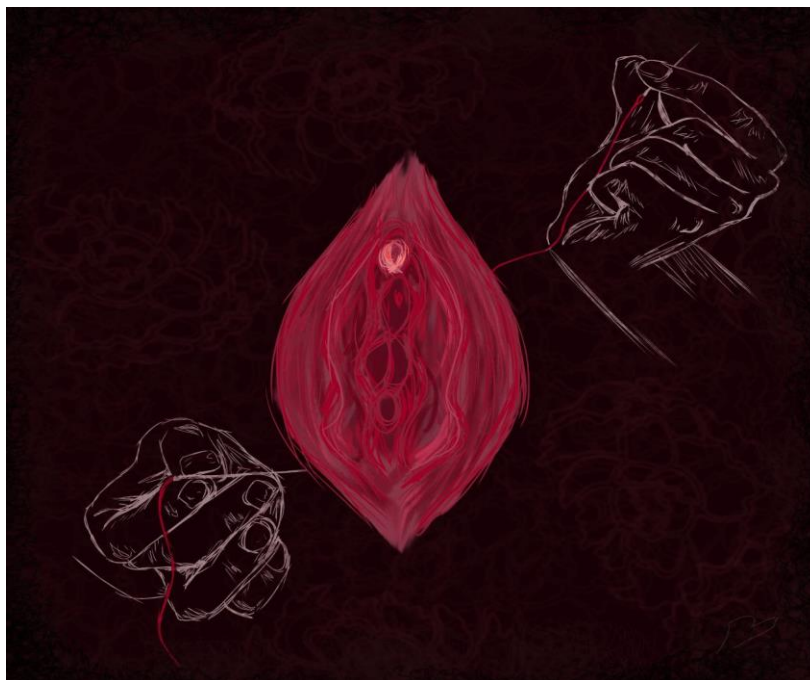


Trabajo fin de curso

Inviolable:

De la pena a la restitución tras una vivencia de
abuso sexual



Alumna: Tania Aneiros Hermida

Tutora: Carmen Yago Alonso

ÍNDICE

1. La pregunta que abre camino. Breve introducción al tema	2
2. Idealización y falta de medida: de la madre a la figura masculina en la relación de pareja 4	
3. Falta de medida y palabra: la mudez y el silencio ante el sufrimiento del abuso sexual y violación	6
4. Del síntoma al sentido de la ansiedad y la depresión en el duelo femenino	11
5. La potencia creadora y creativa de la rabia, y la restitución de la pena	15
6. La inviolabilidad femenina y la justicia simbólica más allá de la ley	18
7. Palabras finales. Nombrar para ordenar	23
Bibliografía	25

*Un hilo puede tejer
La soga que llevas al cuello;
El nudo que aprieta tu corazón;
La costura que cierra tus labios,
te saca el aire del pecho,
y te deja sin voz...*

1. La pregunta que abre camino. Breve introducción al tema

En el primer año, escribí sobre la idealización materna, al darme cuenta de que había un gran nudo en la relación con mi madre, que no había alcanzado a deshacer y que no entendía por qué lo había vivido como lo había hecho en su momento. Gracias a ese primer año en Duoda, y al trabajo de escritura realizado a lo largo de las lecciones, me di cuenta de dónde estaba el origen de ese nudo, la idealización que había hecho de mi madre toda la vida, sin darme cuenta. Al finalizar ese trabajo, acabé también de liberarnos a ambas de esa idealización, y con el tiempo me percaté de que ello me había facilitado darme cuenta de que también había idealizado otras relaciones y personas en mi vida, las cuales también fue más sencillo dejar de idealizar una vez había dejado de hacerlo con mi madre.

Leyendo una de las lecciones de Carmen Yago en la materia de *Psicología de la libertad femenina*, me interpeló la siguiente afirmación que ella hacía:

“La idealización, la creación de una representación moldeada a gusto de quien la concibe, tiene poco que ver con el encuentro desde el reconocimiento de lo diferente de sí; idealización que cuando la otra no cumple [...] es sustituida por el desprecio y la venganza. El amor, que no es amor, se transforma en violencia.”¹

Yo le explicaba en mi respuesta a esa lección, que en ese trabajo de fin de curso, donde escribí sobre la idealización hacia mi madre, sí reflejé esto que ella explicaba, lo identifiqué y reconocí en ese tipo de idealización. Pero lo que en realidad me interpelaba, era precisamente que no reconocía este mismo hecho en la idealización que había hecho de mi expareja masculina, persona que abusó de mí sexualmente, y de la cual yo cree una imagen que nada que ver tenía con la realidad y lo vivido durante la relación, hecho del cual no me pude dar cuenta y destapar hasta dos años más tarde de la ruptura. Entonces lo que yo le escribí fue esto:

¹ Yago, C. *La gracia del no en la relación de amor* [Lección de la materia *Psicología de la libertad femenina*], Máster en La política de las mujeres, Universitat de Barcelona, 2025.

“En ambos casos hay una idealización, pero pienso que nada que ver tiene la una con la otra, aunque puedan estar relacionadas. Al mismo tiempo, así como tus palabras tienen sentido para mí en cuanto a la idealización de la madre u otra mujer, siento que no lo tiene si pienso en la idealización que yo hice de este hombre (o por lo menos no todavía). Entonces, ¿qué pasa en esta idealización hacia la figura masculina?, ¿qué tiene que ver con la idealización a la madre o la falta de autoridad y medida femenina?, ¿es tan determinante para silenciarnos ante vivencias de violencia?”

Se abrieron en mí numerosas interrogantes alrededor de este tema, y se me señalaba un nudo muy grande, el cual hasta ahora se había manifestado con una inquietud a la que no conseguía dar respuesta; trabajando con mi psicóloga sobre este tema, ella me preguntaba por qué creía que a veces, a pesar de la violencia vivida, nos cuesta tanto salir de la situación y romper el silencio, y yo no era capaz de dar una respuesta basada en mi experiencia, no era capaz de entender por qué me había ocurrido a mí, y todas las respuestas en las que se suelen pensar en estos casos, me parecían insuficientes. Sentía que había un vacío enorme, un espacio al que le faltaba mucho sentido, y no era capaz de encontrarlo.

Así que esta lección de Carmen Yago, este fragmento que me interpeló, tendió un puente en ese vacío y me dio guía para empezar a deshacer todo este nudo. Empecé, por lo tanto, reflexionando sobre ello, y a modo de primer paso, elaboré una serie de afirmaciones con lo que me decía mi intuición, que me servirían más tarde para ir desarrollando el hilo en torno a esta experiencia. Dichas afirmaciones establecen la base para el desarrollo de cada uno de los ejes en los que he dividido este trabajo, y, por lo tanto, he decidido encabezar cada uno de ellos con la o las que le corresponden. Al mismo tiempo, me he apoyado en distintas autoras y sus obras, aquellas en las que he encontrado medida para nombrar mi experiencia, devolviéndome la orientación en ese vacío que identificaba.

En consecuencia, he tramado este trabajo de escritura, donde pongo palabras a mi experiencia de violación, explicando(me) su relación con la idealización materna y la falta de orden simbólico, pasando por el dolor que este causa y cómo lo viví, buscándole sentido, y terminando al final con la capacidad femenina de restituir y hacer justicia en este tipo de vivencias desde nuestra diferencia sexual. Todo ello para hacer visible cómo el cuerpo y la palabra de una mujer pueden atravesar la violencia, encontrar mediaciones y abrir caminos de libertad.

2. Idealización y falta de medida: de la madre a la figura masculina en la relación de pareja

Hipótesis

La ruptura de la idealización materna permite el inicio de desmoronamiento de otras idealizaciones sostenidas desde la infancia, incluso la amorosa heterosexual.

La idealización materna y la de pareja heterosexual no tienen el mismo origen ni la misma función: la primera nace de una necesidad de sostén simbólico cuando es posible que exista un vacío, la segunda puede responder a un intento de repetir inconscientemente ese sostén -aun cuando no es posible sustituirla- y a menudo se da en vínculos atravesados por desigualdad o el abuso.

Como ya expliqué brevemente en la introducción, cuando escribí sobre la idealización materna y de la mía particular, me di cuenta de que durante años evité mirar lo negativo de nuestro vínculo por miedo a que, reconocerlo sería perderla a ella, porque reconocer que mi madre no era perfecta me hacía sentir perdida y me devolvía una imagen de vulnerabilidad de ella, pero también de mí misma. Era una forma, por lo tanto, de protegernos a ambas.

Fue el recurso que encontré cuando era pequeña, ante una vivencia de carencia de protección por su parte, y la necesidad de cuidar a quien sentía que no podía cuidarme, pero debía hacerlo. Esta estrategia se mantuvo durante años, prácticamente hasta mi juventud, y ese esfuerzo por sostener dicha imagen fue una forma de negar su singularidad, de no reconocerla enteramente, con su haz y su envés, luces y sombras incluidas.

Al idealizar a la madre, se le niega la autoridad que tiene, pues, tal y como indica Diana Sartori², no reconocer su sombra es mantenernos atrapadas en la tentación del bien, y además no permite una práctica de libertad real.

Después de desmontar la idealización de mi madre y de nuestra relación, se me abre la posibilidad de reconocer (y desmontar también) la idealización que había creado en torno a una figura masculina, mi expareja. Sin embargo, aunque sí que siento que están directamente relacionadas, no tienen ni el mismo origen, ni la misma función, ni el mismo impacto.

² Sartori, D. *Entre el deseo y la realidad. La tentación del bien*. 2004, p.104

Retomando el origen de la idealización materna, esta se produce como estrategia de supervivencia de la propia hija, pues es la madre la que da la palabra, la que da medida del mundo, y por lo tanto la niña necesita ese simbólico que la madre le proporciona, el materno. Cuando este falta o no es reconocida por la hija (entendiendo también que el orden masculino niega la genealogía femenina, la autoridad y la palabra de la madre), esta misma necesita crear esa imagen de su madre, para no caer en un vacío simbólico.

Tal y como explica Diana Sartori³, la relación de autoridad con la madre es la primera autoridad, la libertad está vinculada al reconocimiento de dicha autoridad, y la idealización está relacionada con una resistencia al reconocimiento de ella.

Sin esa relación no hay una mediación real, -ni con el mundo, ni con saber estar en él, ni con nosotras mismas, ni en otras relaciones- pues ella viene siempre antes⁴. Mantenerme en el lado de lo positivo únicamente, en relación con la figura materna, en lugar de sostenerme verdaderamente (aunque esa fue mi necesidad al verla así), me creó una gran falta de sentido, y, por tanto, un vacío simbólico.

Cuando esa medida femenina está ausente, tal y como explica Veronika Mariaux⁵, esta se sitúa en la medida masculina, mirando a la madre desde ese punto de vista masculino, dando más importancia al padre u otros hombres, y negándole a ella su autoridad. Romper con la madre y tomar como medida la masculina, no hace a la hija tener autonomía y libertad real, pues esta solo sucede si se aleja de ella teniéndola presente.

Como ya he introducido antes, la idealización de la madre y la idealización de la figura masculina no tienen el mismo origen ni la misma función. Teniendo en cuenta lo anterior, la idealización de la figura masculina, en mi caso de la pareja que tuve en aquel momento, estaba relacionada con la falta de medida y de autoridad reconocida a mi madre, la falta de un orden simbólico materno. No se trató de una sustitución, no como la búsqueda de una madre simbólica ante la falta de reconocimiento de una madre, sino que, ante una falta de medida femenina, busqué una medida externa, me volví hacia la medida masculina.

La diferencia radica en que, la idealización materna, aunque también dañina, se genera por la necesidad de construir el sentido y orden no percibidos a riesgo de no ser auténtico. Aun así, cuando esta se prolonga a la vida adulta, como me ocurrió a mí, es posible desmontarla con un

³ Sartori, D. 2004, p.110

⁴ Sartori, D. *Un vínculo sin legado*. 2002, p.66

⁵ Mariaux, V. *Tener presente a la madre*. 1994, p. 153

proceso de separación simbólica, reconociendo a la madre como mujer, toda ella. En mi caso, como así desarrollé en el trabajo de fin de curso del año pasado, necesité dejar de ignorar las vivencias particulares de mi madre al margen de su ser madre, reconocer sus vivencias antes y aparte de mí, y sobre todo reconocer que ella también podía ser vulnerable o que había vivido situaciones de violencia que también la afectaban, dejando de ver esto únicamente desde la óptica de la fortaleza y resistencia absoluta, y reconociendo su dolor.

Por el contrario, la idealización de la pareja masculina, como es en este caso, no es solo un intento de reproducción de la falta materna de llenar un vacío simbólico, sino que además se convierte en una constatación de esa falta y vacío, y del intento del patriarcado por sustituir a la figura materna y hacer que sea la del padre la que ocupe su lugar, uno que no puede ocupar ni le corresponde. Es por esto por lo que, cuando esta segunda idealización tiene lugar, sabiendo que la madre no es sustituible, se establece una dinámica condicionada por la estructura patriarcal y desde una posición ya subordinada, haciendo que, si no se reconoce y se deshace dicha idealización, esta misma lógica se puede manifestar en futuras relaciones de forma reiterada.

Sin embargo, aunque sí es posible restituir el orden simbólico materno a través de la relación con la madre, de deshacer esa idealización, no es posible hacer lo mismo con la idealización masculina si no se lleva a cabo esa restitución previa de orden simbólico. Por lo tanto, una idealización tiene que ver con la otra, en el sentido en el que la idealización hacia la figura masculina se da por la falta de orden simbólico materno, y solo si se rompe la idealización materna, se puede romper esta también. Romper la idealización materna, permite, por lo tanto, salir de otras creadas, porque se restituye el orden simbólico. Aunque no el único, es el primer paso para ello.

3. Falta de medida y palabra: la mudez y el silencio ante el sufrimiento del abuso sexual y violación

Hipótesis

La experiencia del abuso y su negación pueden estar sostenidas por el deseo de no quebrar la imagen idealizada del otro, así como con la dificultad de asumir el daño sin orden simbólico previo y su restitución.

Ha habido todo un proceso, interno y externo, en mi experiencia con el abuso sexual o violación, no solo cuando ocurrió, sino después de él, sobre todo después de él. No puedo decir qué es lo

que más pesa de todo ello, porque hay muchas cosas que pesan de él, muchas cosas que arrastran y se arrastran, muchas que se viven y se piensan, como para decidir cuál es más determinante o destacable. Sin embargo, sí que pienso que lo más duro del abuso no es el abuso en sí, el momento de la violación, sino todo lo que viene después. Lo más duro del abuso es la forma en la que tu ser se resquebraja poco a poco, desde lugares distintos, la forma en la que tienes que volver a unirlo todo, a encontrarte entre todo el dolor, y a nombrarlo.

Viví muchas cosas después de él y derivadas de él, desde seguir con la persona que me había dañado y sabiendo de qué manera lo había hecho, pasando por la mudez y la desorientación, por la ruptura del vínculo después y su consiguiente fase de ansiedad y depresión por el trauma vivido. Pasé por la rabia desmedida, por la sensación de haber vivido una mentira, por la culpa con sus diferentes formas -y formas insospechadas-, por la vergüenza, el miedo, el dolor y las pesadillas. Hay muchas cosas dentro de una experiencia de violación y abuso, y la mayoría de ellas no ocurren en ese mismo momento.

Una de mis constantes fue el silencio y la incertidumbre de este. El no saber, no entender, cómo era posible que no me hubiese marchado, que no hubiese dicho nada, y el no encontrar las palabras para explicar, hasta hoy, la razón de todo ello. Mi culpa no abordaba la sensación de sentir que yo hubiese permitido que pasara, pues yo sabía que tal acto de violencia no era mi culpa bajo ningún concepto ni justificación. Mi culpa pasaba por la falta de palabras para explicar, y explicarme, por qué todo se sucedió así a posteriori, por qué no lo nombré, por qué no me reconocí ahí, por qué no se lo confié a mis amigas. En mi proceso de escritura de hace dos meses, escribí una entrada en mi diario, que trata de explicar -o por lo menos entender- todo esto. Decía así:

Hay [...] una gran incompreensión sobre por qué no lo saqué antes, por qué lo quise mantener en mi vida, por qué lo llamé amor. La rabia me echaba en cara haber hecho todo eso, cuando lo tenía todo tan “claro”: “Si no niegas ni dudas de lo que pasó ¿Por qué no te fuiste ni cuando te fuiste?”

[...] la culpa siempre me acompañó en todo esto, aunque no de la forma que creí, porque no la sentía con respecto a lo que me hizo, sino por no haberme ido después. No me quise perdonar por haber querido perdonarlo. No entendía qué estaba haciendo mi cerebro con todo esto.

Cuando se lo conté a mis amigas lloré por primera vez. Creo que, por una parte, me avergonzaba por haberme quedado, con mi personalidad y mis ideas, pero sobre todo me avergonzaba de que lo que decía en aquel momento, cuando nadie lo sabía y yo sí, no coincidía

con mi hacer. Había una incoherencia terrible para mi cabeza allí, y cuando la destapé tenía mucho arrepentimiento. No lloré solo por el acto en sí, lloré por quedarme después de él.

Y en realidad es esta falta de orientación, de palabra, lo que me mueve añadir este punto, pues el porqué de todo, me lleva a la idealización, pero también a la falta de palabras para nombrar, que genera un grandísimo dolor en una -en mí-, así como una falta de movimiento.

Montserrat Guntín⁶ explica, sobre la compulsión de la heterosexualidad, que esta afecta a los sentimientos, el pensamiento y la palabra de la mujer que la vive, dando como resultado la incapacidad de hacer todo ello sin recurrir a la medida masculina, por un significante ajeno a ella misma. Al mismo tiempo, esto se da por una base previamente fisurada, la falta de la madre. Se llena esa falta materna con el hombre. Una busca -falsa- restitución materna en esta figura masculina.

Considero que es aquí donde entra toda la cuestión de la idealización a la figura masculina, que mencionaba antes, relacionada con la idealización a la madre, que se traduce esencialmente en la falta de orden simbólico materno y de una medida real.

Hay dos formas de silencio y de incapacidad de nombrar, para mí, distintas en la experiencia del abuso y violación. En primer lugar, está el silencio “intencionado”, ese por el cual yo siento la culpa. Existe una idealización a la pareja, ya formada y muy consolidada, que es necesaria y a la que complementa el silencio del abuso, pues nombrar el abuso rompe la idealización y lo que ella sostiene también. Señalar el abuso señala la falta de orden simbólico, el silencio se vuelve necesario para no sentir la pérdida de una misma y de todo lo construido para sostener(se).

Candela Valle⁷ explica que no decir el sentir verdadero es consecuencia de una prohibición, la de no decirlo, porque al acceder a ese sentir, se cree que puede pasar algo terrible, así pues, se calla. El silencio, no nombrar lo que ocurría, no escuchar mi sentir y no manifestarlo como tal, era la opción que inconscientemente consideré más idónea, pues lo contrario, lo que para mí era “lo terrible”, era deshacer toda esa imagen idealizada, afrontar la realidad, y entonces llegar al fondo del asunto, que era todo mi desorden.

No había en mí, miedo a nombrarlo por la credibilidad, por sentir que lo había permitido, por el juicio. Mi silencio estaba medido por la necesidad de no hacer latente el desorden que

⁶ Guntín, M. *Heterosexualidad compulsiva*. 2004, p. 32

⁷ Valle, C. *Decir lo indecible. Escuchar lo verdadero*. 2019, p.69

manejaba, por no señalar la falta de orden y la imagen que tenía también de mí misma. Porque no hay nada más doloroso o difícil de asumir, seguramente, que la falta de sentido propio. El silencio era mi herramienta para no afrontar la pérdida de mí misma, pues cuando algo así ocurre, una no puede saberse sin desmoronarse por dentro, y el impacto que ello supone, es inasumible para una.

Al mismo tiempo, y experimentado en mayor medida después de la ruptura del vínculo, se encuentra el silencio como consecuencia de la falta de palabras o capacidad para nombrar la experiencia. Cuando una mujer es abusada, su dolor no encuentra lugar donde decirse muchas veces, no se tiene acceso simbólico a esa experiencia. Es una falta de orden y de palabras, por ello está relacionada con la idealización al otro también.

El abuso rompe con el -falso- sentido construido en la idealización, y todo se convierte en una pescadilla que se muerde la cola, pues se necesita callar uno para mantener el otro, y al mismo tiempo la aparición de uno desmorona la construcción del otro. Asumir una violación es muy difícil cuando no hay elaboración de un orden simbólico, cuando la madre no está presente, cuando está negada.

Tal y como indica la autora, no se trata en este caso de una lucha entre el sentir y el pensar, sino que se trata de una disociación, una creada por las experiencias vividas y significadas desde la imposibilidad de integrar el sentir verdadero. Dicha disociación se produce cuando no hay posibilidad de expresar el sentir debido a la falta de interlocución, y por ende de integración. Entonces la respuesta está en adaptarse a un entorno al que no es posible adaptarse porque está desordenado.

Dicha interlocución es la da la madre -o quien por ella-, pues es la medida para significar, para encontrar las palabras para decir y expresar el sentir verdadero, sin tenerla presente no se puede nombrar la experiencia. Ocurre aquí todo un enredo: al idealizar a la madre no se la reconoce auténticamente, no se reconoce su autoridad, y es más sencillo que ocurra la idealización de otro también. Al mismo tiempo, no se recibe la palabra dada que permite nombrar el mundo, y, por lo tanto, ante tal experiencia violenta, hay silencio porque no hay orden simbólico donde encontrar las palabras para romperlo, para nombrar, y para entender lo que está ocurriendo. Frente a este panorama, el silencio es la única opción, la única forma que encuentra una de adaptarse al desorden, de no romperse más.

Entran aquí otras dos cuestiones relacionadas con lo anterior. La madre es la que enseña la palabra, pero solo puede enseñar las que conoce, las que a su vez ha aprendido de su madre. El

mundo, la experiencia propia, se aprende a nombrar gracias al don que la madre da a la hija, si la hija no tiene las palabras para nombrar, será, probablemente, porque la madre no ha podido transmitir esas palabras, porque tampoco las tiene de su madre. Al mismo tiempo, como vuelve a mencionar la autora citada anteriormente, las mujeres nos encontramos en el origen en el relato de la violencia, de una estructura que no solo sostiene, sino que también regula la violencia sexual hacia las mujeres, por lo que no solo la hija se ve envuelta en ello, sino que la madre también, ella también es influida por ese desorden, lo que complica la tarea de proteger y transmitir una enseñanza diferente a la hija, que le sirva como puente.

Me di cuenta, al dejar de idealizar a mi madre, que ella es una persona complaciente, que mi abuela también lo es, y, por tanto, esto se ha ido transmitiendo de madre a hija en mi genealogía materna. Ya no solo se trata del desorden simbólico, sino de que yo aprendí a complacer de mi madre, a dejar que se sobrepasaran mis límites y necesidades, a no hacer sentir mal al otro, aunque eso significase daño para mí misma. Este aprendizaje es inconsciente, igual que lo es la transmisión de madre a hija, pues evidentemente una madre no quiere para su hija algo doloroso, pero cuando una no tiene palabras para nombrarlo en su propia experiencia, no puede transmitírselas a la otra. Al mismo tiempo, resistirse a esto, salir de esa situación de complacencia, supone transgredir la enseñanza materna, lo que puede llegar a percibirse, aunque no de forma literal, como una traición de desobediencia simbólica a la madre.

Sumado a esto, y siguiendo la línea de la idealización y la tentación del bien que ya he comentado y sobre la que escribe Diana Sartori⁸, una niega el negativo de su madre, lo obvia, lo encajona, y esto puede ocurrir también cuando reconocemos en nosotras mismas herencia de lo negativo de ella. Yo tenía a mi madre por intocable, necesitaba que lo fuese, por lo tanto, cuando se evidenciaba que no lo era, lo obviaba, despreciaba esa parte de ella porque me señalaba mi propia vulnerabilidad, me señalaba que yo tampoco era invencible, que a veces la violencia masculina también me alcanzaba. Qué dificultad contradictoria se presenta en esta estrategia de la hija, que es la mía propia, cuando veo en mi hacer, en mi propia experiencia, aquello que tanto quise negar de la de mi madre, y entonces como no es asumible, la obviamos nuevamente, la ignoramos, aunque esté pasando y aunque esté dañando.

Lo que salva y devuelve ese orden es, en primer lugar, desidealizar a la madre, para poder así dejar de caer en la del otro, y reconocerla a ella y su autoridad. Cuando se la niega, se corta el

⁸ Sartori, D. 2004.

hilo de transmisión simbólica, pues el lenguaje puede ser interrumpido, por ende, es necesario volver a él.

Hablar, decir la experiencia propia, desengranarla y reconocerla en su verdad es importante, pues así somos capaces de salir del velo de la idealización, y también del silencio. Tomar la palabra no es solo hablar, es volver a enlazarse con la transmisión materna que en su momento no fue reconocida, es un gesto de contratación simbólica, nombrar la propia experiencia con palabras verdaderas y, por lo tanto, volver a nuestro orden simbólico. Como bien dice Diana Sartori⁹, la función autorizadora de la relación materna es constitutiva de la libertad, al nombrar lo vivido se sale del silencio, autorizamos la lengua dada y recuperamos sentido, haciendo posible la restitución.

4. Del síntoma al sentido de la ansiedad y la depresión en el duelo femenino

Hipótesis

La ansiedad y la depresión, más que una patología individual, son también expresión de un duelo simbólico en el cuerpo femenino: una respuesta al quiebre del vínculo con una misma tras una pérdida de sentido, que abre camino a la restitución simbólica si es escuchada desde la diferencia sexual.

En la primera práctica que hice para la materia de *La poesía de la experiencia según Emily Dickinson*, escribí, de forma poética, que la depresión es eso que ninguna quiere vivir ni padecer, pero que, sin embargo, siempre viene a decirnos algo. Personalmente, me costó bastante llegar a esta conclusión en mi propio proceso.

Un año y poco después de haber roto la relación que tenía con mi abusador, decidí contarle a mi psicóloga lo que me había hecho, la primera vez que decidí romper el silencio, sabiendo que esto marcaba todo un giro, aunque nunca me imaginé la magnitud que tendría. Apenas un par de meses después de verbalizarlo con ella primero, y con mis amigas después (mi madre ya lo sabía, pero no de esa forma tan explícita, tan grave, pues se lo conté con las palabras que tenía cuando aún estaba disociada), empecé a transitar una etapa ansioso-depresiva.

Lo primero que llegó para mí, fue la ansiedad. Se manifestó primeramente como un dolor en la boca del estómago, que no se iba comiendo ni dejando de comer, que no se iba con medicina

⁹ Sartori, D. 2002, p. 62

ni con probióticos, que me acompañaba desde que amanecía hasta que me acostaba otra vez. Estuve así una semana, y a lo largo de ella fui perdiendo poco a poco el ánimo, y poco a poco empecé a tener los primeros pensamientos ansiosos y catastróficos, todos en torno a la enfermedad. Me imaginaba que mi dolor sería por un cáncer, una torsión, una bacteria muy fuerte, una infección, todos pensamientos desmesurados que no podía controlar, aunque sabía que no tenían razón de ser.

El último día de esa semana (pero no del dolor), me eché a llorar con mi madre, no podía más, y nos dimos cuenta de que, lo que parecía un inocente dolor estomacal, era en realidad la ansiedad llamando a mi puerta. La primera etapa fue la más dura, pues tuve que estar una semana y media esperando por una medicación, y en ese período lo que sentía era un ahogo constante, sentía que necesitaba salir corriendo, huir, que alguien me salvara, y ni siquiera sabía decir exactamente de dónde o de qué. No encontraba ningún lugar donde sentirme mejor. Me aferraba a mi madre, a la compañía de mis amigas, con la esperanza de que pudiesen calmar mis miedos, y no era así. Vivía con el pensamiento constante y muy real de que me iba a morir, de que en cualquier momento se me iba a escapar la vida entre bocanadas, y no sabía por qué.

A la ansiedad la sucedió la depresión, y no porque se fuese una y llegase otra, sino porque se sumó a nuestra fiesta particular. Lloraba todos los días; de dolor, de rabia, de pena, de frustración, de cansancio. Todo me superaba, a veces cosas como hacerme la cena o recoger mi propia habitación se volvía totalmente abrumador y físicamente imposible. Me hacía un chequeo constante, donde me afirmaba a mí misma “todavía me gusta mi vida, tengo una buena vida”, pues no encontraba la ilusión y los deseos de hacer nada, lo que me interesaba y me impulsaba ya no lo hacía, y temía que en algún momento las cosas empezasen a dejar de tener tanto sentido como para desear dejar de vivir. Llegué a pedirle a mi madre, presa del miedo a lo desconocido, que, si en algún momento le decía que no quería seguir viviendo, que no me creyese, que hiciese lo que tuviese que hacer, que me internara si hacía falta, pero que no me dejase irme porque en el fondo no era lo que deseaba. Claramente, esto era fruto del miedo exacerbado, del miedo a lo desconocido y a la enfermedad, pues mi depresión no llegaba ni llegaría hasta ese punto.

Al principio me ponía límites, pensaba que en dos o tres meses ya estaría bien otra vez, pues mi psicóloga me había dicho que era una etapa ansioso-depresiva, y yo me tomé el término a conveniencia: no me quería permitir más de dos o tres meses así, yo debía sanar en ese período, lo contrario me indicaba que no sería capaz de sanar en absoluto, que no había forma de

resolverme. Mi cuerpo también falló en ese período, en esos tres primeros meses, sobre todo: tuve mi primera desregulación de menstruación de toda mi vida, el dolor estomacal no se iba en absoluto, no era capaz de ir al baño de forma regular sin la ayuda de un laxante prescrito médicamente. Problemas que en realidad son menores, y que son una forma que tuvo mi cuerpo de parar, de dedicar su energía a lo importante, de decirme que había que tomarse tiempo, pero con la ansiedad acompañándome, yo solo era capaz de ver que me estaba enfermando gravemente y que todo iría a peor.

Fue, sin duda alguna, el período más doloroso de mi vida, más oscuro y desesperante, y al que aún le tengo respeto, pues aunque infinitamente mejor y en mejora, sigo en tratamiento, y temo las recaídas.

Todo este dolor, que es dolor del alma corporal, lo interpreté desde el principio como la respuesta al trauma del abuso, no tuve dudas de eso y así se me manifestó a lo largo del proceso. Entre mis llantos se encontraba el sentimiento de culpa, de desengaño, el asco nauseabundo al acto, el odio a quien dijo quererme. Lloré desconsolada durante meses entre los brazos de mi madre, y grité de dolor, literalmente, como nunca lo había hecho antes.

A pesar de todo, conseguí dar un salto a este dolor, significarlo, entenderlo e incluso acogerlo. La cultura y el lenguaje masculino, nos dice que la ansiedad y la depresión son meros diagnósticos, y se nos trata con mucha frecuencia y abundancia desde lo farmacológico, y aunque no voy a decir que no es necesario, diré que no tiene sentido entender estos trastornos como algo abstracto que se puede sacar con algo tan superficial como un medicamento. Mantengo, desde mi experiencia y desde este lado de claridad actual, que estas dolencias son dolencias del alma corporal, que esta manifiesta para decir algo, para asimilar lo no asimilado, incluso siento que puede nombrarse como una forma mal entendida y gestionada de protegernos (y esto lo asocio también al hecho de que, mientras no estuve a salvo no se manifestaron en mí, pues ya tenía demasiado y necesitaba salir de la situación en la que estaba. Cuando estuve preparada y a salvo para asimilar todo, entonces sí se permitió mi cuerpo padecer todo esto). El cuerpo manifiesta cuando la palabra no llega, y no todo es el dolor físico.

Leer sobre la experiencia de Laura Mora, aunque en planos distintos, ha sido muy acogedor para mí en este sentido. Como ella bien dice, somos un todo y no es posible separar el cuerpo de la experiencia¹⁰, y yo añado que, por lo tanto, el sentir tampoco, y como bien dice ella, al cuerpo no hay quien lo calle. Ella misma tuvo una revelación sobre su enfermedad y sobre su

¹⁰ Mora, L. *Mi enfermedad, mi cuerpo, mi libertad*. 2006, p. 32

vivencia, que yo también comparto, y es que entender la enfermedad desde un lugar distinto en el pensamiento, permite transitarla de mejor manera.

En este sentido yo he hecho un par de lecturas sobre mi dolor. En primer lugar, y como ya se dejó ver con lo que expliqué en el punto anterior, la pena (así llamo yo a esta etapa atravesada), es en primer lugar una respuesta a la pérdida simbólica, a la pérdida de sentido de una misma y del derrumbe interno que esto conlleva. Esto es muy delicado, porque leído así, si no se entiende bien el dolor -la pena- si, como dice Laura Mora, no se entiende la enfermedad desde un lugar otro, si no se encuentra las palabras para nombrarlo y significarlo, entonces puede seguir trayendo desorden.

El dolor se manifiesta en el cuerpo (incluso cuando es psíquico, porque seguimos siendo cuerpo), cuando la palabra no llega para nombrar, y tal como indiqué en el punto anterior, la pena se manifestó en mí por la necesidad de nombrar la violencia vivida, de asimilarla, y no encontrar las palabras para nombrarla adecuadamente por la falta de simbólico materno.

Por el otro lado, y basándome en mi experiencia e interpretación personal, la pena viene para decirte que pares, que es hora de frenar y escucharte de una vez, de escuchar tu sentir, de vivir de acuerdo a él, de hacerle justicia y restituir. El sufrimiento se convierte así, en algo más que mero dolor, en un duelo con sentido, que comunica, y que incluso puede y me aventuro a afirmar, que es el puente para esa restitución necesaria del sentido de sí.

Candela Valle¹¹, explica que, lo que llama el error y que es la forma de nombrar al síntoma en la medicina, es un lenguaje de ti a ti, que señala un saber que está de siempre en nosotras, y que en ese momento tiene algo que decir, y para llegar a una entonces se debe hacer caso, porque la lengua ajena no nos va a servir para ello. Explica, lo cual comparto y es lo que quiero dar a entender aquí, que el error (en mi caso, la pena) puede estar marcando el inicio del camino hacia una misma, un primer contacto con el sentir propio, un lenguaje que nos dice algo en nuestra propia lengua, la de cada una particularmente.

Entonces, ¿qué me dice mi pena?, en primer lugar, que tengo que frenar, volver a mí, y volver a mi lengua materna para nombrar mi experiencia, que ya es el momento de hacerlo. En segundo lugar, me trae los sentimientos que debían ser asimilados y no lo fueron, me traen el miedo (como puede ser el peligro que se sintió en el abuso, pero no fue exteriorizado ni escuchado), me traen la rabia por lo vivido, el asco de lo sucedido, y me traen la tristeza absoluta como una

¹¹ Valle, C. *Psicología en femenino*. 2015, p.121

manifestación de pérdida de mí misma (que no es literal, sino un signo de desorientación que debe ser reparado con la calma). La pena me saca de la disociación en la que me encontraba al principio, me obliga a sentir, a sentirlo todo y aunque duela, porque es lo que hacemos y necesitamos hacer nosotras, y lo que se necesita hacer para sanar: sentir. La pena es, al fin y al cabo, el lenguaje de un duelo no narrado.

En todo este proceso, lo más importante para mí fue la compañía de mi madre. Vivimos juntas, y ella fue la que me acompañó desde el principio en todo este dolor, me vio transformarme en todas mis fases, y me mantuvo a flote. Aquí surgió algo muy bonito y que es necesario nombrar. La pena me permitió, entre otras cosas, entender mejor a mi madre en la suya, pues ella también la padeció años atrás, y aún sigue en tratamiento. Me permitió acercarme a mi madre y su sentir, a entender muchas de nuestras conversaciones pasadas, a entender sus dolencias, incluso a entender mejor sus ritmos. Por otro lado, fue la relación con ella, y su presencia, la que me ayudó a seguir adelante, pues ella me daba autoridad al reconocer sin dudar ni un poco, que era capaz de soportar y transitar el dolor que me atrapaba, y al mismo tiempo yo la autorizaba a ella al creer sus palabras incluso cuando no me veía capaz yo, pues ella me describía con honestidad lo que pasaba y lo que pasaría, pero siempre guiándome a la luz y confiando en que llegaría a ella.

Con este punto, lo que quiero dar a entender es que, aunque haya temor y dolor en el sufrimiento femenino, aunque se hace cuesta arriba y muchas veces es gravísimo, este tiene algo que viene a decir, ir al origen de ese sentir y salir de la categorización clínica como único propósito, es lo que nos da el sentido y la fuerza para transitarlo mejor y para poder superarlo, pues necesitamos medida para nombrar, y el dolor también necesita ser nombrado.

5. La potencia creadora y creativa de la rabia, y la restitución de la pena

Hipótesis

La rabia y el dolor, en una situación de duelo, se vuelven lugares fecundos para el pensamiento y la creación femenina, a partir de su vínculo con la restitución del sentido y la palabra

Uno de los métodos que me recomendó mi querida psicóloga para sacar de dentro el miedo exacerbado y la tristeza infinita que me dejaba la pena, fue escribirlo. Dejar plasmado el dolor tal cual llegaba cuando llegaba, después cerrar la libreta donde lo escribiese y no volver a ello

ni física ni psíquicamente hasta el día siguiente. Se trataba de dedicarle, solamente, quince minutos al día a mis pensamientos rumiantes, vomitarlos, y luego ya no más, mantener el bosta en la boca hasta el día siguiente. Dicho así parece ineficaz, quizás, simple para mucha gente, pero es de las cosas -entre otros ejercicios del estilo- que más me ayudaron a resistir y no estancarme. Escribir.

Además, en el segundo año del máster, gracias a Elena Álvarez y de la mano de Emily Dickinson, descubrí que yo también podía escribir desde un lenguaje poético, que me gustaba, y que me curaba.

Cuando la pena ya no era tan paralizante, descubrí en sentimientos como la rabia o el dolor profundo, una potencialidad creativa inmensa, que además me ayudaba en mi proceso. Y a su vez, esto me llevó a generar movimientos y deseos de fundar (un poemario sobre mi experiencia, un pequeño cuaderno ilustrado también).

Empecé a leer a otras mujeres en estos ámbitos también, a poner más atención a sus canciones, a observar mejor sus obras pictóricas, y me di cuenta de que a las mujeres la pena bien dirigida les sirve también como potencia creativa que genera movimientos dentro de una, y que al mismo tiempo puede inspirar a otras, a entrar en relación con ellas, a sentirse acompañadas también.

Sin embargo, me gustaría coger esto que digo con cuidado y explicarlo con más profundidad, pues la rabia no es de por sí creativa, la rabia mal gestionada, la rabia sin un orden simbólico, sin una orientación clara, puede consumir a una. El dolor también. Esto se ve muy bien, a mi parecer, en el enfoque de la miseria femenina y el feminismo de la igualdad, lo veo en mi propia experiencia cuando buscaba mi libertad en él. Cuando no hay un orden simbólico, cuando no estamos encarnadas en lo que hacemos, cuando nuestro ser sexuado y nuestro placer no están en el centro, la rabia consume, porque no le damos ningún tipo de salida. Absorbemos todo el mal de la cultura masculina, lo hacemos nuestro, y no le damos salida a la rabia, y cuando lo hacemos es una rabia mal gestionada que nada tiene que ver con el placer, pues no nos lleva a él, no nos da libertad ninguna, y no tiene capacidad de restitución.

Esta rabia fue el primer tipo de rabia que experimenté en esta etapa que estoy desarrollando aquí, pues todavía no había encontrado palabras para nombrar, no encontraba el sentido por ninguna parte, y tenía una gran desorientación que hasta me capturaba la mente. Esta rabia me consumía totalmente, me absorbía la energía, me tenía amargada y llena de ira durante todo el día. Recuerdo que lo que más le decía a mi madre cuando hablaba de esto era: “es que es como si tuviese algo que no me puedo sacar, y quiero sacármelo, pero ni siquiera sé cómo, y por

mucho que hablo y hablo de lo que me molesta, es como si no se fuese a ir nunca”. Era como una espina que sabes que está clavada muy hondo, pero no sabes cuanto, ni dónde, ni cómo sacarla.

Mi querida psicóloga siempre dice que la rabia tiene mucha potencia, es la que te ayuda a impulsar el movimiento, el cambio, y de alguna forma, a asimilar el impacto del dolor. No la entendí, no era capaz de entender cómo eso que me consumía podía estar ayudándome en nada. Fue más adelante cuando me di cuenta, pero para ello necesité encontrar palabra y empezar a nombrar mi experiencia desde mí, para ver su potencialidad. La rabia sí me ayudaba a encontrar sentido, me permitió expresarme y encontrar nuevas formas de expresar, y es un impulso muy grande para crear cosas nuevas.

Donatella Francci, en la primera lección de la materia *La novedad fértil. Experiencia femenina y prácticas artísticas*¹², habló sobre la artista Lygia Clark, la cual creía inconcebible la imposibilidad de expresarse, y creía en su práctica artística como una forma de reparación. Inmediatamente después a esto, Donatella escribió “*Si no nos expresamos, enfermamos*”¹³, y es justo a esto a lo que me refiero. La rabia contenida habla de una incapacidad para expresarse, y, por el contrario, la rabia bien dirigida, tiene la capacidad de liberarnos, de ser fuente creativa femenina.

Donatella vuelve a explicar en *La creatividad que pasea entre el arte y la vida*¹⁴, desde su experiencia personal con su madre, de la necesidad de activar la energía creativa de una para poder expresar las experiencias que vive, exteriorizarlas, y buscar las palabras y las formas para compartirlas con otras. Explica, que esto permite crear restituciones y desarrollar recursos inesperados.

Sin embargo, ¿por qué he decidido yo hablar de la rabia, cuando puede haber otras energías creativas en la pena? Pienso que la rabia es una gran incomprendida, es rechazada mucho más que otras emociones nombradas como negativas, se estanca en el cuerpo por no saber cómo usarla, como sentirla.

Audre Lorde¹⁵, cuando habla sobre la ira, dice que cuando una mujer la siente y se queda estancada en el interior de una, puede ser como una bomba sin estallar, sin embargo, cuando

¹² Francci, D. *La novedad fértil* [Lección de la materia *La novedad fértil. Experiencia femenina y prácticas artísticas*], Máster en La política de las mujeres, Universitat de Barcelona, 2025.

¹³ Francci, D. 2025, p. 3

¹⁴ Francci, D. 2011, p. 27

¹⁵ Lorde, A. *La hermana, la extranjera*. 2003, p. 141

esa ira se expresa puede ser un acto de clarificación liberador, siendo que está cargada de energía e información. Aquí debo hacer dos matices: en primer lugar, aclarar que la rabia y la ira no son lo mismo, pero traigo aquí las palabras de Lorde porque siento que esta sensación, que es visceral, explica bien su potencialidad creativa. En segundo lugar, la autora habla de usar la ira para la lucha, para la oposición a la opresión desde la postura del feminismo de la igualdad, sin embargo, yo entiendo la potencialidad de la rabia como un movimiento hacia dentro y desde una, con una creatividad al servicio de la libertad femenina.

La rabia que se vive en la pena puede ser una forma creativa de restitución de una misma cuando se ha podido restituir el orden simbólico materno. Es una fuente de guía de la palabra, de expresión del sentir y de la experiencia encarnada, permite encontrar la voz propia y ser fiel a nuestra verdad, que es sexuada en femenino.

Esto es lo que pude yo reconocer en la mía, un lugar y una forma de expresar mi dolor, mi enfado, y de restituir el daño causado a partir de la creatividad, que en mi caso personal fue el arte plástico, y la poesía. En definitiva, la palabra desde la herida, desde la rabia, en este caso, es palabra verdadera, que busca decir lo propio, valorar la experiencia y compartirla en relación.

6. La inviolabilidad femenina y la justicia simbólica más allá de la ley

Hipótesis

La justicia simbólica, por encima de la ley, puede ser más eficaz en la restitución del daño que los marcos institucionales de la cultura masculina, que no recogen la dimensión experiencial de un cuerpo sexuado en femenino y tras vivir una situación traumática

El concepto de virginidad, desde el pensamiento de la diferencia, puede resignificar una integridad de sí, una zona simbólica protegida y defendida ante el daño, y que reaparece como potencia tras la ruptura de la idealización y después de una situación de violencia sexual

Muy de la mano de esta creatividad, y también hacia esa restitución del daño, está la justicia desde la libertad femenina, que aprendí del pensamiento de la diferencia y donde pude reconocirme después de esta experiencia y de haberla aprendido de distintas mujeres de Duoda.

Cuando empecé a desengranar toda esta vivencia, y a explorar mi sentir con mi querida psicóloga (de la cual, quiero mencionar, aunque ya hablé de ella en el punto anterior, que mi vínculo con ella, por el cual estoy agradecida también, ha sido fundamental para llegar a este punto), hablábamos sobre la rabia, la venganza, y todas estas cuestiones que a las víctimas se nos puede censurar en nuestro sentir.

No es que yo le hablase a mi psicóloga sobre mis deseos sobre ella, sino todo lo contrario; a pesar de que todavía sentía en mí esta rabia excesiva no dirigida, no sentía que la venganza fuese para mí. Este diálogo se dio debido a que yo estaba asombrada de mi sentir, pues antes de haber sufrido este tipo de violencia tan extrema, cuando he escuchado de mujeres violentadas (sobre todo repetidamente a lo largo de los años, por ejemplo, por sus parejas hombres), que han decidido actuar en respuesta desde la rabia o el deseo de venganza, no he podido ni he querido cuestionarlas ni juzgarlas, pues ante este tipo de experiencias hay gestos que no justifico, pero que tampoco condeno, y yo misma pensaba en ese momento que quizás, aunque desde la tranquilidad no lo sentía así, podría ser una de esas mujeres dado el caso. Sin embargo, cuando ese momento acabó llegando, no solo no la elegía, sino que sentía que “no me servía”.

Estas fueron mis palabras cuando así se lo expresé a mi psicóloga, y a partir de ahí, ella con una mente muy abierta y desde el espacio acogedor que había creado, me lo cuestionó de cierta forma por considerar -interpreto ahora yo, sabiendo que esto, en realidad, habría que preguntárselo a ella- que, al ser un acto cuestionable, podría estar diciéndolo falsamente, o sintiéndome culpable por pensarlo de ser el caso. Me dio el espacio para que pudiese expresar, hasta el final, mi rabia, y escuchar todo lo que pudiese querer hacer como consecuencia de lo sufrido, sin embargo, yo me mantuve en mi decisión. Ella me preguntó “¿No crees que haya nada que pueda darte alivio?, quizás algo más simple, como exponerlo públicamente, o gritarle lo que se te ocurra, contárselo a su familia y amigos, etc. ¿nada así?”

Quizás creyó que tenía rabia contenida que no estaba dejando salir, y por eso me dio el espacio para ser “violenta”, sin embargo, aun con toda la rabia de lo injusto, le dije que no, que nada de eso me aliviaría, que me imaginaba haciendo todo eso, que me he imaginado haciendo muchas cosas al respecto, y sentía que ninguna servía para nada.

Hablamos entonces de la ley, y de la posibilidad, si hubiese tenido pruebas tangibles (no las tenía, pues había ocurrido en lo doméstico de nuestra relación, y mientras yo dormía y hasta que él se daba cuenta de que ya no lo estaba), de interponer una denuncia. Le dije que eso

tampoco me servía, pues aun en el caso ideal de que se me escuchase, el proceso era demasiado terrible para una, y aun imaginándome con un resultado favorable, este tampoco me decía nada.

Esta cuestión se la escribí a Laura Mora en una de las lecciones de la asignatura *Un derecho del deseo, un derecho sexuado*, y me di cuenta, mientras iba escribiendo y después de haber leído sus palabras sobre el Derecho y el derecho¹⁶, que lo que yo necesitaba precisamente era que esa justicia partiese de mí, y todo lo que se me estaba proponiendo o en lo que estaba pensando era una justicia que venía de fuera, por eso no me casaba.

Clara Jourdan¹⁷, explica que el problema no está en la falta de derechos, sino en la dependencia de ellos. El Derecho puede convertirse, y de hecho se convierte muchas veces, tal y como dice ella, en una barrera simbólica para la libertad femenina.

A pesar de que el Derecho es considerado una mediación universal, se trata de una mediación puramente masculina, una mediación entre ellos. Las mujeres no cabemos en el Derecho por el hecho de que se funda en el principio de igualdad, por tanto, cómo va este a tener en cuenta y encontrar justicia efectiva para las mujeres, para mí y mi vivencia, si ni siquiera tiene en cuenta mi diferencia sexual. Y mucho menos se le puede pedir a un Derecho que durante mucho tiempo incluso ha legitimado la violencia contra las mujeres, y de una forma u otra lo sigue haciendo.

Se pretende que las mujeres, tal y como indica María Milagros Rivera¹⁸, nos adaptemos a los derechos del hombre y los acojamos como propios, y añado yo, incluso cuando las leyes que se establecen van, supuestamente, dirigidas a nuestra protección y bienestar.

Es justamente esto lo que hace que todo mi ser me diga que no es por aquí por donde voy a encontrar paz o justicia, porque esa no es la mía y además juega en mi contra. No tengo la necesidad de pasar por todo un proceso judicial, donde necesito pruebas muy concretas y veraces (que por mi experiencia ya ni poseo), que se pondrán en duda una y otra vez a costa de mi dolor, para que un tercero diga y decida si mi experiencia es verdadera o no y juzgue si merezco compensación o castigo. No tiene sentido, para mí no.

Habla Francesca Llodrá, del corte de la diferencia en la ley, por el cual no se busca el derecho femenino en la norma y no se niega tampoco por su omisión, sino que se ve por “desviación de

¹⁶ Mora, L. *Un derecho en lengua corriente* [Lección de la materia *Un derecho del deseo, un derecho sexuado*], Máster en La política de las mujeres, Universitat de Barcelona, 2025.

¹⁷ Jourdan, C. *Cuando el derecho se convierte en una barrera simbólica*. 2006, p.22

¹⁸ Rivera, M.M. *¿Es posible una revolución simbólica femenina y feminista del Derecho?* 2019, p. 56

la dicotomía legal”¹⁹. Se trata de resolver el conflicto sin que todo deba pasar por la ley. Lo que Margarita Porete llamó el “por encima de la ley”²⁰.

Ana Silva, en una de las lecciones de la materia *La Justicia de las tres Madres*²¹, habla del placer que encontramos las mujeres en la palabra justa, que también salva y redime, y es fiel a la experiencia. La menciono porque considero que es algo muy importante, indispensable, cuando una mujer hace justicia partiendo de sí misma, y porque precisamente es lo que me salvó a mí.

No encuentro lugar en el Derecho, porque no lo tengo, y puedo aprovecharme precisamente de esto para hacer un corte, encontrar las grietas. Al mismo tiempo, me reconozco la suficiente autoridad para saber que mi palabra no necesita ser aprobada por nadie más, tampoco mi experiencia, y así me autorizan otras cuando la cuento.

Por lo tanto, mi forma de encontrar y hacer justicia ha estado muy lejos del Derecho, ha pasado por contar a mis amigas y familiares más queridas, y que tenía conocimiento de la relación que había tenido con este hombre, lo que en realidad era él y lo que me había hecho, con toda claridad y sin miedo. Y ellas no dudaron ni por un segundo de lo que les estaba contando ni me exigieron ningún porqué al momento en el que tomé mis decisiones o cómo actué a lo largo de la relación y a pesar de la violación vivida.

En segundo lugar, decidí darle salida a mi creatividad y a lo que había encontrado en la poesía, dando luz a la idea de crear un poemario donde relatar la cronología del proceso ansioso-depresivo, mis sentires durante él, y señalar contundentemente lo que este hombre había hecho. De esta forma puedo nombrar por fin mi experiencia, de la forma en la que lo necesito y me ha servido para drenar el dolor, puedo señalar a esta persona y lo que hizo sin que las leyes se vengan en mi contra, pues se trata de escritura poética, y al mismo tiempo puedo acompañar a otras con mis versos, crear el espacio donde puedan encontrarse y sentirse acompañadas.

Otro de los puntos que toqué con relación a esta vivencia, pero esta vez en la materia de *La poesía de la experiencia según Emily Dickinson*²², fue sobre la virginidad, cómo se vive después

¹⁹ Llodrá, F. El vínculo que guía, a pesar de lo legislado. 2021, p. 60

²⁰ Porete, M. El espejo de las almas simples. 2005.

²¹ Silva, A. *Nuestras Oraciones más eficaces que las leyes* [Lección de la materia *La Justicia de las Tres Madres*], Máster en La política de las mujeres, Universitat de Barcelona, 2024.

²² Materia de *La poesía de la experiencia Según Emily Dickinson*, Máster en La política de las mujeres, Universitat de Barcelona, 2025.

de una violación y de toda la ruptura interior que sucede, le hablé de cómo la entendía y había vivido yo en este sentido.

Antonietta Potente, en la lección sobre la Virginidad de la materia de *Mística. Experiencia del andar profundo*²³, explica que esta es la libertad originaria de las mujeres, inspirando estilos de vida libres, actos de fundación y nacimientos sin coito, y nos permite volver al sentido originario. Tal y como dice Antonietta, las mujeres nacemos y permanecemos vírgenes.

En relación con esto último, Maria-Milagros Rivera²⁴, también dice, que toda mujer puede permanecer virgen y también clitorica a lo largo de su vida, habiendo sido o no madre, habiendo sufrido o no violencia sexual.

Se trata de una cuestión, por lo tanto, de independencia simbólica, de no ceder, de saber precisamente dónde se encuentra nuestro placer y libertad. Es una forma de estar en el mundo siendo fiel a una misma y su deseo, y una puede mantenerse virgen incluso después de ser violentada, precisamente porque es capaz de volver a sí misma, restaurar el sentido y hablar desde la verdad.

Entonces, empezaré yendo de lo general a lo concreto, tomando como brújula mi experiencia y mi verdad. La virginidad es una forma de justicia simbólica, pues en una vivencia de violación, la ley del padre lo que hace es tratar de quitar la palabra a una mujer, de reducirla a víctima indefensa y nada más, y sin embargo, no se le puede quitar a una algo que le pertenece por origen, así que cuando una se reconoce virgen, sabe que la ley del padre no tiene tal poder, no la tiene tampoco la violación. Así le escribí yo a Elena Álvarez al respecto en la lección que he mencionado:

“Sigo estando intacta, sigo siendo virgen, porque haga lo que haga, siempre hay una parte muy grande de mí, de toda mujer, que los hombres nunca pueden alcanzar, ni a base de violencia. Y una se tiene que recuperar, pero aun recuperándose, se mantiene virgen, porque un hombre no tiene ese poder de arrebatarse ni estropear nada de una mujer. Por eso pienso que no, aunque nos hayan querido hacer creer que sí, las mujeres no se rompen con la violencia de los hombres, ni cuando les quitan la vida”

²³ Potente, A. *Virginidad. Encumbradamente Libres* [Lección de la materia *Mística. Experiencia del andar profundo*], Máster en La política de las mujeres, Universitat de Barcelona, 2024.

²⁴ Rivera, M.M. *Los Misterios Clitóricos* [Lección de la materia *El placer de las mujeres es ya política*], Máster en La política de las mujeres, Universitat de Barcelona, 2025.

Saberme Virgen, ha sido muy importante para mí después de la violación y durante la pena, porque a pesar de ese dolor y durante todo él, esa frase que se suele usar para las mujeres que han sido violadas, ese estar rotas y sin remedio, dañadas para siempre, no tenía ningún tipo de significado y efecto en mí, sabía que no era así, que nunca lo había sido, precisamente porque contaba con esa orientación. Y esto, salva a una y le permite estar o volver a su sitio.

La justicia simbólica femenina y la virginidad, reconocernos en ella y con ella, me parece clave y esencial para estas vivencias, para la libertad femenina, para la mía propia. Lo contrario habría sido caer en una falta de sentido abismal de la que quizás me habría costado mucho más salir. No habría podido resignificar mi vivencia, restituir todo el dolor, y probablemente me habría regocijado en él. La ley del padre no ordena, desordena, y cuando no hay nada en el Derecho para nosotras, es mejor no acudir a él, encontrar nuestras propias grietas y escuchar nuestro sentir. Y por supuesto, tener claro que la violencia masculina, una violación en este caso, no deja marcada a una, eso es muy propio del discurso de la miseria femenina, que nada tiene que ver con nosotras.

7. Palabras finales. Nombrar para ordenar

Lo que he recogido a lo largo de este trabajo ha sido un tránsito desde la ruptura del sentido y su origen en mi vivencia de una situación de abuso sexual y violación, la mudez y la falta de palabras para nombrarla, y la pena y trauma como consecuencia; al mismo tiempo una mirada distinta al dolor, desde mi propia experiencia, la potencialidad de este y su creatividad, así como la capacidad de restituirlo a través de todo ello.

No ha sido fácil para mí encontrar las palabras para nombrarlo, sin embargo, era justo lo que necesitaba para seguir ordenando, y cada paso me ha llevado a tocar el sentido de mi experiencia desde un lugar verdadero, permitiéndome comprender lo vivido desde el pensamiento de la diferencia y alejada del orden patriarcal, lo que me ha permitido acercarme a todo esto desde otra mirada que no sea sólo la clínica, como se suele hacer ante este tipo de situaciones, y encontrando restitución y respuesta a la violencia masculina alejada de la ley y de la mano de la libertad femenina.

Y al final, el punto fuerte de todo ello es reconocer que se puede encontrar sentido ante una vivencia que desordena tanto y que puede lastimar mucho a una mujer, pero no tiene la capacidad para romperla; que la violencia masculina no define ni marca a una mujer, porque las mujeres somos inviolables y nuestra libertad no depende más que de nosotras mismas y la relación que existe con y entre nosotras.

*...Un hilo puede tejer
La tela que te protege del viento;
Retales para un nuevo vestido;
La costura que sella la herida,
te saca el miedo del cuerpo,
y te repara el dolor.*

Bibliografía

- Francci, D. (2011). La creatividad que pasea entre el arte y la vida. *DUODA Revista d'Estudis Feministes* (41), 26-37.
- Francci, D. *La novedad fértil* [Lección de la materia *La novedad fértil. Experiencia femenina y prácticas artísticas*], Máster en La política de las mujeres, Universitat de Barcelona, curso académico 2024-2025.
- Guntín, M. (2004) Heterosexualidad Compulsiva. *DUODA Revista d'Estudis Feministes* (26), 31-45
- Jourdan, C. (2007) Cuando el derecho se convierte en una barrera simbólica. *DUODA Revista d'Estudis Feministes* (33), 19-26.
- Llodrá, F. (2021) El vínculo que guía, a pesar de lo legislado. *DUODA Revista d'Estudis Feministes*, (60), 90-107.
- Lorde, A. (2003) *La hermana, la extranjera Artículos y conferencias*. Horas y HORAS.
- Mariaux, V. (1994) Tener presente a la madre. *DUODA Revista d'Estudis Feministes* (7), 145-156
- Mora, L. (2006) Mi enfermedad, mi cuerpo, mi libertad. *DUODA Revista d'Estudis Feministes* (31), 31-41
- Mora, L. *Un derecho en lengua corriente* [Lección de la materia *Un derecho del deseo, un derecho sexuado*], Máster en La política de las mujeres, Universitat de Barcelona, curso académico 2024-2025
- Porete, M (2005). *Espejo de las almas simples* (B.Garí, Ed. y Trad.). Icaria
- Potente, A. *Virginidad. Encumbradamente Libres* [Lección de la materia *Mística. Experiencia del andar profundo*], Máster en La política de las mujeres, Universitat de Barcelona, curso académico 2023-2024
- Rivera, M.M. *Los Misterios Clitóricos* [Lección de la materia *El placer de las mujeres es ya política*], Máster en La política de las mujeres, Universitat de Barcelona, curso académico 2024-2025.
- Sartori, D (2002). TEMA MONOGRÁFICO: Diálogos con la madre. Un vínculo sin legado. *DUODA Revista d'Estudis Feministes*(22), 57-74

- Sartori, D (2004). Entre el deseo y la realidad: la tentación del bien. *DUODA Revista d'Estudis Feministes*(27), 89- 107
- Silva, A. *Nuestras Oraciones más eficaces que las leyes* [Lección de la materia *La Justicia de las Tres Madres*], Máster en La política de las mujeres, Universitat de Barcelona, , curso académico 2023-2024
- Valle, C (2015) Entrevista con Candela Valle Blanco por María-Milagros Rivera Garretas. *Psicología en femenino. DUODA Revista d'Estudis Feministes*,(48), 111-130.
- Valle, C (2019) Decir lo indecible. Escuchar lo verdadero. *DUODA Revista d'Estudis Feministes*, (57),64-81.
- Yago, C. *La gracia del no en la relación de amor* [Lección de la materia *Psicología de la libertad femenina*], Máster en La política de las mujeres, Universitat de Barcelona, curso académico 2024-2025