



## ¿Qué es ser un verdadero hombre?

### Introducción

El día de hoy vamos a hablar sobre un tema que necesita ser tratado y profundizado, probablemente para muchos resulte un tema común o cotidiano, para otros un tema extraño y para otros un tema que deseaban escuchar. Éste es: ¿qué es ser hombre?

El diccionario de la **Real Academia Española** define al hombre como *“un individuo que tiene las cualidades consideradas varoniles por excelencia, como el valor y la firmeza”*. En la actualidad, esta definición está en crisis, los cambios sociales han provocado un cambio en los roles tradicionales y cada vez hay menos tareas exclusivas de hombres o de mujeres.

¿Por qué estamos viendo una gran crisis en los hogares? ¿Por qué hay un aumento en el número de crímenes y violencia en el medio social de los países de habla hispana? ¿Por qué hay una falta de liderazgo y de ejemplos a seguir masculinos, que puedan ser imitados por los jóvenes que hoy están desubicados? ¿Por qué hay muchas mujeres que sufren violencia intrafamiliar? ¿Por qué hay tantos jóvenes que sufren la ausencia de un padre, aún cuando éste está vivo, porque no es consciente de las necesidades reales de su hijo y no cumple con su papel de padre?

Un ejemplo claro de este cambio es el nuevo modelo de hombre, el cual venden los medios de comunicación: un hombre que le gusta vestirse bien, se cuida la piel, usa cremas, se pinta el pelo, etc. En fin, un hombre demasiado interesado en su físico. Otro modelo de hombre es aquel que tiene un aspecto demasiado masculino.

La mayoría de las personas estarán de acuerdo en la frase: *“los hombres de ahora ya no son como los de antes”*. Claramente se puede hablar de una crisis de la masculinidad, de un desajuste en el trato entre los hombres y las mujeres y también en la manera en la que ellos mismos se perciben.

Existe una imagen de lo masculino que ha sido transmitida de generación en generación y en la que pocas veces nos ponemos a reflexionar; desde la infancia los niños aprenden que un verdadero

hombre debe mostrarse fuerte y seguro de sí mismo, competitivo y ganador. Este modelo de masculinidad también incluye prohibiciones, como no llorar, no mostrarse débil, temeroso o inseguro, no fracasar, etc.

Este cambio actual en la masculinidad le quita peso a muchas verdades masculinas, entre ellas, la sumisión de la mujer; esto genera no una crisis, pero sí una inquietud y desconcierto en muchos hombres.

### El concepto de masculinidad



La masculinidad es todo lo que se asocia con la conducta típica de los hombres en una determinada sociedad o cultura. Se define como *“una identidad que se desarrolla a partir de tener dominio de otras personas con menos poder”*. Se define como *“una identidad que se desarrolla a partir de tener dominio de otras personas con menos poder”*. Se cree además que la socialización tradicional de los varones en el seno de la familia juega un papel central en la reproducción del poder masculino; por ejemplo, la necesidad que siente el niño de separarse de la madre para sentirse hombre.

Un alto porcentaje de niños y niñas continúan aprendiendo desde muy temprana edad que el mundo de la mujer es la casa y la casa del hombre es el mundo. De acuerdo con este guión socialmente determinado, los varones juegan a ver quién es el más fuerte y atrevido en su mundo -que es su casa- quién es el más hábil y valiente, el más capaz de desafiar las leyes establecidas y salirse con la suya. Es decir, aprenden a jugar a ser hombres, pensando que eso los va a hacer más masculinos y más machos. Así es como la sociedad lo percibe.

Llegada cierta edad a los varones se les impide expresar ternura, cariño, tristeza, dolor o cualquier tipo de expresión de humanidad. Pero si se les permite la ira, la agresividad, el atrevimiento y el placer, como muestras de la masculinidad real. Es así como se forma el macho, carente de sensibilidad y amor y con un comportamiento agresivo.

En algún momento de la historia, a los hombres se les asignaron patrones de conducta pero sin tomar en cuenta la ternura, la expresión de sentimientos y la capacidad de criar hijos. Además, se les llevó a considerar débil si tenían alguna de estas características, ya que se consideran peligrosas para su “formación”.

Veamos otra definición de **Godelier**, antropólogo francés:

*“Para ser masculino, un hombre debe estar dispuesto a luchar e infligir dolor, pero también a sufrir y soportar dolor; él busca aventuras y pruebas de su coraje y lleva las cicatrices de sus aventuras orgullosamente. Una mujer enfrenta el peligro en el parto, un riesgo del cual no puede escapar; un hombre tiene que aceptar el peligro, libre y voluntariamente, sino no es un hombre. Los trabajos peligrosos que él asume son para que las mujeres puedan criar a sus hijos en un ambiente seguro, el dominio social masculino debe ser visto como fruto del sacrificio del hombre. Un hombre busca el poder, la riqueza y el éxito no para sí mismo sino para otros; él recibe honores por su disposición a servir o morir si es necesario, la hombría es un honor pero a menudo es un honor mortal”.*

La masculinidad es la principal característica de los varones que tiene que ver con aceptar sus responsabilidades ante sí mismos y ante la sociedad.

¿Qué esperan las mujeres de los hombres? No hay mejor manera de saber cómo debe ser un hombre que preguntárselo a una mujer. Las mujeres de hoy reclaman de los hombres más atención, comprensión, ternura y delicadeza. Veamos qué opina una mujer:

**Varón:** Señora, ¿qué espera usted de un hombre?

**Mujer:** Que sea responsable, fuerte, que sepa lo que hace.

**Varón:** Las mujeres de hoy dicen que necesitan un hombre tierno y delicado que lllore con ellas, que se muestre sensible y frágil. Usted, ¿qué opina?

**Mujer:** Yo opino que debe ser lo contrario. No debe llorar frente a la mujer porque se ve débil.

**Varón:** Hay quienes dicen que el hombre debe llorar y expresar sus sentimientos igual que una mujer porque es bueno para su salud. Usted, ¿está de acuerdo?

**Mujer:** No, los hombres y las mujeres mostramos

*la pena de forma diferente.*

**Varón:** ¿Acaso no somos iguales?

**Mujer:** No, somos distintos en muchas formas.

**Varón:** ¿En qué somos distintos?

**Mujer:** Los hombres son fuertes y protectores y las mujeres son suaves y maternales.

Esta es sólo una opinión de una mujer, pero una forma de ser hombre que ha dado sentido a los varones durante siglos es aceptar ejercer la influencia paterna. El ser padre implica tener la autoridad del hogar y ejercer los derechos de padre de familia, ser proveedor.

Los atributos de la mujer, desde un punto de vista social, han estado centrados en el ejercicio de la maternidad protegida y proveída por el hombre. La mujer acepta y ejerce la dedicación al hogar y a los hijos en el espacio de su casa; es en la familia donde el niño aprende rápidamente acerca de su género y con ello se percata de que se convertirá en hombre y la forma en que los niños construyen sus ideas sobre la masculinidad se ve complicada por un factor clave en la sociedad actual: la falta de padres.

Aunque el papel activo del padre es de gran importancia para la formación del niño, muchos hogares carecen de la presencia paterna y cuando si la tienen es común que sea deficiente por diversas razones. Normalmente se ve al hombre como el sexo fuerte y dominante, mientras que a las mujeres se les considera como el sexo débil. Esta concepción ha traído como consecuencia la lucha de la liberación de la mujer.

## La problemática masculina

La masculinidad no es siempre un sinónimo de poder, los hombres conducen muchos tipos de vida distintos y tienen intereses muy diferentes. Las estadísticas demuestran que la vida en el mundo occidental exige un alto precio a los hombres:

- Son los mayores consumidores de drogas y por ello hay más hombres presos en las cárceles que mujeres.
- La esperanza de vida de los hombres es más corta, comparada con la mujer.
- Los jóvenes muestran en la escuela modelos de conducta más problemáticos que las jóvenes y las superan en gran proporción en número de alumnos que requieren medidas de apoyo en la

escuela primaria.

- El abandono escolar por parte de los niños es mayor que por parte de las niñas.



Padre e hijo comparten periodos de tiempo muy cortos, los hombres están en los trabajos y los niños pasan cada vez más tiempo en la escuela, cuando tienen acceso a ella, o vagan por las calles sin orientación alguna. A esto se le agregan los altos grados de alcoholismo y violencia masculina en el hogar, que hacen más profundas las deficiencias de amor y cariño por parte del padre. Todo ello implica que los niños tengan como modelos aspectos muy limitados de la conducta masculina y no toda la visión de la masculinidad y de lo que significa ser un verdadero hombre.

También podemos notar la falta de hombres sabios en nuestra sociedad, aquellos que han aprendido de sus propias debilidades y fortalezas y que además tienen la capacidad, el deseo y el compromiso de transmitir su aprendizaje y sabiduría a otros más jóvenes. Hay quienes dicen que sin hombres sabios la sociedad se daña y que un joven llega a ser violento con otros y aún consigo mismo debido a que carece de un modelo real de masculinidad y nunca llegó a tener la orientación de un hombre sabio.

Las escuelas juegan un papel de suma importancia en la construcción de la masculinidad; en las primarias, las mujeres constituyen el mayor porcentaje de docentes. Muchos niños, al igual que niñas, pasan por la primaria sin un solo hombre como maestro.

Ante la separación física y emocional entre padre e hijo es más difícil atender el significado de la masculinidad; sin embargo, todos los niños deben crecer y convertirse en hombres y esto lo aprenderán de una u otra forma. En nuestra sociedad son evidentes tres formas de aprendizaje de la masculinidad y los tres son peligrosos.

La primera es a través de los **medios de comunicación**: está comprobado que un niño mira más la televisión que a su padre. Ésta usualmente presenta tres tipos de hombre: el deportista ultra-competitivo, el violento criminal y el alcohólico drogadicto. Las imágenes percibidas por el niño son de hombres agresivos, insensibles, emocionalmente

cerrados y muy negligentes respecto a su bienestar personal. Estas son las conductas que aprenden, no hay mucho de donde puedan escoger un buen modelo a seguir.

La segunda es con el **grupo de amigos**: los jóvenes pasan mucho más tiempo con jóvenes de su edad que con hombres adultos. En estos grupos gana siempre el más agresivo y violento, el que más desafía a la autoridad y es el que termina dando el ejemplo de una masculinidad “exitosa” porque al final su conducta consigue lo que pretende.

La tercera forma es por **reacción**: si los modelos de la televisión y del grupo de amigos son negativos, éste es potencialmente más dañino para los seres humanos, ya que al no poder aprender sobre la masculinidad en la casa o escuela, al estar rodeado de mujeres, el niño llega a interpretar el concepto de “masculino”, como “no femenino”.

El peligro particular en esta forma de aprendizaje es que, usualmente, se acompaña del desarrollo de una actitud contraria hacia las mujeres, una cultura anti-mujer, en la cual se degrada todo lo percibido como femenino y se evita, a cualquier costa, cosas como: mostrar emociones, cuidar de otras personas y del propio cuerpo así como hablar de sentimientos.

### El “poderío” masculino

Vivimos en una sociedad que trabaja en función de los intereses de los hombres, en la mayoría de los casos, quienes dirigen las corporaciones, los departamentos gubernamentales y las universidades son hombres que muchas veces ponen las cosas de tal forma que para las mujeres es sumamente difícil, aunque no imposible, ganar acceso a posiciones de alto nivel. Esto es sólo un ejemplo de la estructura del poder masculino.

Por lo general, los hombres carecen de los mínimos conocimientos y habilidades sobre sus emociones, o sea, cómo gobernar sus emociones y la manera en que funcionan los sentimientos del hombre. Sus incapacidades llegan hasta el punto de tener dificultad para identificar lo que sienten.

Los hombres han mirado hacia fuera, hacia el exterior, y se han olvidado que lo importante está adentro, lo interno de nuestro ser. Según investigaciones científicas, la mayoría de los problemas psicosociales, tales como alcoholismo, estrés, dependencia a las drogas, suicidios y enfermedades mentales, atacan

principalmente al hombre.

Asimismo las principales causas de muerte relacionadas con el estilo de vida –cáncer, infartos, accidentes automovilísticos, muertes por violencia, abuso sexuales en niños- son más comunes entre los hombres. ¿Cómo se está expresando la verdadera masculinidad? Muy poco y, ¿la falsa? A grandes rasgos, es la que predomina en nuestra sociedad.

De ahí podemos entender la crisis de identidad que tienen muchos niños y jóvenes adolescentes varones y como al llegar a la etapa adulta, físicamente hablando, siguen siendo muy inmaduros y muy niños y su carácter está moldeado por los medios de comunicación, por lo que aprendieron en su grupo de amigos o por sus propias reacciones, al no tener un modelo de hombre verdadero.

La masculinidad se manifiesta, predominantemente, en el poderío masculino. ¿Qué tan falso es el concepto de masculinidad hoy en día, que el poderío masculino se refleja dolorosamente en el hecho de que los hombres cometen alrededor del 90% de los crímenes violentos y casi el 100% de las violaciones?



Estas cifras no están asociadas a factores hormonales sino a un malentendido del rol que desempeña socialmente la masculinidad. Aquí hay algunas creencias populares de lo que debe ser un hombre, obviamente estas creencias falsas llevan a una mala calidad de vida. Algunas de estas creencias son:

**Debe ser agresivo y competitivo:** esto lleva a los varones a involucrarse en situaciones potencialmente peligrosas, la idea de que el hombre debe ser valiente y arriesgado, que no debe tener miedo frente al peligro es la causa de un gran número de accidentes, muchos de ellos fatales.

**Inexpresividad emocional:** cuando se es hombre no se debe expresar las emociones, deben aguantarse. Eso es falso, porque contribuye a generar trastornos y enfermedades de la salud al no poder expresarlos, estas enfermedades pueden llegar a ser graves, como las enfermedades del corazón, las gastrointestinales o mentales.

**Deben ser fuertes, no deben consultar al especialista cuando están enfermos:** a muchos

hombres les resulta difícil solicitar ayuda médica y cuidar su salud, muchas veces llegan a la consulta médica con cuadros avanzados de la enfermedad, a veces irreversibles, debido a una obstinación en no pedir ayuda en los periodos anteriores de la enfermedad. Pareciera que el pedir ayuda está asociado al hecho de mostrar debilidad frente a los otros.

**Consultar con un psicólogo es de débiles:** el miedo que tienen muchos hombres a realizar una consulta psicológica o psiquiátrica está casi siempre asociado a la idea de que ellos deben ser capaces de resolver por sí mismos sus problemas. Además los tratamientos de los especialistas en el campo de la salud les van a requerir hablar de sí mismos y de sus sentimientos, tarea para la cual se sienten imposibilitados.

### Mitos, creencias y factores culturales

Existen once mitos y creencias en relación al género masculino. Un mito es algo que se tiene por cierto y no lo es.

1. El poder, la dominación, la competencia y el control son esenciales como una prueba de masculinidad.
2. La vulnerabilidad, los sentimientos y las emociones en el hombre son signos de feminidad y deben ser evitados.
3. El control de sí mismo y sobre otros es esencial para que el hombre se sienta seguro.
4. Un hombre que pide ayuda o trata de apoyarse en otros muestra signos de debilidad, vulnerabilidad e incompetencia.
5. El pensamiento racional y lógico del hombre es extremadamente inteligente y puede enfrentar cualquier problema.
6. Las relaciones interpersonales que se basan en sentimientos, intuiciones y contacto físico son consideradas femeninas y deben ser evitadas.
7. El éxito masculino en las relaciones con mujeres está asociado a la sujeción de la mujer a través del uso del poder y el control de la relación.
8. El ejercicio de la sexualidad es el principal medio para probar la masculinidad. La sensualidad y la ternura son consideradas femeninas y deben ser evitadas.
9. La amistad con otros hombres debe ser evitada porque lo vuelve vulnerable y lo pone en desventaja en la competencia por las mujeres, puede implicar afeminamiento y homosexualidad.
10. El éxito masculino en el trabajo y la

profesión son indicadores de su masculinidad.

11. La estima del hombre se apoya principalmente en sus logros y éxitos obtenidos en la vida laboral y económica.

Estos mitos son falsos pero son creencias que están en las mentes de muchas personas y lleva a problemas familiares, sociales y mala calidad de vida en las familias y en los seres humanos. Esta serie de creencias se convierte en una verdadera trampa que impide reflexionar en las desventajas que trae el no entender el qué consiste realmente ser hombre.

La fuerza de los mitos culturales hace que la mayoría de los hombres y de las mujeres no cuestionen alguno de estos principios, mal entendidos a lo largo de su vida.

Dentro del ámbito de la antropología podemos encontrar que el comportamiento considerado masculino o femenino está, en gran parte, determinado por factores culturales. Esto quiere decir que esas diferencias son más bien el resultado de una vida que va de acuerdo con las tradiciones de la sociedad en que uno vive.

Ser femenina o masculino son conductas aprendidas e impuestas por la cultura -somos producto de la cultura- que transmitidas de generación en generación, definen al varón como masculino y a la mujer como femenina y también determina cómo comportarnos de acuerdo a nuestro género.

La cultura nos dice que el hombre debe ser masculino, cuáles son las normas que deben cumplir para ser considerados masculinos, es decir, asumir el rol que la sociedad espera de él. Ser un hombre en una cultura machista es poder, tener, saber, ser importante y confiado de sí mismo, debe sobresalir en las conquistas exitosas, pero muy especialmente en el campo de la sexualidad.

## El verdadero hombre

Debemos de tomar en cuenta que ser un verdadero hombre es ser una persona responsable de sus acciones, alguien que puede cuidar a sus hijos, no que le pasa su responsabilidad en el hogar a la mujer y deja todo tirado, al contrario, es cariñoso con su esposa e hijos.

Ser hombre no es nada más ser varón, un simple individuo de sexo masculino, sino hacer las cosas de acuerdo a su papel de hombre, no buscar

razones para demostrar que no se puede ser un verdadero hombre. El verdadero hombre se levanta a enfrentar sus responsabilidades si cae o fracasa e intenta de nuevo, lucha, levanta los ojos, sueña con algo grande, es consciente de sus actos y, sobre todo, responsable de los mismos.



Ser hombre es saber lo que se tiene que hacer y hacerlo, saber lo que se tiene que decir y decirlo. Es también saber decir no. Tiene respeto de las promesas que hizo al casarse, tiene

vergüenza de burlarse de una mujer, de abusar del débil, de mentir al ingenuo. Ser hombre es entender el trabajo no como necesidad sino como privilegio y don, que dignifica y enorgullece.

Ve la necesidad de tener una disciplina basada en principios sanos y sujetarse por su propia voluntad a la misma. Ser hombre es comprender que la vida no es algo que se nos da resuelta, sino que es la oportunidad de hacer algo bien hecho y de trascendencia. El mundo necesita hombres de verdad, tu familia necesita un hombre responsable, los jóvenes necesitan modelos de hombres de verdad para poder llegar a ser verdaderamente hombres.

Un verdadero hombre toma decisiones y vive con las consecuencias, acepta su responsabilidad por sus acciones y sus palabras, es firme en lo que habla. Cuando hace una promesa la mantiene, si no puede mantener una promesa, entonces no da su palabra; sabe que sus palabras son tan poderosas como sus acciones.

Sabe la diferencia entre lo que es importante y lo que no, no pierde el tiempo en cosas que no le van a dar beneficio, se enfoca en su familia para mantenerla fuerte. Conoce que los hijos son un regalo de Dios y así los trata. Un verdadero hombre es la columna de su familia, sirve de ejemplo a sus hijos y a las personas de su alrededor.

En otras palabras se tiene que romper con el modelo de la fortaleza masculina, los hombres también son personas y como tales en sus vidas hay momentos de fortaleza pero también de debilidad y frustración.

A lo largo de la historia han existido hombres de verdad, personas que han mostrado el verdadero

carácter masculino y que además han hecho grandes contribuciones a la humanidad. Como decía un famoso enciclopedista francés: “No conozco más grandes hombres que los que han hecho grandes servicios a la humanidad.”

**Emerson**, filósofo, decía acerca del hombre: *“El hombre héroe es el hombre inconmoviblemente afirmado en sus principios.”* **Graham Green**, escritor novelista, dice: *“La humanidad avanza gracias no sólo a los potentes empujones de sus grandes hombres, sino también a los modestos impulsos de cada hombre responsable.”* **Fiódor Dostoievski**, escritor ruso, dice: *“Cuando reconozco a un hermano en mi prójimo, sólo entonces soy hombre.”*

Algunos hombres que han sido ejemplos en la historia son: **Luis Pasteur**, químico francés cuyos descubrimientos tuvieron enorme importancia en diversos campos de las ciencias naturales y la microbiología. A él se le debe la técnica conocida como la pasteurización.

Isaac Newton, fue científico, filósofo, alquimista y matemático inglés que escribió la ley de la gravitación universal y estableció las bases de la mecánica clásica mediante las leyes que llevan su nombre. Entre sus descubrimientos científicos destacan los trabajos sobre la naturaleza de la luz, la óptica y el desarrollo del cálculo matemático.

**Abraham Lincoln** se le recuerda por restaurar la unidad federal de la nación al vencer a los estados confederados y por terminar con la esclavitud en los Estados Unidos. **George Washington**, debido a su importante participación en la fundación de los Estados Unidos, es conocido como el padre de ese país, la historia lo señala como uno de los más grandes presidentes. Se consideraba a sí mismo como servidor público desinteresado, se distinguía por su honradez y su pensamiento era el siguiente: *“Espero tener siempre fuerza y virtud para conservar lo que considero que es el más envidiable de todos los títulos, el carácter de hombre honrado.”*

El hombre verdadero siempre inspirará confianza, protección y guía, hombre no es aquel que tiene brazos de acero sino aquel que tiene la fuerza necesaria para el que desmaya en el camino. Ser hombre no es aquel que tiene mucha fuerza física, sino el que tiene la suficiente ternura para consolar en los momentos difíciles de tristeza y dificultades.

Ser un verdadero hombre no es ser un erudito y sabio sino solamente tener la suficiente inteligencia para comprender diferentes situaciones y tomar las mejores decisiones. El hombre verdadero es aquel que sabe escuchar, comprender, ser amigo, esposo, hermano y consejero; aquel que respeta los valores, la familia, las tentaciones y las ofensas; aquel que demuestra sus sentimientos sin miedo ni disimulos y es sensible al dolor.

Ser hombre representa ser la base y el cimiento de nuestra sociedad, son los hombres los que llevan la responsabilidad de construir un mundo mejor cada día. De ahí la necesidad de entender cuál es el verdadero carácter de un hombre, ya que cuando un hombre falla, no sólo se falla a sí mismo, sino a la sociedad entera.

*Profr. Humberto Ayub*

## Esperanza para la Familia, A. C.

Tel. Lada Sin Costo 01-800-690-62-35

Apartado Postal #41 C.P. 64581 Monterrey., N.L.

Página Web: <http://www.esperanzaparalafamilia.com>

Correo Electrónico: [info@esperanzaparalafamilia.com](mailto:info@esperanzaparalafamilia.com)