

1, 2, 3...

INSPIRADORAS

EN ACCIÓN

Diez historias de vida
en primera persona

Rafael Bailón Ruiz
Eva Pérez Pertíñez



1, 2, 3... inspiradoras en acción

© Rafael Bailón Ruiz y Eva Pérez Pertíñez, 2024

© El Gallo de Oro Ediciones, 2024: poema 9 del libro *Mi padre cuenta monedas* de Angélica Morales

© Omar Pedraza, 2024: fotografía de Angélica Morales por cortesía del Museo de Zaragoza

© Charo Valenzuela, 2024: fotografía de Habiba Hadjab

© Antonio Arenas Maestre, 2024: fotografía de Rafael Bailón

© Batidora Ediciones, 2024

La Batidora Coop. V.

Batidora Ediciones

Vila-real (España)

Tel. +34 642 896 500

www.batidoraediciones.es

info@batidoraediciones.es

Primera edición: julio de 2024

ISBN: 978-84-126932-5-6 papel

ISBN: 979-13-990990-6-5 ebook PDF

Depósito legal: CS-501-2024

Printed in Spain · Impreso en España

Todos los derechos reservados.

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra (www.cedro.org · 917021970 · 932720447).

«No se puede encontrar la
paz evitando la vida.»

Virginia Woolf

Prólogo

Asumí el encargo del prólogo de esta obra coral, donde reverberan una multiplicidad de voces inspiradoras, consciente de la riqueza que su lectura me aportaría. Los profesores de Lengua y Literatura Rafael Bailón Ruiz y Eva Pérez Pertíñez se embarcaron con ilusión en este proyecto desde la convicción de que es necesario visibilizar la labor de la mujer como agente de transformación social. Les avala su larga trayectoria educando en igualdad y generando el cambio desde el aula hacia la sociedad.

Yo fui una niña de los ochenta y, por entonces, consumíamos series que difícilmente superarían hoy en día el test de Bechdel, escuchábamos música que suspendería el test de Willis de la inversión de sexos y veíamos anuncios constreñidos por el principio de la Pitufina de Pollitt, con una representación única y estereotipada. Aquellos anuncios donde, si aparecían cuatro niños, tres eran chicos con diferentes características, de las que se inferían diferentes personalidades, y la cuarta era una chica, cuya personalidad consistía en ser estándar. Esa cuota ha tardado décadas en ser representación y esa representación décadas en tratar de convertirse en igualdad.

Vivíamos en los márgenes y de nuevo, ahora que se vuelve a estigmatizar el término feminismo, vuelven a relegarnos a los márgenes, aunque, como afirma la periodista Mariola Cubells, «esos márgenes cada vez son más grandes y se va a quedar un centro muy solitario».

Cuando hemos querido ofrecer a nuestros niños y niñas referentes en los que inspirarse, es muy habitual recurrir a Hipatia, Ada Lovelace, Marie Curie, Hedy Lamarr, Simone de Beauvoir, Rosa Parks o Lynn Margulis, entre otras de una lista limitada. Personalidades, por lo general, del mundo occidental y de las esferas anglófona y francófona. En los últimos años, hemos rescatado otras figuras internacionales como Chien-Shiung Wu, Wangari Maathai o Ama Ata Aidoo y nacionales como Ángela Ruiz Robles, María Zambrano o Margarita Salas.

No obstante, hay que admitir que a veces es difícil reconocerse en estas grandes científicas o literatas, en su mayoría. Por ello, resulta tan oportuna y pertinente la cercanía que transmite este libro. Esta obra es un compendio de entrevistas de mujeres que destacan en diferentes ámbitos. Les alabo el criterio y el acierto a Eva y Rafael de elegir el formato de entrevista, ya que nos permite escuchar

sus voces en primera persona, empatizar con las experiencias vitales de estas mujeres y sentirnos inspirados por su trabajo.

En estas páginas que siguen podemos conocer de cerca personalidades femeninas muy relevantes, no solo a nivel nacional en distintas áreas, sino también con un impacto internacional. Mujeres que vemos a menudo en televisión y en prensa, que han dedicado su carrera al cambio social. Nos encontramos, en primer lugar, con Amaya de Miguel, historiadora del arte y educadora de familias, que ha dejado su huella en el ámbito más íntimo del hogar a través de la crianza respetuosa. Por su parte, Angélica Morales es una actriz, directora teatral y escritora, que tiene como eje central de su obra el feminismo y aborda en sus poemas el maltrato sin ambages. Como referente de esfuerzo físico y dedicación deportiva, contamos con la admirable historia de Andrea Miguélez, bicampeona mundial y europea de paratriatlón. Carla Berrocal reivindica la fusión de tradición y modernidad a través de sus ilustraciones, mientras nos recuerda lo limitante que son las etiquetas. A continuación, Cristina del Valle, que tanto nos ha hecho disfrutar con su música, nos abre la puerta a la necesidad del activismo y como dice ella misma, cuando compartes esa visión con otras personas «una se reconcilia con la grandeza del ser humano». La investigadora Habiba Hadjab Boudiaf ha puesto su mirada en la interseccionalidad de la migración y género, especialmente en los casos de trata. El ejemplo de la polifacética Irene Villa nos interpela «a vivir de forma más positiva con mucha más profundidad e intensidad». Acto seguido, escuchamos a Lucía Freitas, chef con estrella Michelin que ha llevado la cocina gallega hasta Nueva York. De la mano de Mabel Lozano, escritora y directora de cine, nos unimos a la denuncia incansable de la violación de los derechos humanos de las mujeres y a la necesidad de «crear un pensamiento crítico sobre la prostitución» y de trabajar la «educación afectivo-sexual». Y, cerrando el libro, la poeta y traductora Raquel Lanseros nos transmite cómo «escribir tiene algún tipo de enamoramiento con el lenguaje» a la vez que evidencia la infrautilización de la televisión como herramienta para formar.

Condensar en unas líneas unas trayectorias tan amplias es, de todo punto, incompleto y sesgado. Por ello, como esta modesta panorámica no les hace justicia, os invito a entablar un diálogo con ellas a través de sus entrevistas.

El objetivo de esta obra es servir de herramienta para trabajar la coeducación en cualquier foro o escenario. Tanto como material curricular de alto valor coeducativo para lectores más jóvenes —ya que en la madurez asumimos que, en gran parte, somos nuestras lecturas de la infancia y la adolescencia—, como fuente de reflexión y diálogo en diferentes asociaciones con fines diversos.

Nuestras luchas ya no son las de las sufragistas, necesitamos de estos nuevos referentes de mujeres cercanas que reflejen la mentalidad del nuevo siglo y que nos muestren cómo las intervenciones a nivel local pueden llegar a tener un impacto considerable a nivel global. Se pone de manifiesto que la cuarta ola, que por definición designa a la mujer como auténtico motor de evolución social, ya es imparable.

Esta obra pretende, y consigue, educar la sensibilidad, desarrollar la mirada crítica y poner en valor las pequeñas acciones diarias. Asimismo, constituye un remanso para la formación humanística, que se abre aquí camino con paso firme en una sociedad más propensa a admirar el pragmatismo, el utilitarismo y la productividad —rasgos tradicionalmente inherentes a las ciencias, aunque afortunadamente la división entre ambos campos cada vez se desdibuja más.

Con la participación de estas figuras tan diversas se vislumbra el compromiso de Rafael y Eva por contribuir a una representación más equitativa del mundo. Todas ellas premiadas y reconocidas, pero sobre todo poseedoras de la grandeza de un discurso sólido y contundente en sus diferentes ámbitos, conscientes de su capacidad de agencia, su visión social, su poder y su responsabilidad. Una mirada de mujeres que, como diría la escritora y activista ecuatoguineana Re-meí Sipi, nos invitan a través de sus palabras, a «conocernos y reconocernos».

María Remedios Fernández Ruiz
Universidad de Málaga



AMAYA DE MIGUEL

«Las cosas se pueden hacer de otra manera,
de acuerdo con tus valores. Dando amor y
creando armonía en lugar de hostilidad.»

Amaya de Miguel Sanz (Bilbao, 1975). Licenciada en Historia del Arte y Filología Hispánica. Conferenciante internacional, autora del libro ***Relájate y educa. Soluciones eficaces para conflictos cotidianos*** (9ª edición, Plataforma editorial, 2021) y fundadora de la escuela online para madres y padres Relájate y educa. Antes de guiar a padres y madres para construir una familia feliz —en armonía—, desempeñó puestos de dirección en instituciones culturales de reconocido prestigio, tanto en España como en EE. UU.

Madre de tres hijos, trata de ofrecer soluciones a problemas cotidianos, siendo una apasionada de la motivación que cree firmemente en la capacidad de las personas para mejorar su experiencia y calidad de vida.

Según ella, debemos reducir la tensión y aumentar el disfrute, sin estrés, construyendo el liderazgo de los padres y madres, sin gritos ni castigos, siempre con mucha conexión.

¿Cómo surge *Relájate y educa*? ¿Por qué este nombre?

Relájate y educa surgió de una manera muy orgánica. Cuando estaba embarazada de mi tercera hija, nos mudamos a Estados Unidos. Dejé de trabajar fuera de casa durante un tiempo —en España ocupaba un puesto directivo en una institución cultural—, me dediqué a escribir y a ocuparme de la familia. En estos años la gente me pedía muchos consejos sobre la crianza. «Amaya, ¿por qué haces esto con tus hijos?» o «Mi hija hace tal cosa, ¿qué hago?». Me di cuenta de que venían a pedirme consejo personas a las que apenas conocía. Vi el impacto que mi aportación y mi ejemplo tenían en sus vidas, y quise llegar a más familias.

Así fue como decidí crear una estructura que me permitiera lograr más alcance, y fundé una escuela online para madres y padres. Ahora entre nuestros alumnos tenemos muchos educadores, psicólogos, pedagogos... Es un auténtico honor poder ayudar a tantas personas a fortalecer su vida en familia.

Yo percibía mucha dificultad en los padres y las madres, poca espontaneidad, poca fluidez. Me daba cuenta de que la educación, la crianza y la convivencia familiar eran, para muchas personas, equivalentes a tensión, mal rollo y hostilidad. Me parecía importante invitarles a que vivieran esta fase de la vida con tranquilidad, de manera relajada y con disfrute. De ahí viene el nombre *Relájate y educa*.

¿Qué metas o propósitos persigue?

Mi intención es que las familias funcionen bien, sin hostilidad. Sin que nos dañemos los unos a los otros. Que haya un vínculo fuerte entre todas las personas de la familia. Quiero que todos los miembros del grupo se sientan seguros y valorados, que sepan que son válidos y tienen cosas importantes que aportar. Mi objetivo es que, sean cuales sean las circunstancias de la familia, la convivencia sea agradable, los adultos sepamos manejar los conflictos y haya una buena cultura emocional en el grupo, con alegría y bienestar. Eso sí, el conflicto siempre va a estar presente, por eso es importante que lo sepamos utilizar para crecer, para fortalecernos como grupo.

Además, mi objetivo es cambiar los valores de la sociedad. Si aprendemos a relacionarnos con respeto, a resolver los conflictos sin violencia, si somos capaces como sociedad de comunicarnos con la intención de resolver las dificultades que nos separan, creo que estaremos construyendo un mundo mucho más vivible para todos.

¿Cómo construimos una familia en armonía?

El primer paso es proponérselo, porque el día a día no es siempre sencillo. Suele haber conflictos, estamos cansados y con frecuencia actuamos con hostilidad, perdemos el control, nos tratamos mal. Una vez que hemos identificado que nuestra prioridad es que las cosas vayan bien en casa, hay mucho que trabajar.

Algunos de los factores más importantes son estos:

Que haya unas pautas muy claras para todos: adultos y niños tenemos que saber qué se puede hacer y qué no, de manera concreta. Cuándo y cómo hacemos las cosas.

Los adultos tienen que ser buenos líderes: firmes y cariñosos. Estas dos pautas son necesarias y tienen que ir de la mano. Los líderes autoritarios o permisivos no nos van a ayudar.

Herramientas para que los niños nos sigan: tenemos que saber comunicar de manera efectiva, sin agredir, para que a los niños les resulte más sencillo seguir nuestras instrucciones.

Bienestar: los adultos tenemos que estar bien, alegres, descansados. Todo lo que se pueda. Si el adulto está bien, las cosas en casa van bien. ¡Esto lo sabemos todos los que tenemos hijos! Por eso es fundamental que nos cuidemos.

Dejo para el final lo más importante: la conexión. Tenemos que centrarnos en crear vínculos fuertes y sanos entre todos los miembros de la familia. La conexión y el respeto son los ingredientes más importantes en cualquier relación.

En muchas de las entrevistas concedidas, habla de la «disciplina juguetona», pero ¿en qué consiste?

Acuñé este término para referirme a herramientas de juego que pueden ser utilizadas en los momentos más difíciles. Por ejemplo, cuando tu hijo se deja la mochila en medio del pasillo tienes dos opciones. La primera, que es la que usamos casi todos, es enfadarte. «¡Otra vez está la mochila en medio del pasillo, todos los días igual. O la quitas ahora mismo o te pasas la tarde recogiendo tu cuarto». Esta opción hace que los niños se resistan, os separa, y no ayuda a que tu hijo interiorice a largo plazo la conducta positiva. La segunda opción consiste en usar el juego para que haya un aprendizaje y se produzca con una emoción positiva. Sabemos que así el aprendizaje es más efectivo. Puedes decir «¡Socorro, necesito ayuda! Hay un objeto no identificado en medio del pasillo, ¡no sé si va a explotar! Necesitamos que los desactivadores de bombas lo quiten de ahí».

Risas, complicidad, tiempo, amor, percepción, equipo y roles son palabras que escuchamos en nuestro día a día. ¿Cómo hemos de conjugarlas para mejorar la relación padres-hijos?

Me gustan todas las palabras que has elegido. Todos los miembros de la familia, cada uno en su rol, tenemos que trabajar para formar un buen equipo. Para eso es necesario aprender a percibir cómo es la otra persona realmente, cuáles son sus necesidades, dedicarnos tiempo, encontrar momentos de risas y complicidad y no olvidar jamás que el amor es lo más importante en nuestra relación.

¿Cómo creamos un vínculo fuerte o alimentamos la conexión con los hijos?

Lo más importante es estar presentes. Estar presentes de verdad. Porque yo puedo estar con mis hijos en el salón, pero si estoy con el móvil, no estoy realmente ahí. Compartir actividades que nos gusten a todos. Reír juntos. Saber estar en silencio. Escuchar de manera activa, sin dar consejos ni juzgar. Tener mucho contacto físico.

Por último, hablemos de dinámicas útiles para que cualquier padre o madre las ponga en funcionamiento con sus hijos e hijas.

En mi experiencia es muy importante crear una estructura muy clara en casa.

Cuándo usamos las pantallas, en qué horario, en qué habitación de la casa, qué dispositivo, qué contenido. Qué días comemos dulce. Cuándo nos hacemos regalos, etc. Esta estructura da gran seguridad y reduce mucho el conflicto.

También ayuda comprender que nuestras hijas no son problemas, sino que tienen dificultades y nuestra función como adultos es ayudarlas en esa dificultad. Cuando tu hija hace algo que a ti no te gusta, en lugar de enfadarte piensa: «¿Cómo puedo ayudarle a que esta situación sea más sencilla para ella?».

Yo siempre recomiendo que nos paremos a observar lo que no va bien, y lo cambiemos. Si las noches son un problema, ¿qué puedes modificar? Si por las mañanas nos peleamos siempre, ¿qué tenemos que cambiar? Estamos habituados a repetir patrones nuestros o heredados, y es importante salir de ahí para comprender qué es lo que nos puede funcionar bien.

Quiero cerrar con lo más importante de todo: prioricemos la conexión, en lugar de la conducta. Mañana por la mañana, cuando te levantes, proponte duplicar la conexión con tus hijos. Esta es la clave para tener una buena convivencia en familia.

«Prioricemos la conexión, en lugar de la conducta. Mañana por la mañana, cuando te levantes, proponte duplicar la conexión con tus hijos. Aquí está la clave para tener una buena convivencia en familia.»



ANDREA MIGUÉLEZ

«Todo saldrá mejor si ponemos ganas e ilusión en lo que queremos conseguir.»

Andrea Miguélez Ranz (Valdemoro, 2003) es miembro de la Selección Española de Paratriatlón. Bicampeona mundial y europea, con tan solo 20 años, es un ejemplo de superación. La suya es una historia de inspiración para los más jóvenes. Fue operada de Arnold Chiari —una enfermedad rara que provoca apnea central del sueño y puede llevar a la muerte súbita—, después de sufrir 360 apneas.

Su esfuerzo y determinación la convirtieron por derecho propio en figura del deporte español, apodada por el gran público como la Niña de oro.

Con los pies en la tierra, sigue trabajando con ambición en su vida deportiva y en sus estudios académicos. Actualmente cursa la FP de Técnico Superior en Imagen para el Diagnóstico y Medicina Nuclear, pero sin olvidar una de sus principales cualidades, la humildad.

¿Quién es Andrea Miguélez?

Soy una chica de 20 años que comenzó el triatlón como hobby para estar con los amigos a los 11 años y ha acabado siendo mi trabajo.

¿Cómo y cuándo comienza en el triatlón?

Lo empecé tras romperme el cartílago del codo y ver a mi hermano todos los días ir a los entrenamientos porque él ya pertenecía a un equipo.

¿Pensó en algún momento que no podría competir?

No... Desde el primer instante empecé con las carreras, incluso aunque no fueran de paratriatlón, ya que era un mundo que desconocía.

¿Cómo es el momento en el que los médicos le dicen a unos padres que las consecuencias de una operación podrían ir desde quedarse en silla de ruedas, en coma o morir?

Yo tenía 6 años y no lo recuerdo mucho, pero supongo que para mis padres fue algo muy duro.

¿Por qué se llega a esa situación?

A los 3 años, en una siesta, mis padres observaron que yo respiraba dos veces y me quedaba 12 segundos sin hacerlo. Esto me ocurría cada vez que dormía, por lo que me realizaron muchas pruebas hasta que los médicos vieron que en mi cabeza algo no iba bien y decidieron que la mejor opción era operarme.

¿Ha sufrido a lo largo de su vida discriminación por su discapacidad?

Sí, y el último caso recientemente.

Yo nunca he puesto pegas ni me he quejado sin motivo porque no pueda hacer algo por mi discapacidad.

Esta última vez fue haciendo la FP de grado medio Técnico en Cuidados Auxiliares de Enfermería que cursé.

En la asignatura de Odontología, el auxiliar pasa el material al odontólogo con la mano izquierda y sujeta el aspirador de saliva con la derecha. Yo sabía que eso se me iba a hacer imposible, por lo que le dije a la profesora: «Tengo esta discapacidad y no puedo hacer bien el trabajo con la mano izquierda... ¿Pasaría algo si cruzo las manos y paso el material con la derecha y sujeto el aspirador con la izquierda?»

En un principio me comentó que no, pero más tarde, la que fue mi tutora, me dijo que era una inútil, que no podía poner pegas en clase... no quería ni imaginarse mi vida cuando yo trabajase y que cambiase mi modo de vida ya que no serviría para en el mundo de la salud.

¿Cómo hace frente a quienes le hicieron o hacen sufrir por este motivo?

En ese momento lloré mucho y de hecho suspendí su asignatura.

Al año siguiente, repetí solo con su asignatura, pero estuve con otra profesora que me ayudó facilitándome todo el trabajo, así como adaptando pequeñas cosas.

Hice las prácticas más tarde en paritorio. La coordinadora me ofreció trabajo porque me quería en el equipo.

Creo que mejor golpe que ese no se puede dar a alguien.

Ante una situación como la que usted vivió, ¿pensó en denunciar? ¿Por qué no lo hizo?

Aunque fue una situación realmente dolorosa y que hizo que perdiese las ganas de volver a clase, una denuncia nunca nos la planteamos.

Hoy día me arrepiento de no haberlo hecho, aunque tuviese que enfrentarme al instituto y ponerlo en conocimiento del director.

No quiero recordar a una persona que me despreció, al igual que hizo con otros alumnos, soy consciente de que es una excepción, un ejemplo de mala profesionalidad, a pesar de contar nuestros centros educativos con profesorado que sí demuestra vocación y compromiso con su alumnado.

Deportista y estudiante, es una persona que continuamente trata de formarse y mejorar, pero ¿qué opinión le merece una de las lacras existentes en la actualidad como es el acoso escolar? ¿Considera que se necesitan más medidas dentro y fuera de los centros educativos?

El acoso se da en muchas situaciones del día a día, en el ámbito laboral, familiar, dentro de grupos de amigos, en las escuelas —somos el primer país europeo en número de víctimas de *bullying*. De igual modo y, como se dio en mi caso, también podemos hablar de acoso u hostigamiento de adultos a menores.

Estos actos deberían castigarse para que el agresor no vuelva a campar a sus anchas, pues la persona acosada ve dañada su autoestima y padece consecuencias de todo tipo: emocionales, conductuales o relacionadas con la salud.

Espero y deseo que esta pesadilla desaparezca realmente, que no se quede en una utopía y se convierta en realidad.

Son muchos los reconocimientos que usted ha obtenido, pero si tuviese que escoger tres recuerdos de lo vivido hasta la fecha, ¿cuáles serían?

Los dos mundiales que gané y el segundo europeo. Sin duda, son momentos que nunca olvidaré.

Todas las personas perseguimos sueños. ¿Cuáles serían los suyos en el ámbito deportivo y personal?

Creo que a todo deportista le encantaría llegar a lograr una medalla en unos juegos olímpicos y yo no iba a ser menos.

Me encantaría poder colgar una medalla de esas en la pared de mi habitación, sería todo un sueño.

Fuera de lo deportivo, mi deseo sería dedicarme al mundo de la sanidad, relacionado con los paritorios y los niños. Es algo que me apasiona y me vuelve loca.

Por último, envíe un mensaje de esperanza a quienes tienen que hacer frente a una serie de obstáculos y están a punto de arrojar la toalla.

Creo que uno mismo sabe hasta dónde puede llegar. No nos marquemos límites. Dejemos que la vida fluya. Todo saldrá mejor si ponemos ganas e ilusión en lo que queremos conseguir.

Aunque fue una situación realmente dolorosa y que hizo que perdiese las ganas de volver a clase, una denuncia nunca nos la planteamos. A día de hoy, me arrepiento de no haberlo hecho, aunque tuviese que enfrentarme al instituto y ponerlo en conocimiento del director.



ANGÉLICA MORALES

«El feminismo nos atañe a todos, no es una
palabra, no es una pose, es una necesidad.

Todos deberíamos ser feministas.»

María Ángeles Morales Soriano (Teruel, 1970) es una escritora, actriz y directora teatral. Licenciada en Historia Antigua por la Universitat de València, Diplomada en Escritura Jeroglífica por la Facultad de Teología San Vicente Ferrer y Diplomada en Arte Dramático por la Escuela del Actor de València.

Se define como una artista de las de antes: trabajadora, sensible, enamorada, enérgica, entrañable, cabezota... Admira a escritoras como Annie Ernaux quien, desde lo más íntimo, lo pequeño, habla de lo universal.

De su bibliografía, destacamos en poesía el Premio Internacional de Poesía Gabriel Celaya 2021 con la obra ***Mi padre cuenta monedas*** (Ediciones el Gallo de Oro, 2022). Y en narrativa, la historia de amistad, arte y memoria entre dos mujeres, en la Alemania de entreguerras, que la autora aragonesa publicó bajo el título ***La casa de los hilos rotos*** (Ediciones Destino, 2023).

¿Cuándo y cómo surge la llamada o el interés por la escritura?

Creo que siempre he escrito. Recuerdo que ya en el colegio me gustaba escribir historias. Cualquier excusa era buena para sentarme junto a mi vieja máquina de escribir y con dos dedos teclear una obra de teatro o una novela romántica. Escribir siempre ha estado en mí. Con el tiempo he ido aprendiendo a hacerlo mejor o, al menos, eso espero. Al principio fui más escritora que lectora; ahora quiero pensar que he equilibrado la balanza.

El teatro está muy presente en usted. ¿Cómo influye en el terreno personal y en el literario?

Por supuesto que sí, mi mirada es absolutamente teatral, mi agilidad con los diálogos viene del teatro, la puesta en escena de mis personajes o el modo en el que afronto una situación. El teatro me ha enseñado a ordenar una historia, a darle belleza y a repartir los silencios. Porque el silencio también se escribe. Eso solo se aprende en el teatro. Personalmente el teatro me ayuda a observar a la gente. Eso es fundamental a la hora de crear personajes y claro está, sigo utilizando esa herramienta tan válida, casi una joya, como es la memoria sensorial. Además, el teatro se lee. Y tengo planes futuros respecto a eso.

Enamorada de la poesía, ficción y vida van en numerosas ocasiones de la mano, al igual que ocurre también en su narrativa. ¿Escribir para Angélica Morales es una manera de transmitir o contar, una forma de vida o un sueño?

Escribir lo es todo, es casi como respirar. Mientras escribo me escribo, me sueño o intento curarme.

Contando historias de otros me cuento a mí misma, eso es inevitable. Todo escritor deja su huella íntima sobre su obra. Pero es que además quiero utilizar mis vivencias para crear personajes. Y no descarto algún día contar mis memorias. Es algo que me seduce mucho, aunque al mismo tiempo me parece difícilísimo porque sería desnudarse por completo y estoy acostumbrada a ir quitándome solo prendas pequeñas. Por eso admiro tanto a escritoras como Annie Ernaux que, desde lo más íntimo, lo pequeño, habla de lo universal.

Si tuviese que definirse como poeta o novelista, ¿qué cualidades destacaría en una y otra modalidad discursiva?

Como poeta diría que soy arriesgada, loca, delirante. No tengo medida y me dejo llevar. Soy absolutamente libre cuando me pongo a escribir poesía. De otro modo no sería poeta. La razón en poesía no existe. Los poetas no somos razo-

nables, somos criaturas difíciles que se hieren en cada verso. Pero también me divierto. La creación no tiene por qué ir ligada al sufrimiento. Yo disfruto escribiendo, absolutamente.

Como narradora soy disciplinada, muy trabajadora. Escribo mucho y en poco tiempo. Sin embargo, antes odiaba corregir y ahora me gusta. Estoy encontrando esa fascinación que nace cuando reescribes. Quizá arriesgo menos que en poesía, pero es que se trabaja con otros códigos.

Soy perfeccionista y muy purista con el lenguaje. La belleza es muy importante para mí, también el ritmo. Los textos tienen que estar escritos para ser leídos en voz alta, poesía y narrativa son partituras musicales, deben tener ritmo.

Hablemos ahora de violencia o maltrato continuado, lacra que usted denuncia en gran parte de su obra, aludiendo a cómo fue la relación con su progenitor.

Desgraciadamente es un tema que sigue latente en nuestra sociedad. Los maltratos se callan por vergüenza, así como las violaciones, ya que la mayoría suceden en el ámbito familiar. A las víctimas siempre las obligaron a callar porque hablar de maltrato se consideraba algo sucio, significaba que dentro de la familia algo iba mal, estaba torcido, no era como Dios mandaba. Y ya sabemos que Dios no manda que seamos unos maltratadores, pero lo somos. Yo denuncié el maltrato de mi progenitor en mi libro de poemas *Mi padre cuenta monedas*. Me costó muchos años aceptarlo, me dolía demasiado. Sin embargo, llega un momento en que necesitas limpiar tu alma, hacerle justicia a la niña que fuiste. He meditado mucho sobre ese tema y pienso que, si yo no denuncio, mi padre queda impune y, por lo tanto, limpio. Y yo no quiero que esté limpio, porque fue un maltratador. Hay que denunciar para que el maltrato exista, ya que si callamos, ese dolor se borra y generamos una mentira perniciosa que nos alimenta y nos envenena. Y lo que es peor, el maltratador sale impune y continúa.

¿Podría reseñar algún poema en el que se evidencia este hecho?

Este, perteneciente precisamente a *Mi padre cuenta monedas*:

Las noches siempre eran largas en casa.
Yo solía dormir con un cuchillo que antes de acostarme
robaba del cajón de los cubiertos
y lo depositaba bajo mi almohada por si acaso a papá le daba
por alzarse de la cama,
entrar a mi habitación y apretar mi cuello.

Me la tenía jurada y mi obligación era defenderme.
Por eso no recuerdo una infancia feliz.
Solo recuerdo el miedo a los gritos de papá,
recuerdo tener a cada rato la angustia metida en mi pecho,
como si fueran carbones encendidos, como si fuesen piedras
que arrastra la tormenta
y se quedan ahí, al filo de un barranco llamado corazón, sin
decidirse a caer.
Los niños no deberían de tener miedo mientras son niños.
De ellos son la risa, el disfrute, la curiosidad, el
descubrimiento,
el color blanco echando a rodar por la alfombra.
Yo no conocí la calma porque papá solo vivía para alimentar
su rencor hacia mí
y mamá era una estatua sin sangre en la piel de sus vestidos.
Me las tuve que ingeniar para hacerme mayor siendo tan
niña.
Masticaba chicle y fumaba ya a los once años, celtas con
boquilla que le robaba a papá
cuando se echaba la siesta.
Mi habitación era mi único reducto de libertad.
Un zulo estrecho con una ventana minúscula por donde apenas
entraba el sol.
Sin embargo era feliz allí dentro, a salvo de los gritos y la furia de
papá,
aunque de nada sirviera la estrecha puerta que separaba su mundo y
el mío,
ya que, a cada rato, y cuando menos lo esperaba, irrumpía en mi
santuario para escupir insultos, para tirar los papeles de mi
escritorio, para proferir amenazas por su boca estrecha
y repleta de saliva.
Parecía un animal.
De niña no sabría decir qué animal se me antojaba que fuese mi
padre,
pero ahora que soy una mujer puedo afirmar que mi padre
era como uno de esos demonios de Tasmania que nunca tienen
suficiente terror en su garganta.
Cuando mamá no se encontraba en casa
rezaba para que mi padre estuviese haciendo horas extra en el
puerto.
De todas formas el cuchillo siempre estaba cerca de mis manos.

La mirada clavada en el pomo de la puerta, mis dedos acariciando
el temblor de un cigarrillo.
A veces detenía mi rostro frente al espejo y buscaba a otra niña
parecida a mí
que estuviera viviendo lejos una vida distinta, más apacible, quizá.
Me hubiera gustado preguntarle:
«Querida Alicia, ¿es verdad que las niñas rotas no
tienen remedio?
Querida Alicia, ¿es verdad que hay gente feliz,
que existen los padres buenos?»
Pero Alicia no estaba.
Alicia había hecho sus maletas de pájaro y se había ido a vivir
a otro espejo más dulce.

¿Fue Angélica Morales una persona huérfana de amor en su niñez y adolescencia?

Lo fui si consideramos que mi padre fue un maltratador y mi madre una mujer ausente y consentidora del maltrato. No obstante, conté con la ayuda de mi abuela Ángela y, por encima de todo, mi tía Chon, la hermana soltera y coja de mi madre, que fue en realidad la que me crío y la única que me defendió del maltrato de mi padre. Sufrimos mucho las dos y nos amamos locamente. A ella le debo la vida.

Mucho se ha hablado y se habla de madurez literaria, al referirnos a un escritor o escritora, ¿cuándo alcanza un nivel de excelencia?

Qué pregunta. Creo que nunca se llega a ser un buen escritor. Siempre estamos en el camino. Lo que sí sucede es que vamos puliendo, mejorando. Creo que la excelencia consiste en no tenerte miedo como escritor y en jugar, en intentar disfrutar de tu trabajo, no tomártelo demasiado en serio porque es ridículo. Para mí lo fundamental es emocionar al lector, con eso me conformo.

¿Cree haberlo alcanzado con su libro *La casa de los hilos rotos*?

La casa de los hilos rotos es solo el principio. Me ha dado luz. Estoy muy feliz por todo lo que he logrado, pero ahora empieza lo más difícil, superar lo ya conseguido. Sin embargo, estoy en ello, afrontando la escritura de mi segunda novela con las mismas ganas e ilusión. En realidad, siempre estamos empezando en la vida, eso es lo hermoso.

¿Qué le sedujo del personaje de Otti Berger?

Su amor a la vida, su gran sentido del humor, su lucha infatigable, el saber disfrutar al máximo del tiempo que le tocó vivir. Me provocó ternura su sordera. No obstante, su discapacidad no le impidió ser una de las artistas textiles más importantes de Alemania. Otika es magia, es luz. Una mujer trabajadora y fiel. Yo estoy enamorada de Otti Berger. Cada día la amo más porque en cada presentación conozco más cosas de ella y cada una es más fascinante que la anterior.

¿Podemos ver elementos comunes o nexos entre usted como creadora y Berger como personaje o creación?

Claro que sí, yo soy ella en muchos momentos. Tenemos ganas, alegría, somos dos locas, trabajamos mucho, somos cabezotas, entrañables y amamos sin medida. Somos artistas, pero artistas de las de antes. Y nos reímos mucho, siempre. De todo, de nada, pero sobre todo de nosotras mismas.

Por último, hablemos de igualdad real o empoderamiento de las mujeres, reivindicación que Angélica Morales ha expresado en decenas de entrevistas. ¿Qué derechos quedan todavía por conseguir?

Quedan muchos, diría que casi todos. Estamos en un momento en el que si miramos atrás hemos conseguido fuerza, pero aún queda por alcanzar la verdadera igualdad, que no se quede en gestos pequeños. Todavía somos pocas las mujeres que dirigen empresas, teatros, cine o editoriales. El peso sigue estando en los hombres. Aún somos pequeñas porque el mundo es masculino y ha crecido demasiado y nos lo pone muy difícil para alcanzarlo. Cuando creemos llegar, cortan de golpe los hilos que nos sujetan a la igualdad. Nuestra luz sigue siendo pequeña y parpadea y, a veces, tose y se pone enferma. No podemos relajarnos porque en cuanto lo hacemos nos pisotean. Nos quedan muchos siglos que recuperar y espero que los hombres nos ayuden. El feminismo nos atañe a todos, no es una palabra, no es una pose, es una necesidad. Todos deberíamos ser feministas.

«[...] si yo no denuncio, mi padre queda impune y, por lo tanto, limpio. Y yo no quiero que esté limpio porque fue un maltratador.

Hay que denunciar para que el maltrato exista, ya que si callamos, ese dolor se borra y generamos una mentira perniciosa que nos alimenta y nos envenena. Y lo que es peor, el maltratador sale impune y continúa.»

Palabras finales

Sirvan estas líneas para expresar nuestro más sincero agradecimiento a quienes han hecho posible este proyecto. Los nombres aquí contenidos son un claro ejemplo de personas inspiradoras.

Sin duda alguna, ellas representan muy bien los actos y palabras de Rosa Parks, cuando el 1 de diciembre de 1955 llevó a cabo un gesto decisivo para la Historia. Así, esta joven afroamericana marcaría un antes y un después cuando decidió que preferiría ir a la cárcel que ceder su asiento en el bus. Valiente activista y figura clave en el movimiento por los derechos civiles en EE. UU., su acción desencadenó una oleada de protestas contra una ley que pisoteaba los derechos de los afroamericanos. Porque como muy bien afirmó:

«Me gustaría ser recordada como una persona que quería ser libre... para que otras personas también fueran libres.»

Marie Curie, Clara Campoamor, Virginia Woolf, Clara Zetkin, Malala Yousafzai, Leymah Gbowee, Chimamanda Ngozi Adichie, Naomi Klein, Kara Walker, Gloria Fuertes, Tawakkul Karman, Wu Rongrong, Bertha Lutz, Gloria Steinem, Concepción Arenal, Eleanor Roosevelt, Emma Watson, Hedy Lamarr, Jane Austen, Simone de Beauvoir, Ada Lovelace, Emmeline Pankhurst, Rosalind Franklin, Angela Burdett-Coutts, Mary Wollstonecraft, Marie Stopes o Frida Kahlo son mujeres que cambiaron o ayudan a cambiar el mundo.

A esta nómina reducida de luchadoras por la libertad, referentes que batallaron y redefinieron la igualdad, y, que no incluye a todas las que son, debiéramos añadir el repertorio de mujeres recogido en esta obra.

A todas ellas, influyentes y motivadoras, mujeres que no saben lo que es rendirse, caminando siempre hacia delante, estimamos el beneficio de sus acciones en nuestra sociedad, el reconocimiento y la deuda contraída.

Los autores

Índice

Prólogo	9
Amaya de Miguel	13
Andrea Miguélez	19
Angélica Morales	25
Carla Berrocal	33
Cristina del Valle	41
Habiba Hadjab	49
Irene Villa	59
Lucía Freitas	65
Mabel Lozano	73
Raquel Lanseros	81
Palabras finales	89