

A AUTODEFESA FEMININA COMO ESTILO DE VIDA

Escrito em 06/04/2021 por BEATRIZ

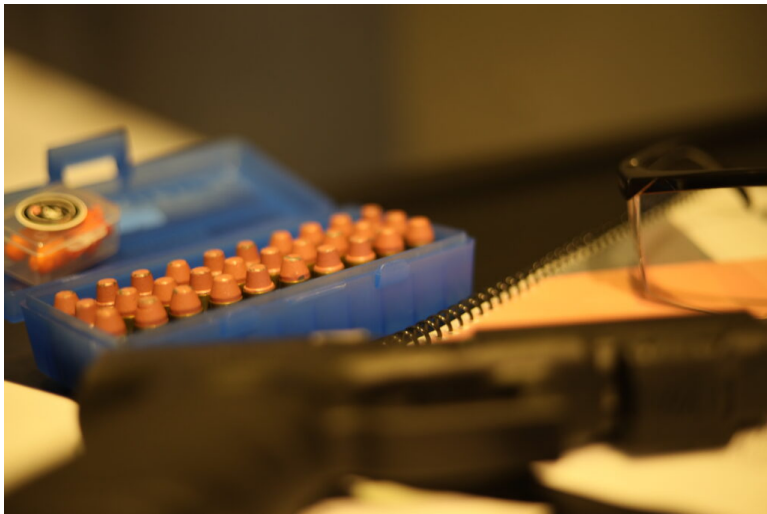


Foto: Idonkeyart

Antigamente para nos prevenirmos contra algum crime bastava que evitássemos certos locais arriscados.

A violência atualmente é gratuita, explosiva e cada vez mais irracional. O bandido não tem cara e eles se utilizam de todos os meios disponíveis para chegar até o cidadão de bem sem serem notados.

Visite www.infoarmas.com.br

O sucesso da nossa sobrevivência mora dentro dos primeiros segundos de um ataque. Esses instantes são cruciais para a minha e a sua vida. A polícia não estará ali para socorrer, o estranho muito provavelmente não irá se colocar em risco. A realidade é que a sua segurança depende única e exclusivamente de você, o que vier para te ajudar depois, é lucro.

Negação como falsa sensação de proteção



Foto: Idonkeyart

A maioria das mulheres que inicia essa leitura pode acabar nem chegando a finalizá-la, pois acreditam que não estão em perigo e, apenas ler essa frase anterior já lhes coloca em incômodo com o assunto. Outras creem que, entrando em contato com esse tema, podem acabar atraindo o mal ou tornarem-se mais duras e algumas até menos femininas por isso.

O que mais se via eram mulheres delegando sua segurança a terceiros, próximos ou não. Infelizmente a cultura nos levou a assumir esse papel, quando nos colocava apenas como mães e responsáveis pelos nossos lares.

Conhecimento é poder



Foto: Idonkeyart

Aprendi já nas primeiras páginas do livro do Humberto Wendling, Autodefesa contra o crime e a violência, que o que se pretende é evitar o perigo e não confrontá-lo. E foi aí que houve a libertação de todo o preconceito que existia para entrar em contato com esse problema. Através dessa leitura despertou-me a necessidade de levar o tema para cada vez mais mulheres

Wendling, Humberto - Autodefesa contra o crime e a violência

Buscar o conhecimento e entender o que está acontecendo à nossa volta nos ajuda a nos conscientizar dos riscos e, estando mais lúcidas podemos buscar alternativas, inclusive para evitar determinadas situações.

Na adolescência costumava achar exagero quando recebia alguns conselhos da minha mãe ao sair para alguma festa. “Feche os vidros no sinal”, “Antes de entrar na garagem veja se não tem ninguém seguindo você”, “Tem certeza de que esse tipo de lugar é adequado?”, “Não converse com estranhos”, “Não aceite balinhas de quem você não conhece”.

Escutava essas orientações de forma rebelde, até que um dia eu e uma amiga fomos roubadas no sinal por um marginal que nos ameaçou com um canivete e levou nossos celulares. Conseguir perceber que, mesmo negando o problema, ele aconteceu? Sim, isso pode acontecer com todos os que preferem viver na negação, adotando uma postura de ovelha e transferindo a terceiros a responsabilidade da sua própria segurança. A situação narrada poderia ser evitada simplesmente adotando uma postura diferente como medida preventiva.

O conhecimento trouxe a opção de escolher o que, como e quando fazer para me colocar ou não dentro de situações de combate.

Eu falei há pouco sobre ter um comportamento de ovelha e você deve estar aí se

perguntando do que se trata. Existe uma história muito utilizada no meio policial, por ser de autoria de um Tenente Coronel aposentado, famoso por seus livros de guerra, Dave Grossman*, que, inclusive é citada no filme Sniper Americano e traz o seguinte “Existem três tipos de pessoas neste mundo: ovelhas, lobos e cães pastores. Algumas pessoas preferem acreditar que o mal não existe no mundo, e se algum dia o mal bate-lhes à porta, eles não saberiam como se proteger. Essas são as ovelhas. Então você tem predadores, que usam a violência para se alimentar dos mais fracos. Eles são os lobos. E depois há aqueles abençoados com o dom da agressão, uma necessidade incontornável de proteger o rebanho. Estes homens são a raça rara que vivem para confrontar o lobo. Eles são os cães pastores.

***Tenente Coronel, Ranger, Ph.D., autor de “On Killing”**

Mulheres continuam sendo os alvos preferidos dos lobos e é preciso fazer algo para mudar isso.



Foto: Idonkeyart

Entender o tema de forma que ele faça parte da sua vida de maneira natural pode ajudar em vários aspectos.

Quando buscamos nos capacitar em qualquer área, nos sentimos mais seguras do que estamos fazendo e nossa autoestima trabalha a nosso favor. A libertação do medo de entrar em contato com esse problema o próximo passo é entender que por mais que sejamos prevenidas, ainda assim existe o risco de sofrer algum tipo de violência.

Preparação Física e Mental



Foto: Idonkeyart

A preparação mental e física para o enfrentamento não é garantia de sucesso, porém, te dará mais chances de sobreviver e salvar sua família. Esclarecer que o criminoso segue um padrão na escolha da sua vítima e que, muito do seu comportamento pode interferir na decisão dele.

Escolher uma arte marcial para praticar é uma boa saída, tendo em vista que os estudos apontam que as mulheres que estão nesse meio possuem uma autoestima melhor e se portam de forma mais assertiva diante de situações ameaçadoras.

Além dos diversos benefícios de bem estar, aprender a lutar traz mais auto controle, aumenta sua capacidade de avaliar o adversário, permite que você crie mapas mentais para reagir e te traz condicionamento físico para, se for essa a melhor saída, fugir do seu oponente.

Mulheres e armas de fogo.

Outra questão importante; Não tenho uma arma, não pretendo ter e tenho pânico só de pensar em lidar com esse tipo de equipamento.

O cidadão de bem está mais perto do acesso às armas de fogo. Teremos mais armas circulando pela sociedade e as chances de se deparar com uma numa situação de risco é cada vez maior. Você pode conhecer alguém que possui uma arma, pode se relacionar com alguém que possui uma arma ou pode até mesmo ter acesso a uma arma de fogo do próprio bandido já na situação de combate. Injusto seria perder a oportunidade de sobreviver e se salvar, pelo fato de não saber como funciona essa ferramenta.

Tudo isso é trabalhado internamente quando se decide pela autodefesa como estilo de vida. O capacitar para estar preparada para o combate vai colocá-la mais longe e não te aproximar dele. Vai te trazer mais discernimento para observar, se orientar, saber como decidir e agir naquela determinada situação. Mude sua mentalidade. Conhecimento é poder.



deFEMda-se - Programa de Autodefesa feminina ministrado pela equipe de Instrutores da Molonlabe Tactical - Foto: Idonkeyart



Instrução de Armamento e Tiro para Mulheres - Foto: Idonkeyart