

Combate el dolor a punta de golpes

Decisión. tico da clases de defensa personal para que nadie sufra como él.

La Teja21 May 2024Yenci Aguilar Arroyo yenci.aguilar@lateja.cr



CORTESIA

Don Mario ha capacitado a miembros de la policía y a quienes desean ser policías.

Un hombre comenzó a impartir clases de defensa personal para tratar de aliviar el dolor que siente por la pérdida de su hija, quien fue víctima de un femicidio el año anterior.

A don Mario Badilla le arrancaron una parte del corazón el 24 de diciembre, cuando encontró a su hija Braidyn, de 35 años, fallecida en el local de un centro comercial en San Ramón.

Desde entonces a la familia le ha costado sobrellevar tremendo golpe y Badilla, quien practica artes marciales y ha trabajado en seguridad, se propuso ayudar a quienes estuvieran interesados en aprender para que puedan defenderse. Usted verá a don Mario, todos los sábados, en la plaza del centro de San Ramón con diferentes implementos para dar sus clases y no cobra un cinco. Todo lo da de forma gratuita y las clases son tanto para hombres como mujeres, pero son ellas, sin duda, quienes lo buscan más.

“Siempre he dado clases de defensa personal, tengo más de 30 años en esto. Actualmente, trabajo en el centro educativo José Joaquín Salas, en San Ramón, en seguridad, y comencé a ofrecer las clases, para aprender a llevar este dolor, para compartir con mujeres que también han sido agredidas. Este grupo se llama ‘Ni un golpe más’.

“Al sábado siguiente de lo que pasó con mi hija comencé a dar las clases. Soy una persona muy puntual y llego todos los sábados, a las 2:40 de la tarde para motivar a la gente, las clases inician a las 3 p.m. y comenzamos de inmediato con los que estén. El curso tiene dos horas de duración y lo que pido es que lleven agua, ropa deportiva y mucha ganas de aprender”, destacó.

Badilla trabajó por un tiempo en la embajada de Estados Unidos, ha practicado disciplinas como taekwondo y karate y también conoce un sistema de defensa ruso, que es el que enseña en sus clases.

Lo que enseña. Don Mario enseña defensa contra amenaza con armas de fuego, contra armas punzocortantes, técnicas para cuando agarran a una persona por el cuello y el brazo y defensa contra golpes y puños.

“Muchas veces las personas cuando se ven en riesgo gritan expresiones como ‘auxilio’, ‘me están asaltando’, pero no recomiendo estas expresiones porque la gente se aísla. Les enseñamos a moverse en la calle bajo situaciones de riesgo, recibimos hasta a algunas personas que quieren ser policía.

“He recibido a mujeres que me dicen que no pueden ir a las clases, porque los maridos las dejan encerradas y lo que hago es remitirlas a la Fiscalía, o les recomiendo que llamen al 911 para que puedan recibir ayuda.

“También confío en que la Municipalidad de San Ramón me pueda prestar el gimnasio Gabelo Conejo, para que ahí dé los talleres porque está comenzando a llover y si esto se enfría, me enfrió yo”, destacó.

Don Mario ha recibido en la familia y la comunidad un apoyo para salir adelante y reconoció que en una de sus alumnas ha encontrado un consuelo. Esta mujer rompió con un círculo de violencia doméstica y gracias a Badilla, también ha aprendido a defenderse.

Este padre de familia, con la voz entrecortada, reconoció que todo el mérito por lo que hace es de su hija, ella es quien lo impulsa para seguir con esto, porque hay días en los que quiere dejar todo tirado, pero no quiere que otras mujeres

pasen por lo que vivió su niña.

Ayuda. Esta mujer, cuyo nombre nos reservamos por su seguridad, forma parte de un programa de protección de testigos y comenzó a recibir las clases de defensa personal en enero.

“Su hija Braidyn y yo fuimos amigas. Quienes hemos vivido situaciones de violencia tenemos días buenos y malos. Y cuando me siento bien busco qué hacer, cómo sentirme mejor, tomé clases de boxeo, pero las dejé botadas porque mi expareja me intimidaba, me desmotivaba”, confesó.

“Luego vi este proyecto y poco a poco he aprendido a tener muchos mecanismos de defensa, he aprendido a proteger mi vida, dominar el miedo, he aprendido que no es tener más fuerza o mayor tamaño que el agresor, sino es saber cómo abordar el tipo de ataque y nos ha dado herramientas muy fáciles para enfrentar a un atacante”, comentó.

Esta mujer contó que no había conocido mejor peleador que él y le agradece porque don Mario destina su tiempo para ayudar a otras mujeres como ella, que sufrió violencia.

“He pasado por un proceso muy difícil, poco a poco he salido adelante y en don Mario encontré un apoyo importante”, relató.

Si usted está interesada en llevar los talleres, puede llegar los sábados al parque de San Ramón o comunicarse con don Mario al 6141-8145.

“A ella le brillaban los ojos cuando hablaba de su papá, lo era todo para ella. Sentía una gran admiración por él”.

Estudiante

identidad protegida

Article Name: **Combate el dolor a punta de golpes**

Publication: **La Teja**

Autor: **Yenci Aguilar Arroyo yenci.aguilar@lateja.cr**

Start Page: **2**

End Page: **2**
