

**TERAPIA MEDIANTE EL USO DE MANDALAS
PROCESO DE REINTEGRACION
PARA UNA MUJER CON RUPTURA VAGINAL**

MARIA ALEJANDRA ZAMBRANO MUÑOZ

**UNIVERSIDAD DE NARIÑO
FACULTAD DE ARTES
PROGRAMA DE MAESTRIA EN ARTES VISUALES
SAN JUAN DE PASTO**

2007

**PROCESO TERAPÉUTICO MEDIANTE EL USO DE MANDALAS
PROCESO DE REINTEGRACION
PARA UNA MUJER CON RUPTURA VAGINAL**

MARIA ALEJANDRA ZAMBRANO MUÑOZ
Trabajo presentado como requisito parcial
para optar al título de Maestra en Artes visuales

UNIVERSIDAD DE NARIÑO
FACULTAD DE ARTES
PROGRAMA DE MAESTRIA EN ARTES VISUALES
SAN JUAN DE PASTO
2007

Nota de responsabilidad

Las ideas y conclusiones aportadas en este trabajo de grado, son responsabilidad exclusiva de la autora.

Artículo 1º Del acuerdo Numero 32 de octubre de 1966 emanada del honorable Consejo Directivo de la Universidad de Nariño.

Nota de aceptación

Paola Coral

Mario Martínez

Andrés Zarama

Agradecimientos

En primer lugar, agradezco a Dios por darme valor para seguir en pie, a la vida por darme la oportunidad de ver que puedo lograrlo, y poner en mi camino cosas maravillosas para demostrarme que sentir la vida es algo espectacular.

Agradezco a las personas que han ayudado a hacer de mi lo que soy, como los profesores del colegio, de la universidad, mis familiares, mis amigos...

Dedicatoria

Con todo mi amor a mi hija Valeria Abigail, quien me ha enseñado que la paciencia es la mejor aliada para alcanzar nuestras metas.

Hija, la vida esta llena de caminos difíciles, pero si te detienes por un instante a observar el tuyo, veras que tiene muchas cosas bellas que ofrecerte, los obstáculos son pequeñas enseñanzas de la vida, para que formes tu carácter, solo debes respirar profundo y dejarte invadir por la magia que recorre tu cuerpo, veras que la vida esta de tu lado para que todos tus sueños maravillosos se cumplan. Por mi parte siempre voy a estar para ti, eres el único brote de mi alma todas mis energías especiales están contigo, ¡adelante!, tu puedes lograrlo todo. Estoy orgullosa de ti.

Te ama: Alejandra.

TABLA DE CONTENIDO

	Página
INTRODUCCION	15
1.1 “DE LA RUPTURA VAGINAL A LA DESINTEGRACION DE LA MUJER”	16
2.1 PROCESO DE REINTEGRACIONPARA UNA MUJER CON RUPTURA VAGINAL	18
2.1.1 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	
2.1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	18
2.2. OBJETIVOS	19
2.2.1 Objetivo General	19
2.2.2 Objetivos Específicos	19
2.3. JUSTIFICACIÓN	20
2.4. MARCO DE REFERENCIA	21
2.4.1 Fundamentos Teóricos	21
2.4.1.1 Consideraciones acerca de la sexualidad femenina	21
2.4.1.2 Arte terapia y la posibilidad de sanar	23
2.4.2 Antecedentes	24
2.4.3 Elaboración de hipótesis	25
2.5 METODOLOGÍA	26

2.5.1 Población	26
2.5.2 Métodos para la recolección de información	26
2.5.3 Desarrollo del proceso	26
2.5.3.1 Primera parte: conociendo al paciente	26
2.5.3.2 Segunda parte: auto-reconocimiento e información	27
2.5.3.3 Tercera parte: aplicación de mandalas	27
3. PROTOCOLO	28
3.1 APRESTO	28
3.1.1 Sesión 1	28
3.1.2 Sesión 2	28
3.1.3 Sesión 3	28
3.2. DESARROLLO	29
3.2.1 Sesión 4	29
3.2.2 Sesión 5	30
3.2.3 Sesión 6	30
3.3. CIERRE	30
3.3.1 Sesión 7	30
3.3.2 Sesión 8	30
BIBLIOGRAFIA	31
ANEXOS	32

LISTA DE FIGURAS

	Pagina
Figura 1: Mándala N°13, pensando en la Ruptura vaginal como molestia.	34
Figura 2: Mándala N° 23, pensando en una Progresiva sanación de la sugestión que causa la herida.	35
Figura 3: Mándala N° 28, pensando en la Reabsorción de la cicatriz a través del cuerpo.	36
Figura 4: Mándala N° 32 hecho pensando en Una sanación mental de las molestias causadas por la herida.	37

LISTA DE ANEXOS

Anexo A: diagrama de la vagina

Página 19

GLOSARIO

Afección: Impresión que hace una cosa en otra: *afección del alma*.// Enfermedad: *afección cardíaca*.

Desgarro perineal: (ruptura vaginal) Corte que reproduce en el perineo (puente conector entre el órgano sexual y el ano), durante el parto, por efecto de una incorrecta dilatación y el afán de la madre por expulsar al bebé por el canal de parto

Diagnosticar: Determinar por los síntomas el carácter de una enfermedad.

Introspección: Examen del alma por sí misma.

Mandalas: es un término de origen sánscrito, que significa diagramas o representaciones simbólicas bastante complejas, utilizadas tanto en el budismo como en el hinduismo. Según el *Diccionario Sánscrito Inglés*, de Monier Williams significa 'círculo'.

Mutilación: Acción y efecto de cortar una parte del cuerpo.

Trastorno de autoestima: Una percepción diferente que tiene la persona de sí misma.

RESUMEN

La terapia mediante el uso de Mándalas va dirigida a mujeres que sufren molestias en su vagina que pueden ser causadas por el parto; las cuales no le permiten continuar con su ritmo de vida. Cuando los síntomas persisten aun después de pasada la dieta del parto, puede ocasionar en la paciente cambios desfavorable en el desarrollo de su cotidiano vivir, resulta molesto ir al baño, sentarse por largo tiempo, no es posible montar bicicleta, y no se puede pensar en las relaciones sexuales, pues el dolor es insoportable.

Es entonces donde se propone una terapia que intenta rescatar lo que se ha perdido a causa de una herida en una zona tan importante y delicada de la mujer como lo es la vagina, en esta terapia se pretende llegar al porque del problema e indagar en la paciente lo que la afecta en su entorno.

La terapia tiene 3 fases; Apresto: es la introducción, donde se conoce la paciente, se genera un ambiente de confianza y se trabaja en la autoestima; Desarrollo: se logra exploración, y auto reconocimiento del cuerpo; Cierre: Auto reconocimiento y aceptación del problema, el terapeuta interpreta con los apuntes y el desarrollo del proceso y propone a la paciente una serie de mándalas que pueden ayudar a la sanación procesal de la paciente, haciéndole entender que la salud es responsabilidad de la fe y dedicación de la misma paciente y su compromiso de hacer de esto un habito de vida.

ABSTRACT

The Mandala therapy was created for women with trouble in the vagina caused in the born of the baby and it don't let to those women continues with their lives. When symptom persist beyond the diet later the childbirth may cause in the patient, some bad changes in the normal way of her life. To go to the bathroom came so uncomfortable, to sit down is really inconvenient, no way to drive the bike and nothing to say about sex, because the pain is unbelievable.

Then, this therapy tries to rescue the lost things for a hurt vagina. Here we try to find the cause and the reason of the trouble.

This therapy contains 3 levels: Beginning: Is the introduction, here, the therapist meets the patient, creates a space for faith and work on own love; Development: here, the therapist explores and make the corporal recognize; Ending: Self recognize and acceptance of the problem, the therapeutical guide analyse all dates and the process and give to the patient a lot of mandalas images to help her into the health process. Then the patient understand that the health is the most important thing and it depends of her same and her compromise is take care about it.

INTRODUCCION

La integridad de la mujer comprende además de toda sensibilidad, maternidad y desarrollo social, una vida sexual que, actualmente, ya no es un tabú ni algo de que avergonzarse. Toda mujer tiene el derecho a vivir plenamente su sexualidad, descubrir su cuerpo y todas las posibilidades que cada órgano brinda para su bienestar. Aún así, también la mujer es susceptible de padecer afecciones en su vagina, sea por la proliferación de hongos o bacterias, o por accidentes.

Un problema que puede surgir tras el Desgarro Perineal, al momento de dar a luz, puede afectar a muchas mujeres porque tras el incidente, queda una cicatriz que, en algunos casos, genera un trastorno de autoestima; surge una molestia que afecta, desde el ir al baño, hasta las relaciones sexuales de la pareja, desintegrando a la mujer, al alterar estas necesidades.

Se encuentra en este trabajo una serie de reflexiones que pueden tomarse en cuenta a la hora de buscar alternativas que ayuden a la afectada, a superar el problema y llegar a una redefinición de su ser como mujer y de su vida sexual, abriendo paso a una nueva forma de dialogar y entender el cuerpo, que en ocasiones, se torna un mensajero de lo emocional.

1.1. DE LA RUPTURA VAGINAL A LA DESINTEGRACION DE LA MUJER

Se dice que una mutilación de un órgano del cuerpo genera en el ser humano un proceso de adaptación lento a un nuevo ritmo de vida, ya que nada vuelve a ser como antes, se debe aceptar esta nueva condición y amoldarla al cotidiano vivir. Esto puede desarrollar en el sujeto un trastorno de autoestima ya que en su imagen física se ve incompleto, sintiéndose inferior a los demás porque ha reducido su potencial creyéndose incapaz de satisfacer al otro.

La mayoría de las mujeres sienten la necesidad por alguna u otra circunstancia de ser madres, corriendo el riesgo de sacrificar además de su tiempo, su integridad femenina, entiéndase que dentro de lo femenino se encuentra lo sexual, pero una sexualidad basada en la ternura, el placer, el amor, la comprensión del otro y de la mujer hacia si misma. Algunas veces la fisiología y constitución vaginal en su estrechez no puede soportar la salida del bebe, obligando este a que haya una ruptura vaginal, dando inicio a un periodo de dolor físico y emocional ya que esto repercute en el sentirse mujer.

Puede asimilarse esta ruptura como una mutilación porque ya no se puede usar este órgano con la misma intensidad y eficiencia; resulta molesto ir al baño, permanecer sentado por largo tiempo, andar en bicicleta y tener relaciones sexuales de manera satisfactoria y por tanto surge miedo por las consecuencias que esa *insatisfacción* pueda acarrear, puesto que esta se proyecta hacia la pareja. Otra de las consecuencias es desarrollar vergüenza por la apariencia física de la cicatriz en la vagina, pero lo mas contundente es que al juntarse esto, la vergüenza y la insatisfacción van a comenzar a desintegrar a la mujer haciendo que cada vez sea mas difícil llegar a un estado de excitación, cerrando la vagina y como consecuencia aumentando el dolor y la insatisfacción agrandando el problema hasta el punto de no querer volver a tocar el tema. Se intenta buscar ayuda por parte del personal medico, pero la única respuesta es una cirugía mas que estirpe la cicatriz, sin embargo el horror de volver a pensar en una herida mas sobre la ya existente es inevitable, muchas veces por falta de otras opciones se lanza a la primera que se ofrece sin pensar en una mejor posibilidad de sanación. "Cuando estaba en la camilla del quirófano (...) el ginecólogo que me iba a operar me dijo que ni con la operación me aseguraba que todo volvería a ser como antes (...) Me quitaron una dureza de la cicatriz, pero aquello me seguía doliendo. Los mismos que me destrozaron la vagina no supieron darme una solución...", *

Cuando un problema de esta magnitud se presenta, muchas veces el temor a que se trate de algo grave, obliga a acudir al personal medico; pero olvidamos por completo la medicina tradicional oriental, la cual se lleva a cabo en su mayoría por

* tomado de un foro de la pagina Web: www.episiotomia.info.com - donde interviene una mujer quien dice llamarse Rebeca Romero.

la capacidad de concentración de la persona que se desea curar, de este modo podemos deducir que el hombre es responsable de su propia salud y meditar es un buen paso para la sanación. Se ha logrado que personas gravemente afectadas con una enfermedad, se sanen por medio de la medicina tradicional oriental.

En nuestro entorno es difícil encontrar antecedentes de sanación por medio de los mandalas, ya que esto es algo nuevo que se ha ido vinculando poco a poco, y que depende mucho del interés que se tenga por ello. Pero hay artistas que, por medio del manejo de los mandalas y su construcción, han logrado cambios que favorecen el ritmo de vida de quienes son intervenidos. Este es el caso del Maestro *Mario Martínez*, egresado de la Facultad de Artes de la Universidad de Nariño en la ciudad de Pasto, quien ha logrado demostrar que este tipo de procesos pueden reemplazar en algunos casos, la intervención de la medicina occidental y lograr de este modo una sanación mucho más natural y sin dolor. Además soy yo, quien escribe este texto, una prueba real de los resultados que se obtienen a través de las Artes Terapias (Música terapia, uso de mandalas y Literatura como terapia).

El uso de mandalas es una buena opción para el hombre contemporáneo, quien en busca de ayuda para sus constantes afecciones, encuentra respuestas en su propio interior. "Como se ha dicho, el meditar con Mandalas sana tanto a nivel físico como psíquico y espiritual."⁽¹⁾

El mándala concentra la mente y los sentidos, ya que se usa formas geométricas y colores para la realización de estos, se puede llegar a expulsar o interiorizar aquello que afecta al ser. El color es muy importante para la intervención del paciente, ya que por su simbología y al ser esto muy subjetivo, se puede apreciar excesos emocionales, que pueden ser equilibrados con la intervención de colores complementarios.

Es muy importante tener un régimen en el ritmo de vida que permita, todos los días dedicarle unos 20 minutos a la meditación de alguna u otra manera, sentirse relajado y libre de presiones. Al realizar mandalas es ideal concentrarse directamente en el dibujo, en los colores y como ellos, y las formas penetran en lo más profundo del sujeto, con la firme intención de aflorar los sentimientos y bienestar del cuerpo y la mente.

Al ver y sentir el cuerpo mutilado nos horrorizamos, queremos salir corriendo, pero si nos damos un tiempo para analizar, somos muy capaces de salir adelante y sanarnos; debemos llegar a esa parte espiritual de nuestro ser, que nos impulsa a vivir y sentir de una manera mejor, percibiendo y asumiendo el mundo de una manera diferente.

1. Tomado de la pagina Web: www.Mandalas-y-yantras.com - Artículo: función terapéutica de los mandalas.

2.1. PROCESO DE REINTEGRACION PARA UNA MUJER CON RUPTURA VAGINAL

2.1.1. Formulación del problema

¿Cómo a través del arte-terapia y en especial de los mandalas se puede plantear un proceso terapéutico de reintegración para una mujer con ruptura vaginal?

2.1.2. Planteamiento del problema

Siendo mujer, resulta difícil ignorar un órgano tan importante, centro del placer y de la maternidad, puente entre los desechos y símbolo de la fertilidad.

Una malformación, una mala operación, un accidente, pueden desgraciar el órgano, creando trastornos de autoestima, aflorando miedos, inseguridades, molestias físicas, dolores e insatisfacción sexual. Haciendo que la mujer, pierda, en sus adentros, la calidad de lo femenino y lo materno.

Dentro de los siguientes capítulos se puede encontrar un espacio reflexivo para el inicio de un proceso terapéutico enfocado a problemas sexuales femeninos. Debe existir un entero interés en superar esta clase de problemas y aunque esta dirigido a mujeres, puede incluirse a hombres que quieran conocer acerca de este órgano y sus propiedades, además de cómo mediante arte terapia se puede llegar a mejorar el rendimiento, funcionamiento y aspecto de la vagina.

El medio terapéutico es el arte y más específicamente el uso de Mándalas por su accesibilidad y resultado. Se parte desde la propia experiencia, la de quien escribe estas palabras, para la creación del proceso, teniendo como meta, el desarrollo de una vida sexual plena, despertar el cuerpo para llegar a una mejor comprensión de la sexualidad.

2.2. OBJETIVOS

2.2.1 Objetivo general

Comprender como los mandalas pueden ayudar a sanar una ruptura vaginal para recobrar la vida sexual.

2.2.2 Objetivos específicos

1. Proponer un proceso terapéutico que ayude a aliviar, superar y sanar trastornos vaginales y por tanto, sexuales, mediante el uso de mándalas.
2. Estudiar el manejo de mándalas dentro de la sanación.
3. Estudiar desde la anatomía y la biología la vagina para conocerla más profundamente desde lo fisiológico.
4. Permanecer en auto tratamiento con la terapia llevando un diario de campo.
5. Promover el auto reconocimiento sexual, partiendo del reconocimiento vaginal, su funcionamiento, sus propiedades y sus riesgos.

2.3. JUSTIFICACION

El dolor físico proveniente de algún problema o alteración en la integridad física de la vagina, siendo que para la mujer, es un órgano importante y frágil, puede repercutir, además de problemas en cuanto a la sexualidad, en trastornos de autoestima, sintiéndose la mujer mucho más débil y vulnerable, ocasionando problemas de pareja o la falta de interés en relaciones personales y afectivas.

El uso de terapias orientales como los mándalas, por su accesibilidad y resultados pueden brindar la posibilidad de auto conocimiento, introspección y meditación posibilita además, un proceso terapéutico a través del arte-terapia que proyecta y canaliza el problema ayudando al encuentro y desarrollo de una sexualidad plena. Este proyecto se encamina a la creación de una arte terapia que propicie las herramientas para la solución o entendimiento de este tipo de trastornos.

2.4. MARCO DE REFERENCIA

2.4.1 Fundamentos teóricos:

2.4.1.1 Consideraciones acerca de la sexualidad femenina

No es nuevo decir que la mujer es un ser complejo, la mujer esta cargada de emociones y planeamientos para el futuro. Por ser la mujer dueña de la creación – sin demeritar el trabajo del hombre- ya que la mujer es quien realmente presta su cuerpo para que un ser nuevo ingrese a la vida, lo alimenta en su vientre, lo desarrolla; así, este nuevo ser se adueña de sus fuerzas, de su integridad física y emocional; convirtiendo a la mujer en un ser vulnerable; sin embargo, aunque parezca contradictorio una mujer en estado de embarazo es mucho mas fuerte; pueda que no físicamente, pero en situaciones criticas es capaz de pensar mas rápido y con mayor lucidez ya que debe sobrevivir por dos, y aun teniendo conciencia de que sin ella no vive ninguno, es mas importante la vida de ese nuevo ser que ella misma.

La diferencia entre hombres y mujeres no es solo física, la mujer esta condicionada sentimentalmente para que el hombre la consienta y vea en ella un ser que se debe proteger, y en cambio el hombre física y mentalmente es el encargado de soportar la carga familiar en cuanto al sustento.

No es desconocido que en nuestra sociedad, algunas mujeres no están en capacidad de asumir su propia sexualidad de una manera sana y por el contrario adoptan un rol de mujeres en apariencia, el cual no ayuda a su desarrollo integral, es decir es madre, esposa, amiga, trabajadora, pero no mujer. Ser mujer implica un auto reconocimiento y aceptación de su propia postura. Hay mujeres aceptan nunca haber sentido un orgasmo, es muy posible que esto se deba a la falta de información a lo largo de su vida.

Para el hombre resulta mucho mas cómodo, cuando en su desarrollo comienza a ver cambios físicos como el cambio de su tono de voz, vellosidades alrededor en su cuerpo y cuando empieza a ver que en ocasiones su pene se agranda. Es muy probable que un adulto le explique que esto se da porque esta creciendo, *que sus erecciones se dan a raíz de una excitación* y que esto es completamente normal. Para la mujer es mucho mas complejo, cuando una niña comienza su desarrollo, se la condiciona exclusivamente para ser madre, esto se da por una razón: en su desarrollo al ver que su pechos crecen, la respuesta es que con ellos va a amamantar a sus hijos, su menstruación es la condición de ser mujer para dar vida a otro nuevo ser y cuando ella siente excitación resulta mucho mas difícil

comprender su situación, pues no se presenta ningún cambio anatómico visual, es interior, haciendo muy difícil explicar a la niña que lo que siente al interior de su vulva es una excitación. Desde este momento la mujer esta psicológicamente *preparada* a sentir de manera diferente su sexualidad y por tanto resulta difícil que acepte sus sensaciones para su propio bienestar.

Muchas veces la misma mujer no comprende esas contrarias sensaciones en su interior y para no ser tildada de perversa prefiere tomar su sexualidad de una manera sumisa, prefiriendo no alterar su rol de ama de casa.

Una mujer puede y debe ser capaz de experimentar libremente y sin tabúes su propia naturaleza, sin impedirse profundizar de manera sana su sexualidad.

Sin embargo es mucho mas difícil cuando esta ha sufrido físicamente un cambio que le impide su normal desarrollo, refiriéndose concretamente a aquellas que han tenido hijos de forma natural y sufren un *desgarro perineal*, ocasionado por la excesiva tensión en la piel de la vagina, al pasar del bebe provocando un corte que en muchas ocasiones es hasta el ano. Se siente horror saber que muy posiblemente no se quedara *bien* después de un parto, pues son muchas las consecuencias que se desprenden del desgarre, como que la vagina quede muy abierta o muy cerrada, y también la cicatriz, causando un trauma, ver el cuerpo lacerado en un lugar muy sensible y por consecuencia el temor al dolor que ocasionan las relaciones sexuales.

También hay un temor por no poder recuperar la vida sexual que se tenia y tal vez no se piensa tanto en si misma sino en el temor de no poder satisfacer a la pareja, ya que el dolor causado por la cicatriz, no permite la penetración, debido al cambio en la mujer a nivel anatómico cuando ella se excita, ya que *“se producen modificaciones anatómicas profundas y evidentes(derecha) en el útero, en el cuello uterino y en la vagina, en comparación con el estado de reposo(izquierda).”* (2) (ver anexo1).

Si la mujer sabe que su vagina no esta físicamente preparada para una relación sexual, no se deja estimular para el acto sexual ya que esta presente en su mente el dolor que se siente si el pene frota la herida, además, si no se excita, no se presentara su cambio anatómico, la vagina no se abrirá para recibir el pene y es ahí donde se presenta el dolor.

2. A.A.V.V; *EL GOCE DE VIVIR*, Ed. Circulo de lectores; Bogotá, 1978-1979, Pág. 98

2.4.1.2 Arte terapia y la posibilidad de sanar

Durante una visita al ginecólogo, al respecto del desgarro perineal, este consideraba el problema como algo pequeño y fácil de superar mediante el ejercicio, consistiendo en que se debe relajar la parte y apretar, además de tratar de volver a una vida sexual activa, de ejercitar la vulva con el ejercicio sexual. Sin embargo, la cicatriz permanece y junto con ella el dolor. Este *problemita* no solo se vuelve físico, repercute fuertemente en lo psicológico, pues como se ha dicho antes, la mujer se siente todo, menos mujer. Luego de esta visita al ginecólogo y su falta de atención a estos problemas psicológicos, se perdió toda esperanza.

La medicina oriental entiende la unidad de la mente y el cuerpo ofreciendo “una visión mucho más metafísica” (3), buscando en terapias más alternativas dentro de lo natural y espiritual, *hipnotismo, curas de hierbas, terapia en grupo y curación por la fe* (4), evitando cirugías.

Entre estas alternativas se encuentra el uso y aplicación de mándalas, palabra de origen sánscrito de amplio significado que parte de lo circular, aunque no necesariamente lo sea, pero que al reflejar el entorno y el universo se asocia con esta forma. Es tan importante y simbólico la representación de mándalas que su uso se ha expandido hasta el Psicoanálisis, con Carl Jung, quien considera el centro del mándala como representación de *si-mismo*, siendo que el sujeto, al proyectarse hacia fuera, debe perfeccionar este espacio, equilibrándose con el entorno mediante el proceso de *individualización*. (5)

La realización de un mándala consta de paciencia, tiempo y concentración, razón por la cual es muy utilizado en el budismo y el hinduismo, ya que son buenos para la meditación y la relajación mental.

Puede encontrarse entre sus significados, la realización de un centro circular que se mantiene equidistante de la periferia, signo y búsqueda de la perfección, evocando la exactitud del macrocosmos y el microcosmos.

La multiplicidad de usos y su proyección hacia la sanación lo ha hecho un método muy utilizado en la actualidad. Puede encontrarse, dentro de las distintas opiniones que son fácilmente visibles en la Internet, una forma simple de comenzar el proceso, mediante el coloreado, lo que implica conseguir el mándala de un tamaño cómodo y colorearlo libremente, sin necesidad de ser experto y permitiendo que crezca y se desarrolle la creatividad.

Se puede proyectar el *todo* hacia la realización de un mándala, haciéndolo un espacio simbólico de la vida de cada uno dentro de emocional y lo físico. Se convierte el mándala en un texto que comienza a interpretar el sujeto, teniendo en cuenta la simetría, el uso de las formas (fluidas, lineares, ondulantes, figurativas, geométricas) y el uso del espacio (si resulta abierto o cerrado, con obstáculos, disperso, entre otros), si se colorea, también se puede comenzar a analizar desde el lenguaje del color, aunque es necesario trabajar un número considerable para diagnosticar, si se trata de buscar indicios.

3. A.A.V.V.; *EL GOCE DE VIVIR*, Ed. Circulo de lectores; Bogotá, 1978-1979, Pág. 24.

4. OP CIT. *EL GOCE DE VIVIR*; PÁG 24.

5. Carl Gustav Jung: *OBRA COMPLETA*, capítulos 12, *Sobre el simbolismo del mándala* (1938/1950), y 13, *Mándalas* (1955), del volumen 9/1: *Los arquetipos y lo inconsciente colectivo*. Madrid

2.4.2 Antecedentes

La organización mundial de la salud enfatiza en que la episiotomía (corte realizado por el personal médico para la extracción del bebé) es un acto de violación contra la mujer, porque se lacera su cuerpo y se la mutila, sin ser necesario, ya que el parto es un proceso natural y por tanto no necesita de intervenciones quirúrgicas, salvo en casos de extrema urgencia cuando el bebé no puede respirar, en un foro realizado en la página Web www.episiotomia.info, se da un espacio de opinión donde las mujeres que han sido afectadas en su órgano reproductivo, expresan sentirse inconformes, sin posibilidad de reintegrarse a su vida sexual habitual y donde se asegura duramente que les destrozaron la vagina.

“(…) Yo le dije a mi esposo que si quería que tengamos relaciones, que espere un año o más, porque me duele mucho y no puedo permitir que me penetre…” *

“Eso de tener hijos varones es duro, yo me desgare y parecía que me iba a morir (…) no puedo hacer nada casi no quiero ir al baño y me da miedo estar estreñida (…) ni por las curvas pensar en las relaciones sexuales.” **

Por último quiero citar un fragmento de la intervención de un hombre en la barra de opiniones de la página Web [Web Episiotimia.info](http://www.Episiotimia.info) la cual es una carta dirigida a los futuros padres (hombres), para que ayuden y apoyen a su pareja en la dura tarea de traer a su hijo al mundo: “El embarazo es una etapa que uno quisiera que estuviera marcada solo por la dulzura; sin embargo, esta acumulación de información de relatos, de publicaciones te devolverá día tras día la imagen espantosa de un sexo mutilado. Es una buena razón para que seas tu quien se sumerja en estas lecturas: no es tu carne la que está en peligro.”***

Los mandalas son diagramas simbólicos de representaciones del macrocosmos y el microcosmos y son realizados con figuras geométricas, que permiten una concentración y meditación la cual es usada en oriente para la sanación. Por medio de los mandalas es posible una proyección hacia el problema que afecta el cuerpo, para atenuarlo o desaparecerlo. “Los Mandalas actúan equilibrando los chacras por medio de los colores y haciendo meditar el lado lógico de nuestro cerebro a través de las formas geométricas sagradas. El Mandala enviará impulsos a la mente interna llegando a los receptores del cerebro donde se procesará y se obtendrá una reacción.” (6)

Puede retomarse la idea de una estética experimental por su interés fundamental en el “*estudio de las características de la estructura, la composición de los elementos y las cualidades sensoriales de las obras que motivan a los sujetos a iniciar la exploración perceptual y los efectos que producen*”(7)

*Entrevista realizada en abril de 2007 a “Johanna” ama de casa, reside en Pasto.

** Entrevista realizada en Enero de 2007 a Luz Marina Muñoz, 42 años, ama de casa, Reside en La Cruz Nariño

*** tomado de un foro de la página Web www.episiotomie.info, interviene un hombre quien dice llamarse Michel BOUY

6. Tomado de la página Web: www.mandalas-y-yantras.com

7. Mimi Marinovic; “HISTORIOGRAFÍA Y PSICOLOGÍA DEL ARTE”; Pág. 186.

2.4.3 Elaboración de hipótesis

- Los mandalas pueden ayudar a la restauración física y emocional de una mujer afectada por una ruptura vaginal.
- La molestia de una afección física puede ayudar a comprender la angustia emocional que afecta a la mujer.
- La sexualidad es la base primordial para el pleno entendimiento de ser mujer
- Una alteración física en el órgano sexual puede intervenir de manera directa en el desenvolvimiento normal de la vida

2.5. METODOLOGIA

2.5.1 Población

Esta terapia va dirigida a mujeres que después de un parto o algún tipo de afección en su vagina, se sientan mutiladas y crean que su vida sexual se ha perdido. Aunque se ha fijado como problema específico el *Desgarro Perineal*, puede pensarse en mujeres que sean propensas a infecciones vaginales continuamente o que tengan algún tipo de alteración fisiológica que produzca dolor, o crea que lo produce (como el caso de un himen elástico, por ejemplo)

2.5.2 Métodos para la recolección de información

La recolección de la información se hará por medio de la práctica ya que el proceso terapéutico es particular para cada paciente, no se cree conveniente desarrollar un método único porque en la aplicación se tiende a tener resultados múltiples que pueden afectar la terapia de manera que esta se vuelva flexible amoldándose a las necesidades del paciente. A veces el proceso terapéutico que se tiene predestinado puede sufrir cambios por el resultado de cada sesión y de este modo desviar un poco los pasos. El proceso será dividido en tres partes.

2.5.3 Desarrollo del proceso

2.5.3.1. Primera parte: conociendo al paciente

Se elabora una entrevista donde se va a conocer el nombre de la paciente, su ocupación, su estado civil y sus intereses logrando con esto la confianza por medio del dialogo amistoso y agradable que permita una mayor comprensión de su afección, para detectar que tan cómodo se siente con lo que le pasa y cual es su experiencia frente al tema, si se trata de un grupo de pacientes es muy posible ver la necesidad de organizar una actividad de integración por medio del juego. También se desarrollan actividades que ayuden a la autoestima.

2.5.3.2. Segunda parte: auto-reconocimiento e información

Se desarrollan actividades encaminadas al auto-reconocimiento del paciente, sus dolencias, su fisonomía por medio del tacto, la observación de su cicatriz con un espejo, reconocer la forma, el tamaño y el color, para dejarse invadir de lo que realmente tiene en su vagina. Sesiones de reconocimiento anatómico, lecturas desde lo médico acerca del problema y su tratamiento, poemas testimonios, e ilustraciones que ayuden a la comprensión del funcionamiento del órgano sexual.

2.5.3.3. Tercera parte: aplicación de mandalas

Por medio de la intervención con mandalas, se realizan actividades que encaminen a una sanación favoreciendo la integridad física y emocional del paciente. Las primeras sesiones serán de diagnóstico donde el terapeuta observa los procesos de reconocimiento de la dolencia del paciente y las causas que pueden estar ligadas a su afección por la ruptura vaginal. En la segunda parte, las sesiones van dirigidas a analizar la utilización de los colores y formas de los mandalas con el fin de ver la solución y como los mandalas pueden contribuir al proceso curativo del paciente. Por último en la tercera parte se da la aplicación de dichos mandalas que tienen una intención firme de dirigirse a combatir el problema que afecta al paciente.

PROTOCOLO

3.1. Apresto:

3.1.1. Sesión 1

Objetivo: Generar confianza en el paciente

Tiempo estimado: 1 y ½ horas

Actividad: Se realiza una entrevista al paciente para conocerlo, preguntando el nombre, la edad, la ocupación, estado civil, gustos, intereses, proyectos. Preguntar también todo lo que el paciente entienda sobre terapias y sus expectativas.

Se explica al paciente que este proceso terapéutico depende de su disponibilidad para que los resultados sean óptimos,

3.1.2. Sesión 2

Objetivo: diagnosticar el tratamiento de colores y su posible relación con la afección vaginal.

Tiempo estimado: de 1 a 2 horas

Actividad: Se presenta un número determinado de mandalas para que el paciente escoja uno y lo pinte. Sin pensar en algo específico, como a manera de ejercicio, sin embargo este sirve al terapeuta para un futuro referente de la aplicación del tratamiento. Si el paciente lo desea y se siente cómodo puede escoger otros y pintarlos, lo importante es que en su diario de campo el paciente escriba todo lo referente a sus sensaciones y cambios a nivel físico y emocional durante, y después del proceso; sin olvidar todo lo ocurrido en su entorno, desde que termina la sesión del día, hasta la próxima cita. Esto debe anotarlo en todos los procesos.

3.1.3. Sesión 3

Objetivo: Aumentar el autoestima

Tiempo estimado: de 1 a 2 y ½ horas

Actividad: indagar sobre la percepción que tiene el paciente de si mismo. De esta manera se decide que es mas conveniente en ese caso; leer poemas referentes a la mujer, ver películas o documentales que enfoquen a una visión constructiva de la mujer y su papel fundamental en la sociedad. Anotar en el diario de campo.

3.2. Desarrollo:

3.2.1. Sesión 4

Objetivo: Auto-reconocer su cuerpo.

Tiempo estimado: 2 horas

Actividad: Se pide al paciente que dibuje e interprete lo que siente con su dolencia y como siente fisiológicamente con su órgano sexual. Anotar en el diario de campo

3.2.2. Sesión 5

Objetivo: Lograr una exploración de su parte afectada.

Tiempo estimado: 1 hora

Actividad: Observe la cicatriz y toda la zona genital con un espejo, explore por medio del tacto y la vista, el color, el tamaño y la forma de la cicatriz. Se pide al paciente que para la próxima sesión investigue sobre su afección y que hable con otras personas sobre el tema. Anotar en el diario de campo.

3.2.3. Sesión 6

Objetivo: Informar al paciente sobre su problema a nivel físico y mental.

Tiempo estimado: 2 a 3 horas.

Actividad: Se le ofrece al paciente una serie de lecturas con el fin de informarlo sobre su proceso y las posibilidades que ofrece la terapia. Se pregunta que tan informado esta acerca del tema, en que le ayudo investigar y compartir su problema con otras personas. Se presentan al paciente imágenes de la vagina con rupturas. Anotar en el diario de campo.

3.3. CIERRE

3.3.1. Sesión 7

Objetivo: Auto-reconocer y aceptar el problema

Tiempo estimado: 2 horas

Actividad: Una vez analizados todas las lecturas y las imágenes que se tienen acerca del tema, se pide al paciente que explore en su interior, que cosas pueden estar ligadas a su afección vaginal y como ve que afecta su entorno, de este modo se pide que empiece una construcción de un mandala que le ayude a aclarar su idea de la afección. Anotar en el diario de campo.

3.3.2. Sesión 8

Objetivo: Interpretar

Tiempo estimado: 1 hora

Actividad: Se hace un análisis del diario de campo incluyendo los mandalas y los dibujos del paciente, comprendiendo las posibles causas de su afección y la utilización de los colores, para ver si es pertinente o no la intervención directa del terapeuta en el proceso evolutivo del paciente, es posible que el paciente necesite una utilización de ciertas formas que le ayuden sutilmente a su recuperación, como cada proceso resulta diferente, ya que todo es muy subjetivo, habrán casos en los que sea necesario analizar si le afecta las formas puntiagudas, o redondeadas, y para ello es necesario la intervención del terapeuta, donde realice un mándala que sutilmente convierta estas figuras en algo que no le afecte y se proyecte hacia otras formas contrarias, como en el caso de las figuras puntiagudas; puede proyectarse hacia formas redondeadas formando una nueva figura agradable; y en el caso de las formas redondeadas todo lo contrario, de esta manera se logra una asimilación del proceso, en el cual el paciente se sienta mas seguro. (El terapeuta debe ser muy cuidadoso en cuanto a los comentarios que se digan al respecto de las causas aparentes de la molestia o afección por la ruptura vaginal, ya que los procesos se van dando según asimile el paciente su recuperación.)

Hasta este punto la paciente tiene que haber redefinido su ser en base a las reflexiones, los trabajos y escritos. Además la información obtenida a través de todo el proceso ayudará a la comprensión y sanación de la afección.

Una vez analizados los procesos, es hora de que el terapeuta entregue al paciente una serie de recomendaciones acerca del color y el manejo de valores de sombra y luz, de manera que contribuyan en su proceso terapéutico, además se entregara una serie de mandalas a manera de sugerencia para una sanación a su problema. También es necesario que el paciente sepa que la terapia no finaliza con esto, es un proceso de asimilación que puede tardar si hasta el final no se ha llegado al objetivo propuesto.

Queda abierta la posibilidad de volver con el terapeuta en caso de ser necesario.

BIBLIOGRAFIA

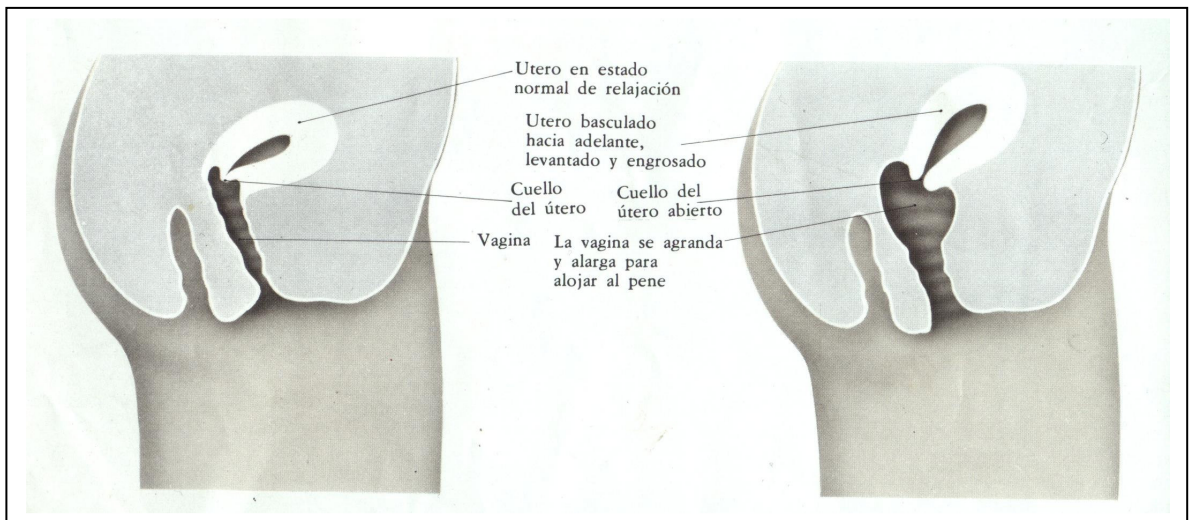
- A.A.V.V; “*EL GOCE DE VIVIR*”, Círculo de lectores; 1978-1979. Cacém, 224 páginas.
- Clarissa Pinkola Estes; “*MUJERES QUE CORREN CON LOBOS*”. Méjico, Ediciones B, 2000. 584 páginas:
- Kenneth Sullivan y Dorothy Millar; “*EJERCICIOS PARA VIVIR MEJOR*”; Circulo de Lectores; Bogotá. 1981; 212 Páginas
- Mimi Marinovic; “*HISTORIOGRAFÍA Y PSICOLOGIA DEL ARTE*”.
- Rüdiger Dahlke; “*LA ENFERMEDAD COMO SÍMBOLO*”, Barcelona, Robin book, 2006, 379 páginas.
- Rüdiger Dahlke; “*EL MENSAJE CURATIVO DEL ALMA*”, Barcelona, Robin book, 2004, 359 páginas
- Santiago Rojas Posada; “*LA ESTRATEGIA DEL AVE FENIX*”; Norma 2007. Bogotá; 357 Páginas.
- Thorwald Dethlefsen y Rüdiger Dahlke; “*LA ENFERMEDAD COMO CAMINO*”; Lidebolsillo; Segunda edición, 2003, 320 páginas.
- <http://arteterapia-chile.blogspot.com/>
- http://ipsnoticias.net/recuadro_270405.asp
- http://www.novarevista.com/salud/Arteterapia_1.html

ANEXOS

ANEXO A: Diagrama de la vagina

Vagína en estado de reposo (lado izquierdo).

Vagina en estado de excitación, se ensancha para permitir el paso del pene (lado derecho)



Fuente: A.A.V.V;El goce de vivir, Circulo de lectores;
Bogota: 1979, pág 98

FIGURA 1: Mandala N°13, pensando en la ruptura vaginal como molestia.



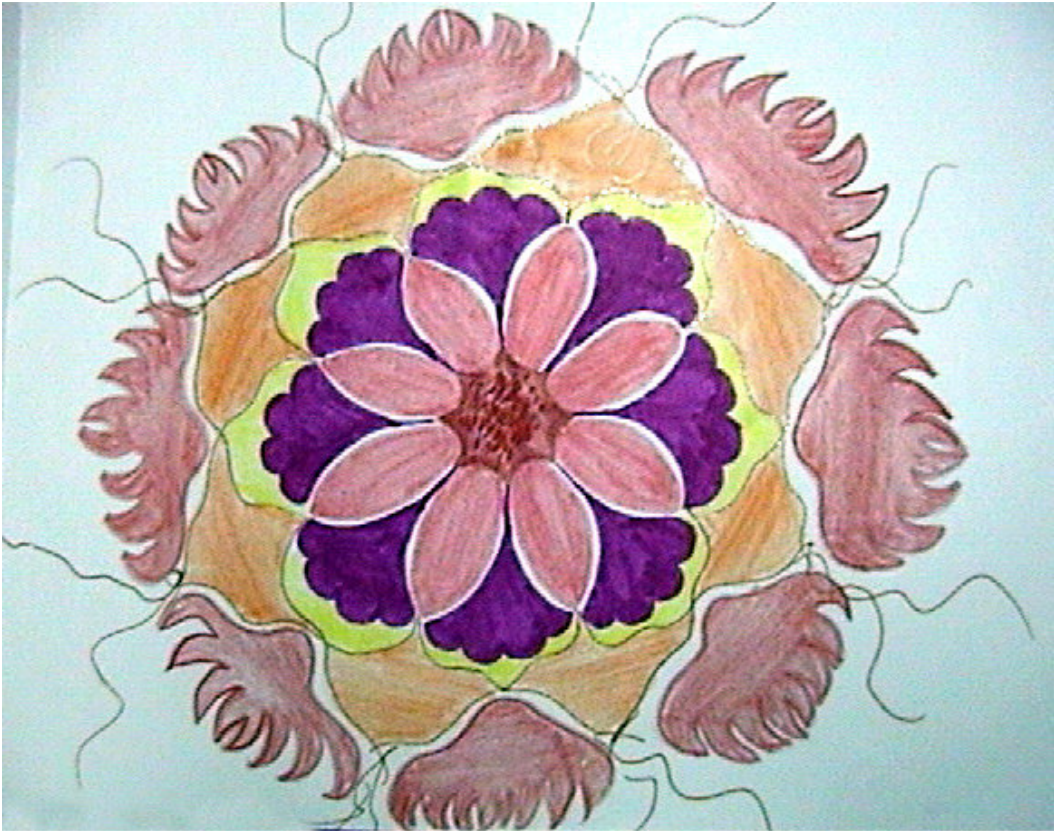
Fuente: de La investigación

FIGURA 2: Mandala N° 23, pensando en una progresiva sanción de la sugestión que causa la herida.



Fuente: de la investigación.

FIGURA 3: Mandala N° 28, pensando en la reabsorción de la cicatriz a través del cuerpo.



Fuente: de la investigación.

FIGURA 4: Mandala N° 32 hecho pensando en una sanción mental de las molestias causadas por la herida.



Fuente: de la investigación.