

¡NI ME LASTRES NI ME ARRASTRES !

No me lastres con palabras oscuras y negras.

No me arrastres a pensar como tú y tener que darte la razón por,
simplemente ser la tuya.

NO me lastres a una vida que no estoy dispuesta a vivir ni soportar.

No me arrastres a una relación de control por tu parte, de engaños y
mentiras.

No me lastres con tus celos y manías porque “quieres lo mejor para
mí”

No me arrastres a una vida de mierda a tu lado dónde sólo hay celos y
mala convivencia.

No me lastres a pensar que no hay salida para mí ni una vida futura en
paz.

No me arrastres a la miseria de un mundo afanado en la violencia y en
el poder.

No me lastres con tus pensamientos autoritarios y poderosos, dónde
sólo ganas tú y tus pretensiones vanas.

No me arrastres a un sinfín de momentos vacíos de amor libre y
sometidos al yugo de tu intolerancia.

No me lastres a seguir cargando con esta pesada bola dónde soy
menos que tú por ser mujer o diferente.

No me arrastres a tus insultos amorosos, simplemente, porque
quieres protegerme y que no sienta miedo.

No me lastres con tu manipuladora mirada y gestos posesivos.

No me arrastres a mentirme a mí misma o mismo pensando en una
amistad que no vale la pena.

No me lastres a desconfiar de la gente que sí me valora y que me
quiere bien.

**NO ME ARRASTRES A UN INFIERNO EN EL QUE NO ESTAMOS
DISPUESTOS A VIVIR EN NINGUN ASPECTO DE NUESTRA VIDA.**

El maltrato y la violencia de cualquier tipo se está convirtiendo en una lacra social; una pandemia mundial ante la que nadie está exento y que podemos sufrir en cualquier momento de nuestra vida, incluido, y cada vez en mayor aumento a vuestras edades adolescentes. Por eso... queremos dejar claro lo que NO estamos dispuestos a soportar...

1º ESO A:

- **Manipulación:** que ninguna persona pueda manipularte a su antojo ni hacer de ti o contigo lo que le apetezca. *¡Que ni te lastren ni te arrastren!*
- **Tóxico:** que tus amistades no provoquen en ti sensaciones de malestar y agobio. *¡Que ni te lastren ni te arrastren!*
- **Maltrato:** que nunca permitas que nadie te haga daño o sufrir con ningún tipo de maltrato por lo que eres, piensas o sientes. *¡Que ni te lastren ni te arrastren!*

1º ESO B:

- **Control:** que ninguna persona controle tu vida, tus redes sociales o tu manera de pensar o sentir. *¡Que ni te lastren ni te arrastren!*
- **Mentir:** no permitas que te engañen con palabras bonitas o con “jamás se volverá a repetir” y mucho menos con promesas vanas que nunca cumplirán. *¡Que ni te lastren ni te arrastren!*
- **Desconfianza:** si no estás cómoda o cómodo en una relación o no sientes confianza en alguien, ¡sal inmediatamente de ella! *¡Que ni te lastren ni te arrastren!*

2º ESO A:

- **Falso:** No permitas engaños o malas intenciones, pues sólo las monedas deben tener dos caras. *¡Que ni te lastren ni te arrastren!*
- **Infiel:** Valora tu importancia y no dejes que nadie te engañe sin motivos. El amor se cuida y se respeta. *¡Que ni te lastren ni te arrastren!*
- **Humillación:** no permitas ningún tipo de burla, desprecio o degradación hacia tu persona por ser quien eres. *¡Que ni te lastren ni te arrastren!*

2º ESO B:

- **Acoso:** no permitas que nadie te haga sentir inferior, ni recibir ningún tipo de burlas o agresiones. *¡Que ni te lastren ni te arrastren!*
- **Despreciar:** no permitas que nadie te infravalore ni te ignore. Tu eres un diamante y así debes ser cuidado. *¡Que ni te lastren ni te arrastren!*
- **Miedo:** no permitas que el miedo al qué dirán o qué pensarán corte tus alas y te impida ser quien eres por encima de todo. *¡Que ni te lastren ni te arrastren!*

3º ESO A:

- **Manipulación:** que nadie te diga lo que debes vestir, comer o a dónde ir. Tu pareja es tu compañero o compañera, no tu jefe o jefa. *¡Que ni te lastren ni te arrastren!*
- **Posesión:** tú no eres un objeto para pertenecer o ser de alguien. Eres una persona con vida, pensamiento y sentimientos propios. *¡Que ni te lastren ni te arrastren!*
- **Controlar:** Decide por ti mismo o misma qué te gusta hacer, comer, sentir, amar o vivir. Que nadie te encapsule. *¡Que ni te lastren ni te arrastren!*

3º ESO B:

- **Infidelidad:** Somos únicos en el mundo y no debemos de permitir que nadie se dé el lujo de engañarnos. Si no te quiere, no te merece. *¡Que ni te lastren ni te arrastren!*
- **Insultos:** las palabras deben agradar el alma y no sentir que nos duelen o dañan. *¡Que ni te lastren ni te arrastren!*
- **Celos:** si te encela no te quiere más que si te deja vivir feliz, sencillamente no te quiere. *¡Que ni te lastren ni te arrastren!*

4º ESO:

- **Infierno:** que nadie transforme tu hogar, tu vida y tu felicidad en un infierno dónde sólo haya tristeza y dolor. La vida debe ser

vivida y disfrutada al máximo, con plena felicidad. *¡Que ni te lastren ni te arrastren!*

- **Dependencia:** jamás sientas dependencia por alguien, sea cual sea tu relación con él o ella. Tú solo dependes de ti mismo y eres tú, quien debe buscar tu propia felicidad, de la manera que consideres oportuno. *¡Que ni te lastren ni te arrastren!*
- **Desconfianza:** las relaciones humanas se basan en querer al otro con la mayor de las tranquilidades. Que no te hagan sentir desconfianza, pues a través de ese filtro no crearas amor en el otro y mucho menos en ti mismo o misma. *¡Que ni te lastren ni te arrastren!*

Cuando seamos capaces de olvidar estos términos y de vislumbrar un futuro de respeto y de igualdad, llegaremos a conseguir la mayor de las felicidades y cambiaremos esas pesadas y oscuras bolas, que nos arrastran al fango, por ligeros globos de colores que nos alzarán a vivir en paz y con todo el amor que los seres humanos merecemos. Es por ello que hablamos ahora de la salida de un arcoíris de términos esperanzadores...

1º ESO A:

- **Amistad:** la amistad es de las mejores cosas que existen en el mundo. Un amigo te entiende, te escucha, te apoya en los malos momentos y ríe a carcajadas en los buenos junto a tí. Cuida de tus amigos y amigas y disfrútalos al máximo, pues no existe tesoro igual.

1º ESO B:

- **Amor:** El amor mueve el mundo en todas las esferas de la vida. Quien tiene amor tiene apoyo, respeto, comprensión, pasión y felicidad. El amor se cuida, se respeta y se valora cada día de nuestra vida, pues nada estará mal hecho si lo hacemos con amor verdadero y no habrá “isla de tentaciones” que debamos superar.

2º ESO A:

- **Amabilidad:** Se amable con tu pareja, amistades, familia y con todas las personas de tu entorno. La amabilidad es una capacidad que te hace mejor persona y te otorga la felicidad reflejada en los demás.

2º ESO B:

- **Libertad:** Siéntete libre para volar a tu antojo, para sentir según tu corazón, para vivir a tu manera y para amar sin bolas que te arrastren a patrones comunes. La libertad es una de las mejores sensaciones que un ser humano puede experimentar y sentirnos libres y respetados, es la clave de la felicidad.

3º ESO A:

- **Compromiso:** No confundas compromiso con ataduras. Siente tu compromiso con los demás y contigo mismo como una decisión que mejorará tus relaciones con los demás y que te aportará mayores alegrías que las que tu ofreces con tu implicación personal.

3º ESO B:

- **Generosidad:** Da todo de ti en cuanto a los demás se refiere. Ser generoso no significa regalar cosas materiales sino regalar tiempo, libertad, amor del bueno y sentimientos verdaderos. El mejor regalo que puedes ofrecer eres tú mismo y tú misma.

4º ESO:

- **Pacífico:** En un mundo dónde el poder y la opresión son el día a día, ser pacífico es la clave para visualizar un futuro esperanzador dónde todos y todas podamos disfrutar de la libertad y de una vida igualitaria, sin restricciones de ningún tipo y sin egoísmo en nuestras almas. Haz el amor y no la guerra.

En resumidas cuentas... hoy queremos deciros...

A vosotros y vosotras, a todos las que estáis hoy aquí presentes; a las personas que viven bajo el yugo de la violencia, la humillación y desesperación; a las que aún no son conscientes de que están comenzando a recibir maltrato; a las niñas/os que sufren violencia vicaria y que, por su edades, no distinguen con claridad las ofensas pero sí sienten el miedo al llegar a casa; a todas las que lucharon y luchan por la igualdad en los tiempos duros que corren; a quienes se secan las lágrimas minuto a minuto para que los golpes no les duelan tanto; a aquellas personas que se culpan de tener a un hijo/a maltratador; a todas las mujeres, hombres y niños, que ya no pueden disfrutar de la vida porque en un instante se les partió como un cristal y ya no están aquí, pero sobre todo a vosotras y vosotros, a ti, a él, a ella y a mí, que hoy estamos aquí y que tenemos las ganas de seguir estando, disfrutando, viviendo, luchando y amando libremente.

Que el verdugo de la violencia, la intolerancia, la falta de respeto y el dolor NUNCA exista en tu cuerpo, en tu mente o en tu corazón.

No permitas una mala palabra, insulto, control, falta de intimidad, humillación, ni muchísimo menos un golpe bajo ninguna excusa. Aprende que ese primer golpe o empujón te arrastrará a lo más hondo del fango y te hará sentir el más miserable de los humanos sin tener culpa alguna.

Ojalá logremos desaparecer el 25N del calendario como una cita ineludible a conmemorar, mientras tanto, desde nuestro IES Fuente Álamo seguiremos batallando por la extinción radical de cualquier tipo de violencia Y GRITAREMOS MUY FUERTE...

¡NI ME LASTRES NI ME ARRASTRES!

MjL