

# ACOSO, MALTRATO FÍSICO (PARA ESTUDIANTES, ETC.)

No se trata de un poco de novatadas o bromas ligeras, algo que suele ocurrir entre los jóvenes: ponerse a prueba unos a otros, poner a prueba los límites.

Este post va dirigido a quienes experimentan mucho estrés y ansiedad causados por abusos constantes, incluso amenazas de muerte. Hay otras personas que son crueles y se desquitan con cualquiera que consideren su objetivo.

Para cualquiera que sufra abusos reales, debe saber a qué se enfrenta y cómo afrontarlos de la mejor manera posible. (Más sobre esto más adelante en este post).

Hay niños y adolescentes a los que han tenido que sacar del colegio, o bien educarlos en casa o trasladarlos a otro centro, porque los acosaban y no podían soportarlo. Pero hay más jóvenes que no tienen esta opción y no saben cómo enfrentarse a este problema.

En primer lugar, no te creas la amenaza de que te meterás en más problemas si se lo cuentas a tus padres, a los profesores o a la policía. Y no te creas la "regla del gángster" de "no ser un soplón". No hay "honor" en guardarse estas cosas para uno mismo. Esto es totalmente una agenda enemiga de mantener a la gente callada para aceptar más abuso para causar más daño psicológico. El único juicio que debería importarte es el de los Dioses, y ellos quieren que obtengas el mejor resultado para ti.

En relación con esto, si alguna vez pierdes amigos porque has llamado la atención sobre el problema, entonces esas personas no eran realmente tus amigos. Así de sencillo. Con toda la gente que hay en el mundo, es fácil encontrar nuevos amigos. Los amigos deberían cubrirtte las espaldas, no abandonarte por "no ser guay". Amigos potenciales los hay a montones. Encuentra gente valiosa de la que ser amigo. Nunca dejes de hacer lo correcto por miedo a lo que piensen tus amigos. Tus verdaderos amigos te apoyarán

En cuanto a la lucha contra los acosadores. Por desgracia, hoy en día nunca se sabe quién tiene un cuchillo o incluso una pistola. Esto complica las cosas a la hora de defenderte, porque defenderte puede convertirte en el blanco de algo mucho peor que unos cuantos puñetazos. En casos así, evita a esa persona y avisa a tus padres, profesores o incluso a la policía si te sientes amenazado.

Afortunadamente, hoy en día todo el mundo tiene un teléfono con cámara. Aprende a filmar discretamente cualquier amenaza potencial como prueba. Practica en un espejo en casa o con un amigo de confianza para aprender a ser muy sutil y rápido. Finge que estás enviando un mensaje de texto o algo así. Pero si te pillan, pueden destrozarte el teléfono, así que tenlo en cuenta. También es probable que no quieras tener que dar tu teléfono a la policía o a la escuela como prueba, así que una opción más discreta es tener el dispositivo de grabación de voz encendido y llevarlo en el bolsillo. Y sobre las cámaras, si alguien se te acerca para pelear contigo, dile que hay cámaras de seguridad alrededor. Esto al menos debería hacer que la persona dude lo suficiente para que puedas escapar.

Otra cosa que tienes que aprender es a ser mentalmente fuerte. Unos cuantos puñetazos no deberían causar daños psicológicos. Las personas que sufren daños psicológicos a causa de la violencia leve de una sola vez suelen ser personas que no tienen padre, o que lo tienen pero también abusa físicamente de él. Los niños se pelean, no dejes que unas cuantas peleas te afecten. Para lidiar con el abuso verbal, puedes devolverles el insulto si puedes (sólo si sabes que eso no llevará a que te agredan físicamente) o simplemente ignorarlo (más sobre esto más adelante en este post) si esta es la opción más segura para ti. Déjalo pasar, no le des más vueltas y no permitas que se convierta en algo más grande de lo que es.

Hay cosas contra las que se puede luchar, e incluso puedes ganarte el respeto de los demás. Mantente firme, sé ingenioso, contesta con bromas, etcétera. De ahí han surgido muchas amistades. Incluso las peleas físicas han dado lugar a algunas de las mejores amistades, pero hoy en día las peleas pueden hacer que te expulsen del colegio, así que es mejor evitarlas. A lo largo de la historia se han dado muchos casos de personas que se han hecho mejores amigos después de haberse peleado.

Pero los párrafos anteriores se refieren a algo menor. Para los que sufren acoso constante, esto es diferente. Es algo con lo que hay que lidiar y de lo que hay que curarse.

Para aquellos que intentan decírselo a sus padres o profesores y no consiguen nada: Sigue contándoselo. Haz que te escuchen. Grita si es necesario. Muchos problemas se deben a que la gente guarda silencio, no es natural guardar silencio sobre estos asuntos. Esto por sí solo puede causar daño al alma. Tienes que hacerte oír. Muchos padres restan importancia a los problemas porque no saben cómo afrontarlos o no quieren creer que su hijo está en peligro.

Para los que están seguros de no poder contárselo a sus padres por el motivo que sea: Hazlo de forma anónima. Escríbelo/imprímelo en un papel y entrégalo discretamente al orientador escolar o al director, incluye el nombre de la persona que abusa de ti. O llama a una línea de atención telefónica (puedes encontrar la de tu zona en Internet o incluso puede que aparezca en la página web de tu centro escolar). Pero para que se tomen medidas, tendrás que presentarte y testificar; ellos te indicarán los pasos a seguir.

Ahora viene lo bueno: Puedes fortalecerte y curarte de cualquier trauma. Muchos acosadores se centran en las víctimas potenciales, pueden ver quién es más débil. No se trata de debilidad física, porque algunos de los peores acosadores son físicamente débiles, pero son manipuladores y consiguen los resultados que quieren. Hay diferentes tipos de fuerza, y diferentes tipos de debilidad.

En la Alegría de Satán, hay métodos para fortalecerse. Trabaja en tu chakra solar y aura especialmente, pero también limpia tus chakras y alma. Hacer un aura de protección te ayudara mucho. También hay un hechizo de atadura que se puede hacer sobre aquellos que te maltratan, pero sé realista al respecto. Si alguien te insulta un poco, dejalo ir. Eso no es abuso, es simplemente la vida. Las ataduras solo deben ser hechas a abusadores reales, no basadas en un capricho.

Otra cosa importante es fortalecer tu mente. Mucha gente es de mente débil porque no nos enseñan en las escuelas o los padres a tener una mente y un carácter más fuertes. Es por eso que mencioné en este post acerca de dejar pasar algunas cosas y no detenerse en abusos menores. Fortalece tu mente, conoce lo que simplemente debes ignorar y dejar atrás. Esto es imperativo para muchas cosas en la vida, por lo que esto puede ser visto como la práctica, con el fin de hacer aún mejor en su vida. Tener una mente y un carácter fuertes se mostrará a los demás, y sabrán que no eres alguien con quien meterse fácilmente.

Los abusos leves y ocasionales forman parte de la vida, así que o bien contraatacas de forma adecuada (no te pases, simplemente iguala lo que hicieron al mismo nivel si crees que es seguro hacerlo) o ignóralos. Ignorarlos suele ser la mejor respuesta, porque la mayoría de los acosadores buscan una respuesta por tu parte. La meditación del vacío te ayudará a ignorar cualquier cosa a la que no merezca la pena prestar atención.

Ignorar es poderoso, porque demuestra a la otra persona que es completamente irrelevante para ti y que no merece tu tiempo. Pero, siendo realistas, puede llevarles a dar un paso más para conseguir la atención que desean, así que puede que tengas que hablar con ellos y decirles que no vas a aguantar nada. Empieza con educación, porque puede que las cosas salgan mucho mejor de lo que esperabas. La cortesía suele ser muy útil, porque muchos acosadores se comportan mal porque sus padres les descuidan o son constantemente groseros con ellos. Ser amable con ellos a veces (pero no siempre) puede hacer que se conviertan en mejores personas.

En cuanto al ciberacoso, simplemente bloquea e ignora. Nunca les respondas, quieren atención, así que no se la des. Si te amenazan, guárdalo y denúncialo a la policía o a las autoridades escolares, pero no respondas personalmente de ninguna manera al ciberacosador. Ignora cualquier cebo, tu tiempo es valioso así que no lo malgastes con ellos.

Una buena forma de afrontar situaciones problemáticas es representarlas con tus amigos o padres, o simplemente visualizarlas en tu mente. Repasa posibles situaciones amenazadoras y habla sobre ellas. Esto te dará la familiaridad necesaria para enfrentarte a situaciones de la vida real con más confianza.

Volviendo al tema del maltrato real:

Qué puedes hacer para ayudar a resolver la situación y curarte a ti mismo: Ritual espiritual de desahogo/venganza. Realiza un ritual estándar a Satanás. En el momento álgido del ritual, descarga toda tu ira, rabia, vergüenza, frustración, todos esos sentimientos. Siéntelos con fuerza. Si te sientes reprimido o abatido, saca de esto los sentimientos de frustración. Libéralo todo, y pide que la energía se dirija adecuadamente: ya sea hacia el acosador, o simplemente hacia "el enemigo" en general, lo que consideres adecuado para ti.

Si tienes acceso a algo que puedas atacar físicamente como apoyo, esto puede ayudar mucho. Utiliza una almohada si no hay nada que puedas destruir. Sigue golpeando la almohada hasta que te sientas mejor. Saca tu rabia durante el ritual, pasa todo el tiempo que necesites haciendo esto.

Cuando sientas que has terminado, termina el ritual, agradece a cualquier Demonio que te haya ayudado y limpia tu aura. Después, haz algo que te haga feliz. Mira algo que te haga reír, visita a un buen amigo o practica un hobby que te guste, por ejemplo. Es probable que te sientas cansado por el ritual, pero también te sentirás mejor, como si hubieras conseguido algo.

Puedes repetir este ritual siempre que sientas la necesidad de hacerlo. Cualquier Luna Menguante en Escorpio o Capricornio dará un poder extra (descarga el Calendario SS de tu localidad para ver las fechas), pero esto puede hacerse de hecho en cualquier momento que lo necesites. No dejes que se acumule dentro de ti, esperando el mejor momento para hacerlo. Hazlo cuando lo necesites. Y luego puedes volver a hacerlo en los momentos lunares antes mencionados.

Y no olvides que puedes hablar con un terapeuta. Hablar de los problemas puede ayudar a mejorar las cosas y dar claridad a la mente. Por último, la meditación te dará fuerza interior y te permitirá afrontar mejor todas las situaciones.

Satán nos conduce a la paz interior y a la fuerza.

**Suma Sacerdotisa Lydia**