

EL SILENCIO NO ES UNA OPCIÓN

Nunca nadie te explica como superar ciertas cosas, y mucho menos a saber identificar la base del problema, o más bien, las personas que te llevaron a ello.

Primavera del 2014

Varias publicaciones en redes sociales encienden tu móvil.

La foto más inocente jamás tomada y enviada en privado ahora es el reflejo en las pupilas de cientos de personas, acompañadas de palabras que en boca de niños se hacen más duras.

Son momentos para los que nadie te prepara y menos cuando aún eres una niña.

Nadie te enseña cómo afrontarlo, a quién acudir y quién te va a sostener la mano o incluso si la mano amiga acaba ahogando más de la cuenta.

Hablemos de educación pues, aquella que no pude encontrar en mis compañeros de clase ni mucho menos esperaba de los otros cursos.

Creo que nadie nace preparado para recibir tantas humillaciones en tan pocos minutos, tantos comentarios que retumban en la cabeza cuando te vas a dormir y que te acaban persiguiendo en los momentos más solitarios de tu reciente vida adolescente.

He crecido en una casa con amor, basada en el respeto, la compasión y la admiración por el prójimo, por ello no me explicaba lo que estaba sucediendo.

Con tan solo 14 años comprendí la crueldad que albergaba en muchas personas, sin yo haber hecho nada tan malo como para recibir todo aquello.

Creo que toda mujer se ha sentido menospreciada alguna vez en su vida al recibir comentarios sobre su físico, sobre cómo vestir o cómo comportarse, y eso justo, me pasó a mí.

Pasé de ser una niña que pasaba desapercibida entre la multitud de uniformes a la salida del colegio, a ser la chica señalada por mitad de un colegio por haber mostrado su cuerpo.

Mi cuerpo no encajaba en la normativa de aquella sociedad de 13 a 16 años, o eso me hacían creer.

Destrozaron mi autoestima arremetiendo con cualquier centímetro de cuerpo; al parecer todo estaba mal en mí.

Por si no fuera poco todo aquello, los insultos y comentarios no cesaron al dejar volar las opiniones sobre mi físico, sino que también se puso en valor mi 'dignidad como mujer', ya que era espantoso que una mujer enseñara su cuerpo con la libertad de hacerlo desde el respeto y el amor, pero eso son cosas que acabas comprendiendo cuando maduras, hasta entonces te convences a ti misma de que lo que oyes es la única y absoluta verdad.

Aquello provocó un punto de inflexión en mí.

El inconformismo de las personas con mi cuerpo, también fue el mío.

El odio y las palabras malsonantes de las personas, también fueron las mías.

Me convertí en uno de ellos, odiando todo lo que ellos odiaban de mí, aunque lo peor de todo es que era en silencio, en el silencio más absoluto.

Lo peor del silencio no es oír tu propio eco, es saber que hay personas que también lo están escuchando y no hacen nada.

Oírlo también es ser cómplice y peor aún cuando eres adulto.

En pocos meses mi vida, mi personalidad y mis actos cambiaron para siempre.

Vivía con miedo a ser juzgada, a que mi libertad hablara por mí de la peor manera y a dar una imagen errónea de lo que no quería ser.

Me convertí en mi prisión y mi refugio.

Sin nadie a quién poder contar todo esto, ya que el miedo se apoderaba de mis pensamientos y eso me hacían consumirme hasta dejarme más pequeña de lo que ya era.

Mi libertad la dejé en manos de los demás; pensé que aceptar cada cosa sería lo correcto.

Me equivocaba.

Verano del 2014

Una mujer sin autoestima y completamente destruida es más manejable al antojo de cualquier persona, en especial si lo que pretenden es su propio beneficio.

Recuerdo aquel día como si fuera hoy mismo, recuerdo el llanto, la angustia y la incompreensión del dolor. Las miles de críticas retumbaban en mi cabeza sin cesar, la culpabilidad era cada vez mayor y el pensamiento de que todo aquello era mi merecido por haberme negado a hacer algo que no entraba en mis planes con aquella edad.

Nunca llegas a comprenderlo.

Siempre hay una parte de ti interesada en borrar aquella historia de tu mente, en hacer pensar que aquello no ha ocurrido o peor aún, que aquello no fue para tanto.

Mi silencio también fue su silencio, si no hablaba yo nadie lo haría por mí. ?

Me había convertido de la noche a la mañana en una mujer silenciada y sin autoestima, pensando que todo lo ocurrido había sido por utilizar mi libertad de la manera más plena. Había acabado siendo mi propio rehén en una vida en la que cualquier persona hubiera huido.

Con recién cumplidos los 15 años había comprendido lo que era ser mujer, una realidad muy distorsionada de lo que me convertiría en años, y es que, cuando una misma se pone límites, se acaba destruyendo.

Invierno del 2022

El recuerdo sabe a limón en una herida, a picante y a adrenalina.

Comprendí todo aquello demasiado joven y mi juventud se basó en una idea errónea de lo que era ser mujer, disfrutar de su libertad y ejercerla.

Aquello provocó un daño en mi invisible, tan solo me refugiaba en decir 'yo soy así'.

No, no era así, me habían hecho ser así.

Muchas veces no nos paramos a pensar el porqué de las cosas, pero somos más pasado que presente.

Mi pasado me asfixiaba sin yo saberlo.

Cada una de las decisiones que tomaba estaban marcadas por sucesos pasados que no quería recordar y ni siquiera los aceptaba.

Cuando una mujer se ha sentido obligada sus tomas de decisiones futuras las toma recordando aquella humillación.

Es difícil volver a construir un hogar con otra persona habiendo pasado por todo aquello, siempre sientes que algo irá en tu contra, que te están obligando, juzgando o dejando en evidencia.

El sentimiento de culpa jamás desaparece y mucho menos la convicción que has tenido la mitad de tu vida sobre como eres.

Cualquier paso en falso me hacía sentir sucia, me hacía sentir poco digna y una 'buscona'. Me habían creado un papel de caza hombres a los que conquistar para sentirme satisfecha cuando no era ni capaz de mirarles a los ojos por miedo.

Ese sentimiento no cesó hasta que comprendí que yo en ningún momento merecía sentirme así, mi libertad la podía usar como quisiera desde el respeto, pero aún así las pequeñas secuelas sobre el qué pensarán se quedarían conmigo para siempre.

Mi manera de vestir tampoco ha salido ilesa, cualquier prenda está mirada y consensuada para no generar un impacto negativo, el cual ya no sé si es sobre mí o sobre los demás.

Mi vida privada se redujo a cenizas y entre tanto polvo intenté comprender que quién te ama jamás te juzga, jamás te obliga y jamás te pone en evidencia.

Todo lo contrario, te trata como una rosa en pleno mayo, admirando cada uno de tus pétalos y limando todas aquellas espinas que en un pasado se volvieron en tu contra.

Todo aquello en lo que creía firmemente se comenzaba a desvanecer dejando paso a una realidad que nunca quise ver y nunca me intentaron mostrar.

Mi pasado tenía que ser aceptado, mi pasado estaba condicionando mi presente.

Si lo negaba me estaba negando a mí misma, me estaba arrancando la última oportunidad de comprender como realmente era.

Hacer retrospectiva a veces es complicado, pero cuando llegas al núcleo de tu yo como persona acabas comprendido que todo aquel esfuerzo por luchar por ti ha valido la pena.

He vivido creyendo y haciéndome ver que todas aquellas situaciones en las que me vi envuelta estaban superadas y eran insignificantes.

Es importante perdonar a quien te lo hizo, pero también a ti misma por juzgarte cuando deberían de haberte tendido la mano.

Mis acciones, mis palabras, mis relaciones, mis miedos y mis sueños siempre han estado ligados a ese día.

No por ello, decidí hace tiempo decir basta.

He encaminado mi vida a pesar de las dificultades hacia un futuro basado en el respeto y el amor hacia mi misma, porque nadie nunca me comprenderá como lo hago yo.

Comprendí el valor que tengo, que guardo y que merezco, y mi cuerpo, tan solo es un compañero más de viaje al que cuidar y sería una lástima apartarlo del camino.

Tengo ángeles de guarda llamados psicólogos a los que sin trabajo emocional yo no sería quién soy ahora y tampoco sería consciente de que mi pasado no está para esconderlo si no para reforzarme y hacer entender a la sociedad que un abuso no sucede en 2 minutos, sucede y se recuerda toda una vida, pero tenemos en nuestra mano el poder de ayudar a mujeres para que acepten que lo sucedió no es su culpa, para que acepten que ellas no son menos dignas porque alguien haya violentado su intimidad.

Son mujeres valientes a las que hay que abrirles un nuevo mundo donde la sororidad sea el principal objetivo y les brindemos un futuro mejor amándose a ellas mismas, ante todo.

No menos importante es educar en el respeto hacia el prójimo, sea del sexo que sea, y más aún respetar las decisiones sobre la libertad del otro.

Siempre recordaré una frase de una persona que intentó sostenerme en todo esto, *'la libertad de una persona empieza cuando acabe la libertad del otro'*.

Querida niña;

Cuanto tuviste que aprender en tan poco tiempo, sin ni siquiera recibir un manual de como acontecer cada una de las cosas.

Quisiste ser mariposa antes de tiempo y la vida te dio la peor carta de la baraja.

Cuando la gente solo veía un cuerpo marchitándose había una lucha interna infinita.

Mil fueron las noches que pensamos en vela, pensando que habíamos hecho mal.

Créeme que con el tiempo acabarás comprendiendo que el mal no está en ti, aunque ahora sientas que tu peor enemigo eres tú misma.

Querida niña, ojalá la vida te hubiera puesto todas las personas maravillosas que conozco ahora mismo en tu vida, pero supongo que el destino quería que las conociéramos más tarde.

Se fuerte,

se tú.

La vida la acabarás comprendiendo y gracias a ti podremos ayudar a miles de mujeres a entender que valen y que el silencio no es una opción.