

# Frutos del pensamiento



TALLER DE ESCRITURA

## MUJERES Y ENSAYO

Edith Mora Ordóñez (coord.)

**A** Junta  
de Andalucía

Consejería de Igualdad,  
Políticas Sociales y  
Conciliación

Instituto Andaluz  
de la Mujer



# Frutos del pensamiento

TALLER DE ESCRITURA  
'MUJERES Y ENSAYO'

2020



# Frutos del pensamiento

TALLER DE ESCRITURA 'MUJERES Y ENSAYO' 2020

— **Coordinadora:**

*Edith Mora Ordóñez*

— **Autoras:**

*Bienvenida Gala*

*Carmen Vázquez Bando*

*Edith Mora Ordóñez*

*Elena Pentinel de la Chica*

*Encarni Ariza*

*Eva Manzano*

*María Esquiñán*

*Marina Pérez Delgado*

*Rosario Alcantarilla*

Instituto Andaluz de la Mujer

Sevilla, 2021

— **Edita:**

Instituto Andaluz de la Mujer  
Consejería de Igualdad, Políticas Sociales y Conciliación  
JUNTA DE ANDALUCÍA

C/ Doña María Coronel, 6. 41003 Sevilla (España)  
www.juntadeandalucia.es/iam

— **Coordinan:**

Edith Mora Ordóñez

Centro de Documentación María Zambrano



*Atribución-NoComercial-SinDerivadas  
4.0 Internacional  
(CC BY-NC-ND 4.0)*

Antes de imprimir este documento o parte del mismo recomendamos asegurarse de que es estrictamente necesario. Si se imprime es preferible hacerlo en blanco y negro, a doble clara y en papel en cuyo proceso de fabricación se han tomado medidas para reducir el impacto medioambiental. Practiquemos la ecoedición.

Presentación	
<i>Laura Fernández Rubio</i> .....	11
Escribir: placer y riesgo	
<i>Edith Mora Ordóñez</i> .....	15
ENTRAR Y SALIR DE LA HABITACIÓN.....	25
Flâneuse rural	
<i>Rosario Alcantarilla</i> .....	27
Paseo	
<i>Carmen Vázquez Bando</i> .....	31
PARA GANAR LA VICTORIA DE LAS PALABRAS.....	35
Una presentación	
<i>Carmen Vázquez Bando</i> .....	37
Tatuajes	
<i>Eva Manzano</i> .....	41
ESCRIBIR EL CUERPO.....	51
Modas de espejo y libertades	
<i>María Esquitín</i> .....	53
Rizo, que suena como liso	
<i>Bienvenida Gala</i> .....	61
La vida de las máscaras	
<i>Elena Pentinel de la Chica</i> .....	65
EXPEDICIONES HACIA ADENTRO.....	71
Mi texto sentido	
<i>Marina Pérez Delgado</i> .....	73
Lágrimas y migas	
<i>Encarni Ariza</i> .....	79
Pereza	
<i>Camen Vázquez Bando</i> .....	85

LA RAÍZ DE LA ESCRITURA .....	89
Un rompecabezas	
<i>Rosario Alcantarilla</i> .....	91
El olor de la ternura	
<i>Elena Pentinel de la Chica</i> .....	95
Madres	
<i>Carmen Vázquez Bando</i> .....	99
GABINETE DE CURIOSIDADES .....	103
Reflexiones en torno a una pastilla de caldo concentrado	
<i>Rosario Alcantarilla</i> .....	105
Los trabajos de las mujeres	
<i>Encarni Ariza</i> .....	113
Ensayando una nueva sociedad	
<i>María Esquitín</i> .....	121
Salud, compañeras	
<i>Bienvenida Gala</i> .....	133
El arte de (re)escribir recuerdos	
<i>Eva Manzano</i> .....	141
Jaque a la reina	
<i>Marina Pérez Delgado</i> .....	153
Autoras .....	165



El Instituto Andaluz de la Mujer ha sido desde sus inicios un impulsor del trabajo creativo de las mujeres, ha fomentado espacios de encuentro y difusión de la cultura que ellas, desde sus diversas aristas, configuran para enriquecer la identidad y la tradición andaluzas.

Dentro del mismo, el Centro de Documentación María Zambrano es un enclave para resguardar la memoria y reivindicar las voces femeninas imparables en su camino hacia el reconocimiento y la igualdad. La lectura y la escritura, así como el diálogo siempre abierto en este espacio, se instituyen como estrategias productivas para restituir el lugar de las mujeres en todos los ámbitos.

Durante muchos años, el Centro ha convocado y apoyado la participación cultural de las mujeres para estimular la creación y el intercambio de saberes y experiencias. Entre sus distintos programas, la literatura ha tenido un lugar primordial para la expresión libre de un incontable número de mujeres que cada año pasan por este recinto. Los recursos de la Biblioteca a libre disposición de las usuarias y usuarios que deseen consultarlos y/o llevárselos en préstamo, y actividades como el grupo de lectura, jornadas

especializadas, presentaciones de libros, muestras audiovisuales, exposiciones y talleres de creación y de escritura, tanto presenciales como en línea, posibilitan afortunados encuentros y formación de redes que dan lugar a frutos.

Este es el caso del libro que presentamos en esta ocasión, que contiene los trabajos realizados por las participantes en el *Taller de Escritura Creativa ‘Mujeres y Ensayo’* que tuvo lugar en línea en el último trimestre de 2020, dentro de la campaña ‘Hojas Perennes: un Otoño de Letras en Femenino’, que periódicamente organiza el Centro de Documentación como forma de promover y difundir la literatura realizada por mujeres.

Con este libro pretendemos, pues, dar mayor visibilidad al trabajo creativo de las mujeres en un campo en el que cada vez están más presentes y en el que actualmente contribuyen de forma importante, como en tantos otros, a enriquecer la mirada, ya que, como diría Edith Mora Ordóñez, monitora del Taller y coordinadora de la publicación, la escritura ensayística de las mujeres ha irrumpido con fuerza en el campo literario y editorial para hacer presentes los cuerpos de las mujeres y dar fuerza a la voz de sus pensamientos, a sus experiencias y opiniones desde lo íntimo y lo cotidiano, en la construcción del espacio social y político.

—

*Laura Fernández Rubio*

**Directora del Instituto Andaluz de la Mujer**





# Escribir: placer y riesgo

*Edith Mora Ordóñez*

«Hay cosas que no pueden decirse», y es cierto.  
Pero esto que no puede decirse, es lo que se tiene  
que escribir.

MARÍA ZAMBRANO, *Por qué se escribe*

[...] se trata de compartir y difundir aquellas palabras que significan tanto para nosotras. Pero en principio, para todas nosotras, es necesario enseñar con la vida y con las palabras esas verdades que creemos y que conocemos más allá del entendimiento. Porque sólo así sobreviviremos, participando en un proceso de vida creativo, continuo y en crecimiento.

AUDRE LORDE, *La transformación del silencio...*

Este libro es una madeja de cuerpos y pensamientos abriéndose paso en medio del bosque. Es fruto del encuentro de nueve mujeres atraídas por la curiosidad, la tentación de las palabras, el deseo de resolver un enigma, pero, sobre todo, la voluntad de fortalecer la propia voz. Nos atrajo a este cruce el Centro de

Documentación María Zambrano, desde el Instituto Andaluz de la Mujer, en el marco de las actividades de su programa ‘Hojas perennes: un otoño de letras en femenino’. La propuesta fue poner en marcha un taller de escritura creativa que abriera puertas a la exploración de las voces de las mujeres, más allá de los confines que había trazado un año 2020 en el que vimos muy de cerca los límites. La convocatoria, que llevaba el nombre de ‘Mujeres y ensayo’, se lanzó en el mes de octubre y rápidamente se apuntaron en la lista un grupo de viajeras dispuestas a emprender la aventura, aun sin conocer bien las condiciones del camino. Ese es, precisamente, el espíritu necesario para arremeter en la lectura y la escritura del ensayo, un género literario que, pasando en este caso por el crisol de las mujeres, se vuelve doblemente especulativo, laberíntico, atrevido y seductor, y, por supuesto, aún más placentero.

Nuestro deseo de encontrar hallazgos entre los propios pensamientos, y de compartirlos, fue la llave de acceso a la sesión virtual que sostuvimos y alargamos con nuestro entusiasmo cada martes durante nueve semanas. En un principio, ninguna tenía la certeza de que sería capaz de mantener el ritmo de escritura. Hubo que entregar un ejercicio personal cada siete días, lo cual significó enfrentarse una y otra vez a la temida página en blanco y, como si eso no fuera suficiente, arreglárselas con el desafío de adentrarse en los recovecos de la intimidad.

¿Cómo se transforma el silencio en lenguaje y acción? ¿Cómo se gana la victoria de las palabras? Dimos vueltas a estas preguntas enunciadas por

Audre Lorde, por María Zambrano, por Joanna Russ, y un incontable número de mujeres que desviaron el propio miedo para hablar con la verdad. Después de todo, nos hemos sumergido bien en las profundidades del bosque, descalzas, atentas a los murmullos. Los ensayos que conforman este libro son la prueba de que finalmente el resultado ha sido liberador.

Hacer incursiones en la escritura mediante el ensayo parece, en un principio, una tarea compleja, porque a diferencia de la escritura de ficción implica asumir la voz personal, exponerla y defenderla. Más que el juego de ordenar y desordenar ideas con ingenio imaginativo y poético, el ensayo exige a las mujeres hacerse cargo del lenguaje del cuerpo, de la experiencia emocional e intelectual, de la articulación de todos los mundos en constante lucha que la habitan. El colectivo «Clásicas y modernas» puso en evidencia en 2019, en un estudio que tituló *¿Dónde están las mujeres en el ensayo?*, que apenas un 20 por ciento de la escritura ensayística que se publicó en España en los dos años anteriores, estuvo firmada por mujeres. El resultado revela una desigualdad en datos editoriales, pero por encima de esto, la imposición de los estereotipos que inciden en la apertura y en la consolidación del pensamiento creativo y crítico de las mujeres.

En este recorrido sinuoso y plagado de asombros, propuesto en el taller de escritura creativa ‘Mujeres y ensayo’, hicimos el ejercicio obligado de estirar las piernas y agudizar lo sentidos para salir a la calle y poner en funcionamiento la observación. El objetivo fue emprender un paseo consciente y reivindicativo, destinado a mirar y a contrarrestar la larga historia

de poder sobre el espacio público, donde se inscribe que las mujeres hemos caminado para ser miradas, obligadas a justificar el motivo de nuestros trayectos. Esta vez salimos con el propósito de ejercer la libertad de nuestros desplazamientos, marcados o sin rumbo fijo, con intención o sin ella; con el único mandato de trazar un mapa de nuestros recorridos, de nuestras derivas fértiles de ideas e imaginaciones. «Entrar y salir de la habitación» fue la primera condición para que cada una atravesara las fronteras de sus múltiples confinamientos, los físicos y los simbólicos, y se encauzara en el camino de la escritura.

Una vez dentro, o fuera –las perspectivas son indeterminadas–, nuestros cuerpos se hicieron carne, una carne de palabras. Implacable y voluble, el cuerpo nos retiene como el territorio al que pertenecemos o llamamos casa; nos hemos mirado en el espejo con la valentía de quien decide avanzar tierra adentro, intuuyendo las batallas y las heridas, buscando los lugares más luminosos. Los silencios no provienen solo de los pensamientos que callamos, de una privación de la voz, pues como pudimos comprobar, en los cuerpos también anida la censura, las huellas que dejan las palabras cuando son cortadas o aprisionadas. «Escribir el cuerpo», sus desgastes y su enfermedades, poner sobre la página también su cualidad fértil y expresiva, ha significado pronunciarlo, sacarlo del sometimiento del sistema de poder que lo controla y cosifica de manera persistente.

En un principio, nuestros textos fueron más un tanteo, un deambular a veces cauteloso entre las ideas y la memoria. Más adelante, nuestros paseos

se llenaron de preguntas y especulaciones; entonces arriesgamos más en la aventura y afirmamos, disparamos los cuestionamientos y las interpretaciones. ¿De qué otra manera podríamos ensayar nuestras pequeñas y significativas verdades, avanzar «para ganar la victoria de las palabras»? María Zambrano advirtió que la escritura es la estrategia para evitar la derrota de la voz que habla y desaparece en el mismo instante. Escribir, en cambio, nos permite hablar de manera consciente, nos brinda la oportunidad de expresar lo que de otra forma no se dice, de hacerlo perdurable. Escribir (y leer), como caminar, como reapropiarnos de nuestros cuerpos, es un poderoso acto de resistencia.

Todavía hurgamos más allá, haciendo «expediciones hacia adentro» cuando nos atrevimos a observar el impenetrable rincón donde permanecen, generalmente ocultos, los errores y los defectos. ¡Vaya desafío! porque, además, hicimos el ejercicio de defenderlos. Descubrimos, o aceptamos, con pudor y buen humor, nuestra tendencia al perfeccionismo, nuestra sensibilidad, el gusto por la procrastinación y el placer que experimentamos al perdernos entre laberintos, lo cual, finalmente, es base de nuestra inspiración y creatividad. Removimos para encontrar que a veces los silencios son autoimpuestos, igual que las justificaciones o los temores alimentados por el afán de cumplir con una voz que no es la nuestra. Hallamos nuestra reticencia a reconocer que nos equivocamos, esa infranqueable línea que nos vuelve obstinadas.

¿Dónde está el origen de toda esta madeja? ¿En qué lugar se encuentra la raíz de la escritura? Antes

de llegar a este punto ya nos habíamos percatado de que no existe posibilidad de diálogo con nosotras mismas si no entablamos conversaciones con nuestras madres y abuelas. Es indispensable ir al encuentro de las mujeres que nos dieron la vida y el primer soplo de amor, de la misma manera que se vuelve a casa cuando se desea tomar otra vez impulso. Esta ha sido, quizá, la parte más difícil del camino, pero hemos comprendido que ese acercamiento, esa reconstrucción del ombligo donde tienen lugar los afectos y el lenguaje, es indiscutiblemente necesaria. Ha sido como reabrir las puertas del mundo.

Virginia Woolf afirmaba que «si somos mujeres, nuestro contacto con el pasado se hace a través de nuestras madres». Se refería a nuestras madres literarias. Lo cierto es que en este recorrido por el ensayo de las mujeres estuvimos siempre acompañadas por una constelación brillante de autoras clásicas y contemporáneas, voces femeninas desde distintos contextos geográficos, sociales y culturales. La lectura puso algunas señales que fueron claves de nuestra andadura. María Zambrano, Virginia Woolf, Victoria Ocampo, Clarice Lispector, Hélène Cixous, Gloria Anzaldúa, Gabriela Wiener, Rebecca Solnit, Siri Husdvedt, Joan Didion, Susan Sontag, fueron algunas de nuestras guías en la reflexión de los temas que nos planteamos, y también inspiración para el ingenio y la pasión creadora.

Las nueve mujeres que participamos en este taller tenemos procedencias geográficas muy cercanas y, sin embargo, nos definimos cada una de manera distinta. Desde diferentes edades, profesiones, experiencias,

compartimos visiones diversas de una realidad compleja que nos une. El diálogo ha sido enriquecedor. Las formas de ensayar también se diversificaron, tal como se espera de este género literario, cada vez más acorde con el pensamiento espontáneo y especulativo, reflexivo y perspicaz de las mujeres. Veremos, pues, que al abordar la lectura del libro nos adentraremos en un bosque de varios paisajes y matices. Hay estilos íntimos y poéticos, narrativos e imaginativos, también irónicos e hilarantes, así como filosóficos y rotundos en la crítica. Todos son únicos en el uso de las palabras —siempre buscadas, correctas y precisas— y todos arremeten con la fuerza de la voz.

La naturaleza del ensayo ha sido desde sus inicios la exposición del punto de vista personal. Un valor destacable de los textos que conforman este libro es la sinceridad con la que se abordan las experiencias y los pensamientos que devienen de estas. La exposición de las ideas ha tenido como único filtro la voluntad estética de las palabras, pero nunca la censura, ni el exceso de prudencia. Se ha nombrado lo indecible, aunque por momentos haya dado miedo. Escribir es peligroso porque se revuelve en lo que está oculto, apuntó Clarice Lispector; pero, precisamente por eso, la escritura de las mujeres siempre es subversiva, afirmaba Hélène Cixous. Las autoras confirman la consigna feminista que defiende, con toda razón, que «lo personal es político». Si el ensayo pone los ojos allí donde nadie más ve, estas páginas se asoman a los escenarios no visibles, dicho concretamente, a los espacios invisibilizados, aquellos sobre los que todavía hace falta agudizar la mirada. Esos lugares, por

mucho que intenten pasar inadvertidos, están, gracias a la escritura de las mujeres, en la superficie de la vida cotidiana, en la casa, en el trabajo, en la cocina y en el laboratorio; en la calle y en la carretera, en el aire y sobre el mar. En estos escenarios, nosotras, portadoras de la palabra, custodiamos los secretos que mueven y tejen la urdimbre del universo.



# Entrar y salir de la habitación



Mapas... No sería otra cosa la escritura, el sueño de unos paseos interminables por paisajes olvidados, una grafía incierta donde cada lugar es un mundo (un espacio interior) que indica solo lo impronunciable: esa quietud inspirada donde buscamos reconocernos, unirnos a aquello de nosotros mismos que pertenece al Absoluto, en el que cada todo participa.

MARÍA NEGRONI



## Flâneuse rural

*Rosario Alcantarilla*

Hace siete años, tres meses y veintidós días que mi manera de caminar empezó a cambiar. Solo setenta kilómetros separan mi ubicación inicial de la actual y esa pequeña diferencia de posición en un mapa físico me ha generado una alteración significativa como paseante. Vivir en un pueblo la ha cambiado.

Cada mañana me levanto temprano y salgo de casa dispuesta a andar algo más de una hora. Es la manera que he encontrado para no dejar que las ideas que están entre el sueño y la realidad se me escapen. No me gustan las rutinas, discrepo de sus supuestos beneficios, pero me encandila el modo de pensamiento de ese momento del día. He intentado crear, con mi cuerpo y su movimiento, una toma de tierra con la que pueda retenerlo durante esos primeros momentos de la jornada.

Como *flâneuse rural* es poco frecuente que me sorprenda una cara nueva y totalmente imposible que pueda descubrir una calle por la que nunca antes

haya paseado. Los giros inesperados pertenecen al deambular de mi pensamiento y no al de mis pies.

A pocos metros me cruzo con un grupo de mujeres jubiladas que pasean juntas todos los días. Son cuatro, sus edades están entre los setenta y cinco y los ochenta y cinco años, y nunca fallan. Ellas no salen del pueblo, solo pisan hormigón o asfalto en su paseo. Hacen y deshacen un mismo recorrido varias veces y después cada una vuelve a casa. Me pregunto cuáles serán sus motivaciones para salir a pasear tan temprano, ¿por qué ellas cuatro?, ¿por qué ese trayecto y no otro?

Mi recorrido, hasta salir del pueblo y pasear por alguno de sus caminos, me lleva por calles con nombres que rinden homenaje a grandes hombres universales, pero que yo también he aprendido a renombrar de forma cotidiana, igual que hacen mis vecinas y vecinos. Ya no es la calle Antonio Machado por donde voy, sino «la de Meli, la de la papelería». El recorrido se impregna de lo local y los nuevos nombres de las calles –como debería ser tierra– son para quienes las trabajan y, en mi pueblo, casi todas las calles acaban teniendo nombre de mujer. Yo, que soy tan moderna y reflexiono tanto en mis paseos, debería hablarles en algún momento a mis vecinas de cosas como estas, y compartir nuestros sentires y nuestros pensares al respecto.

Más adelante, pisando ya sobre tierra y piedras, me cruzo con un par de hombres. Uno es joven y viene andando desde una finca cercana, el otro es un señor jubilado. Los separan cinco minutos a buen paso, primero el anciano y luego el joven –su mirada

me parecía y me sigue pareciendo intimidante—, yo les doy los buenos días y sigo mi camino.

Vuelvo a pensar en hacer algo con mis vecinas —muchas no se sienten cómodas saliendo solas por estos caminos—. Siento que tenemos que apropiarnos del espacio y resignificar desde los pueblos las cuestiones clave que Anna M. Iglesia aborda en *La revolución de las flâneuses*, es decir, tratar, desde la escala y los espacios de lo rural, una serie de derechos sobre el espacio público y, en nuestro caso, los espacios naturales: el derecho a ocupar las plazas y los caminos, el derecho a no consumir ni ser consumidas, el derecho a ser y estar en solitario.

Durante estos años he ido trazando un mapa imaginario con los recorridos, los tiempos o las supuestas motivaciones de las personas con las que me cruzo. Tengo una composición a modo de *collage* con mis observaciones, cargada también de preguntas sin resolver.

Mis paseos, aunque así planteados pueden carecer de interés una vez que ha pasado un tiempo relativamente corto, tienen un aspecto muy positivo. La repetición, la supuesta falta de sorpresas, me hacen sentir seguridad en los recorridos físicos y me permito no ir dejando miguitas o piedrecitas en el camino mental. Me doy la oportunidad de perderme, de saltar en el tiempo, de imaginar acompañantes o no, de avanzar sin miedos o de dar dos vueltas por el mismo sitio sin cuestionarme o juzgarme por el despiste, algo parecido a lo que el hombre de negro le pide en *El cuarto de atrás* a Carmen Martín Gaité, quien se atreve a perder

el hilo, a adentrarse en el laberinto. Y así, avanzo sola, el resto de mi tiempo, disfrutando.

La repetición también me ha permitido integrar los ciclos de la naturaleza, a los que me he resistido durante años, a través del paseo. En una época en la que tenemos *gadgets* y aplicaciones móviles para todo lo imaginable, la información que voy recopilando en mis paseos me ha ido programando mejor que a cualquier herramienta tecnológica. «Somos bichos que dependemos de otros bichos», como dice Yayo Herrero, «somos seres ecodependientes e interdependientes».

El pueblo, sus calles y caminos, se han convertido en poco tiempo en una extensión de mi casa. La escala de todo lo que me rodea es humana, acogedora. Los ritmos me transmiten calma y despiertan una agudeza sensorial que me ayuda a conectar, tanto con el interior como con el exterior. Pero no hay posibilidades de ese merodeo callejero del que disfruta Virginia Woolf en Londres y, lo cierto es que mi ánimo se sigue excitando con ese tipo de experiencias, las necesita, las añora y las busca. Disfruto sintiendo cerca un territorio y unos ritmos que transito y no llego a poseer, pero también necesito escapar periódicamente para disfrutar plenamente del vagabundeo, de lo errático en mis pies.

Estos paseos me han hecho percatarme de que carezco de un arraigo fuerte, pero también de que no tengo carácter nómada; soy híbrida, mestiza, camino para resistir y camino para imaginar y construir.



## Paseo

*Carmen Vázquez Bando*

Las tres de la mañana. Vuelvo a casa. Sola. Y borracha. ¿Se podrá estar mejor? Bueno, borracha no, que tengo tendencia a caerme y romperme cosas. Lo que tiene ser «cava vara». Oye, nunca lo he oído en femenino; pero si uno es cava varo, una es cava vara, digo yo. ¿Eso existe? Pues claro que sí. Si lo digo yo, existe. Cava vara o supinadora, como dicen los *runners*; menos mal que nunca me ha dado por ahí, porque suena horrible, a marsupial australiano o algo así. Aunque, puestas a ser algo, mejor que sea supina. Lo que sea, pero a lo grande.

A ver, borracha borracha no, «esmerilá», como cuando miras a través de un cristal, de esos con dibujitos, y lo ves todo raro. Me paro en un semáforo en rojo. En condiciones normales cruzaría, pero sé que no estoy en esas condiciones. Un taxi me ve de lejos, cambia de carril y pasa frente a mí muy despacito. Pensará que me hace falta. Se preguntará a dónde va esta loca, sola, y a estas horas; y encima, dubitante.

«Dubitante», ¿eso existe? Sí, claro. Yo misma. Anda y que le den. Si estoy muy cerca...

Cruzo. Calle Puñonrostro para abajo. Que me he reído con Amparo, como antes: la misma conexión, el mismo reconocerme y reconocerla, el mismo mirarme en sus ojos y saber que ella se ve igual en los míos.

Oigo pasos detrás de mí, sonoros, se aceleran, se acercan. Más. Meto la mano en el bolso y busco el móvil. Jo-der, ¿dónde está? Me alcanza. Ya está aquí. Me pasa. Cruza el semáforo a la carrera antes de que se ponga en rojo. Pasos enérgicos que se alejan rumbo al centro, como yo. Bueno, yo un poco menos enérgica. Suelas de cuero, seguro. Me encanta ese sonido que relaciono inmediatamente con botas negras de tacón cubano. Yo nunca las he usado, además de porque resbalan y me parece una temeridad con mi que-rencia al suelo, porque me da vergüenza ese sonido que te autoanuncia como un cartel de neón. Siempre me ha fascinado ese sonido rotundo, en el extremo opuesto del repiqueteo de trote cochinerero de los tacones. Ese clop clop hueco que transforma al viandante en un *cowboy* urbano y a la Calle Escuelas Pías en una llanura de Wisconsin. No tengo ni idea de si en Wisconsin hay llanuras, pero yo tengo la idea superpaleta de que Estados Unidos es tan grande que hay de todo en todos lados. Además, me encanta ese nombre, Wis- con- sin, más americano que el Marlboro.

En Calle Feria, al fin. La calle se oscurece y se alarga como en las pelis de miedo, y entonces parece que no voy a llegar nunca. Rebusco las llaves en el bolso para ir ganando tiempo. Ya estoy casi, una

esquina más y ya. Meto la llave en la cerradura y al fin estoy en ¡casa!, como gritábamos en los juegos infantiles, sin sospechar entonces que solo estábamos ensayando para la vida real.

Y no, no me he reído con Amparo como antes. Esa conexión se ha ido y no volverá. Ni nunca, en todos estos años he podido estar con ella a las tres de la mañana, pero creo que puedo permitirme la licencia de decir que ha pasado. Al fin y al cabo, esto es ficción, un cuento, y no un ensayo.



# Para ganar la victoria de las palabras



Y la victoria sólo puede darse allí donde ha sido sufrida  
la derrota, o sea, en las mismas  
palabras. Estas mismas palabras tendrán ahora en el  
escribir distinta función; no estarán al  
servicio del momento opresor, sino que, partiendo del  
centro de nuestro ser en recogimiento,  
irán a defendernos ante la totalidad de los momentos,  
ante la totalidad de las circunstancias,  
ante la vida íntegra.

MARÍA ZAMBRANO



# Una presentación

*Carmen Vázquez Bando*

Durante años fui librera-turronera. Yo tenía una librería en La Algaba. Sí, como la de Isak Dinesen, pero sin café, sin *masais* y en cuarenta metros cuadrados. Era muy chiquita, pero más allá del espacio físico de la librería mi horizonte se ensanchaba. Me apuntaba con mis niños, los libros, a toda presentación, encuentro, congreso o actividad lúdico festiva que se terciara. Los editores me proponían las cosas más descabelladas que aceptaba con tanto entusiasmo como inconsciencia. Yo era joven, y aquello agotador: me encantaba.

El otro día estuve hablando con unas amigas acerca de la censura sobre las palabras de las mujeres, y me acordé de la presentación hace años del libro *Una mano de santos*, de Ana Rossetti. Tarde-noche de otoño. Sala llena. Todas mujeres, salvo tres hombres que no dejaron de importunar durante todo el acto y monopolizaron el debate, ridiculizaron el lenguaje inclusivo y cuestionaron a la autora, burlándose de todas las asistentes. Eso sí, con exquisitas formas, por

Dios –mirada al cielo–, caballerosidad ante todo. Recuerdo la indignación con la que recogí los libros cuando terminó el acto, tirándolos dentro de las cajas como si ellos fueran los culpables. Esos tres hombres sabían más que todas nosotras juntas. Lo sabían todo. Anoche, en *Halloween*, vi una película en la que un ente alienígena se introducía en las mentes de toda la humanidad; así lo conocía y lo controlaba todo, el pasado, el presente y el futuro. Pues estos hombres, igual.

Otra cuestión que siempre me pregunté es por qué las mujeres nos empeñamos en ir a sitios claramente hostiles. Lo de ocupar los espacios tradicionalmente masculinos está muy bien y es muy reivindicativo, pero creo que ahí hay algún punto de contacto con las que creen que pueden cambiar a una pareja dominante con la fuerza salvífica de su amor, o con el simple influjo de sus palabras. Nunca he entendido ese chocarse una vez y otra contra un muro, ese masoquismo de querer autoinmolarse en la hoguera en plan Juana de Arco. De niña leía vidas de santos en comic (tebeo, se decía antes), en las que jesuitas con cara de Jeremy Irons alcanzaban la gloria muriendo degollados en manos de malvados chinos con gorrito. Entre eso y las estampas de santas con ojos en blanco, y rosas de purpurina de nuestras madres, no me extraña que la mía sea una de las generaciones más bipolares de la historia, entre el automartirio y el escepticismo más absoluto.

Ayer fui a casa de mi padre para recuperar el libro de Rossetti que le regalé a mi madre hace años. No tuve que buscarlo, sabía perfectamente dónde estaba.

Cuando lo abrí, comprendí muchas cosas. El libro es de 1997, otoño. Posiblemente la presentación fue una de las primeras actividades que hice con la librería, y no estaba acostumbrada a que me vapulearan así en público, no por lo que pensaba, sino por lo que soy; no por lo que pensábamos, sino por lo que éramos. Después, supongo que crie callo, o que aprendí a no ir a donde no me quieren. En cualquier caso, creo que esta fue mi primera vez: la primera en la frente.

Y sí, los hombres saben lo que pensamos, lo que queremos y lo que sentimos mejor que nosotras mismas. Y no sé qué es más ridículo, si lo del alienígena de la película o lo de los hombres.

— 2 —

AUTOSENSURA

Creo firmemente que las palabras no son suficientes para entendernos, pero, por otra parte, no tenemos nada más que las palabras. Y, en relación a esto, me pasa una cosa curiosa: cuando hablo con otra persona intento ponerme en su piel, comprender su punto de vista y sus ideas y saber qué siente. Normalmente, ni siquiera intento convencerle de mi opinión, sino hacer que comprenda a otra persona o que no se desespere porque no le han dado un trabajo, pero esta forzada solidaridad me lleva a adoptar sus palabras, sus expresiones, y hasta su tono de voz. Me veo a mí misma como una especie de Zelig, el personaje de Woody Allen que se mimetizaba con quien tuviera delante, y cuando hablaba con un judío le crecían tirabuzones, o si estaba en un discurso de Hitler le salía bigotito.

Me pierdo, y así voy, transparentándome, disolviéndome cada instante. En mi época de interés por las habilidades sociales estaban de moda la inteligencia emocional y la empatía, pero lo de la asertividad llegó más tarde, igual que la psicomotricidad, y las dos me pillaron ya muy mayor para desarrollarlas de forma conveniente.

Pero acabo de tener una idea: no me siento bien cuando hago eso. Pienso que nadie se puede poner en mi lugar porque nadie vive en mi cabeza (a veces, ni siquiera yo), y sobre todo, nadie tiene que robar mis palabras (que es peor aún, no me las roban, las entrego). En los cursos de marketing o de creación de empresas me contaban que nosotras hablábamos siempre flojito, con circunloquios y usando el condicional («podríamos hacer», «estaría bien que»), pero pidiendo permiso no entraríamos jamás en el Olimpo de los triunfadores: había que hablar con energía y dando golpes en la mesa si queríamos que nos tomaran en serio. Y yo siempre pensaba por qué somos nosotras las que tenemos que cambiar, ¿no hemos perdido ya bastante? ¿tenemos que perder también nuestras palabras? No quiero tener que gritar para que me escuchen. Ni dar golpes en la mesa. No me sale. Pero espero que esa rabia que siento cuando me pongo en el habla del otro y empiezo a transparentar, sea una palanca para el cambio.



# Tatuajes

*Eva Manzano*

Existen dos tipos de personas: las que piden cuentas y las que consideran que tienen el deber de justificarlas. Hasta hace muy poco yo formaba parte del segundo grupo, lo que me hacía muy atractiva para la gente del primero. Funcionaba como un imán: yo parecía dispuesta a recoger las acusaciones que me lanzaran. Si alguien tenía algo que exigirme, allí estaba yo para ofrecerme.

La gente del primer grupo siempre utiliza el mismo tipo de sentencias para «echar en cara». En el instituto una chica me decía a menudo: «Las amigas se llaman a diario». También suelen usar tres palabras amenazadoras y terroríficas: «Tenemos que hablar». Pero mis favoritas son aquellas sentencias que tienen que ver con las exigencias y con aquello que los demás, erróneamente, esperan de mí: «*Esperaba* que me llamaras», «*tendrías* que haberme avisado de...», «suponía que te alegrarías *más* por mí...», «*deberías* haber preguntado *más*, haberte interesado *más*...».

Pero, ¿cuánto creía esta gente que podía estirarme? ¿Acaso tengo yo que defenderme por no haber sido *suficiente* para alguien o por no cumplir expectativas ajenas? Los reproches que me iban lanzando como a una diana, eran un ataque que requería una defensa inminente: un contraataque, ¿o no?

Hace algunos años se produjo un incidente bastante incómodo para mí. Tuve que soportar una especie de mutación de estas reprimendas que se convirtieron en ataques verbales agresivos, injustos e injustificados. ¿Entonces mi defensa pasaba por *justificarme*? Me vi a mí misma desarmada, desprovista de algo que hoy sigo buscando, algo que tiene que ver con el ingenio o la respuesta inmediata, el don de la «palabra dardo». No fue fácil gestionar todo lo que vino después, pero, sin duda, fue una epifanía.

Desde entonces, he tratado de ahondar, recordar, buscar y preguntarme cómo se accionaban mis mecanismos de defensa cuando era una niña y cómo evolucionaron y se adaptaron social y culturalmente después. Nos educan –hablo de nosotras– en el comedimiento, para no ser agresivas, en la contestación y la sonrisa amables, para agradar; ¿es ahí cuando desaprendemos a defendernos?

Claro está que tiene que existir un instinto animal y de supervivencia en nosotras desde que venimos al mundo, uno que nos haga estar preparadas para nuestra propia salvaguarda. En ese caso, mi mecanismo de defensa debía de ser el llanto, ese compañero traicionero desde el nacimiento, pues es el que se accionaba al quedarme muda en una discusión.

Honestamente, no tengo claro si el llanto me hacía enmudecer o lloraba de impotencia por no encontrar las palabras oportunas en el momento adecuado.

Pero, ¡qué manía!, ¿no? Una y otra vez la misma cantinela, no querer ser malinterpretada, explicar una y otra vez mis palabras o mis actos, excusarme, justificarme y, por supuesto, pedir perdón. Y, además, hacerlo con la mirada puesta en los demás y no en mí misma. No me suelo arrepentir tanto de lo que digo o hago en primer lugar, como de lo que digo o hago para justificarme después. Este remordimiento –auto-culpa, autocensura y autocastigo– es la certeza que se revela –y rebela– al dejar de «ser yo» para ajustarme al corsé que otros me imponen.

Durante mucho tiempo estuve furiosa e irascible y mi comportamiento tenía preocupantes tendencias agresivas, aunque yo era mi principal víctima. Mi terapeuta aseguraba que aquella energía manaba de un NO gigantesco que se había hecho enorme en mi estómago: los *noes* que no había pronunciado a tiempo en distintas circunstancias. Una vez más me daba cuenta del peligro que se escondía tras los «calladita estás más guapa» y «quién te va a querer con ese carácter».

Me topé con una viñeta de la ilustradora Sara Fratini que parecía creada para mí: «Todo lo que no digo, queda tatuado», decía. Desde entonces la tengo en un lugar bien visible. Resultaba que yo tenía tatuajes sin tenerlos, qué otra cosa son las cicatrices que van dejando las heridas.

Cuando tenía diez años, la madre de una compañera del colegio me esperaba escondida a la salida de clase, tras una esquina del camino que yo recorría sola hasta llegar a casa. Fue una encerrona, apareció como de la nada, se detuvo frente a mí y con su hija entre sus piernas; empezó a reprenderme en un tono agresivo y malicioso. Su hija y yo no éramos amigas, éramos rivales. Competíamos –y no estoy segura de hacer esta afirmación en plural, pues yo no estaba entonces familiarizada con este concepto– por la simpatía de las demás compañeras, por la nota más alta en un examen, por el reconocimiento de los profesores, por el papel protagonista en la obra de la escuela. Esta niña me atosigaba, me cuestionaba, me corregía, me perseguía para darme lecciones que yo no pedía. Hasta que cierto día, harta ya de todas sus monsergas, la llamé «cara-mono», delante de todos, porque no se me ocurrió mejor insulto o mejor forma de deshacerme de su charla pejiguera, visto que ni la elocuencia ni el ingenio estaban entre mis virtudes. Su madre, obviamente, estaba muy disgustada por esto y pensó que atropellarme con sus sermones y reprimendas a la salida del colegio sería suficiente castigo para mí y solucionaría las disputas entre su hija y yo. Mi reacción fue llorar a mares, durante y después. No lo escribí jamás, es la primera vez que escribo sobre este acontecimiento que de alguna manera me dejó surcos en la memoria, «tatuajes».

Un aprendizaje me quedó de aquello: mi llanto infantil en mitad de la calle, mientras una adulta desconocida me cuestionaba y me regañaba, fue una de las situaciones más humillantes que recuerdo. Llorar

se convirtió para mí en un acto vergonzoso e indigno que señalaba mi culpabilidad y mi fragilidad. Me obsesioné por esconderlo, pero nunca me funcionó. Con mis lágrimas siempre afloró también un sentimiento de debilidad e incapacidad limitante.

He rebuscado en mis archivos de notas porque recuerdo haber tenido una especie de revelación al respecto hará poco más de un año. Había escrito: «El palo borracho tiene el tronco robusto cubierto de agujones. Sabe defenderse. La flor, en cambio, es delicada, enseguida pasa del rubor al pálido. Me recuerda a mi propio rubor. Entonces pienso en las espinas, imagino mi propio cuerpo cubierto de gruesas espinas siempre dispuestas a reaccionar ante los ataques. Reaccionar. Yo no tengo una capa de agujones. Pero a veces me encantaría tenerla».

Me doy cuenta de dos cosas al releer este texto: primero, que partiendo de la consideración de sentirme atacada, seguía pensando erróneamente que saber *defenderse* consistía en reaccionar con un contraataque. Pero es que yo soy pacifista. Y, segundo, los agujones de este árbol son un tipo de defensa que deberíamos entender como pasiva. El árbol sabe *protegerse*. Y aquí es donde vino otra revelación: mis lágrimas son mis espinas.

«Esperen, déjenme explicar», dicen las primeras líneas de uno de mis cuentos preferidos de la escritora Lucia Berlin, *Estrellas y santos*. En él se narra un incidente malinterpretado durante su infancia en un colegio de monjas. Con la ironía que la caracteriza argumenta: «siempre he tenido un don para quedar mal».

Recuerdo haberme sentido así demasiadas veces a lo largo de mi vida: «quedando mal». Hoy sé que todo empeoraba —para mí— al intentar explicarme. Y, lo que es peor: esa necesidad de justificarme provenía de una sensación de incomodidad ante la suposición de haber «quedado mal».

Desde siempre he sentido mucha impotencia y frustración cuando me daba cuenta de que esas personas que me cuestionaban o me recriminaban no sabían realmente cómo era yo. Esto me enfadaba de niña o de adolescente, pero ya de adulta me dolía profundamente, me sumía en el encierro en mí misma. Fui maleable: «si quieres esto, esto te doy». Esa gente tenía una imagen de mí que no concordaba con mi autoconcepto. Sentía que era injusto que no «quisieran conocerme». No me daba cuenta de que mi comportamiento adaptativo no me permitía mostrar lo que yo quería que vieran, sino lo que querían ver los demás. «El primer deber por cumplir es en relación con una misma», escribió Clarice Lispector a su amiga Olga Borelli. Pensaba que esas personas tal vez sí me conocían, pero no me respetaban. Me percaté de que el respeto empezaba por mí misma y de que toda aquella inmensa paradoja en la que me veía inmersa era consecuencia de mi maleabilidad. Mi terapeuta me dijo: «No tienes que ser perfecta para que te quieran».

La psicoanalista y escritora Clarissa P. Estés asegura que existe un sufrimiento en los primeros años de vida de algunas niñas que se debe a que se sienten «cautivas y domesticadas», ya que les dicen que son «tercas y se portan mal». ¿Hasta qué punto hemos

sido esclavas de la mirada de «otro»? Aprendí esto observando a mi hija cuando era un bebé: su identidad se construía con mi mirada y con las miradas de los demás parientes cercanos. ¿De qué otra forma podía saber ella que *existía*? ¿Cómo afirmamos nuestros pequeños logros a esa edad si no es buscando la sonrisa de mamá? El problema viene cuando mamá se rellena en la edad adulta con «amiga», «pareja», «profesores», «prima», «familia política», y un largo etcétera en esta eterna búsqueda de aprobación.

Le debo mucho a una prima de mi madre a la que siempre he llamado *tita*. Ella me enseñó, entre otras cosas, a montar en bici cuando tenía 9 años. No recuerdo bien cómo lo conseguí al final, pero sí recuerdo que una de las primeras tardes de entrenamiento, me rendí. Ya llevaba un buen rato practicando y hacía mucho calor, yo pedaleaba mientras mi tía equilibraba la bicicleta sosteniéndola por el respaldo del sillín. Después de unos segundos soltaba y yo tenía que conservar el control del manillar, la fuerza del pedaleo, y avanzar manteniendo el equilibrio. Estaba cansada aquel día, no tenía ganas de seguir, al menos no en aquel momento. Tenía ya varios rasguños en las piernas y, a la cuarta o quinta vez que probábamos aquella tarde, cuando mi tía dejó de sostener la bicicleta, yo solté el manillar y abrí las piernas en un intento, un tanto suicida, por liberarme de la presión de aprender. Qué buen batacazo me llevé. Acabé magullada, con la piel de las piernas, rodillas y codos levantada. Me sangraba hasta la nariz. Cuando mi tía insistió en que volviera a subir a la bicicleta, rompí a llorar y a decir que no. «¡Otra vez no, no puedo,

no quiero aprender a montar en bici!». Intentaba emprender el camino de vuelta a la casa a pie, cuando ella me espetó a gritos:

«¡Ni hablar! No te puedes rendir, ¿es que no tienes amor propio?»

He recordado este episodio mientras leía un breve ensayo de Joan Didion, titulado «Sobre el amor propio». En aquel momento fui incapaz de responderle a mi tía, ni siquiera me daba cuenta de que fuese una pregunta retórica porque lo que se me encendió fue otra bombilla: ¿qué es el amor propio y qué puedo hacer para *tenerlo*? ¿Cómo va a ser capaz de defenderse una persona que no tiene amor propio? ¿Cómo iban a *quererme* los demás si no me quería yo misma? De esto va el amor propio, ¿no? Si yo hubiera leído entonces a Joan Didion, qué fácil habría resultado contestarle a mi tía que el hecho de que yo quisiera o no aprender a montar en bici, no tenía nada que ver con el amor propio, al menos no si era capaz de dormir de un tirón cada noche sin remordimiento. Sin embargo, crecí en la creencia de que me faltaba el amor propio y decidida a encajar, como diría Didion, en la falsa noción de mí misma que tenían los demás.

Yo, que escribo diarios, cuentos y poesías desde que era una niña, durante mucho tiempo no pude escribir una palabra. Estaba tan al servicio de los demás que ya no tenía voz propia, y esto —perdóneme, Virginia—, es más importante que ninguna habitación propia; hasta que un día *me despertó* la conciencia sobre mi propio cuerpo, una conciencia presente como nunca

había sentido y que tenía que ver con los cambios físicos que se produjeron durante mi embarazo.

De nuevo, comencé a preocuparme por aquellos tatuajes y a sentir una pulsión loca y una necesidad brutal, casi dolorosa, de expresarme a través de la escritura. «Me habían aconsejado que dijera lo que pensaba en voz alta en lugar de quedármelo dentro, pero yo decidí escribirlo», decía Deborah Levy en el primer volumen de su autobiografía *Cosas que no quiero saber*.

Hoy reivindico así mi voz y sé que he encontrado una nueva forma de expresión a través del lenguaje escrito. Pero, «no se puede escribir sin la fuerza del cuerpo», afirmaba Marguerite Duras. En mi caso, la poderosa fuerza que sigue emitiendo todo lo que llevo tatuado y la energía de aquel NO que llevaba dentro.



# Escribir el cuerpo



Al escribirse, la Mujer regresará a ese cuerpo que, como mínimo, le confiscaron; ese cuerpo que convirtieron en el inquietante extraño del lugar.

[...]

¿Por qué hay tan pocos textos? Porque aún muy pocas mujeres recuperan su cuerpo. Es necesario que la mujer escriba su cuerpo, que invente la lengua inexpugnable que reviente muros de separación, clases y retóricas, reglas y códigos, es necesario que sumerja, perfore y franquee el discurso de última instancia, incluso el que se ríe por tener que decir la palabra silencio, el que apuntando a lo imposible se detiene justo ante la palabra «imposible» y la escribe como «fin».

HÉLÈNE CIXOUS



# Modas de espejo y libertades

*María Esquitín*

¿Mi cuerpo? Sonrío sin que se me vea, ante la multitud de cosas que pasan por mi mente. ¡Venga ya! ¿Para qué engañarnos?: me río con todas mis ganas de la esclavitud sumisa a la que la gente se somete con sumo placer (al menos en apariencia) y dolorosas consecuencias. El masoquismo está de moda, ¿o acaso no es masoquismo dejarse humillar y maltratar por otras personas que ganan dinero a costa de ello? Nos programan para eso sin ser conscientes, cosificando nuestros cuerpos, mercantilizando la carne humana como un producto más de consumo del capitalismo rampante (prueba fehaciente de ello, sin duda alguna, son los grandes beneficios que reportan los cuerpos de las mujeres: trata, pornografía, prostitución, vientres de alquiler. Las mujeres pobres, desprovistas de humanidad, son vendidas y usadas con precios ajustados para todos los bolsillos).

Pero me tengo que centrar en mí, en mi cuerpo, ¿por qué siempre salto de lo individual a lo colectivo?, ¿por qué siempre que alcanzo un escalón más miro hacia abajo para ver si puedo darle la mano para subir a alguien más? ¿Por qué esa necesidad compulsiva de avanzar siendo legión? Me reconduzco: me tengo que centrar en mí.

Estoy convencida de que si el resto del mundo supiera lo que pienso de mi cuerpo se sorprendería porque, en un mundo en el que parece que solo se puede mostrar esa belleza absurda del mercado actual de valores (entendidos estos como éticos o morales), donde la fluctuación de la carne y la talla determinan la hermosura, opto por ser yo y extrapolar la rotundidad de mis pensamientos y de mi carácter a mi cuerpo, sin renunciar a lo que la naturaleza me ha otorgado y la vida me ha ido moldeando, porque no quiero dejar de lado mi historia. No quiero negar con mi cuerpo mi vida y lo que en ella ha ocurrido y, aunque pondría miles de ejemplos, me quedo con uno: la maternidad. ¿Cómo podría pedir que no quedara huella en mí del momento de haber traído a mi hijo al mundo? Quizás me duela más lo psicológico o lo emocional y, sin embargo, para no ofender al mundo nos suelen pedir a las mujeres que nuestros cuerpos luzcan de una manera determinada: como si el hecho de engendrar, gestar, alumbrar y amamantar a otro ser humano no fuera lo suficientemente importante para dejar un ítem en el camino que así lo cuente.

En sociología se estudia algo llamado comunicación no verbal, que no es otra cosa que nuestro lenguaje corporal. Si existe una interacción entre nuestro

lenguaje corporal y otras personas, ¿quiere decir esto que nos comunicamos con nuestro cuerpo de manera inconsciente?; siendo así ¿qué les dice a las demás personas nuestro cuerpo?, porque desde luego, no hay nada que genere más juicios rápidos que el físico de alguien: ¿cómo juzgamos a las otras personas en función de sus cuerpos?, ¿utilizamos el mismo criterio para juzgar los cuerpos ajenos y el propio? A veces somos muchísimo más crueles con el nuestro y somos benevolentes con los de las otras personas y, en cambio, otras mostramos una dureza extrema con los ajenos ¿no dependerá esto de la aceptación que tengamos de nuestro propio cuerpo y de nuestros anhelos al respecto?

Hubo un tiempo en el que creía que mi cuerpo no era mío. No tenía conciencia de que lo fuera; era en la infancia. ¿Recordáis aquellos años en los que te tocaban y te besaban sin tu consentimiento y sin preguntarte si podían hacerlo?: «...qué mona la niña, ven que te dé un beso...que mofletes más bonitos...». Era cuando te cogían de la mano, aunque tú no quisieras caminar así, cuando te decían cómo y cuándo te podías mover. En mi caso, mi mente era libre y soñadora, pero mi cuerpo pertenecía a las personas adultas que estaban a mi cargo: mi madre, mi padre, mis hermanas, el profesorado del colegio; no tenía la libertad de acción que tengo ahora, pero tampoco notaba el peso de las cadenas que la adolescencia me pudo traer.

Qué bonita la adolescencia cuando la hemos pasado, ¿verdad? Ese tiempo que debería de ser maravilloso si tuviéramos las cosas claras y el apoyo incondicional de personas que nos quisieran y nos

servieran de dique de contención ante la avalancha de sentimientos y situaciones nuevas que aparecen y que no se sabe cómo gestionar. ¿Por qué no preparamos a la juventud para lo que se le avecina?, ¿por qué nunca se educa para tener herramientas que ayuden a gestionar las emociones? La educación emocional es imprescindible para no enfrentarnos a nosotras mismas y a nuestros cuerpos, pero hay más afán en adocctrinar y dividir en géneros, que en educar a personas, y ahí llega la primera herida para nuestro cuerpo, y nuestra alma.

En la adolescencia nos hacen creer que ese cuerpo que hasta hace cuatro días era de otras personas, ahora, empieza a ser nuestro. Pero no es nuestro para hacer con él lo que queramos, porque no nos van a dejar, vana ilusión, ni agujerear nuestros cuerpos, ni hacernos tatuajes, ni mostrarlo tal cual es. Entonces, ¿por qué empieza a ser nuestro? porque es entonces cuando nos dicen que nuestro cuerpo es nuestra responsabilidad, que nuestra apariencia es lo que nos define, que lo que ven otras personas al mirarnos es lo que somos y entonces aparecen diferentes cosas: culpa, miedo, asco. De entre todas esas cosas la culpa, herencia judeocristina del pecado, es la peor.

La culpa aparece en nuestras vidas para desposeernos de nuestras almas, para ser de otras personas, para no ser la persona que somos, sino la que otros quieren que seamos. Digo otros, porque así es, porque entonces es cuando nos empiezan a decir por todas partes: *¿crees que así le gustarás a un chico?* ¿Así cómo? Pregunta recurrente en mi vida: ¿así cómo?, ¿natural?, ¿fuerte?, ¿rubia? No, no, es todo y no es nada porque

nuestro cuerpo pasa a ser algo que debemos modelar, colorear, maquillar y adornar hasta conseguir que sea «como debe ser», y yo, que tenía que rebelarme sí o sí, me hice punk y me rapé el pelo. Si alguien me quiere querer, que me quiera por la persona que soy, no por la que aparente ser.

En ese momento en que rompes la baraja para ser tú, y no dejas que te coloquen en un molde en el que encajar a martillazos destrozando tu cuerpo y tu salud, física y psicológica, en ese preciso momento, descubres realmente tu cuerpo: el sexo y el placer.

«*Conocerse*» en aquel entonces no estaba bien visto, porque las mujeres no debían gozar, no debían disfrutar: «*¡sacrilega hija de Satanás! ¿Cómo osas disfrutar de tu propio cuerpo?*» Y me acuerdo de esa frase, de algunas personas religiosas y de fanatismos machistas varios, que dice que «el clítoris es el timbre del diablo», y que si lo tocamos el vendrá... Por lo tanto: «no (te) lo toques y salva tu alma». Entonces, mi cuerpo ¿no lo puedo utilizar para mi placer, pero un hombre sí puede disfrutar con lo que la naturaleza me ha otorgado a mí? Me parece que no.

Volviendo al tema del lenguaje corporal me doy cuenta de cómo las mujeres en general hemos sido «*educadas*» para la sumisión, y eso queda patente en cómo nos movemos, en cómo ocupamos el espacio, tanto público como privado, casi pidiendo permiso por existir, tímidamente y con miedo a lo que nos puedan decir, dispuestas siempre a retroceder si sentimos una mirada o un gesto por parte de otra persona (casi siempre un varón) que nos recrimine

silenciosamente nuestra insolencia al existir. Habrá quien diga que es una cuestión de confianza, pero no lo es: es de género, y si no haced la prueba y mirad en una sala llena quién habla, dónde se colocan las personas, cómo es la expresión de sus cuerpos: el cuerpo es poder y dominio, si lo expandes tienes el control, si te contraes, eres controlada.

Me pregunto: ¿por qué yo no fui capaz de vivir sometida si me habían enseñado lo mismo que al resto?, ¿qué fue lo que ocurrió en mí realmente para que no dejara que eso me pasara? Podría inventar algo maravilloso, pero lo cierto es que fueron tantas cosas las que resonaban por dentro que no podría decir cuál exactamente hizo que todo cambiara.

Los gestos cambian nuestro cuerpo y el cuerpo cambia a la mente, era poderosa, SOY PODEROSA. ¿Por qué nadie me lo dijo?, ¿por qué nadie me dijo que un gesto de mi cara cambiaría mi cuerpo y con él mi mente?, ¿por qué nadie me dijo que no importaban las señales que enviara al resto del mundo (porque eso son percepciones ajenas que nada tienen que ver conmigo), si no las que me enviara a mí misma?, ¿por qué se empeñaba toda la sociedad en intentar infantilizarme, cambiarme y exigirme sumisión entregando mi cuerpo como posesión cuando todo eso me impedía ser la persona que era?

A las mujeres no nos dejan ser coherentes con nuestro discurso interno, aún hoy nos quieren silenciar, por eso nuestra presencia incomoda y se apoderan de nuestros cuerpos.

Quizás sin darme cuenta estuve en guerra con mi cuerpo, aunque si he de ser totalmente sincera nunca tuve las inseguridades que veía en la mayoría de las mujeres de mi entorno: gorda, delgada, orejas de soplillo, culo plano, poco pecho, mucho pecho, complejos por la nariz, la dentadura, los ojos, la boca, el vello, los granos, el pelo, los brazos, los muslos...

Estuve a punto de morir. Será por eso que mi cuerpo me parecía perfecto: estaba viva y no veía nada más maravilloso que eso.

Con los años he ido aprendiendo que mi alma y mi cuerpo no son cosas separadas en realidad, que, aunque son diferentes, son parte de un todo; que la una hace a la otra queriendo, o sin querer, y que tenemos la potestad de tomar el mando para tener el cuerpo y el alma que queramos tener.

Mi cuerpo es mío y lo disfruto plenamente: rubia natural con canas, ojos verdes y sin arrugas todavía para mi edad, pecho muy grande y caído (cuatro años y medio de maravillosa lactancia), generosa y rotunda en formas. Tengo un cuerpo bien nutrido: de lo que da la tierra y no las fábricas. Tengo cicatrices por todas partes porque nunca fui capaz de estar quieta y la aventura es lo que tiene: que deja marcas que cuentan historias, con las que hoy me puedo reír, pero con las que tuve que llorar.

Mi cuerpo lo paseo con orgullo, con paso firme y la cabeza alta, y en la intimidad lo disfruto, porque mi cuerpo es mío y de noche siempre me gustó tocar timbres y salir corriendo.



# Rizo, que suena como liso

*Bienvenida Gala*

Nací con la cabeza llena de ideas y el pelo rizado. Un amigo me dice que me salen las ideas ya enredadas. El mayor orgullo de mi padre fue que heredé su pelo. Él era el único de cuatro hermanos que tenía el pelo rizado y yo soy la única de tres que también lo tiene. Es mi marca de nacimiento.

Pero siempre quise pasar desapercibida, ser como el resto de las niñas, aunque serlo consistía exclusivamente en tener el pelo liso; era lo único que para mí determinaba, en mi infancia, ser igual o ser diferente. Pelo largo, flequillo, trenzas, coletas... ¿que había hecho yo de malo para no poder peinarme como todo el mundo? Lloraba mucho por mi pelo: lloraba porque mi madre intentaba desenredar lo que nacía enredado, lloraba porque decidió cortarme el pelo para evitar que llorara, lloraba porque los rizos eran objeto de burla en el colegio: «Maradona», «conguito», «ovejita»; estaban entre la variedad de insultos.

Tengo todavía guardada una de las primeras fotos que entonces había que llevar para la ficha del colegio. Mi madre me hizo dos coletas con unas gomas que aún recuerdo como si las tuviera en la mano, se sujetaban con dos bolas azules y a mí me encantaban. Era feliz con mis gomas del pelo y mis coletas, hasta que alguien me dijo que parecía «Reina», la perrita de “La dama y el vagabundo”. Ahí se acabó mi historia con la innovación en los peinados. Era inevitable: nunca iba a ser como todo el mundo, porque no hay que engañarse, las niñas en mi época no queríamos ser diferentes como Pippi Langstrump, queríamos ser princesas de melena larga y rubia (para poder hacernos coletas, evidentemente).

En la adolescencia, como buena hija del patriarcado, mi rechazo al pelo fue en aumento. Era época de tupés y melenas al viento, así que yo, que en lo único que había avanzado era en dejar que creciera, opté por llevarlo recogido en una coleta, como otro intento más de disimular aquello que consideraba defectuoso.

No voy a seguir enumerando las diferentes formas de peinado que fui adoptando conforme iba cumpliendo años, ninguna me llevó a la aceptación. Digamos que la edad me fue llevando hacia una etapa de no confrontación, de dejar de luchar contra lo inevitable, pero como cantan en las canciones y dicen en las películas, «empiezas a echar de menos algo cuando lo has perdido».

En 2018 perdí el pelo, me quedé calva por la quimioterapia y, aunque esa historia da para varios capítulos, resumiendo diré que el mundo no se abrió bajo

mis pies, ni caí por un agujero negro, pues aprendí a relativizar el canon de belleza establecido y a revisar el mío.

¿Por qué ocurre esto en la estructura mental de una niña? ¿Es simplemente un deseo de pasar desapercibida? ¿Es algo individual? Contar esta historia hoy, como feminista, me confirma que no es una respuesta individual, sino que la sociedad patriarcal me convenció de que yo no era una niña/adolescente/mujer «como todas». El heteropatriarcado se ha encargado durante siglos de definir, opinar e intervenir sobre el cuerpo de las mujeres.

Esa intervención es quizá el mayor poder que sigue teniendo el patriarcado, y lo conserva porque se sustenta sobre lo que Ana de Miguel, en su obra *Neoliberalismo sexual*, define como el mito de la libre elección. Escribe Ana de Miguel que la estructura patriarcal se asienta en la machacona creencia de que como «ya hay igualdad», cualquier acción que realicen las mujeres es fruto de la libre elección. Somos libres para maquillarnos o no, para llevar tacones o no, para tener el pelo largo o corto. Entonces, ¿por qué sigue existiendo solamente un único modelo de belleza? ¿Por qué todas tenemos que ser delgadas, jóvenes y de melena impecable?

En la época en la que me quedé calva también descubrí a bell hooks y el feminismo negro, y supe que se reivindicó el pelo afro como parte de la identidad negra, especialmente entre las mujeres. En su artículo «Alisando nuestro pelo», bell hooks afirma: «En numerosas discusiones con mujeres negras acerca del

cabello se puso de manifiesto que uno de los más poderosos factores que les impiden a las mujeres negras llevar estilos de cabello no procesado es el temor de perder la aprobación y consideración de otras personas» y dice también que «dentro del patriarcado capitalista supremacista, el contexto social y político en que surge la costumbre de los negros de alisarnos el cabello, esta representa una imitación de la apariencia del grupo blanco dominante y a menudo indica un racismo interiorizado, odio de sí mismo y/o una baja autoestima». En mi caso, aun perteneciendo a una clase/etnia privilegiada, descubrí las similitudes de mis vivencias con las de las mujeres negras, aquellas relacionadas con el pelo y el canon de belleza.

Questionar el pensamiento sexista sobre el cuerpo de las mujeres fue una de las intervenciones más poderosas realizadas por el movimiento feminista. Durante siglos, y todavía hoy, las mujeres éramos socializadas en la idea sexista de que nuestro valor recae exclusivamente en nuestra apariencia, y en la de si encajamos en el molde de «ser guapas», especialmente a los ojos de los hombres. Tuvimos que ser conscientes de que la verdadera liberación de las mujeres debe pasar por apropiarnos de nuestros cuerpos, por no permitir que el patriarcado decida sobre lo que es y no es bello. Cuando a nivel íntimo e individual nos liberamos de algún aspecto que oprime nuestro cuerpo estamos contribuyendo a que el feminismo tenga más fuerza en la sociedad. Dejemos de ser guapas y empecemos a reconstruir la belleza con los ojos del feminismo, la belleza diversa, la que tenemos todas y todos por el simple hecho de estar vivas y vivos.



# La vida de las máscaras

*Elena Pentinel de la Chica*

Hay pocas palabras tan subjetivamente polisémicas como la palabra cuerpo en virtud del hablante que la piense. Para muchos, en un sentido abstracto, puede significar la realidad física que nos contiene y nos define, el límite entre nuestro pensamiento o psique y la realidad exterior, el recipiente material que guarda nuestro contenido espiritual. Pero esto es demasiado idealista si lo vemos desde el punto de vista de las mujeres. Para mí, como mujer, y creo intuir que para la mayoría de las de mi sexo, «cuerpo» aparece otros muchos sentidos: cuerpo es imposición, es insatisfacción, es limitación, pero sobre todo es complejo. Apenas puedo pensar en mi cuerpo sin que una enorme retahíla de reproches ocupe mi mente.

En la infancia era mi extrema delgadez y el vello abundante que poblaba mis brazos. Mi abuela me decía que a ella de niña le pasaba lo mismo y que a los treinta ya no tuvo más el problema y a mí me horrorizaba aquel plazo. En la adolescencia la delgadez seguía

ahí, junto con la ausencia de voluminosos pechos y trasero, tan cotizados entre el imaginario masculino. Siempre estaba ahí el complejo, la necesidad de aprobación, de sentirme siempre evaluada. Para mí era un problema estrictamente personal, me pasaba «a mí» y los demás eran ajenos a mis preocupaciones. Las amigas siempre fingían sentirse a gusto (estábamos, como chicas, en competencia), aunque interiormente fueran esclavas de iguales torturas. Sin embargo, a lo largo del tiempo y las lecturas y experiencias, se fue abriendo una realidad mucho más compartida de lo que yo había imaginado. Parecía ser que todas éramos víctimas de una misma servidumbre: alcanzar no sé qué perfección o belleza que nos igualara a un modelo de plenitud física, pasaporte hacia la realización individual.

Esa servidumbre, como fui comprobando, empieza por el uso de las máscaras. A los quince ya empiezas a dibujar un mapa ficticio que cubra la realidad del terreno que es tu rostro. Ejerces de artista improvisada que delinea trazos y juega con el color y el volumen. Construyes, con la ayuda de una lupa que agranda los poros, los lunares, las rojeces hasta el infinito, una pared lo más lisa posible, una capa barnizada y resplandeciente que haga emerger el arte por encima de la embarrada materia. Te parece de lo más natural. De niña tu madre guardaba en el mueble de espejos del baño (siempre los espejos nos rodean, como un desafío mudo) esas pócimas mágicas que te vuelven mejor persona: la textura untuosa y sonrosada del colorete; el aroma evocador de las cremas que hacen que tu madre deje un rastro de dulzura que anidará

en el recuerdo; el carmín para dibujar una sonrisa inventada o tinturas que dibujen montañas o valles en tus ojos. Todo aquello lo incorporarás en tu maletín de máscaras. Te harás experta en el disimulo, en el disfraz y el ocultamiento. Recuerdo un día en que veía un programa de frivolidades varias y una modelo joven y guapa, casada con un hombre poderoso y viejo, contaba que todas las mañanas se levantaba muy temprano para maquillarse y preparar su cabello antes de que su adinerado marido despertase y la encontrara siempre perfecta. Recuerdo cómo pensé que aquello era el colmo del servilismo y la ridiculez. Aunque luego tuve que preguntarme si acaso no era ese ritual similar al que hacemos todas las mujeres, en mayor o menor medida, para entrar cada mañana en la sociedad, para mostrarnos a compañeros y desconocidos, en busca de admiración o, al menos, de aprobación.

Pasan los años y te ves apuntándote al gimnasio (siempre odiado, siempre postergado) en pos de una supuesta salud, pero que encubre la persecución de un nuevo arte, el de esculpir. Hay que modelar el cuerpo, adelgazarlo, afirmarlo, buscando un ideal de escultura griega. Lo que escapa al esfuerzo, se resiste a ser domado, tiene una siguiente parada: la ciencia y la técnica prometen ayudarte a seguir esculpiendo, transformando al gusano que quieren que seas en la mariposa que pueda sobrevolar los años con dignidad. Muchas nos apeamos en esta parada y cedemos, no sin vergüenza y remordimientos, ante la tiranía del tiempo y la vejez. Observas con terror cómo tus mejillas van cediendo, desaparece poco a poco tu cintura,

todos los pelos de tu cuerpo empiezan a despoblarse (por fin, ya no tienes vellos en los brazos). Sientes que ahora ya no eres un ser particular, sino que te disuelves en la colectividad de las que envejecen. Eres igual de indistinguible que al nacer. Entonces, eras arrugas e indefinición, ahora lo mismo. El cuerpo, al fin, sucumbe, y ya sólo cabe esperar la desintegración del polvo. *Memento mori* todas las mañanas ante el azogue del espejo.

Y mientras tu cuerpo se va desprendiendo tenazmente de su piel de serpiente, en una última transformación, tu mente, tu alma o tu yo, da vueltas en su encierro. Se vuelve hacia el recuerdo, hacia el pasado porque el futuro es un monstruo que nos aterra. Entonces eres más consciente que nunca del cansancio, del trabajo ingente que has tenido que arrastrar a lo largo de tu vida (mientras trabajabas, criabas hijos, comprabas y adornabas casas, viajabas o amabas). Porque todo el tiempo has discurrido también por una vía paralela, la de artista creadora de un cuerpo, uno que no sólo te envuelve sino que sobre todo te somete, se impone y te anula. Supongo que, al fin y al cabo, la nada a la que vayamos nos liberará de nuestra obra siempre inacabada, siempre imperfecta.



# Expediciones hacia adentro



Hasta corregir nuestros propios defectos puede ser peligroso: nunca se sabe cuál es el defecto que sustenta nuestro edificio entero.

CLARICE LISPECTOR



## Mi texto sentido

*Marina Pérez Delgado*

Esta eres tú. Los ojos cerrados bajo la lluvia. Nunca imaginaste que harías algo así. Nunca te habías visto como...no sé cómo describirlo...como una de esas personas a las que les gusta la luna, o que pasan horas contemplando el mar, o una puesta de sol. Seguro que sabes de qué gente estoy hablando. O tal vez no. Da igual, a ti te gusta estar así. Desafiando el frío, sintiendo cómo el agua empapa tu camisa y te moja la piel, y notar cómo la tierra se vuelve mullida bajo tus pies, y el olor, y el sonido de la lluvia al golpear las hojas...Todas esas cosas que dicen los libros que no has leído. Ésta eres tú. ¿Quién te lo iba a decir? Tú...

ISABEL COIXET, *Mi vida sin mí*

Hay una característica con la que suelen definirme y que no me agrada demasiado: mi alta sensibilidad. Pero, ¿es la sensibilidad un defecto o, por el contrario, es una virtud?, ¿es signo de debilidad o de fortaleza?

Siempre me han contado la historia de cuando tenía tres años de vida y era un mar de lágrimas. Incluso realzan, con tono de burla, que fue en esa época en la que tuvieron que intervenirme por motivo

de una hernia inguinal, y han llegado a afirmar que había sido culpa mía, por tanto llorar. Un día me sacaron a la puerta de la calle hasta que dejé de hacerlo. Lloré, lloré y lloré hasta que no pude más y de repente me quedé en silencio, en realidad por supervivencia. «¿Ya no vas a hacerlo más, verdad? Entonces puedes entrar». Desconocían que, como afirma Karen Blixen: «la cura para todo siempre es el agua salada: el sudor, las lágrimas o el mar».

Se me castigó por sentir, pero sobre todo por expresarlo. Desde ese momento aprendí que si quería ser aceptada y querida tenía que reprimir esa parte que estaba mal en mí, aunque creo que «me salió el tiro por la culata», porque como decía Virginia Woolf: «es mucho más difícil matar un fantasma que una realidad». Y entonces me pregunté si estaría, en tal caso, viviendo mi vida sin mí.

Solían decirme que era «demasiado sensible», con connotaciones negativas. Incluso me apodaban «la defensora del pueblo», por ser la abogada de las supuestas causas perdidas, una especie de «Robina Hood». Lo que no alcanzaba a entender era que el resto de personas no sintieran lo mismo que yo. Eso me ha traído algún que otro disgusto con algunos amigos y amigas, o con mi familia, pero, sobre todo, en mis relaciones de pareja. Si aquel libro decía que los hombres son de Marte y las mujeres de Venus, se me antoja que puede guardar bastante relación con todo esto.

Es que desde pequeños castran a los hombres emocionalmente; llorar es una característica que se nos

atribuye a las mujeres y, por lo tanto, se negativiza, igual que todo lo catalogado culturalmente como puramente femenino. Es como si el llanto nos viniera de fábrica y tuviéramos que pedir disculpas por ser mujeres, por ser tan molestas con nuestras emociones y sentimientos. ¡Cómo lo complicamos todo! Solo damos dolores de cabeza y malestar a los hombres, quienes son fuertes y están muy tranquilos en su supuesta simpleza. Deberíamos pensar en la barbaridad de chistes, de refranes populares y de expresiones sexistas que existen al respecto. El más común: que somos un verdadero «coñazo»; pero no me voy a poner a enumerarlos uno a uno, porque eso daría para otro ensayo y correría el riesgo de ser acusada de histérica y exagerada.

Llorar es de niñas: «peleas como una niña», «qué débil», «pareces una niña». Nuestra esencia se utiliza como forma de insulto y mofa entre el género masculino. Dice Yolanda Domínguez en su nuevo libro: «maldito estereotipo». ¿Acaso podemos estar más infravaloradas?

Mi primera entrevista de trabajo fue para un centro de menores. Estaba nerviosísima, hacía tiempo que había finalizado mis estudios y quizá era la oportunidad para conseguir el trabajo que tanto ansiaba, para el que tanto me había preparado. Llegaron dos entrevistadores, los cuales me acribillaron con preguntas durante una hora y media. No había terminado de contestar a una cuestión, cuando ya me estaban haciendo otra pregunta. Llegamos a la parte en la que yo tenía que enumerar mis cualidades, así que una de las que resalté fue la empatía. Me pidieron

rápidamente que la describiera, dando a entender que desconocía su significado y que solo la pronunciaba como una palabra bonita que quedaba bien o porque la había escuchado por ahí. Cuando se las expliqué me volvieron a preguntar: ¿pero, cómo de empática eres? porque un exceso de la misma tampoco es bueno. Me quedé petrificada y salí de allí dándole muchas vueltas al asunto. Me puse a pensar que, de hecho, casi siempre buscan a hombres para este tipo de trabajo, porque dicen que a veces hay que lidiar con personas menores conflictivas. El caso es que dieron por hecho que no lo haría bien, no sé si por ser joven, por ser mujer, o por ambas cosas. Creo que buscaban ver un atisbo de sensibilidad en mí para descartarme por completo, lo cual ya daban por hecho que tenía, por el simple hecho de ser mujer. No era fuerte y no iba a soportar ese tipo de trabajo, aun con una profesión en la que había estudiado tanto y para la que precisamente se necesita sensibilidad.

No es de extrañar que lleve toda la vida intentando ocultar mi supuesta debilidad. Aun así, por más que lo intento, me sale por los poros de la piel. Intento reprimirla para demostrar al mundo mi fortaleza y, quizá, crérmelo también yo misma, porque, desde luego, a nadie le gusta sentirse vulnerable. Pero qué agotador es tener que demostrar continuamente que eres alguien distinto para que te valoren. Y, sobre todo, qué cansado resulta ir en contra de ti misma y en contra de lo que eres. «A no ser por mi disfraz (que espero quemar pronto)», escribió Alejandra Pizarnik, «tengo todo lo estrictamente necesario para desagradar a la mayoría de los hombres y mujeres».

Soy débil y punto, cuanto antes lo asuma, mejor. Un día leí que la alta sensibilidad estaba muy relacionada con el mundo del arte y... ¡bingo! Es justamente algo que he sentido que he reprimido toda mi vida. Noto que me falta desarrollar mi lado artístico. ¿Seré una artista frustrada? Siento continuamente una energía o fuerza interior que lucha por salir, pero la oculto. ¿Le pasará esto a más mujeres? Tal vez no me quiera exponer, o tal vez sea inseguridad. No obstante, lo cierto es que muchas de las mujeres artistas en la historia tuvieron y tienen una enorme sensibilidad. ¿Cómo reparar entonces en aquello donde nadie mira?, ¿cómo observar las cosas de manera tan minuciosa y conectarlas con otras peculiaridades?, ¿cómo percatarme de la belleza y de la tristeza del mundo y ser capaz de unirlas si no es con esta cualidad?

Además, mostrarte como eres, con tus vulnerabilidades ¿no denota una inmensa fortaleza y seguridad? porque ocultar lo puede hacer cualquiera; somos expertas en eso, en jugar al escondite emocional, pero ¿quién se atreve a jugar a lo contrario? En palabras de Patricia Benito, «asombrosamente todavía hay gente que vive de puertas para afuera: un jardín precioso, una fachada preciosa, un interior en ruinas».

Suelo abandonar todo aquello relacionado con el arte que empiezo: pintura, baile, música, fotografía; siempre ha sido «un quiero y no puedo». Si algo no me salía perfecto desde el principio, me frustraba. Cuando tienes la responsabilidad de ser la empollona de la clase, no te queda tiempo para mucho más: es normal que llorara cuando no sacaba un diez en un

examen, pues estaba sacrificando mucho por mantenerme en esa posición.

Siempre me he rodeado de arte porque siento que lo necesito, pero luego, a su vez, me frustro por no poder crearlo y me siento fuera de lugar, como si me faltara esa capacidad por no haberla entrenado desde pequeña y por no haber dado rienda suelta a mi creatividad.

Ahora tengo claro que ser artista implica poder apreciar lo que está sintiendo la persona que tengo frente a mí. Esto se me antoja, ahora mismo, como un don, un súper poder, semejante a leer la mente o alguno parecido. Una artista debe ser una lectora de sentimientos, debe saber captar energías, y ser pura intuición. Luego se puede hacer más o menos caso a todo ello. A veces me comparan con una bruja, porque ven en mí estas características, pero solo soy analítica. Llegué a pensar que mi arte no existía, que era inteligente, eso me había tocado; me resigné a ello, pero ¿no es la inteligencia también un tipo de arte?

La sensibilidad va unida a la inteligencia, es como un «sexto sentido» que puedo utilizar para expresar mi creatividad y liberarme; llevo toda mi vida haciéndolo sin darme cuenta. Es probable que ahora mismo esté siendo consciente de ello y quiera dejarlo plasmado a través de la escritura. Va siendo hora de que me quite las máscaras y me reconcilie con esa parte con la que tanto tiempo he estado enfadada. Podría convertir mi mayor cualidad en este arte, en la fortaleza que ansío. Todo lo que cree serán «mis textos sentidos» y, de hecho, seguramente, éste sea el más sentido de todos mis textos.



# Lágrimas y migas

*Encarni Ariza*

Aquí estoy, mirando por la ventana, en un día precioso, lluvioso y con tal mezcla de olores que no quiero ni moverme. Estoy apoyada en esta puerta-ventana tan original, puesta así porque, con tan poco espacio en la cocina, no daba para más. Me quedé encantada con mi puerta-ventana después de darle, por aquellos años, todas las vueltas que pude, porque cuando se me mete algo en la cabeza... Ahí es dónde está mi gran defecto, que no es el único, y es que me defiendo «a tope», porque es esa actitud la que nos salva a las mujeres. No hay duda, insistir es esencial, no sólo en aquello en lo que la cabeza se empeña, sino también en lo que habitualmente hacemos.

Estoy montada en la silla, viéndome, dándole vueltas al pisto; me recuerdo desde pequeña entre mil aventuras culinarias y llena de anécdotas, pequeña e inquieta, pero sintiéndome mujer y, además, perfeccionista en la cocina, con la corta edad de diez años. Incluso antes, porque no recuerdo cuál fue mi primer

experimento; creo que salté de hacer comidita a las muñecas a montarme en la silla para alcanzar la sartén. Y de los experimentos culinarios salieron unas buenas migas. Estas siempre me salen bien y es allí donde mi gran defecto entra en juego. Me río mientras estoy absorbiendo olores a pollo y a migas, recordando el día de aquel concurso. No pudo comenzar mejor: morenas nos pusimos todas, colocadas en el centro de la Calle Feria, con el sudor atravesando ese sombrero de purpurina que nos bajaba por las orejas. Fue «la Brillí Brillí» quien nos decoró. Yo insistía en seguir, pero mis compañeras culinarias, rendidas y con el humor transformado, se rendían. ¡Con lo bien que empezamos! Teníamos una buena organización de grupo, y mucho pan. Estábamos nosotras y José, como otra más, batallando con la paleta de madera y el agua; ésta no sólo en la sartén, sino corriéndonos por la espalda, porque el sol estaba radiante y los olores contrincantes casi llegando al final. María se rindió y yo no me atrevía a mirar su cara, solo insistía, y entonces vinieron dos ángeles de la guarda con ganas de «echarle huevos», o una «buena vulva», como diría en este caso mi amiga María Esquitín. Más tendría que rectificar aquí gracias al énfasis que ella siempre pone en defender lo femenino, y con mucha razón.

Volviendo a los fogones, si llega a estar mi hijo, también se los echa, los dos huevos, pero los de verdad, porque ¡a este sí que le gustan! las migas con huevos fritos. Me vuelvo a reír, porque recuerdo que no entraba en razones. Cómo me podía defender de tales compañeras, que solo me acusaban de pasarme

con el agua, y es que había pan, mucho pan, y también mucha agua, y yo seguía defendiendo «las migas más jugosas, bien humedecidas, aunque tardaran un poco más». De pronto, aquellos dos ángeles vinieron y me apoyaron: «mejor que ninguna saldrían aquellas migas», decían. Fui a ver las de otros concursantes que ya habían acabado. «Jaja, ¿veis?» , les decía, «también les cuesta moverlas». Y cuando ya todas vieron que teníamos posibilidades, terminamos la aventura. Además de cola para probarlas, nos premiaron con una botella de vino que regalamos a los ángeles; queso y lomo, que repartimos en porciones, igual que, sobre todo, mucha vulva que le echamos a las migas.

Vuelvo a la ventana y comparo mis experiencias culinarias con Tita, la cocinera de *Como agua para chocolate*, la primera novela de Laura Esquivel. Hago referencia aquí a mi otra amiga Edith, quien seguro conoce a esta autora, y rindo homenaje a sus orígenes mexicanos y a su pasión por la escritura. Aunque no sé si llegado a este párrafo ya estará pensando que el lector no debe suponer ni saber cuáles son los ingredientes de las migas, digo yo, riéndome de nuevo. «Tranquila chica, al final del texto, si no has aprendido a hacer unas migas, no te preocupes, que hasta los cincuenta tienes tiempo».

Mis emociones están siempre ligadas a la cocina, y mis lágrimas, al contrario de Tita, no son provocadas por la cebolla y los malos recuerdos: las mías son de risa, de simpáticas anécdotas que me ocurrían mientras cocinaba; también de la genética de mi abuela, de mi tía, porque somos de lágrima fácil, pero más de

la risa que de la pena, aunque yo, al contrario de mi abuela y de mi tía, con las emociones no me desmayo.

Recuerdo a mi tía y también a mi abuela desmayarse siempre por una gran emoción; quizá yo no me desmayo porque mis genes son como los de mi madre, y se cruzan de vez en cuando con los de mi tía. Por eso siempre digo, cuando salgo de copas, que soy más de comer que de beber y que confundo la sed con el hambre, nunca mejor dicho. Por eso me pasaría con el agua en las migas, tendría que repartir el agua entre todas. Riéndome de nuevo, recuerdo las primeras migas de mi marido: después de tanto repetirle que no sé cómo alguien con cincuenta años no sabe hacer migas, ha puesto el empeño bien temprano. Ahora es cuando le digo la receta: «mira, echa el pan picado en un recipiente grande y rocíalo por encima con agua bien caliente y sal. Cuando las migas estén húmedas, tápalas con un paño, y mientras sofríe en el aceite los ajos enteros, un poco rajados para que no salten; después vuelca el pan húmedo y no dejes de remover». Justo en este momento él entra por la puerta y todavía apoyada en la ventana le recuerdo lo de aquel día, cuando llegué de trabajar y las migas flotaban en la sartén. «¡Por Dios, otra vez se han pasado con el agua, y esta vez no fui yo!». Vuelvo a justificar, pues ninguna de mis amigas del concurso había hecho migas antes, y yo insistí en que no me había pasado con el agua. Al final, gracias a los ángeles que llegaron, salvamos las migas para que estuvieran a tiempo, y tuve que reconocer que sí había hecho antes migas, pero nunca para tantos comensales. De esa forma pude justificar mi error y el haber ganado un segundo premio.

Hoy, apoyada en esta ventana-puerta, recordando aquel día, termino de hacer las migas. Estas sí que no he tenido que acompañarlas con huevos, y mucho menos ponerme morena, porque, como dije al principio, está lloviendo, y el único líquido que le he echado a las migas, son las lágrimas de lo mucho que me he reído.



# Pereza

*Camén Vázquez Bando*

Pereza, flojera, dejadez, abandono, desidia, indolencia, abulia, apatía, astenia, haraganería, galbana... Pocos defectos tienen una panoplia tan extensa. Cuando hace unos años se puso de moda la palabra procrastinación me alegré mucho. Además, suena mucho más guay y moderno; eso quiere decir que la misma idea del defecto se amplía, evoluciona y se adapta a los tiempos como cualquier ser vivo o como la energía, que ni se crea ni se destruye, sólo se transforma. Hoy día hay pecados capitales que han perdido su enjundia definitivamente. Si escuchamos la palabra «gula» vemos una tabla flamenca con un abad orondo y humeantes jabalíes, y ante la idea de «lujuria», además de que mucha gente no sabe de qué va eso, lo normal es pensar que ésta ni es pecado ni es nada.

Soy perezosa, floja, «dejá», procrastinadora... Es un vicio jugoso, con muchas caras, aunque actualmente no esté bien visto; quizás, incluso, sea el menos

popular. Hoy día hay que ser una persona de acción, rápida y resolutiva, a la par que joven, delgada, solidaria, depilada y multiinformada. Y, ¿qué quieres que te diga? Aunque soy grande en todas mis dimensiones, no me cabe tanto. La verdad es que es mucho más cómodo no hacer nada, y creer en lo que todo el mundo te dice con aire de maestro zen: «la vida pone a cada uno en su sitio». Si es así, ¿para qué voy a mover un dedo? ¿Quién soy yo para corregir a la vida? Pero la verdad es que no me lo creo, no creo que funcione así. Eso significaría que la vida es al fin y al cabo justa, y está claro que no lo es.

A veces, no veo las cosas claras y pienso que tal vez mañana, o pasado, alguien dirá algo, veré algo por la calle, o leeré un artículo que me ilumine de golpe y porrazo. Cuando un amigo psicólogo me habló del *insight*», esa casi revelación sobrevenida en la que ves cualquier cuestionamiento con claridad, me pareció que era la solución. El problema es que la revelación no te llega del cielo como la zarza ardiente de Moisés o el sueño del faraón. Hay que pensar mucho, y hablar y leer para tener una visión lo más completa y veraz posible. Vaya, que hay que trabajar para que te llegue el «*insight*». Antes las cosas eran más fáciles.

Otro aspecto de ésta... vamos a llamarla vivencia, es que a veces, las cosas se eternizan, y lo que podría solucionarse con una llamada o un estiramiento de brazo, se dilata, y a fuerza de seguir ahí, colgado detrás de la puerta como el último bañador que usaste este verano, se transforma con los días en una mancha negra que crece. Tus remordimientos le alimentan,

y se convierte en un monstruo que se acerca por las noches a mirarte por encima del hombro.

Somos un compendio de experiencias vividas y de ilusiones futuras, de defectos y virtudes. Todo esto soy yo, mi miopía y mi fuerza física, mi imaginación y mi pasividad. Y ya no escribo más. Es que soy muy vaga.



# La raíz de la escritura

CONVERSACIONES CON NUESTRAS  
MADRES Y ABUELAS



¿A quién debo el poder que hay detrás de mi voz? ¿En qué fuerza me he convertido, que leuda como brota de repente la sangre bajo la magulladura de la piel contusionada?

Mi padre deja su impronta psíquica sobre mí, silenciosa, intensa e implacable. Pero es un alumbrar distante.

Algunas imágenes de mujeres, llameantes como antorchas, adornan y definen las orillas de mi travesía, se yerguen como diques entre mí y el caos. Son imágenes de mujeres, amables y crueles, las que me conducen a casa.

AUDRE LORDE



# Un rompecabezas

*Rosario Alcantarilla*

No sé por dónde empezar y vienen a mi cabeza un par de imágenes. Por un lado aparece un ovillo, con su forma redondeada, del que tomamos una hebra con la cual parece que tenemos la oportunidad de ir vivenciando un camino, que nos va conectando con historias. Por otro, un rompecabezas, deshecho, unas piezas que no nos permiten intuir el todo que dibujan.

¿Por qué pienso que la imagen que describe mi genealogía femenina es la del ovillo? ¡No, no lo es! Lo que veo son piezas sueltas, mezcladas, las cuales no tengo claro si todas son de este rompecabezas o si pertenecen a otros. Tampoco estoy muy convencida de que para mí sea una necesidad montarlo, pero voy a ir poniendo boca arriba algunas de ellas.

## *Pieza 1: ESQUINA*

Mi abuela, mi madre y yo somos una triada de mujeres primogénitas; tres mujeres que de manera consecutiva han ocupado un lugar en el que probablemente

esperasen a un hombre. Nuestras relaciones siempre han sido parcas en ternura o en cualquier otra muestra de afecto. ¿Guardará relación con ese puesto de privilegio en la línea sucesoria? Sea por lo que sea, la marca de la casa es que el cariño se manifiesta como exceso de preocupación.

*Pieza 2: ESQUINA*

Ambas me han contado demasiadas cosas sobre ellas mismas y sus vidas, sin que yo lo demandase, tantas que aún estoy en un punto en el que no tengo ganas de indagar por mi cuenta y contrastar la información con otras fuentes. Mi tendencia a la observación me hizo valorarlas, y mucho, a pesar de su incesante charla. Han sido privilegiadas e inconformistas. Soy porque ellas fueron antes.

*Pieza 3: INTERIOR*

No sé de qué se han nutrido mis lazos con lo femenino, hay muchas carencias en mi entorno familiar. Intuyo el peso que en este punto tiene la construcción colectiva y la iteración. Las madres trascienden lazos de consanguinidad, hay madres que no saben que han ejercido como tal.

*Pieza 4: BORDE*

Nunca he querido ser madre. No lo he deseado, aunque tampoco he manifestado ningún sentimiento de rechazo a la maternidad. Acaba de asaltarme una idea: ¿esta decisión podría ser tanto mía como de mi madre, de mi abuela, de la abuela de mi madre? ¿Es

una cuestión de acumulación de sentires más que una decisión propiamente dicha?

*Pieza 5:* INTERIOR

Me cuesta compartir tiempo con mi madre, no sabe estar en silencio. Yo la escucho, muchas veces con desgana. La relación no me genera dolores, nunca lo ha hecho, aunque a veces se parezca al baile agarrado de una pareja que no se coordina y se da algún pisotón.

*Pieza 6:* ESQUINA

Mi madre sí tiene una gran herida como hija. Mi abuela murió hace casi tres años y el conflicto no se resolvió. Durante meses fui hija y nieta de mi abuela porque mi madre no podía ocupar su papel. También fui la madre de mi madre porque mi abuela tampoco podía ocupar el suyo. Es curioso cómo en nuestras vidas se pueden dar intercambios y duplicidades de roles que alteran el sentido lógico temporal. Supongo que es algo muchísimo más común de lo que pensamos. Yo lo viví como una gran locura.

*Pieza 7:* INTERIOR

Cuando pienso en a quién busco cuando necesito acogida, cuando me pregunto quién es mi madre, no hay una única respuesta. Durante mucho tiempo yo era mi propia madre y ahora busco a más de una persona, y no siempre es la misma. El ejercicio de la maternidad es un tema interesante que puede abordarse más allá de lo físico y de una visión de temporalidad permanente.

Hay más piezas que seguir levantando, unas se resisten, otras no me interesan en este momento, o no entiendo por qué socialmente tienen tanto peso y para mí ninguno. Creo que si me empeñase en usar como metáfora al ovillo, y tratara de reescribir este texto, quizás tendría que empezar a investigar cómo se esquila a tijera.



# El olor de la ternura

*Elena Pentinel de la Chica*

Querida abuela:

Hace mucho que no te hablo, aunque sabes que casi a diario te recuerdo, desde que te fuiste hace ya veintinueve años. Siempre me vienen a la mente los días de tu partida, tan tristes, tan impotentes, tan inesperados. Yo sólo tenía diecinueve y nadie querido había muerto hasta entonces a mi alrededor. Tú fuiste mi primer vislumbre del vacío, mi primera vivencia de la pérdida. Te convertiste de repente en una presencia muda, que ya no estaba para acurrucarme en la pequeña cama como cuando era niña y en mitad de la noche sentía el hueco del terror solitario e insomne. Bajo tus grandes pechos me arrellanaba y olía el aroma a veces acre, a veces dulce de tu camión. Me parecía entrar en un lugar mullido y templado que me cerraba los ojos y me entregaba al descanso más protegido que he sentido nunca. Ese olor está todavía en mí, en donde quiera que se guarden los recuerdos olfativos, que imagino siempre un lugar mucho más

sutil y delicado que aquel donde se atesoran los otros recuerdos, de sonidos, de palabras, de imágenes.

Para mí, ante todo, eres olor: el aroma de la leche caliente que me traías a la cama al amanecer, mucho antes del desayuno oficial, porque te preocupabas demasiado de sobrealimentar el cuerpo escuchimizado y enfermizo que yo era. En la duermevela de las siete de la mañana me llegaba tu olor mezclado con el de la leche y me parecía estar en un mundo blando y caliente que me arrullaba en las fases finales del sueño. No quería despertar del todo para no salir del hechizo y caer en el indiferente mundo exterior. Eres el olor de tus pocos objetos del pasado, que atesorabas entre un bolso viejo (siempre preparado en el armario, como si estuvieras de paso y te fueras a marchar en cualquier momento) y una caja de madera forrada de conchas marinas donde guardabas cosas menudas e insignificantes (una imagen de la virgen de las Angustias, un alfiler de nácar, un anillo de piedras desportillado, una bola o canica de cristal azul, cuyo fin desconocía, pero que me llevaba a imaginar conjeturas mágicas sobre tu pasado). Esos pequeños tesoros, como de un niño soñador y algo melancólico, desprendían un perfume antiguo, como de tiempo prensado. Me gustaba abrir la caja cuando no me veías y recordar tus historias, también pequeñas y lejanas. Recordarte (porque te vi, aunque no estuviera presente) vestida de negro ya de muy niña, con un traje de satén tieso y teñido, asistiendo al funeral de tu madre y las gemelas no nacidas. Recordar cómo sacudías a tu padre, postrado en el suelo, casi muerto, para que se levantara y no te dejara aún más desamparada. Recordarte

en tu primer día de trabajo en un campo blanco de algodones, sudando bajo un sol inmisericorde, mientras las vecinas mayores reían y cantaban coplas de dobles intenciones. Recordar tu azoramiento ante la puerta de aquellos señores a los que ibas a «servir» (así me decías que se llamaba, y yo no podía disimular mi propio azoramiento por el hecho de que fueras criada, o sirvienta, o mujer del servicio). Recordarte, sobre todo, con el alma rota y el telegrama en la mano en el que te anunciaban la muerte de tu joven y hermoso marido el día último de la guerra civil. Y con un bebé en tus brazos que pugnaba por el pecho caliente mientras tus ojos se inundaban. Ese bebé que sería mi madre y que tendría que caminar por la vida casi tan sola como tú, sin padre, sin hermanos, sin la madre que tendría que trabajar interna en una casa de ricos y dejarla al cuidado de su tía.

Pienso en ti y pienso en tu hija, mi madre. Os unen muchas cosas, pero sobre todas ellas la soledad. Mujeres solas en un mundo descompuesto (la posguerra, la pobreza); mujeres sin protección en un mundo de hombres a veces despiadados; mujeres sin apenas amor, o de amor truncado; mujeres silenciosas en su dolor incomunicable. Y a pesar del dolor, abuela, me diste tu amor, tu protección, tu compañía callada. Y por encima de todo me regalaste tus olores, con los que te reconstruyo y te extraño. Esos olores aún me arrullan y me calman. Son asideros que me amarran a un útero materno, el tuyo, el de mi madre. Son el lugar sagrado, el recinto mágico donde nada puede ocurrirme.

Si hay algo que de veras anhelo en mi vida es ser ese útero balsámico para mis otras mujeres, para mis hijas. Sin aspavientos, sin derroches afectivos, como tú, como mi madre. Con la sola presencia, la cercanía del cuerpo silencioso y comprensivo, el amor infinito e inexpresado. Ser madre, ser resguardo, ser cúpula sagrada que cubra sus futuros sufrimientos, sus seguros dolores. Ser, por encima de todo, memoria de olores que sanan.



# Madres

*Carmen Vázquez Bando*

A una madre se le ama o se le odia. Bueno, como idea de barra de bar, y a partir de la quinta caña, puede dar juego, pero ahí acaba su recorrido, al menos para mí. Siempre me han gustado los colores, y ver cualquier cosa en términos binarios me parece muy triste. Es como lo que llamo «el mito de la infancia». Hay una creencia generalizada acerca de que la niñez es el tiempo definitivo de nuestra vida y, o fuimos tan felices que vivimos el resto de la vida añorándola, o fuimos tan desgraciados que no hay manera de que nuestro cerebro aprenda nunca cómo ser feliz. Como idea poética mola y ha dado mucho juego literario a lo largo de los siglos, como norma de vida es un asco. Si a los diez años ya está todo predestinado, ¿para qué vivimos sesenta o setenta más? ¿Qué papel tenemos en nuestra vida, si a esa edad no somos nadie y pertenecemos a los mayores? Se supone que soy la protagonista de mi película, pero ¿qué capacidad de decisión tengo sobre ella a los diez años? Nunca seríamos adultos, dueños de nuestra propia vida, sino eternas

marionetas en manos de otros. Lo dicho, como plan de vida, no me resulta nada atrayente. Por suerte, hace poco se inventó la resiliencia, que es otro ejemplo de cómo ponerle una palabra de más de cuatro sílabas a una idea que ya conocía todo el mundo. Podemos ser felices, o no; independientes, o no; libres, o no. Y entre cada uno de esos dos términos hay toda una gradación de colores, una verdadera escalera por la que subir y bajar a lo largo de nuestra vida. Peldaño a peldaño, subimos y bajamos cada una, y lo realmente importantes es, a pesar de todos los condicionantes, ser cada vez más autoras, escritoras de nuestra propia historia.

Creo que con la maternidad pasa algo parecido a lo que ocurre con la infancia. Una madre lo es todo. Una madre no se encuentra y a ti te encontré en la calle. Madre sólo hay una. Ahora que lo pienso, incluso biológicamente, eso es cada vez más dudoso. ¿Quién es la madre? ¿La que engendra, la que pare, la que cuida? Y, en ese caso, ¿la que cuida cuándo? Por suerte, la idea de familia ha evolucionado mucho. Una prima tuvo que hacer su árbol genealógico en un trabajo de sociología y cuando lo contó, todos le miramos espantados porque su familia es un verdadero culebrón. Le preguntamos cómo lo había hecho y dijo muy tranquila que se lo había inventado, porque no había folio en el mundo en el que cupiera tanto enredo.

La maternidad sigue siendo un mito, como la infancia feliz o el príncipe encantador. Incluso, desde el feminismo, creo que se alienta esta creencia. Es indudable que las madres, sobre todo las de mi

generación para atrás, nos han transmitido el lenguaje y los lazos familiares. Esas son raíces poderosas, pero, incluso ahora, cuando se reivindica el derecho a ser una madre descastá, o a arrepentirse de haber tenido descendencia, la maternidad sigue siendo un tema tabú. Espacios tan guerrilleros y de partida tan gamberros como el Club de Malasmadres, se definen con esa característica primigenia desde el mismo nombre: somos mujeres, pero somos ante todo y por siempre madres. Volviendo al tema de las raíces, creo que yo soy una liana que germina en tierra, y trepa y desarrolla raíces aéreas. Más que nunca en estos tiempos volátiles, tengo muy presente que, como dijo Margaret Mead hace casi un siglo, hay que «aprender a anidar en el vendaval».

En los primeros años de colegio una niña le dijo a otra «hija de puta». Me sorprendió sobre todo la rabia con la que lo dijo, y les pregunté a mis amigas qué era eso, porque nunca había escuchado esa palabra. Cuando me lo dijeron, respiré aliviada, y dije con aplastante lógica infantil que no era tan grave; al fin y al cabo lo había dicho de su madre, no de ella, y la otra niña ni siquiera la conocía. Naturalmente, mis amigas me miraron como si estuviera loca. Aún hoy sigo creyendo que es un razonamiento perfecto, y todavía a veces capto esa misma mirada de espanto en los que me escuchan cuando digo algo poco conveniente.



# Gabinete de curiosidades



De todas las formas de la literatura, sin embargo, el ensayo es la que menos requiere el uso de palabras ostentosas. El principio que lo mueve es simplemente el de dar placer; el deseo que nos impulsa cuando lo llevamos a la mesa de lectura es solo el de recibir placer.

En un ensayo todo debe estar sometido a tal efecto. Nos debe poner bajo un hechizo desde la primera línea y solo debemos despertar, reanimados, con la última.

En el transcurso de la lectura podemos atravesar las más diversas experiencias: diversión, sorpresa, interés, indignación; podemos elevarnos a las cumbres de la fantasía con Lamb o hundirnos en las profundidades de la sabiduría con Bacon, pero nunca debemos despertar.

El ensayo debe envolvernos y desplegar su cortina a través del mundo.

VIRGINIA WOOLF



# Reflexiones en torno a una pastilla de caldo concentrado

*Rosario Alcantarilla*

Hace unas semanas una compañera usó la frase de una campaña de *Avecrem* para hacer una broma. En un instante, y de forma muy breve, surgieron varios comentarios que me llevaron a creer que la pastilla de caldo concentrado tenía entidad suficiente para convertirse en un interesante objeto de reflexión.

Empiezo a pensar en ella, me acerco a esa pastilla de caldo de mi adolescencia, de la época en que aprendí a cocinar. La visualizo en mi cabeza: es un paralelepípedo, un poliedro de seis caras paralelas e iguales, dos a dos. Pero ¿qué es realmente una pastilla de *Avecrem*? No me interrogo pensando en su composición nutricional, sino en lo que significa para mí, en las cuestiones que me suscita. Esas seis caras, realmente tres, y otras tres paralelas a estas, acotan un espacio donde algo que normalmente entendemos

que es líquido se ha compactado, adquiriendo la materialidad de un sólido.

Aparece sobre esa pequeña pieza aquello que me revuelve, desde hace algún tiempo, la cabeza y el cuerpo: la desigualdad de género, la desigualdad económica y la desigualdad territorial, y sé que ahí, en esa supuesta esencia de caldo, se cuecen algunas claves. Tres desigualdades que presentan, cada una, doble cara, planos paralelos desde una perspectiva social, y desde un abordaje individual. En mi cabeza esa amalgama concentra mucho más que sal y otros cuestionables aditivos.

Por supuesto, también me interesa conocer la historia que hay detrás del caldo concentrado, aquello que se ha construido en el imaginario colectivo y no solo en mi cabeza, y busco algo de información. Tal como imaginaba, me encuentro con un artículo periodístico que lo describe como un elemento de revolución doméstica para los hogares de principios del siglo XX, porque las mujeres ya no tenían que pasarse horas en la cocina esperando a que el caldo se hiciese a fuego lento. Es un texto muy reciente. ¿De verdad seguimos pensando que esa supuesta revolución doméstica vendrá de la mano de la tecnología o de la industria alimentaria? En vez de externalizar esas tareas y de recurrir a máquinas, a comida precocinada y, en el caso más obscuro, a mujeres más pobres que nosotras mismas para ello, parece que aún no tenemos claro que el cambio necesario solo se dará en el momento en que asumamos, de manera responsable, los cuidados, y cuando tomemos conciencia

de los impactos que tiene esa emancipación a golpe de pastilla de *Avecrem*.

Rosario Castellanos aborda el tradicional y desigual reparto de las tareas de cuidado en su cuento «Lección de cocina», dentro de *Álbum de familia* (1971). Me quedo con este fragmento, con la voz de su protagonista, una mujer recién casada que ya se cuestiona el rol que se le ha impuesto:

Se me atribuyen las responsabilidades y las tareas de una criada para todo. He de mantener la casa impecable, la ropa lista, el ritmo de la alimentación infalible. Pero no se me paga ningún sueldo, no se me concede un día libre a la semana, no puedo cambiar de amo. Debo, por otra parte, contribuir al sostenimiento del hogar y he de desempeñar con eficacia un trabajo en el que el jefe exige y los compañeros conspiran y los subordinados odian.

Han pasado casi cincuenta años desde la escritura de este texto y hoy la mujer también debe ser capaz de hacerlo todo, dentro y fuera de casa, de manera eficiente y dándole sabor, como hace la pastilla con los guisos. Pero ¿con qué costos personales y sociales en sus vidas?

Lo notamos en nuestros cuerpos, aunque desoigamos los mensajes que nos lanzan de manera reiterada. Si silenciamos la voz de nuestro territorio primero, nuestro cuerpo —entre una cosa y otra, la multitarea cotidiana y la cantidad de información con la que estamos permanentemente bombardeadas— cómo no vamos a perder ese hilo que nos conecta con las mujeres de otras geografías.

Para igualar la balanza de género en el norte, en demasiadas ocasiones, acabamos con los recursos que son básicos para quienes sostienen la vida en las comunidades del sur. No podemos perder de vista que la palabra sororidad debe tener un marco de acción global. Yo teje esa red con mis vecinas, mis colegas y mis amigas, pero también con el resto de mujeres que habitan el planeta, y con la naturaleza que posibilita y da cobijo a nuestras vidas. Todas somos vulnerables, todas estamos interconectadas, y no doy por válidas las soluciones de mercado que comercian con modelos de igualdad que nunca serán universalizables, porque los límites físicos de nuestro planeta lo hacen inviable. No quiero ser parte de soluciones que contribuyen a otorgar privilegios a una parte de las mujeres y se olvidan de tantas otras; no quiero replicar modelos que considero erróneos porque me incluyen entre esa suerte de privilegiadas. Y, en nuestro mundo globalizado, el gesto de estrujar con los dedos una de estas pastillas tiene muchas más implicaciones de las que podemos imaginar.

Sí, tenemos que ponerle sabor a nuestra comida de manera rápida, pero sobre todo, barata; dos adjetivos que parece que hoy deberían definir todo lo que nos rodea.

Pero ¿rápido y barato para qué? La mayoría de la población ponemos todo nuestro empeño en lograrlo, pero resulta que tenemos cada vez menos tiempo y menos recursos materiales, mientras estos se van concentrando en pocas manos, cada vez en menos —entre ellas seguramente las de quienes fabrican el *Avecrem*—. Es una promesa de tiempo y dinero para la mayoría,

que se hace real solo para quienes han conseguido vender la idea.

Vivimos en una sociedad que considera empresario de éxito —sí, la gran mayoría son hombres y en este caso no voy a pelear por la igualdad— a una persona que logra niveles ingentes de lucro a costa de la condición precaria de una mayoría de la población.

El caldo concentrado llegó a nuestro país en plena Guerra Civil, aprovechando la situación de carestía y la dificultad de muchas familias para tener acceso a una alimentación básica. Una propuesta que pudo ser válida en una situación de excepción, acabó perdiendo su significado inicial y adquirió vigencia plena de uso. De hecho, es aún más duro, pues se trata de una solución para alimentar a las tropas napoleónicas, un invento para satisfacer necesidades en un estado de guerra que se convierte en producto de consumo mayoritario. De algún modo, es un síntoma de la sutil normalización de cierto tipo de violencias.

Cosas como cotizar en bolsa potenciando la mala alimentación, porque es un nicho de mercado, y comunicar justo el mensaje contrario, nunca dejarán de cabrearme. No se va a acabar con el hambre en el mundo gracias a estos productos, no se va a mejorar la alimentación de la población; todos los mensajes de sus campañas publicitarias falsean la realidad. Lo sabemos, pero todo es tan confuso a nuestro alrededor, supongo que por aquello de lo rápido y lo barato, que acabamos comprando un deseo en vez de la realidad que realmente esconden.

Este modelo de éxito económico, que prima en nuestra sociedad, es un gran caldo donde se cocinan a fuego lento todas las desigualdades que podemos imaginar, aunque también se empeñe en vender justo el mensaje contrario, el de ese hombre hecho a sí mismo, capaz de triunfar, sea quien sea o venga de donde venga. Y el dato que lo desmonta es bien simple: hay unos límites materiales en el planeta donde vivimos y no todas las personas podemos seguir creciendo económicamente, tendiendo al infinito. Porque el concepto de crecimiento que manejamos se basa en consumir sin parar, lo de hoy y lo de mañana, lo que nos corresponde y lo que corresponde a quien está al otro lado del mundo. Muchas personas se quedarán atrás, no serán capaces de llevar una vida digna, y nuestro sistema lo justificará argumentando que es así porque no se han esforzado lo suficiente, porque no han conseguido ser todo lo eficientes que deberían, o no han estado atentas para encontrar ese propósito o esa necesidad que cubrir, y que seguro las habría hecho ricas y, además, buenas para la sociedad.

Puede ser que muchas de nuestras abuelas empezaran a usar las pastillas de caldo al haber padecido estrecheces durante la guerra y la posguerra, pero esto continuó cuando ya tenían tantos recursos económicos como tiempo para cocinar. Quizá se trataba de darle un toque de modernidad a la receta. Esto me hace poner sobre la mesa otra cuestión que se plantea en base a los pares opuestos, y al igual que en otros binomios, como en el de género: uno de los elementos siempre tiene un valor superior al de su par. La pastilla concentrada ostenta una posición de valor frente

al caldo casero, la modernidad frente a la tradición y la ciudad frente al pueblo.

Así podemos empezar a hablar de desigualdades territoriales, despoblación, reto demográfico o como queramos llamarlo, pero ¿cómo cambiamos esta narrativa de valor que tenemos tan interiorizada? Nuestra inocente pastilla de *Avecrem* puede convertirse, por lo tanto, en un buen elemento para reflexionar acerca de cómo se ha ido construyendo durante décadas el relato de la dualidad territorial urbano-rural.

Para mí tiene una doble simbología. Desde la mirada colectiva, el caldo concentrado era la modernidad. Aunque, desde la visión individual, se convertía en la imagen de la precariedad, de las penurias coloreadas por los neones que guiaban los sueños y las esperanzas de cientos de miles de personas que, a mitad del siglo pasado, abandonaban sus tierras.

Las situaciones de confinamiento, así como las limitaciones en nuestra movilidad y socialización generadas para la gestión de la COVID-19, parece que están haciendo replantearse la vuelta a los pueblos a muchas personas. ¿Será realmente porque nos hemos dado cuenta de que el caldo casero es más nutritivo, o solo porque no conseguimos acceder a las dichas pastillas de caldo concentrado con la misma facilidad que antes?

No recuerdo bien en qué momento y por qué dejé de cocinar añadiendo extra de sabor. Supongo que, como es habitual en mí, la causa no es solo una, sino varias que se retroalimentan y, llegado el momento, consiguen tener el peso suficiente para generar un

cambio. Y también es porque le tengo algo de manía a las cosas en polvo, nunca me han gustado demasiado, me provocan desconfianza. Prefiero ver o intuir la forma original, partir del todo y desmontarlo, o que las partes sean mínimamente identificables para conseguir armar el rompecabezas, aunque sea con algo de esfuerzo. Pero que me vendan algo pulverizado y prensado no me gusta nada. Siento como si trataran de infantilizarme, como si hicieran un esfuerzo por mí que yo no pido, porque sé que a la larga las bondades iniciales que ofrece van a convertirse en un gran lastre.

Tras este paseo entre mis temas recurrentes regreso a alguna de las cocinas de mi adolescencia, a los espacios que en las casas eran territorio femenino. Cuántas grandes reflexiones habrán acogido, cuántos pensamientos alojados en esos micromundos pero que los trascendían.

Estoy convencida de que las propuestas que necesita el mundo que estamos viviendo, para responder de forma justa e igualitaria a los grandes retos globales y locales, no van a provenir de salas de reuniones llenas de hombres urbanitas con poder económico, sino, más bien, de un grupo de mujeres compartiendo su tiempo y reflexionando sobre algo tan insignificante como una pastilla de *Avecrem*.

Y tú, ¿cueces o enriqueces?



# Los trabajos de las mujeres

*Encarni Ariza*

He vuelto a mi niñez para analizar un poco dónde empezó todo: mi trabajo y mi inspiración. Hoy he comenzado a picar verduras, esa es la base de todos los guisos. Fue igualmente el principio de mi primer trabajo y de una lista interminable de oficios que fueron engendrados desde las abuelas, las madres, las vecinas y la familia: una historia femenina.

Al contrario que de mi madre, de mi padre heredé la paciencia, que es una cualidad muy adjudicada a las mujeres. Según María Esquitín, la expresión «calladita estás mejor» tiene cola desde antaño, es una coletilla que heredamos del pasado, de nuestros abuelos, nuestros vecinos y familia masculina.

Mi padre me conocía bien por mis grandes manos para echar la sal a los guisos y por hablar con mucho entusiasmo; su frase favorita era: «mi hija va para abogada», a pesar de que en la familia no había ninguna

con esta profesión. Yo sería pionera, marcaría el listón, y bien seguro que estaba él de mí, porque ya mostraba ser defensora de lo indefendible. Quizá por eso no me mandó nunca a coger la escoba –siempre la use para volar–, y tal vez también porque a él no le pesaba usarla para realizar varias de sus actividades en el campo. A las personas que trabajan en el campo no les pesa hacerse cargo de las actividades patentadas a lo femenino y ahí es donde me pregunto: ¿son los mandatos de nuestros antecesores y mayores los que nos marcan esas obligaciones?

En la universidad aprendí antropología cultural, allí estudié el tiempo que las mujeres dedican a los trabajos y los tipos de labores que han ido ejerciendo estereotipadamente. «Ni monjas, ni bobas, ni tontas», decían los carteles utilizados por las primeras mujeres que quisieron defender sus derechos en Francia. ¿Cómo hemos llegado a permitir que «nuestros trabajos» sean compartidos por tantas mujeres?, ¿significa que están muy bien ejercidos?, ¿o es que como han sido transmitidos de mujer a mujer, ya nos hemos apropiado de ellos de por vida? Siempre me he preguntado acerca de esa influencia y por qué surge.

El comienzo de mis trabajos fue en la cocina, tal vez porque veía mucho a mi abuela en ella y porque no trabajaba fuera del hogar, al contrario de mi madre, quien sí lo hacía; se dedicaba al trabajo doméstico y además a las labores del campo. Es ahí donde vi que los trabajos rurales son indistintamente ejercidos por hombres y mujeres, y que el cuidado de los hijos era cosa de las madres cuando se trataba del aseo, mientras que la atención en el ámbito educativo

lo ejercían los padres, pues estos sí habían tenido más privilegios para estudiar que las madres, por lo menos hasta donde tengo recuerdo.

No creo que mucho antes ocurriera lo contrario, porque es a partir de mi generación, quizá ya un poco en la anterior, cuando se dieron pasos más grandes. Tal vez Gabriela Mistral, cuyo nombre verdadero era Lusida de María del Perpetuo Socorro Godoy Alcayaga, llegó a ser premio Nobel en 1945 porque, además de adelantarse a su tiempo, venía de una familia donde el padre era profesor y la madre modista, y eso, en mi opinión, y por lo que a lo largo de la historia se conoce, ocurría en familias modestas, donde las mujeres aprendían a leer y podían estudiar. Después, en España, fue Espido Freire la primera mujer escritora más joven (25 años) en recibir el premio Planeta, en el año 1974. Ya digo yo que la comida y la cocina dan para mucho, y es que Espido Freire recibió este premio con la novela *Melocotones helados*; pero no siempre ha hablado de la comida en positivo, ya que en otra etapa de su vida publicó: *Quería volar*, porque padecía problemas y trastornos alimenticios. Freire salió empoderada gracias a su nuevo libro, igual que nuestro grupo de nuevas mujeres empoderándose con la buena escritura: «Las de la escoba», así lo hemos bautizado, y en el que nuestro nombre no será ignorado, ni invisible, como el del personaje de *La Mujer Sin Nombre*, de Vanessa Montfort, que narra la historia desconocida de una mujer que luchó por sus sueños contra viento y marea.

Es nuestra escoba, la que sí que queremos que sea para volar, cocinando o no, la que nos permitirá

el vuelo deseado, compartir con todas las mujeres y, como Espido, aprender a comer y disfrutar de la conversación alrededor de una mesa. Digo yo que en torno a la comida hay muchos mitos, y las mujeres, por tradición o no, han sacado todo lo que han podido de un buen sofrito.

Qué impotencia tengo cuando pienso que al negarle el privilegio de aprender a las primeras mujeres, se sembró la primera discriminación cultural. Seguidamente, a las que tuvieron la suerte de ejercerlo, les fue privada su publicación bajo la sentencia «calladita estás mejor». Lo peor es que esta misma expresión la ha podido pronunciar nuestra propia tía para no llamar la atención y causar espanto entre los compañeros masculinos.

Es por lo que justifico, según lo escrito e investigado sobre las brujas, que aquellas fueron mujeres inteligentes y adelantadas a su tiempo, fueron quemadas por brujos; esa sí que es mi opinión, y es que para hacer estudios antropológicos se recomienda dejar claro si la opinión es del investigador o de las personas a las que se está estudiando, cambiarle el nombre al acusador o darle la vuelta a la tortilla. Así, había «brujos y brujas», uno era el real y la otra el imaginario. El trabajo ejercido por las mujeres no quería ser visto; cuando lo realizaban para hacer conjuros, estas eran tachadas de arpías y, aunque lo ejercían por sabiduría, como ya sabían más de la cuenta, eran consideradas brujas, no mujeres inteligentes que curaban a las personas y que habían heredado un trabajo de las abuelas y las madres.

Mi afición por las plantas autóctonas ha sido más técnica y fue aportada por mi padre y su hermana la mayor, gran conocedora de estas y de sus propiedades. Mi relación *insitum* con el campo me ayudó para realizar uno de los trabajos ejercidos en una parafarmacia de mi pueblo, regentada por una mujer farmacéutica, pionera en este negocio. Allí se generó mi otra afición por las plantas y las flores de jardinería, que a su vez me transmitió mi madre. Así es como van surgiendo los trabajos realizados por las mujeres.

Mi tía, con la que conversaba frecuentemente, transmitía conocimientos a sus sobrinas más allegadas. Ella tenía una de las primeras tiendas que se abrieron en el pueblo, la regentaba y administraba; pero la tienda era conocida por el nombre de su marido y no fue hasta unos años más tarde cuando la gente comenzó a llamarla por el nombre de mi tía: «La tienda de Mercedes». La mayoría de los demás establecimientos antiguos, incluso los de lencería, eran dirigidos por varones, y fue hasta mi generación cuando en todos los establecimientos locales, o en la mayoría de todas las tiendas, trabajaron mujeres. Esta experiencia también se puede trasladar al resto de los trabajos de atención al público.

Tan importante es el nombre, o cómo se nombra una profesión ejercida por una mujer o por un hombre, para dar más o menos valor a una actividad. El patriarcado, que lo nombra todo, es lo que tratamos de extinguir. Ha sido el estatus y el interés personal lo que ha permitido que los hombres hayan adquirido, en la mayoría de las culturas, el poder, o ¿no ha sido esto la causa del «techo de cristal» que cubre a las

mujeres? Este techo ha impedido su salida al trabajo técnico ocupado por los hombres, porque ella ha debido ocuparse de los hijos e hijas. Económicamente, esto siempre ha interesado, puesto que la mujer se ha quedado en casa, ha ejercido de madre, ha trabajado en las labores domésticas y se ha ocupado de organizar la comida. Ahora, tal como ha querido la lucha por la igualdad, ella ha buscado un trabajo, lo ha compatibilizado con su vida doméstica; sin embargo, es una labor de media jornada, precario, así que, si hacemos cuentas, todos esos seguros y salarios han sido un ahorro para el país. En todos los trabajos ejercidos por mujeres siempre se ahorrará y esto servirá para beneficiar a más personas, le pese a quien le pese; es un hecho latente y comprobado en todos los empleos que he tenido. Esta es una experiencia de las mujeres en todos los campos. Poco a poco vamos ejerciendo otros cargos adjudicados a los hombres, y es que la raíz de todo este proceso ha sido cultural.

La mujer no quiere quitar privilegios a nadie que no se los haya ganado, la mujer quiere compartir los derechos, la cultura; quiere ser partícipe de la igualdad entre hombres y mujeres y quiere ejercer los mismos trabajos que se les ofrece a los hombres. Esto quiere decir que es libre para escoger dónde quiere trabajar y si quiere hacerlo fuera o no, pues ya como una mujer empoderada, debe decidirlo ella.

Me he formado, con estudios universitarios, en varios trabajos: de dependienta, de ama de casa, de cuidadora de mis hijos, alternando trabajos de media jornada. He adquirido la suficiente capacidad y habilidad para ocupar puestos de trabajo de elección

propia; nunca me han sido impuestos. Esta felicidad la he conseguido con el esfuerzo, al compartir igualmente las responsabilidades con otras mujeres y hombres, al ejercer de madre y de trabajadora, al convertirme en una mujer empoderada y consejera.

Ejerciendo mis trabajos he intentado dejar huella y ejemplo de derechos a las niñas, a los niños y a la juventud, animándoles a seguir hacia adelante, a ejercer y luchar por sus sueños; enseñándoles a marcarse unos objetivos y a elegir libremente sus actividades. He descubierto que en la actualidad las niñas son muy participativas y cuando un grupo es representado por una mujer, la participación es tanto femenina como masculina. ¿Es entonces la mujer la persona correcta para transmitir conocimientos en derechos y en igualdad? En mi opinión sí, porque, por ejemplo, en el campo de la enseñanza, la mujer fue pionera en estudios e investigación; en el área de la educación empezaron a transmitirse los primeros derechos y normas de igualdad. A través de la escritura, las mujeres comenzaron a dar su opinión, empezaron a firmar con su nombre, después de hacerlo, en su mayoría, bajo un nombre masculino, el de un marido, editor, o con el seudónimo «Anónimo».

El oficio de las escritoras ha sido muy importante para visualizar la trayectoria femenina de los trabajos y aficiones de las mujeres. Jane Austen, que nació bastantes siglos atrás (1775), fue una pionera en su campo y en ese entonces su círculo la acusó de conservadora. No obstante, la crítica feminista más actual la considera una luchadora de la educación de la mujer, igual que a la escritora Louisa M. Alcott, conocida por su

obra *Mujercitas*, publicada en 1869 en Estados Unidos. Ambas fueron pioneras en su género literario. Ellas nos abrieron camino. Como mujeres cocinaban, cuidaban, enseñaban mientras escribían, para que otras mujeres las leyeran. Además, han tenido muchos seguidores también masculinos, quienes las han acompañado en sus tareas y sacrificios, las han ayudado a elaborar esos sofritos, base de todos los guisos, base de nuestro recorrido y camino de empoderamiento.



# Ensayando una nueva sociedad

*María Esquitín*

¿Cuánto se maltrata en nombre del amor?, ¿cuánto se castra en nombre de la protección?, ¿cuánto se mata en nombre de la tradición? Seguimos sin entender nada. Nuestra sociedad ha colapsado y en los últimos estertores del capitalismo vemos alzarse al fascismo sobre las masas fervorosas, con más información al alcance de la mano que en ningún momento de la historia y siendo más ignorantes que nunca por propia decisión.

El gran triunfo del capitalismo es la atomización de la sociedad y la individualización como estrategia de pérdida de identidad, que nos convierte en marionetas manipulables y que, bajo la falsa creencia de libertad, nos mueve por los laberintos diseñados para ello. ¿Quién puede creer que somos libres?, ¿quién se puede imaginar que una sola persona puede sobrevivir cuando llevamos millones de años de evolución como conjunto?, ¿por qué no abre la gente los ojos y

entiende que siendo tribu somos fuertes y que, como decía Goytisolo: «...Un hombre solo, una mujer/ así tomados, de uno en uno/son como polvo, no son nada?...»

No son nada. No somos nada. Ya lo decía *La Polla Records*.

En el año en que nací, 1972, se publicó por primera vez *Los límites del crecimiento*, un informe que el Club de Roma encargó al prestigioso MIT norteamericano, justo antes de la primera crisis petrolera. Una mujer, Donella Meadows, biofísica y científica ambiental especializada en dinámica de sistemas, fue la autora principal, aunque en él colaborarían otras diecisiete personas más.

Siempre me he preguntado ¿qué fue lo que impulsó al Club de Roma a solicitar este informe?, ¿qué fue exactamente lo que pasaba por las cabezas de este grupo de personas dedicadas a la política y a la ciencia para pensar cómo lo hicieron? Sea como fuere, las conclusiones a las que llegó este informe eran demolidoras; resumiendo mucho: si seguíamos la senda del crecimiento exponencial (más población, más consumo, más contaminación) los recursos del planeta (recursos naturales no renovables, materias primas, la tierra cultivable, el agua y la capacidad de los ecosistemas de absorber la contaminación, principalmente) llegarían a su límite físico en los próximos cien años.

Han pasado cuarenta y ocho años y sus predicciones se han ido cumpliendo. Si las élites económicas y políticas conocían este informe y sus consiguientes revisiones, ¿por qué se ha seguido la senda del crecimiento

infinito?, ¿por qué se ha seguido haciendo creer que era, no posible, si no necesario para evolucionar? Nos vendieron una historia que poco o nada tenía que ver con la realidad, pero que, en un momento como éste de la historia de la humanidad, deberíamos sentarnos a revisar; más que nada porque la pandemia mundial por Covid-19 que asola a nuestro planeta, era algo que ya se advertía que podía pasar, pero sobre todo, porque ha dejado patentes varias cosas: el daño que hemos hecho al planeta y por ende a la humanidad, nuestra vulnerabilidad y dependencia y, sobre todo, cuáles son los sectores económicos realmente esenciales, alimentación y cuidados; ya que sin ellos no hay vida posible.

En el libro y documental *La doctrina del Shock*, Naomi Klein nos enseña cómo la ingeniería social da sus frutos y cómo la táctica de los Chicago Boys de Milton Friedman lograron el «milagro chileno», sometiendo a todo un país a una dictadura neoliberal que bajo la premisa de la actuación desde la persona y la no regulación del estado les dotaba de «libertad». ¿Cómo lo lograron? , ¿cómo pudieron someter a todo un país a las reformas económicas tan drásticas que iban en contra de las personas y que sólo beneficiaban a quienes ostentaban el poder económico, y por ende, el político? Básicamente, aplicando las terapias de choque en la psicología social a partir de determinados eventos que permitían que ante la conmoción, la confusión y el miedo, se pudieran implantar reformas que de otro modo hubieran sido imposibles, y, sobre todo, manejando el miedo social en su beneficio, anunciando medidas extremas que provocaban

rechazo, disminuyendo luego el tono para poder implementar las que realmente querían.

Un ejemplo simple: vamos a subir los impuestos a un 50%... la gente se volvería loca, lucharía contra ello... y luego saldrían a decir que los van a subir sólo al 40%. La gente estaría contenta porque no es al 50%, aunque la meta siempre fue el 40%, pero sin crítica social y sin oposición. ¿No es un plan magistral?, ¿cómo no vamos a caer en esa trampa tan bien diseñada? Y si lo pensamos, ¿cuántas veces hemos caído en esa red a nivel personal con nuestras parejas, con nuestras familias, con nuestras amistades, en nuestros trabajos?, ¿cuántas veces nos han metido miedo con algo y luego nos hemos sentido agradecidas porque al final no ha sido tan malo? Las mujeres, por desgracia, sabemos mucho de esto; el feminismo, también.

El capitalismo y el neoliberalismo tienen una estructura patriarcal que ha hecho que los sistemas económicos y políticos asumieran el «feminismo» como parte de ellos, dando lugar a un feminismo de Estado que crea leyes y apariencias, desmontando el activismo que busca la eliminación de las desigualdades en base a unos supuestos logros que son más estéticos que reales.

Llevemos esto a lo individual, a las historias de las personas, al día a día, a pie de calle: si nos dicen que ya hay igualdad, ¿por qué tenemos que seguir luchando?, ¿es real esa igualdad? El hecho de que haya leyes que promulguen la igualdad, ¿significa que ésta es efectiva y que las leyes son cumplidas?, si no hay quien se encargue de velar por que las normas que dictan las

leyes se cumplan, y, si la gente implicada en hacerlas cumplir, carece de formación en el tema, ¿cómo sabrán que se están cumpliendo y la importancia que tienen determinados matices que son imprescindibles para cambiar las cosas?

Pienso en la enseñanza reglada y obligatoria, donde las leyes dicen que la coeducación debe ser norma y no excepción y nos dictan una serie de patrones de obligatorio cumplimiento, como la utilización de un lenguaje inclusivo, tanto por parte del profesorado como en los libros de texto, algo que a día hoy sigue siendo una utopía porque choca de frente contra las creencias y prejuicios de una serie de personas que consideran una aberración tales cosas y, por tanto, no cumplen la ley. Lo hacen, porque saben que no tendrán consecuencias.

Yo, por mi parte, sigo corrigiendo los libros de mi hijo y donde pone «el hombre» sigo tachando y escribiendo lo que me parece oportuno: las personas, la humanidad, el ser humano... no sin antes explicarle a él que “el hombre” fue la medida de todo y que hay que romper con ello para lograr una sociedad más justa y equitativa donde todas las personas cuenten.

Al hacer la corrección en casa de lo que la escuela le impone pienso en la dicotomía que siempre causa controversia: educación y enseñanza. ¿Cómo podemos manejar esos dos conceptos de manera que realmente avancemos como sociedad? Yo hago una distinción entre ambas que obviamente es bastante arbitraria, ya que las dos están unidas de una manera simbiótica pues no debería haber educación sin enseñanza, ni enseñanza sin educación.

La educación aprehendida en casa es en la que se sustentan las creencias que nos guían como personas. ¿Por qué utilizo el verbo aprehender y no el aprender? Porque aprehender es asimilar sin necesidad de estudio, ni esfuerzo alguno: una especie de «ósmosis intelectual» de la que no somos conscientes en el momento y de la que debemos tomar conciencia para entender cómo se van moldeando los cerebros, llenándose de ideas, creencias, juicios y formas de pensar en la infancia que serán responsables de los actos de las personas adultas.

Si nos planteáramos la enseñanza como una herramienta de cambio y no de adoctrinamiento, de crecimiento personal y no de estandarización de la sociedad en una sola generación, terminaríamos con las desigualdades sociales que a día de hoy atraviesan al grueso de la población a nivel mundial.

Si esto se sabe, ¿por qué no se hace nada al respecto?, ¿por qué prevalecen los intereses políticos asociados a los económicos por encima de los sociales? El mensaje que envían es claro y contundente: nos importan más el dinero y el poder que las personas. Y si no, pensad en las restricciones que ha traído consigo la pandemia y a qué afectan: ¿a lo personal o a lo económico?

En una sociedad globalizada como la actual cuando abordamos el cambio de paradigma de sociedad en general y de las mujeres en particular, parece que la única vía para lograrlo es el empoderamiento “femenino”, en base al cual las mujeres empoderadas seremos esta herramienta de cambio del sistema

capitalista, neoliberal, patriarcal y clasista que nos oprime y estigmatiza, pero, ¿esto no supone que tengamos que ser nosotras mismas las responsables del cambio?, ¿no nos culpabiliza en cierto modo esto al poner sobre nosotras la carga de la justicia que sistemáticamente se nos niega?

A los hombres se les retira de la ecuación: es cosa nuestra, nos dicen; ¿no deberíamos hacer cambios también en la educación de los niños?, ¿nos sirve realmente de algo cambiar la educación de las niñas si seguimos educando del mismo modo a los niños? Hace 100 años Alexandra Kollontai decía: «[...] ¿Qué ganará la mujer nueva con su recién estrenado derecho a amar mientras no exista un ‘varón nuevo’ capaz de comprenderla? [...]». Esto, no es nada nuevo, Pitágoras lo decía 2.400 años antes: «educa a los niños y no será necesario castigar a los hombres»; pero seguimos sin hacerlo para sostener un sistema punitivo y entre una cosa y la otra: humillación, insultos, golpes, violaciones, muertes. Desigualdad en todas sus variantes: racismo, machismo, xenofobia, aporofobia, homofobia... transversalidad de la mezquindad humana. ¿Y el planeta? dirigido por hombres siguiendo su camino a la extinción masiva de las especies.

¿Por qué se sigue consintiendo esa división de sexos por género que ahora incluso se quiere naturalizar como algo intrínseco al ser humano obviando la biología para dar peso a lo sociocultural?

Como mujer era consciente de los estereotipos que se me atribuían por el hecho de haber nacido con unos genitales determinados y al mirar a los hombres

solo consideraba los privilegios que por sus atributos masculinos les eran otorgados. Sin embargo, al ser madre de un varón tomé conciencia de una obviedad, que ya sabía, pero que de repente era como algo que me retumbaba en la conciencia: los hombres no nacían machistas y sexistas, si no que poco a poco los iban convirtiendo en campeones y machotes que terminarían siendo «señoros» de esos que nos explican cosas a las mujeres.

Ya desde el vientre materno comienzan esas diferencias a las que no les damos importancia, pero que van configurando, paso a paso, un camino completamente diferente para un hombre o una mujer. Es cierto que ahora muchas familias quieren romper con esos estereotipos, pero no lo hacen desde la profundidad, si no desde la superficie, desde lo estético, desde lo que se ve y otras personas pueden apreciar. Esto me hace preguntarme: ¿realmente se está cambiando o solo se quiere dar esa imagen de cambio?, ¿de qué sirve que hasta los tres años se les deje jugar a los niños con juguetes que simulen roles no sexistas si en sus casas siguen viendo el mismo patrón de comportamiento sexista y machista?, ¿de qué sirve si las familias, los colegios, la publicidad, la televisión o el cine siguen insistiendo en esos estereotipos y roles de género que tanto daño les hacen?

La educación de los niños sigue siendo machista y por tanto: castrante.

Cuando se habla de violencia contra las mujeres siempre se dirige la mirada al contexto sociocultural, ya que la socialización masculina legitima la

violencia ejercida sobre las mujeres. Sin embargo, cada vez cobra más peso la teoría del apego que, si bien no explica la conducta violenta, sí nos da información sobre los procesos psicológicos que prevalecen en los HAVG (hombres agresores de violencia de género), sobre todo déficits emocionales como la falta de empatía, la tendencia a la impulsividad o la baja autoestima.

El machismo naturalizado es muy difícil de identificar para quien no tiene la formación y el entrenamiento para ello. Aprender a ver cuando miramos es una de las cosas más difíciles que existen. Es por ello, que el reto de eliminar de la educación y la enseñanza patrones que propician el sexismo y el machismo, debería ser una cuestión de estado real y no solo un paripé institucional que no cambia nada de nuestra realidad social.

Los niños siguen siendo obligados a cumplir con mandatos de género masculinos que no les dejan desarrollarse como personas, limitando su crecimiento al patrón establecido en el que deben encajar. Con demasiada frecuencia vemos cómo se intenta hacer encajar a un niño en un molde predeterminado que lo único que hace es romperlo; ¿por qué si no usamos la misma talla de ropa para un niño que para otro pretendemos que todos encajen en el mismo patrón masculino?, ¿por qué no nos adaptamos a sus necesidades en vez de a las de una sociedad obsoleta que les impide ser las personas que son para convertirlos en los hombres que esperan?, ¿no valen para nada las estadísticas de violencia, homicidios, robos, drogadicción, accidentes

y suicidios, entre otras, para entender que no se está educando bien a los niños-hombres?

A los niños no se les legitiman sus emociones, no les dejan sintonizar con ellas de una manera sana y coherente, si no que se les insiste, desde múltiples atalayas, a que las modifiquen o las eliminen para satisfacer los deseos ajenos. De esta manera terminan teniendo una respuesta adaptativa a lo que social y emocionalmente se les demanda, por lo que terminan sin conocer lo que es la empatía en realidad, al fin y al cabo ésta es una habilidad que se aprende y se modula a través de las otras personas. Si no se tiene empatía con el niño, ¿cómo va a aprender éste lo que es?, si no hay introspección y se ve así mismo el niño reconociendo sus propias emociones, ¿cómo va a reconocerlas en las otras personas?

De una manera sutil, quizás sin ser conscientes de ello en su entorno, se van moldeando hombres llenos de carencias e inseguridades, de miedos, de falta de confianza. El miedo al rechazo y esa necesidad de aprobación con la que se les obliga a crecer hace que, cuando no logran controlar las emociones con la precisión que necesitan para que sus sentimientos no sean percibidos por el resto, aparezcan la ansiedad, la impulsividad, la ira: la violencia.

Si tuviera que decir cuál es el primer factor de protección y prevención de la violencia en la infancia sería el apego seguro, algo que inevitablemente va unido a la protección, la ternura y el cariño. Pero cuando eso falla y los ejemplos que ven en casa son otros, tenemos el caldo de cultivo perfecto para programar personas

que tendrán problemas en la edad adulta con sus figuras de apego, con sus parejas.

Los HAVG funcionan igual que las políticas económicas de los Chicago Boys, utilizan la doctrina del shock para someter a las mujeres; si estos hombres fueron programados para actuar así, ¿por qué no se les reeduca enseñándoles patrones de comportamiento que les hagan crecer como personas y les alejen de esa ansiedad perpetua que les provoca la educación recibida? Y lo que es más importante aún: ¿por qué no se habla de ello y se reconduce la enseñanza y la educación desde la infancia para que niñas y niños puedan desarrollarse de verdad plenamente y no bajo los corruptos mandatos de género? Lo que no se nombra, no existe, y seguimos sin poner el énfasis necesario en el cambio que necesita el mundo para avanzar de una manera sostenible hacia el equilibrio, hacia la justicia social: sin hombres frustrados incapaces de controlar sus emociones y mujeres víctimas de ello.

En este momento de la historia, ya pasado el pico del petróleo y a punto de llegar al límite físico planetario de tantos minerales y materias primas, deberíamos empezar a derribar ya los últimos bastiones del capitalismo, alzarnos como grupo, obviando las diferencias que hasta ahora nos separaban por géneros para buscar los puntos de encuentro, necesarios e imprescindibles, para configurar una sociedad que ponga en el centro a las personas, los cuidados y la comunidad. Esta pandemia mundial nos lo está diciendo cada día: debemos cuidar a las personas y estas, deben cuidar el planeta.

No podemos seguir diciendo que se educa cuando lo que se hace es romper a las criaturas para que encajen en lo que los estereotipos socioculturales del género solicitan según el sexo, debemos empezar a educar en emociones, educar el corazón para que alimente la grandeza de cada ser humano dejando que se desarrolle al máximo posible.

Es imperativo que esto sea así, porque si seguimos la senda marcada por las élites retrocederemos hacia un neofeudalismo, un ecofascismo con el trampantojo del *New Green Deal*. Es de imperiosa necesidad que cambiemos la educación de los niños, porque por muy empoderadas que estemos nosotras, si no cambiamos la tendencia, ellos serán los hombres que mañana gobernarán el mundo y lo que necesitamos es ser una tribu más unida que nunca. Solo cuando entendamos esto lograremos zafarnos del horizonte oscuro que se nos presenta con retroceso en derechos y libertades en un escenario de escasez y hambre.

Tengo fe y esperanza, yo tengo un hijo y puede ser que la educación que le estoy dando no cambie el mundo, pero sí está cambiando a un hombre que logrará cambiar el mundo luchando por la igualdad y la equidad de las personas, por la justicia social y por la preservación de un planeta en el que vivir. Y como yo: millones de mujeres más.



# Salud, compañeras

*Bienvenida Gala*

Rescaté mi hoja de apuntes y en ella estaba escrito: «El infarto agudo de miocardio se caracteriza por dolor opresivo en el centro del pecho o en la zona epigástrica, que puede irradiarse a brazo izquierdo, ambos brazos, cuello, mandíbula y/o espalda». Seguí leyendo por si mi memoria me estaba jugando una mala pasada, pero no, no había ninguna referencia ni explicación a cómo se manifiesta ese dolor en hombres y en mujeres. Si mis apuntes universitarios tienen unos veinte años, ¿cuántas mujeres que podrían tener hoy 60-70 años han muerto porque acudieron a urgencias con otra sintomatología compatible con un infarto y, en el mejor de los casos, le prescribieron un ansiolítico? Afortunadamente, en el año 2020 hay muchas cardiólogas (sí, la mayoría son mujeres) que han investigado, publicado y divulgado estas diferencias, pero me sigo preguntando: ¿cuántas mujeres hoy saben que el infarto se manifiesta de manera diferente en hombres y en mujeres?

Una cardióloga americana en los años 90 acuñó el término «síndrome de Yentl» para poner de manifiesto estas diferencias. Este término es adoptado de la película que lleva mismo nombre, en la que una mujer judía se hacía pasar por hombre para poder estudiar los textos sagrados. Con ese símil, ella explicaba cómo a menos que una mujer mostrara los mismos síntomas que un hombre, no sería admitida con la misma probabilidad en un hospital para recibir un diagnóstico y un tratamiento adecuado.

Esta confusión relacionada con el caso del infarto es solo un ejemplo de la consecuencia de que hombres y mujeres del ámbito de la salud nos hayamos formado bajo un modelo donde el cuerpo ha sido formalmente asexuado, o que en realidad ha sido estrictamente androcéntrico. El cuerpo masculino, como el género gramatical, ha representado siempre al universal humano. De ahí que gran parte de la información, la formación y la percepción clínica haya sido ciega a las diferencias de sexo y de género. Me sigue sorprendiendo que se hable tan poco de este asunto fuera del ámbito sanitario. La medicina ha sido desde su origen el gran baluarte para convertir a las mujeres en exiliadas de su propio cuerpo y ocurre en el ejemplo del infarto; han pasado muchos años y muchas muertes hasta que se ha empezado a cuestionar el androcentrismo en la medicina, y todavía no ha pasado nada.

Han borrado nuestros cuerpos durante siglos. El patriarcado está continuamente tomando decisiones sobre ellos: anticoncepción, aborto, maternidad, violencia de género. ¿En qué momento pasamos de ser la costilla de Adán a ser un cuerpo dependiente de

las decisiones de otros? ¿O quizá simplemente es lo mismo expresado de otra manera?

Marta Lamas, antropóloga mexicana, afirma que durante el proceso de socialización se imprimen en el cuerpo normas, patrones, mandatos y premisas que se naturalizan y se reproducen socialmente y que hay un mecanismo de transmisión mental que se expresa en la actividad social. En las mujeres se conforma un «*habitus*» de género que nos coloca en una posición subordinada en el mundo, también se reproduce en el ámbito médico y se expresa en prácticas diferenciadas de atención que van en detrimento de nuestra salud.

En 1963, Betty Friedan publicó *La mística de la feminidad*, y aunque cuestionada e incluso superada, esta obra marcó durante mucho tiempo el camino del feminismo en la segunda mitad del siglo XX. En esta obra Friedan define «el malestar que no tiene nombre» como la falta de un objetivo vital propio, la renuncia al mundo exterior y a la propia identidad, lo que generaba una profunda insatisfacción que, con el tiempo, devenía en problemas mentales, diagnosticados y tratados como neurosis por los psicoanalistas (recordemos con cariño a Freud y la histeria).

Puede ser Freud, Betty Friedan o la mismísima Martirio, que lo cantaba así:

*Son las ocho menos cuarto  
me tengo que levantar  
lavar y vestir a los niños  
y preparar las tostás.*

*¡Que a gusto me quedaba en la cama todo el día,  
otra vez el mismo rollo,  
¡todos los días lo mismo, qué fatiga!  
Y es que no puedo con mi cuerpo  
no tengo ganas de ná,  
necesito una pastilla para ponerme a funcionar.  
Y es que estoy mala, muy mala  
mala de acostarme  
y es que estoy mala, muy mala  
mala, mala, mala de acostarme.*

Esta canción, que en la modernez de los 80 parecía muy graciosa y original, es un pequeño resumen de ese malestar de las mujeres. María Martín Barranco, en su libro *Mujer tenías que ser*, cuenta que si no eres mujer y tienes además ciertos años, posiblemente no entiendas la expresión «mala de acostarse», algo así como la necesidad de tener que parar, pero no poder hacerlo; lo que ahora también se llama «carga mental» o «triple jornada». El síndrome «malestar de las mujeres» está ampliamente extendido dentro de la salud mental que trabaja con perspectiva de género. No existe una causa biológica, sino que está causado por la posición que ocupamos en la sociedad y por cómo las mismas mujeres lo gestionamos. Estos síntomas son símbolos de aquellos conflictos en el cuerpo. Los condicionantes de la cultura y la sociedad, con los ideales que proponen, los papeles que asignan para el reconocimiento social de cada persona, los roles de género consensuados, son algunos de los conflictos que se expresan en el malestar que afectan de manera específica a las mujeres. Me pregunto

cuántas enfermedades masculinas tienen una causa exclusivamente social y se invisibilizan o convierten en patologías que generan desigualdad.

Culturalmente, ocurre también que las mujeres estamos más predispuestas que los hombres a reconocer la presencia de malestares físicos o psíquicos, lo que hace que nos sea más fácil pedir ayuda. Parece increíble que una simple frase como «los niños no lloran» haya podido ser un vehículo tan potente de desigualdad y haya hecho tanto daño a hombres y a mujeres en la construcción de sus identidades. Pero ¿qué ocurre? ¿es que los hombres no sufren? Hay estudios que afirman que cuando se busca atención médica por un problema de origen emocional, las mujeres son más tendentes a expresar llanto y tristeza, mientras que los hombres suelen manifestar más irritabilidad; así, es más probable que se diagnostique ansiedad o depresión a una mujer que a un hombre.

Me resulta fascinante la perspectiva de género en medicina, cómo cuestiona que los poseedores de un conocimiento solo destinado a unos pocos, que nunca ponen en duda su objetividad y conocimiento, se dan de bruces con una realidad incuestionable: que la medicina ha sido una de las mayores manifestaciones del poder patriarcal que existen y que los prejuicios de género condicionan cómo se diagnostica y se trata a las mujeres. Esto ha hecho que a más de un o una profesional de la medicina le haya explotado la cabeza, puedo asegurarlo. Y digo un o una porque, aunque la medicina y, en general, las ciencias de la salud, son profesiones feminizadas, muchas médicas han adoptado esos roles de superioridad patriarcal, quizá

también porque la propia sociedad todavía tiene en el imaginario a la «eminencia médica»: un señor mayor serio que casi ni saluda, pero te salva la vida gracias a su conocimiento exclusivo.

Sin embargo, la historia y el desarrollo de la medicina está ligado de forma indisoluble a las mujeres. Las mujeres siempre han sido sanadoras, fueron las primeras médicas y anatomistas de la historia occidental, las primeras farmacólogas, con el cultivo de hierbas medicinales. Fueron también comadronas de casa en casa. Durante siglos las mujeres fueron médicas sin título, excluidas de los libros y de la ciencia oficial; aprendían unas de otras y transmitían su conocimiento de generación en generación. La gente las llamaba «mujeres sabias», aunque para el poder eran brujas.

Las brujas vivieron y murieron en la hoguera mucho antes del nacimiento de la medicina moderna. La mayor parte de las consideradas brujas eran simplemente sanadoras no profesionales que atendían sobre todo a la población rural, y la represión que se ejerció sobre ellas es una de las primeras muestras del poder del patriarcado. Se eliminaron las brujas y se creó la profesión médica: masculina y de clase social favorecida.

La caza de brujas no fue un hecho aislado, se ha ido reproduciendo a lo largo del tiempo, excluyendo a las mujeres de los lugares de poder; para ello se utilizó precisamente la salud de las mujeres: «[...] los millones de hechiceras, brujas, endemoniadas y poseídas constituían una enorme masa de neuróticas

y psicóticas graves...durante muchos años el mundo entero pareció haberse convertido en un verdadero manicomio [...]» (Gregory Zilboorg). ¿Les suena de algo este argumento de la locura?

Cualquier libro sobre historia de la medicina nos ha hecho llegar una historia de las brujas, elaborada a través de los ojos de sus perseguidores, mientras que hay autores que las sitúan a la cabeza de numerosas rebeliones campesinas. Las brujas fueron acusadas de poseer una sexualidad femenina, de estar organizadas y de ser capaces de curar; en resumen, tenían poder y autonomía, y ésta ha sido la base de la lucha feminista durante muchos años, así que, a partir de ahora, reivindicemos el término bruja, hagámoslo nuestro y dotémoslo de connotación positiva.

«La hazaña del pensamiento de las mujeres es haber sobrevivido, siglo a siglo, a las pruebas de la hoguera, del linchamiento y del hospital psiquiátrico», escribió la autora Claire Lejeune; me parece un buen resumen, triste y cierto a la vez.



# El arte de (re)escribir recuerdos

*Eva Manzano*

Este es, en parte, aquel libro: pero solo en parte porque la memoria es resbaladiza y porque los libros extraídos de la realidad no son más que frágiles destellos y astillas de cuanto hemos visto y oído.

NATALIA GINZBURG, *Lessico familiare*

## *Recuerdos falsos*

Mi madre tropezó y cayó rodando por unas escaleras cuando yo era muy pequeña. Este es, probablemente, eso que llamamos el *primer recuerdo*. Mi madre empujaba un carro de bebé escaleras abajo y yo bajaba junto a ella, sobre mis pies. Después la recuerdo tirada boca abajo en el suelo del rellano y el cochecito volcado: el bebé que debía de haber salido disparado, lloraba ahora sobre mi madre. Yo, inmóvil, los miraba perpleja mientras un señor que pasaba por la calle acudía en nuestro auxilio. Pues bien, este recuerdo es falso.

Es cierto que mi madre se cayó por las escaleras en diciembre de 1985 y que yo, que iba con ella y que tenía dos años recién cumplidos, me caí también y aterricé sobre su espalda. Es imposible que un cochecito y un bebé aparecieran en escena, pues mi hermano nació dos años después de aquello. Sin embargo, he aquí la única posible semejanza: mi madre estaba embarazada. Se golpeó levemente el vientre con los escalones. La llevaron al hospital pero todo seguía en orden.

Me he interesado desde siempre por la veracidad de mis propios recuerdos. Perseguía a mi madre incansablemente para ahondar en los pormenores de todo, para rellenar las lagunas, para encontrar la verdad. Ahora también atosigo a hermanos, padre, pareja, amigas y cualquier persona que pueda arrojar luz sobre un recuerdo oscuro, incompleto o *demasiado inverosímil*. Descubrí muy pronto que nuestra memoria es elástica y que se va construyendo con los recuerdos, pero también con las fantasías y los sueños sobre los propios recuerdos, así como las narraciones posteriores y superpuestas que rellenan los huecos al rememorar. Es como un enorme *tetris*, solo que si separamos todas las piezas que ahora encajan para mirarlas de cerca, no volverán a encajar más. ¿Son falsos todos nuestros recuerdos? ¿o el tiempo ha reescrito cada línea?, como cantaba Barbra Streisand al final de la película *Tal como eramos* («Or has time re-written every line?»).



### *Pacto de verosimilitud*

Por aquel entonces, yo era muy reacia a reinventar a personas que formaban parte de mi vida o a transformar mis recuerdos. Escribía porque necesitaba contar la verdad. Al leer la introducción de *Léxico familiar*, de Natalia Ginzburg, me sentí rápidamente identificada con sus palabras: «me sentía súbitamente empujada a destruir todo lo que había inventado». Ella advertía al lector que encontraría lagunas si se acercaba al libro como si fuera una crónica familiar: «He escrito solamente lo que recordaba». Nuestra memoria está hecha de lagunas, obviamente no podemos recordarlo todo; pero, ¿podemos recordar la verdad?

¿Verosimilitud o verdad? Escuché una vez que existen personas expertas en detección de mentiras; realizan algo así como un entrenamiento para descubrir a partir de la exploración corporal cuando alguien está mintiendo. Yo no soy una experta en esto ni estoy entrenada, lo mío es pura intuición y, a veces, «huelo la chamusquina» de lejos y no soporto la falsedad.

Sucede igual con mis recuerdos. Desde pequeña he ido haciendo acopio de todas las remembranzas que contenían algún rasgo fantasioso, y si captaba algo en ellas que no parecía verosímil, o coherente, me obsesionaba por hallar la verdad. Como si la verdad fuera a resultar diferente. Cuando comencé a hablar con mi madre sobre su madre, muchos detalles me daban olor a quemado: ¿echaron a mi abuela de su casa y le impidieron ver a sus hijos? O, por el contrario, ¿se fue por su propio pie y no quiso volver nunca?

Le pregunté una vez a mi madre: «¿no quieres saber la verdad?».

Mi madre —que tenía nueve años cuando una serie de incidentes familiares la marcarían de por vida— recuerda al presunto amante de su madre como un viejo feo con la cara llena de bultos, avaro y con reales. Este aspecto monstruoso, como de villano de cuento, me resultaba inverosímil. Este y tantos otros detalles de cuanto recordaba mi madre me resultaban inverosímiles.

Mentir y exagerar son dos cosas distintas. La exageración la tolero, incluso me sirvo de ella para escribir autoficción. Escuché una vez en un podcast sobre literatura que la diferencia entre escritura autobiográfica y escritura autoficcional es que la segunda no rompe el pacto de ficción entre autores y lectores. Empecé a imaginarme esto del pacto de ficción como forma de vida, pero no, yo había tratado conmigo misma un pacto de verosimilitud. Aunque esto, ahora que lo pienso, viene a ser lo mismo... La ficción es de lo más creíble.



## *La historia es lo que cuenta*

Mi madre escribía historias verdaderas; no necesariamente autobiográficas, pero por poco. Las historias y los recuerdos de nuestra familia se han ido modelando, adornando y puliendo con el paso del tiempo, hasta el punto de que no siempre sé con certeza qué ocurrió en realidad. Lucia decía que eso no importaba: la historia es lo que cuenta.

MARK BERLIN en el prólogo de  
*Una noche en el paraíso*, de Lucia Berlin.

¿Cuánto de verosímil hay en el hecho de que alguien pueda bajar unas escaleras empujando un cochecito con un bebé dentro? ¿Cuándo noté que podría tratarse de un recuerdo alterado? Probablemente en alguna clase de matemáticas cuando aprendí la diferencia entre plano recto y plano inclinado. No era creíble este recuerdo, como tampoco eran verosímiles los sucesos de la niñez de mi madre. Sin embargo, la historia es lo que cuenta.

En sus *Memorias habladas, memorias armadas*, la escritora Concha Méndez le contaba a su nieta que no consideraba la narración anecdótica de sus experiencias como una narración autobiográfica, pues no la estaba dotando de interpretación. No puedo evitar discrepar sobre este asunto: para mí, narrar consiste en interpretar. Y ahí reside el arte de contar.

Pero no solo interpretamos recuerdos para escribirlos o para narrarlos, lo hacemos constantemente desde el mismo momento en que la anécdota sucede y le damos un lugar más o menos importante en nuestra vida. Y ya, si eres como yo —de las que «se come

la cabeza»—, ten por seguro que reinterpretarás una y otra vez tus experiencias dotando a tu memoria de re-recuerdos, en la búsqueda incesante del sentido de tu propia narración. Estamos hechas de ficción, de los recuerdos que se originan en una apreciación, en una anticipación, una expectativa o una mala interpretación. Buscamos atrapar la instantánea del momento en un recuerdo y, si es bueno, queremos convertirlo en el mejor. Y, otra vez, ahí reside el arte de contar.

Cuando escribimos recuerdos ponemos más consciencia en la narración para dotarla mejor del significado que tuvo esa experiencia para nosotras. Elegimos palabras (y tardamos mucho en dar con la palabra *correcta*). Controlamos el lenguaje y el ritmo. Aportamos símbolos. Construimos nuestra mitología. «La ficción es el resultado de la imaginación que elabora la experiencia. Moldeamos la experiencia en la mente para darle sentido. Obligamos al mundo a ser coherente: a que nos cuente una historia», afirma la escritora Ursula K. Le Guin.

Toda experiencia que merezca ser narrada, ya sea de manera escrita u oral, lo es porque ha sido relevante en nuestras vidas, importante en esa construcción pieza a pieza de nuestra memoria. Y si está en el puzle, es porque fue interpretada para encajar.



### *La ficción de la memoria*

Dice Elizabeth Loftus, psicóloga estadounidense experta en los procesos constructivos de los recuerdos,

que nuestra memoria es como una página de Wikipedia que cualquiera puede tocar para editarla por su cuenta: la podemos cambiar nosotras, pero también pueden modificarla otras personas. Sí, asusta. Ella basa sus estudios en los procesos de identificación de testigos. En uno de los cuales constató que de los trecientos inocentes que habían sido acusados y condenados por crímenes que no cometieron en Estados Unidos, las tres cuartas partes fueron «reconocidos» en un proceso de identificación de testigos.

Cuento esto para insistir en la idea de que nuestra memoria no es fiable. La memoria como elaboración, en permanente construcción y reconstrucción se nutre —entre otras muchas cosas— de informaciones veraces, informaciones erróneas y desinformación. Cualquier recuerdo se puede distorsionar, contaminar o cambiar a partir de estas dos últimas.

Decía al principio que mi madre estaba embarazada cuando se cayó por las escaleras. A los pocos meses se puso de parto y se marchó al hospital dejándome a cargo de una de mis tías abuelas. No puedo recordar mis emociones: si tenía ilusión o nervios o muchas ganas de conocer a mi hermano o hermana, no lo sé, no sé *qué significaba* aquello para mí. Solo recuerdo las palabras de la tita L.: «No ha podido ser, cariño. Cuando mamá ha llegado a la tienda de bebés ya no quedaba ninguno. No te ha podido traer una hermanita». Mi madre parió una niña muerta, llevaba dos semanas fallecida dentro de su vientre.

Ni que decir tiene que el recuerdo contaminado que tuve durante muchos años de aquella experiencia, fue el de mi madre, enferma y apenada, paseándose

por una nave enorme con estantes metálicos donde se colocaban de manera siniestra bebés calvos, gorditos y tan perfectos como mi Nenuco, y cuando ella alzaba el brazo para cogerlos, iban desapareciendo. Tardé unos años en darme cuenta de que no era un recuerdo real, era una elaboración imaginaria y fantasiosa de una experiencia vital de pérdida y duelo.



### *Identidad*

¿Qué verdad nos contamos sobre nosotras mismas? Cuando le pregunté a mi madre si quería saber la verdad sobre mi abuela, ella me contestó: «la verdad es lo que yo sentí después de aquello».

En sus memorias, Edith Wharton proporciona a su primer recuerdo la experiencia, el preciso instante que la dotó de identidad. Así pues, ¿quién puede desprenderse de un recuerdo? ¿Quién *querría* desprenderse? Queremos conservar nuestros recuerdos a toda costa, incluso los malos. Consideramos que nos han construido y que han forjado nuestra identidad.

Mi madre ya no se desprende de aquel recuerdo. Y yo, por lealtad a su memoria y a su identidad, aún no he abierto esa caja de Pandora.



### *Reescribiendo recuerdos*

Mi hija, su padre y yo estamos colocando el árbol de navidad en el salón. Tenemos ornamentos muy especiales: una tórtola plateada que compramos en lo que llamamos nuestra luna de miel —aunque no estemos casados— en Nueva York; una bola diminuta y dorada, recuerdo del primer árbol de navidad que monté, unas cabezas de renos que hicimos con nueces cuando mi hija tenía un año; una bola celeste como un cielo diurno con astros y estrellas que compramos cuando estaba embarazada, a dos semanas del parto, porque nos pareció la manera perfecta de recordar la primera navidad de una recién nacida cuyo nombre iba a significar «celestial».

Vamos colgando las bolas en el árbol mientras trato de contarle una historia sobre cada una de ellas. Llegamos a la bola celeste y le explico que es *suya*, que podrá conservarla y ponerla en su propio árbol cuando sea mayor, que le recordará su nombre, su familia... Unos cuarenta y cinco minutos más tarde, salí al balcón a tender la ropa mientras su padre preparaba el almuerzo. Mi hija se había quedado sola en el salón y, admirada por la belleza del árbol que había ayudado a adornar, toqueteaba los ornamentos, hacía tintinear las campanas, feliz y juguetona. Tiró de una rama: la bola celeste cayó al suelo y se rompió. Se rompió mucho, como en cinco partes puntiagudas y un montón de diminutos fragmentitos brillantes.

Le grité, no solo la regañé, le grité enfurecida, perdí los nervios. Reaccioné exageradamente, me enfadé, no fui capaz de controlarme. Como además

ella estaba descalza, no paraba de advertirle: «¡apárrtate, sal de ahí...!» Lo último que deseaba era que se rajara un pie.

La edad promedio del primer recuerdo es la de los tres años, los mismos que acaba de cumplir mi hija. Escribiendo esto he comenzado a obsesionarme con otras cuestiones: ¿qué recordará ella? ¿Y desde cuándo? ¿Qué pasa si éste es su primer recuerdo?, el de su madre fuera de sus casillas, sin mostrar un ápice de comprensión o afecto.

*This is us* es una serie que me gusta muchísimo; será porque es sentimental y un poco cursi, y suele ahondar mucho en la psicología de los protagonistas desde un punto de vista sistémico-familiar. En un episodio, dos de los personajes principales visitan la casa donde crecieron y rememoran un día en concreto de su infancia. La hermana recuerda que fue una tarde divertida, que hacían manualidades y que terminaron bañados en lentejuelas porque el padre inventó para ellos una guerra de purpurina y *pailletes*. El hermano, sin embargo, rememora a un padre muy cabreado que hizo estallar un plato contra la pared de la cocina, presa de la rabia. Las dos cosas sucedieron en realidad, pero cada cual solamente recuerda una de ellas. Después de estrellar la vajilla, el padre se disculpó y trató de reescribir el recuerdo de sus hijos mediante un juego infantil.

Pensaba en eso el otro día cuando perdí los estribos, en eso de reescribir los recuerdos ajenos, en la página de Wikipedia también; en lo poco ético que suena. Sin embargo, me di cuenta de que involuntariamente los

reescribimos, los nuestros y los de quienes nos rodean. Unas veces funciona y otras no.

Entre mis primeros recuerdos, a una edad promedio de tres años, está el de mi madre atravesando su duelo por aquella hija que nació muerta, un poco rota y nerviosa, perdiendo la paciencia conmigo fácilmente. No veo a la madre cariñosa colmándome de amor, a la abuela que es, a la madre que yo también soy. «¿Cómo eras conmigo, mamá» —le pregunté un día, hace ya bastante tiempo— «Después del tercer parto, ¿cómo eras?, ¿cómo te hacía sentir yo?». Mi madre se entristeció por este recuerdo mío. Solamente ahora entiendo porqué. «Tú eras lo más importante para mí, por ti me levanté de la cama. Nada me importaba más que verte jugando feliz, aunque no lo pareciera».

Nota final: Escribo estas últimas líneas en el mismo momento en que mi hija está esbozando sus primeros trazos de escritura, mostrándonos a su padre y a mí que ya sabe «dibujar» vocales. Es la primera vez que la vemos escribir. No sé cómo recordará ella (y si lo hará) este instante. Pero ahora mismo para mí es un recuerdo tan bello que no me resisto a atraparlo. No es un recuerdo escrito, es un recuerdo de escritura.



# Jaque a la reina

*Marina Pérez Delgado*

[..]

Casi mordí el veneno de las brujas  
cuando la sombra se fusionó con mi cuerpo  
en el eclipse del misterio.

Y el tribunal se consuela de su estruendo de feria  
en las partidas de ajedrez,  
que sólo tienen dos contrincantes.

Silba el caballo jaques homicidas  
y los alfiles toman delantera  
olvidando al peón que no lamenta  
el no retorno y el potro con sus bridas

se abre camino, bravo, entre las negras  
Parece tan sagaz la tez dormida  
del rey valioso y parco en la partida  
que es capaz de eclipsar la damisela.

porque ella jamás muere en la batalla,  
sólo hay un asesino en cada bando  
y un penitente muerto en el combate.

*ROSALÍA LINDE, Partida de ajedrez*

Mi esencia es como un tablero de ajedrez en el que se libra una gran batalla. Me debato continuamente entre lo que el cuerpo grita y la mente calla. Desconozco si soy peón, reina, rey, torre, dama o caballo. Creo que podría ser todas y ninguna a la vez. Quizá tan solo soy el tablero, el campo de lucha, un simple terreno a veces árido y en otras ocasiones frondoso, el cual va cambiando de forma, según las estaciones o las épocas. Un tablero es, en apariencia, imperturbable y sereno; pero lleva tantas partidas jugadas, tantas guerras libradas, que el estado de alerta ante un nuevo posible ataque es algo permanente.

Con frecuencia las mujeres nos «auto jaqueamos». ¿Por qué destronamos a nuestra reina interna? No somos el enemigo, pero nos convertimos en ello sin darnos cuenta, tanto que nuestro cuerpo acaba odiando a nuestra mente, o viceversa; o ambas cosas ocurren a la vez. ¿Somos las fichas negras como en las batallas que se libran de noche o, por el contrario, las blancas, tan resplandecientemente descaradas a plena luz del día? Somos tan antagónicas como el sol y la luna. Guerra y paz. Todo siempre estructurado en clasificaciones binarias, igual que hombre y mujer.

Las clasificaciones, a su vez, crean estructuras mentales, y estas se tornan realidades inamovibles que pueden convertirse de algún modo en segregatorias, en invisibilizadoras de diversidades, cuerpos y realidades diferentes. Nosotras estamos aquí, frente a unos ideales y estereotipos imposibles, inalcanzables. ¿Cómo nos vamos a querer así? ¿Cómo vamos a cuidarnos?, si no protegemos a nuestro cuerpo y a nuestra mente. Es como estar en continua autoflagelación. «Nos han

creado una especie de antinarcisismo» —dice Hélène Cixous— , «la infame lógica del anti-amor. Hemos interiorizado el horror a lo oscuro. No han tenido ojos para ellas mismas. Les han colonizado el cuerpo del que no se atreven a gozar. La mujer tiene miedo y asco de la mujer».

Comienza el juego. Decido utilizar la dama para poder moverme en diagonal, sin hacer mucho ruido, para no molestar y pasar desapercibida. No quiero ir de frente, prefiero esquivar lo que me dices: «Cálmate, relájate». Pero no puedo. Necesito dar más, esforzarme más. Nunca soy suficiente. Necesitamos demostrar el doble para obtener reconocimiento y validez. Tenemos que implicarnos el triple hasta para que nos crean y no piensen que somos mentirosas compulsivas. Nuestra palabra se pone continuamente en duda. ¿Cómo afecta esta batalla a nuestra salud física y mental?

Hace unos años trabajé en un proyecto de investigación denominado «Estudio sobre la situación socio-laboral de las mujeres con discapacidad». Escuchar los testimonios sobrecogedores de aquellas grandes mujeres que eran luchadoras y valientes, sin tener siquiera conciencia de ello, fue un proceso enriquecedor, pero, a su vez, muy duro. La mayoría sentía una soledad y un aislamiento terribles, habiendo sido víctimas, adicionalmente, de violencias o discriminaciones de algún tipo, ya fuera en el ámbito de la pareja, institucional, simbólico o económico. Un alto porcentaje de ellas presentaba síntomas de depresión y de ansiedad. Rompían incluso a llorar en mitad de las entrevistas, y a mí se me partía el alma, sobre todo

por pensar que ese era el futuro, no muy lejano, que me esperaba también, algún día.

Desarrollé una empatía hacia ellas y, por lo tanto, me sentí muy identificada; era capaz de sentir su dolor. Este tipo de discriminaciones múltiples son fruto de una sociedad discapacitante que no tiene en cuenta la perspectiva de género en sus estudios, intervenciones, políticas e instituciones. Las mujeres coincidían en la falta de credibilidad que sufrían en las consultas médicas, por parte del sistema sanitario a la hora de plantear sus dolencias, enfermedades o discapacidades. La eterna infantilización y paternalismo estaban, y siguen estando, a la orden del día.

Tiende a valorarse y a tratarse la salud física de manera independiente de la mental, y ambas, a su vez, son separadas de las connotaciones sociales y de género, cuando está más que clara la estrecha relación que existe entre ellas.

En un círculo vicioso, los propios problemas de salud mental de las mujeres se convierten en un factor de doble discriminación (género más enfermedad mental) y triple discriminación (discapacidad, en casos graves). Esta discriminación aumenta la probabilidad de estigmatización, rechazo y aislamiento y, con ello, de todas las consecuencias que para la vida y para la salud tiene esa situación de exclusión (Cuaderno nº 07 para la salud de las mujeres, 2020).

Todas eran tachadas de «Casandras», con o sin su síndrome. Como dice Rebeca Solnit, «la historia de Cassandra, la niña que contó la verdad pero no le creyeron, no está tan arraigada en nuestra cultura como

la de Pedro y el lobo, es decir, la del niño al que sí creyeron las primeras veces que contó la misma mentira. Tal vez debería ser más conocida». Llegamos a una consulta y no nos explican qué nos está pasando. Cuando intentamos explicar lo que sentimos no nos creen, o no tienen en cuenta nuestra condición de mujeres, y los factores culturales y sociológicos de desigualdad a los que nos vemos sometidas, con las consecuencias que todo ello puede tener para nuestra salud física y mental.

Empatizaba con estas mujeres de mi estudio debido a que viví en mi propia piel experiencias parecidas, solo que no fui consciente hasta ese mismo momento, cuando las vi. A lo largo de mi vida he pasado por etapas en las que he tenido que afrontar procesos de salud complicados. El año que cumplí 22 años de edad fue uno de los más complejos. Mis idas y venidas a hospitales y a urgencias eran el pan de cada día. Cuál fue mi sorpresa al toparme con consultas que tenían más de inquisidoras que de sanitarias. Sin hacerme entrevista previa siquiera, solo por el hecho de estar delgada, presentar anemia y, por supuesto, ser mujer, llegaron a insinuarme que padecía algún tipo de trastorno alimenticio. Me aseguraron que era muy común en las jovencitas hoy en día, que querían encajar en los cánones de belleza. Mi impotencia y rabia eran tales que no sabía cómo sentirme. Su actitud fue de regañina, juicio e infantilización, culpabilizándome de mis problemas de salud. Finalmente, tras numerosos estudios más exhaustivos, después de varios meses y de pasar por diferentes consultas, buscando soluciones y otras opiniones, me diagnosticaron

una enfermedad crónica digestiva. Aquello era extrapolable a no ser capaz de digerir todas las injusticias con las que me iba topando. Tenía una dolencia catalogada de autoinmune, en la que son mis propias defensas las que me atacan. ¿Paradójico, no?

El modelo cultural también influye en cómo nos escuchan y nos atienden los servicios sanitarios. Nuestras «quejas» o «malestares» son interpretados, con frecuencia, como trastornos mentales que se tratan con medicación como única solución. Se obvia que el malestar puede ser una respuesta emocional normal a las difíciles condiciones en las que vivimos (Cuaderno nº7 para la salud de las mujeres, 2020).

Ante todo esto ¿es casualidad que las mujeres dupliquemos los datos de depresión y ansiedad? ¿Cómo se ven afectadas nuestras emociones y autoestima ante este tipo de trato y prácticas? Es, cuando menos, agotador: es extenuante. Y es que estamos cansadas, muy cansadas de que no nos crean, cansadas de luchar, cansadas de hacer continuos esfuerzos hasta rompernos, cansadas de llevar la carga y el peso de los cuidados, de la sobrecarga de roles y, sobre todo, a pesar de todo ello, de no ser nunca suficientes, de que minimicen nuestro dolor y testimonio, de que se dude de nuestra verdad. En *El libro de las lágrimas*, Heather Christie escribe que «a veces se llora solo por estar cansada ¿solo por eso?, ¿te parece poco?».

Muevo ficha. Esta vez es el turno del peón, la pieza en apariencia más trabajadora. Antiguamente, esta pieza solo podía ser intercambiada por una dama, debido a que era considerada débil para la batalla.

No obstante, a medida que pasó el tiempo, la dama se fue haciendo cada vez más fuerte y poderosa, hasta el punto de conseguir cambiar las reglas del juego. Desde entonces, el peón puede ser ascendido a reina, torre, dama o caballo.

La escritora Nuria Varela opina que «nos hemos hecho mayores y no nos gusta lo que vemos. Es tiempo de nuestra propia reacción. Hemos sido hormigas. Ya es hora de que nos toque ser cigarras». Es tiempo de parar, pensarnos, analizarnos y reflexionar. Es necesario para cuidarnos, pero ¿podemos realmente hacerlo?, ¿nos es permitido?

En 2018, el lema del 8 marzo fue: «si nosotras paramos, se para el mundo». Fue un momento histórico en el que pronunciamos que nos dábamos por fin cuenta de toda nuestra capacidad y valía, y que, además, ya no estábamos dispuestas a seguir callándonos. Queríamos reivindicar lo que nos pertenecía y queríamos hacerlo más unidas que nunca; el día de las mujeres trabajadoras: ¿cuándo mejor, si no? En realidad, era el día de las mujeres, porque todas las mujeres somos incansables trabajadoras. Lo tenemos tan interiorizado que lo hacemos hasta llegar al desbordamiento, al desdoblamiento. Entonces, nos culpan de nuevo por «haber parado antes». ¿Es la nuestra una sociedad de consumo o una sociedad que nos consume? Consumo de nuestros cuerpos y nuestras mentes, desviando el foco de atención de lo realmente importante: nosotras mismas. Somos máquinas, cada vez más reemplazadas por otras máquinas de avanzados engranajes tecnológicos y sofisticados. Si no nos

comportamos como tal, somos sustituidas por ellas y nos sacan del mercado.

«Tienes que ser fuerte, tienes que luchar y, en medio de todo esto, no dejes de producir, tampoco te quejes». «Consumir, producir, ponerme guapa para ti», como dice aquella canción. Somos las «valeparatodo» o, en una expresión más coloquial: «valemos pa' un roto y pa' un descosío». Pero el terrible resultado de todo esto es que nos convertimos en un campo de batalla, en una eterna guerra por el querer y no poder, hasta acabar exhaustas, rotas en cuerpo y alma, desgastadas física y mentalmente. Recupero las palabras de María Zambrano: «¿acaso para verse hay que haberse ya consumido?. Vivir es ir a tientas, palpando ese oscuro ser que habita en nosotras. Nadie me habló nunca de aquello que gemía dentro de mí, nadie me dijo que yo vivía encerrada, y ha hecho falta».

Me toca mover ficha, pero no quiero utilizar mi caballo, porque a veces siento que es mi propio caballo de Troya, el que me hace traicionarme a mí misma. Parece como si tuviera que decidir entre serle fiel a las presiones sociales o a mí. Y a veces me resulta tan difícil como prácticamente imposible elegirme como primera opción. Menuda locura, cuánta contradicción. ¿Cómo vamos a querernos así? ¿Cómo vamos a cuidarnos?

Es como si el mundo fuera mucho más rápido y de repente no pudiera seguir el ritmo; como si se viera todo a través de una cámara rápida, en vivos destellos de colores, y yo en cámara lenta, en blanco y negro. Pero no puedo permitirme parar, aunque mi cuerpo

me lo grita a voces, manifestándolo de diversas maneras. Tampoco me puedo quejar, hay que estar positiva y feliz siempre, eso es lo que está aceptado; lo contrario, socialmente, sería motivo de estigma y exclusión.

Es incómodo ver a alguien que muestra no encontrarse bien, que se cuestiona las cosas. Silencio. Máscaras, luces, cámara y acción. Solo que no sé cuál es la cámara que me enfoca. Me siento desenfocada, el tablero entero se tambalea como si de un terremoto se tratara, haciendo temblar todos sus cimientos. No sé ni cómo soy realmente, ni qué pensar al intentar actuar como todo el mundo quiere, sin incomodar a nadie con mis quejas y lamentos.

¿Quedamos en tablas? Qué ganas tengo de parar el cronómetro del juego para siempre, de aislarme en una especie de límite atemporal, o de limbo que me proteja automáticamente de todo: «tablas por ahogamiento», se dice.

Muevo ficha. Estoy llegando al final de la partida y la cosa se pone fea. Llegada a este punto solo tengo ganas de coger mi torre de marfil y encerrarme en ella, estar a salvo de todo. No quiero jugar más. Nunca podré llegar a la categoría de rey, que acapara toda la atención del juego, aun siendo la reina la que recibe, esquivo y afronta todos los ataques y amenazas, la que recibe realmente todos los jaques. Todo parece un complot para acabar con la reina, para que se quede paralizada en espera de ser salvada, sin que se percate de que puede hacerlo sola, junto con otras reinas; de que puede convertirse en la ficha que prefiera, porque puede ser lo que ella decida ser.

Qué ganas, dice Alejandra Pizarnik, «de no hacer nada, de estar me sentada cuarenta años con mis visiones viejas y polvorientas, con los malditos recuerdos que mi memoria ofrenda. Ganas de no ver nunca más a nadie. De no tener amigos. De atreverme a aceptar lo que amo: la soledad y el silencio». Pero entonces, perdería todas las batallas libradas de un plumazo. Sería un completo jaque mate a mi reina y habría una guerrera menos. Así que, aún agotada, vuelvo a cogerla y a colocarla en posición de defensa, pero también de ataque, por mí, por las que han venido antes y por las que vienen detrás. Porque siempre se ha sabido que la reina no era la ficha más débil, sino todo lo contrario. Pero se han encargado de que no nos percatemos de ello porque, entonces, seríamos conscientes de que tenemos el poder de cambiar las reglas del juego.

*Movimiento final:*

Pero un día supe mirar un rostro que llevaba contemplando días enteros desde hacía años y de repente lo vi por primera vez: dejé que mostrara su rostro más perfecto y érase la nueva vez, por fin me dejé sorprender. En aquel momento, no tenía hambre ni sed, sólo tenía paz, me sentía tan ligera, que casi caí en el olvido, y de repente me encuentro allí, en su espacio, estoy en su proximidad, soy proximidad y el rostro se eleva (Hélène Cixous, *La risa de la medusa*).

Esta es mi mejor arma, la que me ayuda a seguir en el campo de batalla y a ganar las partidas libradas una y otra vez, mordiendo el veneno de las brujas para mantenerme viva.

# **Frutos del pensamiento**

TALLER DE ESCRITURA CREATIVA

‘MUJERES Y ENSAYO’

2020



## **Autoras**



~ **Rosario Alcantarilla**

Estudié arquitectura y conseguí acabarla cuando descubrí la vertiente más social de esta profesión. Con casi cuarenta años de trayectoria vital como lectora nunca me había puesto a escribir hasta que entré a formar parte de este grupo.

Hace ocho años regresé a mi pueblo, desde donde tejo redes con personas de aquí y allá, con quienes comparto inquietudes. Mi mirada y mi voz aportan una perspectiva ecofeminista.

~ **Encarni Ariza**

Nací en Sevilla el 22 de febrero de 1975 y vivo en La Puebla de los Infantes. Después del bachillerato y de unos cuantos años sin estudiar, decidí matricularme en la universidad y hacer la carrera de Educación Social, la cual me ha ayudado a comprender más la sociedad en la que vivimos y me acompaña en mi profesión. Me ayuda a inspirarme en la escritura, afición que tengo desde que aprendí a trazar las primeras letras, y también me incita a reflexionar. Es a través de este taller donde he aprendido sobre el ensayo como texto literario; ahora estas reflexiones pueden ser leídas por otras mujeres.

~ ***Carmen Vázquez Bando***

Crecí rodeada de libros. Trabajé rodeada de libros (no existía internet; por no haber, no había ni ordenadores). Y así viví y así seguí.

Nunca he escrito más que diarios. Ahora que la memoria me sabotea la vida, pensé que tal vez al intentar escribir de forma más consciente pondría un poco de orden, si no en mi vida, en mis pensamientos. Así que me apunté a un taller de escritura: de ensayo, que nadie sabe lo que es eso; que podía haber sido de crochet, que también es muy ordenadito, pero es que nunca supe dónde están la izquierda y la derecha. Y este es el resultado.

~ ***Marina Pérez Delgado***

Soy una trabajadora social de profesión, con alma de antropóloga feminista. Desde que una amiga me regaló por mi cumpleaños un libro con una dedicatoria que reivindicaba la visibilización de los escritos de las mujeres en la historia, quedé tan fascinada que ya no pude parar de leerlas. Hace unos meses, soñando con convertirme, algún día, en una de esas referentes a las que otras leen e inspiran, me lancé por fin a esta aventura laberíntica del ensayo creativo. ¿Cuál fue el resultado? Mis textos publicados en este libro. ¿Quién me lo iba a decir? Desde entonces, siempre regalo a mis amigas, por sus cumpleaños, lecturas escritas por mujeres con esa misma dedicatoria reveladora. Intento hacerles el mismo regalo que me hicieron a mí, uno de los más importantes de mi vida: mi voz. Porque la historia no puede escribirse sin nosotras.

~ **María Esquitin**

Soy la que tiene la certeza de que necesitamos una sociedad más justa y equitativa, con espíritu crítico para lograr nuestras metas; favoreciendo la autoregulación y prescindiendo de una clase política que sólo lastra al conjunto de la población a la pobreza, al caos y al colapso: social, económico y ambiental, en beneficio de las grandes corporaciones cuyo poder adquisitivo les otorga el privilegio, que no derecho, para sobreponerse a todo aquello que provocan y que, al resto, nos terminará afectando.

Soy la amiga de las que no quisieron tener criaturas, la prima de las que sí las quisieron tener ellas solas, la hermana de las que las tuvieron en pareja.

La sobrina de la que vive engañada por su marido.

Soy la hija de la que casi matan.

La vecina de la que violaron.

Soy la madre de la semilla de futuro que va creciendo con conciencia ambiental, feminista y sin estereotipos de género.

Soy a la que miran a las tetas y no a los ojos.

Soy a la que despidieron por quedarse embarazada; a la que no cogieron por tener un hijo, a la que no consideraron por no tener un marido...

Soy a la que conocen por no callarse, *siempre haciendo preguntas*; soy a la que recuerdan que las rubias son tontas, *¿la inteligencia es un color?* Yo soy siempre diferente, pero siempre igual, con matices que cambian. Cualquier hombre diría: *eres mujer*.

Estas son las razones de luchar contra todas las desigualdades, los miserables que las promueven y las miserias que provocan, con la única arma que poseo: la palabra.

Soy María Esquitín.

~ ***Bienvenida Gala***

Enfermera, antrópologa, feminista y curiosa en versión maestro liendre. Lectora empedernida, acumulo libros por encima de mi esperanza de vida. Esta ha sido mi primera aproximación a la escritura más allá de la redacción de textos científicos y me atrevo nada más y nada menos que con el ensayo narrativo, ¿quién dijo miedo?

~ ***Eva Manzano***

Provengo de una familia extensa donde abundan las mujeres con voces fuertes, en reuniones como aquellas. Quizá por eso pronto me daría cuenta de que la Historia que me enseñaban en la facultad no podía estar hecha solo de las hazañas de los hombres y me empeñé en sacar a la luz las historias de ellas. Tampoco en lo que respecta a la Literatura me sirvieron las narraciones de ellos como único canon posible. Desde entonces, también descubro y leo principalmente a autoras. Este hallazgo de una genealogía literaria femenina hizo que empezara a soñar con mi propia escritura, como la voz que podía ser liberada de aquel cuaderno guardado en un cajón.

~ **Edith Mora Ordóñez**

Entre viajes y lecturas me convertí en «nómade», mudando de cuerpo, de pensamientos, de casa. Luego vino la escritura, la constante búsqueda en el laberinto. Disfruto moverme con la habitación a cuestas, explorar a tientas en el bosque literario de las mujeres y trazar con ellas nuestros mapas invisibles. Escritora y profesora de literatura. Autora de los libros de ensayo *Las alas doradas de Bruno Schulz* (Armas y Letras, 2015) y *Lugares para huir de la oscuridad* (Diputación de Jaén, 2018), XVII Premio de Escritores Noveles de la Diputación de Jaén. Becaria del Fondo Nacional para la Cultura y las Artes en «Ensayo creativo» (México, 2012/2017). Doctora en Literatura y Comunicación por la Universidad de Sevilla.

~ **Elena Pentinel de la Chica**

Mi pasión por la literatura comenzó bastante pronto, en mi niñez y se prolongó hasta llevarme a estudiar Filología Hispánica allá por los 90, de manera que pudiera seguir sumergiéndome en lo que más me gustaba, la lectura. No fui muy consciente de que mis admiradísimos escritores a los que yo leía con entusiasmo eran todos hombres, si bien, me los hicieron comprender y disfrutar mayoritariamente mujeres, profesoras cultas y eruditas que me abrieron al mundo literario desde la secundaria. Mucho más tarde comenzaría a cuestionarme el porqué de la ausencia o invisibilidad de la mujer creadora. Las nuevas generaciones jóvenes (mis hijas, por ejemplo) fueron las que me hicieron reparar en esta anormalidad del

mundo literario (así como de otros muchos mundos). Y empecé a descubrir a grandísimas autoras, bien del pasado silenciado, bien del presente mucho más equitativo. Desde esta nueva perspectiva intenté aprender algo y sumar mi voz -aunque pequeña- al torrente de voces femeninas que crean una nueva visión del mundo, ya imparable.



“Este libro es una madeja de cuerpos y pensamientos abriéndose paso en medio del bosque. Es fruto del encuentro de nueve mujeres atraídas por la curiosidad, la tentación de las palabras, el deseo de resolver un enigma, pero, sobre todo, la voluntad de fortalecer la propia voz.”

*Edith Mora Ordóñez*

