

Diez en diez 

10 COSAS QUE HACER ANTES DE CASARTE

Alas

TELETRABAJO

Una oportunidad para desarrollarse profesional y personalmente.

VIOLENCIA POLÍTICA

DESDE LOS OJOS DE LA JEFA DE LA UNIDAD TÉCNICA DE IGUALDAD DE GÉNERO DE LA ASAMBLEA LEGISLATIVA.

MARCELA LAGARDE

+1,100 MUJERES

Entre Mujeres Municipalistas, Legisladoras, Cooperativas, académicas y estudiantes universitarias, más de 1,100 mujeres fueron impactadas por esta eminente conferencista en un ciclo de eventos sin precedentes, que, gracias al apoyo de varias organizaciones, fueron completamente gratuitas para las participantes

ENCONTRANDO

EL AMOR EN EL SIGLO XXI

Para unos, es un sueño imposible de alcanzar. ¿Será algo tan complejo que ya no sabemos cómo funciona?



historias de vida

CONOCE LA HISTORIA DE JESSY MAV, UNA MUJER QUE LOGRÓ VENCER GRANDES OBSTÁCULOS

EDI TO RIAL



Por Karla Loria Rojas
DIRECTORA EJECUTIVA

Dicen que un sueño que no se traduce en objetivos, metas y acciones concretas, nunca llega a ser mas que una ilusión. Cuando inicié mis pasos en la Asociación ALAS, hace más de una década, se hablaba de intangibles que poco a poco fueron tomando forma. Se llegaba a grupos selectos pero reducidos de mujeres que se animaron a creer que podían romper “techos de cristal”, mujeres que tuvieron que romperse a sí mismas para poder renunciar a limitaciones emocionales, psicológicas, sociales y que hoy en día constituyen una inspiración y un ejemplo al dirigir empresas, organizaciones y hasta poderes de la República.

En una segunda etapa, la organización tuvo que hacer un alto y mirar hacia adentro. Buscar estructuras diferentes que le permitieran organizarse y

expandirse para hacerle frente a los retos de su exponencial crecimiento. Ante esto, soñamos de nuevo, esta vez con alcanzar de forma directa a grupos de mujeres a las que no se había logrado llegar antes. Nos enfocamos en crear alianzas, sinergias para potenciar más y más mujeres hacia el ejercicio de liderazgos femeninos en los diferentes entornos. ¡Y lo logramos! No ha sido un camino fácil, especialmente en los tiempos que, como país hemos estado atravesando.

Las actividades de Marcela Lagarde, maestra de maestras en temas de Mujer, tuvieron un impacto extraordinario en el ámbito nacional,- sin precedentes en nuestra organización,- con más de 1.100 personas como participantes directas, e innumerables personas alcanzadas por medio de las 2 conferencias transmitidas por Facebook Live, y las 2 entrevistas realizadas , una en el Canal de TV de la UCR, y otra en el Semanario Universidad, actividades que fueron totalmente gratuitas para las participantes gracias al apoyo de múltiples organizaciones que creyeron en nuestra visión.

Las cosas no se dan por arte de magia. El esfuerzo, el trabajo, las lágrimas, la frustración y el agotamiento son algunos de los precios pagados por

ésta y otras metas alcanzadas en estos últimos años. Pero aquellas personas que saben lo que es ponerse la camiseta, arrollarse las mangas y luchar, saben también que aunque hay obstáculos que vencer, oposición a la que se le debe hacer frente, costos de oportunidad que valorar, opiniones que conciliar y muchos otros retos, llegar a la meta es la única opción.

Para la mayoría de las mujeres, nada es fácil. Mientras rompemos estereotipos, avanzamos contra las corrientes sociales, somos criticadas por hacer y también por dejar de hacer.

Hoy más que nunca es indispensable hablar de Sororidad, de Solidaridad, de Lealtad, de Valores y antes de levantar un juicio, antes de atacar a otra mujer, antes de criticar, volver a ver alrededor y preguntarnos si es más importante mi opinión o el avance, el respeto y la amistad.

Querida mujer, lectora, seguidora, afiliada, asociada de ALAS, quien quiera que seas, cualquiera que sea tu nivel de compromiso con esta o cualquier otra organización cuyo objetivo sea crear una mejor calidad de vida para otras personas, sigue adelante, atrevete a soñar, no

te detengas ante los obstáculos y tampoco te conviertas en uno. Apoya, respalda, respeta, sé la solución y la respuesta que se necesita para que las cosas avancen. Al final, el éxito de una es el éxito de todas. El día que, como mujeres entendamos esto, seremos imparables.

Les dejo con una edición de la Revista Alas que nos reta, nos inspira, nos motiva, pero sobre todo, nos muestra que los sueños respaldados con acciones, se vuelven realidades.

Karla Loria



**pg. 10 // MARCELA LAGARDE
REGRESÓ A COSTA RICA**

La eminente Marcela Lagarde comparte con más de 1100 mujeres diferentes charlas sobre violencia política y los derechos humanos de la mujer.

**pg. 06 // ENCONTRANDO EL AMOR
EN EL SIGLO XXI**

Entre Hollywood y nuestras propias experiencias, es posible que hayamos convertido el amor en algo que parece imposible de alcanzar.

**pg. 19 // VIOLENCIA POLÍTICA:
UNA NUEVA FORMA DE VIOLENCIA
DE GÉNERO**

Haydeé Hernández Pérez, Doctoranda en Derecho Administrativo, Jefa de la Unidad Técnica de igualdad de género de la Asamblea Legislativa habla sobre las dificultades que tienen las mujeres para abrirse camino en el mundo de la política y tener un impacto real en las leyes de nuestra sociedad moderna.

pg. 25 // HISTORIAS DE VIDA:

En esta edición te presentamos a Jessie Mav, quien marcada por situaciones de su familia encuentra una segunda oportunidad de vivir a través del perdón.

**pg. 29 // TELETRABAJO: DESARROLLO
PERSONAL Y PROFESIONAL**

Patricia Leitón nos cuenta cómo gracias al teletrabajo logra desarrollarse profesionalmente sin perder el privilegio de pasar tiempo con su familia.

**pg. 32 // DIEZ EN DIEZ:
HAZ ESTO ANTES DE CASARTE**

Aprende 10 cosas que impulsarán tu matrimonio y harán mucho más plena esta nueva e increíble etapa de tu vida.

EQUIPO ALAS

Diana Zeledón Mayorga
ASISTENTE ADMINISTRATIVA

Lorena Ramos
DISEÑADORA GRÁFICA

pg. 36 // CINE: WILD

Reese Witherspoon protagoniza esta fascinante película sobre una mujer que embarca una aventura caminando desde la frontera de México hasta la de Canadá sólo para encontrarse a sí misma.



LOS
esfuerzos
DE HOY
SERÁN LOS
resultados
DE
MAÑANA.

ENCONTRANDO EL AMOR EN EL SIGLO

XVI

¿SERÁ EL AMOR UN TESORO QUE
POCOS DESCUBREN?



BEATRÍZ VINUEZA
Master de Matrimonio y Familia
beavinueza@me.com
beavinueza.wixsite.com/website

He mantenido largas conversaciones con adolescentes sobre los conceptos del amor y me han despertado el interés de analizar la realidad en ese tema en nuestros días. Con frecuencia, me dicen:

El amor es un sueño imposible alcanzar.

¡No todos estamos destinados a conocer el amor!

“Eso” ya no está de moda.

Se murió el amor...

¿Será acaso algo tan complejo que ya no sabemos cómo incorporarlo en nuestras vidas? Considero que un buen punto de partida sería definir lo que conocemos como amor. Ese ejercicio nos arrojará algo de luz sobre el tema.

En una de sus múltiples definiciones, la RAE,

señala al amor como:

“Sentimiento intenso

del ser humano que, partiendo de su propia insuficiencia, necesita y busca el encuentro y unión con otro ser.” Creo que aquí hay una primicia para confundir a cualquiera, “... partiendo de su propia insuficiencia...”. Estamos de acuerdo en que nos atrae alguien distinto y complementario a nosotros, alguien que tiene lo que cada uno ansía en carácter, belleza, modo de ser, y es lo que generalmente vemos al conocer a alguien.

Este “flechazo” nos puede golpear fuertemente cuando le conocemos. Esa atracción puede

convertirse en una necesidad de pasar tiempo con esa persona hasta llegar a pensar que “no podríamos vivir sin esa persona”.

Todo esto forma parte del proceso del enamoramiento, son esos primeros momentos donde vamos develando la intimidad del otro y dando a conocer la nuestra, son los momentos en que somatizamos el sentimiento y llegamos a sentir “mariposas en el estómago” cuando nos llama o lo vemos, y, también, se nos cae el mundo, si habíamos quedado en vernos y se cancela la cita.

EL PROBLEMA NO ES
EXPERIMENTAR ESTA
ETAPA MARAVILLOSA DEL
ENAMORAMIENTO,
EL PROBLEMA ES QUERER
QUE SEA ASÍ PARA SIEMPRE.

El problema no es experimentar esta etapa maravillosa del enamoramiento, el problema es querer que sea así para siempre. El amor tiene varias etapas que hay descubrir a través del

tiempo junto con esa persona elegida.

De repente, cuando la relación sigue su curso y vemos que hemos llegado a un momento en el cual “no puedo vivir sin él, nos casamos”, no nos preguntamos si en realidad ese otro es alguien con quien vamos a compartir el resto de nuestra vida, no pensamos en envejecer con esa persona, y con quien hemos de compartir el proyecto más importante de nuestras vidas. Hay quienes, incluso, piensan, de antemano, que en el momento en que el amor “muera” ya habrá otro que lo reemplace. Si esa es tu postura, no has

entendido bien el concepto de amor. El amor es una decisión personal y libre.

El amor no es una persona, un sustantivo que entra o sale de tu vida; vive o muere autónomo de tus acciones. El amor es mucho más que eso.

El profesor Javier Hervada, en su libro *Una Caro* nos habla de los diferentes grados de perfección del amor. Los tres primeros tienen que ver con la parte física del amor, el amor erótico *eros*, que es lo que más atrae a las parejas. Es aquí donde puede caber el pensamiento, “te necesito”. Esa necesidad no es más que un deseo por el bien que esa persona hace en mí, es un grado primario en el que la persona que “ama” – sin pensarlo siquiera – hace todo lo posible por extender esa relación. Y, por supuesto, el momento que esa necesidad es reemplazada por otra persona que la cubre, es cuando el amor pasa a cuidados intensivos, muere y se firma su acta de defunción.

En cambio, el amor de benevolencia o *ágape* consiste en querer el bien para el amado, que incluso si ese amado nos deja queremos que sea feliz con alguien más. Está primero la felicidad del amado que la propia.

¿Es acaso tan aterrador el pensar primero en el bien de otra persona antes que el mío? Pues esa es una parte de la ecuación.

“Yo estoy con alguien que me haga feliz, en el momento de que no me haga feliz, se termina”. ¿No deberíamos pensar más bien: “que puedo hacer yo para que el/ella sea feliz hoy”?

El amor es un organismo vivo que va creciendo con base en acciones concretas. No pretendamos que una vez que hemos dicho “si quiero” ese amor es incondicional y que no debemos trabajar por hacerlo crecer. Esa es otra parte de la ecuación.

En este punto puedo coincidir con quienes piensan que el amor “muere”, solo que le cambiaría el tiempo del verbo: “hemos matado el amor”. Los esposos deben estar conscientes del compromiso que adquieren el día que se casan, el vínculo conyugal se forma de la libre voluntad de los contrayentes, pero ese amor que los unió tanto como para no querer pasar un día más separados, debe alimentarse día a día. El profesor Cristian Conen nos hablaba sobre la mejor forma de avivar esa llama que une a los cónyuges: hacerse expertos en el ser amado. Aprender a llenar “el tanque” de ese amor.

Hay mujeres que les gusta recibir flores, o que les escriban un poema, como muestra de el amor que les profesan. Hay hombres que se sienten amados al ver que les hicieron el postre favorito, etc.

Debemos interesarnos por lo que le interesa a nuestro cónyuge, si es fanático del futbol, pues

“MU
SUE
QUE
EL I
COM

aprendo las reglas y me familiarizo de los equipos que compiten. Si le gusta navegar, le pido que me enseñe y lo acompaño a sus travesías bajo el ocaso. Es decir, me intereso tanto por lo que le gusta que a mí llega a gustarme también, y si no lo consigo, busco otra alternativa para pasar el tiempo juntos y acumular experiencias enriquecedoras que van enamorándonos al pasar del tiempo.

Para que el amor llegue a consolidarse hay que comprender el concepto del compromiso, ese

“sí quiero” va acompañado de un cheque en blanco que se entregan los cónyuges, ya no se pertenecen, ahora pertenecen al otro, ya no son dos, sino uno.

Para cerrar la ecuación cito a Chesterton: “Muchos hombres han tenido la suerte de casarse con la mujer que aman. Pero tiene más suerte el hombre que ama a la mujer con la que se ha casado”.



MUCHOS HOMBRES HAN TENIDO LA SUERTE DE CASARSE CON LA MUJER QUE AMAN. PERO TIENE MÁS SUERTE EL HOMBRE QUE AMA A LA MUJER CON LA QUE SE HA CASADO”.

“Somos constructoras de derechos y hay que luchar por alcanzarlos”,

Marcela Lagarde

“SIN DERECHOS HUMANOS DE LAS MUJERES,
NO HAY DERECHOS HUMANOS”.

CICLO DE EVENTOS

AGOSTO 2019

Marcela
Lagarde

1107

MUJERES

impactadas de forma directa durante

4 días

EN UN CICLO DE

6

EVENTOS

completamente

gratuitos

La defensora de los derechos humanos de las mujeres y fiel creyente de que la sociedad puede cambiar gracias a la evolución individual de cada una de nosotras, Marcela Lagarde, visitó nuestro país para brindar un mensaje de paz a las y los costarricenses.

Esta reconocida conferencista internacional ofreció una charla magistral gratuita en el auditorio del Edificio Cooperativo, en San Pedro, donde asistieron cientos de personas que llenaron el recinto.

“Debemos recordar que la suma de las voluntades individuales logra grandes cambios en la sociedad. Comprometámonos a potenciar cada uno de los derechos de las mujeres porque al unirlos, ganamos todas.”

Lagarde indicó que los derechos humanos son intransferibles: “Yo no se los puedo pasar a mis amigas y yo no puedo recibir de ustedes sus derechos humanos, aunque “me sobran” algunos cuantos”.

Además, los derechos humanos siempre son progresivos: “No se vale legislar para bajar los derechos humanos, no se vale pedir a los trabajadores que renuncien al derecho de huelga, lo vemos también con las que ganan salarios desiguales en relación a los hombres. No podemos detener esas luchas”.

Para Lagarde los derechos humanos son un conjunto de derechos articulados, intransferibles, indivisibles e irrenunciables.

“Por eso los dictadores no pueden dirigir. No pueden gobernar con perspectiva de género, les es ajena porque es una perspectiva democrática y los dictadores no son democráticos”.

Lagarde es catedrática de la Universidad Autónoma de México y autora de más de 100 artículos y de varios libros en materia de género. Ella nos comentó que hay países donde se vota la renuncia a los derechos humanos: “Se le dice a la gente que ceda sus derechos humanos a cambio de un pequeño contrato o de un convenio que no vale nada. Los derechos no son renunciables, son irrenunciables para que realmente sean derechos humanos”.

También recalcó que “son ese ramillete de derechos que permiten pasar de los propios, permiten pasar de la necesidad insatisfecha, a una vida digna como lo dice la Declaración Universal de los Derechos Humanos, que debería ser texto obligatorio en todas las escuelas del mundo”.

La paz con las mujeres para vivir en paz

Durante su conferencia recalcó la importancia de hacer la paz con las mujeres para vivir en paz y lejos de la violencia: “Una paz a favor de la equidad porque todo va caminando con la paz por la vida y la libertad de las mujeres y las niñas”.

Este es un inicio para volvernos más unidas, más fuertes y para alejarnos de la represión que ha existido a lo largo de los años: “Recordemos que, sin derechos humanos de las mujeres, no hay derechos humanos”.

**“DEBEMOS
RECORDAR QUE
LA SUMA DE LAS
VOLUNTADES
INDIVIDUALES
LOGRA GRANDES
CAMBIOS EN LA
SOCIEDAD.”**

**“QUEREMOS
UNA IGUALDAD
REAL. LOS
NIÑOS TIENEN EL
DERECHO A NO
SER MACHISTAS;
A TENER EMPATÍA
CON LAS NIÑAS
Y LAS MUJERES Y
ESO SE APRENDE
EN EL HOGAR”**

Esta colaboradora de grupos y redes que luchan por los derechos y la igualdad de las féminas recibió una calurosa ovación por parte de las presentes a su conferencia: “Violencia política y retrocesos de los derechos humanos de las mujeres”, donde también abordó la importancia de los derechos económicos, sociales, de salud y de vivienda de las mujeres.

“Queremos una igualdad real. Los niños tienen el derecho a no ser machistas; a tener empatía con las niñas y las mujeres y eso se aprende en el hogar”.

Una sociedad humanizada

Su lucha por una sociedad humanizada donde seamos más sensibles a los aspectos éticos, políticos y económicos es indispensable para lograr el derecho primordial a la paz.

“Hay que trabajar en nuestro interior, nuestro pacifismo y tolerancia porque el primer derecho humano es el derecho a una vida libre de violencia, ósea a una vida en paz”.

Además de profesora, Lagarde forma parte del Grupo Asesor Internacional de la Sociedad Civil, dependiente de ONU Mujeres, el cual tiene como fin generar estrategias para promover la igualdad de género y empoderar a las mujeres.

En la charla también estuvieron presentes la Ministra de la Condición de la Mujer y Presidenta Ejecutiva del Instituto Nacional de las Mujeres (INAMU), Patricia Mora; y la Presidenta de la Asociación para el Liderazgo y el Ascenso Social (ALAS), Cristina Rojas.

Esta actividad fue posible gracias a la Fundación Konrad Adenauer, la Fundación Justicia y Género, OXFAM Internacional, el Ministerio de Asuntos Exteriores de los Países Bajos, el Instituto Nacional de las Mujeres (INAMU), la Asamblea Legislativa y la Asociación para el Liderazgo y el Ascenso Social (ALAS).

CONFERENCIA:

“Violencia Política
y Retroceso en los
**Derechos Humanos
de la Mujer**”

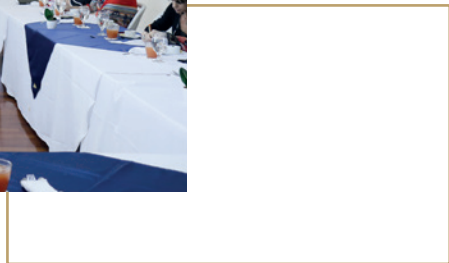


CONFERENCIA:

—
"Tejiendo Redes entre
Mujeres:
**del Empoderamiento
Personal a la Sororidad**"







AGRADECEMOS A LOS PATROCINADORES QUE
HICIERON POSIBLE ESTE CICLO DE EVENTOS:





NO HAY
fuera **QUE SE**
COMPARE A
LA DE UNA
mujer
determinada
A SOBRESALIR



LA

VIOLENCIA

Política:

*OTRA FORMA DE
VIOLENCIA DE GÉNERO*

HAYDEÉ HERNÁNDEZ PÉREZ

Doctoranda en Derecho Administrativo,
Jefa de la Unidad Técnica de Igualdad de Género
de la Asamblea Legislativa.

LAS MUJERES
POLÍTICAS, SON
CUESTIONADAS
POR LA PROPIA
SOCIEDAD
POR "DEJAR
ABANDONADA
SU FAMILIA";
CRÍTICA QUE
COMÚNMENTE NO
SE REPRODUCE
PARA LOS
HOMBRES
POLÍTICOS.

E

Existen muchas formas de violencia contra las mujeres, entre ellas la violencia política, que se ejerce cuando se impide, obstaculiza o dificulta que las mujeres participen en la toma de decisiones, particularmente en las estructuras de toma de decisión de los Poderes del Estado (Legislativo, Ejecutivo y Judicial), los gobiernos locales y en las organizaciones sociales (Asociaciones, Cooperativas, Sindicatos, Federaciones, Uniones, etc.)

Hace muchos años se está luchando por el ejercicio de la ciudadanía plena de las mujeres, este año cumplimos 70 años de haber logrado el voto, gracias a las luchas que dieron las mujeres sufragistas en Costa Rica y que fueron realmente escuchadas por la Junta de Gobierno

de Don José Figueres, quien fue el primer Constituyente de 1949. Este derecho se logró esta primera vez en la Ley de Ciudadanía de las mujeres, que otorga el derecho que se ejerce desde el 2 de julio de 1950 en la Tercera Asamblea, hace 69 años.

A partir de ese día, en 1953, se nombraron las primeras diputadas en la Asamblea Legislativa de Costa Rica. El gran congreso fue convocado por Don Humberto Matarrita, quien fue la Asamblea Legislativa. La violencia política que se ejerce en esta época fue de tipo indirecta, se tomaba ni como violencia política, sino como violencia política por el órgano patriarcal paritario y es desafiante para las mujeres. La violencia política que se ejerce cuando estas decisiones se toman de forma comúnmente y tienen que enfrentar obstáculos legales y sociales para ejercerlos en igualdad de condiciones.

Este tipo de violencia se ejerce con conductas que buscan impedir o restringir la participación, inducir a tomar decisiones contra su voluntad, de sus propias decisiones, a veces conlleva a que



eres Ferrer y la Asamblea
1949. El 20 de junio de 1949
era parte del derecho a la
mujeres, poder votar y elegir,
ció por primera vez el 30 de
Tigra en San Carlos, tan solo

erecho al voto en el año
n las primeras tres mujeres
mblea Legislativa de Costa
cido y de grata memoria
Morales (exfuncionario de
slativa) expresaba que la
que vivieron estas mujeres
muy fuerte, pero que no
o violencia y mucho menos
ítica. Ejercer poder en un
ara las mujeres es muy difícil
ra el poder patriarcal. Esta
ntra las mujeres se presenta
en participar en cargos de
nte ocupados por hombres
ntarse a barreras culturales,
ara desarrollar sus funciones
diciones con ellos.

cia se hace más compleja
afectan a las mujeres, para
el ejercicio de su cargo o
decisiones en contra de su
principios y de la ley. Otras
ue, a las mujeres políticas ,

sean cuestionadas por la propia sociedad por
"dejar abandonada su familia"; crítica que
comúnmente no se reproduce para los hombres
políticos. El llegar una mujer a ocupar un cargo
de decisión en un puesto que históricamente
estaba reservado para hombres, el tener el
derecho a expresarse, a emitir opiniones, a
decidir, a realizar cambios trascendentales,
a votar, a tener autodeterminación, a ejercer
poder; es muy desafiante para poder patriarcal
instituido y su reacción a ello es la violencia en
contra de las mujeres que está atentando contra
ese poder. Si bien este problema no es nuevo,
la mayor visibilidad de este tipo de violencia
está vinculada al aumento de la participación
política de las mujeres, lo cual, a su vez, está
relacionado a la aplicación de la paridad. Al
aumentar el número de mujeres tomando
decisiones, ha traído como consecuencia la
creación de más lugares de violencia potencial,
dado que hay más mujeres a las que se puede
atacar; mayor visibilidad y voz política de las
mujeres y son percibidas como una amenaza
para quienes quieren preservar el statu quo, lo
que exacerba el uso de la violencia como una
manera para evitar el cambio.

Es sorprendente que en pleno siglo XXI las
mujeres sigan escuchando voces reticentes y
viviendo exclusión y discriminación que intentan
limitar su ejercicio a la plena ciudadanía. Desde
el año 1953 hasta 1998, fueron muy pocas las
mujeres que lograron ser diputadas, a tal punto

*LAS MUJERES
SON PERCIBIDAS
COMO UNA
AMENAZA
PARA QUIENES
QUIEREN
PRESERVAR EL
STATU QUO, LO
QUE EXACERBA
EL USO DE LA
VIOLENCIA COMO
UNA MANERA
PARA EVITAR EL
CAMBIO*

1949 Se logra el derecho al voto de la mujer.

1950 Se ejerce el derecho a votar por primera vez

1953 Se nombraron las primeras tres mujeres diputadas en la Asamblea Legislativa de Costa Rica.

1953 - 1998 Muy pocas las mujeres logran ser diputadas,

1961 No hubo ninguna mujer electa diputada.

1996 Se aprueba una cuota de un 40% de mujeres en todas las nóminas de elección popular

2014 El mecanismo de cuotas se dejó de utilizar.

2002 varias diputadas interpusieron un recurso de amparo contra la Presidencia de la Asamblea Legislativa por no nombrar mujeres diputadas en la Comisión de Hacendarios, Asuntos Agropecuarios, Asuntos Económicos y Asuntos Jurídicos y nombrar a la mayoría de mujeres diputadas en la Comisión de Asuntos Sociales.

2009 se logra aprobar en la Asamblea Legislativa la reforma al Código Electoral que incorpora la paridad y alternancia

2019 El Tribunal Supremo de Elecciones en otro acto de violencia política contra las mujeres, emite una resolución expresando que la paridad horizontal no debe aplicarse en la elección de puestos uninominales.

Desde el 2013 en la Asamblea Legislativa, pero aún no hay voluntad política en la Comisión Permanente Especial de la Mujer para que sea dictaminado y se avance en su aprobación.

Es una deuda pendiente.

que en el año 1961 no hubo ninguna mujer electa diputada. Es gracias a las acciones afirmativas establecidas en el Código Electoral en 1996, en el Gobierno de José María Figueres Olsen e impulsadas por el Centro de Mujer y Familia y varias diputadas de varios partidos políticos, que se aprueba una cuota de un 40% de mujeres en todas las nóminas de elección popular. Con esta cuota se logra que en la Asamblea Legislativa al menos se aumentara el número de mujeres diputadas hasta lograr un máximo que de un 35% hasta el año 2014, año en el cual el mecanismo de cuotas se dejó de utilizar. Para muchas personas lograr al menos tener este porcentaje de mujeres en la Asamblea Legislativa fue un gran avance, pero poco se conoce de la gran violencia política que sufrieron las mujeres que trataban de ejercer su plena ciudadanía e impulsar cambios reales para el logro de la igualdad. Las diputadas al llegar a ejercer sus puestos de decisión también sufren de constantes manifestaciones de acoso y violencia política. Obstruyen sus proyectos de ley, les minimizan su participación, les impiden ejercer puestos como el caso del famoso mayo Negro, el cual impidió tener por primera vez en 1985, una Mujer Presidenta del Congreso (D Matilde Marín). De igual forma discriminaban a las mujeres diputadas para que no conformarán Comisiones de gran transcendencia tales como Hacendarios, Jurídicos, Agropecuarios y por lo general las nombraban en las Comisiones que atienden los asuntos sociales, familiares,

juventud y otros. En consecuencia, en el año 2002 varias diputadas interpusieron un recurso de amparo contra la Presidencia de la Asamblea Legislativa por no nombrar mujeres diputadas en la Comisión de Hacendarios, Asuntos Agropecuarios, Asuntos Económicos y Asuntos Jurídicos y nombrar a la mayoría de mujeres diputadas en la Comisión de Asuntos Sociales, su argumento era que tan importante es la visión de los diputados en las leyes que se aprobarán como la visión de las diputadas en ellas. Un año después la Sala Constitucional les da la razón y emite una sentencia la cual obliga a la Presidencia que todas las Comisiones Legislativas sean conformadas por el mismo porcentaje de mujeres que se encuentran en el Pleno del Plenario Legislativo. Grandes avances legales, pero en la realidad poco se cumplen, las diputadas tienen que estar ejerciendo presiones e invocando estos derechos y jurisprudencia para que las Comisiones sean conformadas paritariamente.

En el año 2009 se logra aprobar en la Asamblea Legislativa la reforma al Código Electoral que incorpora la paridad y alternancia, gran logro que las mujeres costarricenses celebraron, pero nuevamente se impide su cumplimiento por varias resoluciones del Tribunal Supremo de Elecciones. Estas resoluciones fueron recurridas ante la Sala Constitucional que mediante el voto SCV16070-2015 las anula por inconstitucionales y obliga a que se cumpla con la paridad horizontal con

alternancia en las nóminas de elección a diputados y diputadas para las Elecciones Nacionales del 2018. Gracias a esta acción de inconstitucionalidad presentada D Maureen Clarke, exdiputada y por mi persona, por primera vez en Costa Rica eligen un 46.5% de mujeres diputadas, no se logra el 50% debido al permiso tácito del TSE al permitir a los partidos políticos no aplicar el mecanismo de alternancia con la paridad horizontal.

El aumento de más mujeres diputadas en el Plenario Legislativo ha incrementado los actos de violencia política contra las mujeres diputadas tanto a nivel interno como externo. Los ataques en las redes sociales son muy fuertes al igual las actitudes patriarcales dentro del quehacer legislativo.

De igual forma no basta con tener la ley, en febrero del 2019, el Tribunal Supremo de Elecciones en otro acto de violencia política contra las mujeres, emite una resolución expresando que la paridad horizontal no debe aplicarse en la elección de puestos uninominales tales como alcaldías, sindicaturas e intendencias. Esta resolución del

TSE no solo es contraria a la ley y un desacato al voto de la Sala Constitucional 16070-2015, sino que es un retroceso al derecho humano de la participación política de las mujeres.

Esta situación ha sucedido por igual en los órganos sociales ya que a partir de la aprobación de la Ley en el 2010, que obliga la paridad en las Juntas Directivas de las organizaciones sociales tales como asociaciones, sindicatos, federaciones y uniones; se han incrementado las actitudes de violencia política contra las mujeres que ejercen esos cargos y contra las mujeres que aspiran a llegar a esos cargos como el caso del Movimiento Cooperativo.

El patriarcado imperante en nuestra sociedad ha constituido un orden social que establece y legitima la subordinación y la opresión de las mujeres en todas las estructuras de poder de la sociedad y se ha institucionalizado como natural, que las mujeres pertenecen, dependen y, están sujetas al otro masculino que es superior.

La participación política de las mujeres es un asunto de justicia y desarrollo social, pues es la mejor inversión para lograr el desarrollo sustantivo y equitativo en la sociedad. Los derechos políticos no tienen color ni sexo, pues la paridad se aprobó para saldar la deuda

histórica con las mujeres y la democracia no tiene excepciones. El trabajo debe hacerse con todas las estructuras de decisión para alcanzar la meta de igualdad porque es una obligación y una necesidad, no una opción.

Se debe legislar para prevenir y sancionar la violencia política contra las mujeres. El proyecto de ley ya se discute desde el 2013 en la Asamblea Legislativa, pero aún no hay voluntad política en la Comisión Permanente Especial de la Mujer para que sea dictaminado y se avance en su aprobación. Es una deuda pendiente.



HAYDEÉ HERNÁNDEZ PÉREZ

DOCTORANDA EN DERECHO ADMINISTRATIVO, JEFA DE LA UNIDAD TÉCNICA DE IGUALDAD DE GÉNERO DE LA ASAMBLEA LEGISLATIVA.



historias de vida



JESSY MAV

una mujer que a través del perdón
reconstruyó su vida

Me encantaba ir a la escuela, aprender cosas nuevas me cautivaba. Las épocas escolar y colegial fueron las más felices de mi vida. Ahí olvidaba lo que pasaba en casa y lo que no pasaba también. Me crié con un padre alcohólico y con una madre muy afectada por el alcoholismo de él.

A pesar del alcoholismo de papá no pasamos historias de carencias, por el contrario, él ganaba muy bien, era un hombre muy inteligente, con muchos talentos, que no aprendí a apreciar hasta mi edad adulta. Fue campeón de Billar Nacional y Centroamericano, fue el mejor vendedor de enciclopedias de su época, gracias a eso

ganó innumerables viajes al extranjero, fue locutor de reconocidas emisoras del país, fue subastador de ganado y autodidacta. Le encantaba la música, especialmente las zarzuelas, óperas, baladas, boleros y rancheras, tenía una preciosa voz. Era alegre y carismático, pero lamentablemente pocas veces lo veía en casa, para él el amor se expresaba con cosas materiales, nos proveía

**ME SENTÍA AGOTADA,
PERO NO TENÍA DERECHO A
DESAHOGARME**

lo que necesitábamos y aún más, era el típico papá proveedor. Cuando estaba en casa, lo que hacía era discutir con mamá.

Mamá era una mujer hermosa, elegante, distinguida, artista y talentosa, no fue buena estudiante, pero en aquel entonces no era necesario ya que como decía mi abuelo, las mujeres eran para la casa, los hijos y nada más. Así que cuando mami se casó con papá, dejó de lado sus sueños de convertirse en Secretaria Ejecutiva y abandonó el colegio. Al poco tiempo de casada, ese hombre alegre y carismático empezó a agredirla tanto física como emocionalmente y poco a poco esa chiquilla alegre, bromista e inocente comenzó a acumular mucha ira, amargura y resentimiento. A los 23 años le diagnosticaron diabetes, ya era madre de dos hijos, un varón y yo, la hija mayor.

Recuerdo que en su constante enojo me obligó a realizar oficios domésticos desde que era una niña muy pequeña. Me ponía un banco en la pila para lavar los trastos, recuerdo que en varias ocasiones quebré vasos y platos, creo que aún no tenía la

fuerza para soportarlos, se me resbalaban y entonces pasaba lo inevitable, se hacían añicos. Recibí castigos muy duros por eso. Ya en el colegio era obligada a cumplir con mis tareas de estudiante y a la vez tenía a mi cargo por completo todas las tareas del hogar, me sentía agotada, pero no tenía derecho a desahogarme. En muchas ocasiones pensé en escaparme de mi casa, pero le tenía horror a mi madre, así que nunca lo hice, pero era mi fantasía diaria.

Poco a poco fui absorbiendo la misma ira, resentimiento, enojo y frustración que mi madre tenía y que no dudaba en desquitarse con mi hermano y conmigo, aunque conmigo fue peor, al menos así lo percibía yo. Esos castigos físicos iban acompañados de palabras de desaprobación tales como: Sos una inútil, no sirves para nada, no haces nada bien hecho, y más palabras que no hace falta mencionar acá.

¿CÓMO PUEDE SABER QUÉ TIPO DE CONSUMO PRACTICA USTED?

En Costa Rica, de quienes consumen alcohol, un 75% consume de forma moderada, un 18.% de forma riesgosa y un 6,4% practica un consumo nocivo que es perjudicial y les lleva a la dependencia.

Si desea conocer cómo está su consumo de alcohol visite www.detectalcohol.com y realice el test en línea. Reciba ayuda visitando un Centro de Atención de IAFA. Ahí ofrecen valoración médica gratuita para cualquier persona. ntáctenos.



LOS CASTIGOS FÍSICOS IBAN ACOMPAÑADOS DE PALABRAS DE DESAPROBACIÓN COMO: SOS UNA INÚTIL, NO SIRVES PARA NADA, NO HACES NADA BIEN HECHO.

Crecí creyendo que todas esas palabras que mi madre decía sobre mí eran verdad y de forma inconsciente me esforzaba arduamente en quedarle bien, sacaba excelentes calificaciones, me eximía, me gradué con honores, estudié lo que ella quería en la Universidad y no lo que a mí me gustaba. Me casé joven, imagino que para salir huyendo de la casa de mis padres, que para mí era el mismo infierno. Sin embargo, me di cuenta que mi forma de comportarme pronto me afectó en mis nuevas relaciones.

Me casé con un hombre muy parecido a mi papá, por supuesto, con lo bueno y lo malo. Dicen que de forma inconsciente buscamos personas con los mismos patrones de comportamiento. Esa fue una nueva aventura en mi conocimiento personal. Luego de soportar por varios años el alcoholismo de mi pareja, agresiones e infidelidades, llegué a un punto de frustración personal que nunca en mi vida había experimentado, aunque a mi pareja y a mí nos iba bien

económicamente, emocionalmente llegué a un punto de quiebre. Me había esforzado en ser una buena esposa, buena madre, buena empresaria, no sabía decir que no, con tal de ser aceptada y amada. Hice cosas que no me agradaban o no quería hacer, seguía repitiendo el patrón que me había distinguido de niña. Pero no importaba qué tanto me esforzara nunca nada era suficiente. Así que seguí estudiando, era ahí donde siempre recibía aprobación y honores. Sin embargo, mi matrimonio se desmoronaba y con él mi familia, mis tres hijos, mis sueños y esperanzas, todo mi mundo se hacía pedazos.

Fue entonces que decidí buscar ayuda, hablé con una persona que terminé creyendo que fue un ángel enviado por mi Poder Superior, me recomendó asistir a una reunión de Al Anon (que es una hermandad que brinda experiencia fortaleza y esperanza a los familiares de personas alcohólicas). Llegué a esa primera reunión sintiéndome llena de miedos, avergonzada, frustrada, enojada, dolida y pensando que en esas reuniones encontraría la forma de cambiar al que en ese momento era mi esposo. Pensé que lograría hacerlo entrar en razón y que se daría cuenta que si dejaba el alcohol todo en nuestras vidas cambiaría.

Para mi gran sorpresa lo que sugería el programa de la hermandad era un gran cambio pero para mí. Confieso que me sentí profundamente desilusionada, pero paso a

paso, fui aplicando cada principio que aprendía, no fue fácil, pero cada logro se traducía en un cambio maravilloso, lo describo como un despertar espiritual. Empecé a conocerme a mí misma, adquirí el valor de expresar mis deseos y gustos sin temor al rechazo, de hecho, ya no me importa lo que otros piensen de mí, aprendí a amarme tal como soy y eso me hizo sentir como nueva, con una sensación de libertad inimaginable y poco a poco, cada cosa fue tomando su lugar.

Perdoné de corazón a mis bellos padres, ya que comprendí que ambos habían sido víctimas de una horrenda enfermedad como lo es el alcoholismo, así también educados en una sociedad machista y patriarcal que los dañó enormemente. Aprendí a apreciar sus virtudes que antes eran opacadas por los defectos, que eran más que evidentes para mí, cómo no, si estaba llena de resentimiento y este solo nos permite ver lo feo. Cuando los vi a través del perdón, renació el amor y todo lo vi hermoso. Los amé y ellos me amaron hasta su último suspiro, ambos pasaron ya a mejor vida. Pero tanto a ellos como a mí nos quedó el amor y el recuerdo de bellas cosas vividas cuando decidimos recuperar el tiempo perdido.

Me divorcié de mi pareja, pero gracias a los principios aprendidos logré hacerlo dentro del marco de respeto y de perdón. Hoy tengo una buena relación con él. Tres años después de mi divorcio encontré de nuevo el amor, un

amor muy distinto porque yo también soy distinta. No soy perfecta evidentemente pero si soy hoy una mejor versión de mi misma. Sé lo que quiero y lo que no, me conozco mejor, aprendí a amarme tal como soy, a respetarme, a poner límites y en mi autenticidad me permití ser amada y aceptada. Ya no me siento mal si no soy del agrado de alguna persona, al fin y al cabo, ni el mismo Jesús fue aceptado por todos, muchos lo rechazaron y no por eso dejó de ser quién era y de cumplir su misión. Así que yo, tampoco dejaré de ser quién soy ni de cumplir la mía.

PERDONÉ DE CORAZÓN A MIS BELLOS PADRES, YA QUE COMPRENDÍ QUE AMBOS HABÍAN SIDO VÍCTIMAS DE UNA HORRENDA ENFERMEDAD COMO LO ES EL ALCOHOLISMO, ASÍ TAMBIÉN EDUCADOS EN UNA SOCIEDAD MACHISTA Y PATRIARCAL QUE LOS DAÑÓ ENORMEMENTE.

Teletrabajo:

Desarrollo *Personal* *y Profesional*

PARA HACER
TELETRABAJO SE
REQUIERE DISCIPLINA,
CONCENTRACIÓN
Y ORDEN.

.- PATRICIA LEITON

Mi nombre es Patricia Leitón, estoy casada con Mario Alvarado y soy mamá de dos hijas, estudié periodismo y economía en la Universidad de Costa Rica y laboro desde hace 25 años como redactora en la sección de Economía del diario La Nación.

Cuando mi hija mayor tenía dos años, quería salirme de trabajar o buscar un trabajo en el cual pudiera estar más tiempo con mi familia porque me costaba disfrutar a mi hija, la cual, para tenerla, mi esposo y yo transitamos un largo camino.

Fue entonces cuando el director en ese momento del diario, Alejandro Urbina, una persona muy innovadora y que piensa "fuera de la caja", como dicen popularmente, me propuso hacer el mismo trabajo, pero desde la casa para que pudiera compartir más con mi hija.



NO TODOS LOS TRABAJOS SE PUEDEN ADAPTAR AL TELETRABAJO, PERO HAY UNA BUENA CANTIDAD QUE SÍ U OTROS PARCIALMENTE, VALE LA PENA VALORARLO.

Hicimos la prueba, y con la tecnología disponible vimos que era posible, lo cual me permitió continuar con el trabajo y a la vez disfrutar mi experiencia como madre. Luego de don Alejandro, he tenido el apoyo de los siguientes directores para continuar con este sistema.

Luego Dios nos concedió otra hija, la cual desde que nació, ha tenido una mamá que realiza teletrabajo. Nuestras hijas aprendieron cuando pueden interrumpir a la mamá, sobre el trabajo que realiza su mamá y también tienen una mamá que, casi siempre, está en casa para escucharlas cuando regresan de sus clases. Comparto esta experiencia porque Costa Rica tiene actualmente una oportunidad histórica con el bono de género.

En Costa Rica, según la Encuesta Continua de Empleo del Instituto Nacional de Estadística y Censos, al segundo trimestre del 2019, la tasa neta de participación femenina (las mujeres que trabajan o buscan empleo respecto a las mayores de 15 años), es de 50,8%; mientras que en los hombres es un 75%; lo cual implica que hay un gran espacio para que más mujeres trabajen.

Una de las barreras psicológicas que afrontan muchas mujeres al ingresar al mercado laboral es el sacrificio del tiempo con sus hijos. Para muchas, como yo, el tiempo con nuestros hijos es muy importante, pero también queremos desarrollarnos como personas que puedan aportar al país.

En mi caso el teletrabajo abrió la posibilidad de poder ser una mamá que pasa tiempo con mis hijas y estoy presente en sus actividades y a la vez una trabajadora.

En mi trabajo es fácil de medir el resultado, pues la información debe estar lista y completa a la hora indicada.

Para hacer teletrabajo se requiere disciplina, concentración y orden, pues fácilmente la atención se puede desviar y tiene la gran ventaja que el tiempo que gastaría viajando lo puede aprovechar mejor con la familia.

El teletrabajo también requiere reglas claras y recientemente se aprobó en el país la Ley para

EL TELETRABAJO TAMBIÉN REQUIERE REGLAS Y RECIENTEMENTE SE APROBÓ EN EL PAÍS LA LEY PARA REGULAR EL TELETRABAJO, LA CUAL BUENAMENTE PROMOVER, REGULAR E IMPULSAR EL TELETRABAJO.

Regular el Teletrabajo (la número 9.738), la cual busca precisamente promover, regular e implementar el teletrabajo.

Según el Centro Internacional para el Desarrollo del Teletrabajo, en Costa Rica cerca de 12.000 personas realizan teletrabajo, tanto en el sector público como en el privado.

No todos los trabajos se pueden adaptar al teletrabajo, pero hay una buena cantidad que sí u otros parcialmente, vale la pena valorarlo. A su vez, podemos ir generando una sociedad con hijos que son escuchados y tienen presentes a sus padres.

Patricia Leitón

PERIODISTA Y ECONOMISTA EN
LA UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

patrileiton@gmail.com



S CLARAS
A LEY
USCA
LEMENTAR

- 10 -

Cosas que hacer

antes de

casarte 



*Diez en
diez*

1. CONSIDEREN SUS GRANDES METAS

Todos tenemos sueños que cumplir y aunque hacerlo de mano de tu pareja es increíble, habrá algunos que tienen que alcanzar solos. Analicen su vida y si hay alguna meta que crean que deban cumplir antes de casarse, concentren su energía en ella. Puede ser desde aprender a manejar hasta terminar sus estudios de postgrado. Sólo ustedes saben qué les falta por vivir antes de empezar esta gran aventura juntos.

2. TERMINEN SUS ESTUDIOS

Todos nos equivocamos, y si están dispuestos a pasar el resto de su vida juntos, es muy probable que cometan muchísimos errores. Una de las cualidades más grandes para sostener un matrimonio es aprender a perdonar y a pedir perdón. Las dos son igual de importantes, y aunque no parezca, las dos están en manos de cada uno. No tienen que esperar a que el otro pida perdón para perdonarlo y ojalá no duden en ser el primero en pedirlo. Como todos los valores, la humildad puede practicarse desde ahorita y desarrollarse como un músculo fuerte que en el futuro, sostendrá su matrimonio.

3. CIERREN CICLOS EMOCIONALES

Puede ser que hayan terminado muy mal con algún exnovio o exnovia, la dinámica con su familia o una amistad rota que les gustaría restaurar. En el momento que se casen, todas sus relaciones van a sufrir cambios. Y su matrimonio va a afectarlas de manera directa o indirecta. Así que lo ideal es que empiecen esta etapa sin culpa ni cargas emocionales de relaciones anteriores y que por lo menos resuelvan lo que esté a su alcance. Pidan perdón a quien se lo deban y resuelvan esas pequeñas riñas que a futuro se pueden convertir en un problema mayor.

4. APRENDAN A COCINAR

Nadie les está pidiendo que tengan habilidades desarrolladas de la alta cocina, pero aprender a cocinar un huevo y que no se les quemen los frijoles, les va ayudar mucho cuando estén casados. Si alguno de los dos ya vive solo, esto es asunto solucionado. Pero si no, consideren que de ahora en adelante tienen que prepararse por lo menos tres comidas al día todos los días por el resto de su vida. Sería bueno empezar con un poquito de ventaja. Experimenten con los ingredientes que tengan en su casa. Pueden ver recetas y tutoriales en internet. Aprender a cocinar juntos puede ser su próxima cita antes de casarse.

5. ARREGLLEN LAS COSAS CON SUS PAPÁS

5

A estas alturas está claro que no hay padres perfectos. Pero siempre hay algo que puedes agradecerles y la mayoría de la veces les debemos mucho más de lo que les damos crédito. Si alguno de los dos tiene problemas con sus papás, traten de solucionarlos antes de casarse. Aunque hay excepciones, su familia es la gente más cercana en su vida y sería super triste tener situaciones extrañas con personas a las que amas y te aman tanto. Sin mencionar que ahora tu pareja va a ser parte de esas relaciones conflictivas o pacíficas con tu familia. Hay algunas parejas que el día de la boda deciden honrar a sus papás en frente de todos sus invitados agradeciendo lo que han hecho por ellos a lo largo de su vida. La admiración y el respeto a tus papás a pesar de sus errores es una muestra de madurez, humildad y sabiduría.

6

6. SEPAN MANEJAR SUS FINANZAS

Dejen de gastar en cosas que no necesitan, y mejor ahorren. Tómense el tiempo para analizar en qué gastan y sobre todo consideren hacer un presupuesto con sus sueldos para saber qué porcentajes estarán destinados para las compras, para su casa, para un viaje futuro, etc. Algunas parejas deciden mezclar sus sueldos en un fondo común y de ahí repartir para sus gastos. Otras prefieren dejarlos separados y cada quien asumir algunas responsabilidades. Independientemente de cuál sea su preferencia, es una conversación que deben tener antes de llegar al altar. Los problemas de comunicación relacionados al dinero se convierten sutilmente en gigantes que sin darse cuenta, terminan lastimando su matrimonio.

7. REVIENTEN LA BURBUJA DEL AMOR

7

Nada es más frustrante que comparar tu matrimonio o tu noviazgo con las expectativas hollywoodenses y de novelas románticas que dejamos entrar a nuestra cabeza. Entender que el amor no es sentir bonito en la panza todos los días, aprender sobre el sacrificio, interesarte en hacer feliz a tu pareja más que en hacerte feliz a ti mismo, son detalles que irán moldeando poco a poco su matrimonio. Hay una frase que dice “el matrimonio es una carrera hacia atrás. Gana el que ponga siempre adelante a su pareja”. Es una competencia de quién sirve más al otro tomando en cuenta que la dinámica debe ser siempre recíproca.



8. ¡HABLEN SOBRE HIJOS!

8

Si antes le preocupaba sacar el tema porque no querían espantar al pretendiente, es momento de hacerlo ya. De hecho lo ideal es hablarlo incluso antes de formalizar un compromiso. Tener o no hijos es una decisión super personal y que cada vez son más las personas que deciden no tenerlos. Es tan injusto casarte con alguien sin decirle que esperas tener un equipo de fútbol, como lo es negarle a otro persona el sueño de convertirse papá. Habrá quienes cambien de opinión en el camino, pero tener una conversación seria y profunda al respecto les dará los fundamentos para tomar juntos las decisiones que vengan con el futuro.

9

9. HAGAN SU LISTA DE "NO NEGOCIABLES"

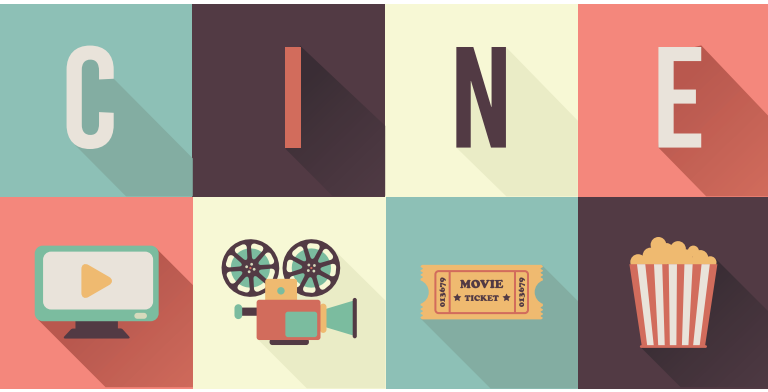
Existen valores y convicciones que ninguno de los dos debería pedir al otro que comprometa. Al igual que el tema de los hijos, lo ideal es conocer estos principios desde antes de comprometerse, ya que por lo general, en el futuro se convierten en motivos de separación. Nadie puede juzgar a otra persona por tener convicciones antes las que no vaya a ceder, pero tampoco es justo guardarlas y ponerlas sobre la mesa después de haber dado el "sí" en la boda. Son conversaciones delicadas, a veces incómodas y hasta difíciles de navegar, pero consideren positivo que ahorita están a tiempo de resolverlas. Descubran juntos la lista del otro y pesen cuál es su posición al respecto y sobre todo si estarían dispuestos a cambiarla.

10. APRENDAN A PEDIR PERDÓN DE CORAZÓN

10

Todos nos equivocamos, y si están dispuestos a pasar el resto de su vida juntos, es muy probable que cometan muchísimos errores. Una de las cualidades más grandes para sostener un matrimonio es aprender a perdonar y a pedir perdón. Las dos son igual de importantes, y aunque no parezca, las dos están en manos de cada uno. No tienen que esperar a que el otro pida perdón para perdonarlo y ojalá no duden en ser el primero en pedirlo. Como todos los valores, la humildad puede practicarse desde ahorita y desarrollarse como un músculo fuerte que en el futuro, sostendrá su matrimonio.





La película "Wild" (Salvaje) está basada en la memoria Salvaje escrita por Cheryl Strayed. Protagonizada por Reese Witherspoon en uno de sus papeles más aclamados por los críticos, nos cuenta la historia de una mujer que se embarca en un largo y solitario viaje sólo para descubrir de lo que es capaz y resurgir de las cenizas de su doloroso y caótico presente.



Dirección: Jean-Marc Vallée

Protagonistas: Reese Witherspoon, Bruna Papandrea, Bill Pohlad

País: Estados Unidos

Año: 2014

Género: Drama, aventura

"y si todas esas cosas son las cosas que me trajeron hasta aquí"

La vida de Cheryl Strayed se viene abajo tras la muerte de su madre, una de las personas más importantes de su vida. Su dolor la lleva a consumir heroína y a relacionarse con hombres que sólo la utilizan sexualmente. Pierde su matrimonio y a raíz de uno de estos encuentros, queda embarazada. Al ver su escenario decide abortar y es entonces cuando emprende esa travesía como castigo a sí misma. Iniciando su viaje en la frontera de México, Cheryl recorre a pie 1,600 kilómetros completamente sola. Al final consigue cosas que nunca se habría imaginado, como llegar hasta donde otros excursionistas no pudieron, convivir de manera sana y respetuosa con otros hombres, y recuperar la fe y la esperanza. Finalmente llega al final del sendero, a la frontera entre Estados Unidos y Canadá



POTENCIANDO
LA PASIÓN &
EL PROPÓSITO
DE TODAS
LAS MUJERES.

UNITE HOY Y

SÉ PARTE DE UNA RED DE

65,000
MUJERES

CRECIENDO
juntas

 /AsoAlas

 /AsoAlas

 /asociación-alas