

**Muerte de la madre,  
Renacer de una Mujer Libre.**



**Marta Solana Meseguer  
Mayo 2008**

**A mi madre, océano de amor y misterio.**

**A mi padre, inocencia herida, luz infinita.**

**A mi hermana, mi gran compañera en el camino.**

**A los tres, gracias por su inmenso amor y sabiduría.**

## INDICE

### Prólogo

#### 1. La madre: La protección en el Gineceo

Una relación simbiótica  
Consecuencias tóxicas de la simbiosis  
Muerte de la madre: Rabia, dolor y ruptura con el modelo materno

#### 2. Pasaje al padre: La libertad del Foro; ampliación de la perspectiva

Función psicológica del padre  
Abrazo al héroe  
Autoconocimiento y transformación

#### 3. De la integración a la libertad

Integración, separación definitiva de la madre y liberación  
Una mujer libre  
Una madre consciente, presente y amorosa

#### 4. Bibliografía

- Maureen Murdock, *Ser Mujer, Un viaje heroico*, Ed. Gaia.
- Montserrat Ros, *La Rebelión Insuficiente, La difícil relación madre-hija*, Ed. Paidós.
- Lúdia Guinart, *De madres a hijas*, Ed. Debols!llo.
- Daniel N. Stern, Nadia Brushweiler-Stern, Alison Freeland, *El nacimiento de una madre*, Ed. Paidós.
- Osho, *El libro de la Mujer, sobre el poder de lo femenino*, Ed. Debate.
- Linda Schierse Leonard, *La mujer herida, cómo sanar la relación padre-hija*, Ediciones Obelisco.
- Thordwald Dethlefsen y Rüdiger Dahlke, *La enfermedad como camino*, Ed. Debols!llo

## PRÓLOGO

“La madre representa la víctima en nosotras mismas. La mujer sin libertad, la mártir. Nuestras personalidades parecen peligrosamente difuminadas y solapadas por las de nuestras madres y, en un intento desesperado de saber dónde termina la madre y empieza la hija, realizamos una intervención quirúrgica radical.”

Adrienne Rich: *Of Woman born*.

Esto que te voy a contar es la historia de un viaje heroico, mi viaje heroico desde la madre, hacia la libertad. Bueno, de momento, hacia una mayor libertad.

Para una mujer, y para mí ha sido así, ese viaje tiene mucho que ver con la observación atenta, distante y consciente de su relación con su madre, y así espero hacerlo. La madre, mi madre, fue y es mi primer referente, el más importante y el más íntimo. Tan íntimo, que a veces, no hay distancia alguna. O no la había. Y es muy duro sentir que nuestra personalidad ha quedado diluida en la de otro ser humano, aunque se trate de la madre de una.

Desde que ella murió, repentinamente, hace ahora algo más de diez años y medio, no he dejado, ni un día, de sentir el vacío de su pérdida, de distintas formas. El golpe fue tan fuerte que, al principio, hice como si aquello no hubiera pasado, como si no fuera conmigo, y seguí adelante haciéndome la despistada. Haciéndome la dura. Al fin y al cabo, yo ya tenía 27 añazos, era una mujer emancipada que se creía una adulta que había cortado el cordón umbilical hacía varios años ya, con un buen trabajo, y que convivía “bien” con su pareja. Recuerdo que cuando se me contraían las tripas por el dolor, que yo no me atrevía a dejarme sentir, y al que me solía referir como “un poco de tristeza o melancolía”, siempre me decía a mí misma: “Todo va bien en mi vida, soy una mujer afortunada y razonablemente feliz”.

Pero, aunque yo quisiera ocultármelo, aquel shock fue cristalizando en todo mi ser hasta hacerlo colapsar. Y cuál no sería la sorpresa de aquella supuesta adulta cuando fue viendo salir, de lo más profundo de sus entrañas, el grito de rabia y dolor de una niña perdida, desconsolada, enrabiada contra su madre por haberla abandonado, dejándola sola y desamparada en la vida. Tal era mi dependencia emocional y mi total identificación con aquella preciosa mujer que era mi madre.

Y aquel fue el principio del camino hacia mí misma. Como no lo había iniciado antes, no quedó más remedio que hacerlo entonces, a través del dolor de la pérdida. Y aquel duelo, aquel grito y aquella rabia, con los años, con la ayuda de varios seres de bondad providencial que hoy llamo mis maestros, y con la luz de la observación obstinada y perseverante, aquella rabia fue dando paso a un llanto largo y profundo cuyas lágrimas sanadoras han ido aclarándome la vista y han ido derritiendo la coraza que encerraba mi corazón. Así, poco a poco fui "dejando de soñar el sueño de mi infancia" y fui adentrándome en las profundidades de mí misma.

Y es que con la desaparición real de la madre desaparece también el mayor punto de referencia de la hija. O así sucedió en mi caso, que perdí al ser que me conoció a lo largo de toda mi vida y de todas las edades de mi vida. De alguna manera, perdí mi propia identidad. Y, después de un tiempo de desconcierto y de rebeldía -la rebeldía que no adopté durante mi embobada pero sumisa adolescencia-, fui tomando conciencia de que "no estaba todo bien". De hecho, me sentía bastante mal, insatisfecha, vacía, confundida, con la sensación de no ser yo la que manejaba mi vida. Y me di cuenta de lo vital que era para mí mirarme por fuera y por dentro y responderme a un montón de preguntas que surgían: ¿Quién soy yo? ¿Quién quiero ser? ¿Qué quiero hacer con mi vida?

A partir de ese momento comenzó un camino de búsqueda y de autoconocimiento, y un necesario y muy ansiado "pasaje al padre", según lo expresa Freud, aunque no por las razones a las que él alude; no porque yo como mujer tenga imperfección o carencia alguna, sino para soltar las cargas maternas y poder beber de una fuente complementaria e igualmente rica, que me ayudase a saber quién soy yo. Un pasaje que supuso, por un lado, lanzarme a la aventura heroica de hacerme un hueco en un mundo de hombres, a la busca del tesoro de la independencia económica, lo que me enseñó muchas cosas, que, por otro lado, pagué caras. Y un pasaje que supuso, en lo personal, acercarme a la figura de mi padre, que aún experimento como "nuevo", desmitificador, liberador, amplificador, muy esclarecedor y muy sanador, desde el perdón. La perdoné a ella, y poco a poco le voy perdonando a él, y, lo más importante, me voy perdonando a mí misma por todos mis juicios y mis exigencias de perfección a unos padres que fueron, que son, los mejores padres que yo podía tener.

Y empecé a atisbar lo que es el Amor con mayúsculas. Y en este camino estoy y en él seguiré, pasito a pasito: Un camino de crecimiento personal e integral a través del cual se van desprendiendo costras de heridas pasadas, que dan paso a una nueva piel, a una nueva Marta. Un camino que, en lo externo, ya ha producido cambios asombrosamente

mágicos en mis relaciones personales, así como una importante variación de rumbo y de entorno profesional. Muy gordo. Y un camino que, en lo interno, me ha traído hasta aquí, hasta Kay Zen, en un año que me he permitido a mí misma en signo de rendición, de perdón, y de voluntad de renovación total. Un año de "retiro espiritual", de integración, dedicado a aprender a escuchar mi voz interior.

Una voz interior que me habla de la mujer libre que soy, una mujer que se abre y se reconcilia con su feminidad, a la que dio la espalda al morir su madre, algo importante que también quisiera contaros en este trabajo. Y, desde esa reconciliación profunda con la feminidad, ha surgido con más fuerza que nunca, más allá de los sueños ideales, mi propia maternidad. Algo que hasta ahora yo no acababa de ver claro, y a cuyo sentimiento nunca me había abierto de verdad. Ahora no sólo se ha producido esa apertura, sino que estoy entregada al proceso de ser madre, y quiero alumbrar esta nueva faceta de personalidad psicológica, la de Madre, desde la conciencia despierta y la lucidez. Una faceta más, que no quiero que absorba a las demás, sino que las complementa y las completa en armonía. Quiero ser madre, y también quiero viajar mucho más allá de ser madre.

Ahora veo claro que los sueños no son transferibles, como tampoco lo son las advertencias de los propios fracasos y frustraciones. Ella, mi madre, no se dio cuenta de que eso sólo confunde y retrasa el crecimiento de una hija.

Mi proceso de individuación y de verdadero renacimiento pasaba por la liberación psicológica y la desvinculación consciente de la figura de mi madre y de todos sus contenidos emocionales, y especialmente los más amargos y oscuros, que durante tanto tiempo yo he hecho míos, y he cargado inconscientemente y estoicamente en *justa* respuesta a su amor, a su dedicación, y quizás a su sacrificio por todos nosotros. Ahora la sigo sintiendo muy cerca, y sé que siempre será un importante espejo en el que mirarme, pero hoy decido que esto suceda desde la independencia emocional y desde la libertad individual. Ahora corre aire fresco y limpio entre las dos. La dejo partir hacia dónde ella tenga que ir, en paz, y en paz sigo yo mi propio camino.

Sigo mi camino de búsqueda en pos de abrazar totalmente mi naturaleza femenina, y aprender a valorarme a mí misma como mujer. Un camino de profundización hacia la integración plena y equilibrada de ese ser mujer como ser total. Un camino que intuyo me acercará a la auténtica libertad. La libertad de ser yo misma.

También me gustaría, con esta historia de mi proceso personal, animar a todas las mujeres a que se tomen un tiempo y revisen tranquilamente, con perspectiva, con responsabilidad, y sin culpabilidad, su relación con su madre. Una relación que condiciona mucho más de lo que pudiera parecernos a primera vista, y que un día, sin saber por qué, nos observamos repitiendo, pues lo observo con muchas de mis amigas, ya madres. Y está muy bien reproducir conscientemente aquellas pautas o enseñanzas que nos resultan positivas y sanas. De lo que se trata es de evitar reproducir inconscientemente las que no son deseables, las que limitan y oprimen a nuestros hijos. Ser adultas significa tomar las riendas de la propia vida y no consentir que nadie, sea quien sea, las gobierne. Y aunque hay relaciones que parecen ancladas en unos patrones férreos, nada es inamovible. Todo puede cambiar si lo queremos cambiar, y cambiarnos a nosotras mismas.

La palabra heroína ha tenido muchos significados, y la mujer que ha llevado ese título lo ha vestido de muchas formas. Ha sido la damisela en peligro a la espera de ser rescatada por el valiente caballero, una Valkiria cabalgando sobre el viento y llevando sus tropas a la batalla, una monja pequeñita que cura las heridas de los pobres en Calcuta, una super-mamá que hace malabarismos con los biberones y el portafolio. Ha cambiado el rostro de la mujer en cada generación.

Me hago eco de las, para mí, acertadas palabras de Maureen Murdock en su libro *Ser Mujer, Un viaje Heroico*, libro que me ha ayudado mucho a identificar mis, a veces, confusos sentimientos y las etapas de mi proceso:

“La tarea de la heroína de hoy es extraer el oro y la plata de la mina de sí misma. Desarrollar una relación positiva con su hombre de corazón, y hallar la voz interior de su mujer sabia para sanar su alejamiento de lo femenino sagrado”. Y, así, añado yo, colaborar a cambiar el mundo.

## **1. La madre, la protección en el gineceo**

### Una relación simbiótica

Mi madre: Es curioso lo difícil que me resulta hablar de ella... ¿Aún hay confusión? Siempre he tenido una idea de ella que, ahora veo, era una creación mía. Una invención, infantil. Según mi creación: Mi madre era una Diosa del Olimpo, siempre sabia, siempre lúcida, siempre admirable.

Desde esa idealización, recuerdo haber vivido siempre nuestra relación como muy íntima, muy sincera y muy plena. De hecho, es la relación que he considerado más plena hasta que ella murió. Y cuando murió, todo lo que ella fue, pensó o hizo era para mí lo correcto; era perfecto porque ella era perfecta. Porque era mi madre, y porque yo sabía *mejor que nadie* cuánto había sufrido en la vida. Fue toda una sufridora emocional. Y eso me merecía aún más admiración. ¡Como si el sufrimiento mereciera más reconocimiento que ninguna otra cosa en el mundo! Y así era: Una constelación familiar que hice el verano pasado me reveló que ése era mi patrón adquirido, un programa ancestral heredado a través de la línea materna, Mamá, abuela, bisabuela... Algún día, inconscientemente, decidí sufrir con Mamá lo de ella para hacérselo más llevadero, para aligerarla y porque *se lo debía*. Exactamente igual que ella había hecho con su madre...y quién sabe cuántas generaciones atrás...Pero luego volveré a esto.

Me gustaría traer a colación un concepto que hace referencia a un lugar que me ha resultado muy útil y elocuente visualizar, por su gran significado simbólico: *El gineceo*<sup>1</sup>, como expresión de un mundo cerrado, en oposición al foro, el mundo masculino, abierto y público. El gineceo era un lugar dónde se hablaba de sentimientos y se manifestaban las necesidades. Se desarrollaban secretismos y complicidades. Entre otras, una de sus funciones era debatir la jerarquía, el poder y las preferencias. Era un coto cerrado y oculto para todos aquellos que no lo habitaban, bastante opuesto a lo que entendemos por un espacio de libertad. Por el contrario, los hombres crearon el foro, que servía para discutir ideologías, manifestar acuerdos y desacuerdos, expresar públicamente el pensamiento y asumir las consecuencias. Era un lugar abierto y ventilado. Y muchas veces, cuando se observa el tipo de relaciones que se da entre los hombres y el que se da entre las mujeres, parece que a grandes rasgos ambos se reproducían en el foro y en el gineceo.

¿Y para que ha servido en el pasado el gineceo a las mujeres? Era una especie de continente que ofrecía protección, aunque sólo a nivel sociológico. Y las mujeres han trabajado en la casa-gineceo hasta extremos increíbles. Han luchado frente a mil dificultades, han soportado allí toda clase de agresiones, e incluso han canalizado allí también su agresividad. Una agresividad que no se expresaba abiertamente, pues eso podía resultar muy peligroso para ellas. Y de ahí, a lo mejor, el peculiar modo en que las mujeres manifiestan la agresividad, que también tienen. Las mujeres no exhiben su agresividad mediante la fuerza física. Lo hacen más bien a través de la intuición y la observación de los puntos débiles del otro para usarlos a su favor; a

---

<sup>1</sup> Montserrat Ros, *La Rebelión Insuficiente, La difícil relación madre-hija*. Pág.145.

través de la capacidad para darle la vuelta a la situación, a través del silencio premonitorio...

Mi madre y yo vivíamos en el gineceo, cada vez más y más; mi hermana pequeña pasaba también largos y agradables ratos allí, pero ni mucho menos tanto como yo. Mi madre se lo impedía, y la preservaba de los mensajes dolorosos, para protegerla. De forma que mi hermana estaba en su propio mundo mucho más que yo, elaborando su propia personalidad.

Esta visión idealizada, y poco real que describía antes de mi madre no proviene de la falta de memoria, o de una memoria selectiva, sino que es fruto de la confusión que produce una relación simbiótica como la nuestra, en la que ella era yo y yo era ella. Veamos qué significa esto:

“En el momento en que se corta el cordón umbilical termina la fusión física. Entonces se instala el cordón emocional, que se conoce como simbiosis afectiva, necesaria durante los tres primeros años de la infancia y no deseable una vez finalizada esta etapa. Pues bien, no todas las madres lo entienden así; hay quiénes prolongan la unidad corporal en su relación con la hija y la trasladan a niveles mentales y emocionales, como si una fuera el eco de la otra. Estas *madres simbióticas* serían la expresión más clara de la *dominación afectiva*. En este tipo de relación, la madre no puede separarse emocionalmente de la hija y ésta tampoco sabe cómo hacerlo. La hija experimenta un sentimiento semejante al de quedar herida e indefensa cuando intenta independizarse porque no ha aprendido a vivir desde sí misma; de hecho, cuando lo intenta se siente culpable, pues piensa que hace algo que no debe.”<sup>2</sup>

Mi madre estimuló siempre, junto con mi padre, mi crecimiento intelectual para que fuera independiente en el terreno económico y en el laboral, pero me atrapó emocionalmente, frenando mi crecimiento emocional. De forma que permanecí siempre ligada mentalmente a ella para, mediante esa ligazón, evitar enfrentarme al vacío que tenía dentro de mí por no haberme construido como persona completa desde mí misma.

Buceando entre las muchas afinidades que se fueron creando a lo largo de nuestra vida juntas –todas las del mundo, pues yo era una copia emocional y, en muchos planos, mental de ella- por fin he podido acotarlo, y me he dado cuenta de que el núcleo fundamental de esta simbiosis fue que yo sufrí con ella su gran desencuentro con su marido,

---

<sup>2</sup> Ibíd, pág. 87-88

mi padre. Ese fue el terrible error que ella cometió: Me convirtió en la confidente de su intimidad conyugal emocional. Una relación de amor-odio, de lucha de poderes y de dependencia mutua que les mantuvo toda su vida enredados, expectantes de lo que hacía o dejaba de hacer el otro, y cada día más frustrados y resentidos el uno contra el otro.

Pero yo sólo recibía la mitad de la historia, su mitad, así que una parte de mí dejó de ver a mi padre como mi padre, y le verá como un marido "inadecuado" durante muchos años.

Si, ese fue su error. Y yo nunca abrí los ojos, y nunca me rebelé. Y ella decidió sufrir, y mucho, por esta causa. Y poco a poco yo fui identificándome más y más con ella y su dolor, y fui sintiendo su dolor más y más. Su dolor era mi dolor, sus juicios eran mis juicios, su resentimiento era mi resentimiento, en este tema. Y fui alejándome de mi padre, al que juzgaba como a su verdugo, mi verdugo, puesto que en ese tema mi madre y yo éramos lo mismo. Y me quedé enredada en esa tela de araña, que no era la mía, que me impidió, primero, nutrirme de la fuente paterna y, de ahí, crecer y formar mi propia identidad emocional. Pero yo no me daba cuenta. Y mi madre tampoco. Según Montserrat Ros, en estos extremos se instala la confusión de la identidad, entre el tú y el yo. Esta confusión hace posible que la madre se identifique con la hija, y que ésta desarrolle una identidad tambaleante que apenas puede ubicar, por falta de espacio y lugar.

Hace mucho que sé de esto, siempre lo he sabido sin decírmelo a mí misma, y una parte de mi ha odiado inconscientemente a Mamá por jugarme esta mala pasada, por utilizarme de esa forma y secuestrar así mi impulso creador de mi propia realidad y mi propia identidad. Siempre la he justificado, en primer lugar, por ser mi madre, y en segundo lugar, porque sé que se sentía muy sola, lejos de su familia, en un Madrid que nunca sintió del todo como su casa, y en el que no se creó nunca un círculo de amistades propio, pues se movió siempre en los círculos de mi padre, hasta que se fue aislando del mundo, o más bien, fue prefiriendo estar consigo misma. Y está justificada, por nada en particular, sino porque ella fue humana. Pero la herida no deja de ser herida.

Pero hace muy poco tiempo que estoy siendo verdaderamente consciente de lo que en realidad sucedió, de cómo me quedé de pillada en el mundo emocional de mi madre, de cómo me instalé a vivir realquilada en su pensar y en su sentir, y de cómo retrasé la partida de aquel pensar y aquel sentir por el miedo que debía producirme el moverme a un espacio nuevo y aún vacío.

Al hacerme partícipe de sus sentimientos hacia su marido, mi padre, y aunque, estoy segura, esperó a hacerlo en un momento en que ella pensó que yo ya estaba mental y emocionalmente preparada, me incluyó en un su mundo particular y en su particular juego de

dominador y dominada, y dominadora y dominado, en el que no quiero entrar pues es capítulo que pertenece sólo a la intimidad de mis padres, en el que funcionaban elementos sadomasoquistas muy primarios y perversos, que, por otro lado, me está resultando muy útil ir descubriendo, pues observo estos elementos en gran cantidad de relaciones de todo tipo, esté o no esté yo implicada. Y aquí radica gran parte de la inmensa rabia que sentí cuando ella murió, cuando *me dejó*, y de la que luego hablaré.

Y en esa rabia, lo primero fue echar balones fuera, hasta que un día me di cuenta de que yo tenía mi propia responsabilidad en el tema, y de que sólo yo podía y puedo cambiar el rumbo y crear mi propio destino. Además, para ser justos, habría que añadir que tampoco me imbuyó ella directamente toda esa dolorosa y pesada carga: Por un lado, las escenas de violencia, de falta de respeto, y de dolor entre ellos sucedían delante de mí y de mi hermana sin que ella pudiera evitarlo, por la falta de control de mi padre, y porque ambos, especialmente él, habían decidido ser muy transparentes con nosotras. Y, por otro lado, parece que unos hijos están más predispuestos que otros a coger determinadas cargas; o cada uno las interpreta y elabora a su manera. Y vuelvo a hacer referencia a la constelación familiar que antes mencionaba y que me lo reveló recientemente: Yo decidí inconscientemente coger las cargas emocionales de mi madre, al igual que ella cogió a su vez las de su madre. Yo decidí hacerlo mío.

Y voy siendo consciente también de las consecuencias que esta simbiosis ha tenido en la conformación de mi personalidad, mi insatisfacción vital de antaño, ciertos miedos, mi falta de autonomía en algunos aspectos, mi inseguridad. Quisiera repasar estas consecuencias, listarlas brevemente, para tenerlas delante, observarlas con cariño, y seguir completándolas a medida que me siga dando cuenta de ellas.

### Consecuencias tóxicas de la simbiosis

**El resultado de una agresión siempre es un daño. Y lo importante es observarlo.**

- Inmadurez emocional y miedo: Derivado de no haber hecho un pasaje suficientemente enriquecedor por el padre (que luego repasaré más detenidamente), y derivado sobre todo de no haber desarrollado mi propio yo antes de salir al mundo. Yo sentía un miedo inmenso de la independencia emocional, y de desarrollarme como un ser individual y único. Quería estar siempre protegida bajo el manto materno. ¡Supongo

que nos pasa a todos, es tan cómodo! Pero las consecuencias son tan insatisfactorias...

- Culpa: Siempre presente. En lo concreto, lo identifico especialmente cuando quiero hacer algo que pienso que puede no gustar o simplemente no coincidir con la voluntad de los que me rodean, y especialmente de mi pareja. Pero luego está la culpa "abstracta", que está ahí no sé muy bien por qué. Más adelante la desarrollaré más, porque este sentimiento se hizo insoportable al morir mi madre.

- Victimismo y dependencia emocional: El origen está, una vez más, en la idealización de mi madre, vista durante mucho tiempo como una víctima de su marido. Un referente irreal, como luego he visto, con el que he funcionado durante más de 30 años, y con el que me he identificado. Y esta identificación con la debilidad de la víctima la he observado en la tendencia a sentirme a veces desatendida, con falta de cariño, desprotegida, sin respaldo. Y a buscarlo fuera, en lugar de buscarlo en una mayor confianza en mí misma. Había calado en mí la actitud pasiva que ella adoptó, de encogerse en lugar de afrontar con entereza la propia vida. Reconozco también mi propia responsabilidad, pues esta es una actitud mucho más cómoda que la de sacar pecho y afrontar.

- Inseguridad, falta de auto-estima y auto-exigencia: Miedo al fracaso. Miedo a hacerlo mal y a que me juzguen por ello. Auto-exigencia extrema y extremo perfeccionismo que me bloquea. Por una lado, al ser espejo la una de la otra, mi madre volcó en mí las exigencias que en realidad tenía hacia sí misma; por otro lado, yo siempre le daba la razón, porque se lo debía, por su sufrimiento manifiesto, y para que siguiera dándome su amor, tan necesario para mí. Además, yo me comparaba eternamente con una madre perfecta (agotador). Y finalmente, yo me exigía para lograr así la aceptación del padre, del que me alejé, como he explicado. Pero a continuación profundizaré más en este último aspecto, y en la figura del padre.

- Insatisfacción: Siento que, en cierta forma, yo rellené un hueco de mi madre, una carencia que ella debía haber rellenado de otra manera, con su marido, con su madre, o con una buena amiga a su nivel. Ella proyectó en mí un modelo de insatisfacción que yo luego reproducía conformándome, siendo conformista con ciertos aspectos de mi vida en lugar de plantearme abiertamente cambiarlos. Por ejemplo, mi primera pareja: A pesar de que yo elegí cuidadosamente una pareja menos dominante (aunque lo del dominio es cuestión delicada, porque luego he ido viendo que hay muchas formas de dominio, y mi madre ejercía con mi padre y con nosotras el suyo propio, a través precisamente de la dependencia, que es otra forma de poder, si ves que logras retener a tu

lado al ser del que parece depender...), hubo un momento en que yo tenía serias dudas sobre nuestra relación, pero le quería y, sobre todo, le admiraba, así que me conformaba. Y, además, estos pensamientos de duda me culpabilizaban. Pero no ponía solución, me bloqueaba. Observo que mi hermana, por ejemplo, siempre ha puesto punto y final a sus relaciones de una forma más abierta, asertiva y clara. Observo también que esta insatisfacción empezó a diluirse poco a poco al morir mi madre. Como si de un hechizo se hubiese tratado, empecé a rebelarme contra este modelo.

- Incapacidad para asumir riesgos: Esto es un poco consecuencia de lo anterior, de no encarar con entereza la propia vida. Así que, salvo en el amor, que es el único terreno en el que creo haber asumido riesgos, quizás por contraposición a mi madre, en el resto de facetas tiendo claramente al conservadurismo. ¡Me cuesta un montón echar órdagos al mus, salvo que vaya cargada de reyes!

-Tristeza/melancolía: Este año, sin ir más lejos, me he dado cuenta de que había acumulado una profunda tristeza que no era del todo mía. Mi madre fue una niña, diría, que muy feliz y muy querida en su entorno, por sus padres (especialmente su padre) y sus tías y tíos. Quizás se sintió muy decepcionada al no sentirse igual de "bien" querida por su marido y en general en Madrid. Sus expectativas quizás eran otras. Quizás se había imaginado que encontraría un compañero de vida "a la altura de" la figura de su padre, me temo que también, idealizada. El caso es que ella fue desencantándose, entristeciéndose, apagándose poco a poco, hasta sumirse en una profunda depresión. Y creo que, según mi patrón adquirido (ese patrón ancestral que presencié en aquella reveladora constelación), yo decidí también cargar con parte de esta tristeza y melancolía.

- El aislamiento, la soledad aprendida: Siempre sentí a mi madre muy sola. Esto hacía que, en la superficie, yo tuviera mucho miedo a estar sola en la vida, así que era muy extrovertida y sociable, y cultivaba muchos y diferentes círculos sociales, muchos muy superficiales. Hoy valoro más la verdadera y auténtica amistad, aquella en la que uno puede descansar tranquilo y ser uno mismo, sin preocuparse del "qué dirán".

- Mi significativa mala relación con la menstruación: Una relación que comenzó muy bien, pues me vino bastante tarde, y me puse muy contenta al "recibirla". Sin embargo poco a poco fue transformándose en dolor. Cada vez más dolor. Como bien hacen ver los autores de *La enfermedad como camino*, este dolor era un grito de mi feminidad por ser reconocida, aceptada y amada.

- Banalización del sexo: Siempre se nos habló de forma muy natural y abierta de ese tema, así que el sexo estaba incorporado como un aspecto más de la vida. Sin embargo, el haber invalidado a mi padre como hombre/marido en mi mente, y haber sentido a mi madre cada vez menos interesada y entusiasmada con el sexo ha tenido en mi vida connotaciones en su valoración profunda, que me ha costado re-educar. Comienzo ahora a profundizar en su valoración, su calidez y trascendencia para una vida sana y completa, para un descubrimiento más allá de las fronteras del cuerpo.

En definitiva, hasta hace muy poquito no me he sentido dueña de mi propia vida, ni de mis actos, pensamientos y deseos.

Muerte real de mi madre, desconcierto total de mi yo y desmoronamiento de los cimientos de mi vida

*La pérdida de la hija para la madre, y de la madre para la hija, es la tragedia femenina esencial.  
Adrienne Rich: Nacida de mujer.*

¿Qué supone la separación para que nos afecte tanto? Cuando nos separamos de alguien significativo para nosotros, experimentamos desazón. La causa suele ser el sentimiento de pérdida que se asocia al alejamiento de esa persona. Por eso yo no hice nunca esa separación. No me hizo falta, no quería, y mi madre tampoco.

Pero la vida, en su gran sabiduría, me trajo la despedida forzosa de mi madre, a través de su muerte. Y fue una despedida muy abrupta, y sin anestesia, pues ella se fue repentinamente, sin previo aviso, una mañana del recién estrenado verano de 1997. Supongo que debía ser así, para que mi/nuestra deconstrucción fuese más radical y sus ecos posteriores más profundos.

Os voy a contar el mito de Deméter<sup>3</sup> porque, además de precioso y emocionante, explica a la perfección, mucho mejor de lo que lo pueda hacer yo, la vivencia de la pérdida de la madre, que no es sino la pérdida de una misma. Este mito habla también de la grandeza de ser mujer.

Antes de iniciar el relato: La Enciclopedia Femenina de Mitos y Secretos, de Bárbara Walker, dice de Deméter:

<sup>3</sup> Maureen Murdock, *Ser Mujer, Un viaje heroico*, pág.123

En griego, *meter* significa "madre". *De* es el delta o triángulo, un signo genital femenino conocido como "letra de la vulva" en el alfabeto sagrado griego, como en la India era el Yoni Yantra o yantra de la vulva... Así, Deméter era lo que Asia llamaba el "umbral de lo femenino misterioso...la raíz de la que surgieron el Cielo y la Tierra". En Micenas, uno de los primeros centros de culto a Deméter, ésta aparecía (como en las antiguas formas de las diosas indoeuropeas) como Virgen, Madre y Crone o Creadora, Preservadora, Destructora...La forma virginal de Deméter era Kore, la joven, a veces llamada su "hija" como en el mito clásico del rapto de Kore que dividió los dos aspectos de la Diosa en dos individuos diferentes. La forma materna de Deméter tenía muchos nombres y títulos, tales como Despoina, "la Amante", Daeira, "La Diosa", La Madre Cebada; La Mujer Sabia de la Tierra y del Mar; O Plutón, "Abundancia"...La fase de Crone de Deméter, Perséfone, la Destructora, se identificó con la Virgen en los mitos posteriores, y así, la joven secuestrada al mundo subterráneo era a veces Kore y otras, Perséfone.

El culto a Deméter estaba bien arraigado en Micenas en el siglo XIII a.C. y continuó por toda Grecia durante unos dos mil años, para ser luego sustituido por el culto a Mitras y luego a Cristo. Su templo en Eleusis, uno de los mayores santuarios de Grecia, se convirtió en el centro de una refinada religión del misterio. Deméter fue adorada como "la Diosa" en Eleusis por los campesinos griegos durante toda la Edad Media, e incluso hasta el siglo XIX, cuando se le dio el título de Madre de la Tierra y del Mar.

Los primeros cristianos se oponían firmemente a los ritos eléusicos debido a su manifiesta sexualidad, aunque su objetivo era la "regeneración y el perdón de los pecados". Asterio dijo: "¿Acaso no es Eleusis la escena del descenso a la oscuridad y de los solemnes actos de relación sexual entre el hierofante y la sacerdotisa, solos juntos? ¿Acaso no están las antorchas extinguidas, y acaso no cree la asamblea grande e incontable del pueblo llano que su salvación yace en lo que esos dos están haciendo en la oscuridad?".

En la oscuridad renacemos.

El mito que se convirtió en la base de los Misterios Eléusicos fue descrito en el largo "Himno a Deméter" de Homero, que detalla la respuesta de Deméter al supuesto rapto de Perséfone por el hermano de Zeus, Hades, dios del mundo subterráneo.

Perséfone estaba cogiendo flores en el prado con sus acompañantes, las doncellas huérfanas de madre, Artemisa y Atenas. Allí se vio atraída hacia un narciso excepcionalmente bello con cien brotes. Cuando alargó la mano para cogerlo, el suelo se abrió y de la

profundidad de la tierra salió Hades, en su carruaje dorado tirado por caballos negros. Agarró a Perséfone y la llevó al mundo subterráneo. Ella se debatió y gritó a su padre Zeus pidiendo ayuda, pero éste no se la dio. Hécate, la diosa de la luna oscura y de las encrucijadas, oyó los gritos de Perséfone desde su cueva.

También Deméter oyó los gritos de Perséfone y corrió a buscarla. Con antorchas encendidas, buscó durante nueve días y nueve noches por tierra y por mar a su hija secuestrada. En su frenética búsqueda, no paró ni una vez para dormir ni para comer ni para bañarse. Muchas mujeres se sienten como Deméter cuando empiezan a buscar las partes perdidas de sí mismas, cuando sienten el desmembramiento después de tener un hijo, de separarse de una persona amada o de perder a su madre.

Al amanecer del décimo día, Hécate fue a Deméter y le dijo que Perséfone había sido secuestrada. Sólo lo había oído pero no había visto quién la había secuestrado. Sugirió que acudieran a Helios, el dios del Sol, que les informó de que había sido Hades quien había secuestrado a Perséfone y la había llevado al mundo subterráneo para hacerla su esposa contra su voluntad. Más aún, afirmó que el secuestro y violación de Perséfone había contado con la aprobación de Zeus, el hermano de Hades. Helios le dijo a Deméter que dejara de llorar y que aceptara lo que había sucedido.

Deméter se puso furiosa; no sólo sentía pena y rabia, sino la traición de su consorte, Zeus. Abandonó el Olimpo, se disfrazó de anciana y vagó de incógnito por las ciudades y los campos. Mientras duró el duelo de Deméter no hubo cosechas en los campos; la tierra quedó yerma. Cuando llegó a Eleusis, se sentó cerca de un pozo casi exhausta y llena de dolor. Las hijas de Celeo, el regente de Eleusis, llegaron al pozo y fueron atraídas por la belleza y la prestancia de Deméter. Cuando les dijo que estaba buscando trabajo como niñera, la llevaron a casa de su madre, Metanira, para cuidar a su hermano pequeño Demofón.

Deméter alimentaba al niño con ambrosía y en secreto le mantuvo en una hoguera para hacerle inmortal. Una noche, Metanira vio lo que hacía Deméter y gritó atemorizada de lo que le estaba haciendo a su hijo. Deméter se puso furiosa. Se alzó a su tamaño verdadero, revelando su identidad y toda su belleza divina y recriminó a Metanira por su estupidez. El cabello dorado de Deméter cayó sobre sus hombros y su presencia llenó la casa de luz y fragancia. Había recordado quien era.

Deméter pidió que se le construyera un templo y allí se sentó sola, llorando a Perséfone. Deméter era la diosa del grano, así que durante su duelo nada crecía ni podía nacer en la tierra. El hambre se extendió y los dioses y diosas del Olimpo no recibían ofrendas ni sacrificios. Al fin Zeus se dio cuenta. Primero envió a su mensajera Iris a implorar a Deméter que volviera. Cuando se negó, todas las deidades del Olimpo

acudieron a ella portando presentes y honores. La furiosa Deméter hizo saber a cada una que antes de que nada pudiera volver a crecer, quería que le devolvieran a Perséfone.

Zeus respondió. Envió a Hermes, mensajero de los dioses, para ordenar a Hades que enviara a Perséfone otra vez con Deméter para que ésta abandonara su ira y devolviera el crecimiento y la fertilidad a la tierra. Al oír que estaba en libertad, Perséfone se dispuso a marchar. Pero antes, Hades le dio semillas de granada, que ella, en su prisa por volver, se comió.

Hades devolvió a Perséfone a Deméter, que estaba fuera de sí de gozo al ver a su hija. Perséfone corrió ansiosa a los brazos de su madre y la madre y la hija se fundieron en una. Luego Deméter preguntó a Perséfone si había comido algo en el mundo de Hades. Perséfone dijo que aunque no había comido nada en el Hades, en su emoción por volver con su madre, había comido la semilla de Hades.

Deméter le dijo que si no hubiera comido nada podría haberse quedado con su madre para siempre, pero que como había comido la semilla, tendría que volver al Hades "durante una tercera parte cíclica del año", periodo en el cual la tierra quedaría yerma. El resto del año podría pasarlo con Deméter y la tierra daría su fruto. Después de haberse reunido madre e hija, Hécate volvió de nuevo y besó a Perséfone muchas veces y desde ese día se convirtió en su "camarada real". La primavera brotó y Deméter restableció la fertilidad y el crecimiento en la tierra.

En este mito observamos los tres aspectos de lo femenino que están separados y luego reunificados: La Virgen/doncella, Perséfone; la Gran Madre, Deméter; y Crone, Hécate. Perséfone es arrancada de la inocencia (inconsciencia) de la vida cotidiana hacia una conciencia más profunda de sí misma por Hades. Se ve iniciada en los misterios sexuales y se entrega a Hades, convirtiéndose en su consorte. Pierde su virginidad, su "unicidad en sí misma". Se convierte en la Diosa del Hades. El momento del salto adelante para una mujer es siempre simbólicamente una violación –una necesidad– algo que se apodera de ella con poder irresistible y supera toda resistencia (la muerte de mi madre, en mi caso).

Perséfone es arrancada de sí misma como hija de su madre y entra en las profundidades de su alma. Ésta posiblemente sea una experiencia universal para la mujer: la pérdida de su antiguo sentido de sí misma y la sensación de estar perdida, confusa y sumida en la depresión, para descubrir al fin que en estas profundidades yace un nuevo sentido de sí misma...El derrumbamiento se convierte en descubrimiento. La Perséfone de los ritos elúsicos que es la novia de Hades nos permite enfrentarnos a los momentos más imponentes de nuestra vida como parte integral de ella, como ocasiones de ver en profundidad.

Al hallar su nuevo sentido de sí misma, Perséfone no deseaba ya volver a su antigua posición en una regresión a su identificación con su madre. Por ello se traga las semillas de granada y asimila la experiencia de las profundidades. Ha comido la comida de Hades, ha tomado en sí misma la semilla de la oscuridad y puede ahora dar a luz su nueva personalidad propia. También su madre puede hacerlo. Perséfone se convierte también en madre, teniendo a su vez una hija que muere a ella y luego renace.

“Toda mujer contiene en sí misma a su hija, y cada hija a su madre; todas las mujeres se extienden hacia atrás hacia su madre y hacia delante, hacia su hija”.

C.G. Jung, *“Psychological Aspects of the Kore”*, Jung & Kerenyi, *Essays on a Science of Mythology*, p.215:

Cuando Perséfone es secuestrada, Deméter queda sumida en la pena y se rinde a su dolor. No come, bebe ni duerme durante nueve días y nueve noches (el nueve simbólico del embarazo). La pérdida de la hija es la pérdida de la parte joven y despreocupada de una misma. Es un momento de cambiar la perspectiva: del mundo exterior con su proyección hacia fuera, al viaje interior y el trabajo de la segunda parte de la vida.

Yo sentí ese dolor inconsolable cuando mi madre murió. Y, a partir de ese día, nada fue igual.

“Cuando es hora de una transformación de toda la personalidad, del nacimiento de una actitud totalmente nueva, todo se seca por dentro y por fuera y la vida se vuelve cada vez más estéril, hasta que la mente consciente se ve forzada a reconocer la gravedad de la situación y a aceptar la validez de lo inconsciente.”

Sheila Moon, *Changing woman and sisters*, p. 139.

➤ Dolor de separación radical, Rabia de abandono, culpa, agresividad.

Podría pensarse que esos modos de sentirnos unidos a personas y/o lugares conectan con vivencias profundas y lejanas, aquellas que pertenecerían al paraíso primario de nuestra infancia. De hecho, lo que se ocultaba en la ansiedad de la separación está emparentado con el sentimiento de soledad; ese fue el fantasma que bullía alrededor de aquella separación, y lo que la hizo tan dolorosa. La soledad a que hago referencia es inconcreta, es una vivencia cuyos orígenes son lejanos en el tiempo; es un sentimiento totalmente infantil, primario, y sus raíces diría que están en el nacimiento. Esta soledad tiene que ver con el

sentimiento de desprotección y de total invalidez que experimenta una niña, mi niña interior. La niña siempre imagina a la madre como la persona que le dará todo lo que necesita. Y en nuestro caso, como he explicado, mi apego y mi vinculación emocional con ella iba mucho más allá, pues ella era yo y yo era ella. Así que tuve que enfrentarme a aquella soledad sin apenas recursos propios que yo conociera o de los que yo fuera consciente. Yo no tenía autonomía para desarmar a aquella soledad, así que poco a poco se fue derrumbando mi mundo, el mundo que había construido según los principios que creía míos, pero que no debían serlo tanto, pues empecé a no reconocerlos, y a rechazarlos. O quizás lo rechazaba todo por pura rabia hacia ella.

Acerca de la culpa: La culpa que yo sentí tras la muerte de mi madre era, por un lado, muy concreta, pues se refería a mi falta grave por no haber logrado ayudarla a salir de la profunda depresión en que se sumió los últimos años de su vida, dejándose arrastrar finalmente a la muerte. Después de todo lo que ella había hecho siempre por mí, por nosotros, yo no cumplí *bien* con mi deuda. No podía perdonarme aquello. En mi descargo estaba el saber que, al menos, fui siempre buenísima, obediente y aplicada. Y me pregunto ahora: ¿¿Ese personaje de buena también lo construí en pago de la misma deuda?? En este trabajo de observación no podía dejar este capítulo tan sólo en estos dos apuntes, pues intuyo que la culpa ha influido siempre de forma significativa en mi vida y en la de mi madre, y en la de mi padre, de una forma omnipresente y muy bloqueante, sin saber de dónde viene, ni por qué está. Algo he leído, y lo plasmaré aquí porque me ha resultado interesante, pero sé que es éste un tema fundamental sobre el que seguiré investigando:

Según Montserrat Ros, el sentimiento de culpa, esa señal que experimentamos cuando tememos no cumplir con nuestros deberes, ese miedo a no hacer aquello que nos corresponde, es un rasgo universal del género femenino. No sólo nos hacemos cargo de los deberes que nos atañen, sino que además, de forma incomprensible, asumimos los que no nos corresponden. Desde muy pequeñas, las niñas sienten temor al castigo y experimentan culpa. La culpa es la expresión del peor de los miedos que se dan en etapas tempranas; surge a causa de cualquier tipo de transgresión, de cualquier desobediencia. Esa culpa oculta el miedo a perder el amor.

En la mujer adulta, la necesidad de valoración, de reconocimiento se manifiesta a través de la necesidad de *ocupar un lugar*, y así pone de manifiesto su necesidad de amor. El origen de esa necesidad estaría tal vez en el insuficiente reconocimiento inicial a la mujer por parte de la sociedad patriarcal en lo personal y en la adjudicación de un lugar. Además, el yo ideal femenino indica a la mujer su obligación de cuidar de los demás y de entregarse a ellos. Por extensión, esta obligación

incluye cuidar del hombre y entregarse a él, de modo que éste ya recibiría un cupo de amor no comparable al que la mujer recibe de él. Este extremo nos explicaría muchas de las conductas de la mujer. De forma que los sentimientos de culpa son, precisamente, el punto cardinal por donde más fácilmente se manipula a las mujeres.

¿Qué hay detrás de ese sentimiento femenino tan diluido e impreciso? Aquel que nos hace sentir vivencias tan imprecisas como: "Algo habré hecho mal, aunque en realidad no sé qué es". Parece que las mujeres tenemos miedo de no cumplir unas expectativas que unas veces nos señalan y otras nos señalamos, aquellas que forman parte del *ministerio de los cuidados y de los afectos*. La madre experimenta sentimientos de culpa al tener *en exclusiva* la responsabilidad del cuidado del hijo que ha gestado y ha alumbrado. El padre no lo experimenta si abandona al hijo porque ese sentimiento no está incluido en su agenda mental. No creo que exista un gen responsable de la culpa. Sí creo en esa "agenda" que se transmite de madres a hijas, y en la que todavía existen ventanas simplemente entreabiertas, en las que el padre necesita introducirse para descubrir y aceptar todo lo que desde allí se ve. Si lo asume, se enriquece y completa como persona.

La hija, por su parte siente que debe corresponder a los cuidados de la madre y, a lo largo de los años, acumula demasiada presión, fruto de esas exigencias no verbales que ella cree recibir.

Luego ambas, al moverse impulsadas por tanta exigencia, viven un poco contra natura. Además, ambas se mostrarán, en ocasiones, incapaces de expresar sus recíprocas frustraciones para no traicionar su propio ideal. Esta dificultad de la mujer para canalizar hacia fuera la agresividad es probable que esté conectada con todo el sustrato emocional que configura las relaciones madre-hija, construidas en un coto cerrado de obligaciones y deberes recíprocos, en parte reales y en parte ideales, en el que la *sobreprotección* puede ser el origen de un caldo de cultivo de futuras conductas masoquistas."

Acerca de la agresividad y la auto-agresión: La agresividad es la respuesta inmediata a las frustraciones. Cuando lo que nuestra naturaleza demanda no es satisfecho, surge la sensación de fracaso. Mi naturaleza no tenía recursos para asumir la separación de mi madre. La agresión inconsciente era en realidad un malestar difuso que se generaba dentro de mí por no saber cuidar de mí misma. Y aquello lo exteriorizaba de muchas formas: Primero, culpando a mi madre de alta traición por su cruel abandono. Después, al mundo, que me agredía sin parar, y sobre todo, dirigía mi ira contra mí misma, maltratando mi cuerpo, a base de horas de trabajo vehemente, de falta de descanso, de no tomar medicinas al enfermarse, de no cuidar mi cuerpo.

➤ Rebeldía, rechazo y ruptura con el modelo materno

Y aquella rabia de abandono se convirtió, por primera vez, en rebeldía, y me llevó a querer romper con ella y con todo lo que tuviera que ver con ella o con lo que ella había hecho: Y di la espalda a la feminidad, en todas las facetas que pude; la cerré a cal y canto. Y así, curiosamente, dejé de intentar aprender a cocinar, pues ya no podía llamarla a ella para que me diera sus recetas. Y así descarté la incipiente idea que podría haber albergado de casarme, pues "sin ella no lo disfrutaría". Y descarté la idea, que también me había surgido ya, de tener hijos. Aparte de vivir instalada en la amargura y en la ira, reaccionando contra todo y contra todos.

Otra consecuencia de aquella reacción de rechazo al modelo materno fue la ruptura con mi pareja. Claro que, de no haberlo hecho yo, seguramente lo habría hecho él porque no era fácil convivir conmigo desde la muerte de mi madre, pues, además de vivir instalada en la amargura y en la ira, reaccionando contra todos y contra todo, además, afloraron súbitamente unos celos incontrolables ¡El miedo al abandono hacía presa en mí de forma incontenible! Y aquella relación se fue deteriorando hasta que la rompí. Rompía así el modelo de permanencia perenne en el hogar que había observado en mi madre toda mi vida.

## **2. Pasaje al Padre: La libertad del foro; ampliación de la perspectiva**

### La función psicológica del padre

Hago referencia una vez más a Montserrat Ros para explicar la función psicológica que cumple el padre, "la ventana del padre", como ella la llama, en la formación de la identidad de la niña<sup>4</sup>:

"Si la madre y la niña han vivido en un círculo cerrado, en una espiral relacional, al padre le corresponde abrir ahí una ventana con dos finalidades: La primera es la de oxigenar el ambiente mediante su impronta afectiva; la segunda es recordar a la madre que ella tiene un deseo, más allá de los hijos, del que él es el destinatario. Según esta psicoterapeuta, la niña necesita librarse del dominio amoroso que ejerce la madre sobre ella y, en correspondencia, si el padre se introduce entre las dos puede ayudar a la niña y ayudarse a sí mismo, recuperando su lugar frente a la madre y devolviéndole a ella el espacio que le corresponde como pareja. Desde siempre, la niña ha visto al padre

---

<sup>4</sup> Montserrat Ros, *La Rebelión Insuficiente, La difícil relación madre-hija*, pág. 74

como alguien distinto, a quien dirige su atención y su interés, aún cuando físicamente no esté presente. La ausencia afectiva del padre puede potenciar la persistencia de la dependencia de la niña sino le presta su apoyo cuando ella inicia su alejamiento de la madre. El padre puede neutralizar a una madre absorbente, aquella que impediría el obligado distanciamiento de la niña hacia la autonomía; ésta es la meta del viaje, un viaje que la niña podrá y deberá hacer mediante la presencia y el *permiso* del padre. De alguna manera, es él quien permite que la niña pueda volver a la madre sin que experimente desamparo y soledad.

Según esta psicoterapeuta, sabemos también que gracias a la disociación en la que en esa época (los tres años) la niña se mueve, ella puede creer que los seres humanos son todos buenos o todos malos. Este primitivo mecanismo contribuirá a que la niña sea capaz de entusiasmarse por la figura del padre, ya que en la madre ha depositado la mayoría de las frustraciones que ha experimentado hasta entonces. Así pues, la madre se convierte en el personaje malo, y el padre en el salvador. Hay un juego de seducción mutua con el padre. Desear y ser deseada, amar y ser amada son las grandes necesidades de la niña en ese momento en relación con el padre. Necesita su amor, su interés, su dedicación. Se identifica con quien ama. Quiere ser como él, está fascinada por aquel personaje distinto y nuevo que se instala en su tierna mente. La niña tendrá que alejarse parcialmente de esta situación tan fascinante como irreal para volver a acercarse a la madre, que es su igual y con quien necesita identificarse, si la ama y quiere ser como ella. Este proceso, necesario, la volverá conectar con su dependencia y con aquellas vivencias de autonomía que la llevaron a alejarse de la figura materna. La entrada de la figura del padre supone un nivel de maduración superior. La niña ha pasado de la fusión con la igual a la atracción por lo diferente. A partir de ahí se abre mentalmente la ventana de lo novedoso.

La relación con la hija evoca en el padre vivencias reales o fantaseadas conectadas con las que sostuvo con su madre. El padre no siempre puede ayudar a la hija de la manera que ella necesita, porque no se reconoce en la niña como sí hace en el niño. En la mayoría de los casos, el padre juega y seduce a la niña, pero no se identifica con ella, pues él tuvo que renunciar a la identificación con su madre para definir su identidad. En la medida en que el padre tuvo una buena relación con su madre, podrá acercarse a la hija, acogerla, provocarla y jugar con ella. Pero puede ocurrir también que el padre se aleje del compromiso emocional con la hija. Este proceso reflejará, a modo de espejo, hasta qué punto acogió bien sus propios aspectos femeninos o hasta qué punto los rechazó."

Pues bien, si todo eso es así, y aunque yo no tengo recuerdos de esa temprana época de mi vida, diría que yo no me alejé nunca lo suficiente de la madre, y no hice este acercamiento tan enriquecedor al padre en el momento adecuado, sino muchos años después. De hecho, en mi mente considero a mi padre prácticamente ausente de mi vida emocional hasta los 15 años. Pienso que, si bien en la madre se depositan la mayoría de las frustraciones experimentadas hasta los tres años más o menos, también pudo suceder que, si la niña se mueve a esas edades en la disociación de creer que los seres humanos son todos buenos o todos malos, bien pudo suceder que metiera a mi padre en el saco de los malos, por su mal humor, sus frecuentes arrebatos coléricos, sus gritos y su impaciencia con nosotras, cuando llegaba a casa cansado y estresado del trabajo. Por otro lado, tampoco él tenía excesivo interés en los bebés, pues siempre nos ha confesado, tanto a mi hermana como a mí, que no le llegamos a interesar de verdad hasta que no pudo sostener una conversación más o menos racional con nosotras; lo dice en broma, supongo, pero algo hay de verdad en ello. Y, por último, su relación con su madre fue bastante tormentosa, y estoy convencida de que mi padre no tiene aún bien aceptado su lado femenino, que siento muy grande por otro lado, pues su sensibilidad es inmensa. Y su lado femenino anhela ser liberado de la prisión en la que está cautivo, y manifestarse sin ataduras, pero él no se lo permite, así que se manifiesta mal canalizado, y a borbotones.

En cualquier caso, mi padre no estuvo ausente en todos los ámbitos, porque mi madre le hacía partícipe de todo lo que nos iba ocurriendo, de todos nuestros hitos emocionales, especialmente cuando él empezó a tener que viajar mucho por trabajo. Y él se interesaba en escucharlo y en estar al día. Y ambos compartían muy equilibradamente la autoridad moral y la educación intelectual. Y siempre nos llegó su enorme generosidad, porque mi madre lo enfatizaba mucho, y porque era muy evidente. Y, a pesar de su ausencia, nos llegó siempre su amor, eso sí, mucho a través de mi madre, hasta que fuimos más mayores, y él comenzó a conectar directamente con nosotras. De hecho, fue él quién nos trasladó la curiosidad de su eterna búsqueda del sentido de la vida. Y nos hizo partícipes de sus inquietudes y también de sus descubrimientos: Un verano que pasamos los cuatro juntos en gran armonía, nos habló largo y tendido de Antonio Blay. Yo tenía veinticinco años entonces, y mi hermana veintidós. Recuerdo que nos dijo: "Seguramente ahora no os diga nada todo esto que os cuento, porque sois muy jóvenes, y tenéis otras inquietudes, pero un día podéis necesitarlo, y quiero que sepáis de este mensaje de autoconocimiento; no quiero que tardéis tanto como yo en encontrarlo". Estábamos en Sitges, donde él vivía en aquella época, frente al mar. Nunca le estaré lo suficientemente agradecida.

Pero esta ausencia emocional del padre en la tierna infancia, unida a la simbiosis con mi madre, que me fue alejando aún más de él, me impidió beber de esa fuente cargada de significados emocionales desde la diferencia con lo igual que es la figura paterna. Y de ahí surgen temas que trabajar, como el deseo sexual y la falta de autoestima derivada de la inseguridad de no haber tenido la vivencia profunda de saberse amada por ambos progenitores. La respuesta del padre al juego erótico que la niña inicia con él es fundamental para evitar que en ella se desarrolle una baja autoestima, que se dará si no halla en él la respuesta y la implicación que espera.

La aprobación del padre o de otros sustitutos del padre, normalmente conducen a un desarrollo positivo del ego en la mujer. Pero una inhibición o una intervención negativa por parte del padre, o figura similar, hiere profundamente el sentido que una mujer tiene de sí misma. Esto puede conducir a la sobre compensación y al perfeccionismo.

Es mi caso, desde luego. Tal vez la niña que fui entendió que su persona no ofrecía demasiado interés para el padre.

Y continúan explicando estas psicoterapeutas que si este inicio de flirteo amoroso cae en el vacío, es posible que se presenten diversas consecuencias en su identidad, tanto en su vida sexual como mujer, como en sus relaciones con el otro sexo. El padre tiene la oportunidad, durante ese período, de abrir a la niña la ventana amorosa a modo de contrapeso de la dominación materna. Al crear un nuevo espacio mental, se construye la confianza en el otro; al introducir la diferencia sexual, nace la complicidad desde el amor recíproco y complementario. Una buena preparación para mantener más adelante relaciones sanas y equilibradas.

Yo no me reconozco grandes traumas ni problemas con los hombres, ni rechazo a la figura masculina, ni gran idealización de la misma. Sí sé que huelo a los hombres violentos a distancia, y cuando digo violentos no me refiero a maltratadores, sino a cualquier carga violenta de tensión. Y que no he parado, inconscientemente, hasta encontrarme al lado de un hombre muy tranquilo y casi siempre relajado.

Si bien yo no tengo la sensación de haber pasado por el mundo de Papá a una edad temprana, sí tuve esa necesidad algún tiempo, no mucho, después de la muerte de mi madre. Y se dio la circunstancia perfecta, como siempre. Como consecuencia de mi separación de pareja, me fui a vivir con él. O mejor dicho, él me volvió a acoger en su casa. Mientras yo buscaba y amueblaba un apartamento, vivimos juntos durante ocho meses que fueron muy especiales y significativos para mí.

Durante aquel tiempo conocí a un hombre que me conmovió mucho, y que me hizo olvidar al padre ogro que estaba tan a menudo de mal humor. Por primera vez no me colocaba delante de él ni como mi padre, ni como el marido de mi madre. Conocí a un hombre que intentaba salir adelante tras la muerte de su compañera, y que quería a toda costa seguir viviendo y ser todo lo feliz que pudiera, aunque le dolía mucho. Y lo bajé del pedestal, y nos tratamos de tú a tú. Y nos hicimos confidencias mutuas, y lloramos juntos a Mamá, y yo le lloré mi separación, y él me contaba acerca de sus ligues, y yo acerca de mi relación con el hombre casado, que a él no le hacía ninguna gracia, y que le removía bastantes cosas, y nos reímos juntos, y vimos películas... Fue una actualización bastante gorda de nuestra anterior relación, en la que nos manteníamos siempre a distancia prudencial. Y aquella etapa recolocó muchas cosas en mí, y me dio mucha paz, y mucha alegría sentirme cerca de él. Tenía tanta necesidad de eso.

Y diría que esta etapa resultó muy sanadora, en un momento en que yo iba comenzando a asimilar la muerte de mi madre. Así como sanadores y muy enriquecedores están siendo los años que han seguido, en los que la relación entre mi hermana y yo con mi padre se ha actualizado mucho, al adaptarnos del cuarteto de antaño al trío actual, una relación entre tres adultos iguales que se quieren y se respetan y se saben, los tres, en el camino de la conciencia, compartiendo experiencias de crecimiento muy significativas.

Quizás sea esto lo que me ha permitido hacer las paces también con mi lado masculino:

Según Maureen Murdock<sup>5</sup>, Las mujeres que se han sentido aceptadas por el padre confían en ser aceptadas por el mundo. También desarrollan una relación positiva con su propia naturaleza masculina, ya que tienen una figura masculina interna que las quiere tal como son. Esta figura apoyará sus esfuerzos creativos aceptándolos sin juicios. Linda Leonard describe su visión de esta figura masculina positiva, que ella llama el *Hombre con Corazón*: "es cariñoso, tierno y fuerte"; no tiene miedo al enfado, a la intimidad o al amor; "Está conmigo y es paciente, pero también inicia, se enfrenta, y es capaz de seguir su camino. Es estable y resistente; su estabilidad proviene de saber fluir con la corriente de la vida, de saber estar en el momento presente. Juega y trabaja, y disfruta de estos modos de ser. Se siente en casa en cualquier lugar, tanto en espacios internos como en el mundo exterior. Es un hombre de la tierra, instintivo y sexual, pero también es un hombre del espíritu, elevado y creativo".<sup>6</sup>

---

<sup>5</sup>Maureen Murdock, *Ser Mujer, Un viaje heroico*, pág.50

<sup>6</sup>Linda Schierse Leonard, *La mujer herida*, pág. 17

## El abrazo al héroe

Y otro tema muy importante que tuvo lugar al morir mi madre, aunque nunca lo hubiera relacionado con ello si no hubiera hecho esta capitulación, fue tirarme a degüello a por mi vida y mi carrera profesional. Ahora veo que hubo en ello mucho de reacción contra lo que simbolizaba mi madre de parálisis y falta de acción, y, sobre todo, de dependencia económica respecto de su marido.

Por un lado, la culpa lleva a querer obedecer los mandatos que la madre dejó, y el más importante era conseguir la independencia económica respecto de los hombres por encima de todo. Y por otro lado, era evidente que la vida de mi madre no era un buen ejemplo a seguir, así que opté, como muchas mujeres de mi generación, por "abrazar el estereotípico viaje heroico masculino", tal y como lo expresa Maureen Murdock. Es decir, por seguir el modelo masculino. Y abracé el mundo masculino de la competitividad – ya me había encaminado hacia ello años atrás con la elección "guiada" de unos estudios mega prácticos, ciencias económicas y empresariales-, así que me lancé de lleno a la competitividad en el trabajo para hacerme un hueco en ese mundo, y más aún, lograr éxito profesional para acceder a los grupos de poder, y todo por conseguir una sola cosa: el preciado tesoro de la independencia respecto a ellos.

Durante varios años, al principio de mi carrera, casualmente desde la muerte de mi madre, y al hilo de vivir situaciones de agresión, tanto de hombres como de mujeres, contra mí, quizás por ser tan ingenua (situaciones que probablemente yo atraía con mi miedo), fui borrando poco a poco mi dulce sonrisa y me fui reafirmando en una postura y actitud más dura y hostil, para protegerme (esto coincide con la ira y la rebeldía que expresaba antes en otro contexto). Ahora me doy cuenta de que aquello era el principio de mi autoafirmación; una tierra seca y árida... Y sí, resultaba desagradable, fea, antipática; ya no estaba dispuesta a sonreír, a tragarme más sapos, a anestesiarme y complacer. Hasta mi hermana me lo decía: "Estás dura, muy dura, Marta".

Era un intento, inconsciente, de identificación con lo masculino, de ser rescatada por lo masculino, y de romper con las imágenes establecidas de lo femenino. Era el comienzo del viaje del héroe: La mujer se pone la armadura, monta en su moderno corcel, deja atrás a su amado (en mi caso, a mi amada madre), y parte en pos de encontrar los tesoros de la independencia y del éxito. En esa época, percibía todo aquello, el mundo masculino, como sano, amante de la diversión y orientado hacia la acción. Los hombres consiguen hacer cosas. Y eso motiva mucho. Fue una etapa muy importante para mí, y para el desarrollo de mi ego y de mi afirmación personal. Al morir mi madre, casualmente, me cambié de empresa, y empecé a prosperar. ¿O quizás

era que ya no me quería conformar más? Me busqué, o encontré, un modelo, un referente, un aliado masculino que me fuera mostrando las etapas del camino en aquel mundo nuevo, mi jefe, que me enseñó a ser muy buena en mi trabajo, y me alié con él sin reservas. Y al principio resultó apasionante: Me zambullí en valores como la implicación en un proyecto, el trabajo, el esfuerzo, la responsabilidad en el cumplimiento de objetivos, la profesionalidad, la valentía, el poder, la competitividad, y mejoré cualidades como la disciplina, el trabajo en equipo, el liderazgo, la capacidad de tomar decisiones y de dirigir un equipo, la priorización, la proyección de estrategias, la fuerza de materializar ideas, lo que da un valor enorme a la creatividad. Y obtuve valoración (que no autovaloración) y éxito. El suficiente.

Pero toda esa sensación de éxito era ficticia, pues me fui dando cuenta de que yo no tenía existencia salvo en el espejo de la atención o de la definición por parte del varón. Es como si te fueras haciendo como un hombre para hacerte "querer" y aceptar por ellos.

En Alicia en el País de las Maravillas, Lewis Carroll parodia la creencia de que aquéllos que tienen poder político en el mundo pueden definir las identidades de los que no lo tienen.

Tweedledum y Tweedledee dicen a Alicia que ella únicamente existe en la imaginación del Rey Rojo:

-Él está soñando ahora -dijo Tweedledee- ¿Y qué crees que está soñando?

Alicia dijo:

-Nadie puede saberlo.

- ¿Y por qué no en ti? -Exclamó Tweedledee palmoteando triunfalmente-. Y si dejara de soñar contigo, ¿dónde crees que estarías?

- Donde estoy ahora, por supuesto- dijo Alicia.

- No estarías en ninguna parte. Porque tú eres únicamente una especie de criatura de sus sueños.

- Si el rey se despertase -añadió Tweedledum- te esfumarías ilo mismo que la llama de una vela!

En aquella época yo trabajaba a destajo, hasta las mil, sin valorar mi esfuerzo, como si fuera mi obligación, una necesidad (esto coincide con la falta de atención y cuidados a mi cuerpo, que contaba antes). Y de eso, ellos, los demás en general, se aprovechan, claro. Siempre me sorprendía que yo fuera de las más currantas, tanto desde que era el último mono hasta que fui la directora de un departamento: siempre curraba la que más. Claro, porque yo quería, tenía ese chip instalado a fuego.

Las mujeres de este tipo logran triunfar en lo profesional, pero difícilmente se puede confiar en ellas en el terreno de sus emociones y de las relaciones. Su figura interior masculina no es la de un hombre con corazón, sino la de un tirano codicioso que nunca está satisfecho. Nada de lo que ella haga es suficiente; siempre la empuja diciéndole "más, mejor y más rápido", sin reconocer sus deseos de sentirse amada, satisfecha, o simplemente, de descansar.

En aquella época me separé de mi pareja, pues mis objetivos personales y mis prioridades nada tenían que ver con vivir armoniosamente en pareja ni con crear una familia. Todo aquello había quedado descartado al morir mi madre.

En aquella época inicié una apasionada y frenética relación con un hombre casado; otro modo más de rebelarme crudamente contra mi madre, y buscar la pasión en lugar de la aburrida (por decirlo suave) "estabilidad" matrimonial. Y esta relación, junto con otras revelaciones, me ayudó posteriormente mucho a darme cuenta de mi profunda insatisfacción vital. A darme cuenta de lo que es el sacrificio. De mi anhelo de compartir en profundidad con alguien que me quisiera de verdad. De mi valor. De que yo merecía más. Mucho más. Pero que eso no lo iba a encontrar en el mundo exterior.

Y en aquella época sufrí las enfermedades más graves y significativas de mi vida: Al principio de mi carrera, recién muerta mi madre, padecí una extraña infección inmunológica que me afectó gravemente a los ojos, hasta el punto de casi atravesarme la cornea. En efecto, yo no quería aceptar la muerte de mi madre, y no quería ver lo trascendente de su significado...

Y posteriormente, en los años de actividad profesional más acelerada, trabajando día y noche, aunque divirtiéndome con ello, mi cuerpo, más sabio que yo, terminó por agotarse y se paró, a través de una sacroileítis aguda que me dejó anclada a una silla sin poder moverme durante más de un mes. Y me paré.

"A medida que aumenta el corte entre su cuerpo y su espíritu, la mujer pierde la capacidad para reconocer los límites de su cuerpo contrayendo enfermedades o aumentando sus dolores. Las mujeres acceden a su espiritualidad a través del movimiento y del despertar del cuerpo, así que una negación del cuerpo inhibe el desarrollo espiritual de la heroína, que ignora su intuición y sus sueños para seguir las actividades más seguras de la mente".<sup>7</sup>

---

<sup>7</sup> Maureen Murdock, *Ibíd*, pág. 40

## Autoconocimiento y transformación

Y al pararme, algo muy gordo se movió en mi interior: Comenzó la toma de conciencia. En ese momento se reactivaron las conversaciones con Papá de años atrás acerca de su eterna búsqueda, y de sus reveladoras lecturas de los libros de Antonio Blay. Y busqué ayuda. Verdadera y sinceramente, busqué un camino hacia la luz. Y el Universo me escuchó. Y, una vez más, mi padre puso en mi camino a dos seres de bondad y verdad, dos maestros que me mostraron la dirección hacia el camino del autoconocimiento: Primero llegó Ella, Paloma Crisóstomo, discípula de A. Blay e inmensa mujer de Amor, Luz y Energía. Ella fue una segunda figura materna, y con quién por primera vez contacté con mi fuente, y supe claramente del Amor que soy. Algo más tarde apareció Él, José María Doria, y fue un faro cuyo haz de luz no sólo me permitió alumbrar y estructurar aquel presente confuso, arrebatado y árido, permitiendo que descubriera en mí recursos de los que no sabía, sino que dejó en mí un rastro que he vuelto a retomar años después, para aprender con él a ejercer lo que intuyo pueda ser mi propósito de vida: El acompañamiento a los demás.

Así que, una vez relajada de los primeros miedos, y de la ambición por comerme el mundo, ya en un camino de crecimiento, logré compaginar mis dos mundos, y aplicar otros modos en el trabajo, al menos con los compañeros que tenía más cerca, y fui sintonizando con otros seres afines, en aquel mundo empresarial extraño, sordo, ciego, loco. Y, sobre todo, fuera de él. En realidad, fui sintonizando conmigo misma. Mi aridez comenzaba a humedecerse, y volvía poco a poco el verdor. Ya no culpaba a nadie de mi destino. Ya era una nueva mujer, y lo sabía, y empezaba a conocer mis sentimientos, era más humilde y consciente del sacrificio que estaba haciendo, ya no para lograr mi independencia, sino para mantener el nivel de vida que tenía, y porque no tenía claro aún mi propósito de vida. Y logré, durante un tiempo, entusiasmarme en un trabajo en equipo, y desarrollar mi estilo propio y mi propio criterio profesional, uniendo mi sensibilidad, mi intuición, con la utilización constructiva de opiniones ajenas, y mis conocimientos básicos y la experiencia profesional acumulada.

En esa época conocí a mi pareja actual, un hombre con corazón.

Fueron buenos tiempos, pero no impidieron que llegara a la misma conclusión:

Después de 15 años metida en aquel mundo de hombres, me di cuenta de que ellos, en su mundo, casi nunca te aceptan como a uno de los suyos (especialmente si tu criterio te lleva a discrepar

excesivamente de la norma establecida). Te dejan subir unos cuantos peldaños, pero casi nunca acercarte a la cima. Muy pocas son las elegidas, y pagan un precio muy caro. Pero, independientemente de si te dejan o no, y de si llegas o no a ninguna parte, sientes una profunda insatisfacción y un profundo vacío por haber sacrificado tanto para formar parte de algo que atenta contra tu propia naturaleza: te ves a ti misma esclava del reloj, exhausta, llena de dolencias asociadas con el estrés. Te das cuenta de que has sacrificado cuerpo y alma, y entonces te preguntas: ¿¿¿En qué me he equivocado???

Y pedí salir de allí, y de allí fui, un día, proyectada hacia otra realidad, otra vida.

### **3. De la integración a la libertad**

#### Integración, separación definitiva de la madre y liberación

Y este mágico cambio externo propició la oportunidad de elegir vivenciar un año transpersonal, dedicado a la observación de la realidad interna. Un año dedicado a aprender lo más importante: Escuchar a mi Maestra Interior. Un año en el que he sentido la conexión con mi madre, y su fuerza y su apoyo como nunca antes.

Un año que comenzó con la importante decisión de no aceptar otro trabajo similar al anterior, por muy sugestiva y brillante que sonara la oferta. Decidí, en cambio, apuntarme a este curso.

Un año que continuó, sorprendentemente para mí, soltando durante varios meses las cargas ajenas, las de ella, las de Mamá. Viejas adherencias cargadas de tristeza y melancolía infinitas. Y llegó el vacío, y una ligereza inusitada. En este año, he vuelto a mi madre, desde otro lugar, vacía, y de nuevo abierta a mi propia esencia femenina, que había dejado congelada diez años atrás, a raíz de la traición de su muerte súbita. Y en esa apertura a la Femenidad, supe que ya era madre en alguna otra dimensión. Y, entonces, me quedé embarazada.

Hoy, por fin he comprendido que la vida de mi madre es suya, y la mía es mía. Y las he separado definitivamente, agradeciéndole profundamente por haber sido mi madre. Y he tomado mi propio rumbo, dispuesta a vivir mi propia vida.

Al mismo tiempo, mi feminidad re-encontrada se ha sumado a mi parte masculina: Es como si se estuvieran interiorizando las habilidades aprendidas a lo largo del viaje heroico, y se estuvieran integrando con la

sabiduría de mi naturaleza femenina, en el "matrimonio sagrado"<sup>8</sup>: "El matrimonio sagrado es el matrimonio del ego y el ser. La mujer heroica llega a entender la dinámica de su naturaleza femenina y masculina y acepta ambas al mismo tiempo. El resultado de esta unión es "el nacimiento del hijo divino". La mujer se da a luz a sí misma como ser divino y andrógino, autónomo y en un estado de perfección en la unidad de los opuestos. Está plena."

"El nacimiento del "niño divino" y su significado ha llegado hasta nosotros por la mitología, pero más aún por lo que hemos aprendido sobre el proceso de individuación. Mientras que para la mujer, el nacimiento del hijo divino significa una renovación y deificación de su aspecto de animus-espíritu, el nacimiento de la hija divina representa un proceso aún más central, relevante para su ser y su integridad."<sup>9</sup>

"De la unión del Espíritu (Psique) y del amor (Amor) nace una hija sagrada a la que llamarán Placer-Gozo-Dicha. Así también, el matrimonio sagrado une los opuestos, dando a luz la integridad extásica."<sup>10</sup>

Y June Singer escribe así:

"Una persona sabia dijo una vez que el objetivo del principio masculino era la perfección, y que el objetivo del principio femenino era la realización, la terminación. Si eres perfecta, no puedes estar realizada, completa, porque debes omitir todas las imperfecciones de tu naturaleza. Si estás realizada, completa, no puedes ser perfecta, porque estar completa significa contener tanto el bien como el mal, el acierto y el error, la esperanza y la desesperanza. Así que tal vez sea mejor contentarse con algo menos que la perfección y algo menos que la realización. Quizá tengamos que estar más dispuestas a aceptar la vida como nos viene."

June Singer, *A silence of the soul*, p32

Mi visión constante es la de un prado florido, verde, fértil, saludable y húmedo, con árboles y un horizonte que se pierde ante mi vista.

---

<sup>8</sup> Maureen Murdock, *Ibíd*, pág.201

<sup>9</sup> Erich Neumann, *Amor y Psique: El Desarrollo Psíquico de lo Femenino*.

<sup>10</sup> Maureen Murdock, *Ibíd*, pág.203

### Un nuevo yo: Una mujer libre

¿Qué es la libertad? Durante un tiempo, creí que la libertad se ganaba triunfando en el foro.

Pero las batallas no se ganan en el foro si antes no se ha ganado en cada gineceo particular la madurez emocional. Y esta madurez se obtiene trascendiendo la dependencia, la interna, ésa que se aposenta sobre la falta de confianza emocional. Porque la libertad para pensar y actuar está relacionada con esa confianza que permite poner en marcha el potencial, genético y cósmico, siempre presente.

Porque ¿qué es lo que nos impide hacer uso de esa libertad que nos permite darnos cuenta de cómo pensamos y cómo sentimos? Múltiples factores: Desde cierta ausencia de curiosidad respecto a una misma, a una falta de confianza en los propios recursos. Todo ello unido a los temores que el uso de la libertad comporta, el miedo a nuestra propia grandeza. Y ahogamos nuestra libertad. Y nos mantenemos en la ignorancia.

Si hablamos de las mujeres en general, durante siglos la dependencia ganó la partida a la confianza. Si hablo de mi madre en particular, también fue así en su vida. Y si hablo de mí: Ha sido así hasta ahora. Un "ahora" cuya frontera se extiende a lo largo de, podríamos decir, los últimos ocho años de mi vida. Ocho años de observación, y voy teniendo algo más claras las formas que adopta la dependencia. Y esa lucidez me da confianza para probar cambios, cada vez con menos miedo a caerme o equivocarme. Y esa confianza me da fuerza y me motiva a seguir este viaje hacia la libertad individual. Así que sigo observando.

La cultura reductora ha pontificado para que las mujeres se olviden de sí mismas, de sus normales necesidades, para entregarse a los demás. La mujer ha sido la gran destinataria de los valores impuestos. Y eso es como si habláramos de un sucedáneo del verdadero yo. El auténtico yo femenino quedaría camuflado a causa de tanto condicionamiento social. Y los pseudovalores de la cultura reductora tenían el éxito asegurado porque la mujer había aprendido desde siempre a cuidar.

Pero ¿ha aprendido también a cuidar de sí misma? Cuidar al otro sin haber aprendido a cuidar de uno mismo puede convertirse en un fracaso anunciado. Así lo viví en mi madre. Como sabemos, el amor bien entendido siempre empieza por uno mismo.

Me fascina el paralelismo entre mi propia búsqueda de libertad y la del género femenino al completo, entre mi viaje y el de todas las

demás mujeres: El haber puesto luz y orden a mi relación con mi madre me está trayendo muchos regalos: Siento la satisfacción de haber hecho, aunque tardía, mi revolución contra su poder omnipotente (como ella hizo su revolución contra su madre), liberándome yo, y liberándola también a ella. La he aceptado, y la he reconocido, agradeciéndole todo lo recibido de ella durante nuestra vida juntas. Y siento una apertura inmensa y una conexión muy intensa con las demás mujeres, a las que reconozco como mis hermanas desde que me empiezo a reconocer a mí, y en las que me reconozco desde mi particular diferencia.

Montserrat Ros afirma que si no ha habido más solidaridad entre las mujeres históricamente, ha sido, además de por estar enredadas en la telaraña materna, por una antigua creencia presente aún en muchas mujeres: El convencimiento de que por el hecho de ser mujeres conocían y conocen muy bien a las otras mujeres, de que "Todas son iguales que yo", de que "Podrá engañar a un hombre, pero a mí no".

Y es que debido a la históricamente maltrecha autoestima femenina, debía resultar muy duro reconocer la valía de otra mujer. Es decir, desde las propias mujeres faltaba la confianza y la valoración de sus congéneres.

Pues bien, después de comprobado lo que cuesta conocerse a una misma, está claro lo poco recomendable que sería asumir dicha creencia. No, al revés: Si yo soy libre, todas las mujeres son libres, absolutamente libres de ser lo que deseen ser, y eso incluye poder ser totalmente diferentes a mí. Y acercarme a cada una me enriquecerá siempre.

Mi deseo en mi camino a la libertad es el de colaborar activamente a la apertura y el desarrollo de un nuevo pensamiento, un pensamiento que supera la concepción universal del pater familias como jefe organizador del universo mental. Un pensamiento que no se enfrenta al de él, ni se compara con él, sino que surge desde la mujer, como complemento armonioso. Ese guión de pensamiento lo estamos construyendo las mujeres, al escribir cada una el suyo propio.

¿Y cómo se escribe ese guión? Construirse como mujer todavía no es fácil. Es evidente que la mujer como tal, en su esencia, todavía no está definida en la misma medida que lo está el hombre. La maternidad puede ser un freno a ese ejercicio de diferenciación. Al quedar tan vinculada a sus hijos, la mujer se ha visto obligada a trabajar aún más su propia identidad, que la diferencia de las otras mujeres.

Por otra parte, la mujer quedó enrocada durante siglos en los sentimientos de culpa, profunda y extensa. La problemática solía plantearse en términos de "Si soy libre siento culpa", o bien "Puedo librarme de la culpa sin ser libre".

Pero quien ha sufrido las grandes carencias es la mujer, y no la madre.

Entonces, ¿qué nos sucede a las mujeres? Y vuelvo a observar ese paralelismo en el que sé que no estoy sola, aunque sepa que el camino a la libertad individual lo debo recorrer yo pasito a pasito:

Las mujeres todavía no estamos bien definidas, instaladas y aceptadas en todos los lugares de la sociedad como lo está el hombre, pero lo estamos haciendo, aunque en muchos campos seamos unas recién nacidas. Uno de los lugares donde esto se ve con mayor claridad es en el descubrimiento y el conocimiento como sujetos activos de deseo. Deseo de ser, deseo de hacer, porque ser mujer no es un diseño universal, como ocurre con la madre. Así que cada mujer tenemos que buscar y descubrir en qué y dónde apoyamos nuestro ser para sentirnos mujer.

Ser sujeto de deseo, además de desear tener un hijo o no, equivale a desear un amor, un propósito de vida, un trabajo, unas metas.

“Las mujeres de hoy están logrando el valor de expresar su visión, la fuerza para establecer límites y están dispuestas a hacerse responsables de sí mismas y de los demás de una forma nueva. Están recordando a la gente sus orígenes, la necesidad de vivir velando, y su obligación de preservar la vida en la tierra.”<sup>11</sup>

Mi proceso ha sido:

1. Vivir en la ignorancia y el miedo de la simbiosis materna, alejada del padre, y desconectada de mi esencia.
2. Sufrir el abandono y la desesperación de sentirme perdida sin el apoyo de la muleta materna, y juzgar a ambos progenitores por ser los causantes de mis desgracias e invalidez.
3. Buscar la luz a través de la observación tenaz y obstinada (esta tesis es todo un ejercicio de obstinación) para ver la realidad sin distorsiones, sin confusiones y con más claridad, y tomar conciencia de ella.
4. Aceptar mi situación. Profundizar en mi identificación con Mamá, y, aunque no he logrado entenderla, si, desde luego, perdonarle los errores. Entender a Papá. Sentir cómo le necesito. Y abrirme a perdonar y a perdonarme yo. Y abrirme más.
5. Mi revolución personal: Integrar mi parte masculina y mi parte femenina. Asumir el espacio que a cada uno corresponde, y asumir por

---

<sup>11</sup> Maureen Murdock, *Ibíd*, pág. 232

tanto mi responsabilidad para separarme emocional y psicológicamente de Papá y Mamá para siempre, para emprender mi camino a la libertad.

Estoy en la 5ª fase. Y supongo que esta es una revolución interna que se va a mantener, siempre atenta, siempre subida en la ola del cambio constante, a lo largo de la vida, y siempre confiando en el conocimiento que emana del interior, en mi Diosa interior, e irlo distinguiendo claramente del exterior.

Y en mi revolución personal interna quisiera abrir nuevos caminos, y crear nuevos modelos por los que regirme, pero, sobre todo, estar lo más atenta a vivir en el Aquí y en el Ahora. Y reconozco que muchas veces tengo miedo: Estos nuevos caminos no proporcionan la red protectora que ofrecían los viejos modelos de Mamá y Papá. Este viaje a la libertad es un viaje de aventura que conlleva riesgos. Aventura y riesgo están presentes en todo proceso creador en el que la agresividad (de Papá) y la dependencia (de Mamá) se subliman. Sé que sólo desde la autonomía personal puedo alcanzar una porción de satisfacción.

La vieja historia ha terminado, y el mito de la aventura heroica ha dado otro giro en la espiral de la evolución. La búsqueda del "otro", de un título, del logro, del reconocimiento, de la aclamación y las riquezas ya no es relevante.

Como bien dice Maureen Murdock, después de cuya lectura me resulta difícil expresarlo mejor:

*"Esa búsqueda equivocada ha costado muy cara al cuerpo y alma de la mujer, y a la estructura celular de la Madre Tierra. (...)*

*Las heroínas de este tiempo debemos usar la espada del discernimiento para cortar las ataduras del ego que nos atan al pasado, y descubrir lo que sirve a la meta de nuestra alma. (...)*

*Esta es en verdad la tarea de la heroína de nuestros días. Sana con cada aliento, cuando reconoce su verdadera naturaleza y nos alienta hacia el conocimiento. La heroína se convierte en la dama de los dos mundos; puede navegar las aguas de la vida cotidiana y escuchar las enseñanzas de lo profundo. Es la amante del Cielo, de la Tierra y del Hades. Ha adquirido sabiduría de su experiencia: ya no necesita culpar al otro, porque ella es el otro. Trae esa sabiduría consigo para dársela al mundo. Y las mujeres, los hombres y los niños del mundo quedan transformados por su odisea."*

Las mujeres somos tejedoras, somos sanadoras, somos amantes, somos alquimistas, somos buceadoras, somos cantantes, bailarinas, profetas y poetas; invocamos a la Madre Kali para ayudarnos a recordar quiénes somos mientras viajamos por la vida.

Kali, acompáñanos.  
 Violencia y destrucción,  
 recibid nuestro homenaje.  
 Ayudadnos a traer luz a la oscuridad,  
 a sacar el dolor y la ira  
 a donde pueda verse como lo que es:  
 el fiel de la balanza de nuestro  
 amor vulnerable y doliente.  
 Pon el hambre salvaje en su sitio,  
 Dentro del acto de creación,  
 Poder desnudo que forja un equilibrio  
 Entre el odio y el amor.

Ayúdanos a ser las siempre esperanzadas  
 Jardineras del espíritu,  
 que saben que sin oscuridad  
 nada puede nacer,  
 como sin luz nada florece.

Recuerda las raíces,  
 Tú, la oscura, Kali,  
 impresionante poder.

May Sarton, de *The invocation to Kali*, recopilación de Laura  
 Chester y Sharon Barba. *Rising Tides*, p.67

Mi nuevo yo en su faceta de madre consciente, presente y amorosa

Yo soy antes mujer que madre. Y también quiero ser madre. No "la mejor madre", ni siquiera, como se suele decir, una "buena madre", sino ser madre siendo yo misma. Ser madre siendo consciente de que es un rol más, un rol para las veinticuatro horas del resto de mi vida, eso sí. Pero confío, porque sé que para el despliegue de este rol voy a recibir más ayuda si cabe que para cualquier otro de los que pueda desempeñar, pues está, además del apoyo del universo, como siempre, está, ahora y siempre, el empuje de mi naturaleza femenina, de la conexión con la energía de la tierra, y mi receptividad, mi intuición, mi paciencia, y la sabiduría milenaria de todas las generaciones de mamás anteriores a mí manifestándose a través de mí, junto, por supuesto, al apoyo de mi hombre con corazón y la manifestación, a través de él, de todas las fuerzas yang.

No sé hasta qué punto será cierta la afirmación de que para ser una "buena madre" es preciso que la mujer se haya sentido buena hija. Lo que sí sé es que para mí resultaba de vital importancia revisar mi relación con la mía con la máxima distancia posible, algo que me ha resultado muy duro pero muy sanador y muy esclarecedor, para abandonar por un lado mi idealización infantil de ella y resituirla en un plano de iguales desde el que poder observar mi herida en lo femenino, expresarme y expresarle mis frustraciones de forma tranquila, y desde ahí hacer las paces con sus partes más sombrías, y aceptarlas verdaderamente. Y, desde ahí, también, perdonarme a mí misma por mis juicios y mi dureza reactiva de antaño, y agradecerle profunda, abierta y humildemente su vida a mi lado, y todo el amor que me ha dado y todas las cosas que me ha enseñado. De paso, ésta ha sido una revisión general que ha englobado también la observación de mi relación con mi padre, relación que ya se actualizó muy positivamente cuando mi madre murió, y que se seguirá actualizando constantemente, en una mutua apertura.

Se sabe que los hijos visualizan y sienten a la madre como la proveedora de todo, alimento, protección, y cuidados; amor. Por su parte, la madre teme provocar daño en los hijos si no cumple con el decálogo de obligaciones que tiene, por definición biológica y, sobre todo, cultural, hacia ellos. De forma que la relación madre-hijo parte de unas bases poco reales, muy idealizadas e incluso mitificadas, por lo que sería utópico pensar en un desarrollo del que no surjan ambivalencias. Lo contemplo. Sin embargo, es mi propósito estar muy atenta a observar el peso de los mitos en esta nueva faceta que estoy camino de alumbrar. Todas las madres son "suficientemente buenas" para el "desarrollo normal" de sus hijos. De lo poco que he leído hasta ahora acerca de la maternidad desde el punto de vista psicológico (hasta ahora me ha interesado más todo lo que se refiere al desarrollo del bebé), me quedo con algo tan sencillo como que "tanto el bebé como la madre están intuitivamente dotados para ser intérpretes virtuosos de las señales mutuas".<sup>12</sup> No existe la madre perfecta, como tal, porque, si fuese perfecta, eso sería negativo para el bebé.

También me ha llamado la atención la idea de que la maternidad es la oportunidad perfecta para reinventarse como persona. "Ser madre es una crisis normal; es una desestructuración parcial de la forma habitual de ser, y que exige una reestructuración, a menudo siguiendo trayectorias diferentes. La maternidad inicial es una crisis constructiva que ofrece un espacio y un tiempo en el que el cambio personal no es tan sólo más fácil de lo habitual sino incluso necesario. Es un cambio

---

<sup>12</sup> Daniel N Stern, Nadia Bruschweiler-Stern, Alison Freeland, *El nacimiento de una madre. Cómo la experiencia de la maternidad te cambia para siempre*, pág. 97

crucial en el que se forjan nuevas identidades a partir de algunas anteriores.”<sup>13</sup>

Así lo estoy viviendo, especialmente tras este ejercicio, realizado a lo largo de todo el invierno, que me está llevando a una renovación profunda de la que el embarazo es la primera gran consecuencia, pero no la única. Y me pregunto: ¿Qué clase de madre seré? ¿Cuál quiero ser? ¿Seré estricta, o tolerante, o permisiva, o flexible? ¿Seré ...?

Aprovecho este trabajo para escribir mi particular *DECÁLOGO DE VOLUNTADES*:

- ✓ Yo quiero, desde un grado de maduración mayor, ofrecer a mis hijos, y en particular al hijo que crece ahora en mi interior, mensajes estimulantes de libertad y conciencia, de alegría y confianza.
- ✓ Quiero que todas las habitaciones de la casa de la familia que estamos formando mi pareja y yo tengan ventanas. Y que corra siempre el aire fresco entre nosotros. Evitar establecer con mis hijos una relación endogámica, incorporando siempre plenamente al padre y a tantas otras personas que puedan resultar referentes distintos para ellos.
- ✓ Los hijos son eso, los hijos, y no es justo, y no es adecuado querer que cubran otros roles que no se han desarrollado como una hubiera querido con otras personas, sean éstas mi pareja, o mis padres, o buenos amigos o amigas.
- ✓ Tener presente el hecho de que lo que deseen o necesiten mis hijos muchas veces no coincidirá con mis propios deseos, o necesidades. Obvio al expresarlo, pero diría que lo más difícil de llevar a cabo de forma cotidiana, sobre todo en el discernimiento de la frontera entre lo que es una necesidad que debo imponer cuando ellos no tienen aún criterio, y lo que es un deseo que expresa una necesidad individual en la que no debo interferir, me guste o no.
- ✓ Recordarme muchas veces lo delicado de fantasear demasiado con su futuro, que sólo a ellos pertenece. Dejar que ellos elijan, que ellos decidan, que ellos se equivoquen, que ellos se tropiecen y se caigan. Y seguir ahí. Siempre, estar ahí, abierta.
- ✓ Fomentar que establezcan otros vínculos, con otros familiares y amigos. Cuántos más, mejor. Esto les abrirá el abanico de referentes, que podrán cotejar con los nuestros, y esto les ampliará.

---

<sup>13</sup> Daniel N Stern, Nadia Bruschiweiler-Stern, Alison Freeland, *Ibíd*, pág. 100

- ✓ Tratar al niño y a la niña (si tengo más de un hijo) por igual, con absoluta neutralidad.
- ✓ Y desde luego, y lo más importante: Fomentar su proceso de separación psicológica y emocional real de mí! Es mi voluntad estar muy atenta a esto. Y ahora sé que esto no consiste en esperar a su madurez y pretender entonces que eso suceda bruscamente. Esta separación se ha de trabajar desde la cuna, creando un espacio no sólo físico sino, sobre todo, mental, entre mí y mis hijos, y soltando lastre poco a poco, delegando más y más parcelas de autonomía para que, llegado el momento, ellos se vean ya navegando solos.

Salen ocho. Bueno, lo iré completando, pues aún faltan bastantes meses para el alumbramiento, si Dios quiere.

Quisiera detenerme un poco más en el segundo punto de este improvisado decálogo: la incorporación del padre:

Claro que no es una cuestión de darle yo permiso, pues el permiso se lo concede él a sí mismo, pero es cierto que la madre cuenta con el privilegio de la conexión más primaria con el bebé, y eso otorga ya un gran poder. De forma que es mi voluntad poner toda mi conciencia al servicio de la apertura de la relación a otros seres, y especialmente al padre. Darle un espacio propio al padre en el interior de la "Matriz de apoyo"<sup>14</sup>. Abierta, además, a descubrir nuevas facetas de él en esta nueva personalidad de padres que ambos estrenaremos pronto, y en la que aflorarán en cada uno valores, creencias y patrones educativos diferentes, fruto de modelos diferentes. Y quisiera que estuviéramos muy atentos a observarlos para decidir cómo queremos actuar, buscando el consenso en la solidaridad de nuestro común propósito, que es hacer lo que creamos mejor para nuestros hijos, siempre persiguiendo esa libertad.

Por supuesto, esto no impedirá que yo establezca mi propia y particular relación con ellos. Al igual que el padre hará lo propio. Y cada uno creará su propio territorio mágico y especial con sus hijos, complementariamente. Cada uno su espacio, los padres, y los hijos. Y cada uno creando sus relaciones libremente. Y los hijos bebiendo de dos fuentes complementarias, e igualmente necesarias para la formación de sus personalidades. Dos pilares que tendrán luego que ser derribados y trascendidos para construir ellos mismos los suyos propios.

Sé que en cada cosa que haga, mi hija/o irá adquiriendo lecciones básicas sobre cómo abordo yo todas las cosas, mi forma de relacionarme con los demás, mis valores, mis creencias...

---

<sup>14</sup> Daniel N Stern, Nadia Bruschweiler-Stern, Alison Freeland, *Ibíd.*

Todo lo absorberá. En este sentido, sólo me planteo una cosa: Seguir caminando hacia mi propia libertad, implicándome en la relación íntima de amar.

Aprovecho este período de espera que es el embarazo para prepararme yo, para crear un lugar en mi vida para esta nueva identidad. Un lugar que permita que me realice como madre, y que permita también que esta experiencia enriquezca mi vida como mujer. Estoy muy bien dispuesta a ello pues no puedo dejar de tener presente que cuando mi hermana y yo les hemos preguntado a mis padres de que estaban más orgullosos, cuando miran atrás, en sus vidas, ellos siempre respondían: Mis hijas, ser madre/padre para mis hijas.

También recuerdo siempre la respuesta de mi padre cuando un día, hace pocos años, le expresaba mis dudas y contradicciones acerca de la maternidad. El me dijo: "Verás Marta, desde la experiencia de ser padre, para mí no es tanto una cuestión de si una mujer quiere o no ser madre. La pregunta más bien sería: ¿Quiero de verdad no serlo? Nunca he podido olvidar aquella respuesta.

Un fuerte abrazo a todos, y gracias por estar ahí. Vuestra influencia, energía y apoyo todo el invierno me ha permitido materializar este trabajo.