

EL SÍNDROME DE LA LLORONA
Mtra. Rosy Martín Barba

Resumen: Las mujeres que hemos desarrollado una vida pública y utilizo el término a riesgo de ser aplicado el criterio sexista que le da una connotación diferente al término “hombre público” que al de “mujer pública” nos encontramos con que a diferencia de los hombres que históricamente han considerado el ambiente público como su espacio natural, las mujeres sentimos en un momento o muchos momentos del día una especie de sentimiento de culpa por no estar en casa dedicadas al 150% a satisfacer hasta las mínimas necesidades de nuestros hijos e hijas.

Abstract ; The women who we have developed a life public and I use I at risk finish being applied the sexist criterion that gives a connotation him different from I finish “man I publish” that to the one of “woman it publishes” we were whereupon unlike the men who historically have considered the public atmosphere like their natural space, the women we in a while felt or many moments of the day a species of feeling of fault for not being in house dedicated to the 150% to satisfy until the minimum needs of our children and daughters

Las mujeres hemos salido del ámbito privado de la casa del hogar y la familia, a estudiar en las universidades, a trabajar en el ámbito público, aunque todavía ganemos menos que los hombres por la misma responsabilidad, a participar en política, aunque todavía sea limitada y restringida la llegada a los principales cargos, a desarrollar habilidades y participar en las ciencias y en las artes, aunque todavía la historia de las mujeres este pendiente de ser rescatada y contada.

Las mujeres que hemos desarrollado una vida pública y utilizo el termino a riesgo de ser aplicado el criterio sexista que le da una connotación diferente al termino “hombre público” que al de “mujer pública” nos encontramos con que a diferencia de los hombres que históricamente han considerado el ambiente público como su espacio natural, las mujeres sentimos en un momento o muchos momentos del día una especie de sentimiento de culpa por no estar en casa dedicadas al 150% a satisfacer hasta las mínimas necesidades de nuestros hijos e hijas. No importa que previsoriamente se planeó la forma efectiva de cubrirlas, en ciertos momentos nos llega lo que yo he llamado “EL Síndrome de la Llorona” que se manifiesta como una voz interior cada vez más airada y estridente....Hay mis hijos” así que con el peso del trabajo desempeñado fuera d casa y la culpa infundada por no estar con los hijos, llegamos a casa a compensar nuestra ausencia, con nuestra mejor cara y disposición para cocinar sus preferencias en la comida, preparar los uniformes escolares, dejar listas las loncheras, terminar los trabajos escolares y tareas pendientes, revisar las orejas y uñas después del baño, y por supuesto contarles un cuento antes de dormir.

Cuando realmente lo que mas deseáramos al llegar a casa es quitarnos los zapatos y subir los pies para descansar. Pero esto no es posible ya que después de iniciar su dulce sueño los hijos, es necesario atender al marido quien si se permite poner su peor cara en casa, retraerse si no quiere comunicarse. El si puede tranquila y libremente quitarse los zapatos y subir los pies, mientras nosotras seguimos trabajando para llevarle la merienda a su sillón favorito mientras mira T V para relajarse y olvidarse de sus tensiones.

Continuamos con la recogida de la casa y preparación de las cosas que cada uno de la familia requiera para el siguiente día, entre estos, recoger la tintorería, pagar los servicios etc.

Cuando ya no hay hijos ni marido que atender, nos sigue cayendo todo el peso de la tradición machista de que las mujeres nacimos “para servir....a otros” En estos momentos cruciales la reflexión nos lleva a considerar si nuestra vida ya no tiene sentido? Si ya no hay a quien servir, hay que buscar a quien seguir sirviendo? Hermanos? Nietos? Vecinos? La comunidad a través de un hospital?, de una Iglesia? Sin menospreciar el valor del trabajo comunitario, las mujeres tenemos la gran oportunidad de aprender a ATENDERNOS A NOSOTRAS MISMAS. Este concepto es tan nuevo que resulta ajeno y desconocido para la mayoría de las mujeres quienes al preguntarles que quieren más en la vida, invariablemente responden en función del bienestar de sus hijos y familiares en general pero no atinan a encontrar que quieren para si mismas, no están acostumbradas a preguntarse que quieren para si mismas, que las hace sentir bien, que les produce satisfacción, que han soñado con ver, con hacer, con lograr, por que la mayoría ni siquiera se atreven a soñar, no saben que pueden, no saben que tienen derecho y obligación de soñar a que quieren dedicar su vida,

que las haga sentir contentas, satisfechas y realizadas, que no este en función de sus obligaciones para con los otros.

La Dra. Alice D. Domar en su libro de título *Cuida de ti Misma*, como cuidas de los demás, nos invita a sustentarnos a nosotras mismas, no hasta que ya no tengamos a quien cuidar, sino en todo momento, a pesar de estar tan ocupadas cuidando a otros como es el caso de nuestros bebes que nos ocupan día y noche, nos recomienda encontrar tiempo para dedicarlo a lo que ella llama nuestro sustento personal: escribir sobre nuestros sentimientos nos ayuda a aclararlos, un paseo sola o acompañada en silencio, un descanso, un baño, la practica de algún método de relajación, el desarrollo de alguna actividad creativa. Con la premisa de que si tu te fortaleces como persona, todo lo que hagas para ti y para otros será de mejor calidad.