



# CECSi

## CAPSULAS

CENTRO ESTUDIANTIL DE CONSEJERÍA y PSICOLOGÍA

04-2008  
Núm. 12

TRABAJANDO POR TU BIENESTAR



### Hombres llorando

Piensa en los hombres de tu vida. Papi, abuelo, hermano, esposo, y otros. Ahora imagínatelos llorando.... Cuantas veces les habrán dicho que “*los hombres no lloran*”, “*no seas una nena*”, “*que no te vean llorando*”....

Cuantas veces habrán reprimido las ganas desde chiquititos. Y se hicieron hombres, y les dijeron que la forma de ser correcta es ser machos y los machos “*no lloran*”. Y se tragaron las veces que les rompieron el corazón, las veces que tenían tanta rabia que quisieron dejar escapar una lágrima pero no se dieron permiso, las veces que estaban tan emocionados con sus hijos por algún gesto, alegría o palabritas, pero no se dieron permiso. Tragaron, escondieron, aguantaron, eliminaron sus lágrimas...

Los hombres de verdad sienten ternura, dolor, abusos, perjuicio, alegrías y no les dimos permiso...

Con el tiempo se fue enterrando el sentimiento (¿realmente?). Con el tiempo se hicieron más estoicos, más reconocidos como hombres de “verdad”, más ejemplos a seguir reforzado tanto por los hombres como por las mujeres. Y fueron admirados y se les enfatizó en la diferencia entre ellos y ellas. Tienes que ser el fuerte y el fuerte no llora. Y aguantaron abusos, y soportaron insultos, y la sociedad no les permitió llorar, no les permitió quejarse, y cuando lo hacen se les cuestiona su hombría.

Pero si les permitió enfermarse del corazón, fumar, beber, si les permitió desahogar esos sentimientos en enojos, furias, violencia, agresividad pero no les dejaban llorar. Hasta que un hombre de verdad les dijo que los hombres de verdad no deben temer para nada....el llorar. Los hombres también sienten y padecen pero papi, mi esposo, mi hermano no tuvieron permiso y sabrá Dios cuantas veces desearon manifestar un cariño o sintieron las ganas y nosotros no les dimos permiso...ahora si quiero darte permiso y quiero llorar contigo por todas las veces que no lo hicimos, que no nos dieron permiso, que no nos dimos permiso, nosotros los verdaderos hombres. Y llora con el hombre de tu vida que ya no esta contigo, y por el que todavía si lo esta.

Carlos J. Cañuelas Pereira, Ed.D.(c), CPL  
Consejero

Centro Estudiantil de Consejería y Psicología (CECSi)  
(787) 758-2525 exts. 5209-5210