

CAER SIN RED

DARÍO

No, no, su violencia nunca fue física, no dejó huellas en mi cuerpo, se trató de otra cosa.

Mentiría si dijese que no me hizo ilusión conocer a un chico tan romántico, ahora que ya no se estila (usando el vocabulario de mi madre). Al fin y al cabo, yo formaba parte de un grupo de poesía, aunque la temática de nuestros poemas nada tenían que ver con el amor cortés, ni mucho menos. Todo empezó por una tontería, unos encuentros fortuitos, un intercambio de números de teléfono, conversaciones de *Whatsapp* a medianoche y, de buenas a primeras, paseos con Darío cogidos de la mano por la playa de la Malvarrosa y cenitas con velas. Al principio todo resultó un cuento de hadas, pero poco a poco, casi sin darme cuenta, me vi sometida a un control exagerado. Me obligó a que cambiase mi foto de perfil porque le parecía que me mostraba demasiado sexy. Acepté a regañadientes, ¡con lo bien que lucía en aquella playa de arena negra de la isla de la Palma! Entraba en mis perfiles sin mi consentimiento y sospeché que leía conversaciones privadas. Su único objetivo era el control sobre mí. Quería instalarme la geolocalización en mi móvil. Llevaba un control exhaustivo de mis últimas horas de conexión. Ante mis quejas, sufrí agresiones verbales y faltas de respeto. Me prohibía, me amenazaba, me imponía reglas. Y es que tenía que saber en todo momento lo que hacía, me exigía explicaciones por todo. Quería que le dedicase el mayor tiempo posible. Su manera de aislar me consistía en criticar a todas las personas que estaban a nuestro alrededor, en sabotear mi red de apoyos (amigos, compañeros, familia). No permitía que hubiese secretos entre los dos (¡Por Dios, todo el mundo tiene que ser dueño de sus secretos!). Su agresividad iba en aumento, se enfadaba con

frecuencia y utilizaba palabras ofensivas. Me sentía despreciada y humillada. A veces dejaba de hablarme y desaparecía sin ninguna explicación, otras veces llegaba tarde a nuestras citas y mis quejas eran ahogadas por sus reproches. Tal era el grado de manipulación que a veces me engañaba para saber si yo le mentía, me ponía trampas para saber hasta qué punto le quería o no. Darío era incapaz de reconocer sus errores y, mucho menos, de pedir disculpas. Todo lo contrario, siempre me culpabilizaba a mí.

Tal era mi aislamiento que casi había perdido el contacto con los míos. Solo mis compañeras de clase notaron cuánto había cambiado desde que había comenzado a salir con Darío, y trataban de hacerme ver de la toxicidad de nuestra relación. Yo las atendía y entendía que me querían ayudar, pero me encontraba muy cansada psicológicamente.

Un día Darío me exigió que le diese la contraseña de mis perfiles públicos. Estaba asomada a la ventana de mi casa leyendo su mensaje en el móvil. No era una petición, sino una exigencia. La mañana era brumosa y gris, de una tristeza turbadora. Desde allí podía ver una gran valla publicitaria entre la neblina en la que se podía leer en letras mayúsculas de gran tamaño la siguiente frase: «SI CONTROLA TU MÓVIL, TE CONTROLA A TI». Debía ser el eslogan de una campaña contra el ciberacoso. Algo en mi cerebro comenzó a activarse.

No, no, su violencia nunca fue física, no dejó huellas en mi cuerpo, se trató de otra cosa. Su violencia fue psicológica, un control que no estuvo exento de insultos, burlas, amenazas o gritos.

CIBERACOSO

Darío nunca pudo asumir nuestra ruptura. Le pilló por sorpresa. ¿Acaso no había sido consciente del daño psicológico que me produjo el ejercicio de su violencia para controlarme? Quizá no había aprendido que la sociedad iba cambiando poco a poco, que estábamos asistiendo a una crisis de roles, que el hombre ya no representaba el dominio ni la mujer la sumisión.

Al principio, su táctica fue la de la reconquista. Pequeños chantajes emocionales recordando los primeros y únicos momentos felices de nuestra relación. Felicitaciones en los días señalados, flores a domicilio por San Valentín (ramo que fue rechazado al ser entregado), comentarios favorables en mis publicaciones de Facebook, *me gustas* a mis fotos... Pero mi desdén acabó con su paciencia y con su sueño de una reconciliación.

Darío cambió de táctica. El lobo ya no necesitaba la piel de cordero. Entonces, empezaron los mensajes ofensivos, amenazantes. Un ciberacoso de manual, una manera de ejercer la violencia de género sobre su expareja, que implicaba dominar a su víctima, a mí, a través de humillaciones que afectaban a mi privacidad e intimidad. En vano le bloqueaba sus mensajes intimidatorios, hostiles. Al amparo del anonimato de las redes sociales conseguía colarse en mi vida sin darme tregua. Pensaba que ya se cansaría, que terminaría por tirar la toalla definitivamente. Rezaba y temía que encontrase una nueva chica que le hiciese olvidarme (un clavo saca a otro clavo, dice mi madre). Rezaba por escapar de la pesadilla, temía porque no le deseaba a nadie una persona como Darío al lado.

Pero una cosa es el deseo y otra la realidad.

LOS VÍDEOS

Sucedió, tenía que suceder. No sé por qué no lo pude prever. ¿Quién nunca se ha masturbado en la intimidad de su habitación? No soy la primera que envía ese tipo de vídeos a través del móvil. Yo también tenía películas de Darío. Nos gustaba hacer esos envíos desde casa de nuestros padres, era una forma excitante de distraerse, mientras estudiabas o hacías como que estudiabas en tu cuarto. A veces mientras te duchabas, con la seguridad que daba echar el pestillo de la puerta, con la música bien alta. No fue ninguna prueba de amor, simplemente nos parecía excitante. Cuando cortamos, bueno, cuando lo dejé yo, estuve todo el fin de semana eliminando fotos y vídeos que tenía de Darío, no quería tener nada de él. Incluso me desprendí de algún libro que me había regalado, los llevé a una tienda que funciona como una ONG y que vende las novelas que donas por un módico precio y que destina a fines humanitarios. También me deshice de un *selfie* que nos habíamos hecho en una puesta de sol en la Albufera y que tenía sobre mi mesita. Eso sí, conservé el marco, al fin y al cabo, lo había comprado yo.

Fue como una hostia con la mano abierta. Una llamada de un número desconocido y que cogí porque estaba esperando una comunicación del Hospital Clínico, porque me tenían que hacer una resonancia en la rodilla de una lesión que había tenido jugando al pádel y que no terminaba de sanar. Al otro lado de la línea me habló Darío y no me dio tiempo a colgarle. Enseguida fue al grano: «cari, todavía conservo los vídeos sexuales que me enviabas cuando aún me querías. No quiero chantajearte, ya no quiero nada tuyo ni nada contigo. Mi único deseo es avisarte de que en cuanto cuelgue voy a reenviar las películas a todos mis contactos, que muchos son comunes. No te preocupes, siempre has lucido muy bien».

SUICIDIO

Dicen que hay un pacto tácito, un respeto al código de silencio, entre los medios de comunicación de no publicar noticias que hablen de suicidio. La teoría del aprendizaje social desarrollada, entre otros, por el psicólogo Albert Bandura, en los años setenta, afirma que informar sobre suicidios incrementa el riesgo por imitación y por esta razón la praxis profesional periodística tiende a no informar a no ser que los suicidios formen parte nuclear de la noticia. El suicidio es uno de los tabús favoritos de la sociedad contemporánea. Es el drama que nadie quiere escuchar. En las redes se han advertido pactos de suicidio o se han difundido mensajes de apología del suicidio. Cada año mueren en España unas 3.500 personas por suicidio, más del doble que en accidentes de tráfico (no hay una DGT que haga campañas que pidan prudencia, porque a un suicida le sobra el casco y el cinturón de seguridad). El 90% de los suicidios son impulsivos, solo entre el 2% y el 5% son totalmente racionales y planificados.

Mi suicidio catalogado como impulsivo se quedó en intento de suicidio (prefiero obviar el método, dejémoslo en el resultado). Aquel año no murieron en España 3501 personas. Los romanos y los griegos reconocían en la antigüedad el derecho al suicidio solo a los hombres libres. Ni los niños, ni los esclavos, ni las mujeres se podían suicidar porque era visto como un atentado a la propiedad del amo. Yo no tenía amo al que rendirle cuentas, era completamente libre, circunstancia que nunca comprendió el hijo de puta de Darío, pero tenía una familia que me quería y no se merecía que me hubiese quitado la vida porque también se la hubiese quitado a ellos. Pero en la época de la imagen, del postureo, del sentido del ridículo, de la competición de *likes*, de las fotos en Instagram, de las historias en *Facebook*, de los mensajes gratuitos y vídeos de *WhatsApp*..., había hecho funambulismo y había caído sin red y solo quería morir, desaparecer de este mundo.

REDES E IGUALDAD

Me llevó tiempo recuperarme. Todavía voy una vez por semana a mi psiquiatra. Mis vídeos masturbándome aún circulan por la Red, en cierta manera, tristemente, soy una actriz porno de vídeos caseros, este tipo de películas filmadas por aficionados son muy populares entre los usuarios, dan mucho morbo, dicen. Supongo que habrán hecho correr ríos de semen. Debo de ser una estrella de porno amateur. De Darío ya no sé nada, no me ha vuelto a molestar. Se enteraría de mi intento de suicidio y se asustaría. Al final resultó un cobarde. Tendrá miedo de que lo enjuicien, aunque es difícil probar actos que circulan por la Red anónimamente. A veces tengo pesadillas, Darío invade mi sueño reclamando mis contraseñas de acceso. Entonces, me despierto sobresaltada y grito. En casa ya se han acostumbrado, los vecinos supongo que no, pero nadie se queja. Supongo que porque la mayoría se enteró de mi intento de quitarme la vida y respetan mi sufrimiento. Seguramente si me hubiese suicidado bien, el caso habría pasado desapercibido para evitar el contagio.

A pesar de lo que me sucedió no quiero demonizar las redes sociales. Nadie sabríamos vivir ya sin Internet. Ni yo ni casi nadie podemos poner trabas al progreso. En la Red hay mucha información sobre casos como el que yo padecí y me sirvió mucho la ayuda de otros usuarios para lograr salir de aquella pesadilla. Las redes sociales no solo fortalecen nuestras relaciones con familiares y amigos, sino que son el medio idóneo para la movilización de contenidos e información de diversa índole. Una puede enterarse de noticias, realizar compras o hacer denuncias ciudadanas. Para las mujeres el uso de las nuevas tecnologías representa una importante oportunidad para comunicar cuestiones relacionadas con la igualdad de género y con derechos de la mujer. Un escaparate para atraer la atención de los medios. Las redes sociales son una buena plataforma para promover la lucha de los estereotipos de género, combatir la

discriminación y sensibilizar sobre cuestiones de derechos y no violencia hacia la mujer. Son una herramienta poderosa para movilizar acciones a favor de la lucha por los derechos de la mujer. Muchas veces problemas locales trascienden y pueden llegar a interesar al resto de la población mundial. Se puede transmitir un evento en línea y en directo a nivel global. Por otro lado, una nueva generación de activistas muy jóvenes ha florecido tomando como referencia a mujeres que rompieron moldes hasta erigirse en líderes de opinión en Internet. Esta savia nueva representa la esperanza en la lucha contra los viejos estereotipos establecidos para alcanzar la igualdad de género. Cualquier persona puede participar y sumarse a estos movimientos.

Para hacerse escuchar las mujeres tienen que estar capacitadas para usar las nuevas tecnologías de la información y la comunicación y los medios sociales. Si se garantiza la igualdad de acceso y uso de las mismas se podrá promover la participación efectiva e informada dentro de los medios de comunicación social. También es necesario el aumento de la capacidad de las mujeres para participar en la toma de decisiones, lo que podría ayudar al éxito de campañas destinadas a promover los derechos de las mujeres. Pero todo esto no solo compete a las mujeres, es necesario involucrar a los actores de diferentes sectores. Las campañas sociales deben aprovechar y colaborar con los movimientos locales de mujeres con el fin de fortalecer las actividades de promoción. En particular, la vinculación de los medios de comunicación tradicionales con las redes social digitales puede aumentar el impacto de cualquier campaña. Además, involucrar a los hombres y a asociaciones no tradicionales pueden reforzar las campañas y ayudar a atraer mayor atención tanto a nivel local como global.

EPÍLOGO

Para mí era importante explicar todo lo que me pasó. Y que ha ocupado más de la mitad de mi relato. Pero no podía soslayar la grandeza de las tecnologías de la información y la comunicación. Todas las cosas tienen su lado luminoso y su lado oscuro. El ciberacoso o acoso virtual es el uso de medios de comunicación digitales para acosar a una persona o grupo de personas, mediante ataques personales, divulgación de información confidencial o falsa entre otros medios. De la experiencia más traumática de mi vida, nació una bloguera. Para que nunca ninguna mujer caiga sin red en la Red, en mi blog publico artículos relacionados con el tema que me consta que han ayudado a otras personas y que podéis visitar y comentar. También selecciono artículos de otras publicaciones que inciden en la lucha para la igualdad de género y por el respeto de los derechos de las mujeres. Os dejo la dirección:

finacaeconred.blogspot.com/

En el resto del relato he querido plasmar la influencia que las redes sociales ejercen sobre la igualdad y que era objeto del concurso. Solo como ejemplo, el dinamismo y la información con la que se ha tratado el tema de la huelga general de mujeres del 8 de marzo en las redes sociales auguran un seguimiento exitoso.

Y recordad:

La igualdad de género no sólo beneficia a las mujeres, nos beneficia a todos.