



## HISTORIA DE ÉXITO

### El don y la lucha de una comadrona en el Altiplano Occidental de Guatemala

Ser comadrona es ser una autoridad ancestral en tu comunidad. En la cosmovisión maya, se considera un trabajo sagrado y es el destino de alguien que nace con el don de recibir una nueva vida.

María Luisa Tzul Pacheco, comadrona de 60 años de edad de la comunidad de Nimapá, Totonicapán, dice que heredó el don.

"Mi abuela fue comadrona, mi madre fue la segunda generación y yo soy la tercera", dice.

El papel de las comadronas mayas en el Altiplano Occidental de Guatemala tiene especial importancia en las comunidades rurales con acceso limitado a los servicios médicos. En estos entornos, las comadronas proporcionan una atención en salud integral a las mujeres embarazadas, que incluye apoyo prenatal y posparto.

A pesar del papel vital que desempeñan las comadronas en sus comunidades, a menudo se enfrentan a la discriminación dentro del sistema de salud pública. Muchos hospitales no permiten que las comadronas acompañen a sus pacientes durante el parto. La formación y la atención que ofrece el sistema de salud pública no suelen incluir un espacio para las prácticas médicas mayas, que en muchas familias se han utilizado durante generaciones.

Además, muchas comadronas de edad avanzada no hablan español con fluidez y prefieren comunicarse en su idioma maya materno, lo que puede suponer un problema cuando las autoridades de salud hablan exclusivamente español.

Para hacer frente a los complejos retos a los que se enfrentan las comadronas y, al mismo tiempo, desarrollar su base de conocimientos y su capacidad para hacer frente a los conflictos, el Proyecto Tejiendo Paz, *Peacebuilding Project* en inglés, está trabajando con las comadronas del Altiplano Occidental para hacer frente a las divisiones sociales creadas por la discriminación y para prevenir la violencia basada en género.



**Dos generaciones de comadronas:** Izq. María Elena Pacheco Rosales (comadrona de segunda generación) Der. María Luisa Tzul Pacheco (comadrona de tercera generación). **Fotografía por:** Karen Chang

Financiado por la Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional, Tejiendo Paz trabaja para reducir los conflictos sociales y la violencia, y para fortalecer la cohesión social en el Altiplano Occidental de Guatemala. Tejiendo Paz es implementado por Creative Associates International, en asociación con PartnersGlobal y ProPaz, llegando a 130 comunidades en 15 municipios.



**Nimapa, Totonicapán** es una comunidad en la que el Proyecto Tejiendo Paz está trabajando para reducir el conflicto social y la violencia y para fortalecer la cohesión social en el Altiplano Occidental de Guatemala. **Fotografía por:** Proyecto Tejiendo Paz

Una de esas comunidades es Nimapá, Totonicapán, donde el Proyecto Tejiendo Paz implementó una serie de capacitaciones con María Tzul, su madre y otras 29 comadronas. El proceso de formación de nueve sesiones incluyó la sensibilización de las comadronas sobre sus derechos y cómo ejercerlos de forma efectiva dentro del sistema de salud pública para combatir la discriminación contra ellas, que los miembros de la comunidad identificaron como una forma prevalente de conflicto social.

El Proyecto Tejiendo Paz trabaja con miembros de la comunidad, incluidos hombres, mujeres y jóvenes, para desarrollar planes de acción dirigidos por la comunidad para abordar el conflicto y prevenir la violencia. El plan de acción en Nimapá dio prioridad al apoyo a las comadronas.

"Las comadronas no tienen título, no son ginecólogas, no han ido a la universidad", dice Juana Tax, delegada departamental de la Defensoría de la Mujer Indígena (DEMI) de Totonicapán y comprometida defensora de la inclusión de las comadronas en los espacios de salud.

Esto ha provocado la discriminación de las comadronas en el ámbito hospitalario, dice Tax. "Por lo general, no se les permite entrar con sus pacientes, se les habla de forma muy grosera y se les culpa de todas las emergencias obstétricas por las que las mujeres acuden al hospital".

## UN PAPEL VITAL EN LA ATENCIÓN EN SALUD RURAL

Un estudio realizado en 2015 por la Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional reveló que en las zonas rurales de Guatemala solo hay 12,5 trabajadores de salud por cada 10.000 personas. Al menos el 25 por ciento de los guatemaltecos viven a más de una hora de viaje de un centro de atención sanitaria básica, muchos de ellos en zonas montañosas de difícil acceso.

Las comadronas están comprometidas con la salud y el bienestar de las mujeres de sus comunidades y atienden el 79% de los partos en el Altiplano Occidental. Están disponibles a todas horas y atienden a las mujeres de las zonas más remotas del país, a menudo caminando durante horas y por muy poca paga. Muchas mujeres mayas prefieren una comadrona porque confían en ellas, comparten sus creencias y hablan su idioma materno.

Sus conocimientos se transmiten de generación en generación, a menudo de abuela a hija y a nieta, como es el caso de Tzul.

"Cuando toco a una paciente, puedo saber de cuántos meses está. Mis manos lo saben", dice Tzul. "Sabemos dónde está el bebé y en qué posición está, porque esto es un don". Tzul añade que "también sabemos cuándo un embarazo es de alto riesgo y debe ser atendido en un centro de salud en lugar de en casa de la madre".

Una de las prioridades de la DEMI es el acceso a la atención en salud con pertinencia cultural para las mujeres indígenas. Las comadronas forman parte de una atención sanitaria con pertinencia cultural, dice Tax.

Pero buscar atención médica para una paciente puede ser un arma de doble filo para las comadronas. Además de que el personal sanitario les eche la culpa de la emergencia, puede que la familia tampoco esté contenta.

"La cultura puede ser un reto. Muchas veces, el esposo, la suegra o la abuela dicen que el parto tiene que ser en casa y sólo en casa", explica Juan Francisco Tzunun, representante de la Cooperación al Desarrollo Rural del Occidente (CDRO). "Si una comadrona ve que una mujer no puede tener el bebé en casa y la refiere al hospital, la comadrona suele ser maltratada emocionalmente por la familia de la mujer. Dirán que no es una buena comadrona o que no hace bien su trabajo o que no quieren pagarle".

## **COORDINACIÓN Y RESPUESTAS INTERINSTITUCIONALES EN APOYO DE LAS COMADRONAS**

Los temas de capacitación del Proyecto Tejiendo Paz se centraron en la mitigación de conflictos, el diálogo, el liderazgo y la autoestima, proporcionando a las mujeres las habilidades y la confianza para negociar con las autoridades de salud y apoyar a sus pacientes.

Es importante destacar que la formación a las comadronas en Totonicapán no la desarrolló Proyecto Tejiendo Paz solo. La capacitación reunió a los principales actores implicados en los derechos y la salud de las mujeres indígenas para fomentar su relación de trabajo y garantizar que las comadronas conozcan los recursos que tienen a su disposición.

Las sesiones se llevaron a cabo en coordinación con el gobierno de Guatemala a través de un centro de salud local que forma parte del Ministerio de Salud y a través de la DEMI. Además, se contó con el apoyo de CDRO, una organización de base de la sociedad civil.

## **LAS COMADRONAS PREVIENEN LOS CONFLICTOS FAMILIARES Y LA VIOLENCIA BASADA EN GÉNERO**

Dado el papel que desempeñan en sus comunidades, las comadronas actúan a menudo como mediadoras en los conflictos familiares. Aunque algunas actitudes relacionadas con género están cambiando, algunos hombres siguen prefiriendo a los niños y culpan a sus esposas si dan a luz a una niña. La pareja también puede tener diferencias de opinión sobre el tipo de atención que recibe la madre o el lugar del parto, así como sobre las opciones de planificación familiar y las decisiones reproductivas. En estas situaciones, la comadrona suele desempeñar un papel conciliador.



**USAID**  
DEL PUEBLO DE LOS ESTADOS  
UNIDOS DE AMÉRICA

**CREATIVE**





**Comadronas con sus diplomas:** El 30 de junio se tuvo la clausura para las comadronas que participaron en el “Proceso de fortalecimiento a comadronas”, una serie de 9 capacitaciones para fortalecer su rol a nivel familiar y comunitario en el abordaje de conflictos y prevención y denuncia de violencia sexual y/o basada en género. **Fotografía por:** Karen Chang

Las sesiones de formación relacionadas con la mitigación de conflictos y el diálogo se diseñaron para que también sirvieran a las comadronas para prevenir y abordar los conflictos intrafamiliares.

"Gracias a las capacitaciones con el Proyecto Tejiendo Paz, las comadronas aprendieron estrategias para tener una comunicación eficaz y prevenir los conflictos", comparte la Coordinadora de Salud y Nutrición del puesto de salud local, Aracely García, quien participó en el proceso de formación. "A través de sus experiencias vividas con los pacientes, la formación creó un espacio para el diálogo y la resolución de problemas".

La violencia doméstica y basada en género es una forma de conflicto prevalente en el Altiplano Occidental. Según la Secretaría contra la Violencia Sexual, la Explotación y la Trata de Personas (SVET), la violencia sexual aumentó un 40% durante la pandemia del COVID-19.

Dado el íntimo papel que desempeñan las comadronas en la vida de las mujeres y las familias, Tzul y sus compañeras comadronas están en una posición única para prevenir y responder a la violencia contra mujeres y niños.

"El hecho de que las comadronas sean consejeras y mentoras dentro de la comunidad es importante", comparte Tax. "Pueden aprender sobre los diferentes aspectos de la violencia y los derechos de las mujeres, luego pueden tomar ese conocimiento y esos temas de conversación y pueden abordar estas cuestiones directamente, diciendo que estos son los derechos que tienen las mujeres, así es como la ley las protege, estas son las consecuencias."

Las comadronas son una fuente fundamental de información para las mujeres y las niñas sobre sus derechos y cómo ejercerlos. También son una fuente de información sobre cómo denunciar la violencia y los recursos disponibles para las víctimas y sobrevivientes de la violencia doméstica y de género.

La formación en Nimapá incluyó una sesión sobre prevención, identificación y denuncia de la violencia doméstica y de género.

"Hay misoginia", explica Tzul. "Les digo a las mujeres que no lo permitan. Antes se aceptaba, pero ya no. En las capacitaciones nos dicen que los hombres no deben pegar a las mujeres y las mujeres no deben pegar a los hombres. Si veo que una pareja se pelea mucho, le digo a la mujer que lo denuncie. El Proyecto Tejiendo Paz nos dice a las mujeres que no debemos permitir la violencia".

**Otras instituciones que pueden apoyarte**

- Procuraduría General de la Nación -PGN-
- Procuraduría de los Derechos Humanos -PDH-
- Defensoría de la Mujer Indígena -DEMI-
- Unidad para la Prevención Comunitaria de la Violencia -URCV-
- Puesto de Salud y Hospital Nacional, u otras instituciones locales.

**Teléfonos de Apoyo:**

Si estás en una situación de peligro, llama al:

- 110 de la Policía Nacional Civil -PNC-
- 1572 del Ministerio Público -MP-

Si quieres hacer una denuncia, llama al:

- 110 de la Policía Nacional Civil -PNC-
- 1572 del Ministerio Público -MP-
- 1571 del Instituto de la Defensa Pública Penal -IDP-
- 1549 del Organismo Judicial (Juzgados) -OJ-

**Teléfonos locales de auxilio, atención las 24 hrs, todos los días del año**

**Huastotemango PNC:** 5551-4611 y 3052-3094

- Huastotemango Huastotemango
- Policía Nacional Civil -PNC- 4016-0902
- Chixta, Huastotemango
- Policía Nacional Civil -PNC- 4056-1403
- San Pedro Nueva Huastotemango
- Policía Nacional Civil -PNC- 4056-1583

**San Marcos PNC:** 5110-7064 y 5163-3921

- Comercio San Marcos
- Policía Nacional Civil -PNC- 3036-0053
- San Miguel Interoceanos San Marcos
- Policía Nacional Civil -PNC- 5163-3744

**Quiché PNC:** 4032-7050 y 4044-4464

- Sanja Tzuc Chichicastemango Quiché
- Policía Nacional Civil -PNC- 4064-5999
- San Andrés Sacabajá Quiché
- Policía Nacional Civil -PNC- 4064-6504
- San Juan Cotzaj Quiché
- Policía Nacional Civil -PNC- 4064-7844

**San Gaspar Chajul, Quiché**

- Policía Nacional Civil -PNC- 4064-8608

**Teleemergencia PNC:** 4006-3407 y 3043-1912

- Bozoncapán, Bozoncapán
- Policía Nacional Civil -PNC- 3044-1723

**Defensoría de la Mujer Indígena**

**Línea gratuita de emergencia 1529**

- Sede Huastotemango: 7746-5701
- Sede San Marcos: 7746-2000
- Sede Quiché: 7743-6208
- Sede Totonicapán: 7746-1113

**¿QUÉ ES LA VIOLENCIA INTRAFAMILIAR O VIOLENCIA EN CASA?**

Es cualquier acción que provoque daño o sufrimiento físico, psicológico, económico y sexual, a los miembros de la familia, por parte de otro pariente, por ser: papá, mamá, hijos, hermanos, tíos, abuelos, primos, suegros u otros familiares, o con quien se haya tenido hijos, en el caso de la mujer.

**Tipos de violencia intrafamiliar**

**Violencia física:** Se da cuando existen golpes, empujones, jalones, forcejes y otro contacto físico violento. Si al tener este tipo de golpes en casa presionan moretones, marcas, cicatrices, dolor, estás viviendo violencia física.

**Violencia psicológica:** Si tu pareja u otro miembro de la familia te grita, te insulta, te maltrata, te humilla, o te trata mal, es violencia psicológica, no hay necesidad de golpes para sufrir violencia.

**Violencia económica:** Si en la familia hay alguien que se "cree más que todos" porque lleva el dinero a la casa y lo controla de forma abusiva, se desorienta de los gastos, limita las compras y hace gastos innecesarios, eso es violencia económica.

**Violencia sexual:** Si un familiar te toca sin tu permiso o te obliga a tener relaciones sexuales, es violencia sexual. Ninguno en la familia puede ser tocado sin tu permiso, especialmente los niños, los jóvenes y las mujeres.

**¿Quiénes pueden sufrir este tipo de violencia?**

Todos los integrantes de la casa: la esposa, los hijos, los jóvenes, los ancianos u otros miembros de la familia. Puede ocurrir que en tu casa no la vivas, pero algún vecino o vecina sí, o alguien en tu comunidad.

**¿Qué hacer si estás sufriendo violencia en casa?**

Busca ayuda, en el municipio y en tu comunidad existen lugares en donde te pueden apoyar a denunciar y de esta manera evitar vivir con violencia intrafamiliar.

**¿En dónde puedes denunciar y buscar ayuda?**

Puedes presentarte sola o acompañada al Juzgado de Paz o de Familia, Policía Nacional Civil -PNC-, Ministerio Público -MP-, Dirección Municipal de la Mujer -DMM- o con tu Autoridad Comunitaria.

Materiales de la campaña de comunicación desarrollada por FUDESA con apoyo del Proyecto Tejiendo Paz

Además de responder a las prioridades de la comunidad, Tejiendo Paz ha unido fuerzas con la SVET para llevar a cabo capacitaciones a nivel departamental con comadronas. Estas capacitaciones se centran en la prevención y la denuncia de la violencia sexual, la explotación y la trata de personas y se llevan a cabo con el Movimiento Nacional de Comadronas Nim Alaxik. Tejiendo Paz también se asoció con la Fundación para la Educación y el Desarrollo Social (FUDESA) para desarrollar una campaña de comunicación sobre la prevención de la violencia doméstica, que alcanzó a más de 70.000 personas en el Altiplano Occidental.

"Las capacitaciones nos han ayudado", dice Tzul. "Cuando enseñan sobre los hombres que golpean a sus esposas, las tratan mal, cuando hay violencia intrafamiliar, violencia contra las mujeres - estos temas nos ayudan".

"Todos tenemos un don en esta vida", añade Tzul. Ella y otras comadronas utilizan su don para apoyar a las mujeres de sus comunidades, no sólo para que den a luz a bebés sanos y fuertes, sino también para que las mujeres y las niñas vivan una vida libre de violencia.



**USAID**  
DEL PUEBLO DE LOS ESTADOS  
UNIDOS DE AMÉRICA

**CREATIVE**





## SUCCESS STORY

### A *Comadrona*'s Gift and Struggle in Guatemala's Western Highlands

To be a *comadrona* is to be an ancestral authority in your community. In the Maya worldview, it is considered sacred work and is the destiny of someone who is born with the gift of receiving new life.

Maria Luisa Tzul Pacheco, a 60-year-old midwife, or *comadrona*, from the community of Nimapá, Totonicapán, says she inherited the gift.

“My grandmother was a *comadrona*, my mother was the second generation, and I am the third,” she says.

The role of Maya midwives in the Western Highlands of Guatemala holds particular importance in rural communities with limited access to medical services. In such settings, *comadronas* provide holistic health care to pregnant women, including pre-natal and post-partum support.

Despite the vital role midwives play in their communities, they often face discrimination within the public health system. Many hospitals do not allow midwives to accompany their patients during birth. Trainings and care provided within the public health care system often do not include space for Mayan medical practices, which in many families has been used for generations.

What's more, many older midwives do not speak fluent Spanish, preferring to communicate in their native Mayan language, which can be an issue when health authorities exclusively speak Spanish.

To address the range of complex challenges *comadronas* face while also building their knowledge base and capacity to address conflict, the Peacebuilding Project, or *Tejiendo Paz* in Spanish, is working with midwives in the Western Highlands to tackle the social divisions created by discrimination and to prevent gender-based violence.



**Two generations of midwives:** Left is María Elena Pacheco Rosales (second generation midwife), Right is Maria Luisa Tzul Pacheco (third generation midwife).  
**Photo by:** Karen Chang

Funded by the U.S. Agency for International Development, *Tejiendo Paz* works to reduce social conflict and violence, and to strengthen social cohesion in the Western Highlands of Guatemala. *Tejiendo Paz* is implemented by Creative Associates International, in partnership with PartnersGlobal and ProPaz, reaching 130 communities in 15 municipalities.



**Nimapa, Totonicapán** is a community that the Peacebuilding Project is currently working in to reduce social conflict and violence and to strengthen social cohesion in the Western Highlands of Guatemala.

**Photo by:** Peacebuilding Project

One of those communities is Nimapá, Totonicapán, where the Peacebuilding Project implemented a training series with Maria Tzul, her mother and 29 other midwives. The nine-session training included raising awareness among the midwives of their rights and how to effectively exercise them within the public health system to combat discrimination against midwives, which community members identified as a prevalent form of social conflict.

The Peacebuilding Project works with community members, including men, women, and youth, to develop community-led action plans to address conflict and prevent violence. The action plan in Nimapá prioritized supporting midwives.

“*Comadronas* don't have a degree, they aren't gynecologists, they didn't attend university,” says Juana Tax, Totonicapán’s Departmental Delegate for the Office for the Protection of Indigenous Women (DEMI, its Spanish acronym) and a committed advocate for the inclusion of *comadronas* in health care spaces.

This has led to discrimination against the midwives in the hospital setting, Tax says. “They usually aren't allowed in with their patients, they are spoken to very rudely and they are blamed for every obstetric emergency that women seek hospital care for.”

### A VITAL ROLE IN RURAL HEALTH CARE

A 2015 study conducted by the U.S. Agency for International Development found that in rural areas of Guatemala there are just 12.5 health care workers for every 10,000 people. At least 25 percent of Guatemalans live farther than an hour’s travel time to a basic health care facility—many in mountainous areas that are hard to reach.

Midwives are committed to the health and well-being of the women in their communities, attending to 79 percent of births in the Western Highlands. They are available at all hours and serve women in the most remote areas of the country, often walking for hours and for very little pay. Many Maya women prefer a *comadrona* because they trust them, share their beliefs, and speak their native language.



Their knowledge is passed down through generations, often from grandmother to daughter to granddaughter, as is the case with Tzul.

“When I’m touching a patient, I can tell how many months along she is. My hands know,” shares Tzul. “We know where the baby is and the position it’s in, because this is a gift.” Tzul adds “we also know when a pregnancy is high risk and needs to be attended to in a health center rather than in the mother's home.”

One of the DEMI’s priorities is access to culturally relevant healthcare for indigenous women. *Comadronas* are part of a culturally relevant healthcare, Tax says.

But seeking medical care for a patient can be a double-edged sword for midwives. In addition to being blamed for the emergency by health care workers, the family may not be happy either.

“The culture can be a challenge. Many times, the husband, mother-in-law, or grandmother say the birth must happen at home and only in the home,” explains Juan Francisco Tzunun, representative from the Rural Development Cooperation of the Western Highlands (CDRO, its Spanish acronym). “If a *comadrona* sees that a woman can't have the baby at home and refers them to the hospital, the *comadrona* is often emotionally abused by the woman’s family. They'll say she isn't a good *comadrona* or doesn't do her job well or they won't want to pay her.”

## **INTER-INSTITUTIONAL COORDINATION AND RESPONSES IN SUPPORT OF MIDWIVES**

The Peacebuilding Project’s training topics included a focus on conflict mitigation, dialogue, leadership, and self-esteem – providing the women with the skills and confidence to negotiate with health authorities and support their patients.

Importantly, the Peacebuilding Project did not implement the training with the midwives in Totonicapán alone. The training brought together key players invested in the rights and health of indigenous women to foster their working relationship and ensure midwives know what resources are available to them.

Sessions were implemented in coordination with the Government of Guatemala through a local health center that is part of the Ministry of Health and through the DEMI. In addition, CDRO, a grass-roots civil society organization, provided support.

## **COMADRONAS PREVENT FAMILIAL CONFLICT AND GENDER-BASED VIOLENCE**

Given their role in their communities, midwives often act as mediators of conflict within families. Although attitudes around gender are changing, some men may still prefer boys, and will blame their wives if they give birth to a baby girl. Husband and wives may also have differences of opinion over the type of care the mother receives or the place of birth, as well as options for birth control and reproductive decisions. In these situations, the midwife often plays a conciliatory role.





**Comadronas with diplomas:** On June 30, a closing ceremony was held for midwives who participated in “Strengthening Process for Midwives,” a series of nine trainings to strengthen their role at the family and community level in addressing conflict and preventing and reporting sexual and/or gender-based violence. **Photo by:** Karen Chang

The training sessions related to conflict mitigation and dialogue were designed to also serve the midwives in preventing and addressing intra-familial conflict.

“Thanks to the trainings with the Peacebuilding Project, the *comadronas* learned strategies for having effective communication and preventing conflict,” shares local public health post’s Health and Nutrition Coordinator Aracely Garcia, who participated in the training. “Through using their lived experiences with patients, the training created a space for dialogue and problem-solving,”

Domestic and gender-based violence is a prevalent form of conflict in the Western Highlands. According to the Secretariat Against Sexual Violence, Exploitation and Human Trafficking (SVET, its Spanish acronym), sexual violence increased by 40 percent during the COVID-19 pandemic.

Given the intimate role that midwives play in the lives of women and families, Tzul and her midwife peers are uniquely positioned to prevent and respond to violence against women and children.

“The fact that *comadronas* are counselors and mentors within the community is important,” shares Tax. “They can learn about the different aspects of violence and women’s rights, then they can take that knowledge and those talking points, and they can address these issues directly, saying these are the rights women have, this is how the law protects them, these are the consequences.”

Midwives are a critical source of information for women and girls on their rights and how to exercise them. They are also a source of information on how to report violence and resources available to victims and survivors of domestic and gender-based violence.



The training in Nimapá included a session on preventing, identifying, and reporting domestic and gender-based violence.

“There is misogyny,” Tzul explains. “I tell the women not to allow this. Before it was accepted, but not anymore. The trainings tell us that men shouldn’t hit women and women shouldn’t hit men. If I see that a couple is fighting a lot, I tell the woman to report it. The Peacebuilding Project tells us women not to allow violence.”



Communication campaign materials developed by FUDESA with support from the Peacebuilding Project.

In addition to responding to community-level priorities, *Tejiendo Paz* has joined forces with the SVET to implement departmental-level trainings with midwives. These trainings focus on preventing and reporting sexual violence, exploitation, and human trafficking and are implemented with the National Movement of Midwives *Nim Alaxik*, a national association of *comadronas*. *Tejiendo Paz* also partnered with the Foundation for Education and Social Development (FUDESA is the Spanish acronym) to develop a communication campaign on preventing domestic violence, reaching over 70,000 people in the Western Highlands.

“The trainings have helped us,” shares Tzul. “When they teach about men that hit their wives, treat them poorly, when there is intrafamilial violence, violence against women – these topics help us.”

“We all have a gift in this life,” adds Tzul. She and other *comadronas* are using their gift to support women in their communities, not only to give birth to healthy, thriving babies but also to ensure that women and girls live a life free from violence.