Caminante sí hay camino: reflexiones sobre el Paro Nacional

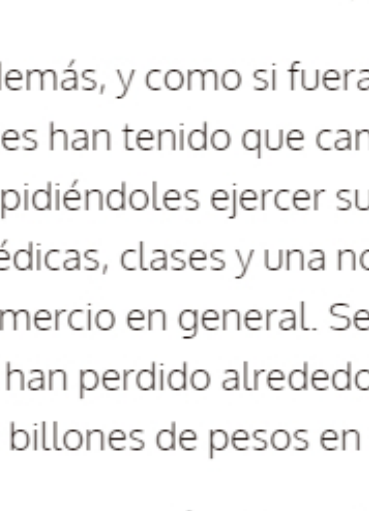
2 de diciembre del 2019

Los días iniciales a este paro nacional, se caracterizaron por un desborde emocional.

Cortesía Armando Martí

El estallido social que hemos vivido a lo largo de esta semana en varias ciudades de Colombia y especialmente en Bogotá, tuvo sus orígenes en la masiva convocatoria al paro nacional del 21 de noviembre por parte de los sindicatos, movimientos sociales, organizaciones estudiantiles y campesinos, quienes protestan en contra de algunas posibles medidas por parte del Gobierno Nacional tales como eliminar la parte pública del sistema de pensiones, reducir el salario mínimo de los jóvenes e incluso privatizar ciertas empresas estatales como Ecopetrol, al igual que defender la vida y los derechos humanos de los líderes sociales. Asimismo, rechazan los altos impuestos, las elevadas tasas de desempleo y, sobre todo, la corrupción generalizada tanto en las instituciones públicas como por parte de las autoridades estatales y locales, entre otras peticiones.

Si bien es cierto que la ciudadanía tiene el derecho constitucional de protestar en paz, este paro fue afectado por actos de vandalismo y violencia, los cuales causaron un gran "pánico social" y una sensación de miedo e inseguridad, que poco a poco los habitantes de la ciudad fueron superando al neutralizar ellos mismos junto con la fuerza pública, a los violentos y vándalos que causaron graves estragos no sólo a los buses y estaciones del servicio de transporte masivo como Transmilenio y SITP (más de 5.000 millones de pesos en daños), sino también, el saqueo de almacenes, cajeros automáticos y, los intentos de los delincuentes por ingresar a la fuerza en algunas viviendas y conjuntos residenciales.



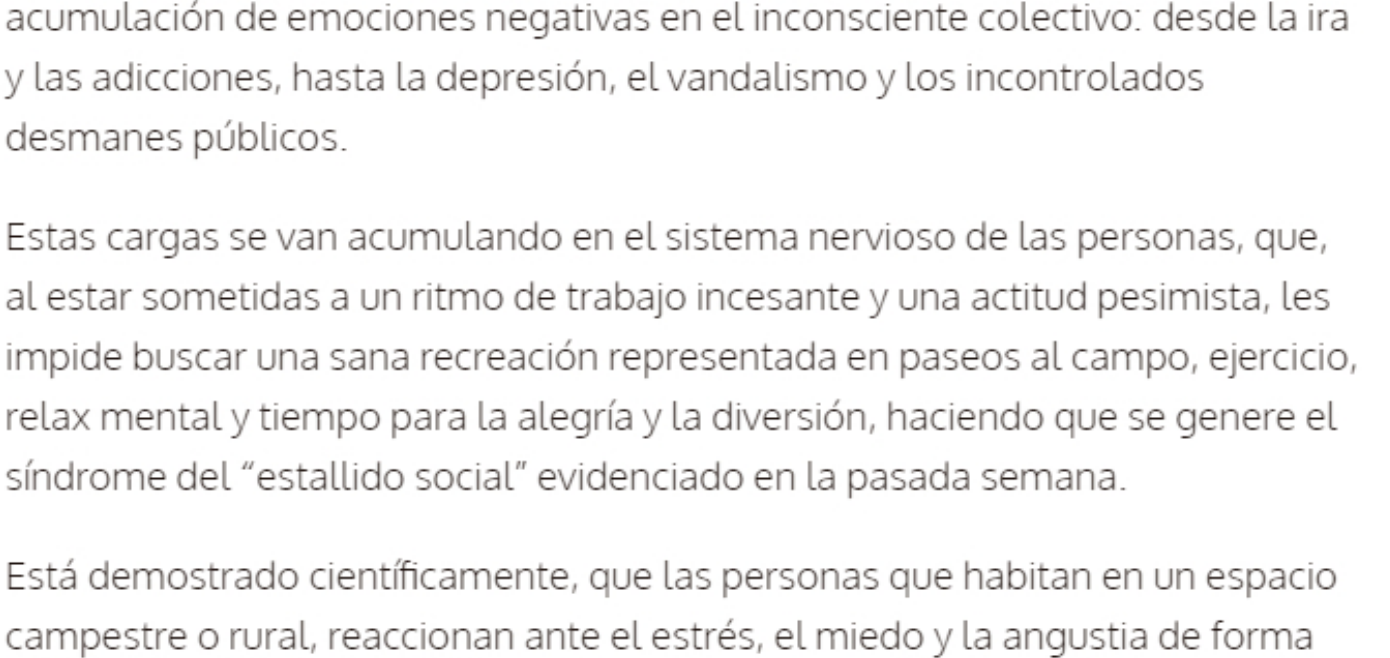
HISTORIAS

El himno de las feministas que le da la vuelta al mundo

Aquella noche del 22 de noviembre, el presidente de Colombia, Iván Duque, le solicitó al Alcalde Mayor de Bogotá, Enrique Peñalosa, decretar el toque de queda a partir de las 9:00 PM en la capital con la consecuente militarización de la ciudad. A la fecha, el triste balance deja centenares de heridos y más de cuatro muertos entre miembros de la fuerza pública y la ciudadanía.

Además, y como si fuera poco, muchas personas se han visto perjudicadas, pues han tenido que caminar interminables kilómetros para llegar a sus casas, impidiéndoles ejercer sus trabajos cotidianos junto con la cancelación de citas médicas, clases y una notable afectación en restaurantes, hoteles, tiendas y comercio en general. Según FENALCO (Federación Nacional de Comerciantes) se han perdido alrededor de unos 150.000 millones de pesos diarios, es decir, 1,2 billones de pesos en ocho días de paro.

La ausencia de la "inteligencia colectiva"



Cortesía Armando Martí

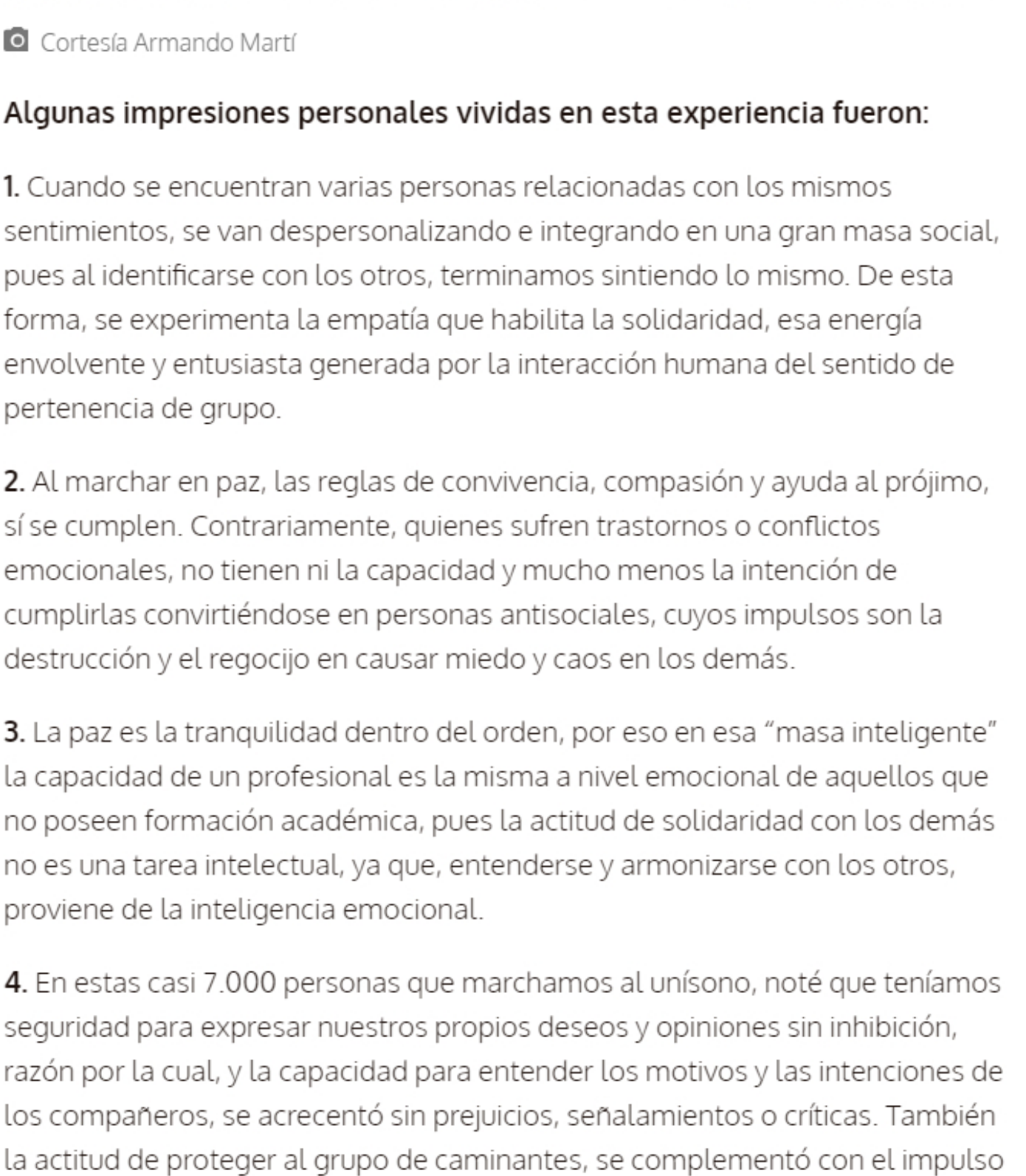
Los días iniciales a este paro nacional, se caracterizaron por un desborde emocional insospechado en una ciudad amenazada y agitada que afectó la estabilidad mental de las personas, pues el estrés social provoca una acumulación de emociones negativas en el inconsciente colectivo: desde la ira y las adicciones, hasta la depresión, el vandalismo y los incontrolados desmanes públicos.

Estas cargas se van acumulando en el sistema nervioso de las personas, que, al estar sometidas a un ritmo de trabajo incesante y una actitud pesimista, les impide buscar una sana recreación representada en paseos al campo, ejercicio, relax mental y tiempo para la alegría y la diversión, haciendo que se genere el síndrome del "estallido social" evidenciado en la pasada semana.

Está demostrado científicamente, que las personas que habitan en un espacio campestre o rural, reaccionan ante el estrés, el miedo y la angustia de forma muy diferente a aquellas que habitan en una gran ciudad en donde el ruido, la prisa, la intoxicación tecnológica, la impureza del aire, la falta de espacios verdes y la inseguridad son factores desencadenantes del pánico social.

Lo anterior se manifiesta a través de los trastornos de ansiedad, caracterizados por sensaciones repentinas y paralizantes a causa de un peligro real o imaginario, produciendo la sensación de la pérdida de control en sus víctimas quienes no desean salir de sus casas. Además, en otros casos, presentan síntomas físicos como mareos, taquicardia, angustia y dificultad para respirar. Por eso, en el caso de los bogotanos, este malestar se exacerbó debido a los innumerables mensajes de texto, videos y fotografías que circularon en las redes sociales y algunos medios de comunicación, especialmente el viernes 22 de noviembre.

Con el fin de entender este fenómeno social desde otra óptica, hice una inmersión personal y en la tarde del día miércoles 27 de noviembre, formé parte de las concentraciones desde la calle 85 hasta la calle 127 con autopista norte, en donde tuve la oportunidad de observar directamente los comportamientos y reacciones de mis compañeros de marcha, con quienes entablé una interacción basada en el diálogo y en escuchar los motivos personales y colectivos que impulsaban esta movilización.



Cortesía Armando Martí

Algunas impresiones personales vividas en esta experiencia fueron:

1. Cuando se encuentran varias personas relacionadas con los mismos sentimientos, se van despersonalizando e integrando en una gran masa social, pues al identificarse con los otros, terminamos sintiendo lo mismo. De esta forma, se experimenta la empatía que habilita la solidaridad, esa energía envolvente y entusiasta generada por la interacción humana del sentido de pertenencia de grupo.

2. Al marchar en paz, las reglas de convivencia, compasión y ayuda al prójimo, sí se cumplen. Contrariamente, quienes sufren trastornos o conflictos emocionales, no tienen ni la capacidad y mucho menos la intención de cumplirlas convirtiéndose en personas antisociales, cuyos impulsos son la destrucción y el regocijo en causar miedo y caos en los demás.

3. La paz es la tranquilidad dentro del orden, por eso en esa "masa inteligente" la capacidad de un profesional es la misma a nivel emocional de aquellos que no poseen formación académica, pues la actitud de solidaridad con los demás no es una tarea intelectual, ya que, entenderse y armonizarse con los otros, proviene de la inteligencia emocional.

4. En estas casi 7.000 personas que marchamos al unísono, noté que teníamos seguridad para expresar nuestros propios deseos y opiniones sin inhibición, razón por la cual, y la capacidad para entender los motivos y las intenciones de los compañeros, se acrecentó sin prejuicios, señalamientos o críticas. También la actitud de proteger al grupo de caminantes, se complementó con el impulso de atender las necesidades de los demás, es decir, casi todos estábamos identificados con el objetivo de movilizarnos juntos al haber creado empatía social.

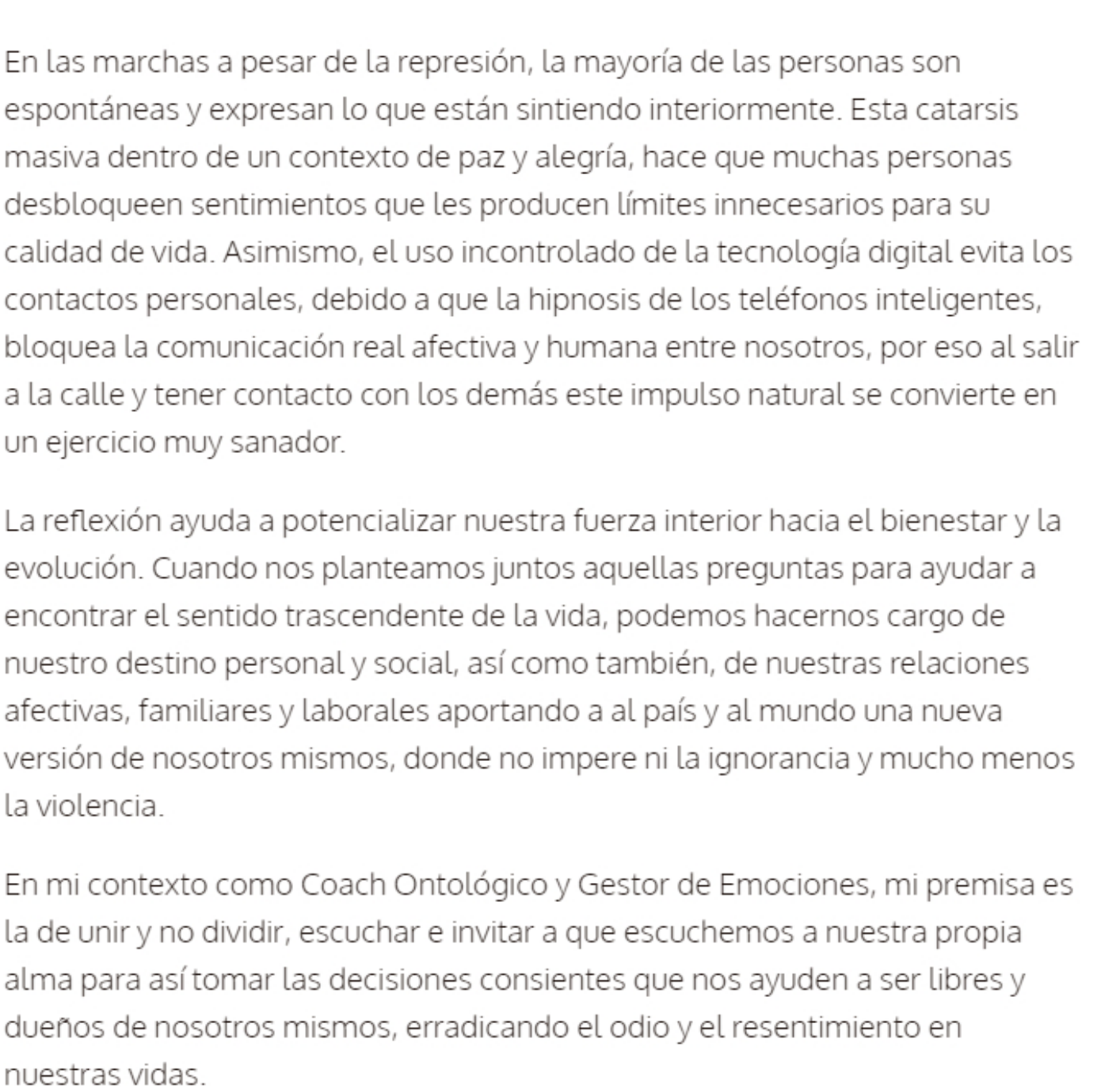
5. Este fenómeno puede explicarse por el descubrimiento de las llamadas "neuronas espejo", encargadas de que yo sienta lo que el otro siente (pena ajena) y me solidarice con sus sentimientos y emociones. Dicha especie de "contagio" emocional, hace que inclusive no sienta el cansancio de caminar ni tampoco el temor a las agresiones externas, la lluvia, el sol, los intempestivos cambios de clima y los efectos producidos por los gases lacrimógenos, pues mi sistema de defensas a través de la voluntad de pertenencia hace que supere estas situaciones, siempre y cuando en mi conciencia tenga clara mi intención de no hacerme daño ni hacer daño, lo que activaría muchos de los transmisores que producen la sincronía social.

6. Los sentimientos interhumanos hacen prevalecer siempre la verdad, así se intente ocultarla o manipularla. De cualquier forma, tarde o temprano ella se revelará ante nosotros. Recordemos que en realidad quien nos permite descansar en las noches es nada menos que nuestra propia conciencia.

Según los expertos de la inteligencia social, especialmente el Dr. Paul Eckmann investigador sobre el lenguaje no verbal y emociones de la Universidad de California en San Francisco, al igual que creador de un software con el fin de reconocer los sentimientos ocultos en los demás basándose en las señales que emiten las personas cuando quieren reprimir determinadas reacciones, explica que, si logramos adiestrarnos en el conocimiento de estas micro-expresiones, se aprenderá a distinguir mejor cuando se dice la verdad o la mentira.

Una de las premisas del sistema social es la "ley de acción-reacción" también conocida como "causa y efecto", de ahí que, al reconocer nuestra propia mentira, es más fácil reconocerla en el otro para no dejarnos engañar por sus intenciones. De esta manera, podemos vivir más desenvueltos en nuestra vida cotidiana al darnos cuenta de "la verdad de las cosas".

La catarsis social



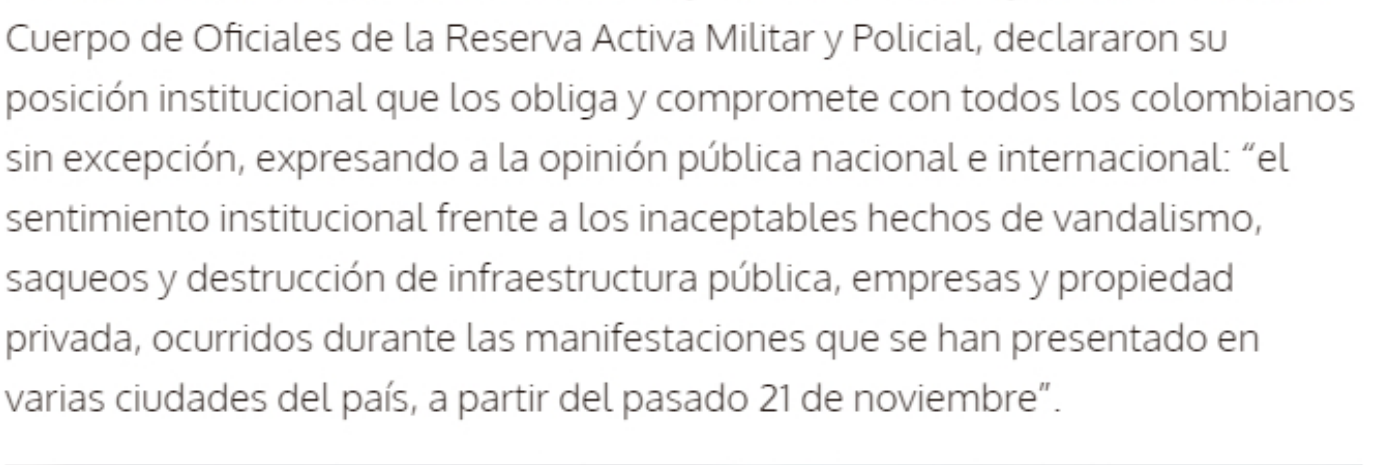
Cortesía Armando Martí

En las marchas a pesar de la represión, la mayoría de las personas son espontáneas y expresan lo que están sintiendo interiormente. Esta catarsis masiva dentro de un contexto de paz y alegría, hace que muchas personas desbloqueen sentimientos que les producen límites innecesarios para su calidad de vida. Asimismo, el uso incontrolado de la tecnología digital evita los contactos personales, debido a que la hipnosis de los teléfonos inteligentes, bloquea la comunicación real afectiva y humana entre nosotros, por eso al salir a la calle y tener contacto con los demás este impulso natural se convierte en un ejercicio muy sanador.

La reflexión ayuda a potencializar nuestra fuerza interior hacia el bienestar y la evolución. Cuando nos planteamos juntos aquellas preguntas para ayudar a encontrar el sentido trascendente de la vida, podemos hacernos cargo de nuestro destino personal y social, así como también, de nuestras relaciones afectivas, familiares y laborales aportando a al país y al mundo una nueva versión de nosotros mismos, donde no impere ni la ignorancia y mucho menos la violencia.

En mi contexto como Coach Ontológico y Gestor de Emociones, mi premisa es la de unir y no dividir, escuchar e invitar a que escuchemos a nuestra propia alma para así tomar las decisiones consientes que nos ayuden a ser libres y dueños de nosotros mismos, erradicando el odio y el resentimiento en nuestras vidas.

La opinión de los Altos Mandos



Durante la rueda de prensa en la sede ACORE en cabeza del Ex Ministro de Defensa Nacional, General Rafael Samudio Molina, y los Ex comandantes de Fuerza, Ex jefes del Estado Mayor Conjunto de las Fuerzas Militares, Ex Directores de Policía y la Mesa Permanente de Trabajo del Cuerpo de Oficiales de la Reserva Activa y Policial / Cortesía Armando Martí

El pasado 28 de noviembre fui invitado por el Brigadier General Jaime Ruiz Barrera, presidente nacional de ACORE (Asociación Colombiana de Oficiales de Retiro de las Fuerzas Militares), a una rueda de prensa coordinada por la periodista Angela Romero, en donde el ex ministro de la Defensa Nacional, Rafael Samudio Molina, los ex Comandantes Generales, los ex Comandantes de Fuerzas, ex Generales de Estado Mayor Conjunto de las Fuerzas Militares, los ex Directores de la Policía Nacional, y la Mesa de Trabajo Permanente del Cuerpo de Oficiales de la Reserva Activa Militar y Policial, declararon su posición institucional que los obliga y compromete con todos los colombianos sin excepción, expresando a la opinión pública nacional e internacional: "el sentimiento institucional frente a los inaceptables hechos de vandalismo, saqueos y destrucción de infraestructura pública, empresas y propiedad privada, ocurridos durante las manifestaciones que se han presentado en varias ciudades del país, a partir del pasado 21 de noviembre".

Durante la rueda de prensa en ACORE con el General Jorge Enrique Mora Rangel, excomandante del Ejército de Colombia / Cortesía Armando Martí

Continuando con los siguientes puntos:

"1. Rechazamos los inaceptables hechos de vandalismo, saqueos y destrucción de infraestructura pública, empresas y propiedad privada, ocurridos durante las manifestaciones que se han presentado en varias ciudades del país, a partir del pasado 21 de noviembre.

Hacemos un llamado a la sensatez de todos los colombianos, imposible entender y justificar la destrucción de lo que tanto ha costado en tiempo, presupuesto y paradójicamente destinada al servicio y beneficio del pueblo. Lo que hemos visto es violencia y destrucción de sospechosos intereses encaminados sin duda a generar el caos y la crisis, el liderazgo de violencia e irresponsabilidad no es de buenos colombianos y muchos menos de buenas intenciones, ese liderazgo del engaño, la mentira y del ejemplo vecino. En Colombia jamás será la ruta para llegar al poder, quienes así estén actuando merecen el absoluto rechazo.

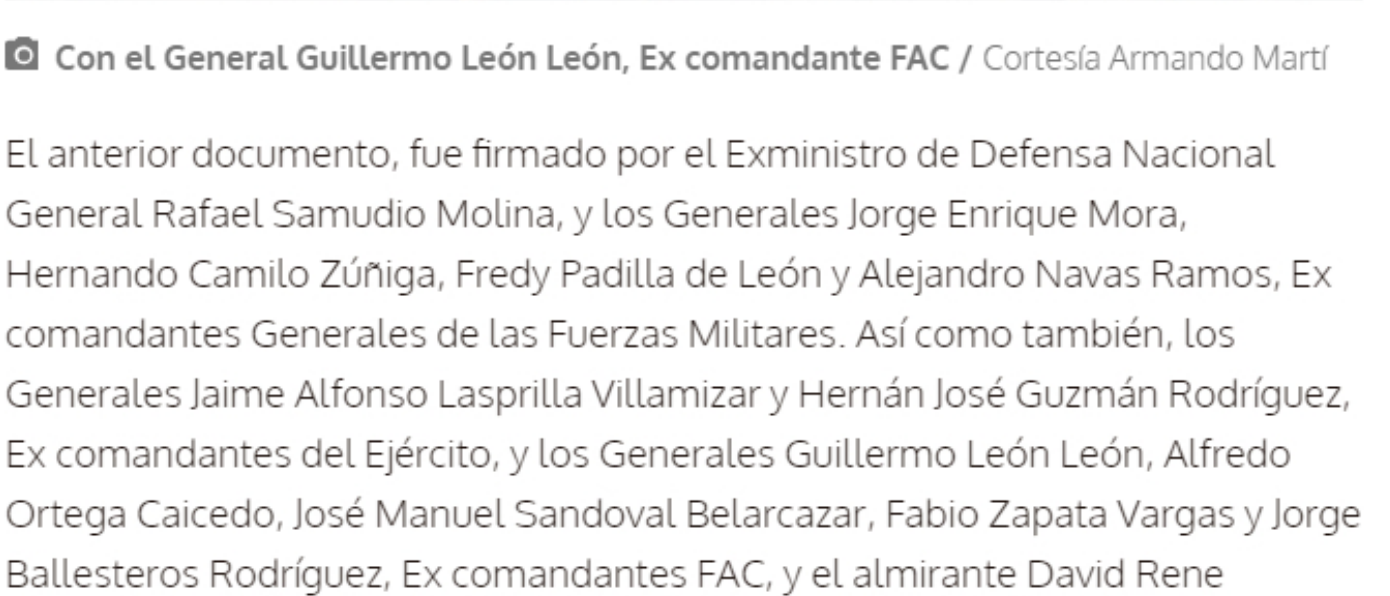
2. Lamentamos profundamente el fallecimiento de tres integrantes de la policial nacional que fueron víctimas de un atentado terrorista en Santander de Quilichao, el cual dejó otros siete patrulleros gravemente heridos. Fallecieron en este acto terrorista los patrulleros Jesús Muelas Ipia, Ever Danilo Canacuan y Roy Valentino Fernández. Igualmente elevamos nuestras plegarias por la pronta recuperación del patrullero Arnoldo Verú Tovar, quien se encuentra en estado crítico de salud, como consecuencia de un artefacto explosivo del que fue víctima en la ciudad de Neiva. Para sus familias y para quienes han sido afectados por causa de los violentos, nuestras condolencias.

3. Deploramos la violencia contra más de 340 miembros de la fuerza pública, que han resultado heridos, lesionados y mutilados, como consecuencia del cumplimiento del deber para controlar los excesos ocurridos en el ejercicio del derecho a la protesta social. Reiteramos también a las víctimas y sus familiares la solidaridad de la toda la Reserva Activa Militar y Policial. Así mismo lamentamos el fallecimiento del joven Dylan Cruz, en hechos ocurridos durante las protestas de los últimos días, y presentamos a su familia un saludo de solidaridad.

4. Celebramos la decisión del Jefe de Estado, de convocar a un diálogo nacional, que ojalá conduzca a los acuerdos necesarios, permitiendo la unidad de esfuerzos y voluntades para trabajar con propósitos comunes, en busca de soluciones adecuadas a las múltiples necesidades que afectan a gran parte de nuestros con ciudadanos. En esta misma dirección respaldamos plenamente al señor Ministro de Defensa y al Alto Mando Militar y Policial, en el cumplimiento de su misión institucional, en materia de seguridad y defensa nacional.

5. Rechazamos igualmente las inaceptables exigencias presentadas por ciertos sectores del paro nacional, en cuanto a una eventual reorganización y reestructuración de nuestras instituciones castrenses.

Convocamos a todos los colombianos a respaldar el desempeño legítimo de la fuerza pública".



Con el General Guillermo León León, Ex comandante FAC / Cortesía Armando Martí

El anterior documento, fue firmado por el Exministro de Defensa Nacional General Rafael Samudio Molina, y los Generales Jorge Enrique Mora, Hernando Camilo Zúñiga, Fredy Padilla de León y Alejandro Navas Ramos, Ex comandantes Generales de las Fuerzas Militares. Así como también, los Generales Jaime Alfonso Lasprilla Villamizar y Hernán José Guzmán Rodríguez, Ex comandantes del Ejército, y los Generales Guillermo León León, Alfredo Ortega Caicedo, José Manuel Sandoval Belarcazar, Fabio Zapata Vargas y Jorge Ballesteros Rodríguez, Ex comandantes FAC, y el almirante David Rene Moreno Moreno, Ex jefe del Estado Mayor Conjunto, el Contra Almirante Luis Carlos Jaramillo Peña: ARC y finalmente, el General Luis Ernesto Gillibert Vargas, Ex director de la Policía Nacional.

Con el General Jaime Alfonso Lasprilla Villamizar, Ex comandante del Ejército / Cortesía Armando Martí

De igual manera, en representación de la Mesa de Trabajo permanente del Cuerpo de Oficiales de la Reserva Activa:

- ACORE
- Cuerpo de Generales y las Fuerzas Militares "CGA"
- Colegio de Generales de la Policía Nacional
- Concejo de Ex directores y comandantes de la Policía Nacional
- ASORFAC
- ACORPOL
- Grupo de Artillería Santa Bárbara
- Regimiento de Caballería San Jorge
- Asociación de Paracaidistas "ASIPAR"
- Liga Marítima Colombiana – LINCOL
- Asociación de Veteranos de Corea "ASOVECOR", entre otras muchas.

Por: Armando Martí

paro nacional Protestas

Ver comentarios

MÁS DE KIENYKE

Homenaje a Dilan Cruz en Bogotá
24 de noviembre del 2019

Evacuaron Universidad de Antioquia por elementos sospechosos
20 de noviembre del 2019

"Bogotá amanece con total normalidad": sec. de Seguridad
25 de noviembre del 2019

#MarchaEnPaz, la invitación para el paro nacional 21N
20 de noviembre del 2019

Desde La Web
Enlaces Patrocinados por Taboola
Programa Latinoamericano para la salud de la próstata.
Salud de la Próstata by Swiss Nature Labs
Encontrar pareja en Sc animas a salir conmigo
Solteros con Nivel Colombia

KONTINÚA LEYENDO

El himno de las feministas que le da la vuelta al mundo

The New York Times International Weekly
Ver más

TE PODRÍA INTERESAR

Final del fútbol colombiano, tema del día en redes

Los Simpson llegarían a su inminente final

Claudia López apoya una reforma al Esmad

LO MÁS VISTO

Revelan nuevas fotografías de Jessi Uribe con su ex

Reconocida presentadora de Caracol se casó

Apareció el estudiante Jean Michael Tafur

ÚLTIMOS VIDEOS

El himno de las feministas que le da la vuelta al mundo

1 de diciembre del 2019

De dónde provino este himno y por qué su importancia en el mundo.

EFE / Edwin Bercian