policía. Lo que nos muestra una deficiencia por parte del estado a la hora de actuar frente a las denuncias presentadas por las mujeres.

Recordamos varios casos, entre los muchos, como es el de Lina María Jaramillo, quien fue asesinada el 8 de julio del 2019 en Villa Gorgona, Valle

del Cauca cuando esperaba un bus para dirigirse a la Fiscalía donde tenía una cita para declarar sobre la denuncia interpuesta a su excompañero sentimental, quien le propinó nueve puñaladas y la dejó herida de gravedad. La joven fue trasladada hasta una clínica de Cali, donde murió. De acuerdo con las investigaciones, Lina María ya había interpuesto cuatro denuncias contra su expareja por el delito de lesiones personales. También el caso de Francia Edith Mendieta Giraldo, quien tenía 43 años de edad, fue asesinada de varios disparos en el mes de enero del 2020 en el norte de Cali por parte de su expareja, quien la estuvo amenazando por meses. Sus familiares acudieron al ente investigador para establecer una denuncia y preguntar, “¿por qué cuando ella fue a denunciar y a pedir ayuda no la atendieron?”

El Instituto Nacional de Medicina Legal afirma que la violencia de pareja se presenta tanto en hombres como en mujeres, en todo su ciclo vital, en una relación de convivencia de unión libre y conyugal, además expresa que, los factores que desencadenan la violencia están relacionados con la intolerancia, machismo, celos, desconfianza e infidelidad, presentándose dentro de la vivienda y en espacio público. Así mismo, se define la violencia de pareja como cualquier comportamiento, dentro de una relación íntima, que cause o pueda causar daño físico, psíquico o sexual a los miembros de la relación. Este tipo de violencias se da independientemente de la clase y grupo social, económico, religioso o cultural.

El punto final al que llega una violencia ejercida sobre una mujer, es el feminicidio. Según la ONU MUJERES Colombia, este se refiere al *“asesinato de una mujer por el hecho de serlo y la manifestación más brutal de una sociedad patriarcal. Este fenómeno ha sido clasificado según la relación entre víctima y victimario en cuatro categorías: 1. Feminicidio de pareja íntima, 2. Feminicidio de familiares, 3. Feminicidio por otros conocidos y 4. Feminicidio de extraños, todos estos atravesados por las diferentes opresiones que viven las mujeres día a día”*.

Así mismo, la oficina de las Naciones Unidas para Colombia manifiesta que el feminicidio hace parte de las múltiples y complejas violencias contra las mujeres, y no puede entenderse solo como un asesinato individual, sino como la expresión máxima de esa violencia, en la que el sometimiento a los cuerpos de las mujeres y extinción de sus vidas tiene por objetivo mantener la discriminación y la subordinación de todas.

El feminicidio y las demás violencias ejercidas contra la mujer han ido en ascenso en los últimos años en Colombia y, sin excepción, en la ciudad de

Cali. Este ha sido recurrente, y se presenta en cualquier escenario, pasó de presentarse solo dentro del hogar a ser ejercido en cualquier parte de la ciudad. Aunque se cuenta con la Ley 1257 de 2008, esta no ha sido operante, de acuerdo al desarrollo del proceso con mujeres de la Dirección de Reconciliación en los diversos territorios, hemos constatado que las mujeres poco conocen la existencia de la ley, desconfían en las instituciones, por lo cual se niegan en algunas ocasiones a denunciar y creen que los feminicidios se quedan en la impunidad. Según la Revista Semana en su artículo “La impunidad en los casos de violencia contra la mujer supera el 80%”, publicado el 4 de diciembre de 2018, el 29,92% de los casos de violencia contra la mujer presentados durante ese año, se encontraban en etapa de juicio y el 25,57% en ejecución de penas, por tanto, el porcentaje de los que terminan en condena es del menos del 10%. La Ley 1257 cumple 13 años en este 2021, y ha sido poca su implementación, tanto en la protección de las mujeres ante la violencia, como la transversalidad de la equidad de género dentro de la institucionalidad, que busca la igualdad entre hombres y mujeres en todos los ámbitos de la vida pública.

Así mismo, en el ejercicio de este proceso de empoderamiento ciudadano y revisando la normatividad existente, sentimos la falta de medidas específicamente dirigidas a prevenir, atender y proteger a las mujeres víctimas de violencia basada en género, tanto en lo privado como en lo público. Las calles se han convertido en una amenaza para las mujeres y sobre todo no hay un actuar diligente ante los casos; se necesita urgentemente el acceso a la justicia para los casos de violencia contra la mujer, y que los entes que administran justicia entiendan que la violencia contra la mujer es una violación de Derechos Humanos. Además, se ha identificado la revictimización de las mujeres a la hora de la denuncia. Algunas de las mujeres que hicieron parte de este proceso contaron cómo algunos servidores públicos les decían “¿no está exagerando?”, “usted seguro lo provocó”, lo que hace que las mujeres desistan de realizar las denuncias. Según la encuesta socio-económica, demográfica y organizativa de mujeres representativas de los sectores que componen la Mesa Municipal de Mujeres Cali - 2019, revela que, en promedio, menos del 15% de las mujeres encuestadas busca ayuda frente a las situaciones de violencia, pese a que el 70% conocen los lugares a los que pueden acudir.

Tampoco se evidencia en la práctica el conocimiento de las mujeres sobre la política pública de la mujer existente en Cali. Si bien en su construcción, según lo divulgado por las organizaciones de mujeres, esta tuvo una buena participación de las organizaciones de mujeres, teniendo en cuenta que estos grupos ya poseen una gran experiencia en la participación y realizan un trabajo

arduo por la defensa de los derechos de las mujeres, pero aquellas otras mujeres del territorio, la ama de casa, la joven estudiante, la abuela, la empleada formal e informal que habita en las comunidades no la conocen o han oído hablar de ella pero no han tenido la formación sobre la misma. Teniendo en cuenta que cumplió en el 2020 diez años, se necesita actualizarla de acuerdo a las nuevas necesidades y problemáticas de las mujeres en sus territorios.

Pese a los esfuerzos que diversas organizaciones, colectivos e instituciones como la Iglesia, a la hora de trabajar con las mujeres en procesos de formación y sensibilización sobre las violencias, urge un trabajo mancomunado con la institucionalidad municipal, regional y nacional para que tanto la atención a las mujeres sea más efectiva, se implemente completamente la normatividad, y también, haya apertura real a la participación de las mujeres en los espacios de toma de decisiones y una voluntad política para que se cumpla la transversalización de la perspectiva de género en todos los espacios. El camino continúa, hemos avanzado, pero se necesita del trabajo de todas y todos para disminuir la brecha de desigualdad que nos separa.

Deiner Estiven Restrepo del grupo en Villa Luz

*“Este es Dios, mi abuelo, mi bisabuelo y yo, los extraño mucho, y acá he aprendido a entender porque no están”.*



## NUNCA ES TARDE

Leonisa Vidal del grupo de Altos de Menga

Mis primeros años de vida, convivía con mis padres y cuatro hermanos. A los 6 años mis padres se separaron y tuve que ir a vivir a una finca una semana con un tío y su esposa y otra con otro. Sufría mucha discriminación. Mi papá se casó con otra mujer y tuve que huir de casa, me fui con una amiga a Cali, dormíamos en la calle, en un parque en las raíces de un árbol, comprábamos periódico para conseguir trabajo, en el primero me echaron rápido por no saber trabajar. Pero encontré una buena familia y allí me enseñaron.

A los 21 años conocí al papá de mi primera hija, él no tuvo responsabilidad y dos años después se repitió la misma historia. El papá de él nos dio una habitación en su casa, al tiempo llegó una señora quien fue su ex, le entregó sus dos hijos y la ropa en un costal, yo le recibí sus dos hijos para apoyarlo. Ellos dos se reconciliaron estando conmigo, salían juntos a pasear los niños, ella llegaba con las pastas anticonceptivas en la mano para que yo las viera.

Salían juntos a bailar y llegaba a la madrugada a recoger su almuerzo para llevar al trabajo. A pesar de mi dolor, nunca le reclamé. Trabajaba en un ingenio, pero nunca me dio dinero ni para los alimentos. Yo lo dejé, pero me quedé en la casa de mi suegro, él se llevó todo, me dejó solo un cajón de madera. La señora y mi ex hicieron un escándalo diciendo que el suegro se había acostado conmigo. Eso fue mentiras.

Me fui para donde mi madre, quien había sido beneficiaria para un lote, pero no tenía la cuota inicial, yo me había ganado un chance y se la di a ella, cuando llegué con mi hija y embarazada mi madre no me dejó entrar, gracias a mi hermana pude estar allí. Tuve la hija con una partera, en una pobreza infinita, no tenía para pagar ese servicio y cada vez que la veía me escondía debajo de la cama.

Un día fui a reclamarle al papá de mi hija leche y comida, lo vi jugando bingo y me llené de rabia, me armé y le tiré una piedra, resulta que una de las piedras golpeó a una niña, yo salí huyendo. La gente de ese barrio se fue a buscarme a mi barrio armados con machetes y palos porque me iban a linchar, entraron hasta el patio de la casa, pero los vecinos los sacaron. Me salvé porque estaba en otro lugar.

Estaba aguantando mucha hambre y llevé a las niñas al Bienestar Familiar pero no me las recibieron porque no estaba registrada, aún estaba en dieta. Dejé las niñas con mi mamá y me fui para Venezuela, llegué en un camión que transportaba carne, sin nada, no tenía para comida perdí la ropa, allí no me fue bien y me regresé a Puesto Asís en Putumayo, conseguí trabajo en una finca, prácticamente en una selva, trabajaba para unos peruanos, allí la gente no duraba en ese trabajo porque ellos violaban las mujeres así estas estuvieran con sus esposos, me intentaron violar, sufrí mucho pero no me dejé, dormía debajo de la cama con el machete.

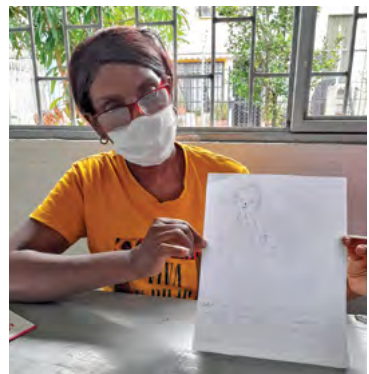
Después de todo esto volví por mis hijas, estudié el bachillerato hace poco. A pesar de todo lo vivido le doy gracias a Dios porque cada día estamos venciendo. Gracias a este proceso soy una mujer empoderada, me siento mujer valiente, me ha permitido encontrarme conmigo misma. Yo hoy le digo a todo el mundo: *“Mujeres de Alto Menga: valientes y empoderadas, defensora de los derechos que construimos paz en nuestro territorio”*.







# GRUPO FLORALIA





# GRUPO EL VALLADO



# GRUPO UNIÓN DE VIVIENDA



# GRUPO ALTO JORDÁN



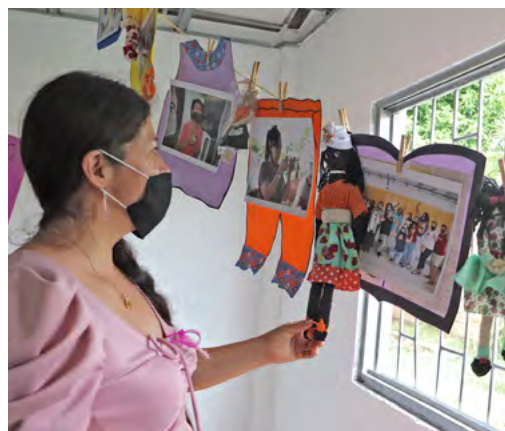






# GRUPO PROGRESO Y JAMUNDÍ













Con el apoyo de:

