

El Tercer Ojo

colectivo.eltercerojo@gmail.com

eltercerojo@hotmail.es

www.eltercerojo.piczo.com



Año2, No.12

Retalhuleu, Junio de 2009.



Por el cambio estamos y por el cambio luchamos

Guatemala la sufrida,
Guatemala la violenta,
Guatemala la ingobernable,
Guatemala la explotada,
Guatemala la ultrajada...

¿Cuanto tiempo más deberá pasar para que todos estos adjetivos adversos paren de surgir? ¿Cuántos asesinatos más?

Guatemala está atravesando tiempos en que cada día es una aventura de sobrevivencia, tiempos en que el desorden institucional, la inconciencia y corrupción forman parte de la agenda diaria de nuestro gobierno. Pero hasta donde permitiremos que esto siga sucediendo. Ahora en Guatemala se vive cierto aire de querer abrir los ojos ante tanta crueldad contra el pueblo de Guatemala. Pero en realidad, ¿esto se estará haciendo por conciencia social, o por cuestión de "moda"?, esperemos que sea lo primero y que todo esto no se convierta en una lucha de clases como ha sucedido en las manifestaciones frente al palacio nacional en la ciudad capital. Es necesario que el cambio inicie en lo individual para luego transmitirlo y volverlo un cambio social, no podemos

pretender cambiar una sociedad, cuando nosotras y nosotros mismos no hemos cambiado. No podemos pretender alza la voz por un pueblo, cuando nunca hemos vivido y sufrido junto a ese pueblo.

Guatemala necesita cambios, y muchos. Cambios sociales que realmente cumplan con las necesidades del pueblo que trabaja y mueve al país. No debemos enfrascarnos en marchas y manifestaciones, que son necesarias en su momento, pero más necesario es el trabajo de formación e información a la población. Es importante que nos eduquemos, nos informemos y abramos el diálogo dentro de la población, una población desinformada es como un rebaño de corderos que siguen al pastor a donde él les indique, porque no tienen criterio propio ni poder de decisión.

El cambio de la situación socio-política actual de Guatemala está en nuestras acciones y no en nuestras palabras. Si una sociedad se construyera a base de palabras, Guatemala fuera un país perfecto luego de cada campaña electoral. En realidad, el cambio radica en la conciencia de cada persona, porque no podemos ser indiferentes a lo que está pasando en Guatemala, el miedo se está convirtiendo en

el pan diario de las y los guatemaltecos, la cultura de silencio que nos han dejado los gobiernos de militares, hace que Guatemala no despierte en realidad. Pero debemos activarnos y participar sin miedos en agrupaciones que realmente generen cambio, y sean independientes a un partido político o, a personas que únicamente tienen intereses económicos.

Crear espacios en donde todas y todos nos desarrollemos e involucremos de la forma en que mejor consideremos, es un muy buena opción para solucionar muchos de los problemas por los que sufre Guatemala.

Cambiarle los adjetivos a Guatemala esta en nuestras manos, en las manos del pueblo que lucha y realmente trabaja para que nuestro país sea un lugar mas digno en donde habita, no dejemos que saqueadores y mentirosos gobiernen un país tan lleno de recursos y vida como el nuestro.

La actuación colectiva, donde la religión, situación económica, procedencia étnica, no importen y prevalezcan siempre las ideas comunes de transformar nuestro presente.

Alejandro Quiñonez M.

UN DIA DIJERON "QUIERO PROBAR DROGA"

La vida ha cambiado, aquellos tiempos donde se salía a la calle a jugar pelota sin temor alguno, aquellos tiempos donde la juventud y la niñez retalteca estaban mucho más sanas física y mentalmente.

¿Donde quedaron esos tiempos? Me da miedo pensar que esos tiempos no se podrán recuperar nunca más, me da miedo ver que antes en mi colonia no miraba a los muchachos fumar marihuana o probar la cocaína, me da escalofrío ver que mis amigos de toda mi vida desperdician su tiempo por la adicción a las drogas. Pero mi pregunta es la siguiente ¿en qué momento dijeron: yo quiero probar drogas? Las respuestas pueden ser muchas, puede ser que lo hayan echo por escapar de sus problemas, o porque querían experimentar, y así podría citar miles de razones o circunstancias por lo que se involucraron en el mundo de las drogas. Lo cierto es que cualquiera que fuera la circunstancia o la razón, las drogas es como una enfermedad se contagia rápido y cuesta salir de ella y en muchos casos puede llevar a la muerte. Mi punto es ¿como lo podríamos evitar? La respuesta es simple, Nosotras y nosotros como jóvenes nos podemos convertir en agentes de cambio en nuestra comunidad, aconsejando a quienes están a nuestro alrededor, es decir, familiares, amigos o amigas a nuestros



compañeros y compañeras de estudio, etc. Informándonos de manera correcta podremos orientar y hacer ver que el consumo de drogas trae muchos problemas a nuestra vida, problemas de los cuales, si tenemos suerte saldremos vivos.

Es necesario que como jóvenes amemos la vida, a nuestro país, y a las personas que nos rodean. Luchemos contra el consumo de drogas, informémonos no tengamos miedo de cambiar nuestra mentalidad y ayudar en la lucha contra el consumo de las drogas, si cada uno de las y los jóvenes que somos en Guatemala, cambiáramos nuestra mentalidad y formamos una masa social fuerte los resultados positivos serian extraordinarios, la vida ha cambiado pero los valores humanos deben seguir siendo los mismos de siempre, involúcrate en el cambio y luchemos por la vida, y por Guatemala. ¡No al consumo de drogas!

José Mazariegos

De inteligencia...Nada

Si retrocedemos a la campaña electoral, cuando todos los candidatos ofrecían el cielo y las estrellas, podremos recordar aquel slogan utilizado que decía que la "violencia se combate con inteligencia", de esa frase ni siquiera por donde pasó se

acerca a la ingrata realidad en la que nos tiene sumidos el actual gobierno. ¿En dónde está la inteligencia? Si se están comprando aviones de guerra a Brasil, por valor de 99 millones de dólares, cuando se sabe y las mismas autoridades lo han dicho que al igual que la compra de crudo a Petrocaribe serán pagados por los gobiernos que estén de turno dentro de veinticinco años, eso quiere decir que ya están endeudando a nuestros nietos que probablemente no han nacido, y los que nazcan en este año ya vendrán a este mundo con su deuda por anticipado.

Cosa similar están haciendo en el Congreso de la República, con decir el Ejecutivo, que si los diputados no aprueban la emisión de bonos por valor de 1800 millones de quetzales, Guatemala puede entrar en recesión, o sea que todo se va a poner más caro, los servicios se van para las nubes y los miembros del gobierno se embolsarán grandes cantidades de dinero, haciendo caso omiso de las grandes necesidades del pueblo.

De allí es que procede la violencia, de las grandes desigualdades que los mismos gobiernos provocan, puesto que ellos no se dan cuenta de las grandes crisis, pues tienen grandes cuentas en los bancos y poco les importa si el pueblo muere de hambre o de la famosa influenza, que solo está sirviendo para comprarle medicamentos a una droguería propiedad de un financista de la campaña y ahora es el momento de pagar la factura.

De inteligencia, a todas luces el pueblo se está dando cuenta que no hay nada, pues todos los cambios y

renuncias que se han dado son porque lo que más existe es la ignorancia e incapacidad para guiar los destinos de este noble pueblo que siempre acepta lo que le dicen y hacen, ojalá que recapaciten y se den cuenta que siempre hay una gota que rebalsa el vaso, gota que está a punto de caer y así como el agua se verán muchas cabezas caer.

VICENTE LANAS JACIO

LA ANOREXIA

Definimos la anorexia como la pérdida del apetito para perder peso de forma rápida mediante la restricción de la ingesta de alimentos (usando muchas veces laxantes o diuréticos), especialmente aquellos con alto contenido calórico. Hay que marcar la diferencia entre la anorexia nerviosa y la baja incorporación de alimentos, esta última no resulta perjudicial siempre y cuando se siga una dieta variada en alimentos y el peso corporal sea el adecuado para el individuo. Sin embargo podemos decir que la primera es un trastorno psicológico que requiere tratamiento médico.

Las personas que sufren anorexia tienen una imagen errónea de su cuerpo, se ven gordas o gordos, cuando no lo están, ya que tienen un estado de extrema delgadez. Este tipo de enfermedad se basa en una gran alteración de la conducta alimenticia que trata de mantener el peso corporal debajo de lo normal y un gran miedo a obtener peso. Como dijimos antes, la pérdida de peso se obtiene a través de ingerir cada vez menos cantidad de alimentos, en especial aquellos con alto contenido calórico, la mayoría de los

anoréxicos termina realizando una dieta restringida acompañada de mucho ejercicio físico.

Los anoréxicos pueden ser reconocidos fácilmente por distintos síntomas emocionales: no tener la habilidad para hacer frente a situaciones emocionales, hay una disminución de las relaciones sociales (se produce un aislamiento), cambios drásticos de humor, compulsión y vergüenza debido a sus malos hábitos alimenticios. Esta hipersensibilidad en el área emocional está acompañada por ese deseo de poder manejar sentimientos y reacciones que son afectadas por ese condicionamiento social de verse bien, lo que indica para un anoréxico perder peso.

ALGUNAS DE LAS CAUSAS DE LA ANOREXIA:

La baja autoestima
Características de personalidad: la baja autoestima, personalidad dependiente, falta de autonomía, gran necesidad de aprobación de los demás, dificultad en las relaciones interpersonales, dificultad en percibir su entorno con objetividad, problemas en la aceptación de las dificultades de la vida, sensación de ineficacia, sensación de fracaso y falta de control, poca tolerancia a la frustración, causándoles



mucho malestar acompañado de síntomas de ansiedad o de depresión;

Condiciones familiares

No existe un patrón típico familiar que provoque la enfermedad de anorexia o bulimia sino que por el contrario, se afirma que hay una gran variabilidad entre las

familias. En cambio, se ha confirmado que en las familias que ya existe la enfermedad, coincide que hay problemas de relación, de comunicación, de expresión afectiva, o desavenencias; o con problemas de alcoholismo o de depresión; o familias con dificultades en la resolución de conflictos.

La gran presión social sobre la delgadez

La gran presión social sobre la delgadez que se ha vivido en los últimos años con los medios de comunicación, la publicidad y la moda, al plantear el canon de belleza y la importancia en nuestra sociedad del culto al cuerpo y la veneración a los cuerpos delgados proponiendo metas de adelgazamiento.

La mujer es hermosa por naturaleza no se porque la necesidad de quererse parecer a otra o estar súper delgada para saber que es y sentirse bella, somos únicas y eso algunos medios de comunicación no lo entienden.

Stephanie Flores

Especie del terror

Hace varios años atrás el 30 de junio había sido seleccionado para celebrar el día nacional del ejército, para enaltecer el poder militar de Guatemala, vanagloriar a "los guardianes" de la seguridad de la constitución y de la soberanía de Guatemala. Qué bonito se escuchan estos halagos, para una entidad que lo que realmente ha protegido es su bienestar y estabilidad. Cada 30 de junio había una serie de desfiles en la plaza de la constitución para homenajear a ésta sarta de asesinos. Menos mal que ya no se celebra éste día y ahora se conmemoran a todas las víctimas del conflicto armado interno.

Los militares desde el tiempo de la Revolución solo se han preocupado por ellos, solapando a los "Gringos" para destruir los únicos 10 años de primavera que tuvo Guatemala, que fueron los años de los gobiernos revolucionarios, porque esto les abriría paso a incursionar en el ámbito político y así llegar a la presidencia de la república, pero no en forma democrática. Para que ellos alcanzaran éste importante puesto entraban por la fuerza con lo que se llama "Golpe de Estado", haciendo con el país su patio de juegos y con la población sus muñecos de trapo, como al entrar por golpe de estado la constitución pierde vigencia, cada gobierno militar tenía sus propias leyes y los únicos beneficiados eran ellos, los gringos y la oligarquía guatemalteca. La oligarquía siempre ha estado donde su dinero y sus intereses no sean lastimados, porque Dios

guarde, tacarles un centavo a estos acaudalados conlleva conflicto social y político.

Como es posible que se les siga guardando respeto a los militares, si durante 36 años mantuvieron al país sumergido en terror, matando a diestra y siniestra haciendo lo que ellos quisieron donde los más afectados fueron la población indígena. Como es posible que a la población ya se le haya olvidado el período de mandato de Efraín Ríos Montt (El General), donde implementó la "Tierra Arrasada" perpetrando más de 300 masacres, donde la población más afectada fue la de Huehuetenango y Quiché. La más grande ofensa fue cuando "El General" tuvo el descaro de pretender ser presidente de nuevo en el 2004. ¡Qué descaro!

Ningún gobierno militar trajo beneficio al país, al contrario fue deteniendo su desarrollo, lo cual hasta el momento persiste.

Como dijo una mente brillante guatemalteca, como lo fue Oliverio Castañeda de León (que para variar fue asesinado por los chafas) "MIENTRAS HAYA PUEBLO HABRÁ REVOLUCION"

Ahora esperemos que la desesperación de la población guatemalteca, por la falta de seguridad que impera en el país, no haga que elija y llegue al poder otro genocida con licencia, como lo es un militar.

"AUNQUE LA OSCURIDAD TE ESTÉ CONSUMIENDO, SIEMPRE HABRÁ UNA LUZ DE ESPERANZA"

Roberth Jean Vásquez

Felicitaciones

El día 24 del presente mes, el club Juventud Retalteca, ganó el derecho para estar de nuevo compitiendo en la liga mayor de futbol.

Esto es un acontecimiento que se celebró por todo el departamento, ya que luego de varios años de ausencia, Juventud Retalteca, vuelve a decir presente. Gracias al futbol nuestro pueblo tiene cierto respiro de paz y felicidad, ya que gracias a lo tradicional de éste deporte, muchas personas se olvidan de sus problemas, dando paso a la euforia que ocasiona el triunfo del "Equipo del pueblo" como ha sido bautizado por los fanáticos.

Mandamos una fraterna felicitación a todos los jugadores que derramaron sudor y dieron lo mejor de ellos para lograr éste triunfo, felicitamos también a todos los directivos y personas que intervienen en el mantenimiento de éste club. Y exhortamos a los jugadores a dar lo mejor de sí en la cancha, que durante cada minuto de juego recuerden que detrás de ellos hay muchas personas que confían en ellos y merecen ser recompensados con esfuerzo y entrega por conseguir cada gol.

DIRECTORIO

Edición General: Alejandro Quiñonez
Coedición: Roberth Jean Vásquez
Arte Gráfico: María Inés Xet
Difusión y colaboración: José Cordero
"El Tío"

"La sangre joven no obedece a un viejo mandato."
Proporcio