

# MUNDANA

REVISTA  
DE TERAPIA  
FEMINISTA

Número 1



# ÍNDICE

• La revista .....	3
• Equipa .....	5
• Presentación .....	6
• Sacar la cascara a la cebolla .....	8
• Narrativa heroica de las supervivientes .....	18
• Mi aborto, transformando la culpa en autosanación .....	20
• Aportes de la biodanza a la terapia feminista .....	28
• Sobre la Escuela Autónoma de Terapia Feminista .....	40
• Mujeres en el patriarcado: sobrevivimos en paradoja, vivimos en autenticidad .....	42
• Culpa, deseo y cuerpo .....	48
• La culpa, la madre y la dependencia .....	58
• Periódico Histórico .....	66
• Convocatoria .....	85

# LA REVISTA

La revista es un espacio de diálogo de la Escuela Autónoma de Terapia Feminista Mundanas, que está interesada en crear, difundir, compartir, dialogar y relevar en torno al conocimiento construido sobre el quehacer de la terapia feminista, que realizan mujeres en diferentes territorios de América latina y regiones no hegemónicas en la producción de conocimiento.

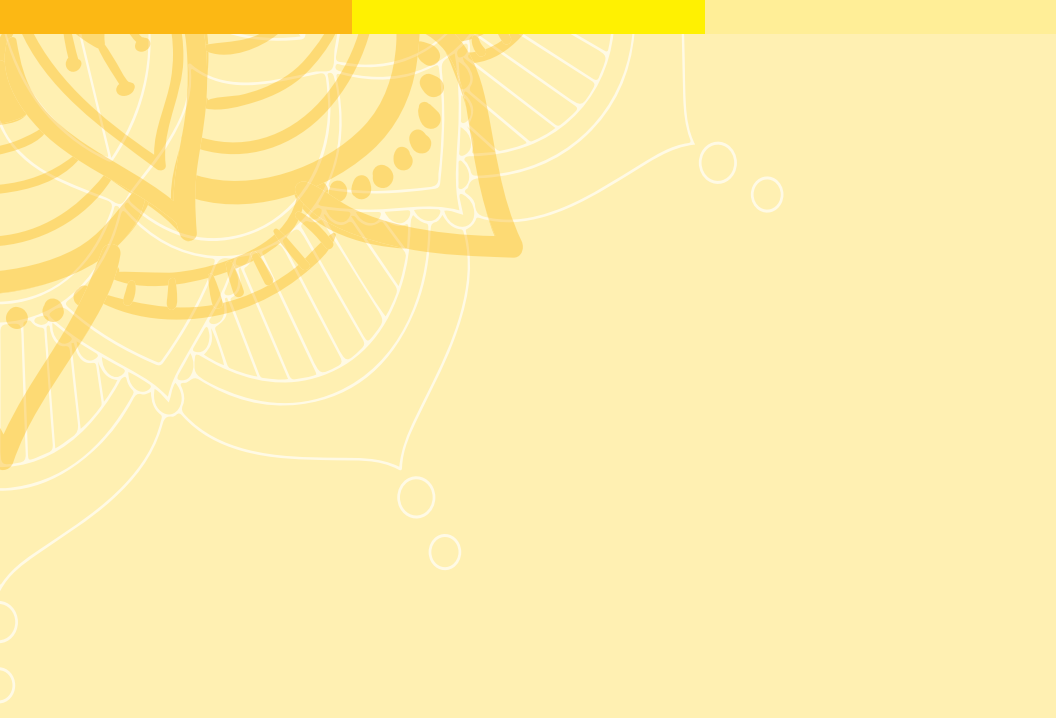
La revista de terapia feminista será un referente de esta corriente terapéutica. En ella se podrán encontrar textos sobre la teoría, la epistemología, la ética y la metodología que sostiene a esta corriente terapéutica.

Invitamos a escribir y hacer sus aportes a mujeres, lesbianas y disidencias sexuales,

que sean terapeutas en diversas áreas, tales como psicólogas, terapeutas sociales, educadoras, terapeutas naturales, terapeutas holísticas, astrólogas, sociólogas, médicas, entre otras; y en definitiva a todas aquellas que se dediquen a la sanación de mujeres, niñas, lesbianas y disidencias.

## La Terapia Feminista

La terapia feminista se plantea desde una comprensión situada y crítica del contexto histórico, social y político patriarcal; y se declara antimisógina; antiracista y antipatriarcal. Esta propuesta busca captar cada vez más terapeutas comprometidas en trabajar por la recuperación del espacio terapéutico como un lugar seguro al que



puedan acudir mujeres, lesbianas y otras, a sanar las heridas derivadas de la resistencia y para fortalecer su amor propio, el significado de sí mismas, la relación con su cuerpo y genealogía, entre otros aspectos.

### **OBJETIVOS**

- Difundir el pensamiento y metodologías de la terapia feminista entre las mujeres que se dedican al ejercicio de la terapia y que realizan acompañamientos a mujeres, niñas y lesbianas
- Contribuir a que el ejercicio terapéutico tenga un mayor impacto en la transformación, vida, salud y emancipación de mujeres, niñas y lesbianas.

- Ofrecer un espacio de diálogo, intercambio y reflexión sobre terapia feminista, para relevar, crear y compartir conocimientos y experiencias situadas, especialmente de América Latina y regiones no hegemónicas en la producción del conocimiento.

### **PERIODICIDAD**

Dos revistas anuales.



# EQUIPA

---

## EQUIPA

- **Directora:**  
Mafe Barrera Mansilla
- **Editora general:**  
Aline Richards Romero
- **Colaboradora de publicación:**  
Zimri Bani
- **Editora técnica de textos:**  
Zicri Orellana
- **Editora gráfica:**  
Victoria Rubio Meneses



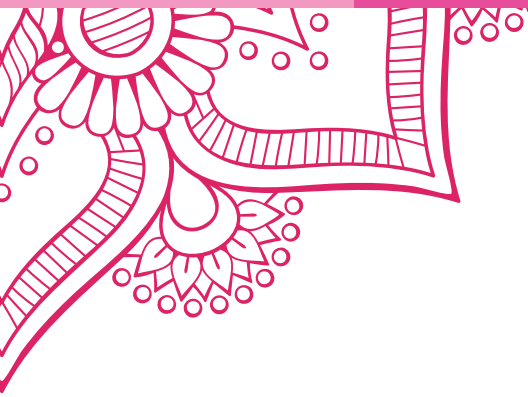
# PRESENTACIÓN

En el marco de la corriente crítica de pensamiento en Terapia Feminista, hemos llamado *subjetividad patriarcal* a los procesos de colonización, ocupación, invasión psíquica que ejerce el patriarcado sobre nuestras mentes y cuerpos; nuestro entendimiento de la realidad y de nosotras mismas. Este proceso se materializa a través de los más diversos dispositivos de transmisión de narrativas dominantes, que están a la base de la opresión del sistema cultural patriarcal. Es decir, en el núcleo simbólico del sistema cultural patriarcal responsable del colapso del planeta y los pueblos, encontramos el mito misógino acerca de la supuesta inferioridad moral, espiritual, intelectual de las mujeres y niñas, que sostiene una cultura de odio, violación, cosificación y apropiación de nuestros cuerpos y mentes.

Este relato, ha sido y sigue siendo reproducido constantemente en múltiples formatos y canales, sofisticados a la medida de nuestra época, aun con todas sus particularidades históricas y políticas: virtual/digital y materialmente complejas.

En el núcleo del mito, el contenido de estos relatos se compone de narrativas que pueden llegar a diferir enormemente en forma y apariencia, sin embargo, apuntan siempre al mismo sentido de fondo, es decir, al mismo interés político histórico: borrarlos, perdersnos la pista o tergiversar nuestras referencias genealógicas, ideológicas, políticas. En definitiva, envilecer y ridiculizar - recursivamente - nuestra existencia presente, tanto como nuestra memoria histórica y política.

Por supuesto, este objetivo político opera primeramente en un nivel íntimo y personal; traducido en el afán de que *nos perdamos de vista nosotras mismas*. Y es éste nuestro principal foco terapéutico. Pues, el darnos cuenta de las huellas o la profundidad con que hemos *incorporado* las narrativas de una cultura basada en la misoginia, constituye todo un movimiento existencial, pues implica conectar con el deseo o la voluntad de sanar. Esto es, un ejercicio de disposición activa y presente. Y cuando llegamos al *darnos cuenta* de cual ha venido siendo el impacto de estas



nociones/heridas de/en nosotras mismas, podemos enfrentarlas y eventualmente emprender un viaje de liberación, *despatriarcalización* y recuperación de nuestra experiencia, nuestra conciencia o subjetividad.

Por eso, el mapeo que realizamos muchas veces a través de la terapia es exhaustivo, pero sin duda, cuando viajamos por ese camino salimos del otro lado más livianas; en el camino nos vamos sacando de la espalda algunas cargas históricas y hasta genealógicas, como la culpa, por ejemplo. **La terapia es sólo el inicio del desprendimiento de la carga subjetiva patriarcal;** es un lugar para ensayar el riesgo y conocer el sentir que surge de este volver a conocernos y relatarnos por fuera del mito patriarcal, su lógica y su retórica opresora en lo personal y en lo íntimo; y oficial-dominante en lo público.

En este Número Uno de la Revista de Terapia Feminista, tenemos la alegría de convocarles a reflexionar explorando otras narrativas, tensionando las oficiales. La invitación es a que nos imaginemos unos

caminos de salida a los confinamientos de la subjetividad patriarcal, de la mano de quienes escriben y sus reflexiones en torno a la culpa, la dependencia, el duelo, la sobrevivencia y la transformación en terapia. Bienvenidas a este nuevo viaje de construcción del conocimiento en torno a la terapia feminista, a la sanación y la política entrecruzadas, integradas en rebelión y propuesta.

Adelante, pase con confianza, venga con su reflexión también a estos diálogos que proponemos abiertos. Nosotras seguimos convocando a esta revuelta de poner palabras a la experiencia, porque es necesidad y sobrevivencia en medio de un tiempo crítico como el que tenemos el desafío de resistir; donde se vuelve más urgente y más crucial la recuperación, reproducción y sostenibilidad de la autogestión y autonomía de nuestra mente, nuestra emoción y nuestro deseo.



Mafe Barrera Mansilla y  
Aline Richards Romero



# SACAR LA CÁSCARA DE LA CEBOLLA

Ma. Belén Tapia de la Fuente

## Resumen

- Mientras escribo voy bordando en la tela teñida con tintes naturales, como quien transita libremente por la frontera, mezclando prácticas narrativas que se interpelan y colaboran, memorizando con lenguajes diversos y polifonos las memorias enquistadas en mi cuerpo. Ir sacando la cáscara a la cebolla para teñir con ella, para descubrir los secretos, para hacer escabeche y para llorar, para que el agüita corra. Reconocerse mestiza en búsqueda de vivir una identidad ch'ixi, es romper con los dualismos y vivirse naturaleza, fluida, cambiante y disponible ante cada nueva estación. Habito en el sur global, entre el pliegue y despliegue de una cordillera atávica y el Pacífico, mar torrentoso y ajetreado.
- En este ensayo reflexiono sobre los discursos, prácticas de afecto, relatos y cuerpos heredados por mis ancestras, mirando y costuriando el mío propio, para descocer las marcas del blanqueamiento colonial y dejar fluir brotes nuevos. Mirar las construcciones del género que por las que transito para recuperar las historias silenciadas.

## Primera capa

*“Que tu cuerpo sea siempre un amado espacio de revelaciones”*

Alejandra Pizarnik

.....

A través del movimiento sutil entre el bordado y las epistemologías feministas, pretendo sumergirme en las aguas cálidas del análisis de mi cuerpo, comprendiéndolo como mestizo, racializado, colonizado, en proceso de descolonización; con la única claridad de que no hay vuelta atrás; lo que se vomita, no se vuelve a tragar. Todo lo que surja como novedoso será brote nuevo en la travesía del desmascaramiento de la mentira del blanqueamiento patriarcal heterosexual. El deseo de entrar en las profundidades de mi cuerpo se origina en la certeza de que en él se inscriben y articulan las experiencias, es contenedor de memorias y participante activo en la construcción de significados, es el único territorio político con historia y conocimientos, tanto ancestrales como propios en el que realmente puedo habitar (Gómez, 2012), y como diría Margarita Pisano (1995), es el único instrumento con el que puedo tocar la vida.

Haré un ejercicio de memoria textil, recuperando el oficio heredado como productor de conocimiento. Miraré las memorias de mis abuelas, los modos en las que ellas me transmitieron sus interpretaciones del pasado, trataré de imaginar lo que omitieron y los énfasis que le dieron a los personajes de sus historias, para interpretar los efectos que sus imaginarios tienen en mí, en mi cuerpo y en mis prácticas, en mis construcciones de sentido, en mis discursos y descubrir los efectos que dejan en la construcción simbólica de realidades que me habitan. Utilizaré el autorretrato textil, voy a costurir sin patrón una proyección de mi cuerpo; pretendo descocerlo, zurcirlo y anudarlo en cada puntada, buscando a-bordarme, dejar registro de mi silueta, de los órganos que se me hacen más presente e identificar las marcas mestizas que encuen-

tro en mi piel y en mi historia.

Bordar es una práctica atávica que transforma el cuerpo y la relación que se establece con él, conecta a la bordadora con la propiocepción, regulando la dirección de las manos, los brazos, el ritmo, la respiración; con respecto a la tensión de cada puntada y contacto sensorial con la materia. Los bordados poseen cualidades propias según la persona que los borde, por lo que serán reflejo de la manera de ver y habitar el mundo que posee esa bordadora; van dejando registro de cómo conciben las imágenes, los colores, de cómo ocupan los espacios.

Mirar el cuerpo pretende ser un gesto de toma de conciencia feminista, en palabras de hooks (2017); de nueva mestiza en palabras de Anzaldúa (1987), buscando develar las marcas que me habitan, que no logro enfocar y que me podrían guiar a una comprensión más liberadora de experiencias raciales, capitalistas y misóginas que cargo enquistadas en el cuerpo y que en el presente no puedo nombrar. Busco, además, mirar en mi historia y en la de mis abuelas como el sistema de dominación patriarcal se institucionaliza, cómo se perpetúa y se mantiene (hooks, 2017).

El ejercicio textil que realizaré, pretende constituirse como una práctica feminista, con énfasis en una intersubjetividad historizada, encarnada, situada, entablando una crítica de la opresión de género dicotómica, jerárquica, racializada, colonial y capitalista (Lugones, 2008). Entenderé la colonialidad en Abyayala, como las diversas formas de jerarquías, dispositivos de dominación y un conjunto de poderes invisibles y naturalizados, que no vemos pero sí sentimos, que se manifiestan en las subjetividades, las experiencias y los cuerpos creados por y para la experiencia colonial (Garzón, 2007) y pondré énfasis en los discursos modernos, blanqueados e higienizados sobre mis ancestros y ancestras de los que fui testigo a lo largo de mi vida, y de cómo estos deambulaban en conjunto con prácticas de afecto, oficios, huellas corporales y rasgos que ocultaban un pasado de color, indígena,

africano, con una espiritualidad politeísta y ritos paganos, más cercanos a una naturaleza exuberante que a la virginidad deserotizada.

### Picar cebolla

*“El espíritu del fuego la espolea a que luce por su propia piel y por un trozo de tierra sobre el que pararse, una tierra desde la que ver el mundo –una perspectiva, un terreno propio donde poder sondear las ricas raíces ancestrales hasta llegar a su propio corazón abundante de mestiza–”.*

Gloria Anzaldúa (p.65, 1985)

Entre los retazos de tela que me quedan en la casa solo encuentro blanca, para bordar mi cuerpo necesito que tenga el color de mi piel, ¿de qué color es mi piel? Es una piel de color. Mezclo cáscara de cebolla y cúrcuma, agrego sal para fijar los pigmentos, luego de hervir las plantas, sumerjo la tela, la remojo toda la noche, como un ritual el agüita va impregnando los tintes naturales en la fibra. Si Audre Lorde diría: soy negra porque vengo de la entraña de la tierra, yo podría decir: soy mestiza, del color de la cáscara de cebolla.

Las mujeres de mi familia han sido importantes en mi crianza. Con Ana María, mi madre, tengo una relación profunda y cariñosa, la hemos ido trabajando con cariño porque no siempre ha sido fluida, soy su primera hija. De grandes hemos buscado maneras de horizontalizar nuestra relación y cuidarnos mutuamente. Muchos de sus

gestos los veo en mí, incluso hay pensamientos de ella que he interiorizado a tal punto que los tendría que extirpar con cirugías microscópicas. Heredé marcas de su piel, sus rodillas, sus colores incluso algunas de sus búsquedas. Siempre respetó

que no me gustara usar vestido y compartimos la incomodidad por los maquillajes. Heredé su sexualidad ingenua y recatada y tuve que asesinar temores y prejuicios para crecer en libertad y erotismo.

Mis abuelas fueron poderosas formadoras de mi feminidad, fueron excelentes trasmisoras de las violencias patriarcales y cadenas que se instalaron sobre mi cuerpo al nacer. Aspiraban a que yo fuera una mujer independiente, trabajadora y hacendosa.

Rhoda Mac Donald Tocetton, mujer de 94 años, de madre italiana y padre escocés, profesora de inglés, viuda a los 55 años, es mi abuela paterna. Adolorida, cariñosa y buena para escribir cartas. Ella decidió mi nombre y me encomendó a Santa Rita de Casia, santa italiana de las causas imposibles para que fuera mi protectora. Es alta, macetiada, tiene la piel y los ojos claros; desde que la recuerdo se ha dejado las canas, reivindicando a una mujer recatada que guarda el luto. Fue madre de 7 hijos e hijas, los que fueron criados por empleadas (esclavas) indias: Eliana y Regina, quienes desde niños nos enseñaban los secretos de las plantas, de la cocina, del cuidado de los animales y la alquimia de adivinar el clima, todo cargado de ritos, palabras secretas y detalles que daban cuenta del contenido espiritual de sus gestos. Para mi abuela era importante transmitirnos la historia de su familia, me sé los nombres de todos sus parientes; sus viajes, profesiones y motivos de muerte, conozco el patrón

“Los bordados poseen cualidades propias según la persona que los borde, por lo que serán reflejo de la manera de ver y habitar el mundo que posee esa bordadora; van dejando registro de cómo conciben las imágenes, los colores, de cómo ocupan los espacios.”

del tartán de su clan. Todos migrantes europeos, heroicos, masculinos. Imagino sus cuerpos altos, delgados, blancos, de pechos prominentes, pelos rubios y ojos claros. Las mujeres se nombran escasamente en los relatos, pero cuando se hace alusión a ellas se las reconoce como fuertes, gritonas, de caderas anchas y de opinión dura. Cuando Rhoda supo que mi pareja tenía apellido italiano, le dijo: “supe que vienes de buena familia”. Inés Morada prefería usar el apellido de mi abuelo, así que se hacía llamar Inés de la Fuente, mi abuela materna. Vendedora de ropa, voluntaria de Cruz Roja y costurera, quedó viuda a los 73 años, madre de 4 hijas e hijos; independiente, creativa y silenciosa, no hablaba mucho; cosía, tejía y bordaba. ¿Qué habrá zurcido, remendado, reparado Inés? Siempre tuve la sensación de que disfrutaba más de los paseos y viajes con sus amigas que de los eventos familiares, de hecho, para su funeral la iglesia se llenó de viejitas parecidas a ella que hicieron escolta a su ataúd durante horas. Nunca nos contó de su infancia, ni de su padre, cuando murió nos dimos cuenta de que ni siquiera sabíamos dónde había nacido, ¿qué habrá callado? La piel de mi abuela era muy suave, tersa y brillante y del color de la cascara de cebolla, sus ojos eran achinados, su cintura era pequeña, siempre usaba el pelo enlacado y teñido castaño claro, las uñas pintadas rojas; collares, tacos y maquillaje, era una mujer moderna.

Hace unos años empecé la búsqueda de la reconstrucción de su historia, o hacer mi propia versión y un tío que vive en Canarias me envió una foto de mi tatarabuela Rosa, solo se sabe que tuvo 14 hijos de los que murieron 3 siendo niños. Cuando veo la foto de Rosa creo que mi abuela la quiso ocultar, olvidar. Pienso que la piel de Rosa era demasiado oscura para Inés; Anzaldúa diría “la mujer de piel oscura ha sido silenciada, amordazada, enjaulada, apaleada durante trecientos años, (...) ha sido colonizada por el español, por el anglo, por su pueblo” (p.64, 1987) ¿Qué habrás tenido

que callar Rosa? ¿Habrás sido campesina, costurera, te habrás dedicado a la crianza de tus hijos? ¿De qué habrás muerto? ¿Cuáles habrán sido tus placeres? ¿Cómo se habrá inyectado la colonialidad en tu cuerpo? En las trayectorias de mis abuelas, los discursos, las prácticas de afecto, la estética que observo en las performáticas de sus cuerpos, las historias que decidieron contar o callar y los énfasis que pusieron en la relación conmigo, puedo fantasear sobre los procesos subjetivos e intersubjetivos que sostienen en ellas un sistema de colonización interiorizado e intermediado por la Colonialidad del Género (Lugones, 2010), develando la opresión de género racializada, heterosexista y capitalista que forjó el control y el dominio sobre sus vidas, determinando modelos de identidad en desmedro de otros, subalternizándolas (Solís, 2020). La consecuencia semántica de la colonialidad del género, es que “mujeres colonizadas es una categoría vacía ya que ninguna hembra colonizada es mujer” (Lugones, p. 109, 2010). Descolonizar el género, por tanto, es una tarea práctica que requiere aprender sobre nuestros pueblos, que sujetos comprendan su situación de opresión sin sucumbir a ella, entablar una intersubjetividad historizada, encarnada y promover el movimiento hacia una coalición que nos impulse a conocernos para reivindicar nuestras identidades mestizas y habitar la diferencia colonial (Lugones, 2010).

Reconocerse colonizada es conocer cosas más antiguas que el género (Anzaldúa, 1987), es reconocermé india, mestiza, quiltra, champurria, mixta, mezclada, o mejor aún, descomponer los dualismos y buscar vivir una identidad ch'ixi, múltiple, ni blanca ni india, si no las dos cosas a la vez (Rivera Cusicanqui, 2018). Identificar las marcas de la colonialidad en mí y en mis ancestras es desarrollar la conciencia de la nueva mestiza (Anzaldúa, 1987), una desobediencia epistémica que, como lo haría Anzaldúa en *Borderlands/La frontera*, me permite recuperar mi historia y crear co-



nocimiento por medio de lenguajes diversos, multilingües, polimorfos, como son el textil y la escritura, que apunten hacia la libertad, hacia el libre tránsito por lugares diversos y cambiantes.

Autodenominarse mestiza puede ser conflictivo toda vez que se reconoce que las lógicas de dominación moderno occidentales han utilizado el concepto principalmente en pos de los intereses de los grupos privilegiados actuando como un dispositivo de medida de la pureza de la raza, apuntando hacia la desindigenización, la occidentalización de las comunidades indígenas y su incorporación efectiva a las lógicas modernas y capitalistas de vida y de producción (Solís, 2020). Pero, por otro lado, el mestizaje puede ser una identificación para resaltar lo indígena y lo africano, haciendo reconocimiento de las raíces ancestrales, o desde lo ch'ixi se vería como una modernidad “manchada” de tradicionalidad (Riviera Cusicanqui, 2018) haciendo presentes o existentes lo que desde otras perspectivas se elimina, se anula o se oprime. La sutileza que se requerirá en este contexto será el mantener una perspectiva crítica y situada para evitar caer en prácticas de apropiación (Solís, 2020).

En la conciencia de la nueva mestiza (Anzaldúa, 1987), mi cuerpo se constituye como un espacio político en desobediencia y en búsqueda de la liberación, un cuerpo situado y sentipensante que contiene la raza y la violencia colonial, pero también es un órgano vibrante y poderoso por medio del cual me reinvento y tránsito por mis experiencias afectivas más profundas. Cuando bordo mi propio cuerpo, reconozco los brotes que me unen con las ancestras que han dejado marcas con silencios y gritos. Reconozco en mi cuerpo canales de aguas subterráneas, las mismas aguas que inundaban a mis abuelas. De los pies me salen raíces, porque devengo en tierra, soy naturaleza cambiante, cíclica, dinámica, en constante migración. Bajo mi cuerpo hay un arcoíris en retroversión, como ocurre cuando damos vuelta el mapamundi y el norte global



imperialista queda de patas arriba. Cuando bordo mi cuerpo, reconozco las marcas de la violencia colonial en mí y en mis abuelas, el racismo, la misoginia introyectada, lo que se ha querido borrar, depilar, vomitar, amputar, pero que ha vuelto a crecer, cada vez más fuerte y frondoso.

Bordar mi cuerpo se constituye como una práctica de recuperación, habitándolo desde una postura reflexiva, comprendiéndolo como un cuerpo complejo trenzado por las emociones, la espiritualidad y las reflexiones racionales sobre mi existencia (Gómez, 2012). Cuando lo miro, reconozco en mi historia intentos para evitar el rechazo, tratando de ajustarme a los valores de la cultura. Me aliso el pelo, pero ante cualquier relación con la humedad este se vuelve travieso y retorna a sus curvas indomables, me depilo y repelo los pelos de mis piernas, axilas, cejas y brazos como un esfuerzo doloroso para evitar el pudor aprendido, miro mi cuerpo flaco y dudo de si será fuente de placer para alguien, hasta que comprendo que primero es fuente de placer infinito para mí misma. Busco los recovecos y los pliegues que debieran componerlo como cuerpo de mujer y tardan en llegar, paso una adolescencia con cuerpo de niña, dudando de la feminidad que lo debería habitar, hasta despojarme de las exigencias que no me pertenecen. ¿Cuáles son los ejercicios de acomodo que hicieron mis abuelas para ajustarse y ser vistos como cuerpos modernos, emblanquecidos, desclasados? ¿Cómo puedo desenmascarar todas aquellas memorias y traumas que cargaron mis abuelas en sus cuerpos? ¿Los puedo reconocer en mi propio cuerpo?

Siento que algunos de los dolores con los que cargo en el cuerpo no me pertenecen, que fue una mala herencia. Trato de zurcirlos y en cada puntada siento que las remendo también a ellas.


### Cebolla en escabeche

Abordar el cuerpo a través de los hilos es

bordar dos puntos y luego devolverse para seguir. Los hilos cuentan historias, las mías, las de todas. Mi tejido interno, los músculos, los huesos, las articulaciones, las arterias, el tejido nervioso sostiene mis memorias, las de mis abuelas. Bordar es una práctica heredada por mi abuela Inés, no me la enseñó, pero yo la miré tanto que la aprendí igual, con los hilos puedo contar las historias más dolorosas y antiguas. Escribir cartas en una práctica de afecto de mi abuela Rhoda para dejar registro de sus deseos hacia las personas que quiere y de sus bendiciones religiosas para repeler la muerte. Ambas son prácticas de resistencia toda vez que dejan registro de sus puntos de vista, de sus versiones de la historia, bypassando memorias hegemónicas, pensando críticamente sobre los modos de narrar el pasado, evidenciando cómo los diferentes sistemas de dominación operan de manera conjunta y entrelazada (Troncoso, 2015). Por medio del textil miro las marcas de la colonialidad en mí, con el textil las develo y las encaro para descocerlas amorosamente. La historia de mis abuelas puede ser la historia de cualquier mujer que en los años 50 tenía 30 y tantos, puede ser el reflejo de una generación, un momento histórico, una praxis comunitaria.

Hay preguntas que nunca podré responder, solo puedo suponer o fantasear, pero con el hecho de hacerlas, de formularlas, doy cabida a que la interrogante surja en mí, y pongo a mis ancestras en el lugar de las que tienen las respuestas, el conocimiento, el saber. Es un modo de revindicar un lugar que no existió para ellas, de politizar el lugar de las mujeres como productoras de





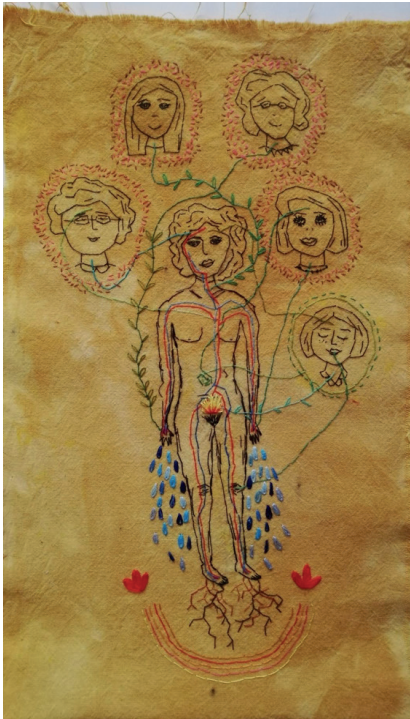
“Abordar el cuerpo a través de los hilos es bordar dos puntos y luego devolverse para seguir. Los hilos cuentan historias, las mías, las de todas. Mi tejido interno, los músculos, los huesos, las articulaciones, las arterias, el tejido nervioso sostiene mis memorias, las de mis abuelas. Bordar es una práctica heredada por mi abuela Inés, no me la enseñó, pero yo la miré tanto que la aprendí igual, con los hilos puedo contar las historias más dolorosas y antiguas. Escribir cartas en una práctica de afecto de mi abuela Rhoda para dejar registro de sus deseos hacia las personas que quiere y de sus bendiciones religiosas para repeler la muerte. Ambas son prácticas de resistencia toda vez que dejan registro de sus puntos de vista, de sus versiones de la historia, bypasseando memorias hegemónicas, pensando críticamente sobre los modos de narrar el pasado, evidenciando cómo los diferentes sistemas de dominación operan de manera conjunta y entrelazada (Troncoso, 2015).”

conocimientos, como protagonistas de las historias.

Sigo hurgando en mis memorias, imágenes, recuerdos táctiles, olores, paletas cromáticas, sabores que me permitan continuar descifrando las máscaras y adornos que utilizaron mis abuelas para tapar los rastros de salvajismo indígena, africano. Quiero descubrir los secretos, conocer sus creencias y oír sus voces, leer sus cartas y mirar sus bordados, sus interpretaciones. Busco en mis recuerdos los modos en que

incrustaron sus memorias de niñas en mí, con esos lenguajes otros, tan sutiles e infinitos. Recupero sus memorias para continuar deconstruyéndome y desarmando la colonialidad de género presente en mí, y lograr encarnar el deseo de habitar en mi presente con el libre tránsito de la que vive en la frontera.

.....



## Referencias

- Anzaldúa, Gloria (1987). *Borderlands: The New Mestiza*. La Frontera. San Francisco: Aunt Lute Books
- Gómez Grijalva Dorotea (2012). Mi cuerpo es un territorio político. En Espinoza, Gómez, Ochoa (Eds), *Tejiendo de otro modo: Feminismo, epistemología y apuestas descoloniales en Abya Yala*, Popayán: Editorial Universidad del Cauca.
- Hooks, Bell (2017). *El feminismo es para todo el mundo*. Madrid: Editorial Traficantes de sueños
- Lugones, María (2008). Colonialidad y género: hacia un feminismo descolonial. En Walter Dignolo (Comp.), *Género y descolonialidad* (pp. 13-54). Buenos Aires: Ediciones del signo.
- Pisano, M. (1995). *Deseos del cambio o... ¿El cambio de los deseos?* Santiago: Editorial Revolucionarias.
- Rivera Cusicanqui, Silvia (2018). *Un mundo ch'ixi es posible. Ensayos desde un presente en crisis*. Buenos Aires: Tinta Limón. 176 pp.
- Solís Gómez, Susana (2020), *Modelo Médico Occidental Moderno y Otras Prácticas en Salud: Un estudio de caso desde la mirada descolonial*. Tesis para acceder al grado de magister en Salud Pública Comunitaria y Desarrollo Local, Universidad de la Frontera.
- Troncoso Pérez, Lelya Elena y Piper Shafir, Isabel (2015). Género y memoria: articulaciones críticas y feministas. *Athenea Digital*, 15(1), 65-90. <http://dx.doi.org/10.5565/rev/athenea.1231>



# NARRATIVA HEROICA DE LAS SUPERVIVIENTES

Fernanda Pérez Cruz



*La psiquiatrización es un proceso extremo, carente de compasión. Donde tus capacidades de decisión se limitan al mínimo. Controlan tu descanso, tus medicamentos, tus comidas, tus llamadas y tus visitas.*

*Cómo se sobrevive a una psiquiatrización?*

*Algunas no sobreviven. Otras se quedan en un constante ciclo de internaciones y salidas. Y otras afortunadamente tenemos una fuerza interna y rebeldía que supera inteligentemente los contextos adversos.*

*Sobrevivir a una internación implica aprender a funcionar en el sistema, pero significa profundamente valorar tu existencia, tu diferencia y un largo trabajo de autoconocimiento.*

*Sobrevivir a una internación es resistencia, sanar heridas que también incluye salir de contextos dañinos y alejarse de personas que no ayudan en tu vida.*

*Sobrevivir a una internación requiere de apoyo, amistad.*

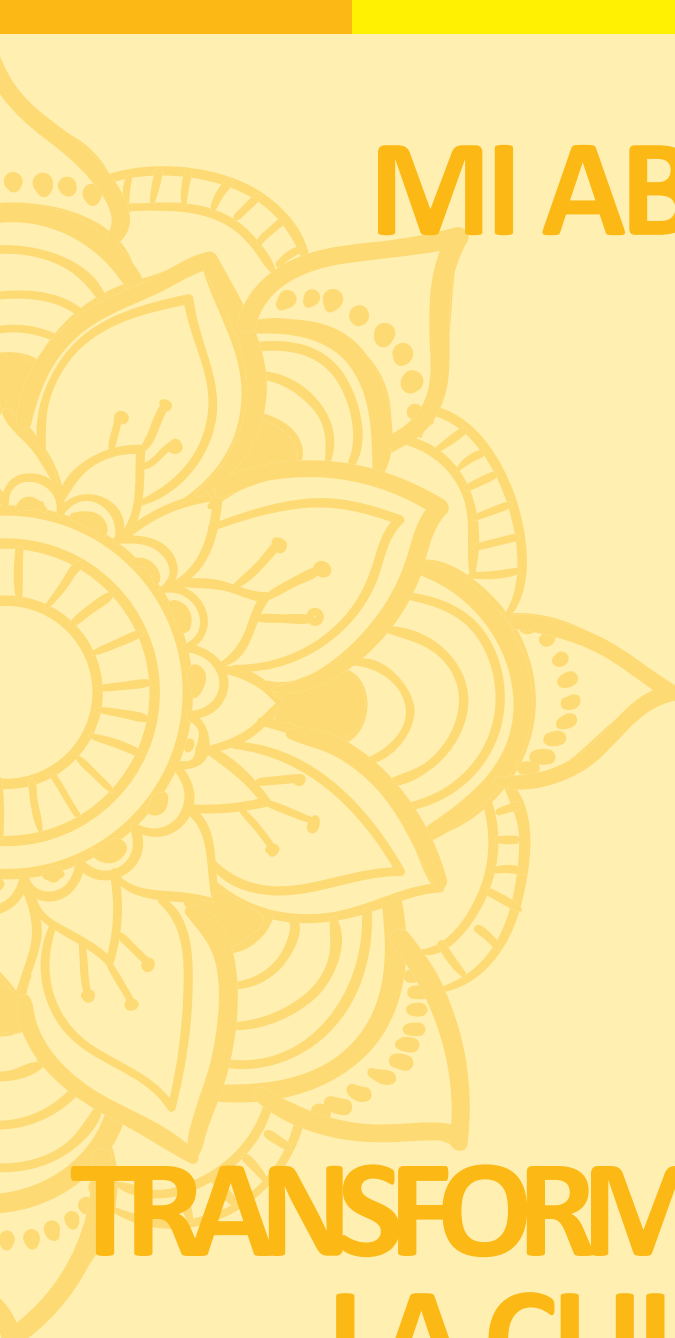
*Sobrevivir a una internación resulta de una fuerza vital, amor por ti misma y no abandonarte nunca más.*

*Sobrevivir a una internación es no avergonzarse por haber estado en ese lugar.*





# MI ABORTO



**TRANSFORMANDO  
LA CULPA EN  
AUTOSANACIÓN**



Cari Valdés Márquez

---

Este texto integra reflexión, relato y poesía de la sobrevivencia en primera persona. La autora nos comparte generosamente su proceso de tránsito por el profundo dolor por la contradicción entre la vida y la muerte de sus hijos recién nacidos; a la vez que su contacto radical con la búsqueda, la necesidad y el encuentro de las posibilidades para sobrevivir al duelo con una nueva conciencia. La invitación de la autora es osada en una cultura del silencio; donde tomar la palabra ha sido asumir un riesgo que porfiadamente resisten quienes a través del relato y el lenguaje abren caminos para otras. Compartimos esta reflexión arraigada en la profunda experiencia personal de transformación, para la propagación de la rebeldía de sanar que ella representa.

**Mafe Barrera Mansilla**  
Directora Revista Mundana



Hoy después de casi 9 meses desde que mis gemelos nacieron y murieron, puedo escribirlo así tal cual suena, todavía con el corazón latiendo tan fuerte que lo escucho como si quisiera hacer explotar mi cabeza.

Nunca antes pude escribir la palabra muerte cuando se trataba de ellos y su breve paso por esta vida.

Es que la contradicción -para mí- de nacer/morir no tenía sentido, porque nadie me enseñó que podemos nacer y morir el mismo día. Busco en mis recuerdos y no encuentro alguna persona querida hablándome de una experiencia así, algún/a profesor/a en la universidad, haber leído información relacionada en los artículos académicos que me devoraba en el postgrado, o quizás alguna noticia o revista; algo que me hubiese por lo menos alertado de que esto podía pasar, que no era totalmente improbable y que por el contrario, sí le sucede a un gran número de mujeres en Chile y el mundo. Porque créanme, si hubiese tenido aunque fuera una vaga idea de cómo sobrevivir a éste duelo, hubiese salido antes del hoyo.

Es sólo que en mi país, las mujeres no hablamos del aborto, porque cuando de la muerte de un feto se trata, en nuestra sociedad sólo nos limitamos a hacer carne la cultura del silencio al pie de la letra. Y no es una elección, al menos no lo fue para mí. En ningún momento de mi duelo tuve acceso a acompañamiento terapéutico o algún tipo de orientación psicológica, ya sea mientras estuve hospitalizada o una vez dada de alta.

Jamás olvidaré ese sábado, en la sala de recuperación postparto del Hospital, al escuchar llorar a esos otros bebés con sus

madres en el mismo lugar donde estaba yo -deseando que la tierra se tragara a todo el mundo para quizás así, poder acallar un poco el dolor de mi alma-, y comenzar a sentir esa soledad implacable, junto con el solo deseo de dejar de respirar, pensar, vivir. Absolutamente nada de lo que había experimentado antes se parece en lo más ínfimo a ese vacío, porque tampoco era la primera vez.

Recuerdo haber mirado incrédula y estupefacta al médico de guardia, cuando me explicó que la única función del “Comité de duelo” del Hospital era, entregar folletos detallando los trámites legales para la inscripción de nuestros hijos mortinatos en el registro civil. Y es que no tuve la oportunidad de poner en palabras la tormenta de emociones que me desbordaban, ya sea a través del sistema público de salud, o quizás mediante la derivación a alguna red estatal sociocomunitaria de apoyo. Solo pude contar con atención psicológica, gracias a que pudimos pagarla, lo que me convierte en una afortunada, aun sabiendo que el acceso a salud mental en estas circunstancias debiese constituirse como un derecho básico, transversal y gratuito para todas las mujeres, sin distinción. Una y otra vez, volvemos a quedar totalmente solas, librando una batalla cuesta arriba y dependiendo exclusivamente de nuestros recursos personales y económicos, además del soporte que pueda brindar tu red familiar -en caso de que exista-.

Y es que la pérdida física de mis hijos me dejó incrédula, paralizada, quieta, callada, enredada, devastada. Como si una fuerza sobrenatural y arrolladora hubiera quitado el alma de mi cuerpo de un tirón, y aun así haya tenido que seguir respirando,

“Nunca antes pude escribir la palabra muerte cuando se trataba de ellos y su breve paso por esta vida. Es que la contradicción -para mí- de nacer/morir no tenía sentido, porque nadie me enseñó que podemos nacer y morir el mismo día.”

caminando, viviendo, solo por inercia, por costumbre, sintiéndome arrastrada a continuar con mi rutina –que ya no tenía sentido- porque eso es lo que las mujeres hacemos: seguir funcionando; cuando abortamos, cuando tenemos depresión, cansancio, estrés, ansiedad, angustia, rabia y todo lo demás. Querámoslo o no. Porque sacudirse la pena y vomitarla puede llevarte a los lugares más oscuros que no imaginaste que existían...

Entonces llorarla no llega a ser suficiente, corres el riesgo de que tus lágrimas se sequen y tengas que comenzar a actuar la tranquilidad, la calma, la resignación. No para ti, sino que para l@s otr@s, porque sigues cuidando de esos otr@s, aunque sientas que ya no quieres respirar. Porque verles preocupados o tristes te hace sentir culpable, y sabes que no hay elección, porque tú eres un pilar. Así que tratas de reponerte rápido, quizás en un par de meses ya puedas estar riendo de cuando en vez y no hablando de tu duelo, de tus hijos abortados. Percibes que es “incómodo” para l@s demás, o simplemente ya no es tema para alguien más que para ti misma. Y te conformas con ese: “nadie sabe qué decir en estas circunstancias” que te abofetea en la cara y de paso te cercena el alma con ese silencio indeseable y permanente. O, esa positividad tóxica que te envenena un poquito, cada vez que escuchas comentarios como: “tú tranquila que eres joven todavía”, “seguro vendrán otr@s hij@s más adelante”, “no estás sola, tienes el apoyo de tu marido” o peor, “seis meses de embarazo no es tanto, va a pasar”. Aunque lo único que desee tu corazón es sentir a tus hijos aquí, dentro de tu guata, en tus conversaciones, en los buenos deseos de las personas que

“Así que tratas de reponerte rápido, quizás en un par de meses ya puedas estar riendo de cuando en vez y no hablando de tu duelo, de tus hijos abortados. Percibes que es “incómodo” para l@s demás, o simplemente ya no es tema para alguien más que para ti misma.”





te aman. Anhelando con todas tus fuerzas simplemente verlos nacer, crecer, poder disfrutarlos, cuidarlos, y hacerles saber que son los seres más amados del universo, porque desde el día uno en que tú decidiste ser madre, eso fueron para ti.

Hoy, un día cualquiera me tira al suelo una foto de aborto en las redes sociales, un día de inusual sol en este frío sur, en el que me distraigo pensando en mis vacaciones post-pandemia en San Pedro de Atacama o en el viaje de mi mejor amiga al entretenido Brasil. Y de golpe todo se desmorona, vuelvo a llorar incontroladamente sintiéndome rota como en esos recuerdos, con un millón de pensamientos que atormentan mi mente, todos a la vez. Comienza la presión en mi cabeza, el pecho apretado, el corazón acelerado y me falta el aire. Ahí, todas las horas de terapia y los consejos de mi psicólogo se esfuman, y vuelvo a foja cero o mejor dicho más atrás, caigo más hondo, me sumerjo en un mar de cuestionamientos y aparecen todos, toditos, -armados hasta los dientes- los ya viejos y conocidos mecanismos de defensa y esos constantes remordimientos que regresan para atormentarme sin tregua y me pregunto por milésima vez:

- ¿Por qué fui tan cobarde como para no querer sostener en mis brazos a mi Santi y a Juli el día que los parí?

- ¿Por qué creí que el no verlos, no tocarlos, iba a hacer desaparecer el dolor de no tenerlos nunca más aquí conmigo?

- ¿Y si los hubiese mirado, olido, tocado, hubiesen sentido mi calor y ese profundo e infinito amor que les tengo y tendré hasta el final de mis días, los hubiese revivido?

- ¿Cómo pude ser tan cobarde como para no querer conocerlos aunque hayan sido tan pequeños?

- ¿Por qué no fui lo suficientemente fuerte como para hablar de ellos a pesar de la

omisión de otr@s sobre su existencia y partida?

Todas esas preguntas aún no tienen respuesta. Siguen ahí en mi inconsciente, y me desvelan en las noches que despierto con pesadillas, porque pareciera que mi mente vuela cuando se trata de culparme, pero no cuando se trata de querer sanar. Esto último lo asimila más lento, como si con el nacimiento y muerte de mis gemelos una parte de mí también hubiese nacido y muerto en todas esas semanas de gestación: un amor sin medida que llenaban con su presencia y una rabia incontenible que surge desde el dolor de saber que no tienes el control por sobre nada, estas totalmente a la deriva. A la deriva de los designios de la naturaleza, del destino, de las y los dioses y por último -para mí lo más terrible- a la deriva del personal médico que decide por ti, el qué, el cómo, el cuándo y el donde tendrás que parir. Esos son los pensamientos recurrentes que me indignan, y que me hacen soñar cada cierto tiempo con la muerte.

Por eso el 2020 fue por lejos el año más difícil de mi vida. Aprendí que todo es temporal: momentos, emociones, sentimientos, la salud, la enfermedad, la existencia, yo misma. Aprendí que si de amor entrañable se trata, nunca llegas a perder porque solo significa dar, darlo todo y dejar que duela, esa siempre será la parte más dura. Eso hice con mis hijos Santiago y Julián, los amé indescriptiblemente, desde antes de saber que eran dos. Y, cuando supe que tenía que traerlos a éste mundo sin vida, pasé en un segundo de ser la mujer más feliz del universo a arrastrarme por el suelo de dolor, a gritar y maldecir todo lo que significaba vida, a sentirme completamente rota.

Por supuesto, me hice las preguntas más profundas sobre nuestra existencia física y

su propósito, increpé a las divinidades de todas las culturas a las que solía venerar, dejé de creer, de tener fe y comencé a asumir que debí haber hecho algo muy vil en otras vidas para merecer nacer, ser mujer, y dar cobijo en mi útero a mis gemelos para después de casi 6 meses parirlos muertos. Nunca nadie me enseñó

“¿Cómo olvidar?  
¿Cómo vivir el día a día?, cuando para mí eso significaba dejar ir la presencia física de mis hijos..”

cómo sobrevivir a su muerte y a no querer seguirlos a donde sea que hayan ido. Es tanto el silencio que me mutila, me devora, me deja inmóvil. Y aquí sigo quieta, como si toda mi vida se hubiese detenido esa madrugada del sábado 11

de abril del 2020. Ese escenario de soledad, indiferencia y silencio impuesto, fueron mi motivación para escribir, buscar redes y contención emocional junto a otras mujeres, en las mismas circunstancias que yo. La Escuela Autónoma de Terapia Feminista Casa Mundanas, se constituyó como mi refugio personal, en medio de una tormenta devastadora. Aquí, pude participar del curso a distancia de “Arteterapia Grupal Post Aborto”, para comenzar a elaborar mi proceso de duelo, a resignificar mi experiencia desde una perspectiva feminista, a liberar mi mente por primera vez del peso de la culpa impuesta y a entretener mis propios recursos, identificando narrativas hegemónicas en torno al aborto; usando vehículos como el arte, la música, la escucha asertiva y contención sorora de otras mujeres igual de rotas que yo, cada una en contextos diferentes pero con una valentía al mostrar su vulnerabilidad y voluntad para sanar, inquebrantable.



Por eso creo que la vida tiene esa curiosa forma de enseñarte lo que no imaginaste aprender, casi siempre dejándote vivenciar el dolor y no se detiene para nadie, ¿Por qué tendría que detenerse para mí?, te arrastra de las piernas, ya sea que quieras seguir adelante o no. Y no lo entiendes en el momento pero ese es justamente el regalo. La vida te obliga a olvidar; va colocando sutiles mensajes de fe que miras de reojo porque te resistes a dejar ir el dolor, se siente como una traición. ¿Cómo olvidar? ¿Cómo vivir el día a día?, cuando para mí eso significaba dejar ir la presencia física de mis hijos.

Y ahí vienen los aprendizajes:

Aprendí que todo se nos manifiesta desde la dualidad. Por supuesto mi Santi y mi Juli, y gracias a ellos la euforia de la felicidad y el dolor de la pérdida, el amor indescriptible y el amargo olvido, la vida como el acto más bello y bondadoso de la creación y la muerte con su profunda e inexplicable transformación. Para mí, ese es el equilibrio de la existencia.

Justamente ese equilibrio se mostró de una forma arrasadora y perfecta el 2020.

- Fue un año de sufrir mucho, de pensar constantemente en la muerte, de sentirla cerca, pero de saberme más viva que nunca.
- De empujar el umbral del dolor físico a un nivel impensado en el postparto y de aceptar soportarlo, sólo gracias a mi voluntad para recuperarme.
- De romper en mil pedazos mi proyecto de familia, para rearmarlo viviendo el hoy.
- De atravesar este duelo con distanciamiento físico por la pandemia, no pudiendo abrazar ni llorar a nuestros hijos junto a quienes más nos quieren, pero sentirme sororamente acompañada, gracias al refugio de otras mujeres-hermanas que me sostuvieron en los peores momentos.
- De deshabitar el silencio que las mujeres vivimos al abortar, sintiendo todo el peso

“deshabitar el silencio que las mujeres vivimos al abortar, sintiendo todo el peso del patriarcado que te desgarras y aísla en un abismo de culpa, donde el tabú del aborto te recuerda la exclusiva responsabilidad que tienes de llegar a ser madre sin importar ninguna de tus circunstancias. Porque para esta sociedad vales más siendo madre que sólo una mujer.”

del patriarcado que te desgarras y aísla en un abismo de culpa, donde el tabú del aborto te recuerda la exclusiva responsabilidad que tienes de llegar a ser madre sin importar ninguna de tus circunstancias. Porque para esta sociedad vales más siendo madre que sólo una mujer.

- De perseverar en la búsqueda de todas las formas posibles de sanarme y reconocermme como una sobreviviente y no una víctima de mis circunstancias.

Esa es mi fortaleza, mi armadura, mi más

preciado tesoro, porque lo aprendí de otras mujeres valerosas que me han acompañado a lo largo de este caminar, e iluminan mis días con su ejemplo, con su lucha diaria. En especial a mi diosa inspiradora, mi abuelamamá. Porque si ella pudo con la inequidad, la discriminación, la falta de educación, el peso del deber ser impuesto por su religión y el patriarcado en todo su esplendor... Yo, con todas las oportunidades que ella, ni ninguna de sus ancestras imaginaron que una mujer pudiese tener, por supuesto que sí puedo. Pero a mi ritmo, sin presiones, escuchándome, escuchando a mi cuerpo, confiando en mi intuición, en mi sabiduría interior, dejando atrás esa yo complaciente con otr@s -extraños y personas de mi familia-, para priorizar mi tranquilidad y bienestar. Bienestar que también depende de contar mi historia y la de mis hijos Santiago y Julián. Porque me niego a que no se les nombre, a que pasen al olvido, a que su existencia se reduzca a una estadística, a que mis adorados bebés simbolicen ese silencio indeseable que me remeció hasta el alma. Ello, con el único propósito de que otras mujeres que estén pasando por una situación similar sepan que no están solas, que si yo pude salir del infierno que viví, ellas sin duda también

pueden. Y, principalmente porque el poner en palabras mi aborto, sacando la voz a través de éste relato, representa para mí un rito de cierre que me permite avanzar, para así aceptar, soltar todo lo vivido y de esa forma sanar. Porque necesito y *exijo deshabitar el silencio impuesto, para reconstruirme como una sobreviviente*, más orgullosa que antes de la mujer poderosa en la que me estoy convirtiendo.

.....



# APORTES DE LA BIODANZA A LA TERAPIA FEMINISTA

Valentina Ubilla Carvajal



## A modo de introducción

Durante el año 2019 y parte del 2020 he estado participando en la formación “Terapia Feminista” que dicta Casa Mundanas en Santiago de Chile. Si bien aún no mastico, ni menos absorbo todos los nutrientes de este festín de conocimientos y vivencias, una cosa importante ya tengo más incorporada: la significancia de salir del silencio, de decir, de manifestar y de producir material que vaya aportando en la construcción y en el relato de la historia que vamos viviendo y creando las mujeres al juntarnos para aprender, crecer, profundizar, sanar y acompañarnos en nuestro despliegue día a día.

Hace más de diez años que soy terapeuta holística y casi el mismo tiempo llevo biodanzando; hace cinco que soy facilitadora del sistema biodanza y desde que me titulé en ello he gestado y sostenido grupos semanales y dictado diversos talleres sin interrupciones. Me siento una mujer que danza la vida, y el sembrar la Biodanza en los espacios por donde camino y donde veo tierra nutricia es parte de esa danza, y es lo que hoy se traduce en el objetivo principal de este escrito: traer el aporte de mi profesión, mi oficio y mi experiencia personal a esta propuesta en construcción de Terapia Feminista en Casa Mundanas de la que estoy siendo parte.

Creo, siento y voy aprendiendo que rescatar e incorporar el pensamiento feminista y su valor en el acompañamiento en procesos terapéuticos y de transformación es fundamental en la cultura patriarcal en la que estamos insertxs, cultura que por sobre todo- y como se refiere en el prólogo del libro “Femestizajes” de Yolán-

da Aguilar- utiliza la violencia brutal como herramienta de sometimiento y nos nubla en el análisis de la naturalización de formas de obediencia que se expresan y se encarnan en nuestros afectos, en nuestros deseos y en nuestros cuerpos.

Uno de los principales motivos que me impulsó a entrar a la formación en Terapia Feminista y que se ha transformado en una permanente reflexión durante el tiempo de estadía en Casa Mundanas, es ir encontrando y nutriendo el lenguaje y la propuesta de la Biodanza con los feminismos y con la terapéutica que surge de ellos y a la vez, poder rescatar los aportes de Biodanza como sistema de despliegue y transformación humana a la Terapia Feminista. Comparto este escrito, sabiendo que es una primera y breve aproximación a este proceso y que hay mucho más por delante, sin embargo también sé que todo camino empieza con un primer paso. Este es el mío.

“Uno de los principales motivos que me impulsó a entrar a la formación en Terapia Feminista y que se ha transformado en una permanente reflexión durante el tiempo de estadía en Casa Mundanas, es ir encontrando y nutriendo el lenguaje y la propuesta de la Biodanza con los feminismos y con la terapéutica que surge de ellos y a la vez, poder rescatar los aportes de Biodanza como sistema de despliegue y transformación humana a la Terapia Feminista.”

## Cuerpos, sentires y vínculos

Desde el inicio y durante toda la Formación en Terapia Feminista me fui encontrando, dentro de muchos saberes, con una nueva forma de valoración que se suma a todo lo que ha significado para mí practicar y facilitar regularmente Biodanza todos estos años: el valor de sentir y relacionarme con el mundo desde y con mi cuerpo. Algo que al inicio de este camino formativo me parecía tan obvio, se ha tornado en un darme cuenta que ha sido para mí y es creo para las mujeres, una herramienta de sanación per se.

En la introducción del libro “Calibán y la bruja”, de Silvia Federici, se menciona que desde el comienzo del Movimiento de Mujeres, las activistas y teóricas feministas han visto el concepto de “cuerpo” como una clave para comprender las raíces del dominio masculino y de la construcción de la identidad social femenina, y que más allá de las diferencias ideológicas, han llegado a la conclusión de que la categorización jerárquica de las facultades humanas y la identificación de las mujeres con una concepción degradada de la realidad corporal ha sido históricamente instrumental a la consolidación del poder patriarcal. Una de las denuncias que se manifiesta en esta obra de Silvia Federici, es que las estrategias y la violencia por medio de las cuales los sistemas de explotación, centrados en los hombres, han intentado disciplinar y apropiarse del cuerpo femenino, ponen de manifiesto que los cuerpos de las mujeres han sido los principales objetivos para el despliegue de las técnicas de poder y de las relaciones de poder: las funciones reproductivas de las mujeres, los efectos de las violaciones y el maltrato y la imposición de la belleza como una condición de aceptación social. Asociado a estos análisis y reflexiones, surge un poder que también voy comprendiendo más en profundidad y es que si bien el cuerpo de las mujeres

es un espacio de sometimiento como plantea Federici, también es un espacio de liberación y por consiguiente de sanación. Zicri Orellana, cita en su texto “Lesbianizar la intervención psicosocial” en la revista Liminales, a Germaine Greer: “El cuerpo de una mujer es el campo de batalla en el que lucha por su liberación”. Orellana en este escrito propone que un ámbito fundamental de trabajo psicosocial y comunitario, donde se tiene la posibilidad de crear y reinventar intervenciones novedosas y sentidas, es la reconexión y vinculación con el propio cuerpo, este que ha sido arrebatado históricamente por el patriarcado. Plantea que la recuperación del cuerpo implica conocerlo e identificar sus sensaciones físicas y emocionales, volviendo a una relación íntima con una misma con la finalidad de identificar el sufrimiento y amar el cuerpo tal cual es. Estoy convencida que esta recuperación y revinculación con el cuerpo requiere ser accedida desde espacios terapéuticos no puramente racionales y conversacionales, sino que efectivamente abordados y reformulados desde el mismo cuerpo, otorgando posibilidades terapéuticas de espacios corporales y vivenciales, donde la integración del cuerpo, la mente, la emocionalidad y si se quiere, el espíritu, (como una corporeidad) se “esté viviendo” en un momento presente, aquí y ahora.

Sumando a esta propuesta corporal, me es necesario convocar la potencia que desde mi mirada aporta el espacio terapéutico grupal. Resoné, en algún momento de mi camino como terapeuta, con el llamado interior de pasar paulatinamente del acompañamiento individual al grupal y mi primer acercamiento en esos años fue comenzar, en paralelo de ejercer la terapia individual, a facilitar junto a Paulina Domingo D., el Círculo de Mujeres Ttotaluna en Batuco. Luego de unos años



transitando esa experiencia comencé mi camino de acompañamiento grupal con Biodanza y hasta el momento presente es mi trabajo (y mi pasión).

Para mí el acompañamiento terapéutico grupal permite, entre muchas cosas, que cada integrante pueda saborear y visualizar la experiencia del mundo de las relaciones en un espacio elegido, seguro y acompañado, en un permanente encuentro consigo mismx y con otras personas como acto reparatorio, inspirador y sanador. Es para mí la posibilidad de recordar que la vida y la vinculación saludable van de la mano.

Yolanda Aguilar afirma, en el primer capítulo de su libro “Femestizajes”, que somos seres vinculantes, y según su mirada, nutrida por muchas otras que menciona en su obra, la totalidad de nuestras creencias, emociones y sentimientos, están dedicadas a la complejidad de relaciones, vínculos y afectos. Ella asevera que las personas en singular jamás pueden estar desvinculadas de las personas en plural, al igual que lo colectivo no tendría sentido si no existiera lo individual.

Sin embargo, expone que vivimos una gran contradicción vital de esta condición de existencia, pues muy poco o nada nos detenemos a sentir o a profundizar en estas cuestiones resultando en que vamos viviendo por inercia lo que vivimos, incluidas nuestras relaciones con otras y otros y con nosotras mismas.

Personalmente creo que uno de los grandes llamados para salir de estructuras patriarcales ancladas en nuestras vidas es volver al cuerpo y desde él reaprender a vincularnos afectivamente, no como un acto ingenuo, sino como una rebeldía vital que nos trae bienestar y nos sana.

Casilda Rodrigañez en el primer y biológico capítulo de su libro “El Asalto al Hades. La rebelión de Edipo I”, cita a Kropotkin, quien manifiesta que cada ente orgánico siente, busca un bienestar propio y lo alcanza agrupándose con otro.

En este mismo escrito la autora cita a

Margulis y Sagan quienes afirman que todos los sentires de los entes orgánicos tienen en común la búsqueda del bienestar y de la propia autorregulación en el impulso cooperativo. Ella agrega que la cooperación entre los seres vivos implica necesariamente un sentir, un sentido o un sentimiento de solidaridad para que se produzca la cooperación y que, de la cooperación que resulta de la confluencia de los diversos sentires, se produce la autorregulación, la armonía del conjunto y el bienestar buscado por cada cooperante y añade a que tanto la búsqueda del placer como la adicción al amor a la que se refieren Kropotkin o Maturana no son romanticismo ni idealismo, sino que, van en pos de la armonía de lo biológico. Y ahonda en su escrito, trayendo a Reich, a Deleuze y a Guattari, en que el proceso vital productivo per se es el proceso sexual y que el principio inmanente de nuestras vidas es el deseo.

Ligar el cuerpo, las relaciones cooperativas y solidarias, la sexualidad y el deseo es uno de los aprendizajes que tocan mi experiencia personal, y que se han profundizado en mí al biodanzar y al facilitar la Biodanza; y se han manifestado no como una linealidad, sino más bien como una gestalt que se nutre entre una y otra singularidad, generando una sensación en mí de “todo junto y a la vez”. Rodrigañez menciona en el capítulo biológico de su libro citado, que la reproducción de los seres vivos y las interrelaciones que establecen tienen un sentido de conservación y de autorregulación, lo llamado “sabiduría” de lo vivo y completa que todo lo vivo es caótico y sabio al mismo tiempo y no requiere de relaciones de poder ni jerarquías pese a su diversidad casi infinita, porque son resultado de un “movimiento cooperativo an-árquico”. La armonía de la diversidad siempre se opone y ofrece resistencia a la jerarquización.

Desde mi mirada, en estas declaraciones abordadas por las autoras señaladas,

“Personalmente creo que uno de los grandes llamados para salir de estructuras patriarcales ancladas en nuestras vidas es volver al cuerpo y desde él reaprender a vincularnos afectivamente, no como un acto ingenuo, sino como una rebeldía vital que nos trae bienestar y nos sana.”

claramente se relevan la importancia de mundos -que muchas veces aparecen en la cultura patriarcal como separados, e incluso opuestos y en pugna- que se tejen y se potencian con la misma fuerza e importancia: lo individual y lo colectivo (lo personal y lo político) y se revalorizan en ellos los sentires, las relaciones y los vínculos, el placer, el deseo, la autorregulación y la sabia y no jerárquica condición de lo vivo.

### Aportes de la Biodanza a la Terapia Feminista: vivencia, corporeidad y encuentro

La Biodanza, creada por el chileno Rolando Toro Araneda, es para mí un sistema de retorno a la vida, a esta vida que proponen todas las autoras citadas, una forma de rebelión efectiva y que dirige en quienes la practican -quizás sin quererlo- sus efectos terapéuticos a las heridas e improntas nefastas de la cultura patriarcal y todos sus dispositivos de odio, de jerarquías, opresiones y violencias, anclados en nuestros cuerpos, en nuestras relaciones y en nuestros deseos.

El sistema Biodanza es un sistema que basa su operatividad en la vivencia, que como define Rolando Toro, es una experiencia vivida con gran intensidad

por un individuo en un lapso de tiempo aquí-ahora, abarcando las funciones emocionales, cenestésicas y orgánicas.

El aporte de acceder a un espacio vivencial en cada sesión de Biodanza es para mí, tener la posibilidad de reaprender el poder sentir lo que se está viviendo en la corporeidad (cuerpo, mente, espíritu, biología, emociones, deseos, pensamientos, relaciones, vínculos) en un presente eterno, que ha sido un espacio arrebatado y sustituido por la desconexión del cuerpo y sus sentires, el adormecimiento y el adoctrinamiento sobre estos a través de violencia y el sometimiento y también con la idolatría a la mente y la razón de la cultura patriarcal. Al ser la vivencia el elemento operativo esencial del sistema Biodanza y la inducción de vivencias integradoras constituir la base del método, se van reorganizando las respuestas frente a la vida, no desde un espacio cortical cerebral voluntario, sino que sobre la región límbico-hipotalámica que es el centro regulador de las emociones, saliendo del paradigma “mentecéntrico”, e ingresando al paradigma de la corporeidad.

Rolando Toro examinó dentro de lo humano, las necesidades singulares y colectivas en diversas personas y clasificó las vivencias en cinco grandes conjuntos expresivos del potencial humano, a los que llamó “líneas de vivencia”: vitalidad (sistema neurovegetativo, homeostasis, conservación, energía para la acción, sistema inmunológico), sexualidad (erotismo, identidad sexual, orgasmo), creatividad (impulso expresivo, innovación, creatividad existencial y artística), afectividad (encuentro, vínculo, solidaridad, amistad, amor) y trascendencia (naturaleza, armonía, ecología, conciencia cósmica). Estas líneas de vivencia, trabajadas en cada sesión de Biodanza, permiten reconectar con lo biológico, el placer, los vínculos y el retorno al llamado de la naturaleza, espacios que, como se ha analizado y descrito desde las pensadoras e investigadoras feministas,



son relevantes para hacer caer los bastiones del patriarcado y que permiten acercarse a la sanación de las profundas heridas de esta cultura, de una manera integradora y afectiva en las mujeres.

Según palabras de Rolando Toro, el primer conocimiento del mundo, anterior a la palabra es el conocimiento del movimiento. La danza es, por lo tanto, un modo de ser-en-el-mundo, es “la expresión de la unidad orgánica de la especie humana con el universo”. Marcela Figueroa en su escrito “El retorno a la diosa ancestral: Un camino de integración de la feminidad sagrada desde el sistema Biodanza” menciona la extensa investigación de Marija Gimbutas quien da cuenta de la forma de vida de pueblos de la Europa Paleolítica y Neolítica entre el año 25.000 y 10.000 a.C y de su relación sagrada con la vida y la naturaleza. Estos estudios sostienen que en existió una civilización de la Diosa que era matrizica de valores igualitarios, pacífica, artística y adoradora de la deidad. Marcela Figueroa menciona, basada en Gimbutas y en Eisler que existen dibujos de mujeres danzando en pinturas de cavernas africanas y europeas que datan de la edad de Piedra. Y añade que en cada cultura se reverenciaba a la Diosa, donde las mujeres mediante rituales, bailaban en éxtasis la celebración de la energía sagrada del cuerpo y la vida; no existía la apropiación territorial, existían lugares ceremoniales en cada casa y uno principal para la comunidad; vivían en la dinámica armónica con la naturaleza, evocada y venerada en la forma de una diosa biológica. Usaban las fases de la luna, la metamorfosis de los insectos, el crecimiento de las plantas y la expresión de los animales para invocar esa armonía y sacralidad.

La sensación que me traen estas descripciones que incluyen a la danza y al baile son celebrativas y conectivas con Ixs otros y con la Naturaleza, y significativamente relacionadas a las mujeres y lo femenino.

Veo y siento que la danza, como lugar

de despliegue humano y sobre todo en las mujeres, ha sido callada. En el capítulo ‘la acumulación de trabajo y la degradación de las mujeres’ en el libro “Calibán y la bruja” de Silvia Federici ella cita a Underdown y también a Burke, quienes relatan que a comienzos de 1600, en Inglaterra, mientras se perseguía el disciplinamiento social, se lanzó un ataque contra todas las formas de sociabilidad y sexualidad colectivas, incluidas entre otros ritos, las danzas, las que alguna vez habían servido para crear lazos y solidaridad entre los trabajadores; la autora añade que estas prácticas fueron además sancionadas por leyes, promoviendo una campaña contra la «cultura popular». También se aniquilaron las procesiones primaverales organizadas con el fin de bendecir los campos y las danzas que se realizaban alrededor del Árbol de Mayo el primer día de ese mes.

No sólo se legisló en contra de las danzas y su relación con la naturaleza, el disfrute y la sexualidad, sino que, como es mencionado en el capítulo ‘La gran caza de brujas en Europa’, de este mismo libro de Federici, los juicios por brujería documentados brindan listas aleccionadoras de las formas de sexualidad prohibidas en la medida en que eran «no productivas»: la homosexualidad, el sexo entre jóvenes y viejos, el sexo entre gente de clases diferentes, el coito anal, el coito por detrás, la desnudez y las danzas. También menciona la autora que estaba proscrita la sexualidad pública y colectiva que había prevalecido durante la Edad Media, como en los festivales de primavera de origen pagano que, en el siglo XVI, aún se celebraban en toda Europa. Ella brinda una vinculación en este contexto, con la descripción que hace Stubbes en su escrito Anatomía del abuso de 1583, sobre la mencionada celebración de los mayos en Inglaterra, con los típicos relatos del aquelarre que acusaban a las brujas de bailar en estas reuniones, saltando de arriba abajo al son de los caramillos y las flautas, entregadas plenamente al sexo y a la parranda colectiva.



Es descrito por Federici allí, que una tendencia general de este periodo fue que cualquier reunión potencialmente transgresora, como encuentros de campesinos, campamentos rebeldes, festivales y bailes, fueran descritas por las autoridades como un posible aquelarre, una congregación diabólica y una ocasión para prácticas lascivas. Tal es que como aportan Muraro, Hill y Ginzburg en este capítulo, en algunas zonas del norte de Italia, ir al aquelarre se decía «ir al baile» o «ir al juego», lo que, según su mirada, da cuenta de la campaña que la Iglesia y el Estado estaban llevando a cabo en contra de tales pasatiempos y que «una vez eliminados (del aquelarre) los mitos y adornos fantásticos, descubrimos una reunión de gente, acompañada por danzas y promiscuidad sexual».

Estas persecuciones a la danza y a las mujeres danzantes, no sólo están documentadas en Europa, así, en el capítulo de ‘Colonización y cristianización’, Federici menciona, basada en Descola, que en nuestra América del Sur, los vínculos con la tierra y sus cultos, fueron destruidos o prohibidos, como forma de atacar a la comunidad, sus raíces históricas, la relación de la gente con la tierra y su

relación intensamente espiritual con la naturaleza. Menciona que los españoles, en la década de 1550, se embarcaron en una sistemática destrucción de todo aquello que se asemejara a un objeto de culto. En el texto se explicita que los ídolos fueron destruidos, los templos incendiados y aquellos que celebraban ritos nativos y practicaban sacrificios fueron castigados con la muerte; las festividades tales como los banquetes, las canciones y las danzas — sospechosas de estar inspiradas por el Diablo— fueron prohibidas y aquéllos que participaban en ellas fueron perseguidos sin misericordia. El panorama actual en muchas comunidades permanece dibujado con esta misma pluma: la persecución a pueblos originarios por fundamentalismos religiosos está presente y muchas veces asesinan, hostigan y violentan sus prácticas ancestrales y religiosidades propias.

Todas estas descripciones y hallazgos describen en parte la violencia, la destrucción y el miedo institucionalizados que han puesto en el olvido ese mundo que nos recuerdan Gimbutas y Eisler, en el que nos relacionamos en armonía con nosotrxs mismxs, con los otrxs y con nuestro entorno de formas placenteras y donde la danza era un espacio de encuentro social,



muchas veces ritual, para celebrar la vida, la comunidad y conectar con la naturaleza. Claramente el panorama que vivimos hoy con el régimen patriarcal no es placentero, ni celebrativo y entonces la pregunta de Rolando Toro que se me hace presente y que cada cierto tiempo me vuelvo a hacer es: “En un mundo como el nuestro, de hambre, genocidio, tortura, delación y abandono infinito ¿cómo es posible ponerse a bailar?”.

Él da su respuesta y su propuesta que comparto desde haberla experimentado en más de una ocasión: a primera vista, parece una inconsecuencia. Sin embargo, la propuesta de Biodanza en palabras de Toro, no consiste sólo en bailar, sino en activar, mediante ciertas danzas, potenciales afectivos y de comunicación que nos conecten con nosotrxs mismxs, con el semejante y con la naturaleza.

Rolando propone a la Biodanza como un sistema de transformación, con un componente que registra y recuerda en el cuerpo ese pasado prepatriarcal y que se rebela de alguna forma a los silencios acontecidos y sucedidos sobre las

mujeres en la historia de la humanidad: la danza.

Es enfático en que su propuesta de transformación a través de la danza no es una mera

reformulación de valores, sino una verdadera transculturación, un aprendizaje afectivo, una modificación límbico-hipotalámica. El sistema Biodanza trae una propuesta y una acción que

es transgredir los valores alienantes y totalitarios de la cultura contemporánea, y yo agrego patriarcal, con el objetivo de social y masivamente otorgar un espacio donde reconectar y restaurar nuestra vinculación originaria con nuestra propia especie, su placentera celebración y su supervivencia.

Si bien Biodanza, como ya se mencionó, tiene su inspiración en los orígenes más primitivos de la danza, es importante aclarar en palabras de Toro, que la danza, en un sentido originario, es movimiento vivencial y que es un movimiento profundo que surge de lo más entrañable del ser humano. Toro agrega que es movimiento de vida, ritmo biológico, ritmo del corazón y de la respiración, impulso de vinculación a la especie, movimiento de intimidad.

El movimiento, la danza en este sentido profundo, tiene el poder de despertar nuestros sentires, nuestro sentido de vinculación, nuestros deseos en el cuerpo que se mueve y transformar el “campo de batalla” en campo de liberación y de encuentro de un nuevo modo de vivir.

Un vivir bueno, que en palabras de Casilda Rodríguez es lo que produce placer, bienestar y se relaciona con aquello que nos es agradable.

La cultura patriarcal es una cultura sacrificial, gobernada por lo que Liliána Mizrahi en su libro “Las mujeres y la culpa” llama la lógica sacrificial y que según sus palabras, se nutre de seres a los que realmente debería cuidar: niños, ancianos, mujeres, jóvenes, discapacitados, enfermos

“El sistema Biodanza trae una propuesta y una acción que es transgredir los valores alienantes y totalitarios de la cultura contemporánea, y yo agrego patriarcal, con el objetivo de social y masivamente otorgar un espacio donde reconectar y restaurar nuestra vinculación originaria con nuestra propia especie, su placentera celebración y su supervivencia.”



mentales, homosexuales, extranjeros, prisioneros, seres humildes y desposeídos, aquellos marginales que por su edad, sexo, raza o condición social no logran ser aceptados e integrados plenamente en la comunidad, y que evidencia un mundo alterado y cosificado que revela lo esencial: renunciar a ser. Claudicar.

Biodanza viene a poner de manifiesto y rescatar una cultura donde se busque el placer y la plenitud no por un imperativo de “felicidad” sino por un resultado coherente con el reencuentro con la sabiduría biológica en el cuerpo.

La Biodanza también hace presente la importancia de la presencia hacia lxs otrxs; Rolando manifiesta que estamos demasiado solos al interior de un caos colectivista. Es enfático al desnudar que hay un modo de estar ausentes con toda nuestra presencia. Trae al tapete algo que cotidianamente sucede: en el acto de no mirar, no escuchar, no tocar al otro (y a otra), le despojamos sutilmente de su identidad. No reconocemos en él o en ella a una persona: estamos, pero le ignoramos. Esta descalificación –consciente o inconsciente- tiene un sentido pavoroso.

El encuentro con otrx y la celebración de su presencia se hace manifiesto entonces como “tal vez, la única posibilidad saludable”. Así el grupo se torna esencial en el proceso de cambio, porque permite inducir nuevas formas de comunicación y de vínculo afectivo. El grupo en Biodanza desde el enunciado de Toro, es una matriz de renacimiento, en el que cada participante encuentra continente afectivo y permiso para el cambio. La presencia del semejante modifica el funcionamiento de las personas en todos sus niveles orgánicos y existenciales.

Estas críticas explicitadas por Rolando Toro sobre la ausencia de unxs hacia otrxs y sus impactos sobre nuestras vidas, y los recursos aportados y desplegados por la Biodanza para reaprender y retomar vinculaciones afectivas originarias que promuevan un camino saludable en

nuestras vidas, desde mi punto de vista e inspirada por Zicri Orellana en su escrito “Lesbianizar la intervención psicosocial”, pueden contribuir sustantivamente en Terapia Feminista.

La vinculación entre mujeres en un espacio afectivo y cuidado, como es una sesión de Biodanza, natural, progresiva y orgánicamente va promoviendo, por una parte, el aprendizaje vivencial de que la envidia y la competencia no son los vínculos primarios entre mujeres, sino que ellos son el fruto de un sistema patriarcal perfeccionado por un sistema capitalista. Por otro lado, permite reaprender que la confianza, la lealtad, el compromiso y el cuidado mutuo entre mujeres, que ha sido nublado por siglos, son acciones que nos aportan libertad y poder de identificación entre nosotras.

Así, prácticas como el *affidamento* que Yuderlys Espinosa trae de las feministas italianas de la diferencia, o la sororidad que emplean las feministas latinoamericanas, entre ellas Marcela Lagarde, que plantean y promueven lazos de amor y solidaridad entre mujeres y que son declaradas como acciones específicas para la eliminación de la opresión y como fuente de mayor poder en las mujeres, son experiencias que surgen y son promovidas permanentemente en Biodanza.

## Palabras finales

Por último y a modo de cierre, al ser Biodanza por definición un sistema de integración afectiva, renovación orgánica y re-aprendizaje de las funciones originarias de vida, basada en vivencias



inducidas por la danza, la música, el canto y las situaciones de encuentro en grupo, creo que es una herramienta que permite acceder a los espacios de sanación que buscamos quienes realizamos acompañamiento terapéutico en general y particularmente en la terapia feminista donde hay un encuentro y una visualización del daño permanente que recibimos las mujeres, donde emergen nuestras heridas profundas, donde logramos ver nuestras fracturas cotidianas y normalizadas, y no sólo las producidas por el entorno cercano, sino por toda una cultura, por un régimen patriarcal y por todas las instituciones que lo sustentan y lo mantienen; por lo tanto, poner a disposición del acompañamiento feminista recursos que promuevan la recuperación del cuerpo y sus sentires, que se reconecten desde allí los deseos, los afectos y los vínculos con nosotras mismas, con lxs otrxs y con la naturaleza y nos otorgue acceso a esa parte de la historia que no se cuenta, esa prepatriarcal, ritual y celebrativa desde un espacio vivencial es, desde mi mirada, un aporte reparador y concreto de la Biodanza a la Terapia Feminista.

.....



## Referencias bibliográficas

- Aguilar, Y. (2019). Femestizajes: cuerpos y sexualidades racializados de ladinasmestizas. Guatemala: F&G Editores.
- Eisler, R. (1997). El cáliz y la espada. Editorial Cuatro Vientos.
- Federici, S. (2015). Calibán y la bruja: mujeres, cuerpo y acumulación originaria. 2da Edición. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Tinta Limón.
- Figueroa, M. (2018). El retorno a la diosa ancestral: Un camino de integración de la feminidad sagrada desde el sistema Biodanza. Monografía para titulación de facilitadora de Biodanza. Santiago de Chile.
- Mizrahi, L. (2003). Las mujeres y la culpa: herederas de una moral inquisidora. 4ta Edición. Buenos Aires: Grupo Editor Latinoamericano S.R.L.
- Orellana, Z. (2014). Lesbianizar la intervención psicosocial. Liminales. Escritos sobre psicología y sociedad. Vol 1. N° 6. Noviembre 2014 / 111-126. Universidad Central de Chile.
- Rodrigañez, C. (2014). El asalto al Hades: la rebelión de Edipo I. 1ra Edición. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: La Mariposa y La Iguana.
- Toro, R. Curso de formación para profesores de Biodanza: Definición y modelo teórico de Biodanza. International Biocentric Foundation.
- Toro, R. Curso de formación para profesores de Biodanza: La vivencia. International Biocentric Foundation.
- Toro, R. (2009). Biodanza. 3° edición. Editorial Cuarto Propio. Santiago de Chile.

# SOBRE LA ESCUELA AUTÓNOMA DE TERAPIA FEMINISTA

La Escuela Autónoma de Terapia Feminista es una de las áreas más importantes de Casa Mundanas, no solamente porque permite la transmisión de una perspectiva feminista en términos terapéuticos, sino también porque es un espacio que permite el desarrollo y debate de dichas perspectivas. Al estar conformada por estudiantes, profesoras y colaboradoras feministas, está en constante proceso de creación y discusión de cuestiones no solamente enfocadas a la terapia, sino a los parámetros éticos y epistemológicos que conforman nuestra visión de la terapia feminista.

Actualmente, la Escuela se divide en tres espacios formativos anuales, los cuales tienen diferentes modalidades y duraciones: la Formación en Terapia Feminista Vivencial, el Diplomado en Arteterapia y Transformación, y la Formación en



Terapia Feminista Sin Fronteras -instancia incorporada este año la cual está dirigida especialmente a terapeutas y defensoras de Abya Yala-. Cada uno de estos procesos formativos cuenta con una equipa docente diversa, que impregna de esa diversidad de conocimientos y experiencias de vida a la Escuela. A esto se suman diferentes talleres y cursos que se imparten cada año, en diversas temáticas.

Así como en las instancias pedagógicas e investigativas tradicionales se insta a la separación y despersonalización de lo estudiado en relación con nuestras historias de vida, en la Escuela Autónoma de Terapia Feminista vemos ese vínculo como indisoluble. Nuestra historicidad, nuestras experiencias y nuestro activismo es parte integral de todas las aristas de nuestros proyectos y de nuestra mirada

formativa, enriqueciéndola, dándole forma y permitiendo la horizontalidad en el aprendizaje.

Los textos que se presentan a continuación, fueron creados como tareas desde nuestras estudiantes de la generación 2020 de la Formación en Terapia Feminista y el Diplomado en Arteterapia y Transformación, donde nos ha conmovido profundamente la entrega, disposición y alto nivel de discusión intelectual que han tenido en este proceso formativo, que ha estado desde un comienzo atravesado por la pandemia y las medidas de restricción que nos han impuesto a raíz de ésta.

**Aline Richards Romero**  
**Editora Revista Mundana**

---

# MUJERES EN EL PATRIARCADO: SOBREVIVIMOS EN PARADOJA, VIVIMOS EN AUTENTICIDAD

Valentina Ansaldo Aguilar  
Pamela Díaz Palma  
Isidora Galdames Carvacho  
Daniela Torreblanca Arancibia

.....

• La subjetividad patriarcal en las mujeres está constituida de paradojas y dobles discursos que el patriarcado nos exige responder como imposición moral. Habitamos cotidiana y permanentemente estas contradicciones, lo que genera confusión y vacíos en la conformación de la participación y legitimidad de nuestro Ser en el mundo, ya que respondemos de manera simultánea a mandatos mutuamente excluyentes, generando una identidad fragmentada. Por ello, el ser insuficiente es constitutivo y predestinado para nosotras, lo que genera diversos malestares asociados a lo irresoluble de las paradojas que nos plantea la subjetividad patriarcal, la cual distorsiona la coherencia de los propios afectos: soy 'feliz' en la medida que sufro.

## Culpa: la violencia patriarcal internalizada

Al habitar estas paradojas de la subjetividad patriarcal emerge de manera artificiosa y en beneficio del patriarcado la culpa, emoción muy presente en los relatos de las mujeres que consultan en terapia y en nosotras mismas. Esta se expresa en la imposibilidad de consagrarnos en el ideal de mujer establecido, lo que genera frustración, insatisfacción y un vacío donde la culpa tiene terreno de expresión. Asimismo, se manifiesta ante la desobediencia y transgresión de la subjetividad patriarcal, en la búsqueda identitaria y por consiguiente de autenticidad, donde emerge como mecanismo de adoctrinamiento (reencuadre o correctivo) internalizado. De este modo, si una mujer percibe su incapacidad de cumplir las concepciones patriarcales, la “consecuencia merecida” es el autocastigo que nos permitiría remendarnos y “volver a ser buenas”. (Mizrahi, 2003)

Esta dinámica de autoflagelación y castigo se relaciona con lo que visualizamos como una ‘identificación con el agresor’ (Ferenczi, 1932): la figura impuesta del patriarca con facultad de emitir juicio, que es otra forma de delegarnos la limpieza de las violencias que nos han sido ejercidas con todas las consecuencias asociadas, como asumir la transgresión de nuestros límites, deseos y consentimiento, las tensiones, malestares y secuelas sexuales/agresivas de la vulneración. Tal como se espera que limpiemos la suciedad material en los espacios domésticos, asumimos la responsabilidad de las violencias que se ejercen estructuralmente en cada agresión que se nos propina a diario. Esta internalización del patriarca/agresor, permite “limpiar/purgar” la vulneración

estructural y vincular, a pesar de ser su víctima, asumiéndonos simbólicamente provocadoras y mercedoras de la violencia; incluso cuando nos defendemos somos culpables de hacerlo y castigadas por aquello, lo que sostiene el funcionamiento del patriarcado.

“Nos damos cuenta que esta dicotomía encuentra un mecanismo similar en la división binaria de los sexos y la respuesta frente a las acciones es permisiva e impune en el espacio de los hombres, mientras es altamente criminalizante y culpógeno en el de la mujer, pues hasta nuestros días, muchas son encarceladas con facilidad frente a actos de legítima defensa, debido a que pareciera ser peor defenderse que cometer actos de violencia y violación.”

En relación a lo anterior, en la cultura judeocristiana se reproducen narrativas como la del hijo pródigo que al volver arrepentido se le acoge y perdona, mientras que María Magdalena como tantas otras es duramente apedreada. Profundizando este ejemplo, tal como plantea Fanon (2010), existe una segregación geopolítica entre norte y sur global, que divide el privilegio de considerarnos ‘ser’ o ‘no ser’ (humano/as), y de igual modo se opone la respuesta social y política frente a transgresiones de las normas en cada lugar, siendo condescendiente y ampliamente menos



tanto mujeres, por el hecho de serlo (Manero y Villamil, 2003).

dura en el espacio del ser. Nos damos cuenta que esta dicotomía encuentra un mecanismo similar en la división binaria de los sexos y la respuesta frente a las acciones es permisiva e impune en el espacio de los hombres, mientras es altamente criminalizante y culpógeno en el de la mujer, pues hasta nuestros días, muchas son encarceladas con facilidad frente a actos de legítima defensa, debido a que pareciera ser peor defenderse que cometer actos de violencia y violación. Y se otorga mayor valor al despojo de posesiones materiales que a las vivencias de opresión y vulneración en nuestras corporalidades.

Ser víctima entonces, implica no cuestionar el sistema que te violenta, sino aceptar la responsabilidad, el castigo y autopropiciarlo. Es un círculo cerrado, que nos paraliza y que genera una doble vulneración. Somos socializadas para ser nuestra principal enemiga. Vale preguntar entonces ¿en qué se transforma la violencia patriarcal estructural? ¿cómo impacta nuestra salud? y entonces, si retomamos este procedimiento de ‘purga’ y limpieza a través del autocastigo, podemos identificar la amplia relación que hay con las patologías físicas y psicosomáticas fuertemente asociadas a población femenina; tales como depresión y conductas e ideaciones autolesivas/ suicidas, bipolaridad, ansiedad, fobias, estrés, migrañas, colon irritable, úlceras, fibromialgia, entre otras que se cronifican. Incluso existe relación entre los síntomas del trastorno de estrés postraumático (TEPT) que presentan mujeres que han vivido violencia machista (violación, abuso sexual, violencia doméstica, etc) y ex combatientes de guerra, lo cual evidencia la guerra estructural que habitamos en

Los anteriores aspectos se constituyen como trampas propias de la subjetividad patriarcal que anula el ser mujer, ser sujeta, negando la capacidad de autodefinirse o autodeterminarse, invisibilizando en la narrativa personal logros, apropiaciones, satisfacciones y resistencias.

### Ilusorio callejón sin salida

Algunas de las paradojas que se presentan en este tipo de subjetividad es el ‘deseo’ de ser salvadas v/s la independencia anhelada (Dowling, 1982). Esto se contextualiza en una sociedad patriarcal que condiciona la existencia de la mujer a la sobrevivencia ante el constante riesgo de vivir, donde se nos educa a no ser agredidas o violadas, lo que provoca la conformación de una psiquis en estado constante de alerta que, de ser posible una agresión, la responsabilidad de la misma recae en nosotras. Lo anterior, inhibe nuestras posibilidades de autonomía y desarrollo.

En este contexto de riesgo se nos impone la heterosexualidad obligatoria (Rich, 1980), como una ilusoria forma de ser protegidas por un hombre o figura patriarcal que nos podrá otorgar certezas, seguridad y estabilidad. De este modo, la ilusión se completa en la creencia de que debemos cuidarnos de la amenaza de los hombres, hasta que sea un hombre quien nos pueda proteger de ellos mismos.

Al mismo tiempo en que se crea este deseo de ser salvadas del riesgo, el capitalismo nos exige ser mujeres ‘independientes’ desde la funcionalidad y afectividad, que puedan realizar múltiples tareas y labores simultáneamente, pudiendo sostener a los otros y a sí misma sin posibilidad de expresar agotamiento, desgaste o límites al respecto. En este sentido, nos toca ser capaces de consolarnos a solas, restando

“la dificultad de haber sido socializadas para desconfiar de nosotras mismas e insegurizarnos de nuestras propias señales de alarma, de nuestros límites y voluntad; llevándonos a confusiones cuando debemos discernir si un hecho es violento o no, es justo o no, es nuestra responsabilidad o no, y si lo deseamos o no.”

urgencia al dolor, la rabia, la confusión, pues nuestras reacciones socioemocionales, cuales molestias o también ‘suciedades’, debemos sanitizar.

Por otro lado, encontramos otra paradoja que dice relación con el deber moral de darnos cuenta y visibilizar la violencia patriarcal en las relaciones v/s tener que vivir en carne propia sus consecuencias. En este sentido, algunas mujeres creen que deben salir de estas bajo la presión y convencimiento del “amiga date cuenta”, que las responsabiliza de la violencia vivenciada y las invita a hacerse cargo en soledad de su supervivencia luego del término del vínculo. Pero a la vez, viven por parte del agresor manipulación psicológica, humillaciones, desvalorizaciones, amedrentamientos, etc., lo que genera inseguridad, sensación de incapacidad, y la contemplación de un escenario engañoso, confuso, atemorizante y de doble vínculo (protección-agresión; confianza-temor, aprecio-desprecio, etc) que inhibe su posibilidad de decidir.

### Devenir auténticas

“Pienso que la salud de las mujeres sufre, sobre todo, de una falta de afirmación de sí y de una definición prohibida o imposible de sí como sujetos y objetos por y para ellas mismas. Están privadas de un orden subjetivo que unifique su vitalidad corporal.” (Irigaray, 1988: 100)

Consideramos con lo anterior, que el camino de ser auténticas, parte de la dificultad de haber sido socializadas para desconfiar de nosotras mismas e insegurizarnos de nuestras propias señales de alarma, de nuestros límites y voluntad; llevándonos a confusiones cuando debemos discernir si un hecho es violento o no, es justo o no, es nuestra responsabilidad o no, y si lo deseamos o no. La industria cultural, la educación, la familia, manipulan nuestros deseos, percepciones y hábitos. Ser mujer significa tener cautela de ser tú misma, el deseo femenino es peligroso, por lo que somos castigadas y reprochadas cuando somos auténticas, presionándonos a seguir el camino conocido, la normalidad, el molde prefabricado; de esta manera resulta muy difícil elaborar un camino nuevo, propio y “sin permiso”, el cual implica asumir todas las consecuencias y castigos, sobrevivir desde cada una.

Históricamente hemos sido mentalizadas para sobrevivir desde y para otro, mientras a los hombres se les permite la experiencia -también ilusoria- de independencia, donde pueden salvarse a sí mismos. Decimos ilusoria, ya que en realidad aquello es romantizado e idealizado desde el cinismo de una cultura que les privilegia, honra y enaltece, mientras que las mujeres y corporalidades no hegemónicas se encargan de resolver sus problemas, asumir sus culpas y limpiar los vestigios que puedan ensuciar su heroica imagen, mientras ellos siguen el camino que les hemos armado, no tienen de qué salvarse pues saldrán victoriosos de todas

formas; como sobrevivientes, mártires o astutos sorteadores de dificultades. Esto nos recuerda que como mujeres hemos estado presentes siendo fundamentales aunque invisibilizadas, sobreviviendo y resistiendo, pese a ser omitidas en el relato oficial. Por ejemplo, en las guerras hemos estado presentes como enfermeras y encargadas de los más amplios y antojadizos requerimientos de las tropas, como también tomando las armas, y más allá de la guerra estando a cargo de resolver todos los asuntos que sustentan la vida.

Para terminar, queremos señalar la importancia de mirar nuestras vulneraciones, opresiones y sensibilidades, lo que implica observar nuestros síntomas, dolores e incomodidades como herramientas de autoconocimiento que nos permitan reconstruir nuestro lugar, hacia uno escogido, satisfactorio y placentero, que trascienda las paradójales presiones de la asignación del rol de mujer patriarcal; integrarnos y renunciar a la disociación entre nuestro deseo y el cumplimiento de roles asignados. Lo anterior, implica renunciar a ser cómplices desde la negación, subvaloración y la culpa, comprendiendo que estos mecanismos son parte de una violencia estructural que podemos deconstruir en el encuentro colectivo conformando otras narrativas que resignifiquen nuestros deseos, nuestras epistemologías, identidades y caminos, asumiendo que aquella voz auténtica en esencia será rupturista y destruirá las imposiciones, ya que éstas se han construido en torno a acallar lo que somos. Dejar de mirarnos desde los ojos que nos desprecian, es dejar de mirarnos al espejo de la figura patriarcal, renunciando también a asumir la imagen paradójal, culpógena e insufrible que nos proyecta.

.....

## Referencias bibliográficas

- Dowling, C. (1982). El complejo de cenicienta. El miedo de las mujeres a la independencia. Barcelona: Círculo de Lectores.
- Fanon, F. (2010). Piel Negra, Máscara Blancas. Madrid: Akal.
- Ferenczi, S. (1932). Confusion of tongues between adults and the child, *International Journal of Psychoanalysis*, Núm.30, Pg. 225 - 230.
- Irigaray, L. (1992). Yo, tu, nosotras. ¿Qué o quién es tu salud?. Pg. 97 - 101 Madrid: Ediciones Cátedra.
- Manero, R. & Villamil, R. (2003). El síndrome de estrés postraumático y las víctimas de violación. *Psicología y Salud*, Vol. 13, Núm. 1, Pg. 27 - 37.
- Mizrahi, L. (2003). Las mujeres y la culpa. Herederas de una moral inquisidora. Buenos Aires: Grupo Editor Latinoamericano.
- Rich, A. (1980). Heterosexualidad obligatoria y existencia lesbiana.

# CULPA, DESEO Y CUERPA

Una  
invitación a  
la reflexión  
para y entre  
nosotras

Sandra Díaz Contreras  
Valeria Monsalves Reyes  
Paula Muñoz Zambrano

---

• Nos invitaron a reflexionar y nos encontramos leyendo a mujeres, dialogando y compartiendo entre mujeres, encontramos similitudes en vivencias y las reflexiones fueron aportando a generar(nos) nuevas posibilidades. Por esto ahora la invitación es para ti, a reflexionar desde y para nosotras, partiendo de algunas tensiones que tenemos en común, y de seguro al leer identificarás muchas otras en ti, con tu grupo de amigas, con el taller que tomas, con el o los grupos al que perteneces, con tu madre...

*Valeria, Paula y Sandra*

## 1. Tensión entre los deseos propios y la subjetividad patriarcal

*La libertad exige que seamos auténticas, sinceras, con nosotras mismas (...) cuando iniciamos el proceso de separación de los personajes que tienen autoridad sobre nosotras para apoyarnos sobre nosotras mismas, descubrimos que los valores que considerábamos como nuestros, no lo son* (Complejo de Cenicienta pág. 14).

Existe en nosotras una constante **tensión entre los deseos propios y los valores patriarcales**, es decir, la dicotomía entre expresar nuestra “autenticidad” y el “deber ser femenino” que de forma incesante invisibiliza y silencia nuestra existencia, nuestros relatos. Porque sacar nuestra voz implica una ruptura, un quiebre doloroso que aparentemente nos deja solas, ¿quizás porque hemos esperado siempre que nos vengán a salvar?, ¿quizás con la sensación de abandonar a quienes cuidamos? este conflicto (...) crea una ambivalencia crónica y desgasta (El deseo de ser salvada, pág. 27).

*Su cabeza les decía que todo lo que necesitaba -o habían necesitado alguna vez- era libertad. Sin embargo, emocionalmente, daban muestras de sufrir profundos conflictos íntimos.* (El deseo de ser salvadas, pág. 33).

Esta tensión la padecemos de diversas formas, principalmente en conflictos emocionales y en nuestras cuerpos, porque tenemos incorporado un mecanismo represor que nos dicta que la independencia, el querer crear nuestros propios significados y formas de estar en el mundo, están fuera de nuestro alcance, impidiendo o poniéndonos obstáculos, a veces insalvables, para llevar a cabo un proceso de transformación hacia nosotras mismas, porque *sistemáticamente se enseña a las mujeres que tienen una salida, que algún día, de algún*



“¿te han dicho “siéntate como señorita”? ¿cómo es sentarse “como señorita”? ¿será igual que reírse, toser, vestirse, andar, trabajar, relacionarse “como señoritas”? es estar comprimidas, constreñidas, silenciosas, susurrantes, ¿Tendrá alguna relación con nuestra salud física?”

*modo serán salvadas* (El deseo de ser salvadas, Pág. 16).

### 1.1. ¿Cómo habitamos la cuerpo?

Hagamos un pequeño ejercicio, ¿estás leyendo esto en el metro, en la micro, en un colectivo? ¿cómo estás sentada? ¿cómo utilizas el espacio? ¿cuánto de él estás ocupando? seguramente hay algún hombre cerca tuyo ¿se sienta igual que tú?, ¿te han dicho “siéntate como señorita”? ¿cómo es sentarse “como señorita”? ¿será igual que reírse, toser, vestirse, andar, trabajar, relacionarse “como señoritas”? es estar comprimidas, constreñidas, silenciosas, susurrantes, ¿Tendrá alguna relación con nuestra salud física?

*¿Cómo definir la salud de las mujeres? Casi nada en la sociedad actual les permite ser sujetos femeninos sexuados...*

*¿Cuál es, entonces, la posible definición de su equilibrio? ¿No se encuentran a menudo algo enfermas?(...) Cómo no estarlo cuando no existen lugares para afirmarse como yo, mientras, por el contrario, tiene que soportar continuamente las afirmaciones de otros. en discurso, en imágenes, en actos, particularmente con una utilización mercantil de sí (...) en los mercados del arte, la industria, de la publicidad, de los medios de comunicación con la aprobación de los estados y el silencio de las instancias morales y religiosas sobre este comercio* (Yo, tú, nosotras. pág. 97)

La autopercepción de nuestras cuerpos, entre la flacidez de un “cuerpo normal”, y la “belleza pétrea” de aquellas cuerpos secuestradas “voluntariamente” al servicio de la industria, se manifiesta la lucha perversa donde la mayoría de las mujeres odiamos y/o rechazamos nuestras cuerpos, desconectándonos de nuestros propios deseos, de nuestro placer, de nuestra autonomía, desconociendo y negando nuestros orígenes étnicos y de clase, compromete-



tiendo nuestra salud física y mental. Es así cómo no solo el estereotipo de feminidad nos ha colonizado, intentando desterrar-nos de nuestros orígenes, apropiándose de nuestras cuerpos, de nuestra historia, dejándonos adormecidas, desorientadas, perdidas de nosotras, de nuestros sentires y por tanto, más propensas a padecer.

*“Aprendemos el desprecio a nosotras mismas, fuente de todas las violencias (...) Se incrementa el masoquismo, la conversión de sentimientos hostiles en síntomas y en un sentimiento de culpa indefinido que nos condena a bloquear nuestras actividades sanas”* (Las mujeres y la culpa, pág. 36).

Cuántas veces hemos escuchado a mujeres y a nosotras mismas, que nos sentimos sanas y lindas, solo cuando estamos “flacas”, “fitness” y por supuesto “blancas” y/o “rubias”. A través de prácticas históricas de misoginia, han querido separarnos de nuestro placer, porque pareciera que una mujer conectada con esto es una mujer diabólica, bruja, un ser inabarcable, y el patriarcado nos necesita obedientes, dependientes y débiles.

¿Cómo nos recuperarnos? ¿cómo retornamos a un encuentro amoroso con nuestra corporalidad? ¿cómo equilibramos aceptar

la diferencia de nuestras cuerpos? ¿cómo extirpamos a este intruso?

## 1.2. “Cuerpa como envase reproductor”

*Me desplomo. Desaparezco en esta larga tristeza. Soy una sobreviviente de esa irremediable unión naturaleza-mujer, cuerpo para otros, huérfana sin refugio* (Las mujeres y la culpa. pág. 53)

La romantización y naturalización de la fertilidad como eje principal de nuestra construcción-mujer, comprendida desde el patriarcado, como la esencia de ser mujer, y a ojos de la medicina como sinónimo de salud, lleva a muchas a resistir constantes enfermedades, síntomas y dolores físicos, que tienen como solución única el sometimiento a tratamientos hormonales, como el camino obvio o único, sin tener la posibilidad real de elección, por ejemplo, en el ámbito de anticoncepción, porque es casi impensable que un hombre asuma esa responsabilidad. La cuerpa de nosotras las mujeres se configura, entonces, como un portador/ creador de hijos e hijas y también como un objeto al servicio del placer masculino, que se debe ajustar desde el silencio que mutila, maquilla y oprime, justamente a este deseo que no es nuestro.

Una vez más se alimenta la alienación con respecto a nuestros ritmos biológicos,



con la pérdida de información de nosotras cuando nos desconocemos, nos homogeneizamos, borramos nuestros cambios, manteniéndonos funcionales para un otro, mintiéndonos y negándonos a nosotras mismas.

La maternidad se configura como único deseo y camino de realización. La experiencia de no poder ser madre se vive en muchos casos, con una profunda tristeza que viene a cuestionar la identidad y existencia completa de ser mujer, dejándonos aparentemente sin alternativas “felicis”, sino que solo con premios de consuelo, bajo la creencia de la vida incompleta donde “no me pude realizar como mujer”.

“la  
baja estima; la  
contradicción entre no  
creer en nuestras capacidades  
y voluntad para modificar  
nuestra realidad y la vergüenza  
que emerge al reconocer  
nuestro valor personal, ese  
miedo culpa por ser y a su  
vez no estar siendo lo  
que se espera.”

La imposición de la maternidad como rol único de las mujeres, nos ha remitido a la acción dentro de un mundo privado, de lo netamente doméstico (crianza, educación, alimentación, etc.), agotando nuestra energía, nuestra expresión de creatividad en el mundo, y por tanto, nuestra participación en el mundo de lo público. Porque se ha naturalizado el rol de madre, llevándolo a un estatus divino, apropiándose de nuestra humanidad, con cualidades como la abnegación y la bondad, alabando nuestras competencias para maternar, tanto que hemos terminado por creer que solo en este

rol podremos desplegar nuestro potencial. Pero cuando intentamos expresarnos desde nuestra propia subjetividad, al pensarnos competentes para desempeñar actividades fuera del espacio del hogar, ¿qué pasa? ¿qué pasa si en vez de ser madre quiero estudiar? ¿qué pasa si dejo a mis hijos o hijas con el padre? ¿qué pasa si quiero ejercer un cargo público, o ser mecánica de autos? Reproches, satanización, “eres egoísta”, “no te has enamorado” “te vas a arrepentir” “¿por qué quieres cambiar si lo tienes todo?” “te vas a perder de lo más hermoso de ser mujer”, “te vas a quedar sola”, “pero si él te mantiene ¿por qué quieres trabajar afuera?”, y entonces viene la culpa.

## 2. La culpa

La fetichización de la culpa expresa la profundidad y el alcance del poder represor sobre nuestras conciencias individuales (dando) continuidad a la represión incorporada y construyen(do) arduos complots contra sí mismos(as). (Las mujeres y la culpa, pág. 41-42).

Y ¿Si mejor no lo hago? ¿Si mejor no me cambio de pega? ¿Si lo dejo y me quedo sola? ¿Si al irme mis hijas e hijos creen que soy mala madre? y ¿Si lo denuncio y me deja? y ¿Si no soy capaz sola? y ¿Si no encuentro dónde vivir? ¿Y si no estoy tan presente seré mala? ¿Si no puedo con el cargo? ¿Si me independizo y me va mal?

Todas estas preguntas muestran que a la base del sinnúmero de cuestionamientos está el desmerecimiento; la baja estima; la contradicción entre no creer en nuestras capacidades y voluntad para modificar nuestra realidad y la vergüenza que emer-

<sup>1</sup> Esta reflexión no surgió a partir de la siguiente cita del libro Las mujeres y la culpa de Liliana Mizrahi: “no somos ni una cosa ni otra y estamos ahí sin ser ni llegar a ser. Nuestra hibridez específica reside en esta “carencia de ser”. Disociadas entre lo que somos, lo que deseáramos ser y lo que creemos que deberíamos ser” (pág. 43)

ge al reconocer nuestro valor personal, ese miedo-culpa *por ser*<sup>1</sup> y a su vez no estar siendo lo que se espera.

La culpa homogeniza nuestro ser mujer, marcando un camino estándar, único, opacando y negando nuestra diferencia, nos invisibiliza, y aparece esa tensión que hablamos en el comienzo, porque nuestro interior pulsa por mostrarse, mientras juzgamos esta diferencia como algo negativo, malo, autoflagelándonos en el silencio, entonces, nos enfermamos, nos enfermamos de la rabia, nos enfermamos por no ejercer o creer en nuestro poder, por no darnos autoridad, nos maltratamos, y negamos, dudamos y lo manifestamos en ansiedades, en dolores de cabeza, de estómago, en el miedo en nuestras piernas que se traban y en el nudo en la garganta envuelto de tristeza y finalmente en una incapacidad que no nos permite movilizarnos, porque no estamos respondiendo por un lado el estereotipo de feminidad, y por otro a nuestra autenticidad, por ende, la culpa es un mecanismo de control que nos fragmenta y maltrata.

¿Dónde y cómo vamos aprendiendo este mecanismo?

## 2.1. La culpa y la madre

***La culpa ataca nuestra autonomía verdadera. Incrementa nuestra vulnerabilidad. Estimula la dependencia infantil y la despreocupación inmadura ante la realidad.*** (Las mujeres y la culpa. pág. 46)

Como dijimos, la naturalización, romantización y divinización de la maternidad como rol único de nosotras, ha mermado los espacios reflexivos y de acción de las mujeres, por lo tanto nos deja en una posición de vulnerabilidad, de dependencia y temor al mundo externo. Este miedo se traspasa de madre a hija de forma inconsciente, reprimiendo cualquier intento por

zafarse de ese destino.

***Se trata de un dilema para las hijas criadas en el patriarcado. El anhelo de ser tú misma y el anhelo de ser cuidada se convierten en necesidades que compiten entre sí—parece que tenemos que elegir entre una de las dos.*** (La ruptura del linaje materno y el precio de volverse auténtica. Pág. 1)

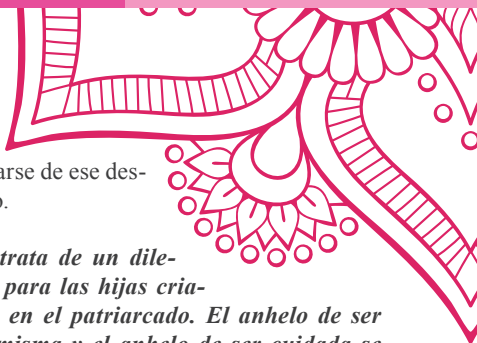
Por eso, presenciar el dolor de nuestras madres cuando no respondemos a la feminidad, presenciar cómo se quiebra y se hierde, le hierde nuestra autenticidad, no solo nos hace sentir culpables, sino que responsables de su sufrimiento, ¿puedo ser feliz si mi madre no lo es? ¿la estoy traicionando? ¿la estoy decepcionando?

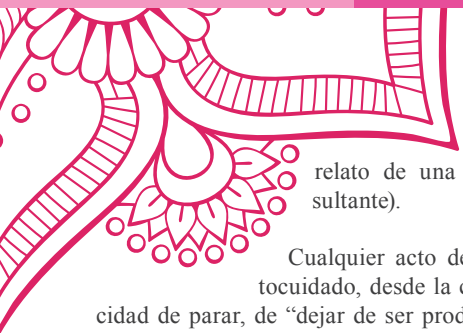
***La presión de tu madre para que no crezcas depende principalmente de dos factores: 1) el grado en que ella haya internalizado las creencias patriarcales limitantes de su propia madre; y 2) el alcance de sus propias carencias por estar divorciada de su yo verdadero. Estas dos cosas mutilan la capacidad de la madre de iniciar a su hija a su propia vida.*** (La ruptura del linaje materno y el precio de volverse auténtica. Pág. 1)

¿Cómo rompemos con esto, sin sentir culpa? ¿sin sentir que dañamos a nuestras madres? ¿acaso somos egoístas si ponemos límites, si pensamos en nosotras? ¿acaso es egoísta crear otros proyectos de vida?

## 2.2. La culpa del autocuidado

Mi gran logro, fue un día que tenía que hacer las labores domésticas, me quedé sentada viendo tele y no hice nada, me eché sobre el sillón 15 minutos... (extracto de





relato de una consultante).

Cualquier acto de autocuidado, desde la capacidad de parar, de “dejar de ser productivas”, de sentarse y quedarse “haciendo nada”, quedarse acostada un sábado, hasta teñirse el pelo, ir a terapia o salir solas, nos remite a la culpa ¿soy egoísta? ¿Merezco este espacio para mí? porque si no respondemos a esta mujer manantial de vida y de males, hembra portadora de culpas o dones, elevada al cielo (Las mujeres y la culpa. Pág. 32), somos arrojadas al infierno de la culpa. Nuestro “ser-para-sí” se transforma en “ser-para-otros” y/o “ser-contra-sí”. Nuestra conciencia manipulada se vuelve contra nosotras mismas (...) Aprendemos el desprecio a nosotras mismas, fuente de todas las violencias. La violencia contra nosotras mismas es una forma de expiación y penitencia (Las mujeres y la culpa. pág. 36).

En la naturalización de la servidumbre de las mujeres, muchas de nosotras cuando queremos detenernos, debemos explicarle a un otro (especialmente a las parejas, hijos e hijas) que el cuidado y las labores domésticas no son de nuestra exclusiva responsabilidad, lo que, otra vez, nos genera culpa, auto-reproche, incluso si esta situación es comprendida por los demás.

El tiempo dedicado a este servilismo nos ha expropiado el tiempo para nosotras, para sentirnos, pensarnos, reflexionarnos, compartir con otras, porque estamos agotadas, cansadas, sin energía psíquica para iniciar cualquier proceso de transformación.

Es tan profundo el sentimiento de culpa, que esta duda sobre cuán egoístas somos,

“El tiempo dedicado a este servilismo nos ha expropiado el tiempo para nosotras, para sentirnos, pensarnos, reflexionarnos, compartir con otras, porque estamos agotadas, cansadas, sin energía psíquica para iniciar cualquier proceso de transformación.”

surge aun cuando somos víctimas de violencia física, psicológica, sexual, económica, la culpa por denunciar, por querer liberarnos, por querer cambiar. Culpa, por la sanción moral hacia nosotras, culpa por la sanción hacia el otro abusador, culpa por pensar en nosotras, por pensar en nuestra sanación, porque nuestro rol es ser obedientes y abnegadas, el silencio es el espacio que nos han destinado.

La culpa impide nuestra propia exploración, merma y debilita nuestra autonomía, nos detiene, nos escinde de nosotras y pone el foco en los demás, porque *la ética de la sumisión a un orden doméstico y burocrático obstaculiza la búsqueda de nuestra verdadera identidad* (Las mujeres y la culpa. pág. 46).

Un ejemplo sencillo; cuando surgen prácticas o espacios de autocuidado, aparecen más satisfactorias aquellas ligadas al mantenimiento de la feminidad o la belleza, como ir a la peluquería, depilarse, hacerse la manicura o comprar ropa, esos “cariñitos”, pareciera que son los únicos espacios que tenemos permitidos para realizarlos solas, sin embargo, ¿qué ocurre con los espacios de reflexión personal y con otras mujeres? ¿qué pasa con los espacios políticos, de organización colectiva? ¿No son espacios



de autocuidado también aquellos donde desplegamos nuestras ideas, aquel lugar donde nos permitimos diseñar y rediseñar cuantas veces queramos la propia vida y la de nuestras compañeras? ¿no es el autocuidado un lugar para el auto-concimiento, para el reconocimiento de nuestra historia común como mujeres? Nosotras creemos y sentimos que sí, pero desde la cultura patriarcal se nos ha impuesto la lógica de la feminidad como consumo principalmente estético, alejado del pensamiento y actuar colectivo y político.

### Hacia una terapia feminista... el camino de la autenticidad

*La salud de las mujeres sufre, sobre todo, de una falta de afirmación de sí y de una definición prohibida o imposible de sí como sujetos y objetos por y para ellas mismas* (Yo, tú nosotras. Pág. 100).

Consideramos que cada vez que surge pulsante la necesidad de cambio, de nuestra búsqueda de la expresión genuina y auténtica de nuestro ser individual y del colectivo mujeres, el miedo arremete como un sonido estruendoso que nos paraliza y nos hace retroceder; surge la tensión y la culpa que nos hace regresar solas al sendero patriarcal y nos aferrarnos a esa conciencia alienada que se manifiesta a través de su cosificación, estimulada por el sistema represivo, deseando ser protegidas y salvadas, delegando nuevamente nuestro poder creador y modificador.

Es por ello que cada vez más comprendemos que nuestro rol de acompañantes de procesos de cambio y transformación debe orientarse a esclarecer estos grilletes invisibles, los corsés de nuestra época, desmantelar el relato oficial patriarcal, para promover y energizar el cambio de deseos al ir recuperando el encuentro con la propia voz, con la propia cuerpo y deseo, reco-

nociedo su-nuestra autoridad para crear la propia narrativa.

Dejando por fin de ser *esta mujer definida por una imposible dialéctica que lentamente teje la trampa de su propia locura* (Las mujeres y la culpa. pág. 55).

Propiciar los espacios de reflexión, no solo entre terapeuta y consultante, sino entre nosotras las mujeres, es nuestra labor, reconocernos entre nosotras, como medida del mundo<sup>2</sup>, como compañeras en la construcción de un nuevo orden simbólico, desde nuestro lenguaje, nuestras lógicas, nuestras *actancias*<sup>3</sup>, nuestras formas de relacionarnos, lejos de toda idea de reciclaje patriarcal.

Esa es nuestra invitación.

<sup>2</sup> El concepto lo oímos la primera vez en clases sobre el feminismo de la diferencia (quienes acuñaron el término), dentro de la Formación en Terapia Feminista de Casa Mundanas en 2020: "La autoridad consiste, pues en reconocer a otra u otras mujeres como medida del mundo, como mediadoras con lo real".

<sup>3</sup> Margarita Pisano en su libro "El triunfo de la masculinidad", propone el término actuación feminista como la amistad política entre mujeres que deconstruya, a su vez, la misoginia y la traición entre nosotras. Reconociendo nuestras capacidades, saberes, autoridades, autorías, nombres y apellidos. Como una alternativa de y para nosotras a la "militancia", que en sus palabras es masculina y patriarcal. Es una invitación a re-simbolizar nuestro compromiso político.

## Bibliografía

- Dowling, Collete. (1982). El deseo de ser salvadas. En El complejo de cenicienta (pp. 13-34). Barcelona: Ediciones Grijalbo.
- Irigaray, Luce (1992). ¿Qué o quién es tu salud?. En Yo, tú, nosotras. (pp. 97-101) Madrid: Ediciones Cátedra S.A.
- Mizrahi, Liliana. (2003). Las mujeres y la culpa: Herederas de una moral inquisidora. En Las mujeres y la culpa. (Pp. 29-58). Buenos Aires: Grupo Editor Latioamericano.
- Pisano, Margarita (2001). El triunfo de la masculinidad. Abril 12, 2021 de sitio web <http://www.mpisano.cl/el-triunfo-de-la-masculinidad/>
- Webster, Bethany . (2014). La Ruptura del Linaje Materno y el Precio de Volverse Auténtica. Septiembre 10, 2020, de Mujer cíclica sitio web: <https://mujerciclica.com/2015/11/27/la-ruptura-del-linaje-materno-y-el-precio-de-volverse-autentica/>

## Bibliografía consultada

- Clases de Formación en Terapia Feminista (Marzo 2020- Enero 2021). Santiago. Casa Mundanas.



# LA CULPA, LA MADRE Y LA DEPENDENCIA

*Subjetividad patriarcal y deseos de transformación en los acompañamientos psicoterapéuticos*

Camila Martínez Ortega  
Tatiana Lillo Navarro  
Jendery Jaldin Espinoza

---

En el presente ensayo, realizamos un análisis reflexivo que conjuga nuestro ejercicio como psicoterapeutas con los pensamientos de Colette Dowling, Marcela Lagarde, Liliana Mizrahi, Margarita Pisano y Bethany Webster, respecto de tres conflictivas que nos parecen centrales al momento de abordar la subjetividad patriarcal y el malestar de las mujeres: La relación entre madre e hija, la conflictiva y tensión entre dependencia e independencia y el sentimiento de la culpa.

Al escuchar en el acompañamiento psicoterapéutico los motivos de consulta de distintas mujeres que inician un camino de transformación y sanación, aparecen como

recurrentes las conflictivas y tensiones entre cumplir con las expectativas socioculturales del “ser mujer” y el deseo de autenticidad, fuera de los mandatos patriarcales. Dichas tensiones parecieran estar en la base de los malestares y expresiones más verbalizadas en los acompañamientos, relacionadas con sentimientos de inferioridad e inadecuación, angustia, dependencia, miedo, inseguridad, bajo sentido de autoeficacia, autoestima disminuida, entre otros.

A continuación se profundizará en las conflictivas anteriormente mencionadas, en conversación con las distintas autoras, deseando ser un aporte a la reflexión y práctica de una psicoterapia feminista.

## La relación madre-hija

Un aspecto central al hablar sobre la posibilidad de las mujeres de alcanzar la autenticidad o lograr transformaciones en sus vidas es el vínculo madre-hija.

La relación con la madre, al ser uno de los vínculos primarios de todo ser humano, está cargada, desde sus orígenes, de un sentido ideal respecto de lo que es una “buena relación”, específicamente respecto de lo que debiera ser una “buena mujer o una buena madre”, que históricamente ha sido definido desde el patriarcado como aquellas mujeres capaces de brindar amor y cuidados de manera incondicional y sacrificada, pasando incluso por sobre ellas y sus necesidades. Con tan altas expectativas puestas en este rol, sin duda que cuando no son alcanzadas se generan dolores y conflictos, que acarrearán de inmediato sentimientos de culpa, y

refuerzan además ideas sobre la existencia de “malas madres”, como aquellas que no cumplen con estas expectativas.

La relación madre-hija, así como otras relaciones entre mujeres, se ve atravesada por una cultura que instala y refuerza dinámicas de competencia y pugnas de poder, por lo cual, revisar y sanar esta relación es necesario para poder construir vínculos más sanos también con otras mujeres. Si nos alejamos de esta idea impuesta de la madre incondicional, podemos acercarnos a mirar a las madres de una forma más genuina, es decir, como mujeres que también fueron criadas en esta cultura, y por lo tanto, cargan con sus propias carencias, infiernos y dolores por sanar.

“La relación madre-hija, así como otras relaciones entre mujeres, se ve atravesada por una cultura que instala y refuerza dinámicas de competencia y pugnas de poder, por lo cual, revisar y sanar esta relación es necesario para poder construir vínculos más sanos también con otras mujeres.”

Como menciona Bethany Webster (2014) en el texto *La ruptura del linaje materno* y el precio de volverse auténtica, “*observar que las madres han sido quienes han transmitido los valores de esta cultura patriarcal a sus hijas, implica reconocer que ellas mismas encarnan estos valores*”. Asimismo, la “madre patriarcal” inculca en su hija los mismos mandatos que a ella la han atrapado, como el deber ser “buena hija”, el ser complaciente o el ser para otros. Intentar salir del lugar asignado de “buena hija” también puede ocasionar tensiones en la relación madre-hija.

Es necesario identificar en las madres su rol (aprendido) de “madre patriarcal”, no con el afán de sancionarlas, si no para reconocer que esa “*ruptura, es una señal de impulso evolutivo de separar los hilos patriarcales de nuestro linaje materno, de romper la atadura inconsciente a nuestras madres que ha potenciado el patriarcado y ser iniciadas en nuestras propias vidas*” (Bethany Webster, 2014)

Sanar la relación madre-hija permitirá a las mujeres crecer y transformarse, implica además, querer salir de la dicotomía entre “*el anhelo de ser tu misma y el anhelo de ser*”  
cui-



dada como categorías que compiten entre sí” (Bhetany Webster, 2014). Significa abrir la puerta para dejar de exigir a nuestras madres aquello que tal vez no pueden brindar por sus propias historias no resueltas y creer en la fortaleza que tenemos como mujeres.

Cabe señalar, que antes de poder ver esta potencia que somos como mujeres, es necesario mirar las heridas o carencias y hacer el duelo por aquello que anhelamos y no obtuvimos (“la buena madre”, los cuidados requeridos, el amor incondicional). O incluso por los dolores de nuestra madre y las mujeres de nuestro linaje, de cuya sanación no podemos hacernos responsables, pero indirectamente contribuimos a su sanación al romper dinámicas enfermas y arraigadas por largo tiempo. Como dice la autora *“el proceso de sanar la herida de la madre implica hallar tu propia iniciación al poder y propósito de tu vida”* (Bhetany Webster, 2014)

Asumir como mujeres y hacerse cargo de sanar los dolores y heridas surgidas en la relación madre-hija se torna imprescindible para acercarse a la transformación de la vida y conectar con los deseos de mujeres, que al reconocer y abandonar las intervenciones patriarcales señaladas, puedan establecer vínculos más sanos, amorosos y de cuidado en todos los ámbitos, en particular con otras mujeres y consigo misma.

## La Culpa

El sentimiento de culpa aparece frecuentemente en las narrativas de las mujeres tanto en conversaciones entre amigas como en los acompañamientos psicoterapéuticos. En general, las mujeres sentimos culpa de ser, pensar y hacer, en el sentido de juzgar, criticar e invalidar nuestro mundo interno, en tanto deseo, pensamiento o acción, que nos movilice a romper con los mandatos patriarcales instalados en nuestras subjetividades y poder construirnos desde un lugar distinto, más espontáneo, expresado y auténtico.

La culpa, como mecanismo de represión y coerción de nuestro potencial de ser, transita desde lo externo a lo interno, es decir, aquella represión y coerción que ha venido desde el sistema externo y sus mandatos para con las mujeres, va incorporándose como autorepresión, introyectando las acusaciones y las condenas ante nuestros deseos, pensamientos, acciones, ideas, entre otros aspectos del yo.

*“Los fantasmas que crecen en nuestras conciencias manipuladas ilustran en qué medida la coerción y la represión del sistema han sido incorporados como autorrepresión. Nuestras conciencias se moldean según los mandatos de poder. El carácter destructor-activo de la acusación y la condena tiene como escenario principal nuestra propia conciencia. Ahí gestamos la certeza de nuestra culpabilidad.”* (Liliana Mizrahi, 2003)

Así, la culpa internalizada como autorrepresión en palabras de Mizrahi, no nos permite avanzar y confiar en nosotras mismas, desviando siempre la mirada a lo exterior, dándole más valor, legitimidad y poder a los otros que a nuestro propio mundo interno y todo lo que pudiera aparecer desde ahí. La culpa aparece y es construida ante la mirada moralizante e inquisidora de un





otro, poniéndonos en tela de juicio y dificultándonos la conexión con quienes somos, fuera de las definiciones y roles que el patriarcado ha asignado para nosotras.

La experiencia de la culpa o incluso el temor a experimentarla, limita nuestra transformación hacia el ser auténtica en la medida que se nos impone (y nos imponemos) perspectivas limitadas, rígidas y moralistas, construidas y sostenidas históricamente por el sistema patriarcal, que no facilitan poder integrarnos como un todo coherente entre nuestros deseos, pensamientos y posibilidades de hacer. Anhelamos lo que no se nos permite, y de alguna forma, introyectamos que ese es precisamente el límite de nuestro potencial. Terminamos siendo aquello que creemos que deberíamos ser pero en constante tensión con aquello que deseamos desde lo profundo. Cuando la culpa se instala y se naturaliza el rol patriarcal y judeocristiano respecto del ser mujer, sacrificamos nuestra libertad, nos postergamos e inmolamos como ofrenda al sistema.

Liliana Mizrahi (2003) plantea *“La culpa ataca la coherencia e integración “que-*

*rer-poder-hacer”*. *Se divorcian el deseo, el pensamiento y la acción. No somos ni una cosa ni otra y estamos ahí sin ser ni llegar a ser. Nuestra hibridez específica reside en esta “carencia de ser”. Disociadas entre lo que somos, lo que deseáramos ser y lo que creemos que deberíamos ser”*

Pareciera que en nuestro mundo interno habitan acusaciones, trampas, obstáculos y condenas respecto de lo que somos, como parte naturalizada del transitar por la experiencia de ser mujer, vivimos a diario con esta incongruencia o disociación, llevándonos a sentimientos de inadecuación y autodescalificaciones. Sentimos ambivalencia, sentimos deseos de ser y hacer libremente, de terminar con nuestros autoengaños para avanzar y transformarnos, pero al mismo tiempo sentimos que si lo hacemos se nos viene el mundo encima. La sensación de no tener de donde afirmarnos cuando abandonamos el “relato oficial” para construir un “relato alternativo” causa tanto temor y dolor, que muchas veces nos paralizamos, naturalizamos la culpa y vivimos en la desesperanza.

Desde ahí, creemos que en los procesos de acompañamientos entre mujeres, ya sea desde la psicoterapia, otras terapias o redes de apoyo entre mujeres, es fundamental reflexionar sobre nuestra subjetividad patriarcal que limita nuestra existencia y nos genera malestar. Hacer conciencia de nuestra postergación y de la disociación y tensión con nuestros deseos, para sostenernos en el proceso de desnaturalización de la culpa y contener los miedos e inseguridades que este proceso genera, para que entonces nos abramos y lancemos a la búsqueda y construcción de nuevos relatos, conectados e integrados con los deseos y potencialidades más allá de los límites inquisidores y moralistas del sistema patriarcal y sus estructuras.

## Dependencia e independencia

El deseo de liberación de las mujeres guarda relación con la búsqueda de independencia de los valores asumidos por un modelo simbólico patriarcal. Sin embargo, este deseo de ser genuinas y auténticas muchas veces se ve atravesado por un conflicto que puede generar cierta ambivalencia o confusión. Por un lado, existe una necesidad de autonomía e independencia, pero al mismo tiempo una necesidad de cuidado y sostén.

Según Colette Dowling (1981) la libertad requiere de la autenticidad, abandonar los roles asignados de la buena madre, la buena esposa o la buena hija, se pretende así una separación con aquellos personajes asignados. Esta pérdida o desmoronamiento podría generar miedos e inseguridades en algunas mujeres, ya que al mismo tiempo habría un deseo oculto de que sea otro/a quien brinde cuidado o transforme sus vidas. Esto es nombrado por la autora como “Complejo de cenicienta”, el que se origina en la infancia, bajo una educación basada en la dependencia que impide el pleno uso de las potencialidades y de la creatividad de las mujeres.

Es por esto que nos parece importante cuestionar la raíz de esta dificultad en el espacio terapéutico, ya que son muchas las mujeres que buscan diferenciarse de aquellos valores que se creían como propios, creencias influenciadas por esta cultura dominante que basa las relaciones en la dependencia

y la coerción de las subjetividades de las mujeres. Desde este lugar, se hace fundamental visibilizar las instituciones patriarcales vigentes, permitiendo tener una mirada más comprensiva y situada de aquellas creencias y valores morales patriarcales y judeocristianos transmitidos bajo mecanismos de control, que dificultan y confunden el deseo de libertad en las mujeres. En relación a esta confusión impuesta desde este control estructural Colette Dowling

“Según Colette Dowling (1981) la libertad requiere de la autenticidad, abandonar los roles asignados de la buena madre, la buena esposa o la buena hija, se pretende así una separación con aquellos personajes asignados. Esta pérdida o desmoronamiento podría generar miedos e inseguridades en algunas mujeres, ya que al mismo tiempo habría un deseo oculto de que sea otro/a quien brinde cuidado o transforme sus vidas.”

(1981) plantea la posible actitud de pseudo independencia en las mujeres, como aquella fachada o disfraz para ocultar el deseo de ser cuidadas. Al reflexionar sobre esto, podemos pensar que esa aparente independencia seguiría estando mediada por esta cultura, que ofrece reducidas realidades o posibilidades de cómo ser mujeres, y que finalmente se manifiesta como una adecuación no consciente, ni crítica con las opresiones vigentes.

Marcela Lagarde (2005) escribe sobre “Los cautiverios de las mujeres” refiriéndose a estos como el lugar cautivo de dominio y opresión, a los que las mujeres están sujetas por su condición histórica genérica, y a los que sobreviven desde la creatividad y desestructuración de la femineidad dominante. “El cautiverio caracteriza a las mujeres por su subordinación al poder, su dependencia vital, el gobierno y la ocupación de sus vidas por las instituciones y los particulares (los otros), y por la obligación de cumplir con el deber ser femenino de su grupo de adscripción, concretado en vidas estereoti-

padas, sin alternativas”.

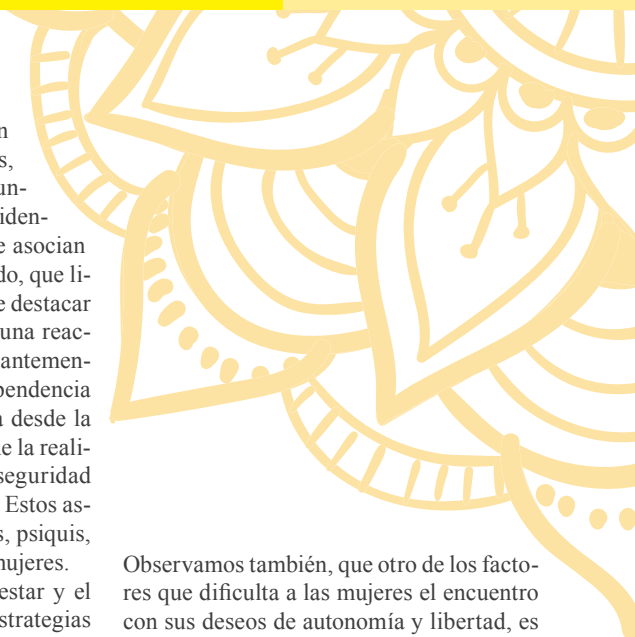
Si bien los motivos de consulta en el marco de la terapia son diversos, podemos observar que en algún punto o momento del proceso se evidencian síntomas o malestares que se asocian a un contexto patriarcal compartido, que limita aquel potencial creador. Cabe destacar que el miedo se construye como una reacción continua que boicotea constantemente el deseo de liberación e independencia de las mujeres, este se manifiesta desde la duda, la indecisión, la distorsión de la realidad, la falta de discernimiento y seguridad respecto a los recursos existentes. Estos aspectos se encarnan en los cuerpos, psiquis, espíritus y subjetividades de las mujeres.

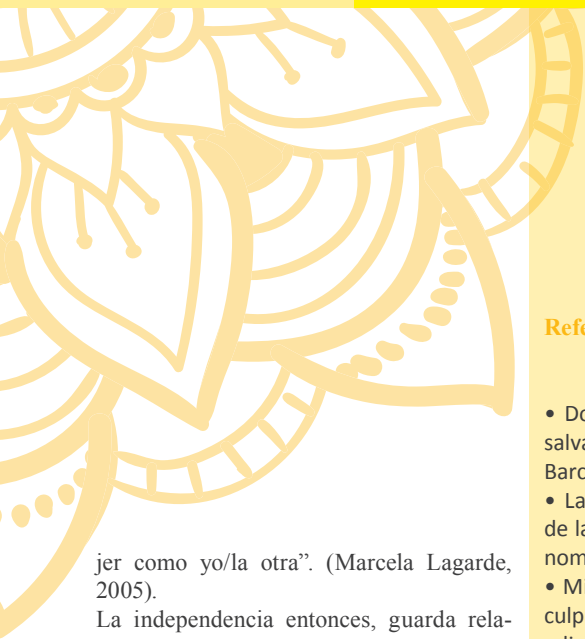
Desde esta comprensión del malestar y el reconocimiento de las diversas estrategias opresivas de este sistema, también observamos cómo surge el deseo genuino en las mujeres de renunciar a esta posición de subordinación, de ir por ese anhelo de transformación y libertad. En su mayoría inician un proceso de terapia sintiendo esta inconformidad con sus vidas, pero también aparecen deseos y momentos de “darse cuenta” que representan el comienzo de un proceso de emancipación y sanación. Así, enfrentar la confusión y el miedo, tiene como consecuencia el inicio de un camino de exploración, autodeterminación y desarrollo de la confianza respecto a las potencialidades existentes, para el fortalecimiento de la propia autonomía.

En el libro “Los deseos de cambio o... ¿el cambio de los deseos?” Margarita Pisano (2011) afirma lo siguiente: “Una se va descubriendo cuando se plantea la búsqueda de la libertad, del equilibrio y la armonía. Es en esta relación con nosotras mismas donde tomamos conciencia y nos conectamos con todas nuestras capacidades y potencialidades. Tenemos que ir andando y buscando, pero si no encontramos la libertad, el equilibrio y la armonía en nosotras mismas, no lo podremos construir en lo público ni en lo social.

Observamos también, que otro de los factores que dificulta a las mujeres el encuentro con sus deseos de autonomía y libertad, es la falta de espacios que estimulen una nueva forma de vivenciar la realidad, lugares no estancos para dirigir aquellos sueños reprimidos o postergados. Consideramos que ante el malestar y el síntoma existe una necesidad de resignificación de la experiencia vital o de la sexualidad como plantea Marcela Lagarde (2005) refiriéndose a la importancia de la construcción del placer propio y en particular del erotismo como espacio privilegiado de la constitución sujeto mujer. La creación de estos espacios relacionados al disfrute de la energía vital requieren de espacios compartidos con otras mujeres, los que permitirían la autoafirmación y el reconocimiento de la diferencia, a través del goce, la creación, el erotismo (disfrute entre mujeres) y en general las relaciones de amistad, colaboración y afectividad con otras.

“Las mujeres requieren identificarse con las otras mujeres a partir de la condición compartida como vía para lograr el reconocimiento de unas mujeres en las otras y la superación de la competencia y la envidia, es decir, de la enemistad histórica establecida entre ellas. Para lograr la anulación de la relación básica que estructura su subjetividad y su identidad: la relación mujer-mu-





jer como yo/la otra”. (Marcela Lagarde, 2005).

La independencia entonces, guarda relación con desestructurar y desobedecer a la feminidad impuesta, formulada a partir del ocultamiento, aislamiento, el silencio, la desconfianza y la culpa de ser, condicionantes que limitan los deseos reales de libertad y expansión. Recrearnos como mujeres que se atreven a renunciar a esa realidad en la que ocupábamos roles pasivos y estereotipados, es la apuesta para la recuperación de nuestros cuerpos y su experiencia más auténtica.

“ante el malestar  
y el síntoma existe una  
necesidad de resignificación  
de la experiencia vital o de la  
sexualidad como plantea Marcela  
Lagarde (2005) refiriéndose a la  
importancia de la construcción  
del placer propio y en particular  
del erotismo como espacio  
privilegiado de la  
constitución sujeto  
mujer. ”

## Referencias bibliográficas

- Dowling, Colette (1981) El deseo de ser salvada. Ediciones Grijaldo, 2da edición, Barcelona
- Lagarde, Marcela (2005) Los cautiverios de las mujeres. Universidad nacional autónoma de México, 5ta edición, México
- Mizrahi, Liliana (2003) Las Mujeres y la culpa. Grupo editor latinoamericano, 4ta edición, Buenos Aires
- Pisano, Margarita (2011) Deseos de cambio o ¿el cambio de los deseos?. Editorial Revolucionarias, 2da edición, Chile
- Webster, Bethany (2014) La ruptura del linaje materno y el precio de volverse auténtica. Traducción de Carlota Franco en la web <http://mujerciclica.com/2015/11/27/la-ruptura-del-linaje-materno-y-el-precio-de-volverse-autentic> Texto original: The Rupture of the Mother Line and the Cost of Becoming Real <http://womboflight.com/2014/12/21/the-rupture-of-the-mother-line-and-the-cost-of-becoming-real>

# PERIÓDICO HISTÓRICO

A 1 AÑO DE  
LA REVUELTA  
SOCIAL EN \$HILE,  
REGISTRO VISUAL  
DE MEMORIA  
COLECTIVA Y  
FEMINISTA

.....

***“La toma de conciencia es el acto político en que se descubre y se afirma la común identidad femenina. Cuando es reconocida, esta común identidad puede unir a las mujeres entre sí mucho mejor que cualquier organización.”***

(Colectivo Librería de Mujeres de Milán, 1991)

Como terapeuta y facilitadora de procesos de transformación individuales y colectivos, a través del arte; cada día reafirmo y me hago más consciente de que el Arteterapia, específicamente la plástica, no sólo posibilitan la elaboración de procesos profundos, a través del lenguaje simbólico y la expresión desde la impronta, sino que por sobre todo son una importantísima herramienta para mantener viva la memoria individual y colectiva; ya que cada obra se transforma en un valioso registro histórico de nuestro transitar y habitar en el mundo.

Cada obra es un registro, al cual además puedo recurrir todas las veces que desee, ya sea para contemplar, para dialogar, para releer, para reencontrar-me, etc. e incluso para compartir con otras personas

Finalmente, cada obra se transforma en una revolución dentro de este patriarcado que habitamos, el cual se sustenta y sostiene en relatos falsos y estratégicos



que nada tienen que ver con nuestras vivencias y experiencias individuales y/o colectivas; es decir, el arte y la plástica son una manera creativa de rebelarnos al relato oficial, posibilitando el poder plasmar genuinamente una narrativa libre, consciente, situada y propia.

Un ejemplo concreto de lo anterior es la realización de un Periódico Colectivo y Digital, titulado “A 1 año de la Revuelta Social en Chile, Registro Visual de Memoria Colectiva y Feminista”, en el cual participaron las estudiantes de la Escuela Autónoma de Casa Mundanas, específicamente del Diplomado Arteterapia y Transformación (VI Versión); en conjunto con diversas mujeres, que participaban de los Procesos de Terapia Grupal Online convocados por el Centro de Terapia de Casa Mundanas.

Como su título lo anuncia, el Periódico está situado en el Contexto de la llamada Revuelta Social en Chile, la cual inicia un 18 de Octubre del año 2019 gracias a la entereza de los y las estudiantes secundarias, quienes se manifiestan por el alza de pasajes en el transporte, organizando evasiones masivas simultáneas en distintos puntos de la ciudad de Santiago, capital del País.

Estas acciones, brutalmente reprimidas por el aparato policial, se transforman en una poderosa chispa, que termina encendiendo una gran llama de rebeldía a lo largo de todo el país. Ya no había miedo, sólo ímpetu y un sentir común de rechazo total al modelo neoliberal instalado durante la macabra Dictadura Cívico Militar del tirano Augusto Pinochet.

Marchas masivas, cacerolazos, barricadas, cortes de calle, saqueos, etc. Todo el país estaba en las calles exigiendo el fin a un modelo perverso.

Luego del 18 de octubre del año 2019 nada sería lo mismo. Este día marcó un antes y un después, no sólo allá afuera, sino que también en nuestras profundidades y subjetividades, por lo mismo la importancia de detenernos a reflexionar y juntas hacer memoria.

Este periódico es el resultado de una vivencia arteterapéutica grupal, cuyas consignas fueron, ¿Qué quisiera decir, expresar, plasmar a un año de la revuelta? ¿Qué contenido quisieras agregar a este registro histórico de memoria colectiva y memoria feminista?

Te invitamos a contemplar el resultado de este ejercicio de memoria individual y colectiva.

Infinitos agradecimientos a todas quienes participaron de esta invitación y permitieron gracias a sus creaciones artísticas, la realización de este Periódico Colectivo. Gracias a Ligia, Xime, Gabi, Claudia V., Dani, Xime, Claudia A., Ceci, Feña, Dominique, Tati, Natu, Valentina, Valeria, Marisol y Cata.



**Paulina Pérez de Pablo**  
**Coordinadora Diplomado Arteterapia y**  
**Transformación**  
**Escuela Autónoma de Terapia Feminista**





AMÉRICA ESTÁ REVUELTA,  
CON URGENCIA NECESITA  
ENRAIZAR Y REVERDECER  
ABRAZANDO VIDA Y MUERTE,  
DOLOR Y PLACER, SER Y NO  
SER = @

DE NUESTRO TIEMPO  
ES LA REVOLUCIÓN FEMINISTA



**MARCA**  
LA DIFERENCIA

**EL CORAZÓN  
LLENO DE**

**esperanza**

**SANAR LA RELACION**

**Entre**

**LOS COLORES  
NO MUERDEN**

**LAS MUJERES**

*Gracias por*  
**LLENAR**

**VIDA**

*NUESTRAS VIDAS*

**LA PALABRA  
CALIENTE**

**“EL ARTE ES  
UNA HERRAMIENTA  
PARA EXPLORAR NUESTRO  
PROP... FEMINISMO”**

*Las que luchan  
y  
Las que lloran*

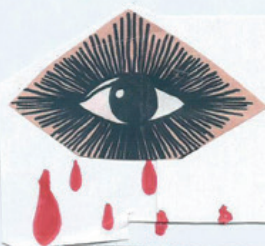


Santiago no es Chile, nada es Chile,  
Somos errantes cruzando arcos que no encontramos  
y no hacemos piletas, la rabia de mi toritoca  
que vine a onizarla de frente, ~~el~~ fabricado contado  
bajo la única sombra en esta pampa, ya no le queda <sup>aquí donde</sup>  
tanto tiempo. / Voy con mis hermanas y nuestras <sup>→ ubi mis primas</sup>  
rabias se encuentran, vamos encontrando nuestras <sup>memorias</sup>  
enlazadas y prometemos no olvidar. ~~El~~ ~~chileno~~  
~~Julio Pérez Silva~~ mi memoria, no me la adelantará, mi  
mi arma y la cagan mis hermanas.  
Aquí entre la chuzca ~~rebelde~~ rebeldía  
y ~~el~~ <sup>el</sup> ~~antitejo~~ resistencia donde quita que este, sigo  
siendo errante, seguiré cruzando arcos.



# ahora presente

EDICION ESPECIAL



## REVUELLA SOCIAL

EN CHILE  
del año 2019

luzes de cómo es que este estallido se fue alimentando.

¿Qué detonaron las protestas sociales?

la crisis chilena y los procesos que ha vivido

los potenciales escenarios de salida.

NO +  
Mutilaciones  
AL PUEBLO

VALOR DE  
LA MEMORIA

Reportajes

Nunca más

privilegios educación, inclusión, salud y trabajo.

abuso de fuerza policial en las manifestaciones.

discutir todos los temas sin nosotras

cultura y panoramas

CRISIS SOCIAL

Compañía de Teatro  
"La Patogallina" / 20  
hr.s

3 AL 12 ENERO / PARQUE vuelta  
al mundo

es intolerable



# A UN AÑO DE LA REVUELTA DE OCTUBRE

2019-2020

*Macarena Valdez*

*Tuan Pablo Jiménez*



CRISIS SOCIAL  
TAMBIÉN ES  
MEDIOAMBIENTAL



*Marcelo Vega*

¿Sabías que el 18 de Octubre, además de conmemorar el aniversario del **Estallido Social**, se celebra el **Día Mundial de la Protección de la Naturaleza**?



# ¿LA BURBUJA SOCIAL?



ROMPE TU BURBUJA  
DISCRIMINAR ES ABSURDO



**burbuja**  
1. f. Globo de aire que se forma en los líquidos y sale a la superficie:  
burbujas de cerveza; burbuja de jabón.  
2. Espacio aislado de su entorno:  
existen burbujas de oxígeno para personas asépticas.



## FRÁGIL

Se puede romper fácilmente,  
depende de nosotros que esto **NO OCURRA.**  
**SI**

Para destruir

**CHILE**

**HISTORIA  
DE UN SAQUEO**

**SIN LÍMITES**



*El primer paso...*

ES

*cuestiona todo*



EL GRITO

transforma

la historia

Juntos

**IMPORTA**

**LUCHA**

**PARA**

**PARA**

**EL**

**BUEN**

**VIVIR**

**OTRA VIDA**



**RECUPERA**

**FUERZAS**

LA MUERTE

**CREA**

Cree en

*Li*





# "EL ESPEJO" JOURNAL

~2020~

~OCTUBRE~



## "PLEBICITO INTERIOR"

Ya lo hiciste?... que es  
aquello que se  
queda y eso que ya no?...

~pag 6~

## "COMO ES ADENTRO ES AFUERA"

### "EL PODER DEL AHORA"

Cuando naces en un mundo que no  
Encajas es porque naciste  
Para crear uno nuevo...



~pag 11~

### "PSICOTERAPIA ONLINE"

Coordina tu hora en

casamundana6@gmail.com



# A 1 Año de Revuelta Social

Psicóloga de la Universidad [redacted] Con experiencia [redacted] de Niñez y situaciones de vulneración de Derechos en Chile [redacted] Gran interés en realizar acciones en terreno [redacted]



EXPERIENCIA INVESTIGATIVA



[redacted] de alerta temprana [redacted] que busca [redacted] un instrumento para medir la [redacted] gramática de [redacted] de diversas dimensiones que responden [redacted]

- Cola [redacted]



Parte de [redacted] la Participación [redacted] en Redes [redacted] anexo al [redacted] conocer [redacted] se ha [redacted] trabajado la [redacted] desde [redacted] innovadoras [redacted] Participación activa [redacted] gativa [redacted]

- Real [redacted] trabajo [redacted]
- [redacted] [redacted] [redacted]
- [redacted] [redacted]
- [redacted] de [redacted] al [redacted] bajo de la [redacted]
- [redacted] [redacted]

Indirectamente, problematizar en mí y quienes me rodean respecto a la infancia, la participación, la crisis de los sistemas.

NO + ADULTO CENTRISMO  
PATRIARCADO  
RACISMO



EXPERIENCIA PAN DÉMICA



# El Despertar

Chile  
tendrá que  
**despegar**

Protesta social y  
desigualdad



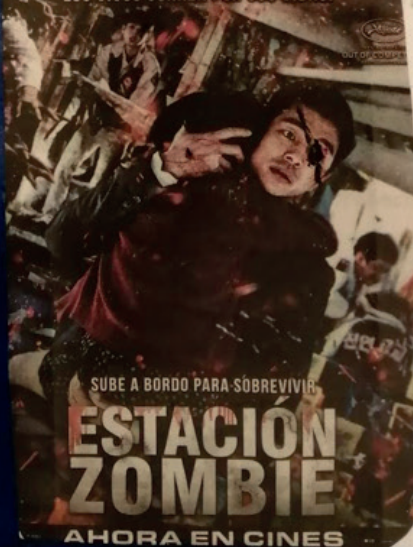
GANAR  
CONFIANZA EN 20**20**  
**EL DEDO**  
**EN LA**  
**LLAGA**



**Oferta**  
**Impacto**



CUANDO LOS MUERTOS CAMINAN POR LAS CALLES,  
LOS VIVOS CORREN POR SUS VIDAS.





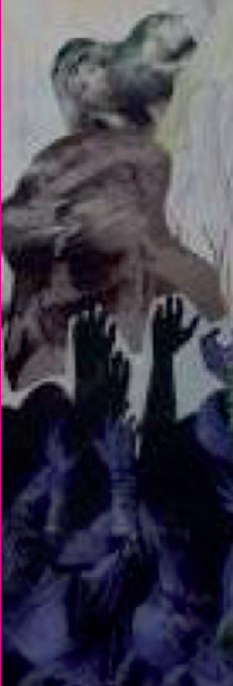
# La HISTORIA

POR LAS CALLES DE  
LOS  
OJOS

Una  
revolución  
DE  
NUESTRA  
IDENTIDAD

TIEMPO  
DE

NACER  
MÁS ALLÁ  
DE La muerte







# Ampliar el horizonte

DE  
CHILE

CON

LA VOZ

DE LAS

CALLES

El motor de

NUEVAS

FORMAS

E

IDEAS



# ¿QUÉ HA DESADO LA REVUELTA EN MI?



LA REVUELTA NOS HA PERMITIDO RECUPERAR ESPACIOS, ORGANIZAR, RENOMBRAR Y SENTIR MAYOR SEGURIDAD PARA EXIGIR LO MÍNIMO.

EL MIEDO Y DOLOR HA ESTADO MUY PRESENTE, PERO TAMBIÉN LA ACCIÓN FRENTE A LAS OPRESIONES,

VIOLENCIA, HUMILLACIONES Y ASESINATOS PATRIARCALMENTE INSTITUCIONALIZADOS. ME HA SORPRENDIDO SABER DE VARIAS PERSONAS QUE CREÍAN EN LAS Y LOS PACOS

Y QUE DESDE OCTUBRE DE 2019 CONOCIERON LO QUE REALMENTE SON



LA REVUELTA ME HA HECHO MIRAR LA RESIGNACIÓN Y CUESTIONAR LA AUTOCOMPLACENCIA CON LA QUE ESTABA ASUMIENDO ALGUNOS ASPECTOS DE LA VIDA, EL TRABAJO Y LA PARTICIPACIÓN SOCIAL.

enfrentar los miedos, atreverme a salir y dejar patrones de acción que ya tenía muy arraigados





Vivir



sin

miedo



"Vivas, libres  
y sin miedo  
nos queremos..."



El futuro es nuestro







# CONVOCATORIA

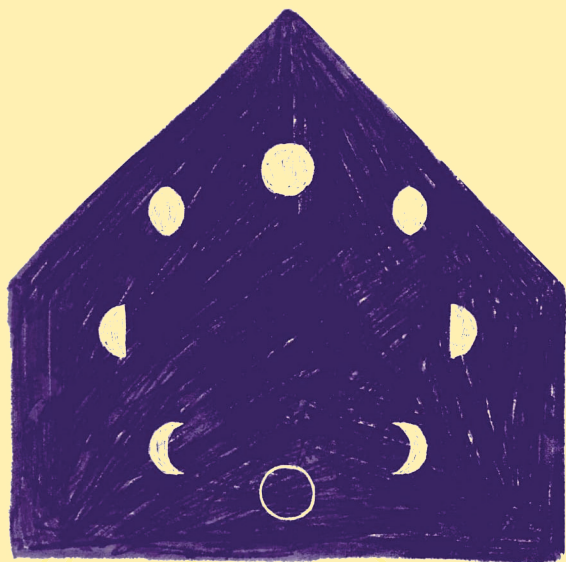
Invitamos a todas aquellas que se dediquen a la terapia, a contribuir con sus reflexiones, ensayos e investigaciones para ser parte del Número 2 de la Revista de Terapia Feminista. Las propuestas serán enviadas al comité editorial para su revisión. El envío no asegura la publicación.

Solicitamos a quienes envíen sus artículos que se ajusten al siguiente formato:

- Los textos tendrán una extensión de 4 páginas como mínimo y 18 máximo.
- Letra Times New Roman nº12, hoja tamaño carta y todos los márgenes 2.5
- Todas las citas y parafraseos deben estar explicitadas, para que quien desee buscar la referencia original, cuente con todas las pistas para llegar a esta. También para evitar el plagio y para reconocer a otras que inspiran nuestras reflexiones. Debe incluir nombre de autor/a y año.
- Las referencias bibliográficas deben ir al final del texto, en orden alfabético. Se solicita que cada referencia contenga información sobre:
  - \*Autor/a de la publicación que usaste.
  - \*Año de la publicación
  - \* Título del libro o del capítulo de un libro
- \* Si es un capítulo de un libro, indicar también el nombre del libro en el cual está el capítulo.
- \*Si se trata de una revista, indicar título del artículo, y además el nombre de la revista, número o volumen. Puede indicar también la institución encargada de la revista.
- \* Si las referencias fueron ubicadas a través de una página web, indicar la *url* de esta.
  - \* En libros o capítulos de libros, indicar la editorial y el país de la publicación.

Los textos deben ser enviados al correo [revista@mundanas.org](mailto:revista@mundanas.org) hasta el 30 de septiembre de 2021





MUNDANAS