

LA VOZ DEL CORAJE

TESTIMONIOS DE MUJERES CON DISCAPACIDAD
VÍCTIMAS DE VIOLENCIA DE GÉNERO



MUJERES
en modo ON **NO QN**
Violencia de Género



Inserta



UNIÓN EUROPEA
Fondo Social Europeo
El FSE invierte en tu futuro

MUJERES
en modo **ON** **NO** **♀**
Violencia de Género



Inserta



UNIÓN EUROPEA
Fondo Social Europeo
El FSE invierte en tu futuro

Esta publicación ha sido elaborada y publicada en el marco del Programa Operativo del FSE de Inclusión Social y Economía Social 20214-2020 CCI nº 2014ES05SFOP012.

EDICIÓN Y CORRECCIÓN: Esther Peñas.

ILUSTRACIONES: Leticia Vera.

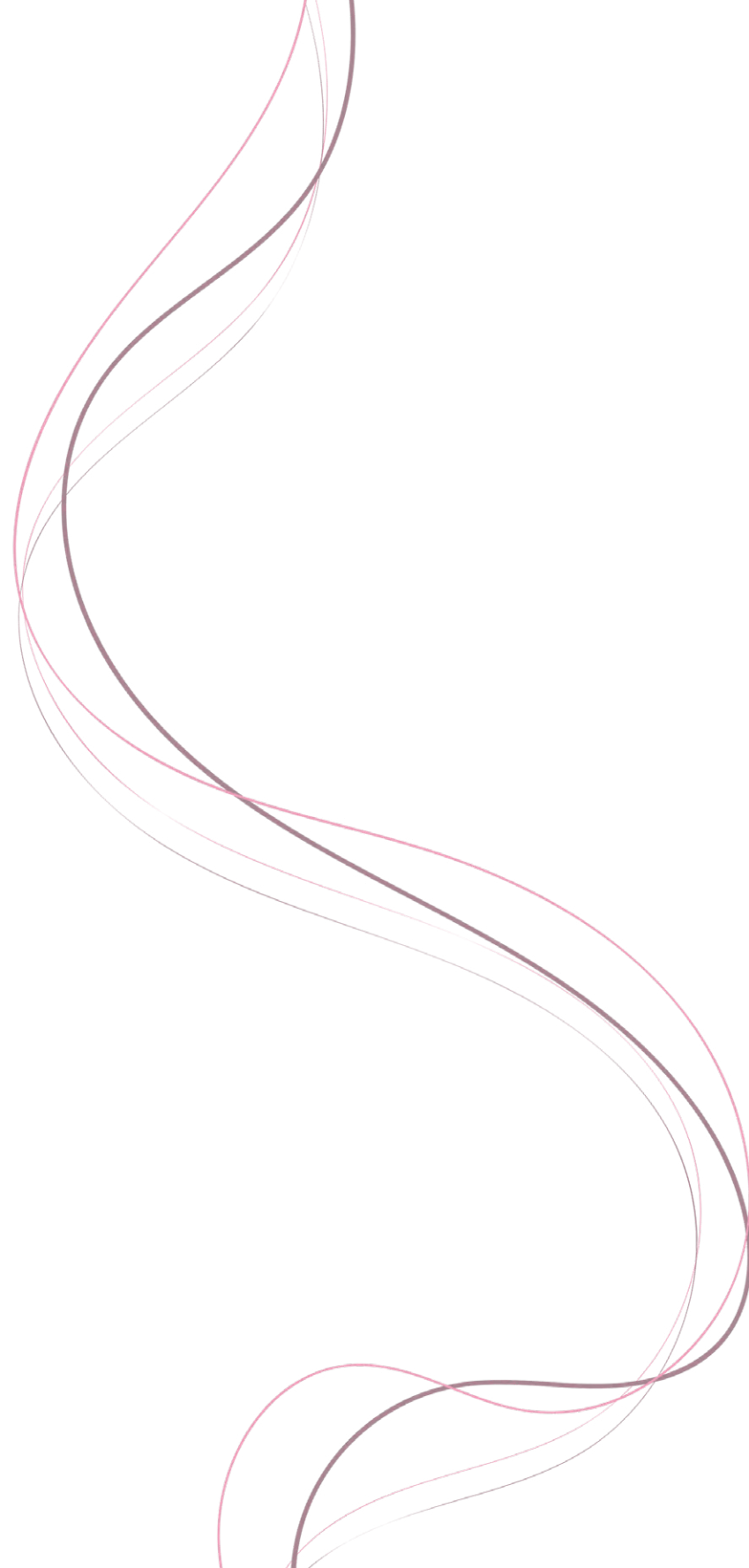
FOTOGRAFÍA: Javier Lorente.

DISEÑO Y MAQUETACIÓN: ILUNION Comunicación Social.

EDITA: Asociación Inserta Empleo.
C/ Fray Luis de León, 11, 28012 Madrid.

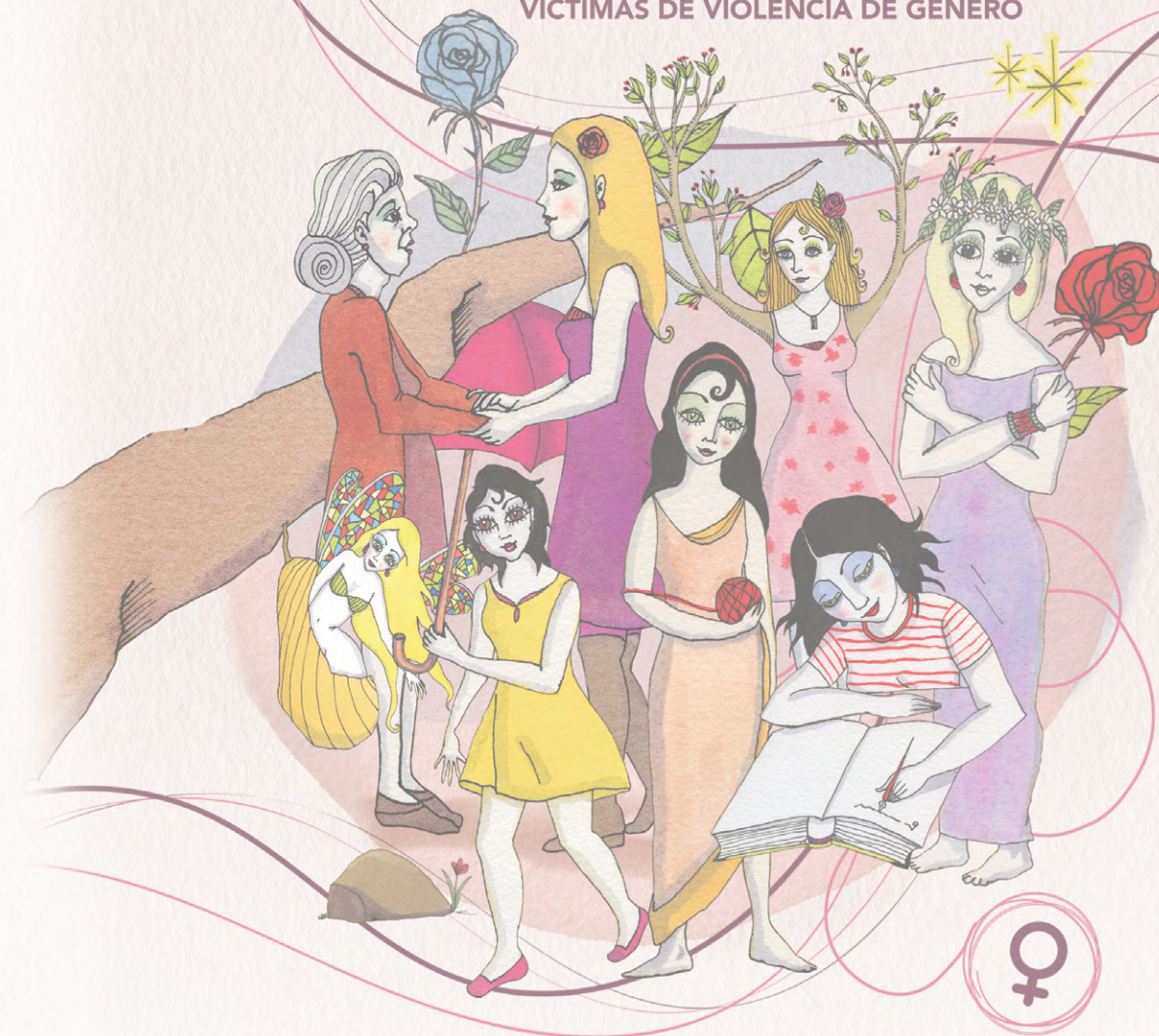
<https://encuentrosvg.mujeresenmodo.on.es/>

Depósito legal: M-18493-2023



LA VOZ DEL CORAJE

TESTIMONIOS DE MUJERES CON DISCAPACIDAD
VÍCTIMAS DE VIOLENCIA DE GÉNERO



MUJERES
en modo ON NO ♀N
Violencia de Género



Inserta



UNIÓN EUROPEA

Fondo Social Europeo

El FSE invierte en tu futuro

ÍNDICE

» LA VIOLENCIA DE GÉNERO, UN CONFLICTO SOCIAL POR MARIO GRANDE	9
» PRÓLOGO POR PATRICIA SANZ	11
» UNAS PALABRAS INICIALES POR ESTHER PEÑAS	13
» ISABEL CURRA GAGO «ME DEJARON SOLA CON UN MONSTRUO»	17
» LOREY MARTÍN REYES «CUANDO SE HABLA DE VIOLENCIA DE GÉNERO, NUNCA SE HABLA DEL MALTRATADO ECONÓMICO, PERO EXISTE»	25
» LOLA GUTIÉRREZ PERALTA «NO ES LA PERSONA LA QUE TE DA MIEDO, ERES TÚ MISMA, QUE TE HACES PEQUEÑA»	33
» ESTHER GONZÁLEZ DORADO «ES MUY FÁCIL DECIRLE A UNA MUJER MALTRATADA QUE SE SEPARA PERO, ¿DE QUÉ COME, DÓNDE VA?»	41
» ANTONIA SOTO VELASCO «AHORA SÉ QUE NO ESTUVE ENAMORADA, SINO ABSORBIDA»	49
» VIRGINIA CABRERA NIELFA «SIEMPRE HAY ALGUIEN QUE AYUDA»	57
» ADELA MONTAÑO CANDELARIO «NO NOS HAN EDUCADO PARA CONVIVIR CON UNA PERSONA CON ENFERMEDAD MENTAL»	63
» VERAS DABBO JOSEPH «LOS HE PERDONADO A TODOS»	69
» MARÍA ESTHER ZORITA RODRÍGUEZ «SI YO PUDE SALIR, TÚ TAMBIÉN PODRÁS»	75
» CRISTINA FERNÁNDEZ VILLALBA «LO QUE NO SE CUENTA SE QUEDA DENTRO, Y LO QUE SE QUEDA DENTRO SE CONVIERTE EN ENFERMEDAD»	81
» ANA MARÍA VILLEGAS LÓPEZ «HE QUERIDO DEJAR POR ESCRITO MI TESTIMONIO PARA QUE MIS HIJOS CONOZCAN LA VERDAD»	87
» EVA MARÍA VIGO MARTÍNEZ «SIN SABER CÓMO, ESE MIEDO SE ME FUE, YA NO TENGO PÁNICO, SOY LIBRE»	95
» ELENA HERNÁNDEZ PÉREZ «NO HAY RESPUESTA AL PORQUÉ DEL MALTRATO»	103
» CARMEN MILLÁN VILLALBA «POR UN ABRAZO LO DOY TODO»	111
» PRINCIPALES RECURSOS INFORMATIVOS Y DE SENSIBILIZACIÓN PARA LA LUCHA CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO (MCDVVG)	119



LA VIOLENCIA DE GÉNERO, UN CONFLICTO SOCIAL

POR **MARIO GRANDE**

ESCRITOR Y ACTIVISTA DE AMNISTÍA INTERNACIONAL

Las entrevistas a estas catorce mujeres víctimas, a la vez que supervivientes, de violencia de género son memoria. La memoria es la verdad de nuestro tiempo. A diferencia de la noticia fugaz o la historia, atrapada en el pasado. La memoria siempre es actual. Favorece la escucha. Interpela: ¿qué hago yo para que el maltrato no se olvide, para que el maltrato no vuelva a suceder? Preguntas insoslayables cuando uno lee en las entrevistas: *"Todo el mundo nos miraba, pero nadie hizo nada"*. La memoria cura, repara lo que no puede reparar la justicia: los años de aniquilación de la voluntad, sufrimiento y terror.

La memoria de las catorce valientes mujeres entrevistadas nos recuerda que la violencia de género es un conflicto social. No es una ristra de delitos aislados. No es una anomalía. No es obra de hombres anormales. Uno lee en las entrevistas: *"Los maltratadores siempre piden perdón, aunque es falso, no sienten culpa"*. Esto es así porque el maltratador, a diferencia de la mujer víctima, no está solo. Hasta la carga de la culpa es desigual. Existe un pacto patriarcal. Pero no existe una sororidad que le haga frente. Cada mujer se ve obligada a un esfuerzo heroico para ser creída y apoyada. Uno lee en las entrevistas: *"Sería bueno que las mujeres que hemos sido maltratadas hiciéramos cosas juntas, creésemos una comunidad"*. En cambio, el maltratador comparte con la sociedad un imaginario de género basado en el control de la voluntad de las mujeres. El maltrato es también un aviso a otras mujeres de lo que les puede pasar si no se someten. Una masculinidad tóxica impregna parlamentos, gobiernos, tribunales, templos, comisarías, bancos, cuarteles, medios informativos, empresas, escuelas, redes sociales, familias y, por supuesto, parejas.

La justicia puede reconocer lo ilegítimo, sancionar, proponer medidas de reparación económica, psicológica, sanitaria, pero siempre estará necesitada de la memoria para ir más allá, para que la violencia de género no se normalice en la vida cotidiana. Uno lee en las entrevistas: *"Para denunciar se necesitan, al menos, 18 llamadas consecutivas, para que se considere acoso"*. Justicia como deber, pues no se trata de restablecer el equilibrio del sistema patriarcal, sino de cambiarlo.

Agradecido a las catorce mujeres entrevistadas por hacer valer la memoria de las víctimas.

Un libro necesario. Ojalá fuera lectura recomendada en centros de enseñanza.



PRÓLOGO

POR **PATRICIA SANZ**

VICEPRESIDENTA DE IGUALDAD, RECURSOS HUMANOS
Y CULTURA INSTITUCIONAL E INCLUSIÓN DIGITAL

Las mujeres con discapacidad siempre han sido una prioridad para Fundación ONCE, y desde hace años trabajamos para favorecer que tengan la visibilidad que les corresponde, facilitando su incorporación al mercado laboral, reivindicando junto a ellas la eliminación de la brecha salarial de género y apostando por una progresión profesional a lo largo de su carrera.

Un proyecto en el que venimos trabajando en los últimos años, cuyo desarrollo nos enorgullece especialmente, es "Mujeres en modo ON-VG". Es una apuesta del Grupo Social ONCE que lidera y ejecuta Fundación ONCE a través de INSERTA Empleo (con apoyo del Fondo Social Europeo), diseñado para cambiar la vida a las mujeres víctimas de violencia de género con discapacidad.

"Mujeres en modo ON-VG" ofrece un modelo específico de intervención basado en el 'Ciclo de Recuperación', el desarrollo personal y profesional, y el acompañamiento al empleo. Se trata de un itinerario diseñado con y para las mujeres con discapacidad víctimas de violencia de género, que comienza con un diagnóstico, seguido de un desarrollo e intervención y que finaliza con una evaluación.

En este proyecto es clave la figura del *compass*, profesional que acompaña en todo su "Ciclo de Recuperación" a la mujer con discapacidad que es o ha sido víctima de violencia. Dicho acompañamiento se prolonga durante todo su proceso individualizado de desarrollo personal y profesional, con el objetivo de conseguir que recupere el control de su vida. Además, facilita la generación de sinergias con otros agentes para lograr un mayor impacto en la lucha contra la violencia de género que sufren las mujeres con discapacidad.

Por tanto, la finalidad del proyecto es que estas mujeres recuperen el control emocional y psicológico, superen el ciclo de la violencia y se incorporen al mercado laboral, procurando que su evolución se produzca en este orden.

En este sentido, el libro que ahora tienes en tus manos forma parte de este proyecto, ya que su propósito es dar voz a algunas de las mujeres a las que hemos acompañado en este duro y liberador proceso. Con su testimonio, deseamos sensibilizar y concienciar a los agentes clave, invitándoles a participar en este y otros proyectos de empoderamiento de las mujeres con discapacidad que son víctimas de violencia.

Desde Fundación ONCE e INSERTA estamos seguros de que su lectura posibilitará conocer mejor qué siente una mujer que sufre una situación de violencia, y nos dará algunas claves para comprometernos más con su erradicación.

Acabar con la violencia de género es tarea de todas y todos.



UNAS PALABRAS INICIALES

POR **ESTHER PEÑAS**

VIOLENCIA.

La violencia ha estado asociada desde tiempos remotos a la fuerza física. Los romanos llamaban *vis*, *vires* a esa fuerza, a la cualidad que permite que una voluntad se imponga sobre otra. *Vis tempestatis* aludía al «vigor de una tempestad». En el Código de Justiniano se habla de una «fuerza mayor, que no se puede resistir» (*vis magna cui resisti non potest*).

VIOLENCIA.

De *violentus* derivaron *violare* («agredir con violencia», «maltratar», «arruinar», «dañar») y *violentia*, («impe-tuosidad», «ardor» [del sol], «rigor» [del invierno], así como «ferocidad», «rudeza» y «saña»).

VIOLENCIA.

Los poetas hablan de una ternura olvidada para definirla. Quien olvida la ternura es capaz de ser violento. Quien no tuvo ternura es proclive a la violencia. La violencia es un misterio del alma humana, pertenece a las zonas abisales, allí donde la comprensión, la racionalidad, la cordura y sensatez enmudecen. Que un ser humano mire a los ojos a otro y no se conmueva ante su dolor, que lo intensifique incluso, que acabe con su vida. «Solo los muertos pueden asesinar sin sentir nada cuando matan», nos dice la poeta argentina Sara Rosenberg, encarcelada durante la dictadura de Videla.

VIOLENCIA.

Nos escandalizan los genocidios (el armenio, el zulú, el congolés, el Holocausto, el asirio, el kurdo, el holodomor...), nos asolan las guerras, nos estremece la pena de muerte vigente en tantos países (algunos de ellos, superpotencias)... pero hay una violencia más sutil, más cotidiana, que convive con nosotros, que se ejerce al otro lado de la pared, en el piso de arriba, en el de abajo. Es la violencia de algunos hombres sobre las mujeres que conviven con ellos.

Esa violencia tiene una amplia gama de representación: desde un gesto de desaprobación ante determinadas indumentarias, un insulto, la imposición de teñirse el pelo de un color menos llamativo, de cortárselo, hasta una bofetada, dos, una paliza, una amenaza, una intimidación...



Lo que tienes entre las manos es un libro de testimonios. Cada una de estas catorce mujeres que vas a conocer a continuación, leyendo su historia, los comparte contigo de viva voz. Es su palabra lo que nos ofrecen. Contarse a sí mismas, en voz alta, mirándote a los ojos. No fue fácil, fueron muchas horas conversando con ellas, transcribiendo sus narraciones, dándoles forma, ordenando las ideas, los hechos y, por supuesto, respetando lo que contaron.

Comienzan por su infancia. Todo nace en la infancia. En ocasiones, el maltrato, la violencia, empieza en allí, y ese patrón se repite en distintos momentos vitales. Otras veces la violencia irrumpe en un momento de fragilidad, de debilidad, de falta de autoestima.

Cuando se habla de maltrato, uno piensa en cómo es posible que haya mujeres que lo aguanten, que lo soporten, que convivan con él normalizándolo. Causa indignación que no actúen, que no denuncien, que no se alejen de su agresor. Como si fuera tan fácil. Estos catorce testimonios muestran lo difícil que es protegerse cuando el maltratador ha socavado hasta tal punto el amor propio de su víctima que esta no puede reaccionar. La deja indefensa. Una de estas mujeres lo explica con un símil contundente y esclarecedor: como cuando tienes una gripe intensa, tú quieres levantarte de la cama, reponerte, hacer cosas, pero el cuerpo no responde. Por eso es tan complejo reaccionar ante el maltrato cuando no hay autoestima en la víctima. Porque no se cuenta con la energía mínima para procurarse el autocuidado.



VIOLENCIA.

¿Cómo se sale de una situación de violencia cuando no se tiene trabajo, ni ahorros, ni recursos, cuando uno no tiene familia a la que acudir, cuando las ayudas requieren un trámite que no siempre es inmediato? ¿Cómo quebrar una dinámica del maltrato cuando pesa la amenaza de que nos quitarán a nuestros hijos? ¿Cómo se esquivo el miedo atroz ante la amenaza de muerte si se nos ocurre denunciar o contar algo?

VIOLENCIA.

Lo que se consigue con violencia, solo la violencia lo sostiene. Por eso engendra una espiral infinita. La violencia se alimenta de sí misma. El maltratador no cambia. No va a hacerlo. Nunca. La violencia hacia otro ser humano es aborrecible. Quien traspasa esa frontera, no regresa nunca. Y lo paradójico es que uno se libra de la violencia únicamente por medio de la no violencia.

VIOLENCIA.



Estas catorce mujeres pudieron sobrevivir a situaciones extremas en las que se mezcla todo tipo de violencia, la física, la psicológica, la económica, la institucional...Padres, madres, esposos, familiares cercanos, novios, hijos, compañeros de trabajo que ejercieron sistemáticamente violencia contra ellas.

Ellas lo cuentan. Levantan su voz, aún emocionada, aún incrédula, pero viva, y nueva. Porque de la violencia se sale. Estas catorce mujeres dan testimonio de que es posible. No es sencillo. Algunas de ellas intentaron suicidarse. A qué grado de presión, de desolación, de desesperanza llega una mujer para tratar de quitarse la vida.

Pero consiguieron salir.

Hoy, cada una de ellas tiene una vida digna de ser así llamada, con sus alegrías, sus cuitas, sus pesadillas (porque la violencia tarda en repararse —si es que sus efectos pueden desaparecer del todo algún día—), sus proyectos...

La violencia deja secuelas. La discapacidad de la mayoría de estas mujeres es sobrevenida, subsidiaria de los malos tratos, de la violencia. Pero se aprende a convivir con ella sin que paralice, sin que nos empequeñezca, sin que nos estanque. Estas mujeres, a pesar de todo, sonrían. Dejaron atrás el horror, y hoy amasan ese horror para hacer pan que compartir con otras mujeres que, como ellas, saben lo que es la humillación, el desprecio, la ofensa, el terror. Estos catorce testimonios dan fe de que, por muy adverso que parezca, el presente no tiene que ser una mortaja. Sonríen.



Por fortuna, hoy en día la sociedad está más comprometida con la violencia que se ejerce contra las mujeres. Resulta impensable mostrarnos indiferentes ante una mujer con un hematoma, un ojo morado, una súplica en la mirada. Hay dispositivos institucionales que actúan de inmediato. Hay vecinos que llaman a la policía a la mínima sospecha. Hay personas, incluso anónimas, dispuestas a ayudar. Pero la violencia sigue ejerciéndose. Por eso hay que estar atento. Acabar con ella es una tarea común.

Escuchar estos catorce testimonios ha hecho de mí una persona distinta. He mirado a los ojos a cada una de estas mujeres, las he escuchado con toda la atención del mundo, he conocido a través de ellas la bajeza y la grandeza de la que es capaz el ser humano. La bajeza de la crueldad; la grandeza de la valentía, de decir basta, de huir, de perdonarse. Cada uno de estos testimonios los recibí como un inmerecido regalo.

Sólo me queda agradecer a mi compañero y amigo Javier Lorente, que grabó las sesiones, que habitaba conmigo esos silencios insondables que nos envolvían después de cada encuentro, con el que viajé hasta Jerez, Tenerife, Guadalajara, Toledo, Bilbao, Barcelona, Santiago de Compostela... Así como a las *com-pass*, que ayudan a diario a estas mujeres a alzar su voz.

... y a ellas, por supuesto, que dan voz al coraje:

- » Esther González Dorado
- » Lorey Martín Reyes
- » Lola Gutiérrez Peralta
- » Antonia Soto Velasco
- » Virginia Cabrera Nielfa
- » Adela Montaña Candelario
- » Isabel Curra Gago
- » Elena Hernández Pérez
- » Veras Dabbo Joseph
- » María Esther Zorita Rodríguez
- » Cristina Fernández Villalba
- » Ana María Villegas López
- » Eva María Vigo Martínez
- » Carmen Millán Villalba





ME DEJARON SOLA
CON UN MONSTRUO»

ISABEL CURRA GAGO



ISABEL ES HOY OTRA MUJER DE LA QUE FUE, que ahora quiere empezar a hacer muchas cosas que no pudo hacer antes. Me encantaría ayudar a otras mujeres que hayan pasado por lo mismo que yo. Que hayan sufrido malos tratos. Y vivir, sobre todo vivir. Eso es lo que deseo.

He sido una niña muy feliz, mi padre era el mejor padre del mundo, y mi madre también. A mis seis añitos, murió uno de mis hermanos, de leucemia. Soy la más chica de diez. Esa muerte marcó mi infancia, porque no entendía nada de lo que ocurrió, no entendía por qué mi madre, que era una persona alegre, cambió tanto, por qué iba siempre vestida de negro... se recluyó en una tristeza muy grande. Mi padre estaba muy pendiente de nosotros. Hemos vivido bien, para ser diez hermanos. Mi padre trabajaba en el Gobierno Civil de Sevilla, tenía un cargo importante. Así que, salvo esa muerte, tuve una infancia muy buena.

Pero mi padre falleció cuando yo tenía 19 años, en diciembre de 1985. También mi hermano mayor, Antonio, con el que más complicidad tenía. Era policía nacional, destinado al País Vasco. Dos años después de morir mi padre, conocí al que sería mi «príncipe azul», Miguel Ángel.

Tenía yo 21 años. Al principio, todo fue muy bien, era atento, me hacía regalos... a los ocho meses, me quedé embarazada y nos casamos. Yo no quería casarme, no estaba enamorada de él, pero por la mentalidad de mi madre y las recomendaciones de la gente cercana, y en realidad de todo el mundo, accedí. Pensé que cuando naciera el niño, le querría. Así que, el 6 marzo de 1988, me casé. Una boda muy bonita, un convite precioso. Cuando terminó, me llevó a algunos lugares donde habíamos estado juntos de solteros, y me dijo que me fuera despidiendo de ellos. No entendí muy bien aquello. Cuando entramos al piso que habíamos alquilado, con el traje de novia puesto, me cogió con violencia y me hizo mirarme al espejo, me cogió por los pelos y me amenazó: «Esta es la vida que te espera a partir de ahora, se acabaron las discotecas, los amigos, las amigas y todo, ahora empieza tu nueva vida».

Al día siguiente, me levanté con la sensación de que yo ya no era la Isabel del día anterior, no sabría decir por qué. Mi hermano se dio cuenta, me preguntó: «Canija, ¿qué te pasa?». Estaba triste, como si se me hubiera caído algo, sin que hubiera pasado nada todavía. Pensé que sería cosa del embarazo. Él era encantador con todo el mundo, se reía y hablaba con todos; yo era más tímida, y desde el día siguiente de casarnos me amenazaba diciéndome *a ver a quién miras*, me revisaba la ropa antes de salir a cualquier sitio: si algo se transparentaba me lo tenía que quitar... Un día «me dio una sorpresa», me llevó a la habitación y, sobre la cama, estaba toda mi ropa, que él había cortado con unas tijeras. «Ya no vestirás como una puta». Y, a partir de ese día, me compraba la ropa él, ropa con la que parecía una vieja. Hasta tenía que llevar combinación. No llevábamos quince días casados.

Antes de casarnos era muy detallista, me hacía regalos, venía a buscarme al trabajo... es cierto que no nos veíamos todos los días, pero no sospeché cosa alguna, ni se me pasó nunca por la cabeza que pudiera ser un maltratador. Una vez casados, me montaba broncas por cualquier cosa... por ejemplo, un día, estando embarazada, estábamos comiendo con el telediario puesto. De pronto, me preguntó: «¿Qué, te gusta? ¿Te lo quieres tirar? ¿Por qué lo miras así?» Estaba mirando el telediario, no entendía nada... pero los platos volaron, literalmente. Me quedé en shock, trataba de calmarlo... eso era peor, siempre era peor tratar de calmarlo... Esa fue la primera vez que me agredió. Me dio una patada de kárate en la barriga. Tuve una amenaza de aborto, y estuve diez días ingresada en el hospital Virgen del

ISABEL
CURRA
GAGO



Rocío. El médico me preguntó qué había pasado, y le respondí que me había caído. Él insistió, sabía que me habían pegado, pero tenía tanto miedo que no pude decir la verdad. De camino al hospital él me amenazó, me dijo que tuviera cuidado con lo que decía. Durante el ingreso, se coló en el centro y me obligó a pedir el alta voluntaria. Creía que el médico y yo nos habíamos liado. No me encontraba bien, pero pedí el alta.

Nació mi hijo, el 8 del 8 de 1988. Se llama Miguel Ángel, igual que él. Creí que su nacimiento cambiaría las cosas, pero no fue así. Fue peor. Le cogió celos a mi hijo, no soportaba que le diera el pecho. Había veces que lloraba y no me dejaba cogerlo. Trabajaba como vigilante de seguridad, de noche, y se presentaba de improviso, ausentándose de su trabajo, con la idea de que iba a sorprenderme con alguien en casa.

Siguieron los malos tratos, los insultos. Los insultos eran lo de menos, lo peor es que me golpeaba como a un hombre. Era cinturón negro de kárate, y tenía licencia de armas, había una pistola en casa. Intenté dejarlo cuando nació mi niño, pero me amenazó con quitármelo, con no volver a verlo nunca más.

Cuando el bebé tenía cinco meses y medio, me llamó una de mis hermanas para decirme que habían ingresado a mi madre; me recogió y nos fuimos juntas al hospital. Le dejé una nota, explicándoselo. Me llevó al niño, claro. Se presentó en el hospital y me sacó por los pelos. Todo el mundo nos miraba, pero nadie hizo nada, tampoco mi familia. El niño lloraba y lloraba. En el coche, mientras conducía me iba golpeando contra el cristal. «Ahora te vas a enterar, zorra, so puta, cuando lleguemos a casa ya verás...» Mientras, mi madre estaba en el quirófano...

Cuando llegamos al piso, el niño tenía hambre, lloraba, pero él empezó a pegarme. Me rompió el labio y me dio un puñetazo en un ojo. Cuando pude atender al niño, se me había cortado la leche. Una de mis hermanas había llamado a la policía nacional. Sonó el timbre, abrí la puerta echando sangre, con el ojo amoratado. Los dos policías nacionales que vinieron lo conocían. Preguntaron por él, a mí no me preguntaron nada, salieron a la calle a fumarse un cigarrillo y, cuando entró, fue mucho peor. A él no le pasó nada.

Nos mudábamos cada cierto tiempo de casa, quería alejarme de todo el mundo, no tenía amistades, nada. Así durante los veinte años que estuvimos casados...

A mi hermano Antonio nunca quise contarle los malos tratos, por miedo a lo que pudiera suceder. Mi hermano le hubiera dado un tiro en la cabeza. Y yo no podía defenderme, tanto miedo era el que le tenía... le tenía terror... cuando estaba en casa y escuchaba que llegaba, a la hora que fuera, temblaba. Miraba alrededor comprobando que todo estuviera perfecto, limpio, que no encontrara nada que pudiera enfadarlo. Yo ya dejé de ser mujer, era un trapito. Sólo quería que él se fuera a trabajar, quedarme tranquila en casa.

Hablé con un abogado, para ver qué tenía que hacer para separarme, pero me dijo que si me iba con mi hijo de casa, se consideraría abandono de hogar, y que además yo no tenía trabajo, y él era empresario, porque dejó su trabajo de vigilante y montó una empresa de vigilantes y limpieza. Le dije al abogado que me iba a matar un día si me quedaba con él. Y me respondió que me quitaría al niño si yo me divorciaba. Cuando pedí ayuda a mis hermanos, mi hermano mayor ya había muerto. Al morir, mi ex marido me dijo «te has quedado sola». Tenía razón... llamé a mis hermanos, les pedí ayuda, que me acogieran en su casa, pero como todos le tenían miedo, ninguno me acogió. A día de hoy, no me hablo por ninguno, estoy viva porque Dios lo ha querido así, pero me dejaron sola con un monstruo.

De mi segundo hijo me quedé embarazada con la esperanza de que cambiase. Nunca, nunca me pidió perdón, me culpaba de todo, me gritaba que le sacaba lo peor que llevaba dentro, que yo era el problema. Si íbamos en el coche y miraba por la ventanilla era un motivo de bronca. En la calle era encantador, pero cuando llegábamos a casa siempre llegaba asustada. Adelgacé muchísimo. No quería que mis hijos vieran ni sufrieran. Cuando empezaron a ir al colegio y, por la mañana, al prepararlos, me veían los golpes, me preguntaban, yo siempre inventaba excusas. Ya de mayores, hablé con ellos sobre lo que sucedió.

Cuando se iban al cole les decía «si os preguntan, no digáis que papá me pega porque nos van a separar», esa era mi obsesión y mi punto débil, porque sin mis hijos no voy a ninguna parte. Un día, cuando vinimos del colegio (yo solo salía de casa para llegarlos y recogerlos), un día me dijo mi hijo que un profesor le preguntó si estaba todo bien en casa, porque me vio con las gafas de sol. Él le dijo que yo me había caído. Lo sabía todo el mundo, la familia de él, la mía... Nadie hizo nada.

Ante de casarse conmigo tuvo un matrimonio anterior. Un día encontré los papeles de la nulidad. Su anterior matrimonio se anuló por malos tratos. Nunca me dijo nada.

Yo tenía mucho trato con uno de sus hermanos, Francisco. Llegó Navidad (yo ya odio todas las fiestas porque siempre pasaba algo) y, mientras preparaba la cena, me llamó su hermano para felicitarme. Nada más colgar el teléfono, los platos comenzaron a volar, me cogió por los pelos, me insultó... todo eso delante de mis hijos. Sabía, además, que bebía mucho, después me enteré de que también se drogaba. Fue en 1994. Ahí lo denuncié. De la paliza que me dio, tuve que ir al hospital. Denuncié al médico. Yo también. Me dio una paliza delante de mis hijos... me hizo cortes en las piernas, casi me salta el ojo, me dejó la cara morada, me golpeó la mandíbula... me pegó como se pega a un hombre. Así que, en cuanto se fue al trabajo, cogí a mis hijos, llamé a un taxi, y me fui a casa de mi madre. Cuando me vio aparecer, se quedó helada. Pero, de alguna manera, por su educación, lo justificaba... Si hubiera vivido mi padre, la primera bofetada me la hubiera dado, pero ni una más. Llamé a su hermano Francisco. Vino con su mujer, me vieron en un estado lamentable. Me llevaron a Urgencias. Después estuve dos días en casa de mi madre, el tiempo que me dejó estar con ella. A los dos días,

me dijo que tenía que irme con mi marido. Fue él quien me llevó al juzgado, cuando me llamaron para declarar.

Así que vuelvo a casa con él. Tuve muchos ingresos en el hospital, por un brazo roto, por cortes, por contusiones, de todo... mucha gente lo sabía, pero nadie hizo nada, nadie. La última vez que me pegó llegó muy nervioso, les quitó el teléfono móvil a mis hijos. Nada más verle entrar, sabía que me iba a pegar, así que llamé a mi madre y le pedí que llamara a la Guardia Civil si en media hora no sabía nada de mí.

No sé cuántos golpes me dio, no lo sé... perdí el conocimiento, y él me despertaba quemándome las piernas con un cigarro; cuando me despertaba, volvía a golpearme la cabeza. Llegó la Guardia Civil, llegaron dos coches. Yo pedí socorro, grité, pedí que partieran la puerta porque me iba a matar. Al cabo de un rato, arrancaron los coches y se marcharon. Se fueron. Pensaba que iban a salvarme y se fueron. Supongo que alguno de ellos conocería a mi ex marido, como ocurrió la otra vez que vino la policía. Sabiendo que estaba siendo golpeada, que me podía haber matado, se fueron. Al rato, se quedó dormido. «Cuando me despierte te mato», dijo antes. No podía ni pensar dónde había puesto la copia de las llaves que tenía escondida. Las encontré y fui a casa del vecino, que llamó a la policía. Vino la policía judicial, me sacaron fotos. De aquella paliza tuve un desprendimiento en el ojo. Estoy perdiendo la visión por ese puñetazo.

Me ingresaron en el hospital y, al darme el alta, me metieron en un hotel, hasta que me viera el juez. Hubo un juicio rápido, pero yo quería saber de mis hijos. Cuando me dijeron que estaban con él, quise morirme. Estaban con el monstruo. Así que decidí volver a casa, con ellos. Y a él lo hicieron abandonar la casa. Los dos se abrazaron a mí, nos acostamos los tres juntos, aunque no dormimos, me miraban, aunque no me preguntaban...

Después vino la segunda parte. Porque denuncias y crees que te has quitado al monstruo de encima. No es cierto. Nos divorciamos y pedí la custodia; además, los niños no querían estar con él. Él tenía una empresa y me tenía que pasar una pensión. Al llegar al juzgado, me pidió que renunciara a todo para quedarme con mis hijos. En contra de la opinión del abogado, firmé, me quedé con la custodia. Él los vería fines de semana alternos. En total, le puse siete denuncias, la última cuando, ya divorciados, empezó a acosarme, a perseguirme, a llamarme durante la noche. Cambié el número, varias veces, pero siempre daba con él. Me dejaba amenazas e insultos en el contestador. Me decía que había contratado dos sicarios para que me violaran, me partieran las piernas y me cortaran la lengua. Me fui con esa cinta a un notario y la entregué en el juzgado. Estuvo detenido, pero a las 48 horas estaba fuera, y no le quitaron el pasaporte. El juicio tardó tres años. Al salir de prisión, secuestró a los niños.

Regresaba a casa y me llamó. «Busca, busca a tus hijos». Al llegar a casa y no encontrarlos creí que me moría, sobre todo cuando comprobé que faltaba ropa. Como loca, llamé a todos los sitios. Él apagó el móvil, y también el de mis hijos. Fui a la Guardia Civil y me dijeron que no podían hacer nada porque él era el padre, que no puedo denunciar un secuestro. Estuve tres meses sin saber de mis hijos. Nadie intervino, nadie me ayudó. Quería morirme, pensé que no los iba a ver más.

Una noche me llamó de madrugada para decirme que habían tenido un accidente de tráfico y que estaban, mis hijos, muy graves en el hospital. Yo fui como una loca a todos los hospitales, buscándolos. Al llegar al último, el San Juan de Dios, el vigilante de seguridad trató de calmarme, y me preguntó si era víctima de violencia. Yo no entendía la pregunta, pero él me dijo que, seguramente, mi ex marido me había tendido una trampa con la llamada, para sacarme de mi casa, indefensa... me llevó a casa en su coche... un ángel.

En casa traté de tranquilizarme, de pensar con cierta claridad, no podían haberse evaporado. Tenía miedo de que los hubiera sacado del país, aunque la Guardia Civil me dijo que no había salido, que me quedase tranquila, que estaban con su padre. Te tratan como si estuvieras loca, como una histérica, que nadie te cree ni te ayuda. Me puse a pensar, tenían que estar en algún sitio. En un hotel no podían estar. Demasiado caro y expuesto. Así que me puse a llamar a inmobiliarias, contando la historia de que me acabada de divorciar de mi ex marido, y que teníamos «buen rollo», porque compartíamos la custodia de los hijos. En una de las llamadas, una mujer que me atendió me dijo que precisamente hace poco había alquilado una casa a un padre con sus dos hijos. Le pregunté la dirección y me contestó que era información confidencial, que no quería problemas, así que le conté mi historia, le pedí, por favor, que se pusiera en mi lugar. Finalmente, me dio la dirección.

Fui a la policía para que me acompañasen. Tuve que ir sola. Después de tres meses sin verlos, toqué el telefonillo. Lo cogió él. Cuando reconoció mi voz dijo: «Anda, si no es tan tonta...» Le amenacé con montar un espectáculo en la calle si no dejaba salir a mis hijos. Salieron asustados, los había amenazados y estaban asustaditos.

Durante esos tres meses sin verlos, sin saber de ellos, pensé en hacer una tontería, en quitarme la vida. Sabía que estaban en peligro, aunque nunca los había tocado.

Cuando mi hijo mayor cumplió 19 años, se metió en el Ejército, quería escapar de su padre. Un día, recibí una llamada. Era mi ex marido. Me dijo «quédate con el mayor, que al pequeño no lo volverás a ver nunca». Lo sacó del país, se lo llevó a Ecuador, y estuve ocho meses sin saber nada de mi hijo pequeño. A los ocho meses, recibí una llamada de alguien a quien no conocía. Me decía que, si quería a mi hijo, debía de sacarlo de allí. Me pidieron dinero para hablar con él. Estas personas me chantajearon, tuve que ingresarles dinero, vendí las pocas joyas que tenía. Hablé con mi hijo, y planeamos todo, le saqué el billete para Madrid. Estaba en Guayaquil. De Madrid, vino a Santa Justa. Fui a recogerlo con una amiga, y no reconocí a mi hijo... qué hijo de puta, el padre... cómo venía mi niño, en los huesos, demacrado, destrozado... le había pegado a él también... me lo llevé a casa, y poco a poco se fue recuperando.

Después de haber pasado tanto, sí quiero dejar constancia de que ni el Instituto Andaluz de la Mujer ni la Fundación Ana Bella, que deberían cuidar de las mujeres maltratadas, hicieron nada por mí. Acudí a ambas y recibí buenas palabras y nada de nada. Hubo un trato de omisión deliberada. Deseo que esto haya cambiado, pero quiero denunciarlo. A mí no me ayudaron, ni mucho ni poco. Nada.

Yo estuve en tratamiento psiquiátrico cinco años. Salí igual que entré. No mejoraba. Me puse a trabajar, a trabajar limpiando. Hasta que tuve el accidente. Estaba limpiando en un hotel y me caí por las escaleras, llevaba el hotel yo sola, en Sevilla, y tienes que darte mucha prisa para hacer todo. Me caí. Rodé por las escaleras y me partí el menisco; me llevaron a la Mutua, me inmovilizaron la pierna durante tres semanas y a las tres semanas me dijeron que empezaba rehabilitación. Un día me noté en el lado izquierdo de la rodilla un bulto, se lo dije al doctor, me mandó al traumatólogo, y lo último que sé es que, si me operan, hay riesgo de que me quede en una silla de ruedas.



He hecho formación, todo lo que he podido, formación de controlador de acceso, de administrativo... me dieron la incapacidad para no trabajar en limpieza, pero necesito trabajar, para mantenerme y por mi salud mental. Tengo discapacidad física, psíquica y sensorial del 54%. Ahora he tenido que recurrir de nuevo al psiquiatra. Siempre he sacado buenas notas en lo que he estudiado...

Inserta me ha dado mucha formación, una oportunidad, y sus profesionales, en concreto Ana, me han escuchado siempre. Eso es fundamental para nosotras, sentirnos escuchadas.

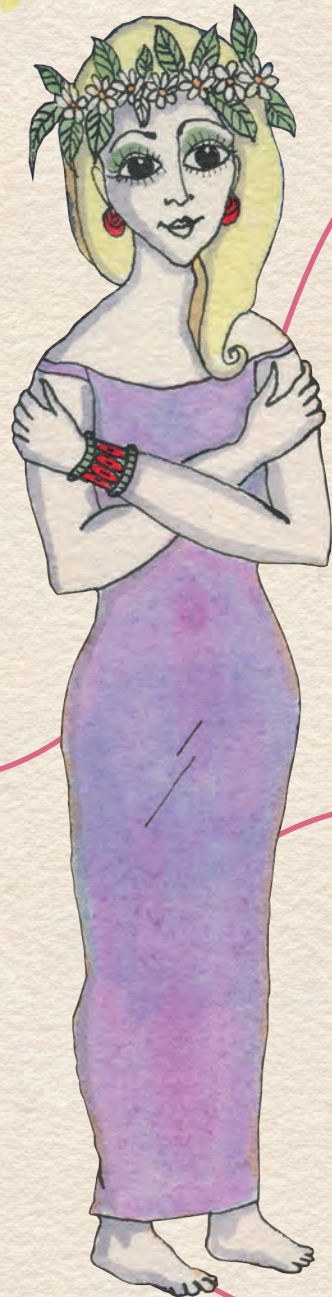
A mis 56 años me puse a estudiar y a hacer cosas, y encantada. Eso es lo que quiero, empezar a vivir, como la canción. Y es que esto no se olvida nunca, nunca, somos mujeres marcadas de por vida, estoy muy, muy marcada.



Pasados los años, un día estaba en una terraza, con unas amigas, tomando algo. Una de mis amigas me comentó que había un hombre que no me quitaba el ojo de encima. Al final, se acercó a mí y me preguntó si yo era Isabel Curra. «Sí, ¿por qué?», le respondí. Me contestó que era uno de los policías que vino a mi casa, y que se marchó sin hacer nada. «Todos estos años me ha pesado la conciencia, no me dejaba tranquilo... Te pido que me perdones...» Que te perdone Dios, le dije. Lo siento, no puedo perdonarlo, no puedo, casi me mata y él no hizo nada... mas que dejarme en manos de un asesino. Estoy perdiendo la vista, he sufrido lo inimaginable y ahora me pide el perdón... que siga viviendo con esa conciencia. Sí, me he vuelto muy dura, lo sé. Dura y fría en la calle, porque luego llego a casa y soy un flan, con mis miedos, *mis bajones*... no he podido rehacer mi vida porque no me fio de nadie.

Afortunadamente, no me acuerdo de mi ex marido nunca, solo una noche soñé con él. En el sueño, él estaba a los pies de mi cama, me hablaba pero no podía escucharle. A mi lado estaba mi padre y lo mandó callar. Nunca he entendido por qué se casó conmigo...





CUANDO SE HABLA
DE VIOLENCIA
DE GÉNERO,
NUNCA SE HABLA
DEL MALTRATADO
ECONÓMICO,
PERO EXISTE»

LOREY MARTÍN REYES

MI MADRE LEÍA MUCHO, y quiso bautizarme con un nombre que descubrió leyendo una novela americana, Lorey, pero cuando nací, hace 48 años, no pudo hacerlo, así que me llamo como mis dos abuelas, Carmen Dolores, pero me apellido Martín Reyes, así que hago un juego de palabras con Do-LO-res REY-es, y vuelvo al deseo de mi madre, Lorey, aunque en el ámbito familiar prefieren llamarme Loli.

Nací en una familia matriarcal, mi abuela tenía once hermanos y ella dirigía todo; de hecho, sus hijos, sobrinos y nietos le pidieron consejo siempre que tenían que tomar una decisión. En mi familia, las mujeres tenían siempre la última palabra, también mi madre. De alguna manera, fui la oveja negra, me fui a vivir a la Península, viajaba mucho, tenía amigos, no pareja, quería estudiar y ser libre; además, era muy reivindicativa, estaba metida en la política, a través de movimientos juveniles y asociaciones de vecinos.

Esa Lorey se perdió con 39 años.

Estudí el grado de Delineación y después hice Aparejadores, un trabajo de hombres. Recuerdo que, cuando estuve trabajando en una empresa de mármoles, cada vez que iba a complejos hoteleros para tomar medidas, al llegar con casco y carpeta pensaban que era inspectora de trabajo. Anécdotas de esa época, machistas, tengo muchas. En la zona de Playa de las Américas, el hindú que regentaba el hotel que encargó las piezas de mármol, me encerró en una habitación al llegar. No iba a permitir que una mujer estuviera en una obra. Ese tipo de cosas en mi casa nunca ocurrían.

Viajé mucho de joven, recorrí Sudamérica al completo, Austria, Italia, Noruega... y la Península, toda ella, en autocaravana.

Tuve dos relaciones muy marcadas, ambas con una pérdida de un hijo. El primer embarazo tuvieron que interrumpírmelo a los cinco meses y medio. Mi hijo tendría ahora 18 años. Tuvo que firmar el juez, después de hacerme una valoración psiquiátrica, porque el padre de ese niño me abandonó cuando supo que estaba embarazada. Estoy diagnosticada de lupus, con afecciones neurológicas, que sobrevino a raíz de una hemiplejía; la medicación que tomaba para el lupus interfirió en el desarrollo del corazón del bebé, que no crecía a la velocidad que tenía que hacerlo, así que, a los cinco meses, vieron que la arteria principal se estaba estenosando. Los médicos me dijeron que, de seguir adelante con el embarazo, el bebé estaría conectado a una máquina hasta los dos años, cuando se le pudiera practicar un trasplante de corazón. Pero, ¿y si no llegaba ese trasplante? Pensé. Con todo el dolor de mi alma, decidí no darle esa vida, y tomé la decisión de interrumpir el embarazo. Tuve que parirlo, no dar a luz, parirlo. Estuve un par de años sin poder ver un bebé. Me dieron el alta, sin atención psicológica o psiquiátrica alguna, me dio un brote de mi enfermedad, me tuvieron que inyectar morfina y finalmente tuve un brote psicótico. Destrocé mi casa, las puertas, todo lo que encontré a mi paso. La sensación de no tener nada dentro de mí era insostenible, me sentí mala madre, no podía con esa culpa... estuve medicada como un mes, hasta que yo misma dije ya basta. Y me perdoné. Esa sensación de traicionar algo tuyo era horrible, me ha costado quince años poder decir su nombre: Rubén. Cuando me preguntan si tengo niños digo que sí. Dos.

También tengo dos sobrinos, de 33 y 11 años. Con el pequeño tengo una conexión más especial porque mi segundo hijo, que era niña, tendría su misma edad.

Después de aquello, al cabo de un tiempo falleció mi padre; lo ingresamos un 14 de febrero y a los 55 días falleció. Entró por una descompensación de azúcar y le encontraron una metástasis. Me afectó muchísimo.

LOREY
MARTÍN
REYES



Era la niña de mi padre, supongo que como todas las chicas, y cuando murió me vi huérfana no solo de padre, sino huérfana de cariño, de comprensión. Hablaba mucho con él, y murió muy joven, con 67 años. Teníamos una complicidad enorme. Fue muy duro perderle.

A los 10 días de fallecer mi padre, mi madre se amputó tres dedos con una máquina de sulfatar, y comenzaron las luchas con mi hermano y su mujer de entonces, por el tema de la herencia, litigio que sigue a día de hoy.

A mi segunda hija la perdí de manera natural; mi enfermedad depende mucho de mi estado anímico, y sentía tanta presión por tantos frentes, que su corazón dejó de latir. Lo noté. Estaba acostada y lo noté. Noté que se paró. Se iba a llamar Aimara. Me metí en la ducha, con agua caliente, para comprobar que seguía sin moverse. Llamé al padre del bebé, un profesor universitario, pero me dijo que no podía acompañarme. Me fui sola al hospital, no quería que mi madre, que ya estuvo conmigo 17 horas en el anterior aborto, pasara por lo mismo.

En el Hospital Universitario me provocaron otro parto. Me dieron el alta y me fui a casa.

Y me rompí. Otra vez. Dejé de creer en la religión, en el ser humano, empecé a pensar y sentir que no tenía sentido seguir viva, ¿para qué? No veía salida ninguna, y convivir con esos picos emocionales me costaba mucho. Iba encontrando con qué aliviarme: por ejemplo, me iba a la zona de Punta Hidalgo, caminaba sobre las rocas, gritaba, gritaba también debajo del agua, quería sacar toda la rabia porque no soportaba a la gente, me volví agresiva, me estaba haciendo daño, a mí y a todos los que me rodeaban.

Salí adelante. A los cuatro años de eso, un 24 diciembre, a las diez y media de la noche, le dio un infarto a mi madre. Ese mismo día había muerto un hermano de mi madre cuando iba con mi padre en el coche. Le hicieron un cateterismo, remontó, pero le volvió a dar otro infarto, se le rompió la válvula vitral, estuvo diez horas en quirófano, y murió. Ella, mi madre, que se apellidaba Reyes, y la última de su estirpe, fue enterrada el día de Reyes.

A los 39 años, con una situación anímica muy delicada, poco antes de morir mi madre, conocí a un canario por las redes sociales; empezamos a hablar, me dijo que era funcionario, del Cuerpo de Seguridad del

Estado. A los tres meses, decidimos vernos. ¿Por qué? Supongo que porque resultó muy insistente y yo no quería sentirme sola. Cuando iba en coche a la cita, tuve un pálpito, así que me di la vuelta. Él me llamó, insistió y acudí finalmente a la cita. Cenamos, nos contamos cosas, lo pasamos bien. Me llamó la atención lo mucho que se interesó por mis recursos económicos, muchas preguntas sobre mi trabajo, sobre si vivía de alquiler o en propiedad... pero no le di demasiada importancia. Mantuvimos una relación más o menos normal, hasta que falleció mi madre, momento en que aprovechó mi fragilidad.

En el caso de mi hermano, como puso tantos impedimentos, no pude acceder a la herencia cuando más lo necesitaba. No nos hablamos, aunque tengo una excelente relación con mis sobrinos.

Ahora, después de todo lo que he vivido, sé que mi hermano también me maltrató psicológicamente, además de causarme un maltrato económico. Cuando se habla de violencia de género, nunca se habla del maltrato económico pero, a veces, también existe, si no siempre. Cuando tu pareja te lleva a pedir un préstamo del que te tienes que hacer cargo tú, ¿no es maltrato, violencia? ¿Qué conlleva esa deuda? Significa que el vínculo que mantienes con el maltratador no cesa hasta que pagas la deuda. Cada vez que llega el recibo del banco, vuelves a recordar todo, de nuevo.

Tal era mi sentimiento de soledad, de desamparo, que lo consideré como mi guía, mi sostén. Menudo error. Y eso que no estuvo a mi lado, me escribía, me preguntaba cómo estaba, y a mí me bastó eso para considerarle mi luz, mi protección. Venía a casa, pasábamos juntos unos días, se volvía a marchar. Se ofrecía a ayudarme en todos los trámites de la herencia. Curiosamente, una amiga estaba casada con un compañero suyo, y me advirtió de que tuviera cuidado con él. No la creí. No solo no la creí, sino que me llegó a anular de tal modo que estuve a punto de hipotecar la casa de mis padres para darle el dinero. Lo necesitaba para pagar sus deudas; estaba tan atrapado que no podía pedir más créditos.

Por fortuna, cuando iba a firmar esa hipoteca vi a mi padre diciéndome: «Ese hombre es un villano». Busqué la palabra en el diccionario y aquello me hizo recular. Le puse como excusa que, al no estar resuelto el problema de la herencia, no me concedían la hipoteca. Lo que hice fue pedir un préstamo personal de quince mil euros. Por aquel entonces, yo trabajaba en el restaurante que había sido de mis padres, con mi hermano, de quien se hizo muy amigo. Tenían el mismo perfil y las mismas adicciones. Con él, no salía de casa. En los seis años que estuvimos juntos, comimos dos veces fuera. Me decía que teníamos que conocernos, y que mejor disfrutar de la intimidad. Me fue aislando y yo me dejé aislar. Hasta el punto de que, en una ocasión, él celebró una comida con sus compañeros de trabajo en el restaurante, y me pidió que no estuviera. Yo le hice caso.

Hubo muchas cosas terribles con este hombre... En la despedida de soltera de mi amiga Susi, cuando me vio vestida me dijo que no podía salir a la calle vestida así (llevaba un pantalón de cuero, una camiseta blanca y una *blazer*). Me quedé muy sorprendida, pero le dije que por supuesto iba a salir así. Él me amenazó con no ir a la boda. Cuando regresé a casa, a las siete de la mañana, estaba esperándome en los escalones de mi puerta, pensando que iba a volver con otro hombre. Es un enfermo de celos. El día de la boda, me dijo que no íbamos a ir ninguno de los dos. Claro que fui, volví con los novios, cuando ya había amanecido; nos pusimos el bañador y nos fuimos a la playa. Cuando volví a casa, me levantó en peso y me arrojó a la cama. Me dijo: «Conmigo te has equivocado, te me estás saliendo del redil». Ese fue el día en que le cogí miedo. Lo peor es que me dio por reírme, por los nervios, y se enfadó muchísimo, tanto que le dio un puñetazo a la pared y se destrozó los nudillos. Tuve que curarlo. Me dijo: «¿Ves lo que ocurre? Te dije que no fueras a la boda...»

Después de aquello, estuvo quince días desaparecido, por completo. Pensé en dejarlo, pero seguía queriéndole, y creía que podía cambiarle, hacerle feliz. No sé si llegué a estar enamorada, creo que fue un capricho, el capricho de intentar cambiar a un hombre así.

Era un mentiroso, siempre estaba mintiéndome y mintiendo. Las adicciones acentúan el comportamiento de un mentiroso compulsivo. Un día, cenando en casa, sacó cuatro gramos de cocaína, y una botella de ron. Se metió veinticuatro rayas en una noche, más la botella. Le sangraba la nariz, y yo no me daba cuenta de la gravedad de aquello, no sé dónde estaba mi cabeza en ese momento, se estaba destruyendo y yo se lo permitía... nunca había visto algo semejante. Por su trabajo, conocía a muchos camellos, chivatos, conseguía fácilmente droga. Nosotros no salíamos de casa. Por desgracia, durante algún tiempo, enfrente de donde vivía se instaló un camello, así que todavía le resultó más fácil conseguirla. La droga la pagaba yo. El camello no tiene datáfono.

Mi mundo se redujo a los alrededores de mi casa, los amigos de mi hermano, que le daban a lo mismo que él, y con quien compartía juerga hasta las ocho de la mañana; no quería que nos vieran juntos. Solo me quiere para él, pensaba yo. Después entendí que en la calle no podía manipularme, en casa, sí. Alguna vez fui capaz de proponerle que dejáramos la relación, pero me respondía que si le dejaba, haría una locura. ¿Más locura que meterte cuatro gramos? Su consumo era tal que, cuando se fue definitivamente de mi vida, tuve que cambiar el colchón de la cama porque había marcas de sangre suyas.

A su vuelta de una de esas fiestas locas que compartía con mi hermano, llegó muy violento, con los ojos fuera de las órbitas, y le pedí que se fuera. Se volvió como loco, empezó a romper todo lo que pillaba. Esa noche, fue mi hermano quien le cogió miedo. Se fue, estuvo un mes sin dar señales de vida. No le eché de menos. Cogí todo lo suyo y lo tiré a la basura. Pero al mes llegó, tocó a la puerta, le abrí.

Vino a pedirme perdón, a disculparse por lo agresivo que se puso... «te pido perdón, te quiero, pero no sé qué me está pasando, estoy nervioso», me dijo. Vino más delgado, con una infección por *Helicobacter*. Estuvo en casa cuatro o cinco días, después volvió a irse de fiesta.

Y nos casamos. Sí, nos casamos. No dio tiempo a que registraran nuestro matrimonio. Lo impugné antes de los quince días que se necesitan para hacerse efectivo.

El mismo día de la boda fuimos a almorzar. No se había pedido siquiera los quince días que te dan de permiso. Se fue a las carreras de caballos y me quedé sola en casa. Me rompí, de nuevo. Me trataba como una basura. Volvió esa noche, al día siguiente trabajaba de tarde y al tercero se fue, de comisión de servicio, fuera. Yo me regresé a Tenerife, pero tuve la santa paciencia de cortar en tiritas las sábanas, los paños de cocina, las toallas... le dejé todas las trizas sobre la mesa, con una nota que decía: «Hazte una trapera para que la pises bien».

Me llamaba y no le cogía el teléfono; me mandó a un compañero para que hablase conmigo, para saber qué pasaba. Me ponía mensajes en los que decía que estaba aburrido de la vida, me insultaba, me machacaba diciéndome que a dónde iba a ir, si estaba sola, me insistía en que no tenía a nadie, en que yo le debía mucho, que él me había salvado, que si no hubiera sido por él dónde estaría yo... y yo me lo creí.

Volvimos a estar juntos. Empezó pidiéndome mil euros, dos mil euros, tres mil euros... ¿Por qué le daba el dinero? No lo sé, creo que por no escuchar cómo se lamentaba, me hacía sentir culpable todo el tiempo, como si le debiera estar viva... me decía que siempre estaba haciéndome la víctima... te va minando y minando y te convierte en un zombi total. Un zombi, ni siquiera una marioneta.

Volví a la Península, con él. Nos pasábamos los días viendo películas en casa mientras él se drogaba. Salía sola por la zona, tomaba un café sola, me acompañaba al cajero, para que le sacara dinero. En la Península, su situación empeoró. Un día me llevó en coche a las Tres Mil Viviendas. Yo reconocí el sitio por un reportaje de la televisión. Conocía a todo el mundo allí.

De lo que no quiero hablar es del maltrato sexual, pero lo hubo. Siempre lo hay con los maltratadores. Un día quería llevarme a la cama, yo no quise, me dijo que le diera más dinero, le respondía que ya no me quedaba y se puso tan nervioso que sacó el arma y me la empuñó. Me dijo que quería acabar con su vida de mierda, que me iba a meter un tiro, y después se lo metería él.

En un segundo, me pasó mi vida por delante, mis hijos, las pérdidas, mis padres... todo. Le dije: «Dispara». Estaba tan agotada de todo, tanto, que aquello me pareció la única oportunidad de que aquello acabara. «Venga, dispara». No tenía nada que perder. Bajó el arma y me dijo: «Tú y tu puta psicología barata...» Pero lo que dije lo dije en serio, sinceramente. Lo odié porque no disparó. Lo odié con toda mi fuerza por no haber disparado. Pasé siete años de mi vida con él, viviendo una vida de mierda, que no quería, que no la había buscado, que me tenía aprisionada.

Cuando regresé a Tenerife, pedí ayuda en la Casa de la Mujer. Hablé con la abogada, y me preguntó si estaba dispuesta a encarar un juicio, con todo lo que suponía. Le dije que no. Aparte del dinero, me había robado mi vida. No tenía fuerzas para enfrentarme a un juicio en el que iba a escuchar mentiras. Además, cuando denuncié, sus propios compañeros trataron de disuadirme; hay mucho corporativismo dentro del cuerpo, pero la trabajadora social dictaminó que había habido malos tratos, y comencé tratamiento psicológico durante varios meses. Fue entonces cuando me di cuenta de que había sido una víctima de violencia. Entonces, no antes, nunca lo había pensado. Todo ese tiempo creía que yo era la culpable, por ser rara, por no darle todo lo que él necesitaba...

Tuve persecución por parte de algunos de sus compañeros, y empecé a coger miedo, a no querer salir sola, ni siquiera al supermercado, a salir de noche, me fui encerrando y la imagen de la pistola apuntándose era repetitiva, él apretando los labios...

Hubo sentencia, pero no reconocimiento de deuda que asumiera él, puesto que él se quedó el dinero. Esa deuda la tuve que pagar yo. Esa deuda me llevó a ser usuaria de una ONG para poder comer. Con mi pensión no me daba para pagarlo todo, sus pufos, mis tratamientos médicos, la luz, el agua... El primer día que fui a buscar comida a la ONG, no podía parar de llorar.

Algunos días después, noté que mi cuerpo estaba raro, y fui al médico. Me hicieron una biopsia de cuello de útero, me encontraron el virus del Papiloma Humano. También eso me dejó.

Tu alma se pudre cuando estás cerca de un maltratador.

Ahora estoy liberada.

A día de hoy, vuelvo a estar en activo laboralmente. Trabajo en la recepción y administración de un centro de mayores. Hago teatro, en una compañía amateur formada sólo por mujeres, que me hace muy feliz. Me ha ayudado muchísimo, a conocerme, a respetarme, a valorarme. He comenzado una nueva relación.

Hoy soy feliz, doy gracias por estar aquí, por poder disfrutar de las pequeñas cosas, un paseo por la playa, un baño, contemplar un atardecer mientras tomo un café... vivir viviendo.

El túnel puede ser largo y oscuro, pero siempre, siempre, tiene un final donde nace la luz.

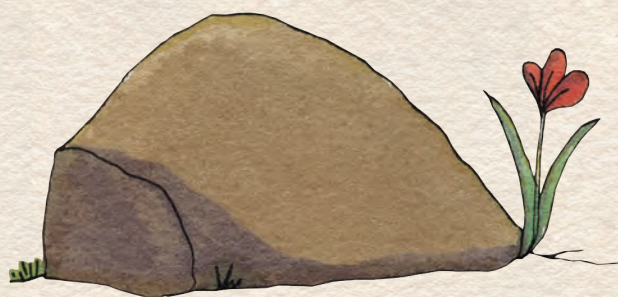
No te pares. Avanza.





NO ES LA PERSONA
LA QUE TE DA MIEDO,
ERES TÚ MISMA,
QUE TE HACES
PEQUEÑA»

LOLA GUTIÉRREZ PERALTA



LOLA ES UNA MUJER DE 59 AÑOS, la tercera de seis hermanos, cinco mujeres y un varón, que es el más pequeño. Me gustaría que este testimonio apareciera el tercero en el libro; tengo una extraña relación con el número 3: nací el 23 del 3 del 63, viví en Pago de la Serrana Y-3, en el tercero derecha, siempre he sido el número 13 en clase, me casé —por desgracia— un día 30, viví en el número 53 de otra calle, mi hija nació un 23, mi número social termina en 13... el tres me persigue por todas partes, y este libro, además, sale en 2023.

Fui una niña no deseada, maltratada física y psicológicamente. Nunca me sentí querida ni valorada por mi madre, que me daba palizas, no palizas con las babuchas, o con la mano, no. Palizas con palos de escoba o de fregona, con palos de madera macizos y palos de hierro, me los partía en la espalda, en la cabeza, en los brazos, en la cara... tengo un bulto en la cabeza de por vida. Lo malo era cuando los palos de hierro se doblaban, eso era lo terrible, porque cuando se partían ella los guardaba. Que te aticen con un palo pequeño os aseguro que dolía muchísimo más. No, mi madre no me quería. No era solo a mí a la que pegaba, también a algunas de mis hermanas, pero yo era la que más protestaba y se rebelaba.

No lo entendía, no sé cómo pudo ser una madre que no nos diera cariño alguno, nunca un beso, un abrazo... algo sí quería a mi hermana, la segunda, hasta que nació mi hermano, doce años después que yo, fue locura con él. Mi hermano comía lo que le apetecía, a capricho; si no le gustaba lo que le ponía mi madre, le hacía otra cosa. Había mucha diferencia de trato, así que cogí muchos celos de mi hermano. Mi madre lo trataba como un príncipe, como si fuera el rey de España, era intocable.

Una de las consecuencias de ese maltrato es que me hice pis en la cama hasta los 29 años. Era el bicho raro de mi casa. Además, con 9 años me pusieron gafas. Siempre era yo la mala, la contestona, la que más palos se llevaba... «la meona», me llamaban mi madre y mis hermanas. Crecí con el miedo de que mis amigas se enteraran de ese mote.

Un día, subí corriendo a casa para quitar las sábanas tendidas, no fuera a ser que alguien sospechara de que me hacía pis... fue una etapa muy dolorosa y de impotencia que, además, pensé que duraría para siempre. Eso me producía un estrés emocional, un sufrimiento continuo y una culpa que para mí fue una tortura.

No tenía apoyo ninguno. Hasta mi padre, que era un hombre bueno, pensaba que me hacía pis por llamar la atención. Nunca le conté nada, yo estaba sentenciada y él estaba loco por ella, nunca me hubiera creído. Él trabajaba mucho para mantenernos (tenía tres trabajos), pero ella se lo gastaba rápidamente en ropa cara, muebles, oro, vestidos... Con el tiempo, supe que mi madre, a su vez, también sufrió malos tratos. Ella hubiera necesitado ayuda, lo mismo que yo, era una enferma, con problemas de autoestima baja, atrapada.

Desde que murió mi padre, la situación de mi madre también cambió: ha sufrido, padecido y tomado su misma medicina... Y no, no me parece justo, sé que habrá mucha gente que piense que se lo merece, hasta yo lo pensé en una época. Ahora, la única que se preocupa por mi madre soy yo. Qué vueltas da la vida... es una mujer enferma, hubiera necesitado ayuda. A mi madre la he perdonado, aunque ella no lo sabe; ¿para qué iba a querer ella mi perdón, si estaba convencida de que yo era mala y de que lo que me hacía, lo hacía por mi bien? Ser mala justificaba las palizas. Sí, mi madre hubiera necesitado ayuda.

LOLA
GUTIÉRREZ
PERALTA



Un día me enfrenté a ella, tenía 18 años. Estaba en la calle con mis amigos y me llamó desde el balcón. Cuando cerré la puerta, ya en casa, al volverme me pegó un palazo en la cabeza. Cuando me repuse, le cogí el palo y la amenacé con matarla si me volvía a pegar. «No me vuelvas a pegar nunca más». Y nunca más lo hizo. Me llamó «hija de la gran puta», me dijo que tenía que haberme ahogado antes de haber nacido, era algo que me decía con cierta frecuencia. No, no me volvió a pegar, pero me rompía fotos de mis cantantes e iconos favoritos, me tiraba diarios que escribía... esas cosas me dolían más que las palizas. Los golpes dejaron de dolerme, los podía aguantar... Me dolía que *comiera tanto el coco* a mis hermanas que pensaban que yo era mala y que merecía las palizas... de esa sensación tan dura nunca te repones. Me he sentido culpable durante toda mi vida, con mis hijos, con mi marido, con mi madre... ahora, aunque sé que no soy mala, me da mucho coraje. Una víctima, eso es lo que soy, una víctima, no una mala persona.

He podido comprender por qué actuaba así: sus miedos, una estima baja, el desequilibrio interno que no le permitía ver sus errores, sus propias carencias afectivas, su trato esquivo y vacío...

Creí con muchos vacíos emocionales, un abismo afectivo con profundos sentimientos mezclados: odio, rencor, rabia, venganza, coraje, frustración... pero llega un momento que tenemos y debemos cortar el vínculo con el sufrimiento del pasado, para sanar las heridas del presente. Aunque este gran paso no significa que se borre lo que me hizo, me ha ayudado a ver la realidad, ajustarme y apretarme a ella, para evitar y seguir arrastrando una mochila cargada de emociones negativas y nocivas para mí.



Con 28 años, mi madre me obligó a irme de casa, así que me casé con el que era mi novio entonces. Mi madre me llevó a convivir con la persona que después me maltrató. Yo no le quería, pero tenía que ir a algún sitio. Llevábamos cuatro años de novios, y teníamos más peleas que otra cosa. Era un lobo con piel de cordero, muy machista. Y homófobo. Yo tenía un amigo homosexual y, al enterarse, me dijo que esas personas le daban asco. No le permití que volviera a hablar así de él.

Los maltratadores tienen una cara tan distinta para fuera... nadie pensaba al principio que pudiera estar maltratándome, como tengo un carácter tan fuerte, como no soy sumisa, ni callada, como *tengo cojones*,

nadie lo pensó. Nunca me puso la mano encima, ese espantapájaros jamás se atrevió. Pero me hizo polvo psicológicamente. Caí en una depresión muy grande, era tan pesada la mochila que yo arrastraba... no era consciente. En mi cabeza no quería aceptarlo, cómo aceptar que un hombre pudiera maltratarme...

Me sentía presa de él porque le confesé lo que me pasaba, lo que sucedía en mi casa, que me hacía pis en la cama, lo que había sufrido, que tenía anorexia... me vi atrapada. Le confesé lo más íntimo de mí, aquello que me daba una vergüenza de muerte, que me hacía pis. No lo sabía nadie.

Me casé con una depresión enorme, sin saberlo. Un año antes, estaba en el salón de mi casa y le dije a mi madre que tenía ganas de tirarme por la ventana. Así se lo dije porque era lo que sentía. Tenía una cosa en la cabeza muy rara, que luego diagnosticaron como crisis de ansiedad. Eso lo supe después. Al principio, me asusté pensando que sería un tumor.

Mi madre me llevó al médico. Me miraron por todos lados, me hicieron pruebas, y finalmente me mandaron a salud mental. Me vieron un psiquiatra y una psicóloga. Mi madre quería entrar a las consultas, pero no la dejaron. Me odió más todavía, porque sospechaba que estaba contando que me daba palizas.

Yo tuve ayuda. Ella, mi madre, la hubiera necesitado. Sé que nunca me quiso, pero ahora me da lástima; es mayor, está perdiendo la cabeza, y quiero que los últimos años, por lo menos, los viva feliz y con cariño.

Me casé con 28 años. Con mi novio, Jorge. Pasé las de Caín, la viruela y el infierno más absoluto con este hombre, muchas necesidades, hambre y, lo peor de todo, lo más doloroso, lo sufrí muchísimo más por mis hijos. Nos cortaron varias veces la luz y el agua. Además, fue un padre ausente, en todos los sentidos. No me pegaba, pero no le hacía falta. Cuando ingresaban a mis niños, nunca venía al hospital. En cambio mi madre sí, ella siempre estaba. Él jamás vino a una función de los niños, a una graduación, a un médico, a una reunión de tutores. Los hijos para él fueron una pega, y se molestaba cuando me echaba en cara que los quería más a ellos que a él. Eso era así. Por supuesto.

Casarme con él fue el error más grande de mi vida. Cuando mi hijo tenía dos semanas, me fui a casa de mi madre, no quería estar con ese hombre, pero mi madre me echó a la calle, me dijo que tenía que estar con mi marido. Esto se repitió varias veces, con el mismo resultado. Así que gran parte de mi matrimonio lo pasé metida en una cama, tomando pastillas, sin poder levantarme, con una depresión grandísima, sin ver salida alguna.

De vez en cuando, mis hermanas venían a limpiar y me llamaban «guarra» y «cochambrosa» por no limpiar mi casa. Pero es que no podía, no podía levantarme. Eso mismo me decía mi madre, más: que «era una mierda», «que no servía para nada». Mi exmarido lo repetía, y también mis hijos.

Después de haber tenido dos hijos, me volví a quedar embarazada, pero aborté; fue algo de lo que me arrepentí siempre. Todo el mundo me decía que no teníamos para darle de comer, que cómo lo iba a tener, la psicóloga me comentó que las pastillas que estaba tomando eran muy fuertes y que podrían afectar al bebé... además, ya tenía bulimia crónica. Así que, después del aborto, tuve otra depresión.

La muerte de mi padre en 2006 por un cáncer de pulmón fue el peor palo que me podía haber dado la vida. Era una bellísima persona, muy buena gente, un trabajador inagotable, le encantaba el campo y la justicia. Su risa jamás voy a olvidarla porque era muy peculiar, muy contagiosa.

En 2015 decidieron que ya estaba preparada para recibir terapia, y fui; por aquel entonces, cuidaba a una señora. Traté de separarme de mi marido, y lo hice, pero le dejé vivir en casa. Casa es mucho decir, porque vivíamos en una situación terciarista, la casa era un poema... se colaban ratas y ratones,

cucarachas... cuando llovía teníamos que entrar al cuarto de baño con paraguas, tal cual, estaba apuntalado, y todo lleno de muebles viejos. Él era oficial de primera escayolista, lo hubiera podido arreglar... pero no le dio la gana, no quería arreglarlo, quería verme como un trapo viejo, lo peor que pudiera estar, aunque sufrieran también mis hijos. Quería verme tirada en la calle, ese era su deseo.

Cuando vino la asistente social me dijo que había entrado en muchas casas, pero como la mía, ninguna, con el techo de la cocina medio caído, que casi mata a mi hija una vez que se desprendió parte de él. No, él nunca quiso a sus hijos. Nunca les dio ni un euro, ni siquiera lo que establecía el convenio regulador, los 150 euros mensuales, que no los quise. Tenía que pagar la casa y la comida. Yo no tenía trabajo entonces, y llevábamos casi veinte años casados. ¿Qué comíamos? Lo peor del mercado, los despojos, hígados, sangre y cuatro peras. Eso es lo que nos traía para comer. Un día trajo tres peras. Y empecé a llevar pollo para tres. Y dejé de comer. Casi un mes estuve sin comer apenas, y mis hijos no se daban cuenta.

Vi las pastillas, me miraron. Estaba tan abandonada que pensé en hacer una tontería. No tenía nada que perder, sólo quitarme de en medio. Pero entonces, en ese momento en que lo había decidido, llamó mi cuñada Inma y me salvó. Me preguntó qué pasaba conmigo... no pude más, y le conté todo. Juan Antonio, mi hermano, vino a casa y me trajo una fiambra de comida, y mi hermana mayor, dos carros llenos de productos de Carrefour. Cuando él vio eso, dejó de traer comida a mis hijos. Con el tiempo, perdió el trabajo y éramos nosotros los que le dábamos de comer. Casi cinco años así. No le eché de casa porque su familia me amenazaba. Y yo no estaba bien, tenía miedo, no lo sabía, cómo imaginar que pudiera tener miedo... Todavía no me lo explico.

Ahora sé que lo primero que hay que quitarse es el miedo, que es lo que te hace pequeña, pequeñita. No es la persona la que te da miedo, eres tú misma, que te haces pequeña, y te encierras. Y solo tú tienes la llave. Hasta que no reúnas la fuerza necesaria para coger y abrir esa cerradura, y decir «hasta aquí», nadie te puede ayudar. Yo era muy fuerte, pero tenía la autoestima tan baja, tan empuñecida, tan tocada de antes, que le resultó muy fácil aplastarme como a un gusano. Hasta mi hijo llegó a pisotearme sin piedad, porque cogió el rol de mi exmarido cuando cumplió 18 años. Me decía que era una mierda, que no servía para nada... Por la rabia hacia el padre, me culpaba de que había tenido un infierno de infancia... y me creía que llevaba toda la razón del mundo.

Y sí, me sentía culpable. Cuando denuncié me llevaron a Huelva con mi hija. Mi hijo, al ser mayor de edad, no podía venir con nosotras, ¿eso es justo? Sigue siendo una víctima, aunque sea mayor de edad. Así que se tuvo que quedar aquí, con mi madre y con mi hermana, con una persona que me había maltratado y otra enferma. Mi hijo pasó muchísimo, estuvo muy mal los tres meses que vivimos en la casa de acogida en Huelva. Me suplicaba que le ayudara, así que tuve que salir de allí para sacar a mi hijo y buscar un piso.

En terapia, mi doctor, el doctor Carmona, un día me preguntó si tenía miedo. Y me di cuenta de que sí. «Sí, sí que le tengo miedo, no físico, pero sí psicológico». Esa fue la pregunta del millón, la que me salvó. Por eso decidí denunciar, por eso me mandaron a Huelva. Fui a comisaría y resultó todo muy desagradable, porque tuve que contar muchas cosas íntimas, por ejemplo, que me forzaba sexualmente, sobre todo vía anal. No es fácil contar estas cosas, y menos a desconocidos.

Nunca he vuelto a verlo, nunca. Jamás. No quiero que le pase nada; antes lo odiaba a muerte, pero ahora no, no le guardo rencor, me es indiferente, lo único que me gustaría es que mis hijos tuvieran una buena relación con él, porque tienen mucho dolor dentro.

Con mi madre sí han tenido relación mis hijos, sobre todo mi hija. Nunca les he hablado mal de ella, a pesar de haber sido como fue.

Me sentía mal con mis hijos, me insultaban, no valoraban nada de lo que hacía por ellos. Me cansé de ser su sirvienta. Cuando mi hija empezó a decirme las cosas que me decía su padre, lo mismo que mi hijo, algo en mi interior se revolvió dentro de mí con un ímpetu y una fuerza que jamás antes había sentido. Entonces, abrí los ojos, decidí irme de la casa y de la vida de mis hijos.

El día que me iba, mi hijo me amenazó con no volverme a hablar, ni conocer a mis nietos cuando los tuviera, pero me mantuve firme. Vine a Jerez. Todavía me quedaba una gran lucha. Mis hermanas me dieron la espalda, y no pude quedarme en casa de mi madre. Fui al Instituto de la Mujer, con mi sentencia firme como víctima de violencia de género y una orden de alejamiento de 200 metros. Tenían que ampararme, ayudarme, acogerme... tuve que presionar para que me dieran un lugar donde dormir. Me mandaron al albergue municipal. ¿Tú sabes lo que me entró en ese momento? Como si cuarenta garrafas de agua helada me cayeran encima. Mira que hablo, pero no supe ni qué decir. Lo primero que se me vino a la cabeza fue a mi ex y la frase que me machacó y torturó durante años a diario: «te tengo que ver tirada, tirada y arrastrándote por los suelos, sin que nadie te ayude, ni tu familia...» y me dije para mí «te has salío con la tuya, hijo de la gran puta».

No conté nada a mi familia, no paré de llorar en esa noche, no le dije nada ni a mis hijos, ni a mis amigas. Al día siguiente, fui a ver a mi hermano. Cuando me llevó a la que pensaba que era mi casa y se dio cuenta de que estaba viviendo en el albergue, se quedó muerto. Allí estuve nueve meses y nueve días, en la «Casa del Terror». Nadie me llamó para preguntar si estaba viva o muerta, qué necesitaba, si estaba bien...

Escribí a la concejala del Ayuntamiento de Jerez pero no sirvió de nada; pasaron seis meses hasta que me atendió la trabajadora social de zona. Menos mal que la mayoría de los que trabajan allí son héroes, porque estar dentro, aguantar, soportar, callarse lo que se han tragado esta gente (yo lo he vivido, he visto y oído) es denunciabile... pero tenían las manos atadas.

En el «Hotel Jerez», era como yo llamaba al albergue, conocí a alguien que me dio comprensión, me escuchó, me dio cariño en un momento de muchísima vulnerabilidad, en una situación extrema.

Así fue como caí en las redes de mi segundo maltratador, que está denunciado. Me pregunté mil veces cómo había podido caer por segunda vez, pero de nuevo gracias a Paqui, de Inserta Empleo, a Carmen Sevilla, del Instituto de la Mujer de Cádiz, y a mi psicóloga, Ana Fernández, lo entendí, aunque el daño estaba hecho.

Ahora, quiero ser libre y feliz.



De esa época estoy tan agradecida a Nuria (la trabajadora social), Antonio Martín, Antonio, Manuel, Miguel, Miguelito, Juanma, David, Nacho y María; también a Paqui, de Inserta, «mi ángel de la guarda», que me animó a hacer cursos, como el de Operaciones auxiliares de servicios administrativos y generales. Recuerdo a la maravillosa profesora, Isabel, a los compañeros que tuve, fabulosos, y mis prácticas en las oficinas de Cáritas (donde hacen una labor humanitaria increíblemente noble y generosa). También agradezco la labor de Cristina, de Acem¹, bondadosa y especial, y la de su equipo.

Hay personas mágicas rodeándonos por todas partes. Son aquellas con las que conoces la felicidad, aquellas que te ayudan a volar, a brillar, a descargar tu mochila. Personas con las que

1. Acem es una organización sin ánimo de lucro española especializada en la atención de refugiados, inmigrantes y en situación o riesgo de exclusión social.

compartes la complicidad, la permanencia. Con las que sobran las palabras. Con las que estableces un vínculo sano, abierto a experiencias. La amistad de esas miradas sinceras te aligera pesares y ayuda a superar los obstáculos que llegan. Personas mágicas que tienen grandes cualidades sociales y emocionales, que brindan su apoyo, nos rescatan y nos encaminan, con inteligencia social, prima hermana de la emocional. Suelen ser personas humildes, auténticas, especiales y genuinas. Actúan desde el corazón y no buscan agradar, pero lo logran por su sencillez y su brillo natural. Te miran a los ojos con compasión y simpatía, te sonríen con cordialidad y sinceridad, te escuchan sin juzgarte y te muestran el lado más optimista en cada ocasión. Las llamo humanos.

Quiero dar las gracias a mi psicóloga Ana Fernández, mi psiquiatra la doctora Leiva y el doctor Carmona, que fueron los que me hicieron descubrir que yo estaba viviendo maltrato por mi exmarido; a los dos tesoros de mi vida, mis hijos, Daniel y Jennifer; a mi padre, mi héroe, que siempre está conmigo; a mi hermana Encarni, la mejor del mundo, mi auténtica madre; a Israel, mi sobrino, ahijado, amigo, compañero... mi hijo; a Montero, un hermano para mis hijos y un hijo para mí.

A mis hermanas del alma: María del Mar y su marido Rafael; Gloria, su marido Luis, sus hijos, Luis Miguel y Apolo y su nuera, Sara; Bienve y su hijo Enrique; Charito y sus hijas; Toñy y su familia; Merci, marido e hija y su madre Rafaela; Toñi, del Insti, y su familia; mis hermanas, cuñados, hermano, cuñada, hijos y nietos; mi prima Ani, Miguel, hijos, mujeres e hijos; mi tía Anita y a mi tío Titi; Eva, de Andalucía Orienta, Inserta Innovación; Irene, de Faisem, y el equipo; Ismael Caballero, su madre, Eva y su hermana, Tania; Luchy (como una madre), su nieta Cynthia y familia; Alicia Narciso (exconcejala de Huelva); Ismael, de la cooperativa; Tamara (vecina de Huelva); Joanvi, madre y hermano; la buena gente del Facebook, muchos se han convertido en familia: Reyes, Joaquín y su princesa, Marisa, argentina, la primera amiga que tuve en el Facebook, las Coyotas (jamás olvidaré los días que pasé en Madrid); Mayte Bernal y familia; Maite Valverde y familia; José Fernández y Charys, mexicana; Joseliño, Juan Carlos Pardo, Pepe, Mercedes, Soraya Vela, Nuria.

A mi tribu sevillista y todos sus miembros; Chari (albergue), Isabel y Andina (con sus niños), mis vecinas. Al Defensor del Pueblo, que siempre me ha contestado. Y al taller de empleo en el que estoy haciendo el curso de herraje, una nueva oportunidad para tener la cabeza en uno de los seres más bellos y hermosos que existen, los caballos, una de mis pasiones; impartido por un gran profesor, José Luis, y rodeada de grandes compañeros.

Mi testimonio está dedicado a esas mujeres que no se atreven a dar ese primer gran salto. Sé que cuesta muchísimo darlo, pero tenéis que evitar vivir manipuladas por el miedo (el peor enemigo que tenemos), tomar decisiones y convivir con él.

Quiero recordar a Ana Orantes, que murió asesina por su exmarido después de que ella contara su historia de maltratos en televisión.



❖ ES MUY FÁCIL
DECIRLE A UNA
MUJER MALTRATADA
QUE SE SEPARE PERO,
¿DE QUÉ COME,
DÓNDE VA?»

ESTHER GONZÁLEZ DORADO



ME LLAMO ESTHER, Y NACÍ EN UN PUEBLO GALLEGO, BARALLA. Mi niñez, dentro de lo que cabe, fue muy feliz, con un padre maravilloso que me protegía por encima de todo. Éramos siete hermanos, ahora somos seis. Todo fue bien hasta que cumplí los 14 años. Entonces, una de mis hermanas quería sacarse el carné de conducir y me propuso ayudarla a llevar la panadería que tenía. Estuve dos años con ella, en Campamento, Madrid. Ahí empezó mi calvario: el que era su marido, dos años mayor que mi padre, comenzó a abusar de mí. Yo no era consciente de lo que pasaba, intenté hablar con mi hermana, pero nunca me creyó. Con 16 años, para mí era algo normal que él me metiera mano por todos los sitios. A las ocho de la tarde tenía que prepararle la cena y ahí aprovechaba, porque estábamos solos. Me daba asco mi cuñado. Además, era más mayor que mi padre; que me manoseara me hacía sentir sucia, mala persona.

Hasta que estaba a punto de cumplir los 18, y decidí escaparme de casa, yéndome con un hombre al que no quería y que me maltrataba físicamente. Con ese hombre tuve dos hijos, que ahora tienen 42 y 38, Elvira, Ainoa. Después, vino Manuel, que tiene 23 años.

Esa relación fue un calvario. Me daba palizas sin venir a cuento, y yo pensaba que algo estaría haciendo mal. Después me compraba unas flores, para disculparse... Cuando me quedé embarazada me dio una paliza tan grande que le pedí el divorcio, pero no me lo concedió, eran otros tiempos, así que tuve que convivir de nuevo con él; fue un infierno. A día de hoy no puedo verlo, cada vez que viene a ver a sus hijas a Jerez prefiero no coincidir ni de lejos, le tengo miedo.

Mi hermana, cuando tuve a mi primera hija, como era muy joven, intentó quitármela, preparó los papeles, acudió a Servicios Sociales... menos mal que no me la quitaron. Nunca me pidió perdón, nunca reconoció lo que yo había pasado con su marido, siempre me trató como una loca... Creía que era yo la que le provocaba, por mi forma de ser, porque era rubia, por cómo vestía, por ser una persona abierta...

La primera vez que me puso mi marido la mano encima estaba mi suegra delante. Puse la mesa, había pasta para comer y se me olvidó un tenedor. Cuando me di cuenta y me levanté para coger uno más, y me agarró la primera bofetada, me quedé petrificada. Mi suegra decía que tenía que educarme. Hasta que me quedé embarazada, jamás me puso la mano encima. Él quería un hijo, pero aceptó a la mayor, con la que tiene muy buena relación. Cuando nació la segunda, me preguntó si de verdad él era el padre. «¿Estás segura de que es mío?» Le dije que se hiciera la prueba de ADN. Crié a mis hijas ocultándole las palizas que me daba su padre. Creo que fue un error. De hecho, se enteraron de que me pegaba porque él mismo se lo contó en una ocasión. Ya eran mayores, y relató las palizas que me había dado. No se preocupó por ellas, pero llegaba Reyes o sus cumpleaños y las traía que si un anillo, que si un colgante... Yo no podía hacerles regalos, bastante con que he podido pagarles la carrera. La mayor tiene dos, Puericultura y Farmacia. No tenía para más, llevarles limpios, aseados, darles de comer y pagar sus estudios.

Cuando mi hija segunda cumplió 6 años, puse una denuncia en Móstoles y se me escuchó. Creo que reuní la fuerza para denunciar cuando sentí que la vida de mi hija corría peligro. No me daba de comer, me quitaba todo el dinero, y nadie me apoyaba. Lo detuvieron, pero ahí empezó otro calvario: la persecución diaria, las llamadas de control para saber dónde estoy, con quién, a pesar de que ya no estábamos juntos. Nunca he podido hablar de esto hasta hace muy poco. Me sentía culpable por haber dejado a mis hijas sin padre. De tener una familia «normal», mis hijas pasaron a ser las niñas separadas en el colegio, me

ESTHER GONZÁLEZ DORADO



sentía mal; nunca le prohibí que estuviera con sus hijas, siempre tuvo libertad para verlas, pero nunca fue responsable para llevárselas de vacaciones, pasarles el dinero para la comida, nunca. A pesar de todo, tienen muy buena relación con él. Ahora estoy curada de esa etapa, más o menos, me costó mucho. Tuve que sacar a mis hijos adelante a base de fregona, y ahora hay una de mis hijas, Indira, que no me habla desde hace diez años.

Después de ese hombre estuve con otro, que era hermano suyo. Mi cuñado. Con él tuve a mi hijo Manuel, y también resultó una relación tortuosa. En este caso, el maltrato no era físico, sino psicológico, que te deja una huella más grande, te convierte en una alfombra, en una muñeca de cerámica, pasábamos hambre, nos cortaron la luz, y todo ello a pesar de que su hijo nació enfermo, con una cardiopatía congénita múltiple, y de que él tenía dinero. Durante la segunda operación del pequeño nos abandonó, y cuando llegué a casa después de dos meses de hospital nos había hecho la maleta para que nos fuéramos a la calle. A Ainoa también la echó de casa con 16 años. Como no nos fuimos, ¿a dónde nos íbamos a ir?, puso patas arriba la casa, cortó los cables de la vitrocerámica, del teléfono, y con una silla destrozó todo. Llamé a la policía, mi hijo tenía un año y medio. Lo llevé a casa de una vecina. No tenía trabajo entonces, y tuve que volver con él. Es muy fácil decirle a una mujer maltratada que se separe pero, ¿de qué come? ¿Dónde va? ¿Cómo paga las medicinas? Las ayudas no llegan a tiempo, hay mucho papeleo, y mientras, ¿con qué pago la luz, cómo compro leche, pan..?

En esa ocasión, intenté suicidarme, quitarme de en medio. Mi cuerpo no daba más de sí, con un niño con muchos problemas y todo cuesta arriba, se me cerraban todas las puertas. Él era un hombre con dinero, y yo no encontraba trabajo porque él procuraba dejarme mal allí donde iba a hacer entrevistas, para que no me contratasen. Incluso ahora, en el sitio donde trabajo, ha llamado a mi jefe para convencerle de que me despidiera.

Como pudimos, salimos adelante. Asuntos Sociales nos ayudó mucho. Ahora trabajo en San Juan Grande, un sanatorio geriátrico, y estoy muy contenta. Tienen un comedor social, allí me ayudaron muchísimo.

En uno de los ingresos de mi hijo, en Sevilla, yo estuve con él todo el tiempo. No tenía qué llevarme a la boca, menos mal que las enfermeras del Hospital Virgen del Rocío me daban de comer. Una de ellas, incluso, me pagó el billete de regreso a Jerez.

Cuando parecía que las cosas no podían ir peor, me entero de que mi hermano se está muriendo. El día que voy a enterrar a mi hermano, me dicen que a mi hijo le dan diez días de vida, que hay una pequeña posibilidad de que salga adelante, pero que tendría que ir a Canadá, para que lo interviesen allí. Ellos me ponían el avión, pero había que tener dinero para la estancia, las comidas, etc., y no lo tenía. Gracias a Dios, el médico canadiense decidió venir y operar a mi hijo. Yo creo que fui mi hermano, el que murió, que desde allí donde estuviera lo hizo posible. Sentí que mi hermano me estaba ayudando, soy muy creyente, y la fe me da paz, mucha paz.

La operación duraría doce horas, y había mucho riesgo de que mi hijo no saliera del quirófano. Pero salió. Meses después, el doctor regresó y quiso ver a mi hijo. Después de examinarlo a fondo, me dijo que no estaba bien, que volvía a tener de nuevo el mismo problema. A mí me diagnostican un cáncer de útero mientras preparo los papeles para la nueva operación de mi hijo, esta vez operado por un equipo alemán, que le daba un 1 por ciento de probabilidad de salir vivo de la intervención. Si no operábamos, moriría.

No sabía qué hacer. Tenía que operarme con urgencia, pero lo de mi hijo también era urgente. Finalmente, decidí operarme primero, para poder atenderle con toda mi energía. Tuve poco reposo, no podía permitirme ese lujo, descansé lo justo para volver al hospital. Hice un seguro de vida para mi hijo, por si tenía que traérmelo en una caja de pino. No hablé con nadie, nadie supo por lo que estaba pasando. Un domingo cogí el tren pensando que sería la última vez que vería a mi hijo.

El doctor que nos atendió fue muy claro: «Tienes un 1% de posibilidades de salir de la operación», y la contestación de mi hijo fue que si no salía adelante no lo sentiría por él, sino por mí. Me llegó al alma. Fueron catorce horas de espera. No recuerdo qué ocurrió en esas catorce horas, tengo una laguna, como si mi mente no quisiera recordar. Recuerdo cada detalle de las otras operaciones, todo, pero de esta, nada. Lo mismo me sucede cuando trato de recordar las veces en las que traté de suicidarme.

Sé que una de ellas lo intenté con Tranxilium y coñac. No me gusta ni el olor, pero me apreté una copa y todas las pastillas. Me salvó una vecina, había quedado con ella para irnos al campo. Ella estaba con mi hijo. Como tardaba en bajar, subió a buscarme y me encontró inconsciente. No fue premeditado, simplemente no pude más y lo hice. No podía más, tenía tanto cansancio, tanto agotamiento... sentí que era una carga muy pesada, que mi hijo estaba enfermo y que quizás muriese en el quirófano... no pude con todo.

Hoy en día está trabajando como informático, de procesador y programador. El médico de Canadá que vino a operarle se enamoró de una de las enfermeras de Virgen del Rocío y ahora reside en España. Sigo viéndolo.

Me enamoré de su padre. Del padre de mis hijas, Diego, no, pero sí de su hermano Juan. Al principio todo era maravilloso, pero cuando nació Miguel cambió. No quería problemas en su casa. Su primera mujer murió de cáncer y no quería ver más hospitales. Después de abandonarnos, se puso en contacto con su hijo poco antes de morir, pero no quiso ver a su padre. Me enteré de que había muerto porque me lo comentó el conductor de la ambulancia que lo trasladó al hospital, que lo conozco. Al morir, sus hermanas nos denunciaron para que saliéramos de la casa. Esa casa era de su hijo, de su hijo enfermo.

Aun así, nos desahuciaron. Ahí casi llego a perder hasta la cabeza. Tuve que mendigar, fregar... pero salimos adelante.

Mientras, mi padre murió de un infarto. Yo nunca quise decirle nada por no disgustarle. Quizás tenía que haberlo hecho, pero hubiera matado al marido de mi hermana, que por cierto también murió. Poco a poco, los malos tratos me convirtieron en una persona retraída, pero ahora estoy volviendo a recuperarme.

Con el tiempo, he llegado a la conclusión de que los golpes los puedo perdonar, los hematomas se van. La violencia física tiene un límite, pero los malos tratos psicológicos tienen secuelas que duran toda la vida, los notas a diario. Tomo siete pastillas debido a los malos tratos, por depresión, para la ansiedad, para dormir...



La gente no se cree mi vida. Además, tuve otro hijo, Israel, en la Maternidad de O'Donnell. Me lo robaron. Mi niño pesó 3 kilos 700 gramos. Yo lo vi. Me puse de parto, y me fui sola al hospital. Lo vi, pero nunca más supe de él. Me dijeron que había muerto. Pero sé que no. Sé que, al estar sola, se aprovecharon y me lo quitaron, como a tantas otras madres. Mis hijas han intentado buscarlo, sé que está adoptado; a mí me gustaría verlo de lejos, saber que está vivo. Si tiene una mala vida, me culparé de ella; si es buena, no querrá saber nada de mí. Investigamos, y descubrimos que no aparezo dada de alta en el hospital durante el parto, no consta en los archivos mi ingreso. Fue en 1982.

Su padre nunca se planteó la posibilidad de que lo hubieran robado; para él, Israel estaba muerto y punto. Si no quería saber nada de sus hijas vivas, qué iba a pensar de uno que daban por muerto. Nunca tuvo un detalle con ellas. Ni unas zapatillas las compró. Sólo cuando fueron mayores de edad.

Nunca me creí que había muerto. No lloré cuando me lo dijeron porque no me lo creí; siento que mi hijo está vivo, y lo veo feliz. Sé que es feliz, donde quiera que esté, y que tal vez Dios me conceda la alegría de verlo. Los milagros existen. Mi hijo tenía un uno por ciento de posibilidades de salir vivo y salió.



Mis hijos, gracias a Dios, se llevan muy bien. Me causa mucho dolor que una de ellas no me hable, los hermanos han tratado de mediar, pero es muy testaruda. Un día se dará cuenta. Ojalá no sea tarde. Con mi yerno tengo muy buena relación, y él también ha tratado de interceder, pero no hay caso. A mi nieta la veo de lejos. No me llaman abuela, no me reconoce. Me he acostumbrado, a todo te acostumbras, te hartas de llorar y sigues tu camino.

Me gustaría volver a tener pareja, pero un hombre de verdad, que me respete, que me cuide. Llegará, tienen que venir cosas buenas, no todo va a ser malo, algún día llegará algo bonito.

Reír me cuesta todavía. Hace muchos años que no me río con ganas, ya no sé qué es eso, estoy siempre como a la que salta, siempre con la escopeta cargada, no termino de relajarme, de soltar la tensión, tampoco en el trabajo, que estoy como en familia. Quiero ser como hace mucho, como antes de todo lo malo.

Tengo mis aficiones, me encanta leer y la playa, leo todo lo que pilló, pero sobre todo me gusta Isabel Allende, los libros de mujeres que cuentan sus vivencias, libros con los que me puedo identificar. Me gustaría volver a soñar, pero ya no sueño, supongo que por la medicación. Deseo hacerme mayor al lado de alguien que me tratara como una persona, pasear de su mano con alguien, tener un motivo por el que levantarme cada mañana.

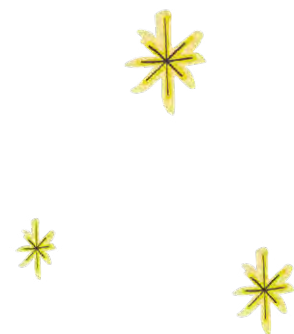
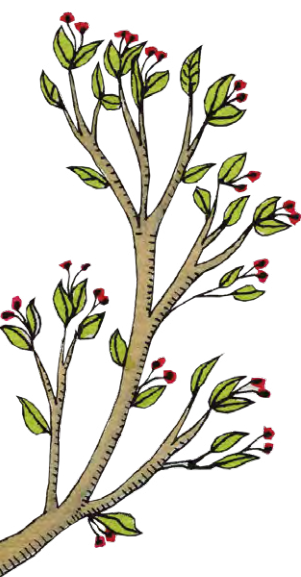


Sí, mi vida ha sido dura, pero la de otras personas lo ha sido aún más. Yo estoy viva. Y he recibido, a lo largo de todos estos años, mucha humanidad, mucho cariño.

Lo que no recuerdo es cómo o por qué vine a Inserta. Creo que escuché a alguien, por la calle, hablar de que podías encontrar trabajo por su mediación, así que, a la desesperada, vine, quería trabajar, era lo que más quería y necesitaba. Si no llega a ser por Paqui, de aquí, de Inserta, quizás no estaríamos hablando hoy. Había normalizado tanto los malos tratos que sentía que la culpa era mía. «Si te portaras bien, no tendría que pegarte», me decía una y otra vez...

Después de varios cursos, me dieron una beca digital, para poder tener conexión. Me encanta ver vídeos, aprendo muchísimo. Y creo que he crecido bastante. Hace poco conocí a un hombre, y salimos un día con mi hijo. Como Manuel tenía hambre, le dije que se pidiera una porción de pizza. Al rato vino y me comentó que seguía con hambre, y le animé a pedir otro pedazo. De pronto, él me dijo, con malas formas: «¿No crees que tu hijo come de más?». Recogí mis cosas y me fui.

Ahora ya nadie me va a decir qué puedo hacer y qué no. Ya no aguanto la mínima tontería. Gracias a Dios.





• AHORA SÉ QUE NO
ESTUVE ENAMORADA,
SINO ABSORBIDA»

ANTONIA SOTO VELASCO

SÍ, TENGO PAVOR A FIRMAR PAPELES SIN LEERLOS, me he vuelto muy desconfiada con este tipo de cosas². Le firmé a mi ex marido un documento y me estafó, me trajo un papel en blanco, me pidió que lo firmara, supuestamente para vender un terreno en Arcos, pero lo que ocurrió es que se quedó con un millón de euros mancomunados de una empresa. Se quedó con todo el dinero, no me dejó ni un céntimo.

Me llamo Antonia, vengo de una familia humilde, trabajadora, donde todos nos queríamos mucho, donde había mucho amor entre nosotros. Somos cuatro hermanos, tres chicas —yo soy la segunda— y el *mimado* de la familia, el mayor. Tuvimos una infancia preciosa, jugábamos en la calle con nuestros amigos, éramos felices, por eso lo recuerdo tanto. De pequeña me enfadaba a veces con mis padres, y pensaba: *cuando me case y tenga hijos les daré otra educación*. Ojalá mis hijos hubieran tenido la infancia que tuve, de cariño y respeto, que no han visto ni vivido. Mis padres ahora son mayores, y sigo teniendo muy buena relación con mis hermanos.



Conocí a José Manuel con catorce años. Ahí se terminó toda felicidad. Al principio fue bien, pero cada vez se volvía más absorbente, más celoso, comenzó a beber mucho, hasta convertirse en alcohólico, y el alcohol mezclado con celos es una bomba. Me quitó de estudiar porque me quería mucho. Fue mi amo y dueño con catorce años. No quería que me pusiera minifalda, ni vaqueros ajustados, ni que me relacionara con mis amigos de la infancia... me absorbió.

Quería haber estudiado Puericultura, que ahora se llama Jardín de infancia. Los niños son mi debilidad. Me casé a los 21 años. En los siete años que fuimos novios nunca pensé en dejarlo, me hacía cosas, pero no me daba cuenta, creí que era normal, y mis padres tampoco vieron nada raro. Él se cuidaba mucho cuando estaba con más gente. Si ahora viniera mi hija y me dijera que su novio no la deja salir con minifalda... pero mi padre, entonces, le daba la razón, cómo no se iba a molestar mi novio si me ponía minifalda...

En esos siete años de novios, lo más terrible fue un día que un militar me echó un piropo: «Vaya rubia guapa». Él me llevó a una peluquería y me obligó a teñirme de morena. Me quitó mi identidad, me hizo otra persona. Mientras hacía la *mili*, hice un curso de peluquería; un día que vino de permiso, tenía un desfile de peinados, pero no me dejó desfilar, me sacó de allí y comenzó a insultarme, que si era una exhibicionista, una puta... Me llevó de los pelos a mi casa. A veces, cuando se enfadaba, abría el coche y me obligaba a bajarme en cualquier sitio. Una vez me dejó en medio de una carretera, menos mal que me recogió un camionero.

No pedía perdón nunca, pero como una tonta volvía a él. Me tenía el *coco comido*, me decía que me quería. Y lo peor es que no estaba enamorada, creo que nunca lo estuve, pero pensé que surgiría el amor, que el roce haría el cariño... no fue así, conocí el amor después de divorciarme, por eso sé que no estuve enamorada, sino absorbida.

2. Toñi lee el documento por el que nos permite contar en este libro su historia. Tiene que firmar la cesión de derechos. Así comienza esta entrevista.



Me casé con él porque quería tener hijos, era mi gran ilusión, ser madre, pero casarme fue mi perdición, algo horrible. Menos mal que tuve dos hijos, José Manuel y Luis Miguel.

El matrimonio fue un contrato de posesión. Así me lo dijo él, años después, me dijo a la cara que pensaba que, me hiciera lo que me hiciera, aguantaría todo. Eso me dijo, que no se esperaba que pudiera dejarle. Lo dejé porque me lo puso fácil. Fue gracias a ese papel en blanco con el que comencé mi testimonio. Cuando llegué a casa de mi suegro, me comentó que también a él le había obligado a firmar el mismo papel en blanco. Le pregunté si era verdad, pero me dijo que su padre mentía. Hasta me volvió a llevar a casa de mi suegro, pensando que, como era su hijo, le daría la razón. Pero dijo la verdad, y entonces empezó a pegarle puñetazos, a llamarle «hijo de puta», a recriminarle que le había destrozado el matrimonio. Mi suegra consiguió que lo soltara y lo denunciaron. A su hijo. Nosotros nos fuimos a casa y al llegar me dijo: «No quieres que entre, ¿verdad?». Vi el cielo abierto. Le dije que no. Fue tan fácil, después de todo lo que había sufrido, de pronto fue tan sencillo, que no podía creérmelo. Después de aquello, insistió mucho para que volviéramos a estar juntos, pero yo había cambiado la cerradura. Lo hice tarde, porque a él le dio tiempo a entrar en casa aprovechando que yo no estaba para quitarme el oro que tenía. Durante el tiempo que estuvimos juntos, a pesar de las palizas, de cómo me trató, no tuve fuerzas nunca para dejarlo, tanto era mi miedo. Y no quería desaprovechar esa oportunidad, así que, por más que insistió, yo no quise volver. Empecé a recibir amenazas por teléfono, amenazas de muerte, insultos... hasta que lo denuncié. Le pusieron quince días de arresto domiciliario. Eso fue en 2003. Antes, a los maltratadores no les sucedía nada. Por fortuna, la cosa ha cambiado mucho.

No me dejó en paz, seguía molestándome e, incluso, me puso un detective. Cuando lo dejé, empecé a salir con una brasileña (la llamo así porque no sé su nombre), y la dejó embarazada. Estando con ella me puso el detective. Claro que el detective era muy torpe. Tanto, que me di cuenta de que me seguía. Un día me grabó en un pub con un amigo. Le puso la grabación a los niños. Les dijo que eso era el comienzo, pero que tenía una grabación en la que se nos veía a los dos en una habitación de hotel. Los niños eran chicos y se lo creyeron, vinieron llorando a casa. Al pequeño, le encargó la tarea de que volviéramos a estar juntos. Hasta le prometió que, si volviáramos, obligaba a la brasileña a abortar.

Le dijo a mi hijo que tenía que conseguir que nos arreglásemos, porque si no, cogería una pistola y se mataría, y la culpa sería suya. Tenía ocho años. Empezó a tener pesadillas, tenía que dormía conmigo, daba botes mientras dormía, estaba muy asustado, me decía que su padre se iba a matar por culpa suya.

El mayor no quiere saber nada del padre, ya tiene su vida, su trabajo... lo llamó hace poco para decirle que a lo mejor le cortaban una pierna... pero no quiere verlo. Cuando me desahucieron de mi casa, me fui con mi pareja y el pequeño se marchó con su padre, y solo ha visto borracheras. De hecho, lo ha metido en el mundo del alcohol, le han quitado el carné de conducir. Gracias a Dios, ahora se va a ir a vivir con la novia, estoy encantada. Espero que se dé cuenta y cambie su forma de vida.

Los hermanos se llevan muy bien, el mayor protege mucho al pequeño; ahora me arrepiento de haberles ocultado todo, tal vez si hubieran visto o sabido lo que me hacía su padre hubiera sido mejor. Les quité de saber las peleas, los insultos, los porrazos... los han visto con la brasileña, pero la brasileña no es su madre. Han visto cómo ha ido la policía porque la iba a matar a golpes...

Al final, la brasileña lo dejó, se llevó al niño y ahora él está con otra mujer. Mi hijo mayor, que es guardia civil, le dijo que o trataba mejor a las mujeres o se las vería con él. La brasileña lo dejó porque le hizo una brecha con un cenicero. No lo denunció, se fue. Para siempre.

Lo volví a ver en una ocasión, pero ocurrió algo horrible, todavía no estoy en condiciones de contarlo.



En 1991 tuve a mi primer hijo. Con mis hijos, nuestra relación empeoró. Como no salía de casa, al menos pude volver a tener mi pelo natural, rubio. Casi todas las noches venía borracho perdido. Lo esperaba en el sofá, ¿dónde iba estar? Si venía a la una o a las dos, tenía que hacerle *papas fritas* con huevos. Siempre me insultaba, me acusaba de acostarme con el vecino, con cualquiera que se le pasara por la cabeza. Me daba empujones, manotazos, me hacía pis encima del miedo que le tenía. No podía remediarlo, temblaba y me orinaba.

Me seguí insultando todo el tiempo, tiraba ceniceros, vasos, los partía... y cuando nos acostábamos, veía bichos por la habitación. Fue al médico y le dijo que el alcohol se comía la vitamina B12, y eso le hacía tener pesadillas y alucinaciones. Un día salió a la calle desnudo, menos mal que teníamos un vecino muy bueno y salió en su busca.

Mi ex tiene un taller de bobinado y rebobinado de motores, gana mucho dinero, pero no nos paga la pensión. Me debe doscientos mil euros.

Yo tenía el 95% de las acciones de su empresa, y su padre, un 5%. Cuando nos la quitó (haciéndonos firmar ese papel en blanco), lo puso a nombre del hermano, y se declaró insolvente. Todo por no pagarme la pensión. Me puse a trabajar, sirviendo en casas, limpiando casas; a mis chicos les daba vergüenza que su madre se dedicara a eso, porque iban a un colegio bueno. Cuando nos separamos, como no tenía dinero para pagarlo, los becaron. El director se portó muy bien conmigo.

Estuvimos juntos trece años casados y diez de novios. Nadie sabía cómo me trataba, nunca se lo conté a nadie, pensé que era normal, y me sentía culpable porque él me decía que bebía por mi culpa, y yo me lo creía, lo disculpaba, pensaba que trabajaba mucho para sacarnos adelante... Sólo podía pensar en cómo evitar que se enfadase, que se molestara.

Cuando venía pronto y borracho, llevaba a los niños a casa de mi madre. Un día, mi madre me dijo que no volviera, que me quedase. Vino a buscarme, llamó al telefonillo y, como no le abrí, partió de un puñetazo el cristal de la puerta, rajándose la mano. Llamé a una ambulancia.

Me acuerdo perfectamente del primer día que no durmió en casa. Al despertarme abrí la ventana y pensé: «Puedo respirar, respirar aire puro». Tuve una sensación de libertad que no se me olvida, por mucho tiempo que pase no se me va a olvidar. Cuando estaba con él siempre estaba contraída.



Él era cazador, así que cuando venía borracho tenía que esconder todo, las escopetas, los cuchillos... el médico se lo dijo, que tuviera cuidado porque, con esas pesadillas, tener armas cerca era peligroso. Me pasaba la noche rezando para que no me pegara. También descubrí que las relaciones sexuales eran violaciones. Ni siquiera me dejaba atender a los niños pequeños cuando quería sexo. Eso tampoco se me olvida. Pero estás en un mundo en el que no te das cuenta de lo que te está pasando. Lo tomas ya como una costumbre, que te pegue, te insulte, te maltrate, no sólo física, sino psicológicamente. Se convierte en el día a día, crees que esa va a ser tu vida, que por eso te has casado y lo tienes que aceptar. Hasta que no sales de ese mundo no te das cuenta.

Nunca pensé en defenderme, en coger una escopeta y evitar que me pagara, pero cuando escuchaba una ambulancia pasar por la calle deseaba con todas mis fuerzas que él fuera dentro.

Lo peor de todo es que, al separarnos, durante un tiempo trató de camelarme de nuevo, nos veíamos de vez en cuando. Por mis hijos, hubiera vuelto con él, pero empezó a salir con la brasileña, así que me quitó un peso de encima. Para que mi hijo no sufriera con la amenaza, hubiera vuelto con él. Le daba igual hacerles daño a los niños. Ahora sé que si quieres a una persona no la tratas mal.

No me pagaba la pensión porque decía que me lo iba a gastar con otro. Le pedía que me trajera comida, pero también se negaba. Cuando lo denuncié, se terminó del todo nuestra relación, salvo esa última vez que nos encontramos.



Cuando le conté toda la verdad a mi familia, mi padre quería matarlo, quería comprar un arma y matarlo. Le quitamos la idea. Yo pasé del miedo al odio, al asco, después a la indiferencia. Me da igual lo que haga con su vida, que me pague, que no me pague, y más ahora, que mis hijos ya viven por su cuenta. Le he perdonado todo, todas las palizas, todo el acoso físico, el mental, el desgaste. Le he perdonado, y también me he perdonado a mí. Me da igual si se merece o no mi perdón. Para ser feliz no puedo tener rencor hacia nadie, tampoco hacia él. Cuando lo denuncié corté el cordón umbilical y no quise saber nada de él. Nada.

Cuando nos vimos esa última vez, lo que hizo me provocó una fuerte crisis mental. Perdí la cabeza. Estuve ingresada treinta días. Y después escribí un libro, *Los razonamientos de una loca*. Estando loca fue cuando me di cuenta de que primero tienes que mirar por ti, de que primero eres tú, y luego los demás, aunque sean tus hijos. Sólo si tú estás bien podrás hacer feliz y cuidar al resto. También estando loca me di cuenta de que nadie es más que nadie, de que somos todos iguales, cada uno con sus responsabilidades, su trabajo, su meta, sus ilusiones.

Me obsesioné con el hambre del mundo, quería acabar con ese problema, yo sola. Voy a hacerme un tatuaje con esta frase: «Lo justo no es igual a justicia». Es una frase mía. Cuando tenga dinero me lo haré.

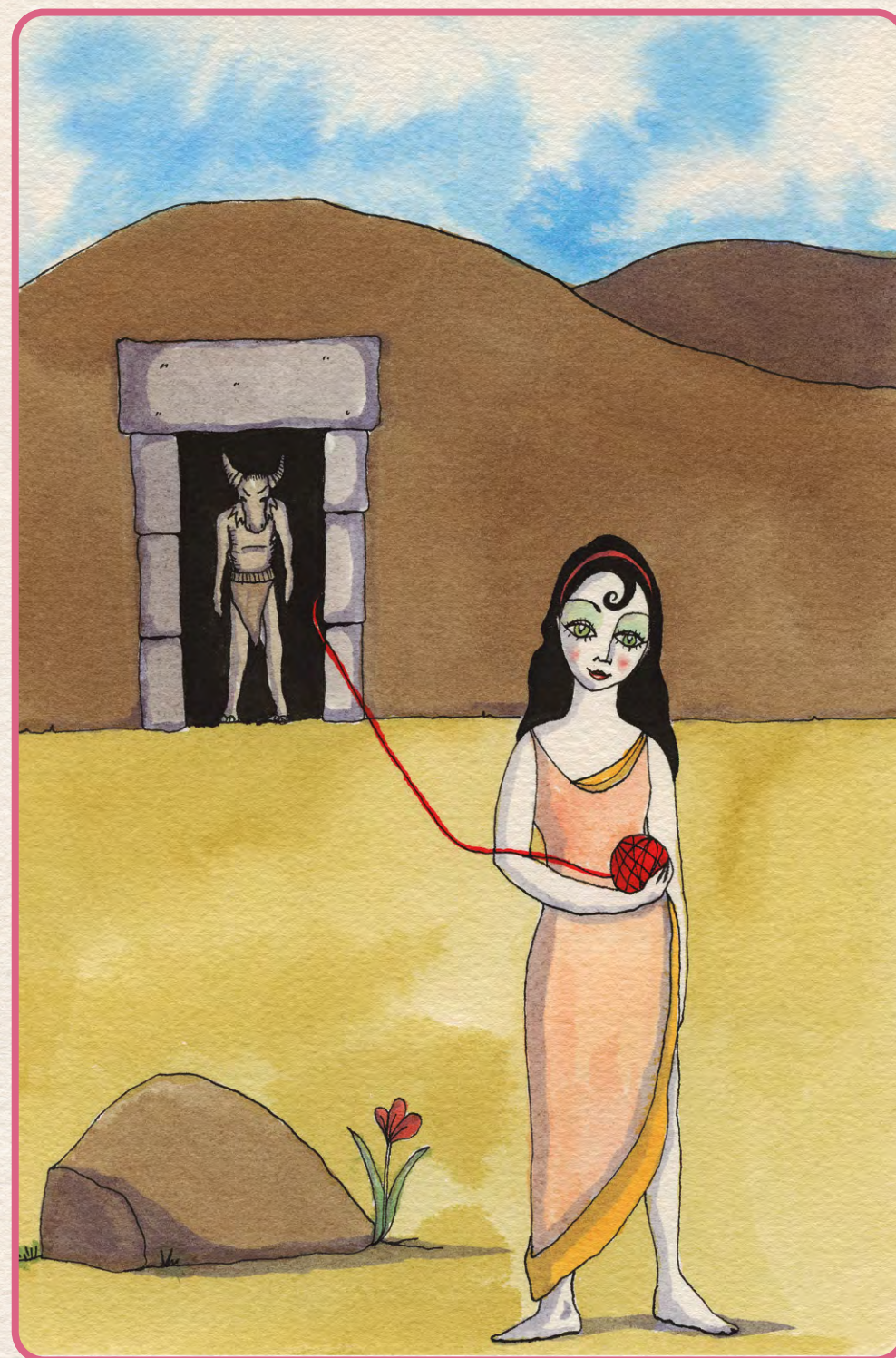
También me di cuenta de que nos atiborran de consejos para luchar por lo que uno quiere, para no rendirse, pero nadie nos enseña que las metas que uno se propone deben de ser posibles, porque si no, te angustias y te frustras. Así que ahora estoy luchando por seguir trabajando, por vivir no ya el día a día, sino el ratito a ratito.

Antes tenía mucho dinero y no era feliz; ahora no lo tengo pero lo soy. Antes no sonreía, no disfrutaba de nada, ahora me como un bocadillo y tan contenta. Nunca tuve dinero cuando estaba casada. Él me dejaba una tarjeta de El Corte Inglés para que comprara lo que quisiera, pero no tenía para tomarme un café. Era otra manera de controlarme. Vivía en una jaula de oro, pero jaula, y con un cuervo dentro picándome... Ahora trabajo limpiando una piscina y no cambio los ratitos con las compañeras por nada. Cuando terminamos de limpiar, me doy un paseo y respiro. El otro día un señor me dijo: «qué cara de felicidad tienes». Como cuando abrí la ventana aquella vez que él se fue.

Gracias a Dios, encontré el amor. Conocí a Miguel Ángel y ya llevamos catorce años juntos. Es un hombre bueno, me cuida y me respeta. Coincidimos trabajando en Chipiona, en un restaurante, él era camarero y yo, cocinera.

A Inserta llegué por unos cursos; como tenía discapacidad mental, fruto de los malos tratos, me apunté a unos cursos de limpieza. Me han dado mucha confianza, cuando llegué venía temblando, pero conocí a Paqui, que ha estado acompañándome todo este tiempo, y fui cambiando. Estoy muy contenta de cómo me tratan.

Por fortuna, ahora veo que los malos tratos son un asunto muy serio, y que la sociedad responde de otra manera. Yo he ido a una comisaría para decir que me estaba pegando mi marido y me respondieron que algo habría hecho. Otra vez, hablé con un guardia civil para decirle que mi marido me maltrataba psicológicamente y me dijo que cómo podía demostrar eso. Me alegra saber que esto ya no pasa.





SIEMPRE HAY
ALGUIEN QUE
AYUDA»

VIRGINIA CABRERA NIELFA



A VIRGINIA LA DEFINO COMO UNA PERSONA MUY LUCHADORA. Llevo luchando toda mi vida, desde pequeña, con mi problema en la vista, que me causó bastante rechazo en el colegio. Con tres años tenía siete dioptrías; a los siete, 18, y ahora tengo 27. Soy muy trabajadora, tengo mis miedos, intento ser feliz, aunque me cuesta... Virginia es alguien que tiene mucho que aportar, a la que le gusta mucho ayudar a los demás.

Aunque tengo una hermana, seis años mayor que yo, en mi casa siempre me he sentido rechazada por el tema de la vista; desde pequeña, iba junto a mi madre, agarrada a su vestido; al no ver bien, me sentía insegura. Mi padre siempre ha sido muy frío conmigo, como mi hermana. Siento desde entonces muchas carencias familiares. He tratado de hablarlo con ellos, pero no lo reconocen, dicen que siempre me han tratado normal. Mi madre, que ya no está, era distinta, me sentía muy apegada a ella, pero mi padre y mi hermana me situaron en segundo plano.

Siempre he estado estudiando y trabajando. Empecé a trabajar con 16 años y hasta ahora, siempre las dos cosas, porque he tratado de ser independiente, de ir formándome. Aunque me ha costado salir adelante, aquí estoy, con constancia y voluntad.

Soy del barrio de La Paloma, madrileña, y tengo muchos cursos, uno de psicología, de inteligencia privada (para trabajar como detective privado), de prevención de riesgos laborales, de limpieza... me encanta estudiar.

Con 21 años me casé, estuvimos juntos quince. Tuvimos tres hijos. Ese matrimonio me hizo sufrir muchísimo, lo he pasado muy mal, no fui feliz. Al principio fue todo muy bonito, claro. Le conocí en un coro de iglesia, porque me gusta cantar. Era militar, nos presentaron y empezamos a salir. Estaba enamorada de él, así que nos casamos. Nunca ha ejercido como padre, nunca, no los trataba bien, hasta que se desvinculó de ellos y me quedé sola, haciéndome cargo de los tres. Estuve viviendo en Sevilla, San Fernando y catorce años en Ceuta, antes de venir a Toledo. Cuando me di cuenta de que ese matrimonio no iba a ningún lado, nos divorciamos.

Llegar a Ceuta fue terrible, no conocía a nadie, él casi no estaba en casa, yo no encontraba trabajo, y mi familia no me apoyó lo más mínimo, ni siquiera con ayuda para la comida de mis hijos, tuve que buscarla en Cáritas. Mi vista empeoró allí. Ahora tengo certificado de discapacidad.

La relación con el padre de mis hijos se empieza a torcer cuando toma un rol de dictador en el matrimonio, cuando decide mandar él y yo tengo que lavar la ropa, hacer la comida y encargarme de todas las tareas, pero no quería ser su esclava; aguanté todo lo que pude, hasta que lo echaron del Ejército.

Daba por hecho que tenía que hacerlo todo yo, no nos trataba bien, ejercía sobre mí violencia psicológica y sexual. Siempre me amenazaba con irse y dejarme sola con ellos, hasta que cumplió su amenaza. Ni mis hijos ni yo tenemos relación con él. Además, se declaró insolvente. Cuando lo echaron del Ejército, me fui a una casa de acogida hasta que encontré un trabajo, busqué un alquiler y saqué adelante a mis hijos. Dos semanas estuve en la casa de acogida.

Mi familia se desvinculó de nosotros. Así ha sido siempre, a día de hoy también. Mi madre ya no está, mi padre vive a una hora de mi casa, aquí, en Toledo; se casó de nuevo, pero no quiere tener relación con mis hijos.

VIRGINIA CABRERA NIELFA



Menos mal que mis hijos han sido mi gran apoyo. El mayor es militar; el segundo estudia albañilería, es el que más ha sufrido con el padre, porque estuvo viviendo una temporada con él; recibió malos tratos, psicológicos y físicos, tiene mucho dolor dentro. La pequeña es como yo, sociable, muy madura para la edad que tiene. Los adoro.

El padre siempre los ha tratado mal, los cogía por la oreja, los gritaba, no tenía cuidado de ellos... si se los llevaba al parque, venían con una brecha por caerse. Al pequeño le trataba especialmente mal, lo humillaba, le hacía sentir como si no valiera nada, y eso que mide 1,80.

Siempre he echado de menos el apoyo de mi familia, siempre me ha faltado.



Después de aquello conocí a un hombre por las redes sociales, creía que sería diferente, que sería algo bonito; al principio sí lo fue, pero después esa relación se transformó en una pesadilla, y me ha dejado mucho miedo dentro, muchísimo.

Me dio una paliza tremenda, un 25 diciembre de 2018. Ese día, volví a nacer. Me rompió la nariz, me desfiguró la cara, me dio golpes por todo el cuerpo. Afortunadamente, no estaban mis hijos, habían salido a dar una vuelta.

Vino a vernos a Ceuta unos días, y parecía un buen hombre. Me dijo que vivía de alquiler en un pueblo de Toledo, y me propuso que nos fuéramos a vivir con él. Y aquí nos vinimos. Al llegar, descubrimos que no tenía una casa alquilada, que vivía en una casa de ocupa. Así estuvimos cuatro o cinco meses, sin poder empadronarnos, sin que mi hija pudiera ir al instituto, sin nada que comer más que lo que nos daban en los comedores sociales.

Ese día de Navidad, ese 25 de diciembre de 2018, comenzó a beber. Yo ya le había visto hacerlo, pero no quería que lo presenciaran mis hijos e intenté que parara. Le pedí por mis hijos que no bebiera más. De pronto, de un puñetazo me rompió la nariz, me destrozó la cara, me dio patadas y puñetazos por el cuerpo, me lanzó contra las paredes, como si fuera un guiñapo... Traté de buscar la puerta y lo vi en ella, con

una botella de cristal. Me amenazó con matarme. Fui corriendo a la ventana, pedí socorro y los vecinos, que me vieron con la cara sangrando y deformada, llamaron a la Guardia Civil.

Mis hijos me vieron. Al regresar a casa, estaba la Guardia Civil y la ambulancia. Me vieron rota. Me sentí una persona horrible, ¿cómo podía haber llegado hasta ahí? Me juré que saldría de aquello, por mis hijos, y lo hice, aunque no se me va de la mente esa escena, aunque quiera, vuelve a mí una y otra vez.

Al día siguiente tuvimos un juicio rápido, le pusieron la pulsera para que no se me acercase.

Nos fuimos a una casa de acogida que nos prestó Cáritas, en el centro de Toledo. Él se saltaba la orden de alejamiento cada dos por tres. Lo tienes a un kilómetro, lo tienes a trescientos metros... era terrible.

En agosto de 2019, mientras estaba haciendo un curso en la universidad laboral, se la volvió a saltar y lo detuvieron. Estuvo preso ocho meses en Ocaña. No sé nada de él, nada, ni dónde está, ni qué hace. Y este miedo no se me quita. Creo que los maltratadores no deberían dejar de llevar la pulsera nunca, porque él sí sabe dónde estoy. La Policía Nacional me hace un seguimiento, me llama de vez en cuando para saber de mí.

Tuve que cambiarme el color de pelo para despistarlo. Al principio, pensé que me lo iba a encontrar en cada esquina. He pensado muchas veces en irme de Toledo, pero no estoy sola, mis hijos tienen aquí sus amigos, su gente.



Es difícil reconocer a un maltratador al principio, van enmascarados, terminan sabiendo todo de ti pero tú los desconoces. Hubo algún episodio que debería haberme dado la voz de alarma, pero estaba enamorada y le quité importancia. Por ejemplo, cuando trató de drogarme con pastillas y hacerme creer que estaba loca. Sí, hubo pequeños episodios de violencia, pero nunca nada tan grave como aquella Navidad.

Lo que sé es que ningún maltratador cambia, por mucho que prometa que va a hacerlo. Nunca.

Además de mis hijos, siento que hay un círculo de personas que me protege, Cáritas, Fomento e Inserta, Laura, que es la persona de Inserta que me ayuda, es absolutamente maravillosa. Tantas veces me he sentado a su lado a llorar... también estoy muy agradecida al Instituto de la Mujer, a Cruz Roja, a la Policía Nacional.



Ahora sé que no hay por qué aguantar que un hombre te humille, te maltrate, te haga sentir inferior. Cada persona es única, cada una de nosotras valemos mucho, hay que saberlo, y creérselo, porque es verdad. Aunque haya hijos por medio, aunque no se tengan recursos, aunque tu familia no te apoye, se sale. Siempre hay alguien que ayuda. Lo peor es quedarse con el maltratador, porque un día, de un mal golpe, o queriendo, te mata. Y de ahí, de la muerte, sí que no se sale. Claro que cuesta, cuesta muchísimo, hay mucho dolor, y mucha vulnerabilidad, pero se sale. Hay que pedir ayuda. Y un día, ves la luz, aunque te hayas roto en mil pedazos, por dentro y por fuera.

Ahora sé que tiene que haber un respeto en toda relación, un respeto mutuo, que hay que repartirse las tareas domésticas, que no hay que dejarse manipular, que no se puede permitir que nadie te diga cómo tienes que ir vestida.

Yo ya no soporto un solo grito más. De hecho, me fui de un trabajo porque el jefe me gritaba. Esto indica que todavía hay mucho machismo en la sociedad; deberían empezar a cambiar la manera de

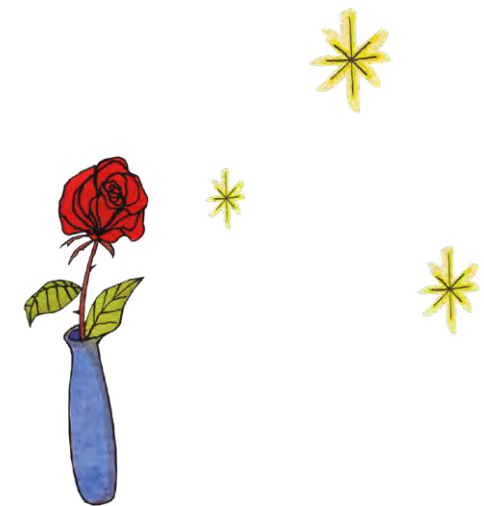
hacer publicidad, que siempre juega con estereotipos, y sobre todo educar desde niños, en las escuelas, los colegios, en las casas, que el machismo mata. Creo que también sería bueno que las mujeres que hemos sido maltratadas hiciéramos cosas juntas, creásemos una comunidad, una familia.



Hoy en día limpio en una residencia de mayores; estoy muy contenta allí, me acogieron todos de maravilla, los encargados, los compañeros; lo que más deseo es que me hagan fija, porque ahora soy fija-discontinua, y un contrato fijo medaría mucha seguridad. Ah, tampoco quiero morirme ahora, que mis hijos son todavía muy jóvenes.

Me gusta la vida que tengo. Si miro hacia atrás, veo tanto dolor que me parece increíble estar donde estoy. Pero estoy muy orgullosa de haber trabajado el miedo y de que, aunque todavía está, no me impida hacer mi vida.

Hay algo bueno de aquel 25 de diciembre de 2018. Hasta entonces, nunca me miraba al espejo, ¿para qué? Pero tuve que hacerlo, tenía que ver mi cara desfigurada, mi nariz rota. Me miré a los ojos, y me vi por vez primera.





NO NOS
HAN EDUCADO
PARA CONVIVIR
CON UNA PERSONA
CON ENFERMEDAD
MENTAL»

ADELA MONTAÑO CANDELARIO

ADELA NO ES LA QUE VEIS. Lo que veis es una careta, una máscara, porque Adela tiene que seguir adelante. Hubo un tiempo en que Adela desapareció y ahora se está reencontrando consigo misma, pero este estar tan arreglada, estas ganas de vivir, esta apariencia de empoderamiento es eso mismo, una apariencia, una fachada, un disfraz. Me gustaría tener esa capa de Harry Potter que te permite desaparecer. Adela es muy luchadora para los demás, pero todavía para ella no ha encontrado por qué luchar, lo está buscando, pero quiero dar mi testimonio para que se visibilice la enfermedad mental y lo que conlleva, para que no se estigmatice.

Fui una niña feliz que necesitaba ser perfecta, que todo a su alrededor estuviese perfecto, con toques obsesivos que me condicionaban: al hacer la cama, por ejemplo, el cojín tenía que estar justo en medio, porque si no algo pasaría ese día. Siempre he tenido ese Trastorno Obsesivo Compulsivo. En el colegio sacaba unas notas muy buenas, era representante de alumnos, delegada de curso, siempre me presentaba a todo, llevaba la voz cantante, y todo lo tenía que hacer bien porque si en algo fallaba, creía que repercutiría negativamente en mi familia. Mi vida se ha basado en hacerlo todo perfecto. Me parecía normal vivir así.

Debuté oficialmente con enfermedad mental cuando me diagnosticaron anorexia a los 15 años, a raíz de que me operasen, no podía comer, me quedé delgada y esa pasó a ser mi perfección. No es que pretendiera ser una modelo, ni que me vea gorda, no me comparo con nadie. Tengo que estar delgada, es una obsesión. Me recuerdo al Pokémon que se le ve el pecho y echa fuego. Mi fuego es el vomitar. Puedo hablarlo con tranquilidad y de manera sincera, pero si no vomito me crea ansiedad. Es parte de mi TOC. Tengo que levantarme por la parte izquierda de la cama, cuando mis padres discutían, como cualquier pareja, mediaba siempre para que la cosa fluyera, si mi hermano no arreglaba su habitación lo hacía yo... todo mi entorno tenía que estar feliz, era mi carga, mi responsabilidad. Me veo según me vean los demás, y si no destaco la gente no me ve y yo no soy nada.

Recuerdo el instituto como una época regular en mi vida, con muchísimas exigencias de mí para conmigo, con muchos altibajos. Me eché novio a los 16 años, y con él sigo, soy costumbrista, no me gustan los cambios ni para eso. Es un hombre maravilloso, porque me cuida y soy difícil de llevar. Tenemos dos hijos estupendos, de 26 y 23 años, un pedagogo y una criminóloga.

Empecé a estudiar Psicología, me fui a Sevilla, pero echaba mucho de menos a mi madre quien, dentro de su incompreensión de la enfermedad, me cuidaba. Sabiendo que las iba a vomitar, me dejaba a la vista chocolates. Regresé a mi tierra y cambié Psicología por Auxiliar de enfermería, me saqué unas oposiciones y comencé a trabajar en la residencia de mayores de mi pueblo. Estuve trabajando allí 29 años.

Creía tener mi entorno controlado pero, con 59 años, murió mi madre por un cáncer de mama. Ese fue el primer hilo que se me cortó en la vida. Me sentí culpable de su muerte. Sé que son distorsiones cognitivas, pero vivo en ellas, no puedes salir de ellas, las siento así. Una cosa es razonar y otra estar dentro, sufrirlo. Sentía que mi madre se había muerto porque no la había querido o cuidado lo suficiente... siento culpa por todo, hasta por la guerra de Ucrania. Así que, cuando murió, me hice todavía más cuidadora, me hice cargo de mi padre, de mi abuela, de mi hermano. A veces pienso cómo me soporta mi marido... no creo que me soportase mucha gente, yo misma me caigo mal, él ha hecho el esfuerzo de normalizar una enfermedad.

ADELA MONTAÑO CANDELARIO



Tengo trastorno límite de la personalidad, una anorexia, y un trastorno depresivo y ansioso crónico. Además, fibromialgia, es lo que conlleva una mala alimentación.

Quise mantener todo como lo mantenía mi madre, incluso lo sentimental, así que cuidé de sus amistades, cuidé de mi abuela, traté de mantener esa familia ideal, pero las cosas no se pueden mantener en la perfección eternamente, y me fui rompiendo poco a poco. Mi abuela se encamó, tuve que buscar a una persona que se hiciera cargo de ella, porque requería atención constante, mi padre empezó a tener problemas con el alcohol, mi hermano se enfadaba con él por ello y yo trataba a toda costa de tapar a mi padre... Fue morir mi madre y desaparecer él. La sobrevivió 14 años, pero era como una sombra.

Mi abuela murió catorce meses después de mi madre. Tenía 89 años, y lo viví como una liberación, y me sentí culpable por sentirme liberada, pero no podía evitarlo. Por fortuna, me llevo muy bien con mi hermano, vivimos en el mismo edificio, él arriba y yo, abajo.



Adela se rompe cuando me di cuenta de que no me veía. Tiene que ver con mi trabajo en la residencia. Suelo decir que, muchas veces, quienes estamos mal de la cabeza estamos bien del corazón. Todo te afecta mucho más, y eres más sensible. Yo trataba de que en el trabajo también estuviera todo en su sitio, evitaba conflictos, hacía las planillas sin que fuera un cometido mío, si había algún turno incómodo lo cubría yo, si alguien quería cambiar su turno se lo cambiaba yo, quitándole horas a mi familia. He cambiado muchas Nocheviejas por el día de Reyes. Al principio me decía que era mejor para mis hijos, pero ahora sé que lo hacía para evitar conflictos. Así estuve muchos años, más o menos lo sobrellevaba, pero físicamente empecé con dolores. Me han operado tres veces de la rodilla, por la mala alimentación. Y, poco a poco, empezaron a aparecer más secuelas físicas de mi anorexia, como las hernias discales o estenosis espinal³.

3. La estenosis espinal se produce cuando el pequeño conducto vertebral, que contiene las raíces nerviosas y la médula espinal, se comprime, causando dolor, calambres, debilidad o entumecimiento.

Llegó un momento en que físicamente no podía hacer mi trabajo y pedí un cambio de puesto después de un tiempo de baja, porque no quería jubilarme. Pasé por Salud Laboral, y me designaron como gobernanta. Ahí empezó el *tsunami*, porque los compañeros a los que tanto había querido, con los que tenía tanta amistad, a los que admiraba, comenzaron a pensar que me había servido de mi enfermedad para conseguir otro puesto de trabajo, que utilizada mi enfermedad para medrar.

Un día un desplante, otro día un compañero que no te mira, o deja de hablarte, o se ríen de ti cuando pasas por su lado, te dejan notas para no tener que comunicarse contigo, les sorprendes criticándote en susurros... esas mismas personas que, hasta ayer, eran tus amigos, con los que compartiste tantas y tantas cosas. De pronto te conviertes a sus ojos en una trepa que gana cien euros más. Me llegaron a decir a la cara que era una mentirosa, que me inventaba dolores y que los exageraba.

Por mis problemas físicos, no podía ayudar a los ancianos a levantarse ni a ducharse, por eso pedí el cambio. Y todo el trabajo que antes hacía gratis (por ejemplo, repartir turnos, que lo preparaba en mi casa) ahora entraba dentro de mis funciones.

Fue tal su comportamiento, que me llegué a creer que mentía, que yo mentía. Tanto, que me daba miedo ir al médico por si me decía que eran mentira mis dolores, que me los inventaba. Tuve que ir al psicólogo. Es que justo fueron esos cuatro o cinco compañeros que más me importaban los que me dieron la espalda. Y si, como yo, dependes de los para valorarte, te rompes. Así que hice las planillas de un año entero y me cogí la baja.

Comienzo rehabilitación, y el médico que dice que mejor vuelva al trabajo, que así «no pienso tanto». Me mandó al psicólogo, y nada más llegar me dijo que trabajaríamos seis sesiones. Yo le dije que si me ponía un máximo de sesiones, mal empezábamos. Le caí bien. Cuanto más indagaba, más se convencía de que lo mío no era una depresión ni ansiedad sino un cúmulo de cosas que convivían conmigo, esos pensamientos nocivos con los que ya tengo que aprenden a convivir.

Convivir conmigo es difícil, me siento mal porque no me gusta, porque está a Adela de antes y la Adela que quiero ser, pero no me llevo bien con la que soy; todavía no controlo bien esos pensamientos. Por ejemplo, mientras te cuento mi historia estoy pensando que tú piensas que soy tonta, que exagero. Entonces tengo que combatir este pensamiento con otros pensamientos para relajarme, pero eso me lleva un esfuerzo que es agotador al cabo del día.

Pero ellos sabían de mis problemas de salud mental, nunca los he ocultado. Por eso no entiendo cómo pudieron decirme que mentía, que exageraba, que era una «trepa». Así tres años. Traté de aguantar lo que pude, pero eso solo consiguió convertirme en un trapito. Salía de trabajar y no servía para nada, me dolían cada vez más cosas, iba a múltiples médicos, me llegué a sentir cuestionada por un tribunal, como si no se creyeran mis problemas de anorexia, me hicieron pesarme delante de todos... Al final, el psicólogo me derivó a un CRPS, un Centro de Rehabilitación Psicosocial, en Zafra, al lado de mi pueblo, donde me ayudaron a convivir con mi enfermedad. Al poco de llegar al centro, además de la rehabilitación, comienzo a participar en todo, dando rienda suelta a mi creatividad, escribiendo mis sentimientos, dando charlas, cursos, formando parte de la Red Nacional de Mujeres, representando a la mujer rural, centrando mis intervenciones en la salud mental...

Algunos me preguntaban que cómo había aguantado tanto esa situación, pero es que el trabajo era mi vida, me gustaba... y todos conocían mis manías, cómo tenían que estar colocadas ciertas cosas, cómo hacer otras, mis rutinas obsesivas... no entiendo por qué se respetan otras enfermedades y no la mental, por qué se sospecha de quien la padece, se le pone en tela de juicio.

Cuando llevaba 18 meses de baja, tuve que ingresar a mi padre precisamente en la residencia donde trabajaba, yo ya no podía cuidarlo en casa, empezó con demencia, y allí lo trataban muy bien. A veces, entraba por la puerta de atrás para no encontrarme con estos compañeros que tan mal me lo hicieron pasar. Menos mal que me llevaba bien con el resto. Ahora, después de los años, cuando me encuentro con alguno de ellos, por lo menos soy capaz de mantenerles la mirada. El covid me ha venido bien, me ha hecho invisible, iba con mi capucha, con gafas de sol, con la mascarilla... Mi pueblo es pequeño, tiene ocho mil habitantes, Los Santos de Maimona, así que no hubiera salido de casa de no haber necesitado la mascarilla. Ahora estoy más fuerte, pero sigo teniendo miedo de encontrarme con estas personas con las que trabaja. Todavía tengo la sensación de que Adela no está enferma, sino que está chupando de sistema. También sé que es una distorsión cognitiva, pero no puedo quitármela de la cabeza. Al menos, por ahora.

Mi directora y otra amiga se dieron cuenta de que no podía más, de que me estaba costando la salud trabajar allí. Pensar que yo era una egoísta mentirosa que se aprovechaba de su enfermedad es un maltrato, también ignorancia. Piensan que por que te pintes el ojo, para sostenerte, no debes estar tan mal. Tuve tanta angustia, lo pasé tan mal que me fui a vivir al País Vasco, por no encontrármelos, pero, por fortuna, he regresado a mi pueblo.

Esa Adela que proyecto, la que me gusta imaginar, un día se sentará con ellos y les dirá cuatro cosas. A una de esas personas le ocurrió algo grave y yo estuve allí, a pesar de todo, acompañándola. Tengo que prepararme para esa conversación, no vaya a ser que me pase y después, encima, me sienta culpable.



Me gustaría que aquellos que piensan que las personas con enfermedad mental le echamos cuento a la vida, pudieran meterse en mis zapatos cinco minutos, y en mi cabeza, uno. Solo una persona torpe e inculca aprovecha la debilidad de otros para atacarlos.

No nos han educado para convivir con una persona con enfermedad mental; si hablamos de la ceguera, y vemos ciegos y personas con discapacidad física, y no nos dan miedo, y nos acercamos a ellos. Pero la enfermedad mental siempre se ha tapado, y más en la zona rural, por eso trato, con mis charlas, de que se vea como algo normalizado. Pondré un ejemplo. En una ocasión, me llamaron de Tele Extremadura para entrevistarme. No sé si se pensaban que iba a hacer cosas raras en el plató, pero me colocaron apartada, en un taburete, y me dedicaron dos minutos de entrevista, entrevista que sólo trataba de que explicara las «maravillas» de la enfermedad mental. Duró muchísimo más la entrevista que le hicieron a un adiestrador de perros que a mí. Por otro lado, los medios de comunicación siempre destacan la enfermedad mental cuando se da en un suceso violento, hacen un tratamiento muy sensacionalista del asunto. Hace muy pocos días, murió un muchacho de 57 años con parálisis cerebral que yo no conocía, su madre no lo sacó ni a la puerta de la casa. Es terrible que esto, a día de hoy, siga ocurriendo. La sociedad entera ha de concienciarse.



Ahora estoy en la fase de evitar los vómitos, y como a base de líquidos, sobre todo purés, que no los considero comida. Con que no vaya a más, nos damos por satisfechos. Sé que esa será mi vida, comer y vomitar, salvo si son purés. Tan sumamente inexplicable como para mí lógico. Pero quiero llegar a ser esa Adela que imagino, un poco menos obsesiva, más segura de sí misma.



❖ LOS HE PERDONADO
A TODOS»

VERAS DABBO JOSEPH



SOY VERAS. VENGO DE ÁFRICA, DE LAGOS, la antigua capital de Nigeria. Nací en un pueblo pequeño. Mi madre tuvo ocho hijos; soy la penúltima. Sin embargo, mi madre, que cuidaba a una de sus nietas, me mandó a vivir con mi abuela. Nunca he comprendido por qué, siendo yo su hija, no me quiso en su casa. Desde pequeña me siento sola, no sé por qué fui abandonada, pero aguanto.

Con siete años, mi padre, que debía de tener mala conciencia por haberme abandonado, vino a buscarme a casa de mi abuela, pero para llevarme a otro lugar, no para vivir con mis padres, sino con mi tía. ¿Por qué tanto abandono? Nunca lo he sabido. No duré mucho con mi tía, porque mi padre murió dos años después de haberme ido con ella y regresé con mi madre. Tenía 9 años. Durante ese tiempo, traté muchas veces de contarle a mi padre que mi tía me trataba mal, pero él me interrumpía y me decía: «Ya me lo contarás, ahora no», pero nunca se lo pude contar, tuvo un accidente y murió. Por eso, cuando tengo algo importante que contarle a alguien, tengo que hacerlo ya mismo.

Como nunca había convivido con mi madre, no me aceptó como hija, no me quería como hija, nunca me quiso. Me trataba como la esclava de la casa. A veces le pregunté por qué me había tratado tan mal. Creo que, en el fondo, ella tenía mala conciencia.

Una vez, cuando crecí y vine a España, la llamé y me pidió perdón. «Lo siento mucho, hija, la vida no ha sido fácil tampoco para mí». La perdoné; menos mal, porque murió al poco tiempo.

Como la situación en mi casa era muy mala, porque mi madre me convirtió en esclava de todos mis hermanos y de ella, me fui a vivir con un hombre del que no estaba enamorada. Necesitaba salir de casa de mi madre. Tuve dos hijos con él, un niño y una niña. Los tuve muy pronto, con 16 años nació el primero. Mi madre me advirtió de que no me fuera con él, pero fui cabezota, quería alejarme de esa casa. Fue peor. Aunque nunca nos casamos, me trató muy mal, cada día venía con una mujer distinta. Cada día, no una vez a la semana. Cocinaba para ellos; a veces, me despreciaba la comida.

A mi hermano alguien debió de contarle que yo no era feliz, que ese hombre me trataba mal, y un día me sacó de allí. Sólo conviví con aquel hombre tres o cuatro años, pero me parecieron una eternidad. Como siempre estuve sola y nadie me quería, aguanté. Me fui de allí con mis dos hijos.

Un día, nos visitó. Vino a casa de mi madre a ver a sus hijos, me pidió perdón, me pidió que volviera con él. Y lo hice. Me pareció que me quería un poco, y me sentía muy sola, y mi madre seguía portándose mal conmigo, no paraba de preguntarme: «¿Por qué volviste?» No tenía otra opción. Pero ese hombre no me quería, me engañó, me echó de su casa y se quedó con mis hijos. En África, los hombres, cuando encuentran una mujer que les conviene o que les gusta más que la que tienen, la echan de casa. No volví a verlos hasta que mi hijo cumplió los 18 años. Así que tuve que volver a casa de mi madre.

La gente me decía «he visto a tus hijos en este pueblo, en este otro pueblo», y yo corría por verlos, pero nunca los veía. En una ocasión, una amiga me llamó para decirme dónde encontrarlos, y fui a coger un autobús para ir hasta allí. El autobús estaba completo. Rogué al conductor que me dejara subir, le expliqué lo que ocurría, pero tuve que esperar al siguiente. Tuve mucha suerte, porque el autobús tuvo un accidente y murieron todos los que iban en él. Llegué al pueblo, pero no estaban mis hijos, así que, cuando volví a casa, me tomé todas las pastillas que encontré. Quería morirme. Por suerte, una tía mía vino a buscar algo, ya no recuerdo qué, y me encontró tirada en la cocina. Puede ser que Dios le mandase a socorrerme.

VERAS
DABBO
JOSEPH



Fue ella la que me dijo, cuando me recuperé y le conté lo que había ocurrido, que me despreocupara de ellos. «Cuando sean mayores, vendrán ellos a buscarte. Confía». Y tuvo razón. Mi hijo, al cumplir 18 años, vino a mí. Ahora vive en Italia, tiene 37 años, trabaja en el almacén de un supermercado. He ido a visitarle.

Al tiempo de que ese hombre me quitara a mis hijos, conocí a otro. Primero me fui con él a Lagos, aunque su familia tampoco me quería; no me importa que nadie me quiera, me han tratado mal siempre. Como su hermana nos echó de la casa donde vivíamos, nos fuimos a Mauritania. Me trataba bien; yo no estaba enamorada, aunque, poco a poco, le quise mucho. Quería que nos fuéramos a Singapur, porque era un país en el que resultaba fácil conseguir visados. Pero, un día que fuimos a rezar a una iglesia católica, escuché en ella un idioma que entonces desconocía, el español, y me resultó muy bonito, aunque no entendiera nada. Cuando se terminó la oración, le pregunté al cura que qué idioma hablaba. «Español», me dijo. Y yo ya nunca más quise ir a Singapur, sino a España. El cura me propuso que, si conseguía seis o siete interesados más, nos enseñaría el idioma. Y así lo hizo.

Vine a España, por fin. Él se marchó a Singapur. Tuvimos contacto hasta 2007. Desde entonces, no sé nada de él. Mi hija se quedó en África, llevo mucho tiempo sin verla. Vine a España con 33 años.

Llegué a España con los documentos de otra persona. Nos parecíamos un poco, y entonces nadie se molestaba en mirar mucho que la persona de la fotografía fuese la misma que llevaba la documentación. Luego, eso cambió, ha cambiado mucho, ahora se fijan y comprueban. Pagué muchísimo por esos documentos.

Llegué a Asturias, no sé por qué, la verdad. Ahí estuve alrededor de un mes. Pregunté por alguna ciudad que tuviera campo y me dijeron que me fuera a Almería. Yo tenía una hermana viviendo en Valencia, se casó con un valenciano, pero no la llamé. Ella también se portó mal conmigo.

Llamé a mi antiguo novio y le pregunté dónde estaba Almería. Él me dio el teléfono de un amigo suyo que estaba en Barcelona, y me fui allí con él. Hacía muchísimo frío en su casa, y no me dio ni una manta, ni comida. Era peluquero. Mi hermana pequeña se enteró de que yo estaba en España, contactó conmigo y

me pagó el billete para que fuera a su casa. Estuve con ella un mes. Seguía tratándome como hacía madre, como una esclava. Un día le pregunté a una amiga suya dónde estaba Almería, y me dio el contacto de una tía suya.

Me fui de allí en cuanto pude. Y llegué a Almería. Por más que busqué trabajo, nadie me hacía contrato. Además, poco después caducaron los documentos. Y sabía que al ocurrir, ya nunca tendría un contrato de trabajo. Me quedé en la casa de la tía de la amiga de mi hermana hasta que conseguí trabajo en el campo, pero empecé a trabajar en la prostitución, necesitaba dinero para vivir.

En la calle, conocí a un chico que me llevó otra vez a Barcelona. Un día, me dio una paliza, me arrastró por el suelo... menos mal que un vecino llamó a la policía. Había notado cosas que no me gustaban en él, pero como estoy acostumbrada al maltrato, no le di mucha importancia.

Volví a Almería. Estuve casi diez años ejerciendo prostitución, desde 2007 a 2016. Un día, vi por la televisión algo que me pareció muy bonito: el Carnaval de Tenerife, y pregunté qué era aquello. No sabía dónde estaba Tenerife, pero aquí vine. Llegué en abril, y ya no había Carnaval, así que esperé al siguiente.

Encontré a una paisana mía que, por cinco euros al día, me dejaba dormir en su casa. Después me echó, y tuve que buscarme la vida. Pregunté dónde vivían los africanos, y me acerqué a ese barrio. Me presenté en una tienda africana, y me recibió la dueña, me dijo que era muy temprano y que durmiésemos un poco. Sin conocernos de nada, me ofreció alojamiento. Estuve un tiempo, hasta que conocí a un chico con el que me fui a vivir. Me trataba muy mal, tanto que me cuesta recordarlo, aunque seguimos en contacto... a veces me trae fruta, ahora, pero en su casa yo dormía en el suelo, sólo comía algo de fruta, y solo se acordaba de mí cuando llegaba la hora de follar y me arrastraba a la cama. ¿Cómo voy a esperar que alguien me trate bien? Si llega esa persona, una persona que me quiera de verdad y me trate bien, la abrazaré fuerte.

En 2014 empecé a trabajar en la calle; antes, aunque había sido prostituta, siempre estaba en una casa. Trabajé de día, porque de noche los coches me asustan. Y conocí a la gente de *La Casita*⁴, que cuidan y se preocupan de las mujeres que ejercemos la prostitución. Me hacían un seguimiento y, cada vez que tenía problemas, acudía a ellas. Me ayudaron a sacarme la residencia.

En una ocasión, mientras hacía un servicio con un cliente que no me quiso llevar a su casa, me caí por un barranco. Me fracturé una pierna. Al principio me dolía, pero no pensé que tenía algo roto, hasta que las mujeres de *La Casita* me llevaron al hospital, y me colocaron un yeso. El hombre con el que vivía se enfadó, porque yo pagaba el alquiler de toda la casa, y a los seis meses me obligó a quitarme el yeso. La pierna aún no había curado, pero él quería que le llevase dinero. Ahora, cuando nos vemos, le pregunto si se acuerda de cómo me trataba. No le gusta que le pregunte eso, pero quiero que sepa que me trató muy mal.

Las mujeres de *La Casita* me ayudaron a solicitar el certificado de discapacidad y, cuando me lo dieron, fui a Sinpromi⁵ y ellos me derivaron a Inserta, donde hice varios cursos, de limpieza, de operaria de

lavandería, de imagen personal... Me ayudó mucho cómo trabajamos el empoderamiento de las mujeres, aquí, en Inserta, es algo que necesitaba, porque mi autoestima estaba hundida, para mí eran normales cosas que nunca deben serlo.

No quiero volver a la prostitución nunca más. Si lo hice fue porque, sin papeles, no tuve otra salida, y necesitaba comer. A veces, pedía dos euros para comprar algo de fruta y no tener que salir a la calle... a día de hoy, todavía algún cliente me llama, pero ya no quiero ir con ninguno.

Sigo en contacto con *La Casita*. Mi hermana vino a visitarme a Tenerife, pero no la volví a ver, murió en Alemania. Intentó que me echaran de *La Casita* diciéndoles que me prostituía, pensaba que ellas no lo sabían. No fumo, no bebo. La mayor parte de mis hermanos han muerto y están enterrados. Los que quedan vivos, los mayores, solo se acuerdan de mí para pedirme dinero, pero tienen hijos, como yo, en Europa o Estados Unidos, aunque les da vergüenza pedírselo a sus hijos y me lo piden a mí. Siempre me llaman cuando tienen problemas, nunca para saludar.

Después de tanto sufrimiento, este es el mejor tiempo de mi vida. Nunca esperé nada bueno, pero la vida me ha dado la vuelta y lo he aceptado, con toda la fuerza del mundo. Tengo una vida tranquila, como una vez al día, recojo mi casa, me gusta estar en casa, aunque prefiero trabajar, soy muy puntual, muy limpia, muy ordenada, he trabajado en muchas cosas, en limpieza, en el campo, como ayudante de cocina, de fregachín... Desde enero de 2022, con la discapacidad reconocida, cobro una ayuda no contributiva, con eso vivo, me da para vivir. Pero sigo buscando trabajo.

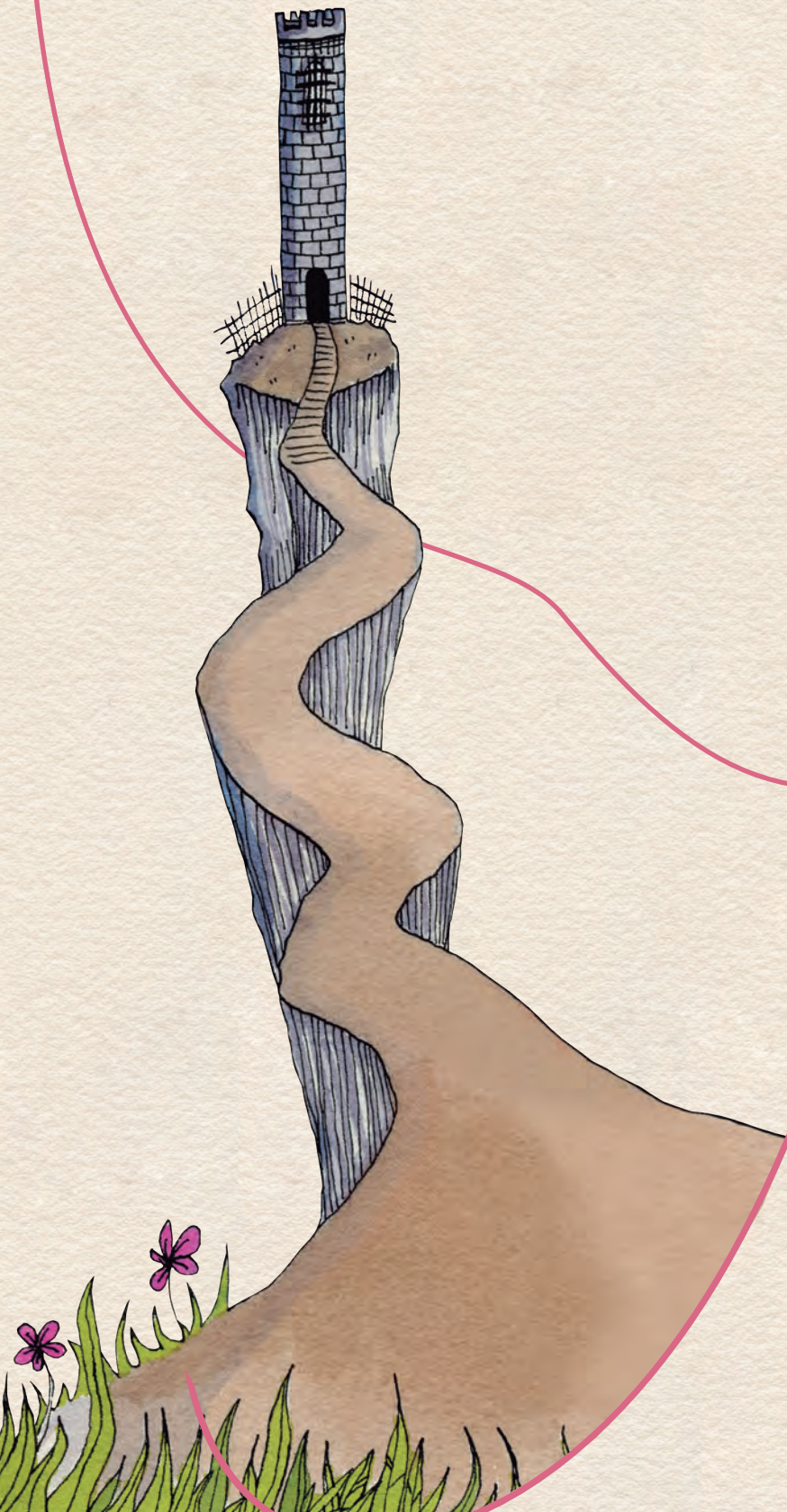
Tan mal estaba... pero, gracias a Dios, ahora la vida me da una oportunidad. No tengo amigas, amigas de verdad, antes sí, cuando iba a los salesianos, pero luego me cambié de casa y me quedaba muy lejos; tengo que volver, me sentía muy bien con ellos. Me gusta ver documentales si no trabajo, salgo muy poco: a pasear, cuando estoy aburrida, a mirar cosas por las tiendas, aunque no pueda comprarlas... Hace 15 que no veo a mi hija. Estuve ahorrando para visitarla, pero le di el dinero a mi hijo para que pudiera regresar a África, donde está su mujer. Mi hija quiere ir a Portugal.

Soy una mujer tranquila, puntual en mi trabajo. Nunca me he enamorado, solo quería salir de la casa de mi madre, y luego de las casas donde me trataban mal. No he vuelto a ver al padre de mis hijos, aunque me llama a veces para pedir dinero. Los he perdonado, a todos.

Sé que nunca más voy a vivir con ningún hombre, aunque sea millonario. Me gustaría que ninguna mujer se quedara callada cuando la tratan mal, eso lo hice yo y no sirve de nada, solo para sufrir. Que hablen, que llamen al 016, que hagan todo lo que yo no hice. Todavía, de vez en cuando, me enfado conmigo por no haberme cuidado.

4. *La Casita* es un programa de las hermanas Oblatas, que desde 1988 ofrece diferentes respuestas mujeres en situación de prostitución y/o víctimas de trata de seres humanos con fines de explotación sexual, que demandan o necesitan apoyo para iniciar un proceso de cambio que favorezca el desarrollo de sus potencialidades, contribuyendo a la realización personal y a su integración social y laboral.

5. Sociedad Insular para la Promoción de las Personas con Discapacidad.



SI YO PUDE SALIR,
TÚ TAMBIÉN PODRÁS»
MARÍA ESTHER ZORITA RODRÍGUEZ



ESTHER ES UNA MUJER LUCHADORA, sufridora durante muchos años y con ganas de poder ayudar a otras mujeres como yo. Así, a grandes rasgos, me defino.

Tengo una hermana que me ha ayudado en los malos momentos; tuve una infancia un tanto *regulara*, con situaciones de acoso en el colegio, porque era gordita y, cuando pasaba por mi lado alguna de las niñas populares, me empujaba, y cuando trataba de defenderme, aparecían hasta diez niños para pegarme. Sí, no fue fácil mi infancia; además, tuve problemas familiares que no quiero detallar. He aprendido que tener una infancia dura repercute en tu futuro, mucho más de lo que pueda parecer. Todo viene de algún sitio, de la infancia, aunque habrá mujeres maltratadas que hayan tenido una infancia feliz. En mi caso, desde luego que ha sido una infancia traumática la que me ha llevado a estar con un maltratador.

De pequeña viví en Vallecas. Después en Menéndez Pelayo, viví con mi abuela, y volví a Vallecas. Cuando pude, me compré un piso en Coslada, donde tenía muchísimos amigos. Trabajaba en una inmobiliaria, y me fui a Alcalá, primero, y después a Guadalajara, con el padre de mi hijo, sabiendo que no. Que no. Que no era la persona que me convenía.

Lo conocí porque era amigo de algunos de mis amigos. Nos llevábamos bien y empezamos a salir, porque siempre me ha costado muchísimo estar sola. Casi al comienzo de nuestro noviazgo sacó su agresividad, aunque traté de justificarlo. Un día bebió demasiado, y vino a buscarme a casa de unos amigos con los estaba; me sacó de allí, me llevó a mi casa, me tiró el móvil por la ventana, me gritó, me amenazó, me insultó. Aunque pensé que había bebido, y que por eso se comportó así, lo dejé con él. Pero me empezó a llamar, volvimos a quedar y volví a meterme en el hoyo. Al principio, parecía que se había calmado, estaba muy atento, y cometí el error de comprarme un piso con él, en Loeches, sobre plano.

Cuando nos fuimos a vivir a Azuqueca, la situación empezó a irse de madre, me agarraba por el cuello, me insultaba... incluso me dejó encerrada tres días sin salir a la calle, ni hablar con nadie, insultándome... mi autoestima era cada vez más pequeña, y mi dependencia de él, mayor. Pensaba que no valía nada, que no era nadie sin él. La suerte que tuve es que me quedé embarazada, eso me dio mucha fuerza para romper con él, porque no quería que mi hijo sufriera lo que yo estaba sufriendo. Cuando se lo dije, que quería dejar la relación, se lo dije por teléfono, porque le tenía miedo, y vino a buscarme, me metió en el coche y empezó a dar volantazos y a insultarme. En un paso a nivel aproveché para bajarme del coche, llamé a mi hermana y le pedí que me fuera a buscar. Estaba embarazada, y necesitaba proteger a mi bebé, no podía consentir esas cosas.

A partir de ese momento fue terrible, terrible. Fue peor. Tenía muchísimo miedo, miedo de que me hiciera algo, de que se quedara con el bebé, de que nos hiciera algo a los dos... nunca en mi vida he fumado más que estando embarazada, vivía en una angustia y miedo constantes. No paraba de llamarme por teléfono a todas horas, insultándome, amenazándome... y ni siquiera fue al parto.

Cuando ya tuve a mi hijo, un día vino a mi casa y me amenazó con un hierro; denuncié, y tuve la suerte de que una vecina lo vio todo. Le impusieron una orden de alejamiento durante año y medio. Tenía tanto miedo que me fui a Murcia, a una casa que me prestó mi tía. Allí estuve un tiempo, pero como no conocía a nadie y no encontré trabajo, tuve que regresar. Me cambié de vivienda. La sola idea de que apareciera me aterraba.

MARÍA ESTHER
ZORITA
RODRÍGUEZ



Antes de esa vez, había pensado muchísimas veces en denunciar. Iba camino de la comisaría, pero me volvía a casa. Alguna vez entré, empecé la denuncia, pero me arrepentía, tenía mucho miedo. Gracias a Dios, aquella vez fui a denunciar, me senté y, cuando me iba a levantar, arrepintiéndome, el guarda civil que me estaba atendiendo me convenció de que lo hiciera, de que le denunciase. Y le denuncié. Estuve toda una mañana declarando, al final lo hice, pensé que me iba a matar, tenía miedo a la represalia, a que me quitara a mi hijo... pero denuncié. Me había pegado, me había humillado, me había robado la autoestima... pero denuncié.

El juez nos impuso para el niño un punto de encuentro, porque el niño no quería ir con su padre, con tres años le tenía tanto miedo como yo; además, tenía una orden de alejamiento por las continuadas amenazas y diferentes episodios de violencia. El punto de encuentro, al menos, me daba cierta tranquilidad, y las visitas con el padre eran supervisadas. A día de hoy, con 17 años, le sigue teniendo pánico. Cuando tenía 8 años vivió con él unos meses, pero le veía bastante mal, así que le llevé a un psicólogo de violencia a menores que me facilitó el centro de la mujer, en el mismo centro donde me atendían a mí. No quería ver a su padre, pero el juez le obligaba. Finalmente escribió una carta explicando por qué no quería estar con su padre, lo mucho que le había hecho sufrir; de hecho, les entregó a las mediadoras del punto de encuentro una carta para que se la dieran al padre donde le decía que no quería verlo más. A día de hoy, lleva 9 años sin verle, aunque no le desea mal alguno.

¿Cómo es posible que yo, con el carácter que tengo, haya pasado por esto? ¿Cómo soportar que un hombre te encierre sin motivo en tu propia casa? Me tenía comida la cabeza, me había anulado casi por completo, me había aislado de los amigos, de la familia... hasta que lo único que me quedaba era él. Menos mal que, en el fondo de mi mente, sabía que eso no era normal, y una voz me decía que tenía que salir de allí.

Hace aproximadamente cuatro años, de nuevo se presentó en mi vida la violencia de género, en este caso a través de mi vecina, a la que su marido le cortó el cuello y la mató. Al oír los gritos, bajé a su piso tras el llanto desesperado de los niños. Los subí a mi casa. No doy más detalles por respeto a ellos. He pensado

muchas veces que yo podría haber sido ella, de no haber tenido a mi hijo... Ese asesino fue condenado a quince años. Quince años vale una vida.

Así que me concentré en sacar adelante a mi hijo, Iván, y tuve que buscarme la vida como pude. Siempre lo he hecho. Ha habido temporadas que hasta he tenido tres trabajos simultáneos: de comercial, vendiendo ropa de trabajo, como dependienta y, los fines de semana, de repartidora de pizzas.

Pero aquí estoy. He sacado adelante a mi hijo, me he buscado la vida, y eso que el primer año de vida de Iván su padre no me daba ni un duro. Tenía los 400 euros que te daban por la maternidad. Pero lo conseguí. Mi padre y mi hermana me apoyaron, sobre todo cuando Iván era más pequeño, y trabajé mucho conmigo misma, gracias a la ayuda de distintos psicólogos.

Ahora no tengo miedo, hace mucho que no le veo, tengo... respeto. Si lo viese... no quiero pensarlo. A veces creo que el miedo es para toda la vida... y convivo con ese miedo.

Menos mal que mi hermana me apoyó, fue la primera persona a la que le conté todo. Con los amigos no tuve mucha suerte. A él lo conocían, y los maltratadores suelen ser encantadores con todos, así que la gente prefirió no meterse en líos, no saber.

Quería comprender por qué me había tratado así, lo que había hecho conmigo. Siempre encontraba excusas para disculpar su comportamiento. Ahora he aprendido que una persona violenta lo es al margen del alcohol o de otras circunstancias. Si no hubiera tenido ayuda psicológica, creo que me podría haber sucedido de nuevo, porque dejé de respetarme, de quererme.

No he vuelto a tener pareja desde entonces, ya no me fío de los hombres, aunque no me cierro al amor... prefiero dedicarme a mi hijo, y a mí.

Me han servido muchísimo los cursos que he hecho en todo este tiempo, de autoestima, de carretillera, de maquillaje, de empoderamiento... poco a poco, fui cogiendo fuerza. Al final, todas salimos adelante. Hasta montamos una asociación de mujeres víctimas de violencia; la creamos unas amigas que también habían pasado por ella.

Volví a recuperar la confianza en mí, mi fortaleza. A lo largo de mi vida, he trabajado en muchísimas cosas, en logística, sobre todo de comercial, en atención al cliente... Ahora creo que estoy limpia mentalmente, antes estaba muy mal, no dormía bien, tenía muchísimas pesadillas, veía cosas donde no las había, estaba todo el tiempo en tensión... Después de aquello, de muchos cursos, y de tratamiento psicológico, estuve trabajando siete años como teleoperadora, pero empecé a tener problemas de espalda, hasta el punto de que me dieron la discapacidad, primero, y la incapacidad, después. Ahora, gracias a Inserta, estoy trabajando como auxiliar de servicio en Ilunion.

Supongo que los problemas de espalda se deben al trabajo de logística, tenía que trabajar muchas horas porque necesitaba el dinero, y cogía mucho peso. Y la postura y las condiciones de las teleoperadoras tampoco ayudaron mucho. Me han operado varias veces, tengo hernias cervicales y las lumbares aplastadas. Tuvieron que ponerme ocho tornillos, y después volver a abrirme para quitarme cuatro, porque no aguantaba el dolor.

Con el tiempo, todo se ha ido normalizando. Poco a poco, lo he ido verbalizando, hablé con Iván, que sigue muy enfadado con su padre, porque además trató de meterle en la cabeza que yo era una mala madre. Ahora, él y yo somos un equipo. Creo que estas cosas tienen que saberlas los hijos, cuando llegue el momento, no de muy pequeños, pero después ya sí. A mí me costó contarlo, porque este hombre tenía

el perfil de todo maltratador, al principio son encantadores, te embaucan, pareciera que estás en una luna de miel constante, te llevan a su terreno, te camelan... con todos los amigos y con la familia se llevan muy bien, le adoran... pero, poco a poco, empiezan a separarte de la gente, de esos amigos, de tu familia, te van mellando la autoestima hasta dejártela por los suelos.

Ahora, una hermana de él, tía de Iván, quiere retomar el contacto. Yo nunca le he prohibido ver a sus abuelos, a su tía, nunca. Pero apenas ha tenido relación con ellos, y ahora no se puede esperar el mismo cariño que tienen los niños que han sido queridos desde el principio.

A veces he tenido miedo de que Iván saliera como su padre. No hacía nada más que mirar sus gestos, su manera de ser, esperando encontrar algo pero, gracias a Dios, no tiene nada que ver con su padre.

La justicia debería ser mucho más contundente. No conozco muchas mujeres que reciban la manutención que impone el juez, aunque sean cien euros, que es más o menos lo que me tenía que pasar a mí. Piensan que ese dinero te lo gastas tú en tus cosas, no piensan que les puede hacer falta a sus hijos. Estamos un poco desprotegidas en ese aspecto. También con las órdenes de alejamiento, que se las saltan cuando les da la gana. Pero salí adelante, saqué a mi hijo adelante, y ahora me valoro como mujer, como trabajadora, como madre, con mis inseguridades, mis bajones, claro, pero me gusta, me quiero como soy. Y si yo pude salir, tú también. Seas quien seas.

Hoy me agradezco. Por seguir adelante, por ser muy valiente esas veces que quise salir corriendo, por seguir intentándome sin rendirme, por no perder el ánimo a pesar de las circunstancias. Hoy me agradezco, me valoro, y me felicito.



LO QUE NO SE CUENTA
SE QUEDA DENTRO,
Y LO QUE SE QUEDA
DENTRO SE CONVIERTE
EN ENFERMEDAD»

CRISTINA FERNÁNDEZ VILLALBA



NACÍ EN URUGUAY, EL 3 DE ABRIL DE 1965. Me casé muy joven, en el consulado de España. A los dos días de la boda, el padre de mis hijos vino a España; yo llegué cuatro meses y medio después, embarazada de mi hija mayor. Tenía entonces 18 años.

Vinimos al País Vasco, a Getxo, porque la familia de mi ex marido es de aquí. Y aquí nació mi hija y, ocho años después, mi hijo. Y aquí comenzó mi vida de aprendizaje, aprendí a ser madre y esposa de una persona equivocada, mentirosa, manipuladora, incorrecta, violenta, maleducada... Después de tres años de tratamiento psicológico, sé que le quise mucho pero que el amor es otra cosa.

Me di cuenta de mi equivocación en la noche de bodas. Estuvimos dos años de novios, pero fue un noviazgo muy a la antigua; venía a verme a mi casa, salíamos a bailar, pero no era un noviazgo como los de ahora, nunca convivimos. Cuando me casé, había terminado mi primer año de Derecho. Creí que estaba enamorada, pero ahora sé que aquello no era amor. No terminé la carrera.

Habíamos acordado viajar juntos a España después de casarnos, pero lo que hizo fue dejarme allí y venirse él, con el dinero de la boda. Nos casamos, cogimos un autobús para ir a la capital, alquilamos una habitación de hotel, y allí se quedó durmiendo dos días seguidos, esperando su vuelo. En nuestra luna de miel. ¿Será esto normal? Pensaba yo. Fui maltratada desde el primer momento: se hacía lo que él decía, cuándo y cómo ordenaba. Ahora sé que, en una pareja, nadie tiene que imponer su criterio, que una pareja es un acuerdo de dos. Pero así estuve veinte años, obedeciéndole, llena de miedo.

¿Por qué aguanté tanto tiempo? Esta pregunta me la he hecho tantas veces... supongo que porque eres víctima, víctima de violencia, caes en un pozo muy profundo del que no puedes levantarte, estás ahí, y todo lo que es intolerable lo toleras y normalizas. ¿Por qué aguanté tanto tiempo? Mi psicóloga, Lorena, a quien estoy muy agradecida, me decía que la víctima es como si tuviera una gripe muy fuerte, que por más que quiere levantarse de la cama es incapaz, no puede, el cuerpo no responde. Es una pequeña comparación, pero me sirvió para entender por qué aguantas y aguantas. En mi caso, dejé de hacerlo cuando peligró mi vida. Entonces fui capaz de cortar con eso.

Este hombre tenía el comportamiento típico del maltratador, es una persona que levanta la voz a la mínima, incapaz de dialogar, que insulta porque no sabe hablar de otra manera. Cuando esos argumentos no le sirven, pasa a la violencia física. Gritaba por todo, hasta cuando le daba los buenos días. Un maltratador es una persona que humilla, destroza y aborrece a la mujer. Si cocinas, porque cocinas, si no cocinas, porque no lo haces, si hiciste arroz, porque hiciste arroz... todo lo haces mal. A mí jamás me llamó por mi nombre, me llamaba de una forma muy desagradable... Y lo que más me ha costado perdonarme es que todo eso lo vivieron mis hijos; crecieron en un ambiente muy tóxico, sufriendo.

Todo eso terminó un 11 marzo, a las diez y media de la noche. Él vino bebido, me arrinconó en la cocina, me puso un cuchillo en la garganta, me dio un golpe fuerte en el vientre y me empujó contra la pared, mientras me preguntaba que con quién me había acostado. Pensé que me iba a matar, le miraba a los ojos y creí que lo haría, matarme. Le dije: «si salgo viva de esta cocina, no volveré a hablarte en mi vida». Entonces sonó el teléfono, y aproveché para quitármelo de encima. Quien llamaba era mi hijo. Le dije que su padre me había puesto un cuchillo en la garganta, y en ese momento me arrancó el teléfono y lo tiró, sin colgarlo. Así que mi hijo escuchó todo lo que me dijo. Mi hijo llegó, tiró abajo la puerta de cocina, redujo

CRISTINA
FERNÁNDEZ
VILLALBA



a su padre y me pidió que llamara a la Ertzaintza. Durante todo ese tiempo, mi madre y mi hija estaba en la sala de estar. Mi madre estaba muy alterada, y mi hija trataba de calmarla. Mi madre había visto muchas cosas durante mucho tiempo, pero era una mujer de su generación, muy discreta y se mantuvo al margen. A eso se añade que el maltratador intenta no ejercer de maltratador cuando hay otras personas. Por eso te aísla, primero de tu familia, de tus amistades, evitar que salgas... pero cuando se cierra la puerta de casa, empieza otro mundo...

Tenía amigas, pero lo tapaba todo, por vergüenza, sentía una vergüenza inmensa, verdadera vergüenza, y las víctimas somos personas que viven siempre amenazadas, la víctima tiene muchísimo miedo y cuesta quitarlo, pero se logra, y se pasa del miedo al respeto. Ojalá puedan escucharme muchas mujeres que tienen miedo en este momento, ojalá me escuchen cuando digo que se puede salir de ahí, que no es fácil, pero que se puede.

Llamé a la policía y vinieron seis agentes de la Ertzaintza, se lo llevaron. Cuando le estaban deteniendo, aproveché para quitarle las llaves de casa. También se llevaron el cuchillo con el que me amenazó. Y cumplí mi promesa, nunca más volví a hablar con él. Me llamó, me escribió cartas, muy desagradables, me ha pedido perdón mil veces (los maltratadores siempre piden perdón, aunque es falso, no sienten culpa, no se arrepienten de nada, vuelven a hacerlo).

Mis hijos estuvieron cinco años sin hablar con esta persona; después de ese tiempo, alguna vez comieron juntos pero, desde 2017, gracias a Dios, vive en su país. Llama por los cumpleaños, pero son conversaciones muy breves. Los maltratadores maltratan a todas las personas que conviven bajo su mismo techo, aunque se centren en la mujer, y mis hijos han sufrido mucho. Si eres incapaz de querer a la madre de esos niños, ¿cómo vas a ser buen padre?

Me equivoqué, elegí mal, escogí a una mala persona para casarme, no había visto nada extraño durante el noviazgo. Por fortuna, teníamos separación de bienes porque así tuvimos que hacerlo para que yo pudiera recibir una herencia. Por supuesto, él cogió parte de esa herencia para hacer regalos a su familia de Uruguay, sin mi permiso. Y, aunque compramos un piso a medias, se empeñó en venderlo, porque vivíamos

en una portería. Para mí fue mi salvación, porque con mi parte, compré otro. Así que, cuando nos divorciamos, no había nada a repartir, y renuncié a la posibilidad de que me pasara dinero para la manutención de mis hijos, no quería saber nada de esa persona. No le he vuelto a ver, ni para el juicio, ni para el divorcio.

Después de aquella denuncia, cuando la Ertzaintza se lo llevó preso, me pusieron escolta, a quien agradezco muchísimo su labor. La mujer que ha sufrido violencia tiene mucho miedo, se siente muy vulnerable y con muchas limitaciones, y creo que es necesaria la figura del escolta. La tuve durante diez meses, y aun así él rompió dos veces la orden de alejamiento. Durante tres días, una pareja de paisano custodió 24 horas mi casa; al tercer día me asignaron un escolta, al que le informé de mis entradas y salidas, mis hábitos y rutinas. Venía conmigo desde las siete de la mañana a las ocho de la tarde, en invierno, y hasta las nueve y media, en verano. Vivir con escolta es vivir con tranquilidad, por lo menos al salir a la calle, poder ir a los sitios tranquila y segura.

A los diez meses consideraron que ya no era necesario mantener la escolta, porque concluyó la orden de alejamiento. Bravo-Víctor 73 era mi identificación como víctima de violencia. Una de las veces que se saltó la orden de alejamiento lo vio mi escolta, pasó por delante de mi casa. Denunció, pero no le pasó nada porque él alegó que, después de tanto tiempo viniendo a esta casa, se había despistado. La otra vez le vi yo saliendo de mi garaje, caminando con tranquilidad, a las once de la noche. Llamé a la Ertzaintza pero tampoco pasó nada porque no tenía testigos, y él lo negó. Pero le vi. Estaba allí, no tengo duda. No quise pulsera porque sé que hay muchos maltratadores que se la quitan con una radial rotaflex, no me fiaba de ese sistema.

Al quitarme la escolta me llamó insistentemente y me escribía cartas. Yo llevé todas las pruebas a la Ertzaintza, pero para denunciar se necesitan, al menos, 18 llamadas consecutivas, para que se considere acoso. Y mandar una carta no es un delito, por muy desagradable que fuera el contenido, que no menciono por respeto a mis hijos.

Todos esos comportamientos inadecuados, incorrectos, insoportables, que se coma en casa lo que ese ser decida, cuando lo diga, que mis hijos no pudieran dejar nada en el plato, que me diera un tiempo para recoger la cocina, porque tenías que estar como un florero a su lado viendo la película que él decidía... que hubiera que acostarse con él cómo y cuándo él lo dijera... y lo poco que ejerció de marido, también lo decidía él. Todo eso es intolerable... ahora lo sé, igual que el hecho de que se fuera los viernes y no volviera a casa hasta el lunes. ¿Dónde iba? No lo sé. Daba igual que sus hijos estuvieran malos, con catarro o gripe. Él se iba. Millones de veces pensé en ponerle fin a esta historia, pero tenía muchísimo miedo, y te limita el miedo, te paraliza, y con miedo eres incapaz de tomar decisiones, no tienes fuerzas.

Pero ahora, después del tratamiento psicológico, disfruto de la paz, de la tranquilidad. Eso no tiene precio. No sé si habría podido llegar hasta aquí sin tratamiento psicológico. Es vital para sanar, para curarte, para evitar que todos los recuerdos que te asaltan puedan contigo. No se olvidan, claro, pero se consigue meterlos en una especie de disco duro apagado, sin que estén activos, y así se puede vivir.

Desde que él regresó a su país estoy mucho más tranquila. De sus hijos no se despidió, claro que nunca ejerció de padre, y mucho menos de buen padre. La persona que es mala persona es mala en todo, no puede haber un maltratador que sea un buen padre, es imposible.

Esto nos cuesta muchísimo, aceptar que hay malas personas en el mundo. Pero las hay, y hay que darles su sitio, el sitio de malas personas. Hay muchas malas personas conviviendo entre nosotros, por desgracia. Malas personas que odian a la mujer. En mi caso, he pensado muchas veces que su heterosexualidad era

dudosa, que quizás, al no aceptar su verdadera sexualidad, se volvía tan violento, aunque fue un niño muy problemático. En cualquier caso, nada justifica a las malas personas, nada. Y creo que la persona que es maltratador, muere maltratador. Sé que tienen tratamientos psicológicos, pero no creo en ellos.

Cuando eres víctima, piensas que va a cambiar, que él no era así, y pasan los años y él no cambia, nunca lo hará. Si le hago una comida que le guste, si le recibo con una sonrisa, si tengo la casa perfecta... nada de lo que hagas hará que cambie. En mi caso, daba igual lo que hiciera, desde que te levantas eras mala, fea, gorda, baja, de mal carácter, todo lo malo que ocurre es culpa tuya, si se enferma un niño, si tose...

Además, no creo que sepan que son maltratadores. Siempre piden perdón, en mi caso él vivía pidiendo perdón, pero es un perdón falso el que piden, porque no hay culpa. Si hubiera culpa, no repetirían su comportamiento una y otra vez. Por mi parte creo que no le perdoné, porque perdonar es olvidar, y yo no puedo olvidar, la memoria la tengo intacta, la fecha, día y hora de cada cosa. Si le viera morir, ni me muevo.

Tuve durante tiempo mucho miedo de que mi hijo o mi hija pudieran haber aprendido esas maneras violentas, incorrectas, al haber tenido una infancia en la que esos tratos se normalizaron. He trabajado mucho con ellos, hemos hablado las cosas para que les quedase claro que aquello no era normal, ni mucho menos estaba bien. Ese hombre nos ha hecho mucho daño. Nunca les he hablado mal de él, simplemente les contaba lo que nos había hecho, aunque me he callado la mayor parte, por no hacerles daño. Nunca les puse impedimentos si querían verlo, o hablar con él. En ese momento, cuando se lo llevó la Ertzaintza, mis hijos tenían 26 y 18 años, una edad donde razones y opinas por ti mismo, y tomas tus decisiones.

Así fue transcurriendo mi vida, sin él pacífica, feliz. Como mi hija tiene una discapacidad del 33%, vinimos a Inserta. Ahora trabaja como auxiliar de ruta. Después volvimos por mí, ya que me dio un ictus en 2019, perdí por completo la visión del ojo derecho, y no la he terminado de recuperar. Además, me operaron de cáncer de mama. No me ha acompañado la salud estos años, es lo único que echo en falta. Creo que algo tiene que ver el haberme callado tanto. Lo que no se cuenta se queda dentro, y lo que se queda dentro se convierte en enfermedad.

Es necesario verbalizar, sabiendo que cada una de nosotras, las víctimas, necesita su tiempo para hacerlo, y que hay distintas fases del proceso: miedo, inseguridad, vulnerabilidad, necesidad de estabilidad económica... esto es muy importante, porque muchas veces no se denuncia por problemas económicos, y eso es terrible, pero si una mujer no tiene trabajo, no tiene a dónde ir, ¿cómo va a denunciar, si después de denunciar es posible que tenga que volver a la casa donde él la espera? La independencia económica es tan importante como el tratamiento psicológico. Ni siquiera sabemos que estamos siendo maltratadas. No tenemos fuerza para salir adelante, ni herramientas para comenzar ese nuevo camino donde eres libre, independiente, y vives tranquila y feliz. ¡Hasta puedes reír, puedes reír! Porque cuando vives con un ser de estos lo tienes prohibido, piensan que si te ríes es que algo les ocultas.

Durante muchos años tuve pesadillas, ahora ya no. Al principio, tenía mucho odio, un odio para mí desconocido, pero poco a poco, llegué a la indiferencia. ¿Sabes con qué lo comparo? Con el contenedor de basura. Esa misma indiferencia de llevar la basura, dejarla en el contenedor y seguir tu camino. Ahora tengo amigas, amigos, puedo ir donde quiera, cuando quiera, sin pedir permiso a nadie. No he vuelto a tener pareja, eso es cierto. No sé si me gustaría, si podría, lo que sé es que ya no soportaría un solo gesto inadecuado, ahora ya sé distinguir, ahora nadie me volverá a levantar la voz, ni a insultar ni a imponer su criterio.



HE QUERIDO DEJAR POR
ESCRITO MI TESTIMONIO
PARA QUE MIS HIJOS
CONOZCAN LA VERDAD»

ANA MARÍA VILLEGAS LÓPEZ

ME LLAMO ANA MARÍA, AUNQUE ME LLAMAN ANAMARI, O ANA. Soy hija única. Antes de compartir mi testimonio, quiero tener un recuerdo para mi madre, dedicarle mis palabras. Se llamaba Isabel y también fue una mujer maltratada, a la que apenas hice caso cuando me hablaba. Me decía que no era feliz, trató de explicarme algunas cosas, sufrió depresiones durante su vida... pero nunca la creí. Nunca me llevé bien con ella, me pareció siempre alguien poco afectuoso, y ahora comprendo que esa sequedad respondía a la vida que llevaba por dentro, tan llena de dolor y de silencios. En cambio, con mi padre me llevaba, de pequeña, muy bien, siempre me pareció un señor, alguien a quien admirar, que traía el dinero a casa. Nunca reparé en el trabajo que hacía mi madre para nosotros. De mayor empecé a entender... y aunque tuvo, al final de su vida, varias enfermedades (lupus, fibromialgia...), solo me acerqué a ella cuando era tarde, cuando ella murió. Esta culpa ya me acompañará siempre, así que lo que voy a contar a ella homenajea.

Mi madre tuvo que dejar de trabajar porque mi padre la obligó, no quería que se ganara su propio sueldo. No le di importancia, al contrario. Tuvieron que pasar muchos años hasta que sufrí en primera persona la imposición de no trabajar.

Todos sabían que mi madre sufría malos tratos, hasta la doctora de cabecera. Todos, menos yo. Al morir ella, ocupé para mi padre su lugar, y pasé a ser de su propiedad. Poco antes de que muriera, me los llevé a vivir conmigo.

Cuando mi madre nos dejó, mi padre trató de que me dedicara en cuerpo y alma a él, me animó a que dejara de trabajar. Tenía que prepararle la comida cuando él decía, cambiarle las sábanas de la cama en el momento en que lo exigía... Yo siempre había sido una mujer libre, y empecé a sentirme administrada y manipulada por mi padre.

Aunque se volvió a casar, era yo quien le tenía que preparar la cena. Es un perverso narcisista. Siguió viviendo en mi casa, él y su nueva mujer. Una noche, mientras dormíamos mi segundo marido y yo, entró en la habitación, vestido con un pantalón corto, gritó mi nombre y, cuando me desperté y encendí la luz, le vi con un enorme cuchillo de cocina amenazando a mi marido, diciendo que lo iba a matar. Yo estoy segura de que no lo hubiera hecho, pero fue terrible. Me levanté, le quité el arma, llamé a mi hijo mayor y lo sacamos de la habitación. Al día siguiente se marchó a una excursión del Imsero, quince días, como si no hubiera ocurrido nada. Al regresar, le dije que se fuera de casa. Mi marido, traumatizado, también se fue, estuvo seis meses desaparecido.

En esos seis meses, también yo me escondí, de mi padre, de mis hijos, que ya estaban independizados, de mis amigos... busqué una habitación y la alquilé. Era un lugar triste y feo. Estaba tan mal que se me cayó el pelo. Me abandoné, por completo. Menos mal que Marcos, mi marido, dio conmigo y me rescató. Recogió los trocitos que quedaban de mí. Si él no llega a venir, me tiro al tren.

Tres meses estuve de baja. Trabajaba como teleoperadora, y dirigía una red de vendedoras de productos de cosméticas. Gracias a eso pude pagar el alquiler y la comida. Estaba encerrada, nadie sabía dónde vivía, y vivía en un lugar sucio, en Florida, Hospitalet. Recuerdo un día que fui al médico y escuché la voz de mi padre, que tiene una voz poderosa y grave, dentro de la consulta. Me hice pis encima. Tuve que ir a Urgencias porque me dio un ataque de ansiedad. Allí me estabilizaron.

ANA MARÍA
VILLEGAS
LÓPEZ



Ahora mi padre tiene 94 años. He tenido que hacer un esfuerzo muy grande, porque supo ganarse, a base de regalos y de manipulaciones, a mis hijos; desde que faltó mi madre se ha hecho la víctima delante de todos, y hasta me puso en contra a mis hijos, salvo al mayor, que sí que vivió la escena del cuchillo. Yo traté de hablar con ellos, de explicarles la verdad, pero como él les dijo que tomaba antidepresivos y ansiolíticos, mi padre les convenció de que deliraba. Mi padre fue visitador médico, así que tiene mucha labia, se expresa muy bien, y es muy convincente.

Así que me di cuenta de que, si me enfrentaba a mis hijos, tenía las de perder. Había perdido numerosos efectivos materiales, perdí mucho dinero durante la crisis de 2008, pero no quería por nada del mundo perder a mis hijos ni a mi nieto. Así que, con el apoyo de mi marido, volví a tener trato con mi padre. Mis hijos se relajaron, empezaron a llamarme, creé un grupo de WhatsApp para hablar con ellos... y a los cinco o seis años, más o menos, teníamos una relación de madre e hijos.

Cuando parecía que la cosa se normalizaba, mi marido y yo alquilamos un piso en la Plaza de España, donde teníamos nuestra oficina. Yo seguía con mis cosas de cosmética, y él hacía trabajos de publicidad. Un día, que casualmente yo no estaba, picaron al timbre. Era mi padre. Le dijo a mi marido: «Vamos a hablar como hombres», y le comentó que él tenía que vivir con nosotros, que él nos mantendría si fuera necesario. Vamos, me estaba comprando. De hecho, sacó una cinta métrica y se puso a medir espacios para saber dónde cabrían algunos de sus muebles. Como mi marido era peruano, él me dijo que me apoyaba si decidía traer a mi padre a casa, porque para ellos los mayores son como dioses, los veneran. A pesar de la amenaza del cuchillo, aun habiendo pasado de todo, me dijo: «Haré lo que tú me digas, es tu padre, es mayor, está solo...» Solo no estaba, porque salía con mujeres. Su segunda esposa no quiso saber de él, no me extraña, mi padre tiene un carácter insufrible...

Mi hijo mayor me advirtió de que aquello no saldría bien... pero accedí a que se viniera con nosotros. No había cambiado, era autoritario, había que hacer las cosas como él dijera y cuando las ordenase... No sabía cómo exigirme que dejara de trabajar... Y así fue, salió mal. Cuando mi marido se dio cuenta de lo mucho que estaba sufriendo, se desencadenó la tormenta, discutieron, y le dijo que se marchara

de casa. Habló pestes de nosotros a todos, a los vecinos, a mis hijos... Mi marido cayó en una depresión. Mi matrimonio no duró mucho más... se fue a Perú, y el año pasado le dio un infarto y murió.

Así que volví a dejar de hablarme con mi padre. Cuando cumplió 90 años, hizo una celebración no sólo con sus nietos, sino con las esposas de sus nietos y los padres de estas. Yo no estaba invitada, y me molesté con mis hijos por acudir a esa cita, por no defender a su madre. El mayor me dijo: «¿Y si es su último cumpleaños?» Pero no lo fue. Cumplió 91, 92 y 93. Dijo que hasta que no le pidiera disculpas, no me invitaría. ¡Pedirle disculpas, yo! Cuando iba a cumplir 94, la reunión la preparó mi hijo pequeño, y me escribió para saber quiénes íbamos a ir, así que me di por invitada. Recuerdo en la mesa cómo todos me miraban, sobre todo los padres de las esposas de mis hijos, qué no les habría contado... Me acerqué a él y le dije: «hola, papá, ¿todo bien?» Y ahora me llama cada dos o tres días, y se queja si no le llamo. Lo hago por mis hijos... lo perdoné, lo perdoné para limpiar mi alma y librarme del dolor que significaría recordar que no lo hice.

Cuando muera iré al su entierro, lo haré por mis hijos y para asegurarme de que no lo entierran en el mismo nicho que mi madre. Ella me lo pidió. Cuántas veces he pensado en las cosas que tuvo que soportar... No diré que me voy a alegrar cuando se muera, no le deseo ningún mal, pero sé que me liberaré.



Con mi primer marido, el padre de mis hijos, me sentí estafada. Nos conocimos muy jóvenes, y pensé que era una persona moderna. Decidimos de mutuo acuerdo que, puesto que me había quedado embarazada, él seguiría estudiando en la universidad y trabajando, aunque ganaba bastante más que él; yo criaría a los niños y, cuando fueran un poquito más mayores, retomaría mis estudios y mi trabajo. Cuando el segundo ya estaba criado, le comenté la posibilidad de buscar un trabajo de media jornada, y a él le incomodó la idea y se opuso, se opuso de manera radical. Tanto que me hizo chantaje, me dijo que si buscaba trabajo, él abandonaría la carrera de Aparejadores, a falta de tres asignaturas para terminarla. Y lo hizo.

Me volví a quedar embarazada. Después vino el cuarto. Aún era muy joven, tenía 27 años. Él me pidió que abortara. No quise. Pero me di cuenta de su egoísmo. Encontré trabajo y, a pesar de que tenía una jornada de cuatro horas, volví a ganar más que él. Él llamaba a mi madre, le decía que dónde estaría yo, que decía que trabajando pero que a saber... Así que se rompió todo.

Decidí separarme con cuatro hijos. Tuve un cáncer de mama que estoy segura fue una somatización. Me quedé con mis cuatro hijos y con mis padres en casa. Mi madre ya enferma. Busqué una abogada, Alicia Galván, que me pidió que los niños testificasen, pero me negué. No sé qué le diría al juez, pero nos entrevistó a ambos por separado. Me dio la custodia y subió la pensión respecto de lo que nosotras pedíamos. Supongo que bastaba hablar con él para darse cuenta de que era un machista y un controlador... Sólo iba a ver a sus hijos el día de Navidad. En verano, se los llevaba una semana a un camping. Jamás cumplió sus días de visita para estar con sus hijos. Me decía que no estaba dispuesto a «hacer de canguro para que yo saliera». Nunca nos hemos visto, salvo en el cumpleaños del nieto. Murió su padre y murió su madre, y yo fui a ambos entierros para acompañar a mis hijos.

No fue nada fácil lidiar con la adolescencia de cuatro varones. El tercero de mis hijos vive con él, se parecen mucho.

Tomé la decisión de separarme porque me sentí herida y traicionada. Habíamos acordado algo que él incumplió y que no entendía que me doliese tanto, como si fuera un capricho trabajar. No quería depender de nadie, nunca lo entendió. Por fortuna, cuando volví a trabajar tuve éxito, y eso lo llevó aún peor. Así que empezó a malmeter a mi familia y amigos, diciéndoles que era una egoísta, que cómo no podía querer dedicarme a mis hijos...que sólo pensaba en mí y no en la familia...



Estuve casada con mi segundo marido cuatro años, lo conocí en un momento vulnerable, pero no funcionó. Después conocí a Marcos, mi tercer marido; me hacía reír. Tenía un problema con la bebida, pero dejó de beber por mí. Lo que no dejó fue su afición a las máquinas tragaperras. Él evitaba a mi padre, después de todo lo que he contado, demasiado aguantó. Pero cuando vino a vivir con nosotros, cada vez estaba menos en casa, y aumentó su tendencia al juego. Tanto que nos quedamos sin dinero.

Nos quisimos mucho. Cuando la relación se deterioró hasta el punto de hacerse insalvable, regresó a Perú, donde tenía una hija. Siempre me decía: «Acuérdate de que tienes cuatros hijos y una hija».

Pero se gastaba todo el dinero. Una vez, me quitó los teléfonos, que eran mi soporte de trabajo, y los empeñó para conseguir algo de dinero y poder seguir jugando. Le llegué a tener miedo en algunos momentos, porque cuando no tenía dinero, se ponía muy agresivo. Era tal la angustia que le entraba cuando no podía jugar, que hubiera sido capaz de hacer una tontería. Creo que se dio cuenta de en qué punto estaba y por eso se marchó, para protegerse y protegerme. Pero seguíamos manteniendo comunicación. Hubo épocas en las que me lo hizo pasar muy mal, que no teníamos para pagar el alquiler porque se lo gastaba todo, me mentía...

Durante todo este tiempo, desde que murió mi madre, me dio un ictus, tengo arritmias cardíacas, fibromialgia, tuve cáncer de colon, de mama, tengo dolor crónico generalizado... Tengo un 65 por ciento de discapacidad, física y psíquica.

Al principio, creí que Inserta era sólo para personas ciegas, pero un día, en una oferta de trabajo, vi lo que pedían y yo encajaba en el perfil, así que acudí aquí. Buscaban teleoperadoras, y me dieron trabajo en Ilunion.

Ahora empiezo a ser la Ana de hace treinta años. Aunque ahora estoy de baja por un accidente, pero mi propósito de volver a trabajar en breve.

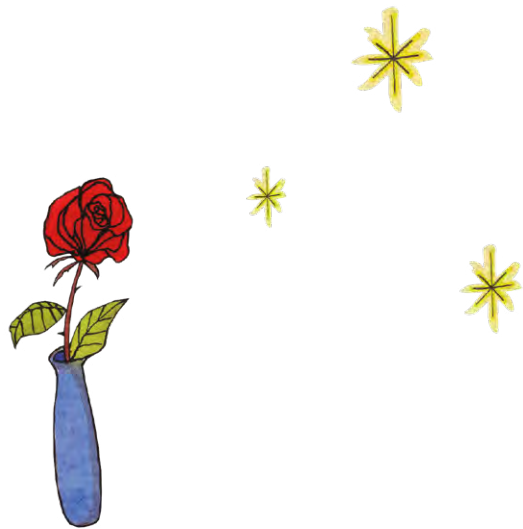
Durante la pandemia estuve trabajando, y ahorré lo suficiente para ir este verano a Perú. Quería conocer a la hija de Marcos y visitar su tumba. Su muerte me dejó muy tocada. Había hablado con él el mismo día que murió del infarto. A Marcos le enseñé muchas cosas, sobre todo ofimática, y él aprendió pronto a manejarse con el diseño gráfico. Cuando fui a Perú, estuve casi todo el tiempo en el hotel, enseñándole a su hija todo aquello que creí que podría serle útil. Estoy orgullosa, de mí y de ella. Mantenemos relación, es una mujer viva, me recuerda mucho a él, rápida, lista, tiene una niña de cinco años. De alguna manera me siento responsable de ella, ya que su padre me rescató, me salvó la vida.

No puedo comparar la actitud de Marcos con la de mi primer marido o la de mi padre. Marcos tenía un problema, el juego, la ludopatía. Antes de aparecer ese problema, incluso cuando ya estaba enganchado, era buena persona.

Mi primer marido y mi padre son manipuladores, saben cuándo dejar caer una frase, un comentario, un suspiro en un momento determinado... Mi padre es un perverso, hay que ser perverso para hacer esto con una persona, primero con su mujer (qué no aguantaría mi madre, cuántas veces me lo he preguntado) y después conmigo.

Perdí las ganas de vivir, de disfrutar de la vida, pasé muchos años vegetando, levantándome de manera automática... Pero ahora todo eso ha cambiado, soy feliz.

He querido dejar por escrito mi testimonio para que mis hijos, que tampoco han querido escucharme, conozcan la verdad.



e
n
o
t
a
m
p



• SIN SABER CÓMO,
ESE MIEDO SE ME FUE,
YA NO TENGO PÁNICO,
SOY LIBRE»

EVA MARÍA VIGO MARTÍNEZ

EVA ES UNA MUJER QUE, DESDE LOS TRES AÑOS, ha tenido una vida muy dura, muy difícil, con mucho sufrimiento, dolor e injusticia. Así me crié, así pasé mi adolescencia y parte de mi vida adulta, hasta que cumplí 33 años y fui capaz de romper casi todas las cadenas que me unían a esa situación.

Se sobrevive a lo impensable. En algunos momentos de mi vida, sentí que no había fondo alguno, que el dolor y el sufrimiento siempre crecían. Ahora miro hacia atrás, y me sorprende la fortaleza de Eva de serie para soportar lo que soportó, sobre todo sabiendo que, salvo a ella misma, nunca tuvo a nadie en quien apoyarse, siempre estuvo sola.

Cuando yo tenía 9 años, mi padre asesinó a mi madre. Desde entonces, he tratado de entender por qué, por qué la gente es capaz de hacer daño, por qué hay gente que se comporta de esta manera, que hace daño de manera gratuita; en estos años he tratado de entender a todos los que han ejercido violencia sobre mí, a cuantos me han maltratado, y de encontrarme a mí misma.

He tenido varios intentos de suicidio desde que mi madre murió asesinada, pero en el último momento siempre escuchaba una voz que me animaba a seguir adelante, que me obligaba a desistir de mi empeño por quitarme la vida, y una y otra vez hice caso a esa voz. No sé cuál es el sentido a tanto dolor, no sé cuál es la función de quienes sufrimos tanto, pero ese sufrimiento ha de ser para algo, siento que debe ser para algo más.

Traté de suicidarme tirándome al paso de un tren, porque lo había escuchado a los mayores, ahorcándome, como intentó mi hermano, defenestrándome, tomando pastillas de uno de mis abuelos... en una ocasión, estuve a punto de tragarme un puñado de virutas de acero que encontré. Al descubrirlas, mi abuelo me dijo que tuviera mucho cuidado en no tragármelas, porque me moriría desangrada. Pero cada vez esa voz venía en mi rescate.



Para explicarme y entenderme, tengo que hablar de mis padres. Se conocieron, se enamoraron, se casaron. Eran muy felices, se querían muchísimo. Al principio, todo iba bien entre ellos, aunque siempre tenían que bregar con envidias a su alrededor. Tuvieron dos hijos, a mi hermano, que es el mayor, y a mí. Nos cuidaron y quisieron.

Pero mi padre arrastraba problemas, era un hombre inseguro, que no sabía gestionar sus emociones, y se refugiaba en el alcohol. Cada vez más, y cuando lo hacía, se convertía en una persona distinta, atacaba a mi madre, le entraban celos, se imaginaba cosas que no existían, la acusaba de cosas inciertas, la insultaba, la empujaba, la golpeaba. Eso lo viví desde los tres años.

Supongo que ya bebería antes de casarse, pero de manera puntual. En el entorno rural donde vivíamos, que era una aldea, era normal que los hombres bebiesen. El problema fue que cada vez bebía más, especialmente cuando se quedó sin trabajo. Poco después de aquello, los malos tratos hacia mi madre se repetían a diario, y mi madre tuvo que decidir separarse.

Tengo que ir un paso más atrás. A mis abuelos. Los padres de mi madre fueron un matrimonio de conveniencia, ella se casó por interés, para tener una vida tranquila económicamente. Los hijos que tuvieron, mi madre y mi tío, no fueron deseados. Así que, cuando mi madre decide separarse de mi

EVA MARÍA
VIGO
MARTÍNEZ



padre, no le queda otra que regresar a casa de sus padres, donde no es bien recibida. Su madre, de hecho, no quería acogerla, fue su padre el que finalmente se impuso. Pero fue tratada como una esclava, hacer de todo por un plato de comida escaso y miserable. Las ganancias eran para ellos, para mis abuelos.

Mi padre... como sus padres tenían mucho dinero, les pidió que le pagasen una clínica privada para desintoxicarse. Fue, salió limpio, regresó maravilloso, como él era; aguantó una temporada. Así que mi madre decidió romper con él de manera definitiva.

Pasamos de vivir en la ciudad, asistir a colegios de pagos, vivir bien, a llegar a la aldea, a un colegio público, y a una casa en la que no éramos bien recibidos. Nos cambió la vida. No imaginé nunca hasta qué punto. Cuando se separaron mis padres, yo tendría seis o siete años. Durante los dos años siguientes, mi madre tuvo que consentir de vez en cuando a mi padre, porque necesitábamos dinero para los libros de la escuela, ya que mis abuelos nunca se hicieron cargo de ese tipo de cosas. Mi madre se desesperaba, apenas tenía dinero para comprarnos lo básico. Mi padre le daba algo de dinero en esos acercamientos, pero después volvía la bebida, la maltrataba, la pedía perdón...

Poco a poco, algunas personas de la aldea fueron malmetiendo a mi padre cuando estaba bebido, calumniando a mi madre, de la que le decía que si se había ido con este o con aquel. Mi padre empezó a amenazarla, le decía que si no dejaba de estar con otros la iba a matar un día. Y un día, en efecto, lo hizo.

Llegó con la escopeta. Mi madre estaba cortando hierba, segándola para las vacas; mi hermano la ayudaba, tenía una pequeña hoz y 14 años. Cargaba la hierba en el carro. Mi abuela vigilaba a las vacas, que pastaban. Llegó por entre los matorrales, y a cien metros disparó. No la dio. Salió de los matorrales con entereza, dispuesto a consumir su locura. Mi abuela echó a correr para interponerse entre ellos. Mi hermano y mi madre estaban paralizados. Yo jugaba con algunas amigas en la casa. Cuando estuvo a dos metros de distancia, volvió a disparar. Esta vez, alcanzó a mi madre. Había utilizado una vaina llena de perdigones. Un cartucho letal que impactó en el vientre. Mi madre cayó al

suelo, él colgó la escopeta al hombro y se marchó. Mi hermano reaccionó, intentó herirlo con la hoz, pero él lo amenazó con la escopeta. Sabía que hablaba en serio.

Mi abuela le pidió a mi hermano que fuera a buscar a la gente. Poco después de escuchar el segundo disparo —el primero no lo oí— distinguí perfectamente una voz que me dijo: «Empieza ahora tu calvario». Supe que algo había cambiado para siempre. Unos días antes de la tragedia, mi madre me había preguntado qué haría yo si ella me faltara. Jamás imaginé que mi padre pudiera matar a mi madre.

Si lo que había vivido hasta ese momento había sido duro (tener pánico a tu padre, pedir ayuda, que nadie haga nada por ti por no meterse, esquivar el hacha cuando la clavaba en la pared, estar aterrada porque nos encerraba en la cocina con el fuego y una bombona de butano, hacerte pis del miedo...) lo que venía a continuación fue terrorífico.

Mi padre fue juzgado por lo penal, le cayeron siete años. Mis abuelos recurrieron al Tribunal Supremo, alegando que lo que había ocurrido era a causa del alcohol. Lo derivaron a un centro de rehabilitación, y a la cárcel solo iba a dormir. A los siete años, comenzó a venir de nuevo al pueblo, como si nada hubiera pasado. Eso generó muchos problemas, mi tío y mi abuela querían vengar la muerte de mi madre, e incitaron a mi hermano a que lo matara.

Por mi parte, cuando fallece mi madre, mi abuela me viste de luto riguroso. Solo tenía tres prendas, unas zapatillas de tela, y tres vestidos de verano, negros. En el colegio me miraban como a un bicho raro, comentaban al verme llegar, como si acabara de entrar un ser malo.

«La hija de un asesino». Ese era el mejor de los insultos que recibía, mi abuela me lo llamaba todos los días. Me culpaba de la muerte de su hija, a mí, que tenía nueve años. El rechazo que tuve en el colegio fue absoluto. No tuve más amigas que a mí misma.

Pasamos muchas miserias, mi hermano y yo, íbamos mal vestidos, siempre estábamos en la boca de la gente, y el único cariño que recibía en el colegio era una rápida caricia en el pelo de algún profesor. Hoy en día, por fortuna, esto ha cambiado mucho, ahora hay muchas ayudas por parte de distintas instituciones, pero entonces... todo el mundo me trataba como una apesada, como alguien que había hecho algo, siendo víctima me trataban como culpable, como si la asesina fuera yo. A día de hoy, todavía las madres de esas niñas me miran como si fuera peste. Qué mentalidad...



Cuando cumplí 17 años, un amigo de mi hermano me dejó embarazada; lo que pretendía era casarse conmigo y quedarse con el dinero de mi padre. Tuve que emanciparme, y para ello mi padre tuvo que firmar los papeles. Tuve que hablar con él, con el asesino de mi madre. Me casé con un alcohólico, un maltratador, tuve que repetir la misma historia que mi madre... ella tuvo amor al principio, yo, ni eso. Pero fui capaz de hacer lo que ella no pudo. Me casé con una persona porque me dejó embarazada al violarme. El médico de cabecera me dijo que podía abortar, pero a mi aquello me parecía un mundo. Mi abuela no me iba a ayudar, al contrario, cuando le dije que no me quería casar me llamó «puta». Decidí no contarle la verdad a mi hermano, para evitar que se metiera en más líos. Así que, trago saliva y me entrego con los brazos abiertos a esta esclavitud. Un matrimonio que duró 16 años.

Estaba acostumbrada a que me trataran mal, así que mi relación de casada me resultaba normal. Soportar sus borracheras, sin celos injustificados, su violencia. Cuando nació mi hija tuve que hacer un enorme esfuerzo para aceptarla, no fue una niña buscada ni querida, me costó mucho aprender a quererla.

Nunca había tenido un punto de apoyo. Lo más cercado fue un primo con el que tuve y tengo mucha complicidad, pero tampoco supo lo que ocurría en casa, sabía que si se lo contaba ocurriría un desastre; al fin y al cabo, los problemas eran míos, y estaba tan acostumbrada a cargar con ellos, que me lo tragué todo.

Mi marido me amenazaba con la escopeta, diciéndome que me mataría, como mi padre mató a mi madre; me golpeaba, me violaba, me mordía, me arañaba... Y mientras, más problemas. Mi abuela trató de robarme la herencia de mi madre, y tuve que demandarla. Le preguntaba a Dios qué había hecho para merecer todo aquello.

Teníamos una pareja de amigos. A él no lo podía ni mirar a los ojos, porque mi marido, si lo hacía, me pegaba en casa. Pero sí hablaba con ella. Un día, a pesar de que yo iba siempre muy tapada, me descubrió unos moretones, y me preguntó. Como trabajaba mucho (limpiando en casas particulares, en el campo, hasta hicimos, mi marido y yo, nuestra casa, con las manos), y por eso tengo ahora el cuerpo destrozado, le decía que me había caído, que me había golpeado... esta chica me decía que si me pegaba mi marido tenía que denunciarlo. Un día, de tanto repetírmelo, le comenté que no podía denunciar, pero le pedí que me ayudase a escapar. Fue en una ocasión en la que vi la muerte muy cerca, intentó estrangularme, perdí el conocimiento. En ese momento tomé conciencia de lo que había pasado mi madre, y supe que, si seguía así, me mataría.

Me refugié en casa de estos amigos, que insistían en que denunciase. Al final, llamé a la abogada que me había ayudado con los temas de la herencia. Ella sabía todo lo que había padecido, y denuncié. Logré librarme de él. En cierta manera, me dejó tranquila, pero una de las últimas veces que nos vimos, me dijo: «Pasarán los años, y cuando estés tranquila, vendré a matarte». Sigo viviendo en el mismo sitio, en la casa que construimos; me enfrenté a ese miedo, quise irme, es cierto, pero me quedé por mi hija. Las dos tuvimos una orden de alejamiento durante cuatro años. La policía y la Guardia Civil nos aconsejaron marcharnos, pero finalmente nos quedamos.

Vive a unos diez kilómetros de mi casa, pero un día, sin saber cómo, ese miedo se me fue, ya no tengo pánico, soy libre. Si viene a por mí, me defenderé, y si me mata, me mató. Aquí sigo, en una aldea que ha sido mi tumba, en cierto modo, con personas que a día de hoy siguen viéndome como «la hija del asesino». Eso no se borra... el asesinato salió en prensa, en *La voz de Galicia, El caso, ABC...*



Sigo sin comprender la poca humanidad de la gente. La gente me hizo muchísimo daño, me veían trabajar todo el día en el campo, con 9 años, con mi hoz, cortando hierba, y nadie hizo nada, nadie tuvo una palabra, un gesto amable. Ni siquiera los psiquiatras. Mi hermano anunciaba que se iba a suicidar. Creo que eran llamadas de atención, porque las veces que yo lo he intentado, nunca lo anuncié. Así que todas las atenciones las recibía mi hermano y mi abuela. Pensaron que eran los únicos que sufrían la muerte de mi madre. Un día, mientras barría el cuarto de una tía que vivía con nosotros, una tía a la que mis abuelos también maltrataban, entró mi hermano y me dijo que se iba a matar. Salí corriendo detrás de él para impedirlo; cuando llegué al cobertizo había preparado una cuerda para ahorcarse. Grité, vinieron los vecinos, mis abuelos, lo llevaron a un psiquiátrico, y los médicos dijeron que había que darle apoyo, atención y cariño.

Mi hermano volvió adormilado por la medicación, estuvo así durante quince días. Al tercer ingreso, los psiquiatras supieron que aquel niño tenía una hermana pequeña. Aconsejaron a mis abuelos que tuviéramos contacto con la familia de mi padre. Para entonces, mi abuela había fallecido, y mi tío quería desembarazarse de nosotros. Yo no quería tener relación alguna con mi padre.

Ahora también viven cerca de mí, mi hermano y mi padre. A mi hermano, que llevo en el corazón, prefiero no verlo, no tener contacto con él.

Miriam, mi hija, tampoco tiene relación con su padre. Ella no quiso testificar en su momento a mi favor, por miedo. Yo no quise instigarla a hacerlo, lo entendí. Su padre nunca se preocupó por ella, no sabía ni en qué colegio estudiaba, nunca nos hablaba cuando estaba en casa.

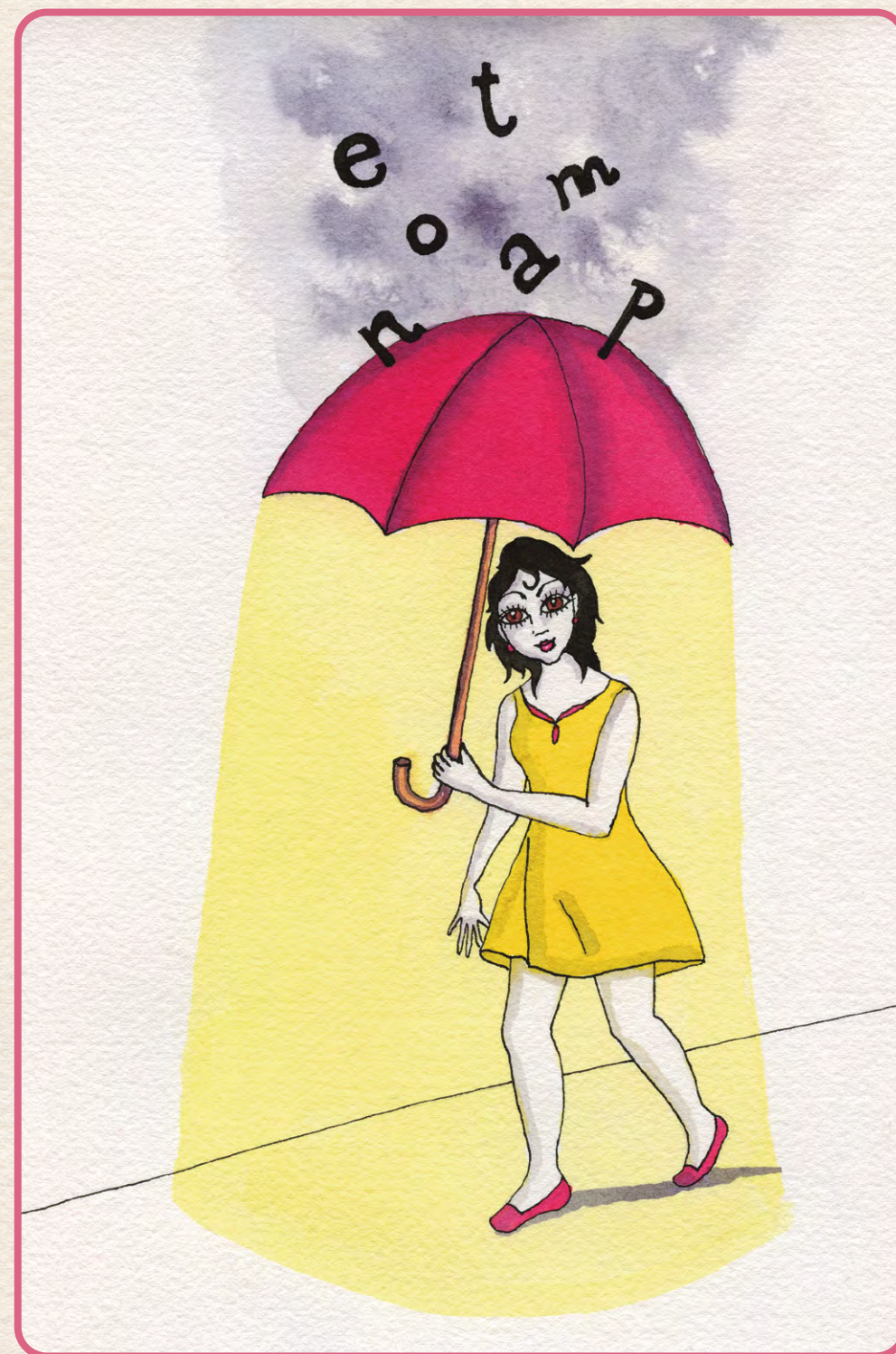
Con el tiempo, empezó a aparecer en mi vida gente que me ayudó a crecer, a entender un poco mejor lo que había vivido, a colocar todos los recuerdos, los sentimientos. Y empecé a escribir mi historia, para entenderla. Tenía que reparar todo lo vivido. Cuando me puse a escribir me di cuenta de que había olvidado muchas cosas que de pronto venían a mí, que se me aparecían en las madrugadas, en pesadillas; escribí todo de carrerilla, lloré, me di cuenta de que había tanto por reparar... tuve que hacer un inmenso trabajo de memoria, fue tan doloroso... No soy escritora, y me di cuenta de que a veces escribo de mí en tercera persona. Siento que esta Eva ya no es la Eva de la que hablo, pero puedo conectarme con ella para entenderla.

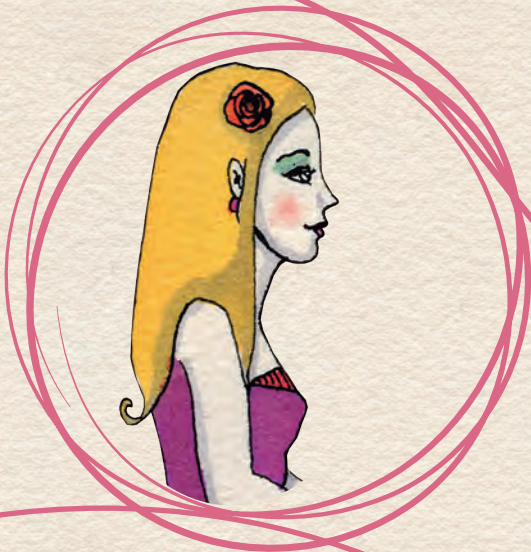
Fruto de todas esas experiencias, ahora tengo un certificado de discapacidad del 52%, con problemas en la espina dorsal, hernias, protusiones, problemas cervicales, fibromialgia, reflujo crónico, colon irritable... a veces pienso que, después de todo, debería estar peor de lo que estoy. Ha habido momentos en que dudaba, incluso, de estar viva. Te duele todo, por dentro, por fuera, partes que ni imaginas.

Ahora he conseguido, a base de mucho trabajo, rehacer mi vida. He conocido a hombres, pero tengo mucho cuidado, no soporto la más mínima manipulación. Hay manipulaciones muy sutiles, por ejemplo con la vestimenta, cuando te dicen que algo te queda mal solo porque consideran que es demasiado provocativo. No tengo pareja, estoy concentrada en buscar trabajo. Lo necesito.

A pesar de todo, cuidé a mi abuela cuando enfermó, sin rencor alguno; al fin y al cabo, como pudo ella me cuidó. También a mi abuelo, cuando tenía once años. Sólo me quería a mí en la habitación, creo que era su manera de pedir perdón. Cuando recibí, por fin, la herencia de mi madre, pude haber estudiado, pero decidí que era más importante que estudiara mi hija, que ella viajase, que tuviera lo que no tuve.

Pero ha llegado mi tiempo, quiero vivir, tranquila, feliz.





NO HAY RESPUESTA AL
PORQUÉ DEL MALTRATO»
ELENA HERNÁNDEZ PÉREZ

FORTALEZA, EMPODERAMIENTO Y RESILIENCIA. Esas son las tres palabras que María, la técnica de Inserta que me acompaña, me recuerda siempre que nos vemos.

Soy Elena. Elena es una persona con 60 años, una hermana gemela, Margarita, una hermana pequeña, con parálisis cerebral, que murió a los 13 años, y cuatro hermanos más. Por desgracia, he sido víctima de violencia, algo que no entenderé nunca. Esa pregunta me busca siempre, me atormenta, ¿por qué tuve que pasar por lo que pasé?

Ha habido tres hombres en mi vida, uno de ellos, el padre de mis hijos, maravilloso, de lo mejor que me ha pasado nunca. Los otros dos me maltrataron. Pero el maltrato comenzó en la infancia.

Mis padres nunca se preocuparon por nosotros, por sus hijos, mis padres vivían para ellos, para pasárselo bien ellos. Ni mis hermanos ni yo tuvimos libertad ni cariño cuando éramos pequeños. Mi padre era muy machista, mucho, muy autoritario. No le teníamos respeto, sino miedo y pánico. No podíamos hablarle directamente; si queríamos preguntarle algo, o comentarle algo, teníamos que decírselo a mi madre para que ella se lo trasladase a él.

Los hermanos éramos una piña, sobre todo, para mí, el segundo, que ha sido mi padre. Nos sentíamos indefensos y, a la vez, fuertes, porque nos encargábamos todos de la pequeña, y nos cuidábamos entre nosotros. Tropecé muchas veces, muchas, pero siempre he podido levantarme, gracias a Dios.

Veía a mis amigas del colegio que tenían una vida normal, que salían con chicas de su edad, que sus padres las querían... mi padre nunca nos acarició, nunca nos dio un cariño, nunca; mi madre tampoco. Llegábamos del colegio, soltábamos los libros y teníamos que hacer las tareas de la casa, daba igual la edad que tuviéramos. Cuando terminábamos, nos subíamos a la habitación, y allí había que estar calladitos, a esperar a que mi padre viniera de trabajar. Primero comía él; después, nosotros. Nunca comíamos juntos. No se podía escuchar una mosca cuando él entraba. Después de comer, solía pedirme a mí que le diera masajes en los pies y en la cabeza, y hasta que no me daba permiso, no podía bajar a comer. Así día tras día. Ellos salían muy a menudo, por las noches, y los fines de semana también, y nos dejaban a cargo de la más pequeña, la que tenía parálisis cerebral. Hicimos de padre y madre para ella, sabíamos qué hacer cuando le daban los ataques, cómo atenderla.

No se preocupaban ni de qué comíamos. Yo tengo tres hijos, y sé lo que es ser madre. Por eso no puedo entender por qué nos trataron así... Todos los días de mi vida me lo pregunto, por qué... nunca tuve una palabra con mi padre. A mi hermana gemela y a mí, a veces nos pellizcaba, haciéndonos daño; a mi hermano Paquito, un día que estaba jugando con sus amigos en la calle, le dijo que se quitara las gafas y le dio un bofetón, sin venir a cuento. ¡Dios mío, por qué! Cuando eres pequeña, piensas que tu futuro será igual, y sufres, porque ves por otra gente que no todos los padres eran como los nuestros. Todo era obligación, de pequeña, hasta darle dos besos a mi padre cuando venía a casa... la infancia es lo peor que he llevado.

Unos niños que vivían solos, eso fue mi infancia. Eso me hizo, o lo creía, dura y fuerte, porque lo último que quería en mi vida era darles el gusto a mis padres de que pensaran que era una fracasada.

A mi madre la perdí hace ahora apenas unos meses; mi padre estuvo siete años encamado. ¿Quién los cuidó? Sus hijos, a pesar de todo. Nunca nos pidieron perdón, pero mi padre, de vez en cuando, lloraba.

ELENA
HERNÁNDEZ
PÉREZ



Con lo que nos hicieron, no sé cómo los pudimos querer tanto... Mi padre murió por azúcar. Todo lo bueno era para él, el jamoncito, los chocolates... para nosotros el potaje, el gofio...

Mi madre quería más a su marido que a sus hijos. Nunca un cuidado, un «te quiero», nunca; cada vez que subían al cuarto era para algo malo. Estudié hasta los 14 años y me puse a trabajar. Todo el dinero que ganaba se lo tenía que dar a él, no me dejaba quedarme con nada. No sé quién era mi padre, no sé quién era mi madre... pienso en ocasiones que eran malas personas. Aunque les he perdonado.

Un día, cuando ya estaba casada y tenía a mi hijo mayor, en casa de mis padres, fue a coger algo de comer y mi padre lo sujetó por el brazo. Fue la primera vez que me encaré con él. Le dije: «a mí me has hecho lo que has querido, pero a este niño lo traje yo al mundo y no voy a permitir que lo toques; hasta ahora te he respetado, pero como le ponga un dedo encima, sabrás de qué soy capaz». Se calló. Soltó a mi hijo. Qué pena que mis padres no gozaran de los siete hijos que tuvieron. Como madre, hay pocas cosas que te llenan de tanta felicidad como disfrutar de tus hijos. Me dan lástima mis padres... se perdieron nuestra infancia.

Cuando yo tenía 18 años, mi padre se fue a Venezuela. Nunca mandó nada, nunca se interesó por saber si nos faltaba algo, si comíamos o no, si había gastos... mi hermano Paco tuvo que dejar de estudiar para hacerse cargo de nosotros.

¿Por qué se portaron así? ¿Por qué he tenido que soportar una y otra vez tanto maltrato? Sé que ese por qué no va a ser contestado nunca, no hay respuesta para eso.



Cuando murió mi hermana pequeña, mi hermano Paquito me sacó un día por la noche. Y me encantó ese mundo, la libertad, poder bailar y pasármelo bien. Estuve un año saliendo con mis amigas, cuando llegó otra pesadilla. Me enamoré, profundamente, me enamoré de un ser, digamos, enfermo de celos, y estuve casi dos años con él. Fue una pesadilla, algo terrible.

Me pegaba, me pegaba como si fuera un hombre. Cuando quería pegarme, me llevaba a un terraplén y yo, que me conocía ese camino de sobra, cada vez que enfilábamos hacia él temblaba de miedo. Su padre tenía un negocio y él se encargaba de repartir la mercancía; yo tenía que ir con él a todos lados, no me podía quedar en el coche, porque se imaginaba que, en su ausencia, aprovechaba para mirar o hablar con otros, y eso era peor. Caminaba a su lado mirando la pared o el suelo, y si me despistaba y por casualidad me cruzaba con un hombre, él daba por hecho que lo miraba con deseo, y me llevaba al terraplén. Me hacía bajar del coche, yo cerraba los ojos, y me pegaba hasta que se hartaba, lo que él quisiera. Patadas, puñetazos, me arrastraba por los pelos... todo mi cuerpo estaba siempre marcado, nunca hice nada, nunca me defendí... ni siquiera podía ponerme gafas de sol porque él pensaba que las utilizaba para mirar a otros. Luego me pedía perdón y yo lo perdonaba porque lo quería muchísimo, estaba enamorada.

Por favor, que alguien me explique por qué de una infancia así de terrible pasé a una juventud aún peor... por qué me pegaba como me pegaba... y así y todo me iba a casar con él. La última paliza me la dio en casa de su tía. Su primo me dijo que no me casara, y no lo hice. No sé qué coraje pude reunir, que fui a la casa de novias donde había comprado el traje y anulé todo, también el banquete, que era de mucho postín. Y la lista de boda, que la teníamos en Galerías Preciados.

Nunca había contado nada, pero llegó un momento en que no había morado que no se me viera, y mi hermana, la mayor, y mi cuñado Miguel Ángel vinieron a protegerme. Él me amenazó de muerte, me dijo que si no me casaba me iba a matar. Yo lo dejé, sí, pero lo dejé estando enamorada de él, por incomprensible que pareciera. Me quedé muchos meses en mi casa, esperando a que viniera. A pesar de todo.

Me daba lo mismo morir que seguir viva, estaba tan enamorada que pensé que nunca más podría rehacer mi vida, pensé que mi vida se había terminado. Me quedaba de pie en la esquina de la calle, día tras día, por ver si lo veía pasar. Enfermé de los pies. Me daba igual. Luego llegaba a casa y me ponía a beber.

Un día, sin saber muy bien qué ocurrió, dije «hasta aquí». Y así fue, se acabó. Creo que fue Dios, o la Virgen, tan importantes para mí, uno de ellos me sacó de ese pozo. No había nadie más que me ayudara, mis padres no estaban, y de estar, les hubiera importado *un carajo*, a mis hermanos se lo oculté... ¿quién me podía ayudar? Antes, ¿a quién acudías? Ahora, por lo menos, hay un teléfono en el que te escuchan, te acompañan, te dan ayuda. Pero cuando recibes tanta leña desde pequeña, piensas que el mundo funciona así. No había un ser humano que me apoyase, porque no podía hablar, así que me aferré a mi fe; estuve veinte años de costalera, en la Hermandad de la Macarena, en Tenerife. Seguramente, Ella fue quien me ayudó a levantarme y a seguir viviendo. Le doy las gracias todos los días de mi vida, me hicieron más fuerte.

Desde la primera paliza, ese hombre me hizo sentir como él quería que me sintiese, como que no servía para nada, que era una basura. No tenía miedo ni siquiera a que me matase, me daba igual, ¿qué podía perder? Te sientes tan mal... te sientes una mierda... por fortuna, he salido de ahí, pude superarlo, aunque nunca se olvida nada, ni el más mínimo detalle. Ahora puedo tirar de mí, mirar adelante, sonreír.

Perdí las amistades, todo. Por fortuna, nunca lo volví a ver, salvo en una ocasión, que entré, muchos años después, con mis hijos y mis sobrinos a una hamburguesería. Creo que él era el dueño. Se quedó blanco al verme. Pero nunca, nunca más nos hemos encontrado.



Después estuve cinco años viviendo en Venezuela. Nací allí, aunque me vine muy chica para Tenerife. En esos años, conocí al padre de mis hijos. También me enamoré de él, y él de mí. Tanto, que a los diez meses de conocernos nos casamos. Ese hombre y mis hijos es lo mejor que me ha pasado en mi vida. Es una pena que él pagara, de alguna manera, lo que me hizo el otro, tenía un miedo muy arraigado, estaba siempre a la defensiva... pero es lo mejor que he tenido en mi vida, como padre, como marido, como amigo, como amante. Estuvimos juntos 26 años. Me enseñó a pedir perdón, a ver la vida de otra manera. Pero, por desgracia, después de 26 años perdí el amor, él dejó de arreglarse, lo daba todo por seguro... y yo me desenamoré. Qué no habré llorado por ese hombre, por haberlo dejado... lo echo tanto de menos... sobre todo al principio, lo añoraba muchísimo; fuimos muy, muy felices, pero no tenía derecho a estar con alguien a quien ya no amada, privándole de que pudiera rehacer su vida para volver a ser feliz. Cuando pierdes el amor no hay vuelta atrás. Ahora somos íntimos amigos.



Después de aquella historia de amor, me tocó otro, otro maltratador. Me llevaba a la cama a patadas, y me *hizo polvo* psicológicamente. De nuevo, vuelvo a preguntarme por qué, cada día de mi vida me preguntó por qué, por qué aguanté. Creo que, cuando te ves tan sola desde tan pequeña, te agarras a un clavo ardiendo y aguantas lo que sea por no estar sola. Cuando mi marido y yo nos separamos, me sentí muy sola.

Se llamaba Tito, el maltratador. No era tan violento como Fran, mi primera pareja, el que me llevaba al terraplén, pero no se parecía en nada a Toño, el amor de mi vida, el único hombre que me ha respetado y me ha tratado con cariño y amor.

Tito era un machista. Me ponía los cuernos, me dejaba sola, me rebajaba delante de todo el mundo, me hacía sentir como una basura. Por fortuna, lo dejé rápido. Al tiempo, me llamó su hija para decirme que lo habían detectado un cáncer. Lo cuidé los once meses que aguantó la enfermedad, lo cuidé hasta que murió. Me pidió perdón. No soy rencorosa ni orgullosa, perdono, pero lo que no puedo hacer es olvidar, aunque quieras, no puedes. Me trató fatal mientras estábamos juntos, pero cómo no iba a cuidarlo, a compadecerme de él.

¿Por qué me trajeron al mundo para sufrir de esta manera? Me encantaría que antes de morir, alguien me explicara por qué, por qué me merecía los malos tratos, por qué me trajeron al mundo para ser una mujer maltratada... creo que sirvo para algo más. ¿Quién me ayuda a vivir con esto? No puede nadie, nadie puede ayudarte, lo sabe quien haya pasado por esto... al menos estoy viva, y lo he superado, en el sentido de querer seguir viviendo, y he cumplido el sueño de mi vida, tener una familia.

Lo peor de todo es que, de mis tres hijos, la segunda pasó por lo mismo que yo, y eso sí que no lo podía permitir. Cuando me lo dijo me volví loca, me fui con ella, dormía a su lado, cogiéndole la mano. Tenía chichones en la cabeza, y su boquita partida. Se metió en la marina, y se fue, se fue de aquí por no volver a ver a su maltratador. Gracias a Dios, conoció a un buen hombre, que es el padre de mis nietos, y ahora es feliz. Su maltrato me dolió mucho más que todos los golpes juntos que había recibido en mi vida.



Llegué a Inserta porque soy muy luchadora, muy positiva. Por un accidente de tráfico, me quedé con un grado de discapacidad, y por eso vine a Inserta. Quería encontrar trabajo. He hecho muchos cursos, aquí, con muy buenas notas.

En los sitios donde he trabajado, saben que soy muy formal, muy cumplidora. Perfecta no, porque nadie lo es, pero sí muy responsable.

Pero lo que más deseo ahora mismo es volver a ser feliz. Y fíjate, ¡lo voy a conseguir! Me voy a morir siendo feliz. Me lo merezco, claro que sí. Ellos, ellos nunca lo serán, no pueden ser felices, solo conocen la maldad... Ellos no tienen conciencia, no tienen corazón, lo tienen vacío, sin sentimientos, deberían de estar en un lugar en el que no pudieran hacer daño a nadie. Tienen la cabeza hueca y su corazón vacío. Hay maldad en ellos, mucha.

Las mujeres que hemos sido víctimas merecemos una segunda oportunidad, nos merecemos ser felices. Y solo de nosotras depende que eso sea posible, porque nosotras no somos como ellos, por eso no cogemos una sartén y les abrimos la cabeza, porque si me comportara del mismo modo en que lo hace alguien que me rebaja como ser humano, me convertiría en alguien como él. Y eso nunca.





 **POR UN ABRAZO
LO DOY TODO»**
CARMEN MILLÁN VILLALBA

CARMEN ES UNA NIÑA MÁS BIEN TÍMIDA, demasiado sensible, que tiene mucho dolor dentro. También es generosa, alegre y muy soñadora; soñaba con ser bailarina, me veía en el escenario; de hecho, bailé con el colegio, bailar era la libertad total, pero aquello se quedó en un sueño, en parte por lo que me sucedió, por mi gran timidez, y en parte porque mis padres tampoco me motivaron. Desde muy pequeña, todo el mundo me decía que era una niña «especial». Esa fue una de las cosas que más daño me han hecho. Carmen sigue siendo igual de inocente que cuando niña.

Éramos cuatro hermanos, aunque la pequeña, con la que mejor me llevaba y más complicidad tenía, murió. Soy la tercera. Tengo un hermano y una hermana mayores. Mi hermana mayor es muy tajante, lo dice todo, tiene las cosas muy claras; yo, al contrario, prefiero guardar silencio. La pequeña, la que murió, siempre estaba riéndose, era muy divertida, la echo de menos, aunque no se crio con nosotros, sino con mi tía y mi tío, y nos veíamos solo en verano. Creo que mi tía tenía celos cuando estábamos juntas, como si temiera que mi hermana se fuera a venir conmigo. Así fue la vida al principio.

Soy canaria, pero con ocho meses me trajeron a Jerez. A los cinco años, me mandaron a un internado, en el Puerto de Santa María, en Cádiz. Recuerdo perfectamente esa entrada, con la virgencita en una especie de gruta. Parecía que ibas a verlo, a verlo solamente, no a quedarte allí. Pero mis padres se fueron. Me dejaron allí, y no entendí qué pasaba, por qué. Se fueron, es lo único que supe. Allí, en el colegio, los abusos eran continuos: de las niñas mayores, de las propias monjas... recuerdo que, de la angustia y el miedo, me hacía pipí en la cama, y las monjas me obligaban a enrollarme la sábana a la cabeza y acudir así al comedor, para que todas supieran que me había orinado. No desayunaba. Se me grabaron las risas de las niñas al verme entrar... y luego te bañaban las mayores con el agua achicharrando, y se reían de ti. Recuerdo un hombre al que llamábamos *Palomero*, que entraba en los dormitorios de las niñas por las noches y se nos quedaba mirando. A veces, abrías los ojos y lo veías ahí, quieto, mirándote. Veía cosas raras, tortazos sin venir a cuento... Con cinco años me hicieron encargada de párvulos... por cualquier cosa te daban en la cabeza con el *Consultor*, un libro muy gordo, como una enciclopedia. No podías hablar, ni rechistar, ni decir qué pensabas...

Mi hermana tenía dos años más que yo, pero estábamos separadas en el colegio. Ni siquiera podíamos ir juntas en la fila, así que no tengo muchos recuerdos de mi hermana en el internado... Nos veíamos cuando venía mi abuela Ana a por nosotras. Mi abuela ha sido para mí un ángel. Tenía una casita muy humilde, en una azotea, nos bañaba en una bañera de aluminio, dormíamos con ella en su cama de matrimonio, tenía una mesa camilla, y nos contaba muchos chascarrillos, se reía, nos hacía reír... con ella lo pasaba muy bien, pero después teníamos que volver al internado...

Unas navidades nos tuvimos que quedar en el colegio porque nadie pudo venir a recogerlos; a mis padres los veíamos una vez al año. En una ocasión, los vimos porque vinieron a traer unas gafas a mi hermana; ella lloró un montón; yo no, vinieron y se fueron, casi ni los reconocí como padres. Yo lloré porque mi hermana lloraba. Mis padres estaban en Alemania. Mi madre quiso irse con mi padre, estar con él, y nos dejó a los cuatro. Ahora se arrepiente mucho de aquello. Vive conmigo y con mi hija. Sabían que no queríamos estar allí, pero no había más remedio. Aunque, con el tiempo, si lo pienso bien, en el colegio es donde mejor estuve.

Cuando tenía diez años, nos llevaron a Alemania. El colegio me impresionó, porque hasta entonces solo había estado con niñas, y este era mixto. Casi no había visto un niño en mi vida, ni siquiera por la televisión,



porque en el internado no teníamos. Nos cortaron el pelo. Me decían que parecía un chico y eso, no sé por qué, me daba muchísima rabia, me hacía mucho daño. Al principio se me hizo duro, me daba miedo salir al patio porque los mayores te cogían y estampaban tu cara en la nieve, o en la basura.

Allí empezaron los abusos de un familiar cercano. Me llamaba para que me metiera en la cama con él. Me colocaba mi mano en sus partes, me tocaba el pecho, el culo...

Mi padre nos obligó a bailar en un grupo de flamenco, yo no quería, pero por no enfadarle... A veces me quedaba con el padre de otra de las niñas que bailaban... él también abusó de mí, me hacía quitarme la camiseta, me decía que tenía que limpiarme la suciedad del pezón para tocarme, decía que me iba a comprar un pantalón y me medía las piernas con las manos, hasta que llegaba a mis partes... recuerdo que había otro niño conmigo, en el sofá, pero no recuerdo quién...

No entendía por qué me pasaba eso... pensaba que era normal, que se debía a que yo era «especial»... pero me incomodaba mucho... Una vez me llevaron a un oculista y, en la máquina donde te tienes que apoyar para mirar, el oculista también me tocó el pecho... me sentía muy confusa y muy incómoda... lo entendí todo cuando, a los 16 años, me violaron. Entonces todo lo demás cobró sentido. Sabía que aquello no estaba bien, pero me tuvo que pasar lo peor para ser consciente. Empecé a tener depresión y mucha ansiedad cuando veía a algún chico por la calle. Pensaba que yo era un monstruo, que la gente se acercaba a mí para abusar de mí...

Antes de que muriera, hablé con ese familiar cercano... tenía tanta rabia dentro... se lo dije. Él no lo aceptaba, como si no hubiera ocurrido... lo que no interesa se olvida. Pero le perdoné. Lo que me salió decirle antes de que muriera fue: «te quiero».

Cuando me violaron venía de una feria; fui con mi hermana, ella quiso quedarse y yo, que nunca me ha gustado trasnochар, regresé a casa. Tenía 16 años, eran las tres de la mañana, en la barriada de El Pellizco. Un amigo me acompañó hasta la mitad del camino, el resto lo hice sola. Cuando llegué a una rotonda, una moto con dos chicos se colocó delante de mí, empezaron a molestarme. Uno de ellos se bajó, me cogió con el cuello y me violó. No tenía cuchillo ni nada, pero había cogido tal miedo, tal forma de ser, que no

podía siquiera rechistar... lo único que intentaba era tocar su corazón para que me dejara en paz. Le pedía, por favor, que me dejara, que no hiciera lo que estaba haciendo... Cuando se fue me pidió el dinero que llevaba. Se le cayó el carné de identidad. Podía haberlo denunciado, pero no lo hice... Después, pasó la policía y me preguntó si estaba bien. No les dije nada, les pedí que me llevaran a casa. No me metí en la ducha, como he visto en las películas que hacen algunas mujeres cuando las violan. Me acurruqué en la cama y, al día siguiente, hice como si no hubiera ocurrido nada. No le di importancia, pero mi interior sí se la dio. Una tarde, durmiendo la siesta, en Mallorca, me desperté asustadísima, sentía que a mi alrededor había sombras negras, sentí pánico. Durante un año, tuve depresión. Después llegó la droga...

Conocí a un chico, me enamoré. No sabía que estaba metido en la droga, me dijo que lo probará, le dije que no, se enfadó. Heroína. Finalmente la probé, con tan mala suerte —para mí buena— que se me olvidaba todo, todo, me sentía libre, bien, era alguien normal cuando me pinchaba. No me daba nada vergüenza, no tenía miedo a nada, me dormía mentalmente... Estuve catorce años así...

Me peleé con él y terminé en la prostitución. Para mí fue como darle la vuelta a lo que me había pasado, pensaba: «Abusas de mí, pero tengo la sartén por el mango». Pero no la tenía... era un infierno. Un infierno del que me costó muchísimo salir. Estuve en la calle, tirada, durmiendo en ella... No sabía qué hacer, así que llamé a mis padres. Por aquel entonces, vivía en Mallorca.

Fui a un psiquiatra, tenía ataques de ansiedad, brotes psicóticos... No podía creer al psicólogo, que trataba de ayudarme, yo me veía como un monstruo... pensaba que todo aquel que se acercaba a mí para decirme algo bonito era porque les había pagado para que me lo dijeran. Solo les creía si lo que me decían eran cosas malas...

Catorce años enganchada a la droga... un día traté de dejar la heroína con metadona. Conocí a una psicóloga, Jeni, que me ayudó muchísimo, en la calle Vicario. La metadona me ayudaba para no tomar heroína, pero empecé con la cocaína. Tenía mis recaídas, me volví a Ibiza, y seguí con la prostitución. A los 34 años tuve a mi hija. Me quedé embarazada de un cliente.

Como empecé con los psicólogos, ese familiar cercano temía que yo contara algo. Pero tenía que contarle sí o sí, no había otra manera, aquello era el porqué de todo, o de muchas cosas. Tuve a mi hija, se llama Jeni. Después de dejar la cocaína, me metí en el alcohol. Al final, he perdido 22 años de mi vida, y si no hubiera sido por mi hija, no sé dónde estaría. A veces pienso que estaría mejor sin mí, ha cogido esa timidez tan grande que tenía de chica, ese miedo por todo... Como mi madre. Mi padre la enchicó tanto que no salía, no hablaba con la gente.

Mi hija es tan tímida como yo. Recuerdo una vez que estábamos mi hermana pequeña y yo con un grupo de amigos, en la tasca San Pablo, y decidieron firmar una bonoloto, por si nos tocaba. Cuando llegó mi turno sentí que firmar aquello era como si me pidieran que me desnudase, y salí corriendo. Me acordaba de la sábana en la cabeza que me ponían en el colegio. Sentí que ellos también se reían de mí...

Mi madre se enteró hace poco de la violación. Se puso a llorar. A veces, se me escapaba decir «Como yo hable...» Y mi madre me preguntaba si alguien me había hecho algo. Ya hice las paces con todos. Para perdonar, tienes que tener claro que algo les ha pasado a ellos que les ha hecho ser así, si no, no hay manera de hacerlo. A mi madre, a veces, la miro con rabia, porque de mi madre dependía todo, irnos con ellos a Alemania, protegerme... pero ella tuvo una madre muy autoritaria, y se casó con un marido así, autoritario, más de lo mismo. La llamaba «tonta». Recuerdo una ocasión, íbamos en el coche, que mi padre llamó «gilipollas» a mi madre. Creí que me lo comía; de la rabia se me caían las lágrimas, le dije que no se le ocurriera volverla a llamar eso. Quería chillarle. Un día le dije: «tú nunca me has querido».

Se fue de casa y, cuando regresó, me puso la mano en el hombro y me dijo que, por favor, no le dijera eso nunca más.



Me prometí que no me verían llorar nunca, pero he estado tan mal, tomando tantas pastillas, que no he podido evitarlo. Ahora me he apuntado a estudiar la ESO, y estudio con mi hija. Creo que es una manera de motivarla, de que vea ella que yo también hago cosas por ella. Y he escrito un libro, está sin publicar, sobre mi vida. Lo he escrito en rima, porque escribiendo en rima se quita mucho dolor a lo que cuentas. *Agujeros oscuros hacia la luz*, se titula.

Cuando murió mi hermana la pequeña, empecé a pintar y a escribir, como si me hubiera dejado un regalo. Me dejó la pintura, la escritura y todas sus ganas de vivir. No me duraron mucho, pero fue su regalo de despedida.

Del padre de mi hija no sé nada. Era un cliente con el que estuve cinco años. Me cogió un apartamento durante ese tiempo, tenía mucho dinero. Algunos clientes me querían para ellos solos, y me dijo que para que se hiciera cargo de la niña, tenía que estar con él. Vivía en Ibiza, por aquel entonces. Vino mi padre a hablar con él, y recuerdo estar en un restaurante con ellos, y ellos hablando de mí como si yo fuera un objeto, como si no estuviera delante. Mi padre trató de convencerme de que me quedara con ese hombre, que con su dinero no íbamos a tener problemas, ni mi hija ni yo. Pero no quería. Tenía 34 años y él, 50, y una forma de ser que no me gustaba. Nunca daba si no recibía nada a cambio, no era bondadoso. Si yo tenía el mono, me hacía acostarme con él para pagarme la dosis, era muy frío, así que decidí que no le iba a poner sus apellidos a mi hija. Durante el primer año, la conoció, pero me eché otra pareja, muy celosa, que no quería que hablase con él, y al final se desentendió.

Me sentía tan triste... un día le conté todo a mi hermana la mayor, se lo conté y me tuve que ir de su casa porque me dijo que lo olvidara, que lo que hubiera ocurrido era pasado, me decía «ánimate», como si yo me hubiera buscado estar triste, deprimida, tener una discapacidad mental... «ánimate», como si dependiera de uno salir de aquí... lo que más te cuesta es perdonarte a ti misma... te sientes tan culpable...

Ahora me sigo sintiendo culpable, sobre todo con las parejas que he tenido, tardo tanto en decir *hasta aquí, ya vale*... siempre he estado con personas abusonas, mentirosas, agresivas, no me pegaban pero sí daban puñetazos a la pared, como hacía mi padre. Con mi última pareja me vinieron todas las inseguridades y los miedos, y la eché a perder; al principio, muy bien, estaba segura de mí, después me pesó que tuviera 16 años menos, y volvió ese miedo a ser «especial».

Primero fue el victimismo; durante mucho tiempo, estuve echando la culpa a los demás, de todo tenían ellos la culpa. Me costó mucho, me cuesta llevar una vida tranquila, normal. Hace unos años empecé a medicarme otra vez porque tenía pensamientos suicidas y temía hacer daño a alguien, sobre todo a mi familia. Hasta me vi con un cuchillo en la mano. Sentí pánico. Además, hasta que te ajustan la medicación lo pasas muy mal. Unas veces te deja como un zombi, otras muy nerviosa, con ansiedad, dormida todo el día... Acudí al psiquiatra porque ya no podía más, y me recitó antipsicóticos y diazepam para ansiedad. Ahora estoy bien.

Cuando me siento mal, me acuerdo de las noches con mi abuela, eran tan felices... y de un día que paseaba de adolescente por el paseo marítimo... caminaba sola, sin miedo, soñando, me gustaba todo en ese momento, las estrellas, la tierra, el mundo, confiaba en las personas... Esa Carmen se fue. Con la última pareja me vacié tanto que me he olvidado. Hace mucho que no siento alegría por dentro, alegría de verdad.

Yo llevo en la frente este letrero: «Por un abrazo lo doy todo». Esa es la Carmen que se ha formado.



Gané el primer premio en un concurso de pintura que organizó Afemen⁶. Cuando me dijeron que había ganado, me costó levantarme de la silla y, al subir al escenario, me abracé a la directora y me puse a llorar, a llorar... sentí una enorme alegría, pero al día siguiente no quedaba nada de ella... es que nunca me valoraron nada. Mi padre, cuando salí de la droga, me decía «ahora tienes que dejar el tabaco», nunca te decía «qué bien, hija», nunca una palabra de agradecimiento, siempre los demás eran mejores que tú. Nunca estaba conforme con nada, así que nunca aprendí a valorarme. Ahora tampoco. De hecho, el psiquiatra coge mis escritos y los da más valor que yo. No lo veo... no sé cómo verlo... a la edad que tengo, no sé cuándo voy a valorarme... Pero tengo miedo a la madurez, miedo a volverme como los que hicieron daño, a que ser madura sea ser uno de ellos, y eso me da pánico, a mis 55 años. Lo poquito que he cambiado ha sido para frialdad y no me gusta nada... Encontraré la manera, algún día, de valorarme y cuidarme. Ojalá.



Mucha gente me ha dicho que lo que he conseguido es mucho, pero para mí salir de la droga y del alcohol no tiene valor, al fin y al cabo, me metí yo, por decisión propia... es muy distinto a los abusos sufridos o la violación... perdonar y perdonarte por ello es difícilísimo... un logro muy grande.

Me gusta hacer deporte, me gusta mucho la música, bailar, el rap... me gustaría montar en bicicleta pero, como no tengo seguridad en mí, no me atrevo. Hice, por youtube, algún cursillo TED⁷ de respiración. Me venía muy bien, respiraba como me decían, primero hondo, y parecía que todo lo malo salía fuera de ti. Pero para mi enfermedad mental no fue bien esa táctica, casi me da un jamacuco. Siento cosas muy extrañas que no son buenas para mí, así que busco otras maneras de sosegarme.

Al final llegué a Inserta. Me lo recomendó Jeni, mi psicóloga. No quería que me dieran la discapacidad (me la concedieron en 2009), creía que si me la daban me convertiría en un ser inútil. Pero ella me lo explicó: «Carmen, estás constantemente empezando de cero; consigues un trabajo, te da un brote y tienes que dejarlo, y así una y otra vez». Me convenció. He trabajado de camarera de piso, en la jardinería, de metre, limpiando... empecé a trabajar con 16 años, de interna, en una casa. También he hecho de modelo pasando abrigos... qué vergüenza... lo pasaba muy mal.



¿Para qué he venido al mundo? Esto me lo pregunto muchas veces... será verdad lo del karma y he venido a pagar vidas anteriores porque si no, no es entendible. ¿Qué puede entender un niño con cinco años cuando abusan de él? Tiene que ser que ha hecho antes algo, en vidas anteriores... tengo que pensar eso porque si no, no puedo creer en Dios. Ahora tengo a mi hija, que me da energía. Quiero que sea una persona sociable, porque yo no lo fui. Fui tímida, pero siempre fui muy clara, a pesar de mi timidez. Tardo en decir las cosas, porque creo que el otro va a cambiar... tengo que aprender que hay maldad, y aceptarlo, eso me cuesta... y mira que me han pasado cosas, pero aceptar la maldad... Trato de ver eso como virtud, pensar a que la gente que se ha portado mal conmigo la vida les ha llevado a ser como son, fríos, y no muy buenas personas...

Me metí en la prostitución porque escuchaba que la gente que se drogaba le robaba a su familia, y no quería hacerlo. Una vez le quité dos mil pesetas a mi padre, pero nunca más. Me fui a una esquina donde

sabía que se ponían las prostitutas, pasó un coche, paró y no sabía qué hacer... a ese hombre le caí bien, le gusté y me fui con él a Ibiza, cinco años. A través de él conocí al padre de mi hija. A todos los hombres los he tratado con mucho respeto y cariño, siempre he ido con el corazón por delante, creo que por eso no he tenido tan mala suerte, porque conozco chicas que han subido a coches y le han hecho de todo, hasta dejarlas desnudas en el bosque... los hombres que van con prostitutas son buenas personas, la mayoría quieren que les escuches... quieren sexo, pero sobre todo hablar... Una vez vino un chavalito y le dije que lo que le pasaba es que se había enfadado con su novia... y se fue a buscarla. Yo necesitaba su dinero para pagarme la droga, pero no quería que ese muchacho se sintiera mal después... gracias a esa forma de ser me he salvado de muchas cosas... y poco más...

Me gustaría viajar con mi hija, recorrería el mundo con ella, me encantaría conocer el Tíbet, India, Canadá... no sé, Canadá siempre me ha llamado la atención. Me atrae la naturaleza, siempre pinto árboles. De pequeña me encantaba jugar en los pinares, coger los piñones, jugar con los escarabajos... siempre he sido un poco solitaria.


Qué cosas... te metes en un mundo donde todo es peligroso, donde hay malas personas, el mundo de la droga y la prostitución, y no pasa nada. Y en el mundo más seguro de todos, al lado de tus padres, te pasa lo más terrible. Nada es como lo pintan.



6. Asociación de Familiares de Enfermos Mentales de Cádiz.

7. TED Conferences es una organización de medios estadounidense-canadiense sin fines de lucro que publica charlas internacionales sobre diversos temas, sobre todo de crecimiento personal.



 PRINCIPALES **RECURSOS**
INFORMATIVOS
Y DE SENSIBILIZACIÓN
PARA LA LUCHA CONTRA
LA VIOLENCIA DE GÉNERO
(MCDVVG)

Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género.

<https://violenciagenero.igualdad.gob.es/home.htm>

Twitter: @delgobvg; Instagram: @delgobvg

Facebook: Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género

Servicio telefónico de información, asesoramiento jurídico y atención psicosocial inmediata a todas las formas de violencia contra las mujeres.

Teléfono: 016; WhatsApp: 600 000 016

Correo electrónico: 016-online@igualdad.gob.es

Servicio Telefónico de Atención y Protección para víctimas de la violencia de género (ATENPRO).

Teléfono: 900 22 22 92

<https://violenciagenero.igualdad.gob.es/informacionUtil/recursos/servicioTecnico/home.htm>

Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado (FFCCSE).

Teléfono: 112 (ambulancias, bomberos, Policía y Guardia Civil)

Para personas con discapacidad auditiva: 900 555 112

Teléfono Policía Nacional: 091

https://www.policia.es/_es/colabora_ufam.php

<https://www.guardiacivil.es/es/servicios/violenciadegeneroyabusosmenores/index.html>

Fuerzas y Cuerpos de Seguridad Autonómicos.

Ertzaintza (País Vasco): 112

<https://www.ertzaintza.euskadi.eus/lfr/web/ertzaintza/violencia-de-genero>

Mossos d'Esquadra (Cataluña): 112

https://mossos.gencat.cat/ca/detalls/Noticia/WhatsApp_violencia_masclista

Policía Foral de Navarra: 112

<https://www.navarra.es/es/policia-foral>

ANDALUCÍA

Instituto Andaluz de la Mujer. Teléfono: 900 200 999

<https://www.juntadeandalucia.es/institutodelamujer/index.php/areas-tematicas/violencia-de-genero>

ARAGÓN

Instituto Aragonés de la Mujer: Teléfono: 900 504 405

Zaragoza, tel.: 976716720. Huesca, tel.: 974247322. Teruel, tel.: 978641050

Servicios de atención a mujeres víctimas de violencia de género

<https://www.aragon.es/-/servicios-de-atencion-a-mujeres-victimas-de-violencia>

PRINCIPADO DE ASTURIAS

Instituto Asturiano de la Mujer. Teléfono: 985 962 010

Correo electrónico: institutoasturianodelamujer@asturias.org

<https://iam.asturias.es/violencia-de-genero>

ISLAS BALEARES

Instituto Balear de la Mujer (Institut Balear de la Dona)

Teléfono: 971 178 989 / WhatsApp: 639 837 476

Consejería de Salud y Género

https://www.caib.es/sites/salutigenero/es/hay_salida-85466/

CANARIAS

Instituto Canario de Igualdad

El Hierro. Cabildo de El Hierro Oficina Insular de Información y Atención para la Mujer. Tel.: 922 554 483

La Gomera. Cabildo de La Gomera Centro Insular de Atención a la Mujer. Tel.: 663 856 461

La Palma. Cabildo de La Palma Oficina Insular de Atención a las Mujeres Víctimas de Violencia de Género. Tel.: 922 423 100 (Ext. 4492)

Fuerteventura. Cabildo de Fuerteventura Servicio Insular de Atención a la Mujer. Tel.: 928 862 300 (centralita)

https://www.gobiernodecanarias.org/igualdad/violencia_genero/

CANTABRIA

Dirección General de Igualdad, Mujer y Juventud

Teléfono: 942 207 295 / 942 209 365

Mujer de Cantabria

<https://mujerdecantabria.com/temas/violencia-de-genero/>

CASTILLA Y LEÓN

Dirección General de la Mujer. Teléfonos: 983 412 289 / 983 412 288

Correo electrónico: dg-mujer@jcyll.es

Web de Prevención ante la Violencia de Género de las mujeres con discapacidad intelectual Junta de Castilla y León.

<https://www.diviolenciacerro.com/>

CASTILLA-LA MANCHA

Instituto de la Mujer de Castilla la Mancha: Teléfono: 900 100 114
<https://institutomujer.castillalamancha.es/violencia-de-genero>

CATALUÑA

Instituto Catalán de las Mujeres (Institut Català de les Dones)
Teléfono: 900 900 120
<https://dones.gencat.cat/ca/inici>
Departamento de Interior. Violencia de género.
https://interior.gencat.cat/es/arees_dactuacio/seguretats/violencia_masclista/

COMUNIDAD VALENCIANA

Instituto Valenciano de la Mujer (Institut de les Dones)
Teléfono: 900 19 10 10; Teléfono para persona sordas: 900 152 152
Correo electrónico: institutdelesdones@gva.es
Centro Mujer 24 horas en la Comunidad Valenciana: Teléfono: 900 580 888
<https://sinmaltrato.gva.es/es/donde-acudir-centro-mujer-24h>

EXTREMADURA

Instituto de la Mujer de Extremadura. Teléfono: 924 00 74 03
Oficina Integral de Atención en la Casa de la Mujer y el Menor
Cáceres. Teléfono: 924 001 924 / 924 001 925 / 924 001 926
Badajoz. Teléfono: 927 01 08 68
<https://www.juntaex.es/w/guia-de-recursos-del-instituto-de-la-mujer-de-extremadura>

GALICIA

Secretaría General de Igualdad. Teléfono: 981 545 351 / 981 957 69
Teléfono de la Mujer en Galicia Teléfono: 900 400 273
<http://igualdade.xunta.gal/es/content/telefono-de-la-mujer>

COMUNIDAD DE MADRID

Dirección General de la Mujer. Teléfono: 913 925 686
Servicio de Atención a Mujeres Víctimas de Violencia de Género (S.A.V.G. 24 horas): Teléfono: 900 222 100
Unidad de Atención a víctimas con discapacidad intelectual: Teléfono de contacto: 91 735 57 90.
Ext. 712
Puntos municipales del observatorio regional de la violencia de género
https://www.comunidad.madrid/sites/default/files/doc/2023-puntos_orvg-municipios_y_mancomunidades_externo_1.pdf

REGIÓN DE MURCIA

Dirección General de Mujer y Diversidad de Género. Teléfono: 968 362 000
Portal de Igualdad y Prevención de Violencia de Género
<https://igualdadyviolenciadegenero.carm.es/>

COMUNIDAD FORAL DE NAVARRA

Instituto Navarro para la Igualdad. Teléfono: 848 42 15 88
<https://www.igualdadnavarra.es/es/violencia-contra-las-mujeres>

PAÍS VASCO

Instituto Vasco de la Mujer, Emakunde. Teléfono: 900 840 111
<https://www.emakunde.euskadi.eus/violencia/webema01-contentemas/es/>

LA RIOJA

Centro Asesor de la Mujer. Teléfono: 900 710 010
Correo electrónico: centroasesormujer@larioja.org
Recursos sociales violencia de género
<https://www.larioja.org/igualdad/es/violencia-genero>

CEUTA

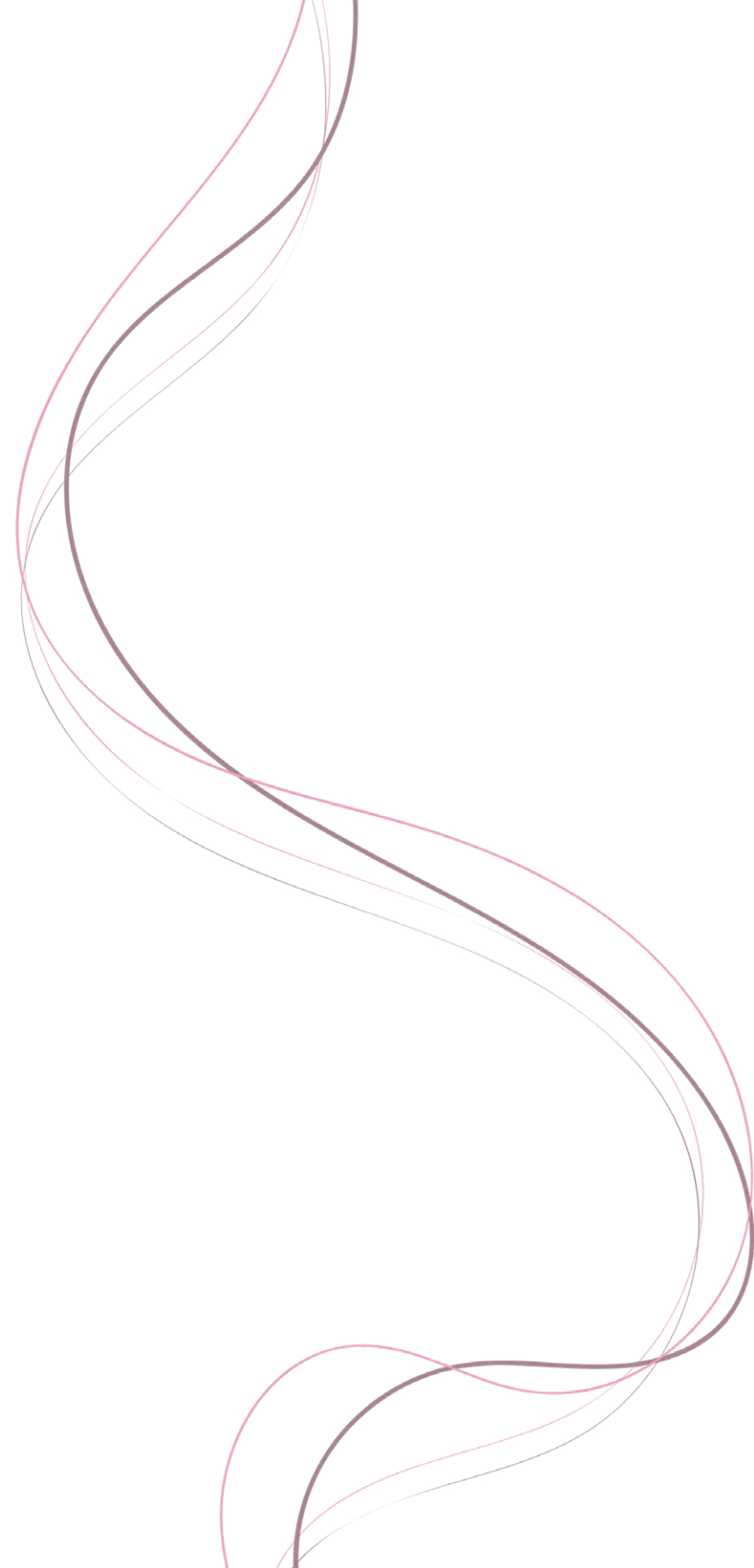
Centro Asesor de la Mujer
Teléfono: 956 522 002. Información 24 horas: 900 700 099
Correo electrónico: cam@ceuta.es
<https://www.ceuta.es/ceuta/violencia-genero>

MELILLA

Centros de Atención a las Mujeres: Teléfono: 952 699 214
Correo electrónico: centromujerml@latinmail.com
Programa de Atención a Mujeres Víctimas de Violencia de Género
https://www.melilla.es/melillaPortal/contenedor.jsp?seccion=s_fdes_d4_v1.jsp&codbusqueda=496&language=es&-codResi=1&codMenuPN=601&codMenuSN=5&codMenuTN=532&codMenu=534&layout=contenedor.jsp

Movidas por la inquietud y la voz del coraje, emprendimos en 2019 el **proyecto Mujeres en Modo ONVG**, coordinado por Edel González y dirigido por Ana Pilar Cruz.

Ambas queremos agradecer su compromiso al Fondo Social Europeo, al equipo que lo hace posible y, en especial, a las mujeres que tanto nos enseñan y que nos inspiran para seguir luchando contra la violencia machista.





LO QUE TIENES ENTRE LAS MANOS ES UN LIBRO DE TESTIMONIOS. Cada una de estas catorce mujeres comparte contigo su historia de viva voz. Estas catorce mujeres pudieron sobrevivir a situaciones extremas en las que se mezcla todo tipo de violencia, la física, la psicológica, la económica, la institucional... Padres, madres, esposos, familiares cercanos, novios, hijos, compañeros de trabajo que ejercieron sistemáticamente violencia contra ellas.

Ellas lo cuentan. Levantan su voz, aún emocionada, aún incrédula, pero viva, y nueva. Porque de la violencia se sale.

Inserta Empleo y Fundación ONCE, con la ayuda del Fondo Social Europeo, emprendió en 2019 el proyecto **Mujeres en Modo ONVG**, para empoderar a la mujer con discapacidad víctima de la violencia de género a través del empleo y el emprendimiento. Este libro forma parte de este proyecto.

MUJERES
en modo **ON** **NO ON**
Violencia de Género



Inserta



C/ Fray Luis de León, 11, 28012 Madrid
<https://encuentrosvg.mujeresenmodo.on.es/>