



ANÓNIMO • hace 1 min.  
"ES LIBERTAD DE EXPRESIÓN"



ESTEREOTIPOS ENFADO

AGOBIO ASCO

INCOMODIDAD

CAUSANCIO CONFUSIÓN

ESTEREADESIGNADAD

OSADO

INTRANQUILIDAD

OPRESIÓN

INJUSTA DESIGNADAD

ocultar

ADIP

DAFOR

INJUSTICIA

PROBLEMA EXCLUSIÓN

DECEPCIÓN

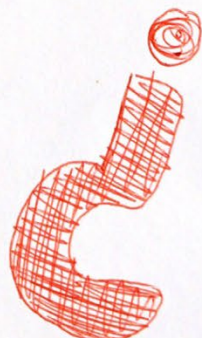
psicópatas e inadaptados.

REPULSIÓN

RENCOR

REALIDAD

RECHAZO



*Convivo diariamente co odio e, posiblemente, ti tamén.*

Os discursos de odio son todas aquelas palabras e expresións que teñen coma fin promover o odio cara diferentes grupos de persoas. Pretenden denigrar, excluír, estigmatizar, desprezar e incitar a odiar a diferentes tipos de persoas polas súas características ou trazos; por exemplo, pola súa orientación sexual, a súa raza ou etnia, o xénero, a relixión ou polo estrato social no que se encontre a persoa. Dáse en calquera lugar: na rúa, no ambiente familiar, educativo, deportivo, político, de ocio e entretemento; así coma nos medios de comunicación e as redes sociais.

É probable que a maioría de nós reproducira discursos de odio, xa sexa directa ou indirectamente, e que fose vítima á vez dos mesmos. Eu, coma muller, escoito e leo a diario moitos. Aínda que non estean expresamente dirixidos cara a miña persoa, relaciónanse co meu xénero, o cal é parte da miña identidade. Recollo a importancia disto na cartografía co símbolo feminino gravado no corpo da silueta, ademais do recorte da palabra 'ocultar' enriba do peito, o cal fai referencia á sexualización da muller e o seu corpo e figura.

Dende temperá idade teño recordos das mensaxes negativas e influenciáveis recibidas que aínda a día de hoxe repercuten mentalmente; palabras de odio non só por ser muller e todo o que iso leva consigo, senón polos meus gustos e diferenzas persoais. Vivín co medo de mostrar quen son por moitos anos, e coa ansiedade de non ser aceptada. Diariamente, a vida de moitas persoas convértese nun inferno do cal non saben como saír, todo pola culpa do odio. Se alguén vive atacado polo odio, esta persoa responderá tamén con odio.

É un bucle infinito.

Reflexionando, xórdeme moitas dúbidas. Por que a xente é así? Por que creo que non van cambiar? Por que non teño enerxía para loitar contra eles? Por que penso que é unha perda de tempo facelo? E o máis importante, por que deixo que me afecte? Por que creo nestes discursos?

Penso que unha das respostas a estas preguntas, actualmente, son as redes sociais. As redes sociais son un vehículo de tendencia que transporta millóns de opinións e tipos de discursos, moitas veces discursos cheos de odio, falsidade e rabia, defendidos coas palabras de "liberdade de expresión". Os discursos publicados son facilmente manipulables e chegan a un público novo que o integra ao seu pensamento, facendo que estes rematen por reproducir e promocionar esa mensaxe. Todo isto o represento na miña cartografía coma unha notificación na que un usuario anónimo defende o seu discurso de odio coma liberdade de expresión e que, por iso, non está mal.

Ver tantos comentarios e respostas que incitan ao odio e desprezo, e todo o apoio que reciben, fai que perda a esperanza e a ilusión por ver á sociedade cambiar. Mentalmente é devastador, o que fai que me afunda en emocións negativas. Estas persoas están cegas de odio, e non queren poñerse as lentes polas que moitas persoas vemos un mundo máis diverso, no que buscamos a xustiza, a aceptación e o benestar social.

Isto a nivel físico impáctame de diferentes maneiras. Son sensacións físicas que se desatan ao escoitar estes, polo que está estritamente relacionado co nivel mental e emocional. Unha emoción, e o estado mental no que se encuentre unha persoa, pode traer molestias e dores físicas. No meu caso, é así.

Cando escoito un discurso de odio, sinto unha sensación de afogo, coma se non puidera respirar ben. Non é necesario que estea dirixido a min para causar que a miña gorxa se peche, e me custe alzar a miña voz. Son palabras que se transforman nunha man invisible que, con moita rabia, intenta afogarme e deixarme sen respiración e a posibilidade de responder e loitar de volta. Isto represéntase na cartografía coma a marca vermella dunha man ao redor da gorxa.

No meu estómago sinto un ardor incesante que xera un incendio de malestar que se arrasa por todo o meu corpo. Isto vese representado na cartografía coma un punto vermello radiante na boca do estómago, xunto coas palabras de ODIO e DOLOR na superficie do corpo.

É coma se estes discursos tomaran unha forma de sombra e me seguira a cada paso que dou, causando que o meu corpo pese e se sinta canso. Remata premendo o meu pescozo, poñendo en tensión o meu corpo enteiro. Isto vese representado na cartografía coma unha sombra detrás da silueta principal, da cal cae sangue á altura das mans, o cal tamén quere representar o dano que me produce. Tamén, son coma ollos que non me perden de vista, incomodándome; e así está representado.

Finalmente, na miña cabeza fórmase unha enredadeira de odio conectada por dor e ansiedade, causando que non poda pensar con claridade, enchendo os meus pensamentos con confusión, enfado, tristeza, rexeitamento, ira, desagrado, incomodidade, rancor, intranquilidade, e entre outros, moita fatiga. Isto represéntase na cartografía coma unha enredadeira vermella na zona da cabeza da silueta, mentres que as diferentes palabras xiran ao redor da silueta, e a silueta presenta uns ollos cansos, caendo unha bágoa dun deles.

A nivel mental e emocional, é exhausto, xa que estes discursos aparecen e están diariamente nas nosas vidas; cando te das de conta, viviches toda a túa vida ao redor de

palabras envelenadas e discursos que, con moito odio, apuntan sen descanso a outras persoas e, mesmo, a túa persoa. Isto o represento graficamente coma unha man que apunta á silueta.

Os estereotipos e prexuízos que se reproducen neles, rematan por intoxicar o como ves ao mundo e ao resto das persoas. A día de hoxe, aínda loito con pensamentos errados e tóxicos provocados polos discursos de odio. É algo que, polo tanto, remata por afectar a nivel relacional. O medo e a desconfianza cara os demais aparece de forma involuntaria.

Represento isto cunhas esposas, interpretándoas coma a sensación de illamento, retención e soidade como reacción ante os discursos de odio, e, polo tanto, ante o resto de persoas.

Os discursos de odio deforman a vida de todos nós e tristemente non van desaparecer. O único que podemos facer é loitar contra eles, a través de ferramentas tales como a comunicación e a sensibilización, e a educación, dende pequenos ata persoas adultas. É necesaria a toma de conciencia sobre estes e o afondamento nos mesmos. Está nas nosas mans comezar a tomar accións e coidar o que dicimos, o como actuamos e de que forma loitamos contra os discursos de odio. Non se pode tolerar o odio, nin ser un suxeito pasivo cara este, só porque non está dirixido cara nós. Non só é unha loita social, senón tamén persoal.

*Convivir co odio é inevitable, mais deixar que este nos consuma e manipule, non.*