





# A NAI QUE ME PARIU

Martina Carracedo

Título orixinal: A nai que me pariu

Autora: Martina Carracedo

carracedomartina@gmail.com

© A nai que me pariu, Martina Carracedo, 2019.

© da portada, Martina Carracedo, 2019.

© da imaxe, Marta Serrapio, 2019.

Corrección ortotipográfica: Sacauntos Cooperativa Gráfica.

[www.sacauntos.com](http://www.sacauntos.com)

Maquetación: Celia Arias Fernández

Todos os dereitos reservados

Queda prohibida a reprodución parcial ou total desta obra por calquera medio, sen permiso expreso da súa autora, segundo a Lei de Dereitos da Propiedade Intelectual.

# Índice

1. A NAI QUE ME PARIU.....	11
2. A FRIAXE .....	18
3. EMPEZA A CAER A VENDA .....	27
4. A MIÑA IRMÁ .....	35
5. A AVOA PEPA .....	44
6. TEMPO DE SILENCIO .....	47
7. O MEU PAI.....	55
8. O IRMÁN QUE NON COÑECÍN.....	61
9. ABALO, DEVALO.....	64
10. POLO TEU BEN .....	70
11. EXERCICIO .....	73
12. O MALTRATO DE CADA DÍA.....	83
13. MARTINA NO PARAÍSO.....	89
14. ABALO, DEVALO, ABALO, DEVALO .....	93
15. TERAPIA .....	98
Querida mamá .....	99
Segunda sesión de terapia.....	104
Terceira sesión de terapia.....	106
Cuarta sesión de terapia.....	107
16. CONCLUSIÓNS.....	110
NOTA DA AUTORA .....	115
BIBLIOGRAFÍA .....	117



Ás miñas fillas e ó meu fillo,  
A nai que os pariu sinte  
non o ter feito mellor.





A maioría das nais son quen de dar «leite»  
mais só unhas poucas poden dar «mel» tamén.

Para estar en condicións de dar mel  
unha nai debe ser non apenas unha boa  
nai, senón tamén unha persoa feliz.

Erich Fromm  
*A arte de amar*



# 1

## A NAI QUE ME PARIU

Si, o título non engana, esta historia vai diso, da nai que me pariu, de quitarlle santidade e baixala ó chan. Vai de remover, arrancar, esnaquizar, todos os tópicos típicos. Polo menos eu quero facelo coa miña, cada quen que lide coa súa como poida ou como lle pete.

Pero xa está ben de manter esa ilusión, esa fantasía de pensar que as nais, polo feito de selo, adquiren un halo de bondade, de sabedoría que, na maioría dos casos non se achega para nada á realidade. Xa vai sendo hora de liberarnos do cumprimento dese cuarto mandamento, desa renda que semella unha hipoteca imposible de pagar.

A realidade é outra ben distinta: hai nais tóxicas, manipuladoras amargadas moitas, moitísimas, que se agachan e se aproveitan deses tópicos e estereotipos para foderlle a vida ás súas fillas, sempre. Iso si, coa marabillosa desculpa de ser «polo seu ben».

O peor de todo é que na maioría dos casos isto funciona: as fillas tragamos e acontece que pasamos toda unha vida sufrindo un maltrato, claro que nuns casos máis sibilino que noutros, por parte das nosas proxenitoras. Mil desculpas agroman: «a miña nai é así. Tivo unha vida moi dura. O que tivo que pasar cando era pequena, tantos irmáns, un pai terrible, un pequeno ditador e blablablá».

u tardei máis de medio século en que me caese a venda dos ollos, como explico aquí neste resumo que colguei nalgúns foros da Internet:

Con máis de 50 anos, decateime eu de que a miña nai é unha manipuladora e que me utilizou toda a vida. No meu caso a miña irmá foi obxecto do seu desprezo e comentarios negativos mentres que a min me utilizaba de confidente e cómplice. Con 85 anos, enferma de varias cousas, decidiu vir vivir connosco para cambiar de aires e de médicos. Resultou fatal, pois só se amosou algo amable mentres estivo moi mal. Foi mellorar e empezar a amosarse como ela é: cínica, distante, artificial.

Logo duns meses na casa cun cambio nas nosas vidas importante, —mesmo de casa cambiamos para que se atopase máis a gusto—, non serviu de nada e adicouse a manipular a miña irmá para abrirse, cando me tiña pedido encarecidamente que non quería quedar nas súas mans por nada do mundo. En fin, un día na Internet procurei «nais manipuladoras» sen moita esperanza, e... caghi-

na! todo o que alí xurdiu, moreas de páxinas cheas de experiencias, relatos, testemuños, comentarios, foi todo un descubrimento e un empezar a abrir os ollos.

Disto xa van aló uns meses, cunha desconexión física case total, aínda que a mental e a emocional estanme a resultar moi difíciles, pero ó mesmo tempo esclarecedoras. Amosáronseme cousas da miña infancia, da miña familia, que ben puideron marcar a miña traxectoria vital até agora. Visitei un lote de páxinas da Internet, levo lido unha morea de artigos e libros, dende Louis Hay, até Alice Miller, pasando por Lucía Etxebarria, ou o Dr. Salomon Sellan.

Voulle pór coraxe a cousa e non enganarme a min mesma, neste momento non sinto amor ningún pola miña nai, tal é a realidade. De momento non me caeu o tellado enriba para esmagarme despois de pensar e escribir máis tarde estas duras palabras, pero aínda pode ser que en días futuros unha centella me coma ou un mal raio me parta.

«Esta noite o vento cantou para min, engaiolou a choiva que repenicou na fiestra, fixo fungar os rumorosos e, xuntos, compuxeron unha melodía harmoniosa que trocou a miña noite insomne en vixía criadora».

Eu querer, quérome ben e, ademais, quero alegría.

Eu querer, quérome ben...

Esta canción acompañame nos últimos tempos. Úsoa para afastar pensamentos obsesivos e recorrentes sobre a miña nai e a verdade non é

un milagre, pero axuda, así que a canto de día, de noite, soa no meu pensamento e ás veces dende aquí viaxa por currunchos descoñecidos até se transformar en verbas que pronuncian os meus beizos. Pero a sonatina non abonda para tirar toda esta merda fóra e, como queira que non teño un psicólogo á man e tampouco moita fe neles por outro lado, imos axudar a música e a palabra pensada e dita coa palabra escrita.

A cousa caeume enriba sen contar, de súpeto, polo Nadal, co enésimo ingreso da miña nai no hospital. Unha tarde de visita atópoa entre as dúas camas, sentada no típico sofá hospitalario crebalmombos. Ó seu carón o meu irmán máis pequeno. Cun sorriso —o dela— nos beizos informoume do seu desexo de deixar a residencia de anciáns en que reside xa vai para dous anos. Non se atopa e, ademais, mudándose, pode ir a outro hospital porque aquí a cousa non avanza e adiviñen para onde decidiu vir.

—Se a ti che parece eu ía con vós.

—Claro, con nós podes vir se queres, a casa non se acomoda moito, porque non temos un baño abaixo pero, en verdade, nós estamos aquí un pouco por vagancia, en realidade. Os dous sós non precisamos cinco cuartos, podemos buscar algo máis axeitado e máis preto do meu traballo.

Erro, Erro, Erro —o primeiro. Virán máis.

Este foi o primeiro erro. Se tes a mínima sospeita de que a túa nai é algo estraña e manipuladora, ten coidado con momentos coma este en que se atopa enferma, en que a ves desvalida, o que fai agromar en ti todo iso do deber de boa filla...

Dáte un tempo para pensar se che propón algo así, antes de responder. Digo isto porque eu non dubidei nin un segundo, supoño, estúpida de min, que aínda medrei. Oes! Somos cinco irmáns e prefíreme a min!

Isto a min déronmo todo cociñado. Decidiron de nós quedarmos coa pensión —agás cincuenta euriños para os seus gastos—. Decidiron, tamén, non ingresar outros cincuenta que estabamos achegando cada un de nós para axudar a pagar a residencia para o que a pensión non chegaba.

Erro, Erro, Erro —o segundo.

O non falar as cousas é unha eiva do meu carácter que estou a corrixir. Polo motivo que for, a min parecíame que isto non se facía por cartos e mesmo me resultaba desagradable. Pero eu era a parte máis importante deste, digamos, contrato, e debería ter algo que dicir.

Nota: traballar a asertividade.

Dérona de alta o vinte e catro e o vinte e seis xa estaba na casa, porque entre ela e o meu irmán —o máis pequeno— decidiron —eles tamén!— que, xa que pensaba marchar, mellor facelo axiña. Para que pagar outro mes? Esta precipitación era completamente innecesaria. Non se ía arruinar por pagar un mes máis, claro que non. O que pasa é que ela aborrécese de todo e cando lle dá ten que escapar. Pois ben, isto supuxo un grande estrés engadido: facer as xestións para traerlle a máquina de osíxeno, a cama hospitalaria e demais pendís; pelear

cos funcionarios do Concello, que non destacan pola súa dilixencia nin empatía, para empadroala con urxencia porque se non, dicía a doutora que a atendeu, que a podían mandar de volta para o hospital de procedencia, se era preciso ingresala, o que aconteceu logo de pasar todos eses días coas súas noites sen se poder deitar na cama, porque afogaba.

A nosa vida deu un cambio da noite ó día, o que era previsible. Eu vina tan mal que até a miña filla que está en Londres colleu un voo de tan asustada que me viu. Durante este ingreso houbo que facer quendas para quedar con ela pola noite e a miña irmá —os outros son homes e co machismo que impera na miña familia quedan descartados para estes asuntos— acudiu lixeira. Problema? Que miña nai non a tolera e poñía pegas se se quedaba até o punto de estar peor as noites que ela a acompañaba.

Tiven unha conversa coa miña irmá e díxenlle que xa sabía o que había, a súa incompatibilidade, e que por iso estabamos aquí. Do contrario levarían tempo xa vivindo xuntas, soas como estaban as dúas e residindo a escasos dez quilómetros.

A miña irmá merecerá un capítulo aparte. Ingresou nun convento con dezaseis anos, un dos momentos estelares da miña familia, que non o único.

Terceiro Erro, Erro, Erro. —O terceiro.

Erro continuado ó longo da miña vida: enfrontarme co meu pai e coa miña irmá por mor da miña nai. Non consintas que ninguén te poña contra



ninguén. Se decides romper cunha persoa, sexa da familia ou non, que sexa unha decisión propia e non por influencia de terceiros.

Malia estar moi mal, practicamente case que con respiración asistida, foise recuperando, e coa recuperación apareceu tamén a súa verdadeira identidade. Mentres estivo tan mala que non podía nin subir o baño e que había que facerllo todo, estivo agradecidísima: «Vés? Isto é o que non quería eu, dar tanto traballo.» Pero foi mellorar e empezou eu a notar esa friaxe que a rodeaba e que percibín por primeira a vez habería tres anos, cando noutro momento débil, caída con rotura de costela e coincidindo cunha situación difícil no meu traballo, decidín coller unha excedencia con toda a idea de coidala. Aquí enchinme de todos os tópicos mil veces repetidos: «nai non hai máis ca unha». «Unha nai é unha nai». «Non hai coma o amor dunha nai, dan todo a cambio de nada». «Tivo unha vida tan dura, ben merece agora ter unha boa vellez».

Erro, Erro, Erro. —ó pasar de tres xa son multitude.

Non está na túa man que ela se sinta ben, pois non podes cambiar a súa maneira de ver as cousas e polo tanto de mellorar a súa vida.

Nota: non esperes poder cambiar a ningúen. Se queres cambiar algo inténtao contigo mesma.

## 2

### A FRIAXE

A miña infancia estivo marcada pola lea entre dous ríos: a escaseza do Galvar en terras de Bergantiños e a fartura do Sil en terras de Valdeorras. O Sil mandaba polo vento ou quizabes nun rabo de nube cancións de noites abafantes, cancións de nenos xogando mergullados nas súas augas. Pero o Sil tiña, tamén, outros sons escuros e tráxicos.

Poida que respondendo a este chamado, alá que me fun. Solicitei unha excedencia no traballo e instalámonos en terras de Valdeorras, con toda a idea de coidala. Iso si, malia todos os tópicos, tiver unha revelación e alugamos unha casa para nós alí moi preto da súa.

De primeiras era todo unha emoción: comer xuntos na súa casa, sementar catro cousas nunha hortiña que tiña a casa que alugamos, en vez de facelo na súa —que lle tocara á miña irmá no reparto de bens—. Por Deus, como non vin esta manobra? Se cadra a vin pero déixeme. Todo o

seu achegamento era para afastarse da miña irmá. Aínda diría máis: para amolala. Tiñan liortas acotío, vivían soas en cadansúa casa, era como se lle dixera: «Ves que ben me levo con eles? Eu son estupenda, o que pasa que a ti non hai quen te ature».

Á fin, a emoción duroulle catro telexornais, as comidas empezaron a facerse tensas así que quedaron abolidas, e acabamos porque eu lle servise como taxista para ir ó médico ou ás compras. E aínda algunhas veces pasaba de min e cando a ía recoller xa estaba de volta coa veciña.

Foi nesta ocasión que sentín como se dela se desprendese unha friaxe, friaxe tal que me custaba cada día máis achegarme pola súa casa. Por sorte conseguín manter a relación coa miña irmá, malia os seus comentarios do tipo: «eu alégrome moito de que con vós se leve ben pero...». Cos veciños igual: «fulaniña moi tal, pero coidado que como te cruce...» ou «esa parece unha mosca morta, pero a min un día fíxome...».

Erro, Erro, Erro, — seguimos sumando.

Se alguén che fai confidencias sempre negativas sobre outros e non estás de acordo, manifesta a túa desconformidade, non escoites coma se chovese, porque a túa nai xa ten moitos anos, para que lle vas levar a contraria? Non poñas desculpas e páralle o carro por aquilo de que o que cala outorga, e semella que compartes todo o que che di.

Nota: practicar a asertividade.

Visto que a miña idea inicial de coidala non funcionou, pasarían uns dous anos, decidín pedir a reincorporación ó meu posto de traballo e déronma nun prazo moi breve. Ante a nova empezou a barallar posibilidades: vir con nós, ir a unha residencia... Isto todo sen que miña irmá soubese nada de calquera plan que tivese. Nun principio dixo que si, que viña con nós. Eu creo que estaba asustada, pero tampouco me atrevía a dicirlle que non. Pero dunha semana para outra cambiou de opinión e dixo que non, que ela non quería molestar —esta é unha das súas frases favoritas, o «molestar por non molestar» segundo o describiu moi acertadamente un meu sobriño—. Aliviada me sentín, moi aliviada, aínda que se me preguntasen non sabería dicir o motivo.

Ingresou na residencia, onde curiosamente estaba tamén un medio noivo que botara. Contenta nun principio, acudía ás actividades e tal, pero o home marchou, pois non lle gustaba aquilo. A pesar que ela negou que isto puidese ter calquera relación co seu conseguinte descontento —a miña irmá afirma o contrario e penso que ten razón— empezou a cheirarlle todo: a comida, a xente, a organización. Permanecía basicamente pechada no seu cuarto, xa non acudía a actividades co motivo de que estaba fatal e se fatigaba moitísimo, cando os médicos sempre facían moito fincapé no importante que era para ela moverse e en que realmente non tiña o corazón tan mal como para non camiñar algo.

Así como de primeiras eu dicía: «mira que ben está, vai ser que está mellor aquí ca na súa casa ou

con calquera dos fillos», pero logo dábame mágoa vela alí pechada, sempre medio amouchada.

Erro, Erro, Erro —e deixamos de contar—.

As emocións outra volta facendo das súas: a pena, as obrigas, o deber. Elimina do teu vocabulario o verbo «debería». Ti non debes nada, podes facer o que queiras se así o consideras, pero non tes obriga ningunha.

Neste segundo caso xa comentei que, igual que no primeiro, a emoción duroulle nada e volta a notar esa friaxe, ese distanciamento e un egocentrismo que eu non lle recordaba. Todo era que se a enfermeira, que se o Sintrón, que se ir á farmacia... Díciame as cousas cando ía para traballar, como se fose de paseo e estivese á súa disposición para facer calquera conachada. E o máis grave, que me chamaba a min ó traballo para dar-me os recados deixando de lado o meu home, que era o que por mor de estar desocupado nese momento, estaba na casa e se encargaba dela. Ignorábao, nunha palabra.

Da comida nin falar, que xa era unha desfeita. En canto estaba un pouco mal veña a comer caldos, pero non un caldo que ti lle fixeras, non. Se a deixabas comía sopas de pan ou de arroz. Agora ben, a min isto non me amolaba moito, como lle dicía ó meu home: «de fame non vai morrer, que coma o que queira».

E volta a agarrarnos a todos os tópicos típicos: é moi maior, son cousas da idade, vólvense coma cativos.

Un día concretamente chamoume ó traballo para algún recado destes:

—Non sei se Luís se esquecería de chamar ó centro de saúde.

—Xa falei con el e xa me achego eu cando vaia do traballo.

Cando cheguei á casa o meu home informoume de que houbera liorta. Parece que entrando pola porta recibíuno cun sorriso entre cínico e falso que ela sabe facer moi ben, e díxolle:

—Esquecíche de ir ó centro de saúde —e cando el lle ía contestar, viroulle as costas—. Ben, ben, xa falei eu coa miña filla.

Outra vez a menosprezalo. O que pasa é que con este non cola, que ten xenio e non lle fraquea a asertividade. Cando lle preguntou a ver a que viña esa sonatina e esa parvada, parece que se lle arrepuxo, que até lle arritou o dedo acusador, que diría Mafalda. E el parece que lle dixo que postas así as cousas, cando eu chegase, falaríamos, e habería que chamar o resto dos fillos para resolver este asunto. Entón, recuou: «Por deus, non lle digas nada á miña filla», e tal que sei eu. E el «non se preocupe. Discutimos, por min non pasou nada».

Erro, Erro, Erro, —enésimo.

Neste mesmo momento debemos facer exactamente o que el dixo: reunión, cuestións enriba da mesa e tomar unha decisión. Xa se vía que a cousa non ía por bo camiño. Eu notábao, o meu corpo enviaba sinais de que algo non ía ben.

Nota: de cando en vez faille caso á túa intuición e irache mellor.

Pero non o fixen e chegou o momento de buscar casa. Describo as características da nosa vivenda: casa unifamiliar con cinco cuartos, unha cociña de trinta metros e un salón de cincuenta. Horta, garaxe para catro coches ben aparcadiños e mesmo un cuartiño para as miñas manualidades. Estas instalación permitíannos ter dous cans e dous gatos.

A casa alugámola cando vivían con nós a miña filla e o seu home, e nela naceu e pasou os seus primeiros meses a miña neta. Pero por melloras no traballo marcharon vivir a Londres, polo que pasei un tempo chorando polas esquinas a ausencia de todos, pero moi especialmente a de Sara.

Nós seguimos na casa porque estabamos cómodos e os nosos tres fillos tiñan cadanseu cuarto coas súas cousas. A miña filla maior trasladárase recentemente e o máis pequeno tamén marchara para Madrid. Digamos que aquí tiñan un lugar para vir e deixar as súas cousiñas arrombadas e por estes motivos non nos mudamos. Mesmo sendo unha casa tan grande, curiosamente non había baño ningún no primeiro andar, polo que para ela non se acomodaba, e aínda que agora estaba mellor, eu supoñía que isto non era definitivo e en calquera momento recuaría e volvería a non poder subir as escaleiras até o baño, cousa que non era para nós asumible. Se a trouxeramos había que procurar que estivese cómoda.

Como o meu traballo quedaba a unha distancia duns vinte quilómetros, pois xa postos a mudarse, facelo para alí, evitando así o desprazamento e a necesidade de ter dous coches na casa. A tarefa non foi doada e casa non atopamos, aínda que vimos

algún piso xeitoso e estabamos por mirar outro fronte á praia, con todos os requirimentos: baño con prato de ducha, ascensor até o garaxe e tres cuartos. Pero outra vez o meu irmán máis pequeno —non se debe matar o emisario, pero gárdolle algo de xenreira, máis por como se comportará máis adiante—, que claro, se cambiabamos de concello cambiábanlle o hospital de referencia e, total, a nós que máis nos daba...

Erro, Erro, Erro.

Erro e ademais repetido. Outra vez deixando que os demais tomen por ti decisións que só a ti che competen. Poderían suxerir, pero non ser tan categóricos. A vós que máis vos dá? Como nos temos mudado un lote de veces e vivido nunha morea de sitios, alá a estes que máis lles dá? Pois non, nós mudámonos por causas de traballo ou porque nos peta, pero si que nos importa.

NOTA: traballar a autoestima, para que ningún te mangonee.

En fin, coma parvos, achantamos, e despois de mobilizar canto coñecido tiñamos e de estar todo día conectados a Fotocasa e demais páxinas semellantes, alugamos un piso moi alegre preto da praia, con accesibilidade, baño con ducha e os requirimentos xa anteditos. Pero alugar o piso non supuña nada e as cuestións importantes eran: primeira, onde meter todas as cousas almacenadas nosas e dos nosos fillos? Segunda, pero moitísimo máis importante, que facer cos animais?



Problemón. Un gato pódesho empacotar a algún coñecido, pero dous e mais dous cans, un de certa envergadura, nin de broma. A cousa requiría tempo, polo que, aínda logo de ir para o piso, mantivemos a outra vivenda dous meses, co seguinte gasto que supuxo pagar as dúas rendas. Á fin, a miña filla Nati propuxo que como a súa irmá Cris estaba embarazada e previsiblemente se ía mudar porque o piso onde vivían era cativo, pois que buscase ela en Ourense, que igual era máis doado unha casa con finca e así podería levar ela a bichería para alí. Así foi. Atoparon unha casa que cumpría os requirimentos e empezou a trasfega. Foi duro, eu xa mo imaxinaba, pero peor. Durante todo este tempo en que nós íamos polas tardes até a casa para ir empacotando todo e tamén sacar os cans un pouco, xa non houbo palabras de «canto traballo vos dou» nin «mira que tedes faena». Nada, xa a friaxe se estendía.

Aproveitaba estas nosas ausencias para comer sola, para lavar roupa, que por suposto lavaba separada da nosa. A min isto non me importaba nada, a verdade. Mentres se entretiña con iso non andaba maquinando. Estou convencida de que non se atopaba tan mal como nos facía crer e que, se non baixaba dar un paseo era porque sempre foi unha larchana para iso.

No mes de maio outro dos meus irmáns comentou que podíamos facer unha comida no restaurante de abaixo para festexar o día da nai. Fomos el e mais eu informarnos e quedamos en avisar o resto. Cando lle pedín a ela que os chamase, máis ou menos veume dicir que ela maldita a gana que

tiña de comidas, —claro está fatal— e que non chamaba ningúen. Eu, que aínda andaba ás voltas coa mudanza, contesteille que tampouco estaba para moitas caralladiñas. Ó cabo reaccionei e díxenlle que eles ían querer vir, na casa non tiñamos sitio e que íamos facer a comida, se ela quería quedar na casa, era cousa súa.

Miña irmá tamén ía vir para o evento. Chameina un día para ver se había que ila buscar, porque despois xa quedaba, pois nós íamos pasar unha semana a Menorca. Cando falei con ela por teléfono xa me comentou que miña nai lle dixera que agora que estaba algo mellor, igual pensaba en tornar á súa casa. Alucinei. Aínda non tiñamos as cousas da mudanza nin medio colocadas e ela xa andaba a facer manobras escapatorias.

Erro, Erro, Erro.

Aquí cometemos outro erro, se ela daba mostras de descontento e a súa intención era abrirse, nós deberíamos facilitarllo e non seguir como se tal cousa.

## EMPEZA A CAER A VENDA

A chegada de miña irmá foi completamente reveladora. Eu non daba crédito tal cal a trataba, como se fose a súa escrava, mentres que ela se comportaba como unha criada de servir: leváballe a comida ó cuarto — cousa que a min non me gustaba, pois nós sempre lle dicíamos que non estaba nun hotel, aquí estaba na súa casa—, compráballe cousas na tenda... Non sei, é difícil de explicar se non se ve, tal cal un canciño detrás dela. A cuestión é que todos, eu incluída, tiñamos moi queimada á miña irmá, facendo recaer toda a responsabilidade da discrepancia entre ambas as dúas sobre os seus ombreiros, e ela a única maneira que tiña para non discutir era achantar con todo, e iso foi o que fixo.

O meu home xa lle dixerá á miña irmá onde había cartos para facer a compra e iso, pero cando marchamos a Menorca eu saquei diñeiro e díxenlle:

—É para gastar, non deixes que Lucía poña do seu, que xa sabes que non anda moi sobrada.

Resposta ningunha, só un sorriso cínico.

Fomos a Menorca e a pesar de que alí nos reunimos coa miña neta, a miña filla e o meu xenro, eu xa non puiden gozar de verdade, porque algo en min me roía. Non me atopaba ben, estaba cansa, fatigada, deprimida, non sei... Chamei para comunicar a nosa chegada e non volvín chamar en toda a semana. Tiña que desconectar, tiña que respirar, inflar o peito, coller folgos. Por Deus, atopábame fatal.

Nota: escoita o teu corpo cando se queixa, igual o que che quere dicir é importante.

Cando tornamos, atopei nerviosa a miña irmá, tanto que ó día seguinte da nosa chegada marchou sen esperar máis nada, non sen antes comentar que saíran ó centro de saúde —mamá tiña que facer análises—, pero tamén á perruquería e á Caixa. Ollo con este dato, que a miña irmá deu diante súa e para o cal ela non tivo nin unha palabra.

Pasados uns días de seguir comportándose coma se estivese nun hotel, fíxome saber que os cartos que lle deixara estaban alí enriba da mesíña, que Lucía non quixera gastalos, —a culpa sempre é dos demais, pero a estas alturas a min xa no me coaba—. Non é doado explicar o desprezo con palabras, pero iso foi o que sentín, foi coma se mos tirara á cara e me dixera «non quero nada teu». Contesteille algo así como que os tirase pola ventá.

Creo que a estas alturas xa entrara na banca electrónica e xa vira que, efectivamente fora á

Caixa, e non precisaba deses cartos porque sacara ela oitocentos euros e non só iso, senón que da conta na que me tiña autorizada, sacou nove mil euros e meteunos noutra que tiña a prazo fixo. Non dei crédito cando vin isto, non polo feito en si, que non tería importancia ningunha se cando a miña irmán comentou: «fomos á Caixa», ela dixese:«Si, e quitamos cartos, e mais metín uns noutra conta por tal», o que fora. Pero non, calou coma unha... O cualificativo que me sae é un pouco groseiro.

A miña ansiedade ía en aumento, porque esta información non a compartín con ninguén. Sabía que ó meu home isto lle parecería moi mal, porque amosaba unha total falla de confianza, así que calei no meu máis puro estilo.

Nota: Algunhas veces non queda máis que montar unha liorta, se as circunstancias o requiren.

A primeiros de xuño tocaba revisión no médico. Coma sempre, leveina eu cedo ó hospital e o meu irmán Antón ía despois para traela. Aquí teño que facer un inciso. Cada vez que a levaba ó hospital, si ou si, rozaba o coche; ou ó saír ou ó chegar.

Falaron de ir pasar uns días a aldea e a todos nos pareceu ben, pero Antón non a podía levar esa semana e ela de súpeto tivo présa —algo lle cheiraba; supoño que a miña capacidade de disimulo estaba chegando ó tope—, e levámola nós a fin de semana. Nesta altura eu xa estaba histérica e ela cada vez máis distante. Xa estaba no seu terreo e, se lle poñía a cunca para almorzar, contestaba cun seco: «por min non te preocupes que xa me amaño

eu». Se mandabamos a miña filla comprar catro racións de polbo, ela dicía cinco.

Nun momento díxenlle á miña irmá que tiña que ir coller unha cousa á bodega e pedinlle que viñese comigo. Aproveitei para falar con ela, máis ou menos comenteille que tivese coidado co que facía, porque mamá estaba tramando algo, e a ver en que enguedello a metía. Conteille o do banco —ela acompañaraa pero seica non sabía o que fixera» e de que non llo contara, aínda, a ninguén, nin ó meu home nin ás miñas fillas. Ela en principio díxome que claro que o falara con meus irmáns e coas miñas fillas —isto viña a conta de que as miñas fillas ante as liortas entre elas sempre están a favor da avoa—. Eu comenteille que tampouco quería romper a boa relación entre elas.

As cousas precipitáronse. Chamoume o meu irmán Antón e, aínda que nun principio non quería comentarlle nada por teléfono, ó final solteino, porque xa estaba cansa de gardar todo aquilo para min soa, e díxenlle que nestas condicións nós non podíamos seguila coidando, porque estaba claro que ela non se atopaba e polo tanto nós tampouco. El cabreouse tanto coma min e neste cabreo aínda debía estar cando ela o chamou para quedar para volver a outra revisión médica. Parece que máis ou menos veulle dicir que el a ía buscar, pero a ver que me fixera que eu non a quería na casa e saltou o tema. A partir de aquí, montou o espectáculo teatral que sempre se lle deu moi ben.

Para cando a chamei, colleume o teléfono a miña irmá. No transcurso destes días, xa a manipulación

dera os resultados esperados e Lucía estaba da súa parte a morte. Seguindo as instrucións que a miña nai lle dera, ollo!, por escrito, informoume do seguinte: «Primeiro, non quere falar contigo; segundo, que eu tampouco fale e me limite a lerche isto que escribiu».

A mensaxe escrita viña dicir, máis ou menos, que nos estaba moi agradecida polos servizos prestados e que ían vir recoller a cama e as cousas, e pouco máis.

O segundo punto non o cumpriu a miña irmá, así que falou e falou, e contoume como despois de miña nai pórse histérica, tiveron unha conversa nocturna, na que a miña nai, atención!, mesmo se desculpou con ela por algún dos seus comportamentos e blablablá. Que caramba, os cartos son dela, tampouco non é para poñerse así... E eu: «Lucía, que iso non é o problema e tal que sei eu...». Xa non escoitaba, tiven que dicirlle que me estaba faltando e que lle ía colgar o teléfono, e foi o que fixen.

Alucinante. A manipulación da miña irmá xa era total, nunha cambadela virouna do seu lado. Supoño que Lucía levaba toda unha vida esperando este momento en que a súa nai amosase unha preferencia por ela, un xesto, en fin. Para dicilo claro, toda a vida mendigando o seu agarimo.

E, eu, sentíame tan mal, porque me daba conta de que trocaran os papeis e a min agora tocábame o de vítima, cousa que non me aquelaba. Á miña mente viñeron lembranzas de antevésperas de Nadal, onde a miña nai nos dicía: «Eu vou para onde sexa, pero non quero estar con Lucía».

E nós, consentíndollo e facendo manobras para, como diría o meu irmán Antón: «entón hai que fodela sen quitarlle as bragas». E dicir, casar as cousas e que non se notase moito. Como puidemos, como puiden ser cómplice deste maltrato escandaloso e non ser quen de me arrepoñer e chantarlle?: «Se non queres pasar o Nadal con ela, vas ter que dicirlló ti. É a túa filla, sabes?, non é ninguén do cabo do mundo».

Nesta altura eu xa puxera no buscador de San Jujel: «madres manipuladoras» e, caghina! o que alí apareceu; non daba creto. Atopei nais tóxicas, páxinas e páxinas de fillas maltratadas, desprezadas, deprimidas, enfermas coma nesta páxina, <http://psicovivir.com/?s=MADRES+TOXICAS>, onde se pode ler o seguinte:

Definitivamente hay madres tóxicas, de hecho a veces uno siente que si la naturaleza realmente fuese sabia, habrían nacido estériles.

Hay madres que envidian a sus hijas de tal manera que intentan anularla a tal punto que las hacen una copia de si misma.

Existen madres que enferman a sus hijos. Es un trastorno muy difícil de diagnosticar pero muy común en lo social.

Hay madres que sobreprotegen a sus hijos para tratar de responder al sentimiento de culpa por no haberlos deseado.

Hay madres que reprimen tanto a sus hijas que estas para liberarse de ellas, a veces incluso llegan al extremo de atentar contra sus vidas.



Na publicación do psicólogo que xestiona esta paxina, referente a este artigo de nais tóxicas, hai douscentos setenta comentarios, e algúns son de verdadeira película de terror.

<https://nosoportoamimadrehijahermano.wordpress.com/2012/08/>, Este blog é increíble e di cousas coma esta:

«Una persona egocéntrica, manipuladora, insensible, y sobre todo sin capacidad de autocrítica, puede convertir en un infierno la vida de sus hijos. Estos normalmente se sentirán culpables por no comprender y disculpar los atropellos de su madre, porque, al fin y al cabo le deben lo más grande que tienen, que es la vida. Y esta es una deuda que no acabarán de pagar jamás. ¿Hay una carga mayor en este mundo? ¿Se puede uno liberar de ella sin ser un monstruo?».

Sentín un grande alivio, non por aquilo de mal de moitos, —ou si?—, senón porque entendín o mal que me atopaba, e por fin vino todo claro. Foi como se me quitasen unha venda dos ollos: a miña nai era unha manipuladora, e non só ela, eu era membro dunha familia tóxica, e o meu papel o de confidente, o de cómplice. A que verdadeiramente sufriu máis o seu rexeitamento foi a miña irmá e eu axudei, dende logo. Pídlle perdón dende aquí, dende o fondo do meu corazón, síntoo.

E aquí xa teño que adicarlle un aparte á miña irmá, non porque llo deba, porque xa decidín —grazas a moreas de libros, notas e cousas que

veño lendo nestes últimos tempos— sacar o verbo «deber» do meu vocabulario, senón porque me peta.

## 4

### A MIÑA IRMÁ

A miña irmá lévame 11 anos e é a máis vella dos irmáns que eu coñecín. O primeiro morreu afogado —este ben merecerá outro aparte—. De momento, só quero dicir que eu levo o seu mesmo nome, iso si, en feminino. Sigamos. Non tiven a sorte de compartir coa miña irmá tempo e lugar, pois dende que eu lembro nunca estivo na casa. Primeiro estivo interna nun colexio de monxas en Madrid. Motivo? Quen o soubera! O meu pai tiña unha curmá que era superiora dunha orde relixiosa, supoño que por aí irían os tiros.

Agora que parece que os meus ollos non están tan cegos, pregúntome: que levou á miña nai a deixar marchar a súa filla máis vella, cando podía empezar a axudar na casa e ser un consolo para ela, logo da perda do seu fillo máis vello? Por que mandala tan lonxe? As desculpas serían sempre positivas: estudar, formarse... Eu teño outra teoría, pero como queira que non teño base ningunha para a demostrar, non a vou escribir, aínda que ben podería.

Non sei o tempo que pasou a miña irmá en Madrid, pero de volta, cando contaría aproximadamente uns quince anos, sucede un dos acontecementos estelares da miña familia, que non o único, como xa dixeran. Tal foi que empezou a verse cun rapaz, uns anos máis vello ca ela e como nós tiñamos taberna, pois mocearían alí, e parece que se vían así como ás agachadas. Ela a min tenme contado que o de esconderse non era cousa del, como afirmaba a miña nai, senón porque ela lle tiña medo ó noso pai. A versión da miña nai é ben distinta. Para ela o susodito era un espelido que pretendía dar un «braguetazo», ou sexa, deixala preñada e así forzar un casamento que lle proporcionaría un status —tremenda desexxerxa ía levar. Na nosa casa non pasábase necesidades económicas, mais moitas doutro tipo, pois posibles había poucos—. Parece que miña nai cheirou algo e comezou a espionaxe, que lle deu resultado. Pillounos. As versións que eu teño son de ambas as dúas e, dende logo, son contraditorias. Sexa como for, o resultado foi que miña nai llo dixo a meu pai. O como llo dixo había que velo, co afectada que é á teatralidade, e a cousa derivou en malleira do meu pai que, non contento con iso, parece que chamou ó médico para confirmar se a miña irmá seguía sendo posuidora da súa virxindade, por Deus.

Teño un recordo onde me vexo nun berce, xunto con algún dos meus irmáns, supoño que sería Emilio, e estamos chorando. Igual foi ese bo día. A zona de durmir da casa compúñase de dous cuartos, así que é moi posible, por non dicir seguro, que

contemplásemos aquela escena. Que pode causar algo así na mente duns nenos cativos?

O resultado: a miña irmá para o convento. Nunca, nunca, nunca, a miña nai pediu perdón por isto, nin amosou o máis mínimo arrepentimento. E non só iso, senón que se reafirmou sempre na súa idea. Fíxoo porque tiña que afastala do perigo. Hai algún anos xa me encheu os cornos e contesteille: «Perigo? De que perigo? De que a deixase preñada? Fodésteslle a vida e punto. Nin así, nunca, nunca, nin un se cadra, emporiso,... nada de nada».

Esta historia foise transmitindo ó longo dos anos na familia, así como algo case normal. Tal e como o vexo agora mesmo, este feito foi tan grave coma unha violación. Iso foi, unha violación do seu corpo, da súa intimidade.

A relación que eu tiven, logo, coa miña irmá, foi por correo. Eu era a encargada de escribir case sempre, cando menos dende que lembro. Fomos algunhas veces visitala ó convento. Xa que logo, eu era a única filla que estaba na casa, xunto cos meus tres irmáns. Quero recalcar isto, porque o rol que desenvolvín na miña familia foi completamente machista. Por suposto, eu era a encargada de pasarlle o ferro a súa roupa, de aquelarlles zapatos, mesmo de limparlles as vomitadas que deixaban no terrazo despois dunha noite de foliada. Aínda teño ido buscar o meu irmán Antón, borracho, a algún dos moitos bares da aldea, avisada por algún veciño. Cando estivo enfermo eu era a encargada de buscarlle as medicinas, de traerlle revistas, de etc., etc. Este rol seguino desenvolvendo ó longo

dos anos con toda naturalidade, sen ser moi consciente, a verdade.

Sigamos cun aparte comparativo para o meu irmán Roque, non sen antes dicir que el foi do pouco que houbo bo na miña familia. Era o único do que eu recibía agarimo e apoio. Se me pasaba algunha cousa —que me pasaban moi decote, non sei se fallarei da miña propensión ós accidentes— el era a quen eu acudía. Se precisaba un abrazo era co seu colo co que podía contar. Se tiña dificultades cos deberes da escola el non dubidaba en botar unha man. Cando marchou para fóra foi toda unha tolería: mercáronlle un enxoval coma se fose casar e levamos unha medalla bendicir ó cura, imaxino que coa idea de que lle servise de protección.

Nota: Ollo coa educación relixiosa, católica e apostólica. É perigosa. Ollo co machismo que primeiro sufrimos e logo practicamos as mulleres. Vale que isto pasase hai cincuenta anos, pero non consintamos que siga pasando.

O tempo que Roque estivo fóra, nove meses, creo, todos os martes, esta menda mandáballe o periódico porque era o día que saían os deportes. Durante o primeiro mes fun a misa de nove todos os días, pero que cona? Por que?

A ver, isto non ten explicación ou se cadra si. Supoño que a miña nai tivo un ataque de histeria. O seu fillo máis vello marchaba e era home, porque marchar xa marchara Alicia e non creo que se fixese tanta barafunda. Pois iso, unha loucura: bendicirlle a medalla, ofrecerse a misa... Pero mira

ti, ela estaba superocupada e no seu sitio fun eu. Estame dando un non sei que escribir isto, estame subindo unha cousa por min arriba que teño que cantar:

Eu querer, quérome ben.  
E, tamén, quero alegría.

Mesmo parece que eu fose coma unha extensión dela.

Ó fío do «sempre ocupada», vou pór outra característica súa: nunca, nunca, nunca, que eu lembre, me levou ou me veu buscar á escola. Nunca de nunca. Eu vía, ás veces, cando chovía a cachón, que algunhas nais viñan cos paraugas buscar os seus fillos. A nós nunca xamais.

O da relixión, ben, iso moito tal, pero a que foi a misa de nove fun eu e non me lembro de que ela fora máis ca nas nosas comunións e para de contar. Aquí un aparte para outro momento estrela da miña nenez, que pode ilustrar a dobre moral coa que se manexa a xente como a miña nai.

Veño de relatar o caso da miña irmá, de todo o que se montou para «afastala do perigo». Pois ben, isto sucedeu cando eu contaba, non sei, entre os oito e os dez anos, máis ou menos. Era verán, nunha das poucas ocasións que nós iamos pasar uns días de vacacións á casa dos meus avós paternos. Alí coincidín con varias das miñas curmás —a miña nai tiña nove irmáns, así que un lote de curmás, polo que tamén se perdeu calquera tipo de relación e non me vou a parar agora a contar os motivos—. Tiña dúas irmás que vivían en Madrid

e que eran unha un pouco máis vella ca min e outra un pouco máis nova. Lembro perfectamente que estabamos aló menos nós as tres, no salón da casa — algo lúgubre todo, mesmo os mobles, creo que chegados de Cuba, onde a miña nai nacera, e outros dos seus irmáns tamén —, de pé, dándolle o cu á fiestra e dirixindo as nosas miradas cara á figura do avó, que estaba sentado nunha cadeira de coiro repuxado. Non sei a quen lle tocou primeiro, pero recordo como metía a súa man por debaixo dos meus pantalonciños curtos azuis, até chegar á miña vaxina. Non lembro que me desgustase, pero si que nalgún momento a miña mirada se cruzou coa da miña curmá máis maior das tres e aquela mirada era como: «Isto que?» Penso que nunca falamos entre nosoutras do asunto.

A cousa non rematou aquí, non sei o tempo que pasou entre os dous acontecementos, pero un día acordei na cama — nesa mesma casa lúgubre — e de pé, ó meu carón, estaba o meu avó. Non podo recordar se, tamén nesta ocasión, a súa man estaba nalgunha parte do meu corpo. O que si lembro despois é á miña nai coma unha tola, chorando, berrando, tirando por min da man, e eu que preguntaba: «Mamá, que me fixo? Mamá que pasou?».

Nesta ocasión a miña nai cambia a vara de medir. Durante toda a súa vida non perdeu ocasión para pór polo chan o mozo de miña irmán. O motivo? A saber. Eran mozos, gustábanse, ou estaban namorados ou só querían gozar dos seus corpos. Que hai de malo aquí? Non obstante, co seu pai nun asunto coma o que veño de contar, bastante máis grave por outro lado, calou como un peto.



Aquí nin o meu pai nin ninguén soubo nada. Tabú. Mesmo parecera que eu mesma esquecera o tema de facer coma se non pasara —pero pasou—. Creo que a única persoa á que llo comentei foi ó meu home. Non lembro das palabras concretas, pero seguro que foi algo parecido a isto: «Sabes? Creo que nunca cho contara, pero a min cando era pequena o avó meteume man». Así coma quen non quere a cousa, coma quitándolle importancia. Carallo! É un abuso claro, este si, non o do mozo de miña irmá.

Unha certa apertura da igrexa como consecuencia, quizais, do Concilio Vaticano II permitiulle á miña irmá vir de visita. Lembro que me levaba ben con ela. Nunha destas visitas da miña irmá, que estaba agora nun colexio en Barcelona, tería eu 15 anos ou así e saía cun rapaz da aldea —non pododo recordar o decorrer dos acontecementos— pero, de súpeto, atopeime arranxando o traslado no instituto para ir estudar ó colexio onde ela estaba.

De quen xurdiu esta idea? A min gústame cambiar de aires. Aínda hoxe sempre digo que temos un xen viaxeiro, ou quizais é que non me atopo en ningures, se cadra porque non estou ben comigo mesma... Non sei, a verdade, pero a día de hoxe afirmaríala sen moito medo a equivocarme que a idea partiu de miña nai, que nos manipulou á miña irmá e a min para que pareceuse cousa nosa, e volvía facer o mesmo, «apartarme do perigo» ou dela, a saber. Lembro, iso si, un comentario do meu pai: «se marchas é porque queres, eu non teño nada que ver nisto».

Curioso, non si? O meu pai, a diferenza da miña nai, nunca falaba daqueles acontecementos fatídicos nin da morte do seu fillo. A miña nai si, a miúdo, sobre todo comigo que, como xa dixen, era a súa confidente. Encheume a cabeza de merda, de dor, de medo, e trocou a nena leda e con chispa que eu era nunha persoa gris, triste, insegura. Isto acabo de descubri-lo, medio século me levou, non está mal, máis vale tarde ca nunca.

Eu querer, quérome ben.  
E, tamén, quero alegría.

Teño que ir cantando a miña cantiga de cando en vez para seguir o meu tratamento de sandar a miña mente e a miña vida. O libro de Louise Hay, que se titula así, *Tú puedes sanar tu vida*, ten unhas ideas moi interesantes. Nun principio semella algo... Como dicilo?, miña xoia, e hai cousas coas que non estou moi de acordo, pero practicar as autoafirmacións —que veñen sendo as miñas cantigas— é unha grande axuda.

Neste caso a xogada da miña nai non deu resultado ningún, porque mira ti que cousas, eu tiña viaxe para ir para Barcelona o 23 de setembro, e o 21, festa de San Mateo na miña aldea, declarouse-me o meu home. Eramos amigos, estivemos xuntos toda a noite e quedamos en escribirnos. O outro noivo? Practicamente xa me despedira del co gallo de marchar e tal.

Así que fun para Barcelona cunha relación diferente á que se quería trincar. Estiven alí os nove meses dun curso e o único proveito que sa-

quei de aquilo foi saber que había unha bandeira galega —hostia!—, que tiñamos un idioma propio —*caghina!* O catalán xa se ensinaba daquela na escola, ano 1976— e, por suposto, a aprendizaxe mellor, que as monxas son unhas cínicas, mentireiras, fillas da gran puta.

Dou en pensar, agora, despois de tanto tempo, que se eu, influída polo lavado de cerebro que supuña estar interna nun colexio de monxas, un día chamase á casa dicindo que quedaba, que aquilo me gustaba e que ía servir a Deus coma a miña irmá, penso que ninguén se alporizaría, ou aínda se alegraría. Sospeito, aínda, se esa non era a intención última dalgunha das autoras de este asunto.

A miña nai enfermou da columna. Tiña que se operar en Madrid e a miña irmá, que a trasladaran para outro convento, veu con esta desculpa e xa non volveu. Lembro tamén ser a encargada de escribir a carta, solicitando a dispensa dos seus votos —perpetuos, como soa isto!— ó Papa Pablo VI, creo. Despois —a cronoloxía dos feitos resúltame algo nebulosa— enfermou a avoa Pepa, a nai do meu pai. El era fillo único, así que veu para a casa e aquí vai un aparte para a miña avoa.

## 5

### A AVOA PEPA

Como queira que eu me criei lonxe das miñas avoas, tanto a paterna coma a materna, a miña relación con elas foi escasa, e dende logo coa avoa Pepa, en concreto, xa se encargou a miña nai de afastarme dela, mesmo de pensamento. Pintouma coma o mesmo demo, contoume cousas terribles dos seus primeiros doce anos de casada, acontecementos que non vou relatar porque se non, non remataríamos nunca. Probablemente a avoa fora tamén unha nai tóxica. Tivo o seu fillo de solteira, o meu avó veu enfermo de Cuba e casou con ela pouco antes de morrer, e calquera que casase co seu fillo seguramente se convertía en inimigo. De calquera xeito, eu ben me podería amañar sen saber todas as historias de terror que a miña nai me contou dende que era unha nena.

A miña nai marchou da casa en varias ocasións, isto tamén mo contou. A primeira para a casa dunha súa irmá. Cando o fixo non sabía nada, pero ía embarazada e o ser que ía nacer era eu, nada menos.

Pois ben, parece que cando veu de volta —segundo ela—, a avoa berrou pola aldea adiante que a súa nora fora empreñar doutros e viña parir onda o seu fillo —penso que me amañaría sen saber disto ou, cando menos, que agardase a que fose unha persoa madura para contarmo—. Outro feito: contoume que na miña comuñón, cando me estaban vestindo, a avoa dixera algo así como que non se matasen moito, que eu non era tan guapa coma a miña irmá, e xa se montou. Aquí o caso era montala. Outra vez a miña nai colleume a min e ó meu irmán Emilio e marchamos, os tres, de noite co posto nun taxi até a casa do seu irmán máis vello, preto de Madrid. O motivo: que a avoa me acusara de roubarlle unhas las. Parece increíble, non si? Está claro que a miña predisposición cara á avoa non era moita cousa, sen embargo eu lémbroa cun sorriso, e todas as cousas que a miña nai me contou, cando eu xa estaba presente, non consigo traelas ó meu maxín. En troques, lembro que tecía con baleas de paraugas, e con estas ferramentas me fixera un poncho moi curriño e colorido.

A avoa mandaba as cores e as aromas de Valdeorras agachadas dentro de caixas de cartón. Alí, agarimadas por follas de parra ou breveira, segundo cadrar, aparecían uvas douradas e negras, doces coma o mel, tomates que desprendían un aroma nunca esquecido e moi poucas veces atopado, pementos vermellos, grandes, fermosos, pavías, alperchigos e, sobre todo, sen dúbida ningunha, as béveras, manxar delicioso. Resulta imposible describir ese gozoso momento cando na túa boca se mesturaban eses doces sabores e aromas. Se o ano

ía xa entrando no seu remate, as caixas agachaban castañas e conchos; todos os sabores e cores do outono metidos nunha caixa cativa.

A avoa veu e xa vemos a relación que había de fondo. Estaba moi enferma, na cama, non sei se lle dera unha trombose ou algo así. A miña irmá, que estaba en Barcelona con outras dúas compañeiras que tamén se saíran de monxas, apareceu e xa se volveu montar. Teño que dicir que meus irmáns os maiores, os tres, si tiñan unha querenza pola avoa, porque se criaran con ela. O caso é que a miña irmá e miña nai xa tiveran varias liortas. Nunha delas —eu tampouco lembro de ter ouvido saír estas palabras da boca da miña irmá— dixo que ela a acusara de traer a avoa para sacrificala. Supoño que eu seguín co papel de confidente manipulada e a miña irmá volveu para Barcelona. A avoa non durou moito e por expreso desexo do meu pai enterrouse en terras de Valdeorras. Eu casei e marchamos para Euskadi, onde o meu home traballaba. Teño que dicir que non lembro unha aperta sincera da miña nai, nin un consello, unha palabra, nin a emoción dunha bágoa nos seus ollos ó verme partir. Hoxe en día Euskadi está aí ó carón, pero daquela non había teléfono nas casas, non sei se os creadores da Internet soñaban coa rede e dende logo, non tiña coche calquera, e as distancias supuñan un afastamento enorme.

Segundo vou avanzando, amosáseme claramente que tanto a miña irmá coma min sufrimos unha relación tóxica coa nosa nai: ela máis maltratada e eu máis manipulada, e sempre enfrontándonos a ambas as dúas, e ambas as dúas volvíamos unha e outra vez.

## 6

### TEMPO DE SILENCIO

Dende que marchou da casa, vai para dous meses, aquí ninguén deu sinais de vida, ninguén chamou nin tan só para bourarme ou dicir algo así como, «estás tola? Como botas a túa nai da casa?». Nada, silencio absoluto.

Este novo silencio lémbreme a outros pasados. Coma unha foto fixa, podo ver con claridade un cadro en que estamos comendo arredor da mesa da cociña, calados, mirando cadanseu prato, a excepción do meu irmán Antón, que se permitía a licenza, algunha que outra vez, de levantar a cabeza e facerlle moca ó meu pai.

Nota: o silencio é unha maneira de maltrato. Isto tamén o aprendín nalgún libro que lin neste tempo.

Despois da conversa coa miña irmá en que lle colguei o teléfono, chamoume ela un día para pedirme

desculpas porque se pasara un pouco a última vez que faláramos. Eu díxenlle que non se preocupase, que cando todo se calmase xa faláramos. Esta chamada foi promovida polo meu irmán Antón, seguro, porque ían vir buscar a cama e as cousas e non quería liortas. Fixérono moi ben: eu estaba no traballo, recolleron e arrancaron. Díxome o meu home que ningunha das dúas lle dirixiu a palabra, aínda que o meu irmán e a miña cuñada si.

Con Antón falei un par de veces, pero cada vez noto máis o afastamento. Supoño que pensaría que isto era un cabreo pasaxeiro e que nalgún momento eu chamaría para temperar gaitas. E non o fixen, porque non mo pide o corpo, así de simple.

O resto dos meus irmáns nada, nada, nada. Dá a sensación de que, como xa non prestamos un servizo, pois non interesamos a ningún.

Malia que eu lles dixen ás miñas fillas que a chamasen, que fosen vela se lles apetecía, non o fixeron. Nati porque está lonxe e Cris porque está embarazada e non está para caralladiñas. Parece que a miña nai chamouna un día e, polo que me contou, máis ou menos veulle dicir que claro, Lucía contáralle cousas terribles que eu dixera, logo Antón o mesmo e claro, ela, por Deus, non daba creto se estaba encantada aquí con nós — agora comprobo que é mentirana—. Chama a atención que, ante a información que recibe e que lle parece increíble, non se moleste en coller o teléfono e preguntar: «Pero a ti que che pasa? Como dis esas cousas?». Nada. Chama tamén a atención que xa empece a trasladar a culpa a Lucía ou a Antón coma os portadores da información. E unha terceira cousa que



chama a atención é que llo di a Cris porque é a que sempre a defende e ten un carácter máis pacífico, nin se lle ocorre chamar a Nati, porque sabe que se lle ten que dicir algo que llo solta sen miramento ningún.

Este silencio de todos os meus irmáns doe-me. Ó principio facía como intención de chamalos. Agora xa non. En verdade se lle contase todo isto non sei o que poderían pensar, porque aquí hai que aclarar outro comportamento da miña nai, cousas que nos fai ou nos di a min, ou ó meu home, ou á miña irmá —sobre todo a ela— nin se lle ocorre facerllas ou dicirllas a ningún dos meus irmáns. Digamos que, na súa escala de valores, nós somos coma cidadáns de segunda, borralla!

Eu sigo coas miñas cantigas e, lendo moito sobre o tema, atopei un psicólogo, Roberto Lazar, cunhas teorías certamente interesantes e integradoras. Os libros de Louise Hay lin varios en tempo record, de xeito que se me mesturan, pero a súa mensaxe é sinxela e clara: debes quererte a ti mesma. Esa é a premisa para todo. Se cambias a túa maneira de pensar, se pensas en positivo, a túa vida tornará tamén a positivo. A miña cantiga era basicamente iso, quererme —quérome, quérome ben— e buscar o positivo, a alegría —e ademais quero alegría—.

A cousa non ía mal, sentíame mellor, empecei a notar melloría na asertividade —xa se viu a materia pendiente—, no senso de dicir se algo non me gusta. Poñamos por caso: unha mellor relación no trato diario coa xente, no traballo, en calquera parte, até que chegamos ó punto do perdón. Esta parte a min non me entraba. Por que teño eu que

pedir perdón a alguén que me manipulou e que me tratou mal? Isto non me cadraba. Entón, cumpríndose un dos principios de Louise Hay: «todo o que necesito saber se me revela», atopei, digo, con este home e con esta frase: «O que non condenas xustificas, o que xustificas repites».

Aquí está. Unha cousa é soltar, non enquistar o odio e a xenreira. Pero se eu lle perdoo a ela todo o que fixo, dalgunha maneira estouna xustificando e podo moi ben repetir cos meus fillos o que ela fixo comigo, e así nunha cadea infinita, «Tira a la mierda el poco amor que tus padres tienen por vós, que lo metan en el culo». Esta é unha frase que saquei dunha resposta que dá Roberto Lazar á consulta dunha muller sobre algún problema que lle presenta, e que ó final conclúe que algo tiñan que ver os pais.

Nota: polo que levo lido en declaracións dun lote de fillas maltratadas, un dos seus medos máis profundos é parecerse á súa nai e repetir comportamentos cos fillos propios. Os meus fillos xa son maiores e non estou en tempo de cambiar o pasado, pero podo mellorar o futuro e mesmo poida que consiga ser eu.

Coa axuda das miñas frases —ou afirmacións en linguaxe de Louise Hay— e un afán devorador de lecturas de todo tipo relacionadas co tema, as cousas ían marchando, pero —sempre ten que haber algún— a miña filla maior púxose de parto, feito previsible e ademais esperado con ilusión. O meu segundo neto naceu o vinte e un de agosto. O

seu nacemento obrigoume —si, este verbo estaba esquecido, pero aquí amosouse de novo— a facer as chamadas de rigor, comunicando a boa nova. Chamei a todos os meus irmáns —só cun deles tiña falado neste tempo dende a marcha da miña nai— e, por suposto, tamén a miña nai. A verdade, a sensación que tiven foi de que a friaxe que notaba na miña nai parecera estenderse a todos eles. Estrañoume moito no meu irmán Roque, tal me pareceu un clon dela, os dous coas mesmas verbas forzadas: «bueno, parabéns», cunha cadencia na pronuncia que me saca das miñas entendedeiras.

Este achegamento —obrigado— pasou factura e empecei a levantarme cunha rixidez na zona lumbar polas mañás que caro me custaba camiñar.

Sa coma un buxo, forte coma un carballo.  
Sa coma un buxo, forte coma un carballo.

Estoutra cantiga, que xa empezara a practicar para sentirme mellor co meu corpo, tiven que retomala con novos azos, e malia facelo así, e a axuda considerable da presenza da miña neta, que con dous anos está para comela, a chegada deste novo ser á nosa familia e á colaboración inestimable das augas termais da cidade, eu sentinme peor, porque estaba fisicamente máis preto. Dous dos meus irmáns viñeron de visita —para ver o neno— e tanto a miña nai coma a miña irmá fixeron a chamada de compromiso e isto fíxome recuar.

Xa pasaran uns días destes feitos e chamou a miña irmá. Primeiro fixo un pouco o *paripé* de a

ver como estaba Cris, como xa dixen acabada de parir, ou mellor dito recuperándose dunha cesárea que lle fixeron para traer ó mundo o meu neto, catro quilazos e medio de neno, unha preciosidade. Pois iso, que a ver que tal, porque o neno ingresárono uns días porque estaba un pouco deshidratado —incrible con esa pinta que tiña—. Finalmente o motivo da súa chamada era que a miña nai estaba tamén no hospital e, a pesar de que lle dixo que non chamase a ninguén, ela chamounos a todos. Iso si, a miña nai, en previsión de que desobedecera as súas ordes, xa avisou, tamén, de que se alguén quería ir vela, primeiro que chamase por teléfono. Non puiden menos que preguntar con sorna: «logo hai que pedir cita? En fin...».

NOTA: conservar sempre, sempre, o sentido do humor, mesmo que sexa negro.

Intentei un diálogo «que resultou de xordo» coa miña irmán. Pregunteille que tal estaba, porque me comentara a miña cuñada que a atopara moi delgada e que tiña pneumonía. Ó meu consello de que se cuidase, de que a caridade empezaba por unha mesma, respondeu que a ver como se ía coidar se por alí non ía ninguén.

Non entendo moi ben. Por un lado miña a nai restrinxo as visitas e por outro a miña irmán queixase de que ninguén vai.

Nota: quizais se falase cos meus irmáns sabería de primeira man o que pensan. Esta é outra eiva do meu carácter: que teño que corrixir, facer fronte

a temas aínda que non me gusten. Xa o dixeran, non si? Hai que traballar a asertividade.

Esta nota que eu mesma acabo de escribir está moi ben, pero como facer isto se o que aprendiches foi a agachar, a mentir, a non manifestarte. Na miña familia ou se dicía algo a berros ou non se dicía, e iso perdurou no tempo. É como agora, xuntámonos para calquera destes eventos que van xurdindo e fálase de todo menos da xirafa que está invadindo a cociña.

Con isto de ter que chamar para ver se te autorizaban para visitala, a min xa nin me pasou pola cabeza, pero seguín sentíndome mal, comendo o tarro con cousas coma: «se cadra estoume pasando e non é para tanto. Que me custa ir alí, facer unha visitiña de rigor e, hala, expediente cuberto?». A miña mente razoaba así, pero o meu corpo antollábase en non querer afrouxar. Arrepoñíase e dicíame: «non, non e non».

E veume rescatar outra proba do cumprimento deste principio de Louise Hay: «Todo o que preciso saber se me revela». Antes de marchar de vacacións, que pedira para acompañar a miña filla e o neno, deixei encargado o libro de Alice Miller *El cuerpo nunca miente*. Lino de dúas atacadas e foi outra revelación. Ela confirma a miña intuición de non perdoar, nun senso parecido ó de Lazara, en defensa dos menores, e como condena do maltrato exercido polos pais, para que non se repita. En concreto fai referencia ó dano tan enorme que a relixión co seu cuarto mandamento fai ós nenos, nenos que se converterán en adultos, que volverán exercer este

poder sobre outros nenos, e así nun círculo vicioso que empezoña a humanidade: «Honrarás o teu pai e a túa nai». Non, non e non.

A xente que recibimos unha educación —mala educación— relixiosa, temos moita merda desta metida na cabeza. Semella que a honra que se debe ós pais e ós maiores é un principio case universal en calquera cultura. E parece que os pais, só polo feito de darche a vida e coa premisa de que todo o que fan é polo teu ben, sempre están libres de toda culpa, agás que sexa un maltrato moi escandaloso. Aínda así, como fai Louise Hay, aínda aparecen estas cousas de que «fixérono o mellor que puideron coa información que tiñan» ou «non sabían máis, eles tamén foron manipulados, maltratados, golpeados...». Aquí ligámolo con aquilo do que xustificas e repites, e estaremos así uns cantos séculos máis, tolerando o maltrato infantil e sufrindo as consecuencias de persoas psicoloxicamente tocadas.

Non marcho por vós!  
Volvía porque deixara dous fillos!  
Marchei por ti!  
Se non fose por vós.....!

Estas eran frases repetidas pola miña nai, cargando sobre os nosos ombreiros a súa covardía de non atreverse a romper cunha relación nefasta co meu pai. E aquí faremos un aparte para o meu pai —aquí non se salva nin Deus. Xa saben o que pasou con el—.

## O MEU PAI

O meu pai era un alcólico. O significado desta frase afirmativa tan sinxela levoume descubri-lo tamén un lote de anos. Eu sabía que o meu pai era un berrón, un repugnante, un déspota, pero o que non sabía era que boa parte do seu mal temperamento era producido por mor do alcohol e, penso que a outra parte, pola mala relación coa miña nai.

De calquera xeito, ó meu pai tratabámolo, cando menos eu, coma se fose parvo. Mentiámoslle nas compras, agachabámoslle todo, así aparecíamos con roupa nova, vaixela, o que fose, e supoñías que el non se decatara de nada. Non sei, paréceme que se fose o caso mercariamos un elefante e tiñamos a idea de que el non se decataría:

—E este elefante?

—Nada. Atopámolo aí na corredeira que vai para o Recoste.

Creo que xa dixen que o meu pai era fillo único e que o seu pai casou coa súa nai *in extremis*,

pouco antes de morrer, dándolle así o seu tan prezado apelido, cuestión coa que el estaba obsesionado. De seis fillos que tivo, só dúas somos mulleres. Malia iso, cando eu nacín, que era a quinta, el desexaba que fose home e púxome o nome do meu irmán morto. Tres anos máis tarde nacería o meu irmán máis pequeno e tamén se lle puxo o devandito nome —asco de xente. Como se pode facer isto?—. Tiña unha verdadeira teima coa transmisión do seu apelido. Cando estaba para nacer a miña segunda filla, un día comentou: «Se é home igual lle vou de padriño» —vaia favor, oes—. Naquel mesmo momento eu pensei para min: «Sexa neno ou nena esta non se bautiza». Así foi, aquí rompemos, xaora, coa igrexa.

A frase de Lazara «lo que justificas repites» ten unha proba clara na miña familia, a saber: o meu pai tiña obsesión polo seu apelido, porque lle foi negado —complexo de fillo de solteira—; e non só o apelido, senón a mesma presenza do seu pai —igual, visto o visto até foi mellor para el—. Ben, pois el mesmo antes de casar coa miña nai, deixou unha moza preñada e casou con outra —xustificas o teu pai facendo o mesmo ca el—.

O meu irmán maior, máis do mesmo. Tivo unha moza e deixouna cando ía ter un fillo. Neste caso a rapaza denunciou, houbo xuízo e unha revolución importante na miña casa, pero non no senso de o empurrar para que asumise a súa responsabilidade, senón buscando calquera mexericada no comportamento da rapaza para deixala pouco menos que por puta. Logo veu o meu irmán Antón e outra vaca máis no millo: rapaza preñada e el a coller a



maletiña e fuxir. Teño que dicir que neste último caso eu xa estaba casada e a rapaza un día achegouseme para me comentar a cousa. Eu máis ou menos vin dicirlle que pouco podía facer. Tamén neste caso pensaba que quizais para ela fose mellor quedar libre de tal compañeiro — aínda que ela non o vise así—. O meu irmán, daquela, era unha persoa problemática. Bebía coma o meu pai e a el a bebida xeráballe un carácter violento, polo que se viu envolto en múltiples liortas. Co decorrer dos anos, nunha ocasión en que marchou de noite da casa da miña nai e apareceu no outro día na miña, tivemos unha conversa:

Se segues así, a túa relación comigo non vai ter futuro.

— A min non me chantaxees.

— Non é chantaxe, é a realidade.

Resultado disto foi unha visita que fixemos ambos os dous e a miña filla máis vella, ás instalacións de *Alcohólicos Anónimos*, onde lle realizaron unha analítica. O cabrón estaba de puta madre e non tivo maiores consecuencias aquel acto, ou se cadra si. Sexa como for, curiosidades da vida, a día de hoxe, con todo, non sei se non será o máis centrado de todos nós, incluída eu mesma. Sempre penso que Lucía foi de todos a máis maltratada, pero ás veces, pensando nalgunhas cousas, creo que Antón non quedou atrás. El tiña moito xenio de pequeno, penso que miña nai mesmo lle tiña medo. Algunhas veces, cando lembro aquela nosa marcha a Madrid que xa relatei aquí, venme sempre a mesma pregunta a cabeza: É Antón? O meu irmán Roque creo que tamén estaba en Madrid na

casa do tío á que nós fomos, alí aprendendo a martelar ferros nun taller que tiña. Pero Antón, U-lo? Por que a miña nai non o levou connosco? Quedou co meu pai? Estaba coa avoa? Non consigo lembralo.

Escoramos un pouco, estaba a falar do meu pai. Que podo dicir? Eu tiña unha moi mala relación co meu pai. El era difícil e a miña nai non axudaba. Véxome a min mesma berrando coma unha tola, fóra de min e dicíndolle cousas terribles ó meu pai. A miña nai facía á mantenta cousas que sabía, de certo, lle amolaban. Vexamos, igual estabamos falando na cociña de calquera parvada e, ante a aparición do meu pai, ela calaba. Nalgún momento —cos anos supoño—, fun consciente deste feito repetido e volvía falar para que o meu pai vise que non era segredo ningún.

Hai poucos recordos ledos no meu imaxinario infantil, pero os contados momentos de emoción sempre foron por parte do meu pai. A el chispeábanlle os ollos cando marchabamos, el era o que me chamaba por teléfono cando fun para Barcelona. Poida que o fixese cunhas copas, pero facíao. Lembro un Nadal, en que estabamos no bar, supoño que con algúns clientes, pois festexando esas datas. A min deume por arrancarme por Manolo Escobar e lembro perfectamente a mirada do meu pai, mirada de admiración, de «que ben o fai!».

O meu pai apareceu un día calquera cuns patíns maravillosos: catro rodas, prateados, brillantes, amallosas de coiro marrón, a súa chave para os poder alongar ou encoller á medida do meu pé, provocando unha fonda sorpresa e ledicia en min.

Pero o regalo máis marabilloso, o mellor que me fixo o meu pai e que aínda hoxe me pregunto por que, foi a miña primeira máquina de escribir: unha Olivetti Lettera 32. Tamén chegou sen contar e sen ser data sinalada no calendario. De sempre gostei de escribir, pero facelo á maquina, e sobre todo en máquinas mecánicas; supón un movemento físico, sincronizado, rítmico, —se escribes con todos os dedos, claro—. É unha cousa especial que me enfeitiza. Hoxe escribo no teclado do ordenador, dende logo, pero téñolle dado moito ás teclas desta Olivetti e outras posteriores. Puidera ser que o meu pai, inconscientemente, sabía que eu precisaba esa máquina porque tiña algo que contar?

Eu ía de pé na Lambreta do meu pai, máis tarde na furgoneta, a un lote de sitios, e algunha que outra vez acompañoume a ver algunha actuación na sala de festas da aldea. Ben é verdade que despois cagábao todo co seu comportamento, pero cando a facía tamén o sabía, e non é que che pedise desculpas, así ás claras, pero sempre buscaba a maneira de chamarte, de facer algo para quitarlle ferro á cousa.

Para explicalo así dun xeito moi gráfico, o meu pai era coma a vaca que dá moito leite pero despois, dun couce, estrágo todo pola corte.

Hai anos escribín un relato que se titulaba *Carta ó meu pai morto*. Aí acalaramos algunhas cousas, como que por fin entendín que nin el era o malo malísimo da película, nin a miña nai a pobre vítima desvalida que sempre se fixo. De xeito que, penso, el e mais eu estamos en paz, aínda que nos últimos tempos parece como se faltase algo para

pechar este capítulo. Non sei, se unha especie de ritual que puidera ser: visita ó cemiterio, levarlle alí unhas flores —a el non lle gustaban estas conachadas— non sei, dalgún xeito saberei o que teño que facer.

## O IRMÁN QUE NON COÑECÍN

Creo que chega o momento de narrar non outro momento trágico da miña familia, senón «O Momento», ese que deixou a súa pegada en todos nós, aínda, naqueles que non tiñamos chegado a este mundo.

Cando o meu irmán máis vello, chamado coma min, primoxénito dos meus pais, contaba dez anos, o río Sil, nun abrazo asasino, truncou a súa vida. O meu pai estaba alí, o meu irmán Roque tamén. Parece que o meu pai case afoga tamén, na procura do seu fillo desaparecido nas augas —era moi bo nadador—, pero non houbo resultados, até que dous días despois o río tivo a ben devolver o seu corpo para que o puidesen enterrar e chorar.

O relato dos acontecementos, como non podía ser doutra maneira, chegou sempre pola vía da miña nai. Xa dixen, creo, que o meu pai non falaba disto; si do seu fillo cando vivía, do listo que era, pero nada deste acontecemento fatídico. A miña nai si. Eu pensaba que era porque ela o superara

mellor, grazas precisamente a falar do tema, pero agora creo que non. Nunca o superaron nin os meus pais, nin os meus irmáns, ninguén. E mesmo eu, que non estaba, o sufrín como algo propio: véxase levar o seu nome e estar suxeita sempre a comparacións, comparacións imposibles de superar. El era un retrato inmutable rodeado dunha sombra anxelical.

E aquí venme unha revelación: a miña maneira de vestir era moi masculina. A partir dos sete anos —recibida a sagrada comunión—, sempre levei o pelo moi curto. Cando no Entroido me disfrazaba, mentres a miña amiga María, axudada pola súa nai, armada de colchas e manteis, aquelaba uns vestidos moi coloridos para a ocasión, eu, non obstante, sempre ía de home e en troques de me pintar os beizos, esborrachaba uns bigotes. Podería ser porque na miña casa a maioría eran homes e tiña máis acceso a esta roupa, pero ben podería ser un querer achegarme a ese ideal dos meus pais que nunca podería acadar. De ser así, vaia merda!

Parece que nunha das rifas dos meus pais, isto antes de eu nacer, un dos irmáns da miña nai lle dixo —segundo ela—, algo así como: «mataches o meu sobriño, pero a miña irmá non a vas matar». Duras palabras, non si? Pero o peor de todo é que a miña nai, dentro de si, acusábao tamén. Pode que non llo dixese claramente, pero creo que llo facía sentir acotío, sobre todo cos seus silencios.

Non consigo lembrar unha escena agarimosa na miña casa, cos meus pais, ningunha. En troques, ó meu maxín veñen noites na cama escoitándoos

rifar, berrar e eu acochándome coas mantas, coa almofada para non os escoitar.

## ABALO, DEVALO

O meu estado físico e mental é coma a marea: sube, baixa, sube baixa. De tanto mirarme para dentro, agromaron lembranzas da miña infancia, amigas, feitos; a miña voda, unha insipidez todo. A desculpa? O preto que estaba o falecemento da avoa Pepa. Pero na miña familia todo era así, sen alegría, mesmo o meu traxe era anódino. Por Deus, tiña dezaoito anos, un corpo xeitoso, podía ter posto calquera cousa e non aquel traxe de monxa. Non lembro nada da miña nai, que foi quen me acompañou mercalo, ningún consello, palabra, xesto, e ó meu pai o único que lle preocupaba era que non se gastase moito.

Por mor destes soños-pensamentos, teño que dicir que non lembro que a miña nai me fixera un día chichos, trenciñas, non lembro gabanza ningunha dela.

O outro día, por exemplo, ía camiñando a bo ritmo polo paseo marítimo. Sentínme lixeira, camiñaba erguida, coa cabeza levantada e movéndoa como



se levase unha cola de cabalo. Sentíame estupenda. Non obstante, chegou a noite, unhas respiracións relaxantes, unhas autoafirmacións positivas, pero o sono non veu. Si apareceu, en troques, unha dor no baixo ventre, tan molesta, que á fin tiven que erguerme e atrapar, que remedio!, o *sudoku* atrasado do periódico que se ofrecía no revisteiro do retrete.

Quizais este baixón ou, digamos, medio-baixón se deba a que a toda a información que me vai chegando acabo por atoparlle algunha eiva. Xa dixen que os Libros de Louise Hay son interesantes para traballar a autoestima, combater pensamentos obsesivos con palabras positivas, en fin ten moitas cousas interesantes, pero de aí a crer que con estas técnicas podes sandar un cancro, pois como que non.

Alice Miller, cuxo libro *El cuerpo nunca miente* me pareceu moi interesante, resulta que unha vez que vas polo terceiro, ves como repite a súa obsesión por atacar a psicanálise —cousa que ela practicou durante vinte anos—. Quizais por iso pon tanto interese en promulgar a verdade —a súa—. Comparto, dende o meu descoñecemento, e por pura intuición, a súa premisa de que non se pode perdoar os pais por moito que o que fixesen fose «polo teu ben», pero pretender que cada ditador, sádico, cada xenio morto en xuventude, cada vida estragada, estean causados pola educación —mala— que esas persoas recibiron de pais e demais educadores, xa me parece excesivo. Así que ó ultimo libro, *La llave perdida*, boteille unha ollada así por riba; Nietzsche, Picasso, buscando sempre onde estaba o fallo na súa educación.

E nisto que me topo na Internet cunha páxina onde unha tal Bárbara, colaboradora súa, pública un ensaio para dar resposta a unhas críticas e vexacións das que foi obxecto, segundo ela, pola susodita Alice Miller. En fin.

Este psicólogo que teño nomeado aquí tamén nun par de ocasións, Alberto Lazar, de socate, leo na súa páxina do Facebook algo catastrofista, pesimista como de profecía da terceira Guerra Mundial; e uns días antes preguntaba á xente se tiveran visións ou soños, diso de volver á infancia, ou da fin do mundo. En fin, como buscando sinais dunha hecatombe nuclear.

Merda! Pois hai que seguir buscando e investigando, e comprender algo do que xa partiamos: ninguén ten a verdade absoluta nin a solución perfecta. Acadar ser unha persoa sa e feliz non é tarefa doada e, con toda probabilidade vaiche ocupar toda a vida. De calquera xeito, en que cousa podes investir o teu tempo mellor ca en ser ti mesma?

Sexa como for, as circunstancias e os novos descubrimentos fanme estar cada vez máis certa de que si, de que algo hai. Chámese telepatía, chámese intuición, o que sexa, pero vou atopando cousas que parece que fosen escritas para min.

Hai uns días, por exemplo, na páxina do Facebook dunha psicóloga á que cheguei por ser a muller do anterior que nomeei, Roberto Lazar, chamada ela Mercedes Menéndez, escribe sobre a *Síndrome del Yacente o Fantasma*. Enumera unha serie de circunstancias ou características, unha delas moi rechamante: Permanente sensación de tristeza.

Creo que nestas páxinas deixo claro a miña ansia por recuperar a ledicia. Así remata este artigo ó que veño facendo referencia: Regra numero un para ser xacente: «Yo fui concebido posteriormente a la muerte de mi familiar, no lo conocí, no me conocí, yo no existía siquiera».

Por suposto que outra característica é que che endosen o nome do falecido. En verdade, isto parece que fose escrito para min, levo o seu nome, boto en falla a alegría e, dende logo, cumpro ó deño a regra número un.

É certo que adico algún tempo cada día a ler en páxinas de psicoloxía, libros, artigos, pero atopar isto, non sei, deixoume un pouco aquelada.

Para afondar máis sobre este tema merquei o libro do doutor Salomon Sellam *El Síndrome del Yacente*. Algunhas cousas son increíbles. Na enumeración dos signos clínicos, o Dr. Sellan describe os seguintes apartados:

- 1.-Discurso do Xacente
- 2.-Actitude física
- 3.-Enfermidades típicas
- 4.-Actitude comportamental
  - a. Comportamento indumentario
  - b. A sesta
  - c. O ruído
  - d. O frío
  - e. A luz
  - f. A soidade, a tristura
  - g. Obxectos familiares
  - h. A música

- 5.-Oficios e deportes favoritos do xacente
- 6.-Os nomes
- 7.-Estudo de datas de nacemento.

No primeiro apartado hai moitas afirmacións que eu asignaría sen problema ningún, vexamos: «Tengo la impresión de no estar viviendo mi vida». «Estoy triste, muy triste, desde que soy una niña». «Vivo en un estado que no me corresponde, es como si estuviera encerrada en algo».

No apartado 4 de actitude comportamental, é a hostia. O meu gusto pola sesta merece comentarios na miña familia, en canto á súa prolongación. Semella que o recomendable anda aí polos vinte minutos, pero a min fanme falla un par de horiñas, que en vinte minutos, como eu lles digo, non collo nin a postura.

O ruído. Parece que eu tivese dotada dunha agudeza auditiva que non teñen os que me rodean, de xeito que a puta pingueira da billa do baño pode sacarme das miñas entendedeiras e creo que escoito até o circular dese fluído misterioso que é a electricidade.

Tamén é de todos coñecido o meu gusto pola escuridade para durmir, a poder ser a persiana ben baixada e que non entre ni a máis mínima raioliña. Non entendo como en Londres poden durmir sen ter persianas nas casas. É incomprendible para min.

No meu armario vese claramente a miña preferencia pola cor negra, é matemático. Se vou mercar algo, a man sempre me vai cara ó negro, consciente xa hai un tempo disto, ás veces obrígame a

comprar algo vermello, máis ben granate; non me gusta para nada o branco e penso que non me atrevería tampouco cun amarelo.

O do nome xa non hai que comentar nada. Eu son o que o Dr. Sellan chama «unha filla de substitución». En canto ás datas de nacemento non me parei, aínda, a analizalas, pero así, de primeiras, chama a atención que tanto eu coma o meu irmán Emilio nacemos no mesmo mes con poucos días de diferenza.

Nota: Se eu tardei medio século en tomar conciencia de que a miña infancia foi un desastre, que deixou a súa pegada en min até hoxe, penso eu que se debe á xustificación que damos, case universal, ó trato que nos dispensan os nosos proxenitores porque sempre o fan «polo noso ben».

## POLO TEU BEN

*Por tu propio bien*, tal é o título doutro libro de Alice Miller, que aínda non acabei de ler. É duro, moi duro. «A pedagogía negra» denomina ela a esa educación represora que se exerce sobre as criaturas.

Onte mesmo estiven lendo algo del. Conta cousas moi fortes, que che descompoñen o corpo. Era un día de choiva, nun momento en que me atopaba encartando unha pouca roupa colgada no tendal, dentro, xusto, do cuarto que ocupou a miña nai, levantei a vista cara a unha parede e topei cunha foto miña e dos meus irmáns nunha festa que o meu irmán Roque fixo co motivo da súa xubilación. É curioso que este obxecto lle esquecese, non? Ela que daría a vida polos fillos e blablablá. O caso foi que, mirando aquela foto en branco e negro, entroume unha gran tristura e chorei, chorei, chorei. Supoño que por min e por eles, por todo o dano que nos fixeron, por non deixarnos ser as persoas que tiñamos que ser, por trabarnos,

truncarnos, eivarnos, enfermarnos.

De sempre, nalgunhas conversas cos meus irmáns, cando se falaba da nosa vida na casa, eu invariablemente remataba por chorar, e sempre había un deles que me dicía: «bueno, non foi para tanto. A nós non nos faltou de nada, había outras familias moito peores». Eu quería pensar que tiñan razón, pero había algo que fallaba, algo polo que eu suspiraba. Tardei en identificalo, pero agromou por fin: faltábame, fáltame ledicia, alegría, chance; quéroa, quéroa en todos os idiomas. Quero alegría!

Eu querer, quérome ben.

E, tamén, quero alegría.

Finalmente, a miña filla díxome que chamou á miña nai para ver de achegarse e que coñécese o neno, pero como queira que ou ela lle notou ou a miña filla lle dixo que tiña algo de catarro, a miña nai suxeriulle que mellor non, que como acababa de estar no hospital —xa lle deron a alta— igual a contaxiaban.

En serio. Entre o mes de xullo e de agosto tivo dous bisnetos e ós dous lles dixo que non fosen vela poñendo esta desculpa. Precisamente, estes dous nacementos foron os que fixeron que a miña desconexión con ela non fose total, tal é o meu desexo neste momento.

Non me atopo ben, teño que cantar as miñas cantigas demasiado a miúdo para evitar estar dando voltas sempre sobre o mesmo, coma un sarillo. Penso que o feito de ir escribindo por un lado axuda e por outro manca, porque estou sempre lendo,

escribindo e descubriendo cousas moi duras, pero  
paréceme que é inevitable, é unha dor que preci-  
so pasar, para rexurdir como ave Fénix, das miñas  
cinzas.



# 11

## EXERCICIO

Nunha das moitas páxinas que visito, recomendaban un sinxelo exercicio, que consiste en escribir unha primeira carta a unha heroína da túa infancia, unha segunda que che escribe a ti esa heroína, unha terceira que ti, adulta, escribes á nena que fuches, e unha derradeira que esa nena che escribe a ti. Isto foi o que resultou:

Carta 1:

Querida Amanda<sup>1</sup>:

Tiven que facer un esforzo para pensar nunha heroína da miña nenez e apareciches ti. Lembro ese teu movemento de nariz, tan sinxelo, pero tan efectivo co que poñías todo patas arriba ou, ó revés, arrombabas todo. Aínda podoo ver o desconcerto do teu home e

---

<sup>1</sup>Fai referencia á protagonista da serie *Embrujadas*..

tamén a miña admiración, pero, sobre todo, recordo a túa cara pícara, leda. Supoño que desexaba ser coma ti, facer un movemento de nariz ou un «chis» cos dedos da man e trocar a realidade que me rodeaba; e ter ó meu carón unha familia alegre, harmoniosa como a que tiñas ti.

Ó longo da miña vida sempre botei en falla a alegría e sempre sentín desexo e fasciación pola bruxería. Grazas Amanda, por regalarme momentos, non digo inesquecibles, porque os esquecín todos, pero consigo lembrar a túa cara e o teu xesto ledo.

Carta 2:

Querida Martina<sup>2</sup>:

Aledoume moito recibir a túa carta e ver que, malia que a serie que protagonizaba parecía un pouco panoca, servía para alegrar polo menos unha persoa, por enriba, unha nena preciosa coma ti. Isto ten un valor incalculable.

Véxote sentada detrás da barra do bar, entre dous bocois deitados, no val que formaban os seus círculos. Lembro o costume que tiñas de enredar no pelo mentres chupabas os beizos. Acórdaste? En balde foron os esforzos da túa familia para quitarche tal vicio (?).

---

<sup>2</sup>Adopto este nome por razóns que explicarei máis adiante..

A propósito do teu desexo de ser meiga, unha cousa che hei dicir: seguramente non o poderás acadar —creo que non existen—, pero seguramente se o intentas, poderás facer maxia. Non esquezas isto nunca: «es unha persoa estupenda».

Apertas,  
Amanda.

Carta 3:

Querida Martina:

Despois de escribir as dúas cartas anteriores, un pouco precipitadamente, escriboche a ti con máis calma. Eu tamén te —me— estou vendo sentada entre os bocois, co pescozo ergueito cara á tele, apenas terías cinco anos, un arriba un abaixo. Cústame verche a cara, pero gustaríame que sorrises. Ogallá puidese ir ó pasado e darche un lote de bicos e unhas boas apertas, porque sei que che faltaron. Non sei o que daría por agarimarte cando estabas tan asustada, aquel día que quedaches pechada no cine, tan grande el e tan cativiña ti. Nese momento colleríate no colo para darche a calor dunha aperta e cantarche algo coa miña boca pegada na túa orella para espantar o medo.

Non sei o que daría por facerlle algunha falcatruada a aquela mestra, dona Ánxela, que che puxo algún día «orellas de burro»

por causas tan parvas como errar a táboa do tres; ou o día que case vos pon a todas as nenas da clase en coiros porque faltou unha goma de borrar. Se cadra non estaría mal que dun sopro caese de costas sobre aquel cu inmenso que tiña. Sería xa un punto que cada vez que estricara a súa man ameazadora seguida dunha regra disposta a descargar sobre as nosas pequenas mans inocentes, digo, que estaría ben que se lle revirase e lle dese nos dentes, nos fociños e mesmo lle rompese os lentes. Ela si que era burra.

Ogallá che puidese dicir o bonita que eras, o especial que fuches. Quizais o meu desexo de viaxar no tempo se cumpra e poidas dalgún xeito percibir toda a calor que che quero transmitir. Poderíamos ler xuntas algún conto e tamén podería irte recoller á escola nun día de choiva, cun paraugas xigante que nos acubillase ás dúas de camiño á casa mentres me contas como che foi . Quixese estar alí tamén cando espertabas con medo porque se che aparecían figuras moi moi grandes, tan enormes que che parecía que non as podía arrecadar. Non pasa nada, non te asustes, tranquila, que estou aquí contigo.

#### Carta 4

Querida eu:

Grazas polos teus desexos. Ttranquila, estou ben, xa non teño medo e xa podoo sorrir.

Eu tamén che mando moitas apertas que sei, precisas.

Ese exercicio resultou, en verdade, moi emocionante, sobre todo estas dúas últimas cartas que escribe a Martina adulta a Martina nena e ó revés. Esta última, fíxena coa man esquerda para semellar letra de nena e remateina por un autorretrato. Debuxei a miña nena, cun sorriso de orella a orella e con dous chichos moi curriños.

Pero a vida segue e, metidos no mes de decembro, entramos noutra data de festexo na miña familia: Santa Lucía. A miña nai e a miña irmá son Lucía, polo tanto visita obrigada, até agora cando menos. Dadas as circunstancias e o distanciamento, que eu non sinto desexo ningún de eliminar, non fixen idea de visita familiar, pero —outro, que sempre ten que haber algún— chamou o meu irmán Antón, como intercedendo para que chamase á miña irmá, e ollo ó dato, a miña nai non tiña inconveniente.

Pensámolo o meu home e mais eu e ó final decidimos ir. Era unha comida, un día, e tampouco hai que pórse dramáticos. Teño que dicir que todas as miñas lecturas, toda a información que levo trafegado esta tempada, vai dando resultados, e acudín a esta reunión bastante tranquila, sen bolboretas no estómago, durmindo a noite anterior máis ou menos ben. Iso si, levanteime completamente agarrutada, de xeito que non me puiden nin calzar as botas, para o que precisei axuda.

A comida fíxose na casa da miña irmá, así que tiramos para alí. Saúdos, bicos, a miña irmá

extremadamente delgada e un pouco máis ave-  
lletada. De alí a un anaco chegou a miña nai e  
saín saudala. Un par de bicos de compromiso,  
como se fósemos dúas directoras dunha empresa.  
Notei unha vez máis esa friaxe e, dende logo, nin  
un xesto de complicidade, nin unha palabra, nin  
unha mirada, nada de nada.

Teño que dicir que non me vía fóra de alí. A  
venda que me caeu dos ollos permíteme ver agora  
 cousas que antes non percibía: o machismo anqui-  
losado na miña familia, a actitude de meu irmán  
co seu fillo de oito anos, ó que lle berra como nos  
berraban a nós. Resumindo, atopeime como peixe  
fóra da auga e estaba desexando liscar, o que fixe-  
mos á tardiña despois doutros cantos bicos.

Isto foi o domingo. O luns, que estaba soa na  
casa, deiteime normalmente. Iso si, antes estivera  
lendo un pouco nun dos libros de Alice Miller, creo  
que este era *Sana tu vida*. Como xa dixen, todos os  
seus libros tratan dun único tema: o maltrato na  
infancia. O caso é que, fose por mor da reunión  
familiar, ou fose polo mal corpo que me deixou  
o libro polas similitudes que puidera atopar coa  
miña vida, espertei no medio da noite cun males-  
tar no estómago, e case non chego ó baño. Vomitei  
varias veces durante a noite. Pola mañá, nin pen-  
sar en ir traballar, estaba feita unha merda. Pasei  
o día practicamente na cama, pero dunha das ve-  
ces que me deitei —supoño que, lembrando esta  
síndrome do xacente que veño de descubrir—, ti-  
ven un diálogo co meu irmán morto. Expliqueille  
que levo un tempo cunha dor no lado esquerdo  
do pescozo, que baixa cara ó ombreiro e non me

deixa virar ben a cabeza cara a ese lado. Máis ou menos vinlle dicir que o quería, que entendía que foi unha putada morrer tan novo, só con dez anos, e afogado, que debe de ser unha morte ben fodida —non sei se hai morte boa a esta idade nin a ningunha—. Seguín máis ou menos así:

—Pero eu non teño a culpa, así que, se precisas algo, dimo, pero téñote que deixar. Non podo seguir cargando contigo como se te levase a carra-chiño.

Supoño que aínda lle diría algunha que outra cousa máis e quedei a durmir. Cando espertei, a rixidez do pescozo desaparecera, podía xiralo moi ben, sen dor. Vai para uns días diso e, aínda que parece que noto unha certa molestia, nada semellante ós días precedentes a estes acontecementos.

Sigo lendo, sigo atopando cousas e ímola andando. Procuoro atopar a alegría na contemplación dunha alborada, do mar ou dun día chuvioso de outono, coma o de hoxe, pero segue custándome controlar o meu pensamento. Estiven barallando a posibilidade de buscar axuda nun psicoterapeuta, agora chámanse así. Isto non é tarefa doada. Dás unha patada ou, mellor, pulsas catro teclas e aparecen mil psicólogos. O outro día sen ir máis lonxe entrei nunha páxina, «Mundo psicólogos» creo que se chamaba, e fixen unha pregunta. E cando estaba a falar por Skype coa miña filla chamoume unha persoa, ofrecendo a súa axuda. Díxenlle que me pasase a información por email, que en verdade eu non era consciente de ter feito a consulta a ninguén concreto. Así o fixo, e ben, mesmo un vídeo tiña.

Curiosamente estas páxinas sempre recomen-  
dan que o terapeuta teña título de psicólogo e es-  
tea colexiado. Aínda que isto non garante unha  
boa atención en principio, si é unha certa garan-  
tía de que non sexa un impostor, soamente un  
mal psicólogo. Esta persoa non cumpría ningún  
deses requisitos. En realidade, segundo ela, é li-  
cenciada en filosofía nunha universidade, curio-  
so, na Arxentina e despois con distintos títulos de  
*Counseling*, que non digo eu que se cadra resultaría  
estupenda pero en principio dá coma un pouco de  
receo. Comenteille, máis ou menos, que se decidía  
finalmente pedir axuda tería en conta a súa oferta,  
e nestas andamos.

Por mor de atopar esta síndrome do xacente,  
estoume informando sobre isto e, ben, aparecen  
teorías psicosomáticas que veñen dicir que ti ben  
podes cargar cunha cousa destas toda a vida e en  
verdade esta miña necesidade de alegría, esa falla  
que eu sempre noto, podería moi ben estar relacio-  
nada con isto. Estas teorías psicosomáticas parecen  
querer dar a entender en último termo que todas  
as enfermidades son provocadas por nós mesmos  
ou por cousas que nos pasaron e, incluso, por esa  
especie de inconsciente colectivo, familiar ou como  
sexa. Parecen un pouco esaxeradas, pero por outro  
lado, e se fose verdade? E se o poder da curación  
está en nós mesmos? Sería a hostia, non si? Nas mi-  
ñas matinacións filosóficas a futuro, imaxino unha  
sociedade libre de enfermidade, de feito, levo un  
tempo matinando nas miñas catro verdades, a sa-  
ber:

Ningún tempo pasado foi mellor.



O lixo non existe.

Se alguén pode imaxinar algo, ese algo, pode ser, nalgún momento, posible.

En realidade, parece que son tres. En canto ó primeiro punto, penso que o pasado nunca foi mellor. A sociedade avanza e avanza para ben; que hai moitas cousas que cambiar, dende logo que si, pero, alguén quere volver, xa non digo máis, a primeiros do século pasado, cando as mulleres non tiñamos voto e eramos consideradas medio parvas? É verdade que seguimos a sufrir malos tratos, asinatos, pero a maioría da xente non o ve ben, non o xustifica, rexéitao. Era mellor, acaso, vivir sen ter un baño na casa, sen luz, sen auga, sen Internet? Sen Internet, eu vería a miña neta un par de veces ó ano, como moito, e así podo vela cada día se quero. A distancia e o afastamento diminúen enormemente e, xa dicía Saramago «A distancia é como a morte só que con esperanza».

O lixo non existe. Sobre isto eu teño a teoría de que, se é verdade o principio que di que «a materia nin se crea nin se destrúe, só se transforma», o lixo non é tal. Todo é materia, non podemos crear do nada, xa que logo, só nos falta desenvolver as tecnoloxías precisas para transformar ese lixo, eses refugallos, en algo útil e non nocivo, o que non é motivo para tratar de levar unha vida menos contaminante.

En canto ó terceiro punto, alguén, que chamarían tolo, pensou que podía voar. Alguén imaxinou que podíamos comunicarnos a través dunha liña de teléfono. Alguén pensou en visitar a lúa. Pois eu penso que existe, en verdade, unha conexión

universal do ser humano, que fará que sexamos máis sensibles á dor allea e, polo tanto, evitaremos magoar os nosos semellantes porque será un pouco como danarnos a nós mesmos, coma algo físico. Imaxino un avance de xigante no tema da educación dos nenos, respectuosa coas súas capacidades, de xeito que cada persoa se desenvolva para aquilo que o fará mais ela mesma. Para acadar este punto hai tres alicerces desta sociedade a destruír:

- A familia
- A escola
- A relixión

Polo menos tal é como están concibidas na actualidade.

## O MALTRATO DE CADA DÍA

A familia fai moito, moitísimo dano, e non é só porque eu estea sensible a este tema polos meus recentes descubrimentos, ou si? Seguramente si, vexo cousas que antes me escapaban. Por exemplo, o outro día, diante miña camiña un pai e a súa filla, unha nena de máis ou menos sete anos.

—A ver, ti tes que afacerte á profe e ela a ti, non? —dixo o pai.

—Si, ben.

—Logo que pasa, non atendes porque che molestan os outros, ou?

—Non, é que sempre é o mesmo.

Por Deus, os nenos morren de aburrimiento nas aulas e parece que ninguén se decata ou é que non lle interesa a ninguén.

Outro caso máis grave.

Nun parque calquera, un artello destes en que se sube por unha escada e hai unha pasarela de madeira que desemboca no baleiro. Á esquerda unha

especie de rede vertical pola que hai que gabear ó estilo de Spiderman para chegar ó punto onde se pode deslizar polo tobogán.

Escena: Neno de sete ou oito anos, pillámolo no punto de enfrontarse ó baleiro; cunha man agarra firmemente a varanda de madeira. A súa nai, supoñemos, permanece serena. El protesta, non quere seguir. Nalgún momento, consegue desprazar un pé cara á rede, pero deseguido recúa. A nai, tranquila, insiste, explica a técnica, o neno chora, cada vez nótase máis agarrotado. Aparecen na escena dous nenos que preguntan á nai:

—Qué lle pasa?

Non sabemos a resposta. Nesta altura, o neno xa chora desconsoladamente, as bágoas mestúranse cos bormos e escorregan pola súa cara. A situación acada un grao de violencia insoportable tal que a miña filla e mais eu marchamos de alí.

Isto pódese cualificar, sen dúbida, de maltrato. E pregúntome, que grao tería que acadar para que unhas observadoras tal cal eramos nosoutras nos permitísemos intervir? Algún golpe? Sangue amosando?

A resposta está noutra escena da que fun testemuña uns días despois. Nunha terraza dun bar calquera de calquera sitio, unha nai cun neno máis ou menos de oito anos e unha acompañante feminina amiga da nai ou irmá quizais. Non lembro a situación nin o que falaban até que o meu cerebro procesa esta frase:

—Porque ti, até que teñas dezaito anos, es da miña propiedade, coma o coche.

E así é, algúns país exercen un réxime completamente totalitario no que á educación dos fillos se refire. Xa digo, ten que ser unha escena en extremo violenta para que alguén se permita unha intervención, isto cando os feitos se producen no exterior, na rúa. Imaxinemos o que pode pasar nas casas de portas para dentro.

Estamos en novembro do 2015, en París un ataque terrorista deixa sen vida a cento e pico de persoas; feitos terribles, dende logo, que non tiñan que pasar, pero as medidas, declaración de guerra incluída, non me parecen a min as máis axeitadas. A violencia non se atalla con máis violencia. Despois está o tema do rango dos mortos, quero dicir, e sei moi ben que isto non é politicamente moi correcto, pero é o que eu sinto:

A saber, esta xente non tiña que morrer, é unha morte inxusta e inxustificada, pero morre xente cada día, de mortes tan terribles ou máis ca estas: nenos que morren de fame, inmigrantes que quedan para sempre no fondo do mar tratando de acadar unha vida mellor, e xa non só referíndonos a terceiros mundos, non, aquí na nosa Europa civilizada aquí neste país, España, creo que na última semana morreron así coma sete mulleres de mans de examantes, exhomes, ex, todos os que queirades engadir. Isto non é terrorismo? Si que o é, e duro, ademais. De feito, estes actos violentos adoitan producirse dentro dese reduto familiar infranqueable, onde todo está permitido e moitísimas veces en presenza de criaturas inocentes que quedarán dalgún xeito marcadas para o resto da súa vida.

Estou certa de que, se cada ano fosen asasinados, por exemplo, cincuenta taxistas, cincuenta médicos, cincuenta persoas de calquera outro colectivo, xa se tería montado, pero son mulleres dentro da súa familia. Amiga, aquí non se toca! Coma moito, algunhas panocas manifestámonos en prazas de vilas fronte a un Gingko Biloba, gardamos uns minutos de silencio ou depositamos flores ou lanzamos un berro desesperado que parece que ninguén escoita. Pero isto é unha inutilidade, non serve, non conseguiremos un mundo sen violencia, se os nenos non se crían con respecto e paz.

Isto, así por enriba, é unha violencia que calquera pode apreciar. Logo está esa violencia escorregadiza, difusa, agachada detrás dunha atención esmerada, esaxerada, enfermiza, poño un exemplo:

Pai que chama o seu fillo, trece anos, dende o traballo:

—Anxo, estás na casa? E por que non me chamas? Xa sabes que se non me chamas preocúpome. Ben, pecha ben a porta e non andes co patinete na casa, que lañas todo o parque. Ponte a estudar as táboas de matemáticas. —Esta merda aínda existe?

Aínda outro caso: Rapaza de vinte e pico anos que narra con certa admiración como o seus pais, cando quedaron embarazados dela —sen contar— estando na universidade, tiveron que sacrificar os seus estudos. Neste caso o pai para pórse a traballar e ocuparse dela.

Véxase como estes pais, que ela considera modelícos, cargan sobre os seus ombreiros a responsabilidade da súa chegada a este mundo: «tiven

que deixar de estudar por ti» «se non fose por iso hoxe sería...». Esta claro que ela non solicitou vir e que só eles foron responsables.

En verdade, como xa dixer, é coma se me caese unha venda, unha venda pero que moi tupida de enriba dos ollos. De socate, vexo escenas destas a cada paso. Sei que un dos motivos fundamentais é a presenza da miña neta Sara, que vai cara a tres anos, e a maneira en que a miña filla e o seu home encararon a súa educación, cousa que me sorprende e segue a me sorprender. Faime ver cantas cousas fixemos mal, por aquilo que ademais eu odio profundamente de «sempre se fixo así». Pois, se se fixo así sempre será xaora de ir cambiando. Sara, ademais, fai que eu acuda a lugares onde están nenos e grandes e poida comprobar cada día cousas destas que veño de contar e escoitar, como unha nai que lle bota un berro que ben che pode producir un ataque ó corazón a un neno pequeno de tres anos, quizais: «CALLA!!». Motivo? Que lle quería falar e interrompíaa mentres que ela intentaba manter outra conversa polo móbil.

Outro día, cruzando un paso de peóns, outra nai que lles berra a dous nenos algo maiores que o anterior: «Vouvos dar un par de lapadas!!».

Dende aquí declárome culpable e quero pedir perdón ós meus fillos por cada vez que eu fixen algo parecido. Seguro que si. Moitas veces lles teño dito que, dada a idade á que os tiven, unha adolescente para o caso, aínda houbo sorte e parece que me funcionou unha certa intuición que agora se volve amosar, e un moito de sentido común. O exemplo que eu ou calquera da miña

xeración tivemos tanto na casa, coma na escola, coma na sociedade en xeral, non serviu para nada; ou mellor dito, serviu para ter unha mala, pésima, educación previa.

De seguro que lles din máis dun azoute porque non pasaba nada, porque iso, ademais, era ser bastante suave. Algunhas nais e pais gabábanse de darlles de cando en vez unha boa marimba, coa desculpa, como non, do «seu propio ben» da «boa educación».

Non sei en que momento me empezou a caer a venda, pero un punto importantísimo de inflexión foi, sen dúbida, o nacemento de Sara e, posteriormente o de Roi. A maneira en que as miñas fillas asumiron a súa educación, vaia!, foi todo un descubrimento. Confeso que cando Sara empezou a comer espaguetes coas mans —ségueo facendo— e poñerse coma un cristo, non podía evitar un certo estado de nerviosismo, aquilo inculcado das boas maneiras, de educar, de reprimir. Canta babecada!

Non me sinto orgullosa, xa digo, de ter soltado unha que outra lapada ou un azoute, pero, sobre todo, teño remorsos pola posible transmisión das miñas manías, os meus medos, as miñas fobias, por ese estar a medias, por esa miña tristura endémica chea de negras sombras que me acompañou acotío. Mágoa que esta revolución que agora estou vivindo na miña vida, non se producise hai un lote de anos.

Pero non todo foi intuición nin sentido común. Houbo algo, algo que eu tiveron na miña infancia, algo do que non gozaron os meus irmáns.



## MARTINA NO PARAÍSO

Di Alice Miler que para sobrevivir ó maltrato infantil —a estas alturas xa sabemos que maltrato non é só bater, bourar, senón cousas coma desidia, desleixo, abandono, falta de apego, de conexión— cómpre a presenza dalgunha persoa de referencia —testemuña cómplice— que encha este oco que deixou a nai/pai principalmente. Eu, por sorte para min, tiven esas persoas de referencia. En realidade, tiven outra familia paralela á miña de sangue.

Por algún motivo, o meu corpo xa se queixu ó pouco de chegar o mundo. Parece que sufrín unha especie de descomposición, diarrea, furriqueira, colite, ou o que for, e estábame deshidratando. Ante calquera risco para a miña vida, arrancaron comigo á igrexa, non fose que morrese en pecado. Supoño que, antes ou despois, tamén chamarían o médico, que recomendou aporte abondoso de líquido. Non vou a pórme a analizar estes feitos agora, pero despois de todas as lecturas e demais,

este feito dáme unha información, agora, que antes se me escapaba. Creo ter lido algo sobre este tema, que pasaba, penso, no Brasil; parece que se un bebé non era moi forte, se poñía menos interese nos seus coidados de atención, alimentación e demais.

Aquí está, é do libro de Marvin Harris *Antropología Cultural*:

Las madres expresaban una preferencia por los «niños ágiles, listos, activos, habladores y precoces». Los niños que no tenían esos rasgos no recibían asistencia médica cuando se ponían enfermos y no eran nutridos tan puntualmente como sus hermanas y hermanos. Las madres hablaban de niños que «querían morir y sus ganas de vivir no eran suficientemente fuertes o desarrolladas». Estos niños no deseados solían morir durante una de las crisis de su infancia.

Pode que fose o meu caso. Non se me desexaba, seguramente a miña nai estaba nun estado de estrés total, noqueada, a só tres anos da morte do seu fillo. Logo de estar fóra da casa, pola enésima disputa, volvería co rabo entre as pernas e por enriba preñada; así que a expectativa da miña chegada non era para botar foguetes, e por enriba, nena! Aínda se fose neno, o meu pai brindaría polo seu novo fillo, un máis a espallar o seu apelido, pero así...

Non creo que a miña nai me dese a teta; ela sempre dixo que non tiña leite —agora que as miñas fillas son nais e defensoras da lactancia materna, isto parece pouco probable— e seguramente me darían leite de vaca con poucos días e case me matan.

Pero por algún descoñecido motivo eu quería vivir e tiven a sorte de ter os meus padriños. Até agora, todos os meus irmáns foran apadriñados por irmás da miña nai ou, xa máis tarde, os maiores dos mais cativos, pero eu non. Tiven a sorte de ter uns padriños sen lazos de sangue e foron a salvación da miña infancia.

A miña madriña era unha moza duns dezasete anos cando me levou á pía bautismal —quixo facelo, aínda, que xa se fixera por mor da urxencia antedita— e o meu padriño era o seu pai. A súa muller e o seu fillo foron a miña táboa de salvación.

A dos meus padriños era unha casa de labranza, onde había, como cómpre, todo tipo de animais: vacas, porcos, coellos, galiñas. Por enriba, o meu padriño era unha persoa caprichosa e tiña tamén perdices e galiñas africanas; mesmo un raposíño tivemos unha vez.

Alí eu era a raíña. A miña madriña non casou moi nova para daquelas, e alí recibín o apego que se me negou na miña casa. Durmía con ela, lembro que aínda despois de casar durmía con ela e co seu home. O meu padriño tiña autobuses e ía con el a moreas de sitios, sentada en primeira liña, enriba do enorme motor, mirando con admiración aquela panca rematada nunha boliña negra, que el manexaba con desenvoltura.

Supoño que a miña nai, nun principio, sentía alivio, unha menos de quen preocuparse, pero a medida que eu me acomodaba tan ben en Rial, tan ben que pasaba alí longas tempadas, de xeito que camiñaba cada día os case dous quilómetros que había até a escola e pasaba por diante da miña casa

como se fose a duns estraños, chegou un momento, digo, en que empezou a interferir, de xeito que me dicía:

—Se vén a túa madriña dille que non queres ir con ela.

E miña madriña viña e dicía:

—Martina vés para Rial?

E eu, esquecendo por completo o seu mandato, daba un salto para liscar con ela.

Da miña madriña teño eu a memoria positiva: «Eras tan bonita!». «Ai, non lle quixen eu máis ós meus fillos!». «Viña Evanxelina a modista, acórdaste? E facíache uns vestidiños...». «Eras tan simpática!». «A neta que teño agora lémbreme tanto a ti, anda todo o día detrás de min».

Teño lembranzas maravillosas de ir montada enriba do carro cheo de herba acabada de cortar, desprendendo ese olor! De cando padriño me apañaba amorodos nos montes, de estar coa miña madriña lavando no río, da miña alegría cando me levaba ás cabaliñas.

Non teño recordo negativo ningún de todo o tempo que pasei alí.

## ABALO, DEVALO, ABALO, DEVALO

Din por aí que os momentos duros, os feitos difíciles, son coma regalos, porque se sabes aproveitalos, case sempre podes sacar grandes aprendizaxes dos mesmos. Iso é o que me está a pasar a min co feito desta ruptura coa miña nai, e este empezar a mirarme para dentro. Descubrín que a educación é unha merda, a familia outra, e a relixión a merda máis grande de todas. Mentres non ataquemos estes tres alicerces de raíz, xa podemos lanzar bombas sobre Siria ou xalundes, que a violencia seguirá, porque nola transmitimos uns ós outros.

Esta é unha aprendizaxe marabillosa e fantástica á que non me importaría dedicar o resto da miña vida: eliminar a educación tal e como está concibida, a familia tal e como está concibida. A relixión, de calquera das maneiras, mellor que non exista.

Reflexionando nestas cousas, recordo imaxes da miña infancia, lembro un neno que cada día

pasaba diante da miña casa seguido dun pau que portaba a súa tía, supoño que para vencer a súa negativa a acudir á escola.

Aínda outro máis pequeniño, supoño que de seis anos, que era a idade en que antes empezamos a escola. Este viña en autobús desde unha aldea próxima. Era aparcar o autobús, deixar a súa carga e o neno emprendía a marcha de volta para a casa.

Ainda un terceiro, O Bouliñas lle chamabamos, aínda que o seu nome era Andrés. A súa avoa zoscáballe tan a miúdo que moitas veces ría e dicíalle: «Non me doe, non me doe». Moitos exemplos máis podería contar, aínda o dunha miña amiga á que o seu pai un día lle deu unha malleira que a deixou chea de negróns, por unha parvada como coller unha galleta, ou algo polo estilo.

O máis curioso, o máis triste, é que todos estes seguro que a día de hoxe xustifican os actos dos seus maiores e aínda os defenden e repiten, porque faise polo ben das criaturas. No caso máis próximo da amiga miña, un dos seus irmáns tivo a grande idea de lle pór o nome deste pai, rosmón, bruto coma un arado, ó seu primoxénito.

Non soporto o Nadal, pero inevitablemente cada ano preséntase no almanaque e hai que facerlle fronte. Este ano todo ía ser máis difícil porque eu non estou pola labor de chupar unhas reunións familiares que me poñan enferma. Por sorte — mesmo é estraño —, ninguén me convidou. Ben, o meu irmán Roque, seguindo o seu ritual de cada ano, chamou

para me comunicar o número de lotaría que xogaba a súa empresa este ano, e do que participabamos con catro euros. Polo demais, nada. Así que pasamos a Noiteboa e o día de Nadal en Madrid onde está o meu fillo, que ía estar só, e a fin de ano pasámolo coa miña filla e o neno, que tamén ían estar sós porque o seu home traballaba. Mandeille unha mensaxe por Whatsapp a Roque porque me dixera que ían estar na casa da miña nai, responderon cunha foto e iso foi todo.

O día tres de xaneiro tocaba bautizo do neno dunha miña sobriña e polo tanto reunión familiar. Todo transcorreu máis ou menos ben. Á miña esquerda sentou a miña cuñada Esperanza. Distante, máis aló, o meu irmán Emilio, que me saudou á entrada pero non me volveu dirixir a palabra nin a mirada e que se *escaqueou* para non me despedir. En fronte o meu irmán Roque, e miña cuñada Rosa, correctos. Na despedida, o meu irmán, este mesmo, díxome moi discretamente mentres nos bicabamos: «cando teñas un momento, chama a túa nai». Toda a desconexión destes meses foi á merda e os pensamentos obsesivos retornaron con forza.

Por que merda me tivo que dicir isto? De seguro que a ela non lle dixó: «Chama a túa filla!». Creo entender a súa postura; de feito, nestes últimos tempos falei coas miñas fillas no sentido que eu entendo que todo isto que pasou coa avoa, visto dende os ollos dos meus irmáns e incluso dos delas, pois seguramente dá para pensar cousas do tipo: «Que muller máis desnaturalizada, facerlle isto á súa nai! Non lle chegou con case botala da

casa e agora nin a vai ver, nin unha chamada de compromiso polo Nadal!».

Eu mesma mo digo tamén. Por que non ir até alí, falarlle, tratar de quitarlle un pouco de ferro á cousa e seguir unha relación cordial que, dado o carácter rancoroso da miña nai, é o máximo ó que se pode aspirar?

A cousa é que non quero ou quizais, peor aínda, non podoo. Algunhas veces penso que mesmo sinto medo de enfrontarme con ela e, por outro lado, tamén me digo: «Por que ninguén pensa en min?». Ela será a miña nai, pero eu son a súa filla e, se alguén chamou, fun eu, por dúas veces; a primeira negouse a coller o teléfono e a segunda escoitou o que lle dixen e punto pelota.

As lecturas sempre, acoden na miña axuda e onte lin un artigo titulado «Das más que recibes», que asina Francesc Miralles, onde fai unha clasificación entre doantes, receptores e equilibradores. Dentro dos doantes, dous grupos: doantes estrela e os felpudos onde me inclúo e que define así: «Este término acuñado por Grant define a los que dan indiscriminadamente, de manera que su actitud se toma como una enfermedad, algo que necesitan hacer para sentirse bien. Su entorno se acostumbra a la generosidad permanente hasta el punto de que sus donaciones dejan de ser valoradas; al contrario, si un día no dan algo, entonces son señalados como seres crueles e injustos. El apelativo «felpudo» encaja bien en este perfil ya que al final todo el mundo le pisa». A orixe segundo Antoni Bolinches: «Las persona que han recibido poca atención de su padre o de su madre



cuando eran niños, de adultos buscarán el amor en todo el mundo e intentarán comprarlo a través de una entrega enfermiza».

Un puto felpudo fun eu para esta familia, e agora que me retirei da circulación, están mosqueados e desorientados porque non saben onde rascar o lixo dos zapatos. A rañala!

Acontece que cada vez que hai un achegamento, sexa como for, eu recúo e volvo atoparme fatal. Volven os pensamentos obsesivos, regresan os monólogos interminables comigo mesma, a dor de costas e como non un medio insomnio. Xa que logo, retomei a miña idea de acudir a un terapeuta. Xurdiu Yvonne, así tamén mirando quen sabe o que, e deume boa espiña, mandeille un correo hai un par de días. Onte contestoume e estou esperando que poña día para ter unha primeira cita de coñecemento por Skype. Confeso que teño medo, por iso non o comentei con ninguén. Xa fixen outro intento aí atrás e, ó final, non callou. Se non consigo chegar a nada con Yvonne, tentareino á maneira tradicional, é dicir, unha consulta presencial, que se cadra é máis interesante.

Varias dúbidas se me presentan: como lle resumo eu todo isto que me está pasando? Atoparei alguén que sexa sensible co tema ou atoparei cos defensores de «unha nai é unha nai» e demais barballadas destas?

## TERAPIA

A cita foi e non resultou mal: era unha muller próxima e creo que conseguín resumir os puntos clave de todo este proceso e, sobre todo, o obxectivo, que non é outro que liberarme de tanto pensamento turrón, ferreño, cacholán, testán, impertinente. A situación que se me presenta é que eu no teño gana ningunha de ir ver a miña nai nin de chamala nin de nada, pero, por outro lado —unha personaxe sabotadora—, pregúntome: non volto máis nunca ou se cadra ó enterro cando morra? Este vén sendo o dilema ó que me enfronto.

Aínda que esta videochamada só era para coñecernos e ter unha primeira impresión, ela recomendoume que lle escribise unha carta á miña nai, sen censura, dicindo todo o que me parecera, e tamén me recomendou un libriño que fala do perdón. Aquí xa son máis reticente. Seguramente chegarei a ese punto, xa pasei unha primeira fase de incredulidade, unha segunda de cabreo, unha terceira de dor, creo que estou na cuarta de comprensión

e non sei se me instalarei aquí definitivamente ou evolucionarei máis aló.

O exercicio da carta resultou nisto:

Querida mamá:

Gustaríame poder falar tranquilamente contigo e dicirche todo o que che teño que dicir, pero non podo. O motivo? Quen o soubera! Xa que logo, e como queira que ti tamén utilizaches o medio escrito, vou escribirche algunhas das moitas cousas que tería que contarche. Para empezar, dicir que todo isto que pasou foi unha acumulación de erros; primeiro ti, coñecéndote como te coñeces, non terías que pedirme vir vivir con nós; e eu, coñecéndome como me coñezo, non debín aceptar, porque as dúas tiñamos que saber que non ía funcionar.

Quero deixar claro que non busco culpables nin vou entrar en acusacións do tipo «ti fixeches, e ti tamén». Non, iso non me interesa. O único que me interesa agora mesmo é entender, entender. Estame custando, pero empezo a percibir algo, polo tanto eu non estou enfadada nin che gardo rancor. Non, iso é moi cansado. Iso si, síntome coma unha estraña, coma se fose de fóra, porque creo que foi así como me trataches, sen ningunha confianza.

Nesta miña ansia por entender, vánseme aclarando algunhas cousas:

A primeira, ninguén desta familia, empezando por ti e rematando por min, se portou ben coa miña irmá. Todos nos dedicamos a quitarlle follas á árbore caída. Foi por iso que cando vin, con toda claridade, aínda que ti o negarás, como te dedicabas, diante miña, a pola do teu lado e na miña contra, é moito mal, despois de todo o mal que a trataches. Si, agora estou convencida disto, ti tratáchela mal e eu apoieite, fun a cómplice silenciosa.

Agora ben, por que sucede isto, este malestar de sempre na nosa familia? Pois mira, eu creo sabelo. A ti e ó meu pai pasouvos o peor que lle pode pasar a uns pais, tal é perder un fillo dunha maneira tan trágica. Foi un suceso terrible, tan terrible que nin ten nome. Parácheste a pensalo? Se a unha persoa que lle morre a parella, é viúva; se lle morre o pai ou a nai é orfa; pero se lle morre un fillo, non se sabe o que é.

Se iso acontecese a día de hoxe, todos iriades a un psiquiatra para axudar a pasar e superar tan amargo trago, e aínda así non sería doado, pero eran os tempos que eran e non houbo axuda profesional. Estou, agora, convencida de que nunca superastes este feito e estou convencida tamén de que non debes vivir xuntos despois disto. Dalgunha maneira ti culpábalo a el, aínda que non llo dixeses con palabras, e el, seguramente, se culpaba a si mesmo, aínda que non sabemos moito do que pasaba pola súa cabeza,

pero tamén tiña o seu corazonciño. Sabes? Considero que eu non debín nacer, nin ninguén que viñese atrás miña.

En moitos sitios teño lido que os erros non son erros, son oportunidades para aprender, para cambiar. Por iso alegroume moito que miña irmá me dixese que ti lle pediras perdón por algunhas cousas. É unha moi boa noticia e unha oportunidade para as dúas, pero para que funcione ten que ser sincera.

Seguramente non che enviarei esta carta, porque sinceramente penso que non me entenderías, parece que ninguén me entende, e en troques, eu véxoo todo cada día máis claramente. Pero de algo ha servir e tiña que dicir isto —e moito máis—, e aí queda.

Hai uns días soou o o teléfono :

—Si?

—Creo que me confundín

Coñecina axiña, era a voz da miña irmá.

—Logo, a quen chamabas? —preguntei.

—Chamaba a *mi madre* —ela dille así. Téñense tan pouca confianza, que nin «mamá» é capaz de dicir—. Aquí está todo inundado e quería dicirlle que non vou poder ir.

—Pois ala, chama, chama. Bicos.

Levo dende que tivo lugar esta chamada, madurando a idea de chamala e pedirlle desculpas polo meu comportamento no pasado —o dela tampouco foi moita cousa, pero eu responsabilízome do meu, que me chega até a cona—.

Este obxectivo que aquí me propuña, cumpriño hoxe. Dende a intención á resolución, —positiva neste caso— pasou unha semana cumprida, pero decidín facelo, porque se non, convértese nunha pedriña no zapato, podendo chegar, incluso, a ser tan molesta coma unha hemorroide alterada.

Tiven que vencer unha certa resistencia e sentín algunha que outra bolboreta no estómago —isto hai tempo que non me pasaba—, as emocións, supoño. Resultou así, cumprindo o guión que eu tiña previsto:

—Ola, bo día, son eu. Que tal? Como estás?

—Ben. E vós, que tal?

—Ben. Mira chámote porque levo uns días querendo facelo. Teño algo que dicirche e por favor non me interrompas, que non me resulta sinxelo. Verás, quería pedirche perdón porque creo que no pasado non me portei ben contigo en moitas ocasións.

—Ben, eu xa hai moito tempo que non fago cábalas nin xulgo a ninguén.

—E tamén che quería dicir que, se precisas calquera cousa, chámame, que non hai problema ningún.

—Pois eu, xa que me das a oportunidade, quería dicir que fagas as paces coa túa nai, porque ela tampouco non ten a sensación de facer nada mal, e xa é tan maior...

—Iso si que non o podo facer. Síntoo, ogallá puidese, pero de momento non podo. Non sei, se cadra, mais adiante.

A psicóloga faltou á cita. Parece que se puxo mala por mor dunha maionesa en mal estado e quedamos para dentro de quince días. Non sei, esta muller dá charlas sobre educación consciente, ten unha páxina na Internet, tamén debe dar algún curso e actualizar a información, pero, por outro lado, gustoume o primeiro encontro que tivemos, así que esperaremos un pouco máis. O meu é atopar o fallo para desfacerme dela e, en verdade, creo que preciso axuda. Alguén me ten que ensinar a manter o pensamento a raia, o meu soliloquio non é «plática con ese buen amigo», que dicía Machado. A miña cabeza é unha feira e aí funciona á perfección o teletransporte, as viaxes no tempo. Podo estar falando no futuro con Sara, que xa é maior e cóntolle algunhas cousas do pasado, para o cal, xuntas, volvemos atrás e ó mesmo tempo decátome de que no presente, pois, o que pasa é que non consigo durmir e para o outro día téñome que erguer cedo.

Procúrote, silencio, e non te escoito, chouchame o ruído; o que vén de fóra e o que me xorde dentro. Procúrote, silencio, anque sospeito poder escoitarte, só, nas antepostas da morte

Malia todo, eu procúrote, silencio.

Síntome satisfeita de chamar a miña irmán, non sei se para ela serviría de algo, pero para min si. Primeiro para conseguir pór en acción un desexo — aínda que con certa tardanza — e porque creo que debía tender unha ponte entre as dúas, agora dependerá dela querela transitar.

Levo un tempo lendo menos, como intentando dar repouso a toda a información que levo acugulada ultimamente. Teño a sensación de estar construíndo un crebacabezas, pero un do que non teño unha estampíña que me di como ha quedar cando estea rematado. Logo, ando un pouco ás apalpadadas. Agora as pezas xa están viradas enriba da mesa, toca empezar a casalas. Os comezos son difíciles, frustrantes e os progresos cativos; imponse ter paciencia e, sobre todo, moita constancia, non aburrirse e seguir e seguir. Ha chegar ese momento máxico en que todo empezará a ter o seu aquel e as pezas atoparán o seu sitio como se tivesen vida propia, e acadaremos ese mapamundi ou esa paisaxe.

Nese punto estou; teño o preciso, falta saber darlle uso.

## Segunda sesión de terapia

Teño que dicir que nesta segunda sesión non me sentín tan ben coma na anterior da presentación. Yvonne dixo de empezar por unha especie de biografía familiar, empezando pola nenez dos meus pais. Aquí decateime do afastamento de realidades, do descoñecemento desta muller do ser galego nun medio rural de hai setenta anos. Cando chegamos a que o meu pai deixou unha moza preñada e que eu coñecín a esta medio irmá hai uns anos, ela pregunta se veu buscando o seu pai. Non tiña que buscalo, sabía quen era. Miña



irmá e mais ela foron xuntas algún tempo á escola. Cando lle digo que a miña nai tivo dez irmáns, pois claro, contacto, miradas, apego, como que non, en fin...

Que pode pensar esta muller cando lle diga que dous dos meus irmáns tiveron cadanseu fillo, como se di aquí, por detrás da silveira, e seguimos con que o meu home é o mais vello de catro irmáns de cadanseu pai, e que ningún exerceu as súas funcións.

Resumindo, que fallou un pouco a conexión. Botei en falla:

- Primeiro: non poder espallarme no meu idioma.
- Segundo: a calor humana, a proximidade.

Xa sei que ando a buscar pegas para abandonar pero, sinceramente, creo que preciso un tempo para repousar todo este remexido que se me formou nos últimos tempos.

En verdade, se eses dous primeiros anos de existencia son tan importantes na vida, nós estamos algo cordos de puro milagre. Sei que moita xente pode pensar que isto son parvadas, pero en realidade dende que naceron os meus netos foi o meu abrir os ollos. Esa crianza tan distinta fixo espertar a nena que hai en min; mais que espertar ergueuse en armas e declarou a guerra.

Cando a miña neta di: «A nena está triste», ademais de manifestar como se sente, exprésao con palabras, comunícase para que alguén faga algo para que esa tristura —dun momentíño— pase,

que o fará cunha aperta, cun sorriso, ou cun bico.

Con tres anos, íalle dicir eu ós meus pais que estaba triste. Supoño que non sabería nin como me atopaba e tampouco sabería dicilo, e nin pensar en agardar comprensión dos maiores. A única maneira en que se podían expresar sentimentos e emocións era chorando ou rifando.

Na Galicia rural da miña época, criados en tempos do franquismo e sen ningún profesor libertario que se coara por aí, recibimos pouco agarimo dos nosos pais e nin un mínimo de boa educación por parte dos mestres. Fomos unha xeración crebada, sen imaxinación, sen ás para voar, agás excepcións que sempre as hai.

## Terceira sesión de terapia

Esta foi moito mellor que a anterior. Seguimos coa biografía, entramos na miña primeira infancia e houbo moita emoción e abondosas bágoas.

Á miña pregunta de que imos facer, Ivonne respondeu que non hai variñas máxicas —mágoa—, mais trátase de minguar a distancia entre a adulta e a nena ferida, que é o que fai sentir ese malestar case coma unha vertixe.

Preguntoume se me dá preguiza seguir afondando e, en realidade non. Medo, máis ben. A que? A ter a certeza de que a miña infancia foi unha merda, e quizais descubrir que non fun unha boa nai para os meus fillos.

## Cuarta sesión de terapia

Seguimos coa biografía. Esta vez tocou contarlle o momento estelar de Lucía e o abuso sufrido polo avó —vai sendo hora de que sexa capaz de dicilo/escríbilo con todas as súas palabras e o seu significado—. Foi inevitable chorar e chorar coma un mar. Yvonne dixo que nos tiñamos que parar aquí, que este era un feito moi importante que causaba desaxustes psicolóxicos, porque esa nena sabe que algo está pasando e que non está ben, pero, por outro lado, ninguén lle explica, ninguén a consola, ninguén a protexe; que notaba, mesmo, na miña exposición dos feitos cando facía referencia á roupa que levaba —uns pantalóns moi curtos— como se dalgún xeito, eu tivese algo de culpa no asunto. Xa se sabe, aquilo de «visten coma putas e van provocando». Dende logo, nada diso, non existe grao ningún de culpa pola miña parte. Tamén quixo pór atención en que isto non pasaría se mamá estivese atenta, se con mamá houbera cando menos un mínimo de comunicación; e que sendo moi grave o feito polo avó, o máis importante e tamén negativo para min foi esa falla de protección tan grande que sentín.

Noutro comentario que fixen describíndome coma «moi sobona», destacou que esta era unha maneira na que eu mesma me poñía unha etiqueta negativa. Eu non era sobona, era unha nena que buscaba desesperadamente abrazos, agarimo, atención.

Foi unha sesión, penso, moi importante. Alguén que me axuda a poñerlle nome ás cousas que me pasaron: padecín abuso sexual por parte do meu avó e non recibín o agarimo que precisaba dos meus pais.

Yvonne dixo que lle parecía que estaba enfada, ó que eu respondín que non sabía. Eu sigo vendo moito medo, pero nas noites seguintes a esta sesión —noites de pouco durmir—, a nena que eu fun comunicoume que si, abofé que estaba moi cabreada por todo o que lle fixeron, que estaba até a cona de calar, de facer o que se define como correcto. De primeiras, tratei de acalentalala, pero logo xa non e cabreámonos as dúas de vez. Dende logo que si, eu tamén estou até a crica desta merda de familia que me tocou. A rañala todos, eu non vou ser o felpudo de máis ninguén.

No coche de volta para a casa atopeime pensando nos meus fillos, especialmente en Cris, e sinto que non o fixen moi ben, e cando me decatei as bagoas escorregaban abondosas pola miña cara, mainamente; creo que cando menos vin chorando dende Oleiros a Couso.

As noites son fodidas, aínda que me deito algo máis tarde, Morfeo non quere acollerme nos seus brazos. Empeza, entón, a feira da miña cabeza: falo con esa nena doída, falo co meu pai, falo co meu irmán morto, tamén cos outros, preparo unha conversa —que esta si deberá suceder— coas miñas fillas para contarlles todo isto que me está pasando e pedirilles perdón por non facelo mellor, pero transmitindo esta idea positiva que é co que me quero quedar: os meus pais non o fixeron nada ben, pero

sen dúbida bastante mellor que os seus propios proxenitores, e nós, o meu home e mais eu, fixé-molo moito mellor ca eles, e as miñas fillas estano a facer moitísimo mellor ca nós. Cúmprese aquí o meu principio de que «ningún pasado foi mellor» e de que a humanidade mellora cada xeración, mesmo diría que cada día.

## CONCLUSIÓN

Os feitos parecen revelar que, incriblemente, vivín cincuenta anos da miña vida sen darme conta de que fun criada nunha familia tóxica, que sufrín un episodio de abuso sexual — noto certa reticencia incluso cando o escribo— por parte do meu avó materno e que a miña nai, seguramente sen ser consciente, polo menos non de todo, nos manipulou á miña irmá, atacándoa, e a min facéndome cómplice, e sempre fomentando un enfrontamento entr ambas as dúas.

Descubrir isto así de socate é un golpe moi duro, un óso malo de roer, e leva o seu tempo. Xa comentei como pasei por varias fases e agora penso que aínda pode haber algunha mais:

- Sorpresa
- Cabreo
- Máis cabreo
- Comprensión-aceptación
- Dor
- Soltar

Cando remato de escribir isto, a miña relación coa miña nai segue estancada, e sen gana de cambiar as cousas pola miña parte. E sexamos sinceros, pola dela tampouco. Se non a estas alturas xa mandaría algún sinal. Dende logo, nunca teremos unha relación fluída, aínda que na fase de comprensión eu razoe que, efectivamente, unha non pode dar o que nunca recibiu. Ela, por mala sorte, non soubo nunca o que é o agarimo, o amor. Non llo ensinaron e quedou atrapada na dor pola morte do seu fillo e, dalgún xeito, nun rexeitamento xeral cara a todo o mundo, unha especie de incapacidade emocional.

Foi un período de moito sufrimento, pero ó mesmo tempo, de crecemento pola miña parte e aprendín moitas cousas.

En casos coma o meu, a maiores do sufrimento propio da situación, engádese unha angustia importante pola presión social, o que dirán de toda a vida, co coeficiente aumentador desa idealización das relacións maternofiliais. Imaxinar se vas por aí dicindo que non queres saber nada da túa nai é difícil de comprender para quen non estea metido no allo. Non obstante, e dada a multitude de xente que expón os seus casos en moitas páxinas que circulan pola rede de redes, creo que chegou o tempo de sacar isto fóra, ó exterior, para que os que o padecemos non nos sintamos tan sós nin tan mal, pensado que somos unha especie de bichos raros e desnaturalizados.

Son consciente de que vai ser complicado que supere isto completamente; quero dicir, a miña infancia e a miña vida foron como foron, e iso está

aí. Por moito que sacalo á consciencia permita manexalo mellor, as miñas circunstancias foron esas.

Gustaríame poder algún día presentarme diante da miña nai e explicarlle cando menos catro cousas, pero penso que dada a idade que ten isto non será posible.

Desexo atopar o meu lugar, que o teño; até agora parece coma se esa síndrome de xacente me fixese vivir coma de prestado; esa sensación de estar de máis, de quererme agachar debaixo da mesa, rematou. Son eu, estou aquí.

A miña autoestima vai medrando, sen présa, pero sen pausa.

Non sei se será posible unha relación harmoniosa cos meus irmáns. Ogallá. Moléstame, sobre todo, esta forma miña e deles, herdada, de deixar as cousas así, coma con covardía, sen ter unha conversa. Supoño que algún día conseguirei vencer estes atrancos e, dalgún xeito, liberarme desta gaiola.

Hai que entender, xa, dunha boa vez, que a unión do sangue non garante unha boa relación, que é posible, e até máis común do que nos parece, que unha nai, un pai, un irmán, mesmo un fillo, non se aturen, se odien e se causen dano. O mellor, pois, é asumilo canto antes e non turrar en contra os sentimentos, porque estes acaban por imporse.

<https://www.youtube.com/watch?v=Ud38y-G-SWI>

Neste enlace pódese ver un vídeo de Joan Garriga presentando un libro. Hai un momento en que enfronta esta frase típica de canción melódica ou fotonovela: «Sin ti no puedo vivir», con estotra «Sin ti también me irá ben».



Algo así quero dicirlle á familia e achegados, «sen vós tamén me irá ben, porque son unha persoa estupenda, que merece todo o mellor. Quérome e quérome ben, e ademais, teño alegría. Estou sa coma un buxo e forte coma un carballo e todo canto preciso saber estáseme a revelar a cada intre».

«Xurdiu o sol fachendoso no horizonte, arrombou a negra sombra ó seu lugar, espallando luz e calor por todas as partes, coa promesa de cálidos e gozosos días».

Martina Carracedo



## Nota da autora

Vou asinar con este nome porque estou cansa de levar o nome dun morto ás miñas costas. Elixín o nome da miña bisavoa paterna, Martina, a quen tampouco coñecín, pero da que nunca escoitei comentario negativo ningún, nin da miña nai, que sempre ten algo para todos.

Seguramente, non cambiarei o nome de forma oficial, tremo de pensar na «burrocracia» que iso suporía e o cansazo de explicar a todo o mundo esta decisión. Se fose adolescente sería máis doado e xustificable, pero peiteando canas dende hai anos, parece que non cómpre. Así que serei ambas as dúas. Con este nome acabado de estrear, asinarei os meus escritos a partir de agora.

[carracedomartina@gmail.com](mailto:carracedomartina@gmail.com)



## BIBLIOGRAFÍA

Harris, Marvin (2011): *Antropología cultural*, Alianza Editorial.

Hay, Louise (2012): *Ámate a ti mismo: cambiarás tu vida*, Ediciones Urano.

Hay, Louise (1998): *¡El mundo te está esperando!*, Ediciones Urano.

Hay, Louise (2007): *Usted puede sanar su vida*, Books4pocket.

Hay, Louise (1994): *El poder está dentro de ti*, Hay House.

Miller, Alice (2005): *El cuerpo nunca miente*, Tusquets Editores.

Miller, Alice ((2009): *Salvar tu vida*, Tusquets Editores.

Miller, Alice (2009): *Por tu propio bien*, Tusquets Editores.

Miller, Alice (2013): *La llave perdida*, Tusquets Editores.

Sellan, Salomon (2010): *El síndrome del yacente*, Editions Bérangel.

Sellan, Salomon (2013): *El síndrome del yacente II*, Editions Bérangel.

Dartevelle, Bérénice: (2010): *La psicoterapia centrada en la persona según Carl Rogers*, Gaia Ediciones.

Paxinas consultadas:

[alice-miller.com](http://alice-miller.com)

[cervantesvirtual.com/obra-visor/la-poesa-de-rosala-de-castro-0/html/01bee4cc-82b2-11df-acc7-002185ce6064\\_14.html](http://cervantesvirtual.com/obra-visor/la-poesa-de-rosala-de-castro-0/html/01bee4cc-82b2-11df-acc7-002185ce6064_14.html)

[nosoportoamimadrehijahermano.wordpress.com](http://nosoportoamimadrehijahermano.wordpress.com).

[psicovivir.com](http://psicovivir.com)

[robertolazar.com](http://robertolazar.com)

[screamsfromchildhood.com/articulos\\_alice\\_miller.html](http://screamsfromchildhood.com/articulos_alice_miller.html)

[textosdealicemiller.blogspot.com.es](http://textosdealicemiller.blogspot.com.es)

[youtube.com/watch?v=Ud38y-G-SWI](http://youtube.com/watch?v=Ud38y-G-SWI)

[Yvonnelaborda.com](http://Yvonnelaborda.com)



