

Universidad de Barcelona

Facultad de Geografía e Historia

Duoda Centro de investigación en Estudios de Mujeres

**PRÁCTICA DE LA RELACIÓN EN PSICOTERAPIA, MI CAMINO A  
LA MEDIDA MATERNA**

**C. Francisca Vidal Echeverría**

**Práctica de la escritura de la diferencia sexual**

**Tutora: Carmen Yago Alonso**

**Curso académico: 2021 - 2022**

## **Práctica de la relación en psicoterapia, mi camino a la medida materna**

### Un largo-corto camino al origen

Cuando me pienso hacia atrás, puedo reconocer un largo tiempo en el que me buscaba. Habitualmente me sentía inadecuada y triste; buscaba fuera donde hallarme, intentando calzar con personas que no me respetaban lo suficiente y haciendo cosas que no me devolvían disfrute real. Creo que por esa falta de mí, estudié psicología; necesitaba entenderme y entender. En la universidad no encontré respuesta ni espacio, ni en su conocimiento, ni con sus personas. Luego de sentir ese fracaso me comprometí a mirarme y sentirme mucho más. Ese sentir fue guía para luego manejarme en las relaciones y ser tratada como yo esperaba, así que partí por ahí, por mí en ellas, y en ese camino mis relaciones y yo cambiamos de forma simultánea y comencé a ser tratada con justicia. Comencé a sentir más seguridad, la que me permitió desenvolverme mejor y sentirme poco a poco más cómoda conmigo misma. Así, hoy me siento auténtica en mis relaciones, que vivo en un constante camino de vuelta hacia mí.

Ha sido importante pensarlo como un camino de vuelta, porque si bien ha sido transformador hacia un presente con libertad en el que puedo hacer y proyectar mis sueños, creo que esta libertad se halla en el origen. En el origen porque he aprendido a nombrar verdaderamente, permitiéndome entender mi experiencia a la luz de mi sentir y darle cabida. En ese hacer coincidencia conmigo misma ya no me equivoco de placer<sup>1</sup>, me mantengo cómoda conmigo a la vez que me relaciono con otras en un espacio de amor, crecimiento y disfrute. Al respecto, rescato para mí las palabras de María Milagros (2020) en las que refiere que ese sentir es origen y origina porque viene de la madre concreta y personal de cada una porque hasta hoy, cuando me encuentro en una encrucijada, pienso en el criterio de mi madre o pido su opinión, quien antes de decir, me pregunta. Así, en esa interlocución hecha en una relación de amor y dispar, me guía y me ayuda a nombrar. Haciendo de la disparidad, motor de crecimiento y creatividad desde el origen.

---

<sup>1</sup> En referencia a equivocarse de orgasmo, término que María Milagros desarrolla profundamente en su libro El placer Femenino es Clitórico

## **Una brecha<sup>2</sup> de vuelta al origen**

Entre tú y yo

Se abre una brecha

Una grieta en mí, lista a ser descubierta

Para ser vista verdaderamente

Nombrada verdaderamente

...Sentida verdaderamente

Que permita relacionarse verdaderamente

Vivir verdaderamente

En el camino de hacer de la relación una práctica durante este máster, he hallado una brecha que me ha dado un hilo del que tirar para mirar mi experiencia con esa luz. Así, he podido reconocer lo que me es propio de lo que no en mi relación conmigo y fuera de mí. Creo que esa autenticidad de mí que se ha ido despejando, se ha extendido por consecuencia a mi quehacer en la psicoterapia. Al respecto, resonaron en mí las palabras de Candela Valle (2019) sobre la vivencia que tuvo en torno a la apertura de dos líneas; una de ellas superficial, en la que recibía el conocimiento universitario; y otra verdadera, en la que lo pasaba por su sentir propio. Estas palabras hicieron sentido en mí porque he notado que, en el entregarme a estar en relación con las mujeres que acompañaba en esa época, había ido aprendiendo a pasar los conocimientos universitarios por mi sentir para reconocer lo verdadero, dado que muchas veces no hacían coincidencia con la experiencia en el acompañar.

Sin notarlo del todo, venía reflexionando sobre la relación en la psicoterapia y en mí como mujer acompañante de mujeres, dado que hoy tengo palabras nuevas para mirarla. Me siento como una cuidadosa exploradora que se sumerge junto a otra, tirando de un hilo que nos lleva al origen de un sentir que, al ser descubierto, puede ser nombrado verdaderamente. Y mientras estaba distraída con la violencia como tema para esta investigación, la guía de la profesora Carmen Yago me devolvió a mis ejercicios, pues naturalmente había comenzado a pensarme en la psicoterapia como parte de una relación

---

<sup>2</sup> Utilizo el término Brecha en el sentido que tiene en mi contexto sociocultural que refiere a una distancia entre dos cosas, abertura, separación. Por ejemplo, con “Brecha social”

que se funda en la disparidad. Por esa razón, escogí reflexionar sobre la práctica de la relación -y la disparidad- en mi psicoterapia, dado que he podido reconocer que en relación he sido sostenida, he crecido y he sido capaz de experimentar la libertad y agencia en el mundo, por lo que la veo como tierra fértil para todo crecimiento. Creo entonces que reconocer la relación como sostenedora en un proceso de psicoterapia puede hacerlo auténtico. Por lo que quisiese reflexionar mi experiencia como acompañante con estas palabras nuevas y que ellas me abran a vivir y pensar una psicoterapia con medida materna, una psicoterapia auténtica que lleve a la libertad.

Mantenerse en relación implica ponerse en juego, implicarse en ella, así lo que es cada una se pone en juego y aporta algo nuevo y diferente a ese espacio que se abre a la creatividad. Por ello he querido partir por mi experiencia al iniciarme como acompañante.

#### La semejanza como primer impulso: ¿Quién se pone en relación?

Siempre tuve el interés de desarrollarme profesionalmente cercana a las mujeres, de alguna forma he reconocido que son fuente de energía y reconocimiento para mí. Cuando partí trabajando pensé que la única opción era incluyéndome en un programa para la *erradicación de la violencia*, dado que la oferta pública existente destinada a las mujeres se asocia íntimamente con ella. En un principio estuve feliz y profundicé en esas teorías sobre *la violencia*, el género y las formas de abordaje, sin embargo, en la medida en que acompañaba me sentía cada vez más incómoda e insegura. A pesar de que las mujeres eran diferentes, los caminos que recorría me parecían similares una y otra vez, mientras me hallaba en muchos momentos en caminos estériles y sin salida que me exigían iniciar uno nuevo. En el momento en que una mujer me contaba su experiencia de maltrato, en mi mente la asociaba con cierto tipo de *violencia* que luego devolvía con esas palabras. En mi interior *supe* luego que ese camino era pedregoso, sin embargo vine a ponerlo en palabras estando en el máster cuando descubrí otros caminos más fértiles.

Para la erradicación de la *violencia* el camino era visibilizar y problematizar, sin embargo me fui dando cuenta que no era verdadero, justamente porque pasaba por mi sentir la experiencia que tenía en ese estar en relación y en el fondo *supe* que no. Esa incomodidad e inseguridad surgía por una evidencia de los sentidos que me llevaba naturalmente y con

placer a dejarme dar, lo que dismantelaba muchos de los aprendizajes universitarios y sobre la *violencia*. Lo primero que abandoné fue el deseo de neutralidad porque acompañando a esas mujeres me hice consciente de que estaba implicada en una relación en la que no era posible ni deseable la neutralidad, dada la existencia innegable de mi diferencia sexual.

En el programa, las mujeres que acudían buscaban habitualmente encontrarse con otra mujer, en ese momento pensábamos diversas explicaciones más elaboradas, pero todas ellas se sostenían en el reconocimiento. Me di cuenta de que yo también estaba implicada y que había una diferencia sexual que era insoslayable y que marcaba algo, incluso en la psicoterapia, pues “nacer en cuerpos de mujer o en cuerpos de hombres crea una manera diferenciada de sentirse” (Valle, 2019, p.68). Ellas reconocían esa diferencia sexual y otorgaban valor a esa semejanza, ahí donde yo la veía sin otorgarle crédito ni hacerla parte.

A esas mujeres, esa semejanza se les hacía necesaria para compartir su experiencia de maltrato, reconocían que mi escucha tenía relación con ser yo una mujer. Porque esa diferencia sexual que compartimos atraviesa todo, justamente porque por ella pasa toda la experiencia, tomo al respecto las palabras de Candela Valle (2019), quien dice que en el cuerpo se guarda la memoria del sentir y del propio ser encarnado, generando desde ahí conocimiento del mundo. En ese gesto de las mujeres, se evidenciaba mi diferencia sexual y se me interpelaba sutilmente por su reconocimiento, se esperaba que yo partiese también de “mi diferencia sexual femenina, que es la que me permite habitar y entender el mundo entero y no sólo una parte” (Mañeru, 2004, p.15), simplemente para la medida completa que buscaban, era necesaria la semejanza con otra mujer.

El que esas mujeres reconocieran una semejanza en mí, fue la primera apertura a un quehacer sexuado. Sentí que habían palabras diferenciadas, que no hay neutro porque algunas son ajenas a la experiencia femenina y que para nombrarla, hacía falta sólo palabras de mujer. Digo sentir, porque esa experiencia que viene hace algunos años era una verdad que habitaba en una intuición para mí y a la que sólo ahora he podido poner nombre. Con esa semejanza, entendiendo que aquella que yo soy se pone en juego en la relación terapéutica en la que yo estoy implicada, y esa diferencia sexual ineludible entrega una potencialidad en el proceso.

Incluir la diferencia sexual para mí, implica dar valor a la relación, pues en nuestro cuerpo existe una predisposición natural a ella, “una manifestación de la diferencia femenina es su capacidad de mantener ligaduras, relaciones” (Mañeru, 2001, p. 88). Nacemos en relación, siendo la primera con nuestra madre, quien con su capacidad creadora nos hace crecer en esa relación dispar. Interactuamos teniendo necesidades y experiencias, de las que ella va haciendo simbólico al nombrar. La práctica de la relación es transformadora en sí, pues sostenida en relación, una persona crece y nombra su experiencia. ¿Cómo se posibilita ese crecimiento? Siento que lo posibilita el que haya semejanza y disparidad. La semejanza, como comenté anteriormente, me abrió una oportunidad de conexión con esas mujeres como lo ha hecho en otras relaciones en la vida, dando la posibilidad de reconocerse en la otra, de esa forma ayuda a sostener esa relación.

### La potencialidad de la disparidad

El ejercicio de pensar a partir de la experiencia a veces se me va, pero procuro volver a él porque siempre me resulta verdadero y revelador. Partí escribiendo sobre el sentido de la disparidad en la psicoterapia como un elemento por sí solo, como algo que viene después en la relación. Sin embargo, al escribir, relación y disparidad se me juntaban nuevamente. Empecinada en mi tarea terminaba cortando, subiendo y bajando partes de un ensayo que a ratos no fluía, resultándome una escritura frustrante y desmembrada por resistirme a lo evidente. Así que lo resolví como debiese resolverse todo, con la evidencia de los sentidos<sup>3</sup>, palabras que resonaron en mí como guía al escucharlas de boca de la profesora María Milagros. Me tomé un segundo, dejé de resistirme y comencé a escribir haciendo caso a mi sentir, por consecuencia mi saber surgió naturalmente y empecé a recordar parte de mi experiencia que confirmaba lo que estaba escribiendo ahora. Me dejé dar con mi reflexión y me dejé escuchar ante lo sutil que se muestra esa evidencia que me lleva a otro lugar que ha sido para mí la respuesta ahora mismo, así como en la vida y como en la psicoterapia. Resolví que no me resulta posible pensar que la relación viniese antes que la disparidad, justamente porque establecemos relaciones *en* la disparidad. En toda relación la hay, como hay semejanza, así que desde mi cuarto intento, no procuré separarlas más.

---

<sup>3</sup> Expresión escuchada de María Milagros y que nombra en su libro “La diferencia sexual en la historia”, 2005, p. 101

Creo que la disparidad se encuentra en cada relación que se mantiene, el punto es reconocerla y descubrirla como una potencialidad y ahí lo transformador de la práctica de la relación. La disparidad hace crecer, porque esa diferencia abre un espacio entre una y otra, que puede hacer de ese intercambio algo creativo si es reconocida. En cada relación tengo una diferencia que me reconoce algún más y algún menos con otra persona a la vez que alguna semejanza. La relación así sostiene un espacio fundado en la diferencia que se haya en medio de ese intercambio, pues cada una entrega en la relación su más, algo nuevo y diferente a la otra que se abre y es transformador en la medida en que produce algo nuevo para ambas, posibilitando nuevas palabras y significados que una se lleva puesto producto de ese intercambio vivo<sup>4</sup>. Vivo por el crecimiento y porque luego de eso hay algo nuevo en la relación que, incluso, hace que disparidad y semejanza puedan ya no ser las mismas, pues no solo son diferentes en cada relación, sino que pueden transformarse a raíz de la creación o el más recibido en ese intercambio en el que una se ha dejado dar.

### La importancia de dejarse dar

Ese dejarse dar es reconocible cuando se pasa la experiencia por el sentir. Aquellos procesos que me dejan contenta luego de una sesión en la que siento que hemos descubierto, nombrado o resuelto, son justamente aquellas en las que ambas nos dejamos dar, son esas mismas las que me van dando seguridad y placer en mi quehacer. Muy por el contrario, cuando me he encontrado en momentos atascada, frustrada o sintiendo que debo rebuscar para descubrir, son aquellas sesiones o procesos en los que una de las dos no se encontraba en esa sintonía. Sin embargo, me parece que incluso en ese momento, se nos ofrece una oportunidad de crecimiento, dado que se evidencia en el sentir ese atasco. Por una parte me invita a mí a revisarme y ver si hay algo de lo que la otra trae de sí, o de lo que abre en la relación que me incomoda o toca para no dejarme dar. Y, por otra parte, nos invita a descubrir qué es lo que sucede con la otra que no puede dejarse dar, aún cuando ha buscado mantener un proceso de psicoterapia que se destina a la búsqueda en una misma. En este momento, me es notorio que en una psicoterapia no puede separarse contenido de relación, pues *en* relación se abren los conflictos, la relación los sostiene e incluso los

---

<sup>4</sup> Concepto de Concepción Jaramillo Guijarro nombrado por Ana Mañeru Méndez en La pedagogía de la diferencia sexual

evidencia en la práctica. Así, en esa misma práctica de nuestro vínculo que nos invita a revisarlo y dar espacio en sesión si es necesario, ofrece una nueva oportunidad de dejarse dar en una relación amorosa y segura, que posibilita esa práctica en otras, así se crece en relación.

Abrirse a esa relación necesita el reconocimiento de la disparidad, pues el crecimiento se encuentra ahí, en “el paso que se abre con la aceptación de la falta, haciéndonos pasar de la opresión de nuestra poquedad a la inagotable riqueza de los intercambios con lo otro, es decir, con todo lo que no somos, no podemos, no sabemos, siguiendo una economía simbólica que está centrada en la relación y que va a la escuela del amor. El amor, ciertamente, no tiene miedo de ser encontrado falto” (Muraro, 2010, p.116). Creo que eso es justamente lo que hizo posible mi aprendizaje, si bien esa experiencia en la que las mujeres reconocían su diferencia sexual buscando una semejanza, ese intercambio estaba fundado en la disparidad, pues ellas reconocían algo que yo no había visto y en esa diferencia me entregaron un más que estuve dispuesta a reconocer y recibir, pues capté en ese acto cotidiano mi falta, esa diferencia me dejaba un aprendizaje que llevo puesto de forma viva hasta hoy, dado que fue ese gesto el que me abrió el camino a dejarme dar poco a poco en la psicoterapia, permitiéndome dejar de pensarla desde el poder y comenzar a valorar ese “Intercambio en el que yo misma estoy en juego, en una relación siempre en contratación, incluso entre una y una misma, en la que circula conocimiento, deseo, amor, de acuerdo con una economía simbólica no patriarcal” (Muraro, 2010, p.106).

### La psicoterapia en lengua materna: un viaje compartido

#### **Navegante de tus profundidades**

Nos juntamos en la orilla

Y me sumerjo en tu mar

Que vas abriendo mientras busco

Tus corrientes me llevan

Y yo me dejo dar

Nado en las profundidades

Buscando camino que me lleve al origen

Cuando encuentro me parece un tesoro

Que cobijo con amor y cuidado

Y te muestro

A la espera de tu calce

O de proseguir la búsqueda

La disparidad que se haya en el seno de la relación tiene valor en sí misma, es la apertura a la creatividad y a todo crecimiento para cada quien que se encuentra en relación, no solo para quien se deja acompañar. Para quien acompaña es oportunidad de crecimiento, pero también una guía en su quehacer, porque pasar la experiencia por el sentir orienta para sostener ahí la brecha que permite el descubrimiento y la creación de sentido. Y quien busca psicoterapia sabe sobre su capacidad transformadora, pues se encuentra en búsqueda de una relación que pueda acompañarle a transformar el significado de su experiencia. Quien se deja acompañar reconoce el más de la otra y se pone en sus manos para dejarse guiar con su medida, mientras una, que es en quien se reconoce esa autoridad, debe disponerse a acompañarla a crecer y encontrar sus propias palabras. Para ello, he tenido que reconocer que no tengo una respuesta ni un saber de antemano, sino más bien tengo que abrirme y confiar en la oportunidad que da lo dual y en que en ese espacio hay que descubrirla.

Naturalmente una se transforma en una sostenedora de la brecha que se abre y guía el camino para descubrir el sentir original y las palabras que lo nombran. Dejarse dar es reconocible porque tiende a la apertura, mantenerme cerquita me indica el hilo del que tirar, pues cuando algo quiere ser desentrañado sólo hace falta abrirse a ello, puede iniciar con un dolor o un conflicto que otorga una posibilidad de descubrir una grieta que puede ser transformadora si una está dispuesta a escucharla, una brecha entre palabras y experiencia de algo que no ha sido nombrado, o no al menos con las palabras propias que otorga una mediación materna. Probablemente una falta de verdad que la otra trae y que una reconoce, o más bien siente y que comienza a mostrarse lentamente cuando te entregas a ella, pues se van abriendo hilos de los que tirar profundizando un camino hasta que queda sensiblemente expuesta, entonces devuelvo las palabras encontradas en esa búsqueda, incluso a veces sólo ordeno una respuesta que ella ha encontrado pero de la que no se ha percatado aún. Al descubierto en ese intercambio verdadero, esa brecha se ha abierto a la

creación de algo nuevo, a la creación de sentido. Para ello, creo que es importante dejarse dar, procuro mantenerme cerquita de quien acompaño para no tapar con explicaciones y en cambio dedicarme a escuchar la verdad de lo que ella trae. Para mí como acompañante, mantenerme en relación permite la escucha, y para quien es acompañada, permite dejarse guiar. Así en relación y en ese vacío que se abre se encuentran las palabras propias y el sentido.

Y en ese intercambio en el que nos hemos dejado dar, se ha creado algo nuevo para ambas: en su caso el sentido y las palabras verdaderas que buscaba, por ejemplo en una experiencia de maltrato; en el mío, la posibilidad de encontrar autenticidad en mi quehacer como acompañante. Palabras y verdades que hoy me han permitido pensar una psicoterapia con medida materna y a ella, vivir una vida más a su medida.

Para ese aprendizaje he tenido que reconocer con humildad la falta -escribí primeramente- sin embargo me he sorprendido yo misma con esas palabras, noté que escribía pensando en parte desde mi formación universitaria. Cuando luego de ese lapso volví a mi experiencia lo pensé mejor y dejé de darle crédito, abandoné la palabra humildad y solo reconocí con más intensidad el hecho de mi diferencia sexual, pues reconocer la falta y la disparidad es parte de la receptividad que entrega esa inscripción de mi cuerpo que se predispone a la relación, pues entregarme a ella ha sido un gesto de autenticidad a pesar de lo aprendido en la universidad, se me ha salido por los poros de forma orgánica. Me doy cuenta en el mirar hacia el presente y el pasado que he reconocido mi falta, y es ella la que me ha permitido volcarme cada vez más a la relación y a mi sentir, siendo mi orientador natural para el conocimiento del mundo y crecimiento en la psicoterapia.

### Sentir para Escuchar verdaderamente

Entregarme a la relación ha sido particularmente revelador para mí en cuanto al maltrato, dado que tenía muy arraigada la forma de entenderlo como violencia. Lo he pensado porque hasta hace poco en algunos ejercicios en los que se tocó el maltrato vi una parte de mí en la miseria, resistiéndose a escuchar verdaderamente mi sentir sobre mi propia experiencia como acompañante. Ese sentir me llevó a escribir, y creo que en el ejercicio de

volver a mirarme como acompañante para el desarrollo de esta reflexión ha encontrado, sin buscarla directamente, su salida.

Pienso hacia atrás en ocasiones en las que en el programa de *erradicación* debíamos ir a ferias libres a hacer difusión, nos pasaba habitualmente que al intentar entregar un volante, las mujeres rehuían de él, aceptaban con incomodidad, o simplemente lo rechazaban. Interpretábamos esa mirada esquiva como un silencio de miedo, dado que un papel como ese podría detonar en una agresión si era descubierto, o incluso como una reticencia a nombrarla para evitar el dolor y la movilización que implica el *darse cuenta*. Después de esa experiencia, acompañando a mujeres desde otro lugar y otros motivos, y así mismo mirando mi experiencia, me he dado cuenta que en el no aceptar ese volante hay una decisión que puede tomarse por motivos más allá del maltrato. Coincido en la reticencia para nombrar la *violencia*, pero no por miedo a reconocerla o por patriarcado, sino justamente estando fuera de él, porque esa palabra *violencia* le es ajena a una mujer. Las mujeres podemos reconocer el maltrato en nuestras vidas, sin embargo tenemos unas formas de nombrarlo, esa indiferencia por nombrar el maltrato como *violencia*, era probablemente por sentir ajena aquella administración que la institución hace del maltrato, ubicándolo preponderante en nuestras vidas como algo que nos identifica. Al no aceptar el volante, una mujer reconocía su independencia, pues no dejaba que el maltrato ocupe toda su vida<sup>5</sup>.

Pienso en esta experiencia por unas palabras que mi madre me hizo un tiempo después luego de invitarla a una charla feminista. Después de agradecerme, ella me dijo que quien exponía mostraba la vida de las mujeres como si sólo hubiese habido maltrato en ella, incluso desde el principio, y que ella no se veía así, pues se sentía una mujer libre, con amor y orgullo en quien es, quien la rodea y lo que hace. Con sus palabras pude ver lo limitante que había sido para mí esa forma de entender el maltrato y comenzó a hacerse más notoria esa incomodidad que venía trayendo en el programa, dado que era un misterio para mí, incluso como mujer acompañante el ver una salida a *la violencia*.

---

5 Término de María Milagros, que hace referencia a *el patriarcado no ha ocupado nunca la vida entera de una mujer, aunque lo haya deseado* nombrado en Emily Dickinson supo hablar del incesto.

## La virtud de las palabras verdaderas

En el programa mucho de lo que hacía se destinaba a visibilizar y problematizar *la violencia*, en ese momento me hallaba en una disputa conmigo, si bien me dejaba dar lo suficiente para que se abriera una grieta entre el conocimiento con poder y la apertura con las mujeres, no era del todo como para reconocer que mi incomodidad venía en su mayoría desde ahí, probablemente me faltaban palabras. Sin embargo, puedo reconocerlo ahora, pues el conocimiento de *la violencia* no exigía que yo pusiese mucho de mí en la relación, mi rol se relacionaba mucho con reconocerla en la experiencia de esas mujeres con esas palabras que había aprendido de un lugar que hoy reconozco que busca asociar y perpetuar la experiencia femenina con el maltrato.

El no dejarme dar del todo no solo me mantuvo a ratos lejos de quien acompañaba, sino que también pensando que la psicoterapia podía convertirse en una relación de poder, dado que el funcionamiento de ese espacio lo hacía fácilmente replicable. Si bien eso me hacía ser cuidadosa con mis palabras, me parecía complejo, puesto que donde hay poder no hay autoridad ni confianza y pensar una psicoterapia así no transforma.

En una relación de maltrato se está expuesta constantemente a situaciones de doble tirón, que “consiste en verte obligada u obligado a creer simultáneamente en dos cosas, dos verdades, contradictorias entre sí” (Rivera, 2020, p.57). Era consciente de que esas situaciones podían alejar progresivamente a una mujer de sí misma, dado que al encontrarse en esa encrucijada y no escuchar lo que dicta su sentir, se aleja un poco de su verdad y también de su placer, y “una mujer sin placer es mucho mas dominable y colonizable que una que no se equivoca de orgasmo, porque la mujer sin placer está debilitada, desorientada y triste” (Rivera, 2020, p.33). Reconocía la importancia de dar medida y de rescatar su sentir entre esas palabras ajenas que había tomado para nombrar su experiencia, reconocía que nombrar verdaderamente permitiría hacer concordancia con su sentir, sin embargo no tenía claro cómo encontrarlas y hacer que abriesen a la libertad.

Me sentía atrapada porque podía reconocer que los caminos que tomaba no desembocaban del todo en transformación o eran más pedregosos de lo necesario. Cuando devolvía a esas mujeres las palabras de la violencia, algunas pudieron hacerse pasar por correctas, algunas mujeres las recibieron como una confirmación de una experiencia que sentían en sus entrañas, sin embargo, un ratito después de caminar me encontraba en la necesidad de abrir otro nuevo camino, dado que de ese no había mucho más que sacar, así, la psicoterapia se encontraba en un limbo entre palabras falsas y verdaderas, como yo en ese programa. Esas palabras estándar que se ofrecen, como “violencia psicológica” o “violencia económica” desmembraban la experiencia de una mujer y la alejaban de su sentir. Establecía una dialéctica con la injusticia que no les devolvía agencia de su propia vida, mas bien, dejaba a una mujer consciente de toda la miseria y de cómo ella se había colado en sus vidas, a la espera de que hiciesen algo por alejarse de quien la perpetraba, ahora creo que ese camino puede ser innecesariamente difícil sin haber echado un ojo a la grandeza ni haber nombrado con la verdad.

Creo que detenerse largamente en la miseria de *la violencia* se funda en la creencia de que sintiendo la rabia e injusticia suficiente, una mujer dejará a ese hombre que la maltrata, sin embargo, me parece que las decisiones motivadas por la injusticia no resultan duraderas porque es un impulso que puede esfumarse pronto. Creo que esa podría ser incluso una de las razones por las cuales una mujer vuelve. La rabia muestra, así como la pena y la alegría que ofrecen sentir verdadero, una luz para entender la experiencia, sin embargo no es el motor de la vida ni del crecimiento, sino más bien el amor. De ahí la importancia de las palabras que se encuentran en psicoterapia para nombrar, especialmente en la experiencia de maltrato, pues “la toma de conciencia son palabras, ciertas palabras, que oímos o decimos. Son las palabras, ciertas palabras, que dan o privan de vida al deseo, que significa: dar vida a la vida” (Muraro, 2010, p. 83). Estas palabras deben abrir a la libertad, es decir, devolver la posibilidad de reconocer el deseo y agenciar acorde a él.

Creo que el dejarme dar ha sido lo que ha posibilitado la psicoterapia y me ha permitido crecer como acompañante a cada momento, fue eso mismo lo que posibilitó procesos que fueron exitosos en el programa más allá de las dificultades que presenta un contexto destinado en su quehacer a *la violencia*. Dejarme dar me orientó en un camino más

auténtico que incluso me hizo ver que ese no era mi lugar, haciendo visible esa incomodidad que no sabía cómo gestionar por falta de medida justa. Decidí irme luego de una situación de acoso en el trabajo que fue tan dañina que no me permitió dejarme dar más, entraba a las sesiones ansiosa y perdida, deseando cada segundo que terminaran. Luego de renunciar volví a mi ciudad de origen cerca de mi familia y amigas, y en relación con ellas y la psicóloga que me acompañó pude armarme nuevamente y volver a sentirme poco a poco como acompañante otra vez.

Con ese hecho, me doy cuenta entre otras cosas, que el dejarse dar en una relación con quien acompaño, ha sido fundamento para mi psicoterapia desde casi siempre, además, el irme del programa de *erradicación* y abrirme a acompañar mujeres de forma independiente me ha dado la posibilidad de situar el maltrato como *una* experiencia dentro de la vida y no definitoria de ésta. Creo que darle su lugar permite que este no se coma a la vida y por ello hoy me resulta a lo menos pedregoso un camino que se dedique a su erradicación. La lucha contra el patriarcado nunca será tan efectiva como dejarlo caer, así mismo, el maltrato y el intento de erradicarlo me parece un camino que tiene poco que ofrecer a una mujer, pues no son sus palabras.

Destinar un trabajo de transformación conceptualizando tan ampliamente la miseria no otorga la suficiente fuerza, justamente porque ahí no hay grandeza que sacar sino rabia, permite una movilización que no nace del deseo, sino más bien de la sensación de injusticia. Al contrario, me he visto a mí misma y otras mujeres salir de una relación que no hace crecer cuando más allá de la miseria, comenzamos a darle cabida al deseo. Mientras una se entrega a la grandeza por poca que fuese, ésta se va tomando nuestra vida, porque ya no se quiere dejarla ir y la miseria pierde lugar de forma progresiva por consecuencia natural. Por ello cuestionarla y erradicarla nunca fue tan efectivo como abrazar la grandeza, porque da medida y fuerza. Así, la posibilidad de terminar definitivamente una relación de maltrato y no volver a vivirlo, puede ser una consecuencia de otras cosas que no son necesariamente un abordaje exhaustivo de la *violencia* en un proceso, sino más bien del valor de la libertad que se descubre al reconocer el deseo y al nombrar verdaderamente.

Psicoterapia para la libertad femenina

En la práctica de la relación se abre la brecha para encontrarse una misma con la otra. Así mismo, no hay mayor separación entre mí y mí en la psicoterapia. Aquella búsqueda de existencia libre en la vida de la otra se pone en juego con la mía propia cuando estamos en relación, así para acompañar a otra en ese camino, debo haber practicado la libertad alguna vez.

Me encontraba un poco atascada para escribir más verdaderamente sobre la libertad, así que mientras tanto lo comenté a una querida amiga, quien sabiamente me preguntó dónde veo mi propia libertad. La primera palabra que vino a mi cabeza fue autenticidad y junto con ello, me di cuenta de que mi dificultad para escribir probablemente se origina ahí.

He vivido con autenticidad y lo he disfrutado plenamente, sin embargo, en medio de un sueño que hoy cumpla en un país diferente, me he visto en ocasiones con miedo a dejarme dar porque vivo con cierta desorientación la relación con las mujeres con las que cohabito. Así, me pareció que la libertad no es una cosa que se alcanza de una vez y para siempre - aunque una vez practicada es difícil dejarla ir- sino que se encuentra en relación con la vida y el sentido que tiene para cada persona. Se encuentra en las relaciones que establecemos, pues se trata de habitar el propio deseo siendo genuino él y una misma. Como comenté escuetamente al inicio, cuando comencé a mirarme, mis relaciones cambiaron porque empecé a escuchar; a escuchar a la otra, a abrirme a ese intercambio y luego a escuchar mi sentir en él. Noté que mucho de mi dificultad era por no dejarme dar en una relación abierta a la escucha, sino más bien funcionar desde expectativas que tampoco eran genuinas, así que no era capaz de dejarme dar ni de escuchar el sentir verdadero de mí en esa experiencia. Cuando aprendí a escuchar-me comencé a sentirme más libre, porque mis relaciones eran recíprocas y amorosas, y podía vivirlas con soltura siendo yo misma. Pese a esto, aún no me sentía libre del todo, porque me encontraba en un feminismo reivindicativo que nunca encuentra salida.

Posteriormente, con la experiencia de acoso en el trabajo y una relación de pareja que no me hacía crecer, fui perdiendo mi libertad. Lo noté porque no podía ser yo en ninguna de las dos relaciones, así que pronto perdí el placer, y me desorienté tanto que perdí también el deseo. Como comenté anteriormente, ya no disfrutaba estar en relación, y menos con quienes acompañaba porque tenía mucha inseguridad, así que tampoco pude dejarme dar y

en una búsqueda de recuperar ese disfrute me fui equivocando de placer. Salí de eso sólo cuando siendo ya insostenible me hice cargo y tomé mi vida en mis manos. Así, luego de poner fin a ello volví a casa de mi abuela que me preparó comida y procuró hacerme sentir bien. Pasé un tiempo hacia dentro e inicié psicoterapia, en ella me hice cargo de una vida hacia atrás y procuré sanar todo lo herido. De a poco recuperé la confianza para volver a disfrutar las relaciones y dejarme dar en ellas. Luego de unos meses volví a trabajar y en relación con quienes acompaño recuperé esa seguridad, a la vez que descubrí la práctica de la diferencia que me ha dado palabras que me hacían falta.

Sentí la libertad, cuando sostenida en más de una relación pude volver a nombrar verdaderamente mi experiencia, permitiendo situarme y reconocer mi sentir. Desde ahí, me ha sido mucho más claro reconocer cuales son las cosas que deseo y necesito y procuro hacer de mi sentir conocimiento del mundo, así que manejarme en mis relaciones me es más fácil y placentero y me permite descubrir cuándo no estoy en el lugar correcto. Habírmelo y habitar genuinamente me ha permitido reconocermelo en un deseo y actuar en concordancia y quienes me acompañan también me han ayudado a hacerlo posible.

En el gesto de mi amiga, que para acompañarme a resolver mi atasco hizo una pregunta antes de responder, me abrió la posibilidad de encontrar un punto de partida acorde a mi sentir para la escritura. Para mí, en ese intercambio amoroso se encuentra la libertad, en la posibilidad de una relación genuina que se abre al crecimiento dada su diferencia y que en ella puedo encontrar mis palabras que me abren a la realización de mi deseo. De igual modo, la psicoterapia debe ser en la práctica una experiencia de libertad, dado que sostenida en una relación se abre a la a la creación que sólo permite la autenticidad de quien se deja dar en ella. Esa relación y su búsqueda se orientan por el sentir y se encuentra íntimamente relacionada con deseo y por tanto la libertad.

El deseo es el centro de la vida, permite orientarse y vivir con disfrute. En mi acompañar actual, cuando una mujer acude a psicoterapia tiene un deseo que se encuentra dispuesta a poner en relación conmigo para hacerlo posible, un deseo que probablemente no ha podido resolver de otra forma y es ese el primer motivador que la hace ponerse en relación. Al contrario, en el programa de reivindicación no siempre las mujeres acudían por un deseo genuino, en esos momentos, la única forma de hacerlo funcionar era rescatarlo, encontrar

en ella cuál era su deseo y ver cómo yo podía acompañar a lograrlo, sin tener siempre éxito. Así, en esa relación entre quien es acompañada y yo, es necesario reconocer el deseo y hacerlo circular.

La realización de su deseo parte en la brecha que se abre a la búsqueda, la psicoterapia para mí se trata de nombrar la experiencia y darle cabida al sentir, haciendo de éste conocimiento del mundo y por ende orientador en él. Si las palabras son verdaderas algunas permiten sanar con sólo ser nombradas, pues van haciendo su trabajo de ordenar y poner nombre a algo que no había sido nombrado anteriormente. También permiten la abertura para continuar la búsqueda y reconocer aquello que se necesita. Nombrar la herida permite acogerla y sanarla, y recuperar el disfrute que había arrebatado porque ya cicatrizada permite continuar la vida sin el peso de llevarla abierta.

Cuando la herida sana solo queda crecimiento, así en la medida en que se encuentran las palabras en la psicoterapia quien es acompañada puede hacerse responsable de su presente, de sí, y de su sentir. Así, tomando las palabras de candelita valle, las mujeres que hemos sido con una medida materna podemos ser “señoras de la vida, dueñas de nuestro presente y de nuestro sentir, capaces de asumir la responsabilidad que nos corresponda” (Valle, 2019, p. 74) para habitar el mundo con disfrute y realizar nuestro deseo.

### Conclusiones

“Nombrar con palabras nuevas es hacer un corte en la realidad para decir lo que es y no se ve todavía lo suficiente para ser entendido” (Mañeru, 2001, p.90).

He procurado a lo largo de los cursos y de esta investigación abrirme al descubrimiento de mí, he pasado por mi sentir esas palabras nuevas que han sido esclarecedoras y se han hecho propias porque han puesto orden para entender experiencia y han orientado mi presente. Desde hace unos años venía explorando la relación que establezco en la psicoterapia con cada una de las mujeres –y algunos hombres que acompaño- y no había encontrado medida justa hasta hace poco. Estas palabras nuevas me han dado seguridad para nombrar y explorar con soltura el privilegio de la relación, que he notado porque me han abierto camino y me han hecho crecer en la medida en que he escrito esta reflexión incluso ahora nombrándola.

Esta investigación hacia adentro ha sido un tirar de un hilo que va descubriendo poco a poco, partí pensando en la relación en la psicoterapia como sostenedora de un proceso, dada su capacidad para hacer crecer y en el camino he encontrado otros aspectos que aparecen a propósito de la relación y me parecen fundamento y guía para un proceso.

Primeramente he descubierto que pensar la psicoterapia es pensarme a mí en ella, porque se vive y desarrolla en una relación en la que debo entregarme. En ella pongo mucho de mí, pues el aprendizaje de privilegiar la relación ha hecho fértil la psicoterapia y me ha llevado a vivirla con placer y cariño. Disfruto mucho lo que hago, disfruto ese estar en relación que permite crecer. Así, me mantengo dedicada en una psicoterapia que se funda en una relación amorosa y cuidadosa, creadora de un espacio acogedor en el que la otra pueda dejarse dar y se sienta creadora y sostenedora también. Aquella que yo soy se pone en juego, entiendo que si yo puedo vivir la libertad, seguramente podré acompañar a otra en ese camino, porque justamente abrir mi brecha al origen me ha permitido un aprendizaje que ha sido tierra fértil para en relación con otras reconocer una brecha y acompañar que permita un crecimiento, así el aprendizaje de mi experiencia es parte de ese intercambio, como el de ella.

La semejanza en nuestra relación nos conecta y hace de espejo en el que la otra puede reconocerse para saber que puedo darle medida en su búsqueda, mientras que la disparidad nos abre una brecha diferente a cada una que permite la creación de significados, palabras y sentidos. Para ello es necesario reconocer la falta, saber que no se tiene una respuesta, sino que esa se encuentra en la búsqueda con la otra. En esa relación, el sentir es conocimiento del mundo para ella en su experiencia, para mí en captarla y descubrir los caminos de aquellas cosas que aun no han sido alcanzados por la palabra, así nos sumergimos y nombramos la verdad mientras esa relación que impacta y hace crecer a cada una de manera diferente.

La psicoterapia se funda en el deseo cuando una mujer acude con un motivo, y ese deseo se mantiene en circulación porque a la vez que esa búsqueda se transforma en algo compartido, nombrar verdaderamente le da vida porque lo hace reconocible de forma genuina. Así, en psicoterapia, el crecimiento se da en su dirección, haciéndolo guía del hacer en el mundo para vivir con placer, que es orientador de vida.

Creo así, que esta investigación me ha permitido encontrar un método que se encuentra a mi medida y que esa psicoterapia que vengo viviendo hace parte de una psicoterapia con medida materna porque se encuentra acorde al principio de la vida. En el que sostenida en una relación de disparidad en la que una se deja guiar, se abre una brecha que rescata sentir originario nombrando lo que es, para que quien se deja acompañar encuentre sus palabras abriendo paso a una vida con autenticidad en una relación que ha sido transformadora para ambas.

## REFERENCIAS

- Mañeru Méndez, Ana. (2004). *Lo que yo puedo hacer en la relación educativa*. XXI. Revista de Educación Universidad de Huelva, vol. 6 (13-19).
- Mañeru Méndez, Ana (2001). *La pedagogía de la diferencia sexual*. En La educación de las mujeres: nuevas perspectivas, Sevilla: Universidad de Sevilla 85-91
- Muraro Brunello, Luisa (2010). *La verdad de las mujeres*, DUODA. Estudios Feministas, vol.38, 71- 126
- Rivera Garretas, María-Milagros (2020). *El Placer femenino es clitórico*. Madrid y Verona: Edición independiente
- Rivera Garretas, María-Milagros (2018). *Emily Dickinson supo hablar del incesto*, Presentación del libro: EMILY DICKINSON, Ese Día sobrecogedor. Poemas del incesto. <http://www.ub.edu/duoda/web/es/textos/8/213>
- Rivera Garretas, María-Milagros (2005). *La diferencia sexual en la historia*. Valencia: Universidad de Valencia
- Valle Blanco, Candela (2019). *La envidia de las mujeres: cómo entenderla y cómo sanarla*. La envidia de las mujeres, DUODA Revista de Estudios Feministas, vol. 58, 74-90
- Valle Blanco, Candela (2019). *Decir lo indecible, escuchar lo verdadero*. El cuerpo se confiesa: el incesto, DUODA Revista de Estudios Feministas, vol. 57, 65-81.
- Muraro Brunello, Luisa (2004). *Enseñar la libertad*, DUODA Revista de Estudios Feministas vol.26, 77-83