

S O L A S

(aun acompañadas)



María Florencia Freijo

Incluso estando en pareja; aunque tengamos un trabajo; una familia, nos sentimos solas. Las mujeres transitamos este mundo cargando mandatos patriarcales: ser buena esposa; buena madre; buena hija. Desde siempre cargamos con una enorme cantidad de exigencias sobre nuestro cuerpo; nuestro comportamiento; lo que se espera de nosotras. Estamos solas porque crecemos alejadas de nuestro propio deseo; separadas unas de otras; exigidas al máximo para encajar en los moldes que la sociedad nos impone.

Flor Freijo hace un repaso interesantísimo por la cultura; la política; la industria del entretenimiento; para averiguar cuándo fue que nació esta diferencia social; que nos ha convertido en ciudadanas de segunda: con menos derechos; menos ingresos; menos justicia. Con casos concretos de la historia y el presente; deconstruye los mandatos que se presentan como ¿naturales?, y juegan en contra de las mujeres.

No nos demos por vencidas. Tomar conciencia es el primer paso hacia la libertad.

¡Al silencio y a la soledad; nunca más!

Índice de contenido

Cubierta

Solas (aun acompañadas)

Introducción

Llegar al libro, llegar a vos

El poder de los relatos: vernos en las otras

Capítulo 1

¿Soy yo la que está mal?

No es el miedo a no tener pareja

Reconstruir nuestro código

Capítulo 2

Niñas que aman demasiado

La vida color de rosa

Cuerpos que no importan

Orgullo y vergüenza de ser señoritas

El pudor es todo nuestro

Mandatos con edulcorante

El amor romántico que todo lo puede

Desigualdad: ¿cómo llegamos a esto?

La novela como escape

Más pochoclos, por favor

Quebrar «la fuerza natural»

Capítulo 3

Mandatos heredados más tareas adquiridas

Todas las voces (menos la nuestra)

La cabeza que no para

Sostener la perfección

Las siete barreras capitales

Los tipos no piden permiso

Capítulo 4

Enfermas de cansancio

No es histeria, es depresión

El cuerpo sobrecargado

Madre de los padres

Aquello que llaman puerperio también es soledad

El impacto de la violencia en nuestra calidad de vida

Sin tetas no hay paraíso

La historia de la belleza

La evolución del modelo

Tiempo y dinero dedicados a agrandar

[Pagar más, siempre](#)
[Ni menstruar en paz](#)
[Sobrepasadas: días de 48 horas](#)

Capítulo 5

[Romper los mitos](#)
[Mito 1: El cuidado como naturaleza de las mujeres](#)
[Mito 2: El hombre cazador](#)
[Eslabones de nuestra cadena](#)
[Al servicio del poder](#)
[Ciudadanas de segunda](#)
[La economía que nos dejaron](#)
[Un trabajo invisible](#)
[Evidenciar la brecha](#)
[Un vacío en el currículum](#)
[Precarizaos las unas a las otras](#)

Capítulo 6

[La verdadera libertad de elegir](#)
[«Los hijos son de la madre»](#)
[¡Hola, mamita!](#)
[La pesadilla del postparto](#)
[No somos «supermoms»](#)
[Malas madres](#)
[#YoCrioSola](#)
[Sin ayuda de nadie](#)
[El reclamo por alimentos](#)
[Cuando hay que pelear](#)
[Barreras en el acceso a la justicia](#)
[Por nuevas paternidades](#)

Capítulo 7

[«Vení que te explico, nena»](#)
[Juegos, violencia y grupalidad](#)
[Nadie les enseña a respetarnos](#)
[La cultura de la sumisión](#)
[En busca del sentimiento perdido](#)
[El varón amoroso como excepción](#)
[Que pagar no signifique poder](#)
[Seguir igual, en nombre de la libertad](#)

Capítulo 8

[El amor romántico no es el fin del cuento](#)
[No todas las mujeres eligen](#)
[Escuchar nuestra voz](#)
[Solas contra el mundo](#)
[Rompernos para volver a armarnos](#)
[El nuevo pacto de las mujeres](#)

Agradecimientos

Bibliografía

[Sobre la autora](#)

Dedicatoria

A cada mujer que me crucé en el camino, y nos
reconocimos.

A las redes que hicimos a través de las redes,
con sus historias, con sus relatos y que le dan
vida a este libro.

A las que lloran en silencio, a escondidas.

A los hombres que buscan entender, que
quieren saber.

A quienes me abrazaron.

Y a mi hijo, siempre a él.

Que cada hoja sea una bocanada de aire, una
verdad que libera, un punto final y un comienzo.

Vamos a encontrarnos...



Introducción

Los libros son el reflejo del alma.

Virginia Woolf

Solas (*aun acompañadas*) cierra un capítulo en mi vida, pero también abre la puerta a otro. Había cosas que quería contar, pero tenía que ordenarlas. No quería hacer un libro duro, académico, tampoco quería hacer un libro sin el sostén del conocimiento ya construido. Armé un índice improvisado y me dije: de esto quiero hablarles a las mujeres, pero también quiero contarles el porqué, la historia, el proceso por el que llegamos a sentirnos en soledad. Este libro es para que abrace a la mujer que lo lea, pero también para que la fortalezca en conocimiento, para que le funcione de guía para identificar injusticias, para que la ayude a nombrar el cansancio, para que le permita poner en palabras.

Hace unos meses, pasando un momento personal complejo, pedí en mi cuenta de Twitter que me recomendaran un libro que me abrazara. A los dos días, la escritora Claudia Piñeiro me envió a mi casa *Una suerte pequeña*. Mi intención era que me dijeran un título para ir a comprarlo, pero lo que me llegó fue *una suerte*, fue la mirada de otra mujer, el gesto desinteresado que abracé fuerte, como quien encuentra un salvavidas en el mar de la soledad.

Cuando me dispuse a escribir busqué exactamente eso, hacer un libro que sea un remanso; que sea un espacio de encuentro con la verdad, sí, pero que no nos rompa, sino

que nos abrace. Que las mujeres puedan pasárselo, que puedan decirles a otras «mirá, acá está la respuesta a ese sentimiento de cansancio constante, a nuestras dudas, a nuestros miedos, acá hay razones, acá hay historias».

El título *Solas (aun acompañadas)* surgió porque, pese a que en las páginas hay contenidos históricos, económicos y técnicos, la columna vertebral es el sentimiento de soledad que nos une a todas, ese lugar en donde no nos reconocemos a nosotras mismas. Una soledad que en nuestra cabeza se representa en forma de preguntas, de dudas, de culpas, de miedos, como si tuviéramos todo el peso sobre nuestros hombros.

En definitiva, ¿para qué queremos saber sobre economía, sobre la historia de la belleza, sobre el rol de las mujeres en el mercado laboral, sobre lo que nos sucede a las que criamos solas o a las que no quieren tener hijos? Queremos saberlo porque intuimos que allí se esconde algo de nuestra identidad. En esos relatos que estuvieron callados, que se nos negaron, está nuestra historia.

La identificación es clave, porque nos lleva a reencontrarnos. El cansancio nos aísla, nos deja todavía más solas, pero nuestra sed de conocimiento nos reúne, nuestra necesidad de entender lo que nos pasa nos acerca.

En el Capítulo 1 me refiero al concepto de soledad, para que podamos reconocernos en el eje del libro. Mi intención es que logremos entender de dónde viene ese sentimiento, de dónde viene nuestra frustración.

En «Educadas para amar sin condiciones», el Capítulo 2, quiero evidenciar cómo somos formadas para seguir el mandato de la «buena mujer». Hay toda una industria cultural reflejada en juguetes, películas, novelas, libros que nos trasladan a ese modelo. Otra cuestión fundamental que vemos aquí es el origen histórico del amor romántico, que lleva aparejado el nacimiento de la desigualdad entre hombres y mujeres, y cómo ganar un poco más de libertad para nosotras fue pasar de una estructura matrimonial por con-

veniencia a una de pareja que se disfraza de deseo autónomo, y que esto es al menos cuestionable. Jamás se cuestionó por qué esa migración del amor por contrato al amor elegido no nos liberó de las cargas de las tareas del hogar, o de la obligación de servirle a un otro, o de vivir abnegadas en la maternidad.

«Enloquecidas por la carga mental» es el título del tercer capítulo, cuyo objetivo es visibilizar que los estereotipos que se nos asignan —malcogidas, infelices, locas—, y con los que muchas veces nos identificamos, no son otra cosa que el estado en el que nos encontramos ante las presiones del mundo externo. ¿Qué es la carga mental? ¿Por qué nuestra cabeza no para? ¿Cuáles son las barreras que nos impiden liberarnos de esto y cómo podemos derribarlas?

El Capítulo 4, «El costo de ser amadas», trata acerca del precio que pagamos por seguir tantos mandatos, por estar expuestas a la desigualdad de género. Hago además un análisis de lo que gastamos en salud —los índices sobre depresión, lo que sucede durante el puerperio— y el desgaste que sufrimos a nivel físico y psíquico por la violencia de género. Hay un costo en tiempo y en dinero que es muy difícil de sostener, que nos exige muchísimo.

El quinto, «Destino de cuidadoras», es un capítulo muy especial, porque me lleva emocionalmente a mi hogar primario, el que compartí con mis abuelos maternos, con esa abuela que también ofició de madre. Pero mi plan es más ambicioso: me propongo explicar el origen del patriarcado, la piedra fundacional de la desigualdad. Desde el mito del hombre cazador hasta el que instauro la idea de que cuidar es algo natural, propio de las mujeres. El objetivo fundamental es demostrar que las tareas domésticas se han invisibilizado y que por eso nosotras no dimensionamos el impacto social y económico que tienen. Desde la perspectiva de la economía feminista, nos adentramos en los datos que muestran cómo nuestro rol en el mercado de trabajo está precarizado.

El Capítulo 6 nos encuentra pensando acerca de la maternidad como mandato. Hace unos meses, a través de las redes sociales, lancé una iniciativa que se llamaba #YoCrio-Sola. El objetivo era notar, en primer lugar, que hay gran cantidad de mujeres que crían sin ningún tipo de apoyo económico ni afectivo en sus hogares, son jefas que hacen todo solas. Pero, también, que hay muchas madres que se encargan de todas las tareas de cuidado y contención de los hijos a pesar de que hay un padre. Si están en pareja, a veces deben criar también al marido, que oficia de hijo extra, o padecen una dependencia absoluta a nivel económico y sienten culpa de no desarrollar una actividad que traiga dinero. Si están divorciadas, se quedan con una carga más grande de trabajo y sufren un mayor impacto económico.

En el Capítulo 7, escribo sobre el «Pacto entre caballeros». ¿Qué lugar ocupan los hombres? ¿Cómo son sus lógicas dentro de esta matriz desigual, cómo llegan a pensar así? ¿Por qué están identificados con la violencia? ¿Por qué están alejados de sus emociones, y también de construir placer en simultaneidad con una otra? Pero además propongo que podamos pensar una nueva masculinidad, una nueva forma de ejercer las diferencias. Las invito a dar lugar a la reflexión sobre un hombre que se siente desorientado porque sus mandatos y los nuestros ya no son válidos. ¿Puede ese hombre reconstruirse a sí mismo, descubrirse en nuevos comportamientos?

Al llegar al último capítulo, me interesa que podamos pensar en qué momento se forjó la enorme competencia que hay entre nosotras, mujeres. Por qué nos juzgamos unas a otras y nos hacemos a veces la vida más pesada. También, a lo largo de la historia, hemos atestiguado enormes muestras de solidaridad. Las mujeres hacemos red, construimos nuevos relatos, nuevos sentidos. ¿Cómo podemos romper con el sentimiento de no estar conectadas, de llevar todo a costas sin ninguna ayuda? ¿Cuál es la fórmula

que debemos poner en el caldero para deshacer el hechizo que nos automatiza ante los mandatos? ¿Somos capaces de construir un nuevo código, de firmar *nuestro propio pacto*, para ayudarnos una a la otra? Este capítulo pretende ser un peldaño que avance sobre los miedos, un pasaje a un viaje interior y exterior.

Deseo que podamos, entre estas líneas de palabras, encontrarnos en un abrazo.

Llegar al libro, llegar a vos

Hace muchos años que tengo este libro en la cabeza. No sé desde hace cuánto con exactitud. Solo sé que, cuando atravesé cada una de las violencias que las mujeres sufrimos en nuestras vidas, todas las palabras y emociones que no pudieron salir imaginaban algún día volcarse en papel.

No es fácil encontrarse a una misma en los índices económicos, en los indicadores estadísticos. Sin embargo, es a través de las historias, que los datos de la realidad se hacen carne, en la voz de los relatos.

Los años de trabajo en organizaciones comunitarias, la formación, el Ni Una Menos, las maestras, los muchos libros devorados por quien, más que saber, quiere encontrar explicaciones a su propia vida y, por supuesto, estar a la intemperie de la crudeza de las historias de vida en los barrios hicieron que en algún momento pudiera conectar todo y que viera una gran verdad: aquellas mujeres que me cruzaba diariamente en los comedores, aunque no tuvieran un marido golpeador en sus casas, sufrían violencia de género, porque había un contexto que las reducía a las tareas de cuidados, a la exclusividad de estas y a no poder salir al mercado laboral formal. Esa situación las hacía dependientes y también las volvía invisibles.

Otra faceta de esta realidad que pude ver fue que la violencia del golpe, del grito, de la sumisión, no la padecían solo las mujeres pobres, las mujeres sin educación. Yo la había sufrido siempre. Incluso después de recibirme, incluso después de ser madre, incluso con algún novio. Fue muy duro admitirlo. Desde mi punto de vista, yo estaba en una *relación tóxica*, de igual a igual. Asumir que era víctima de violencia de género me hizo descubrir la matriz histórica y cultural en la que estamos inmersas, y también que la negamos sistemáticamente, creo que como recurso de protección. Aunque seamos conscientes de la desigualdad en nuestras vidas, tendemos a pensar la violencia de género como algo lejano. Cuando abrimos los ojos no hay vuelta atrás y elegir «ver» puede ser muy doloroso.

Por supuesto que están peor quienes menos herramientas tienen. Las pobres, las migrantes y las que pertenecen a grupos étnicos diversos sufren una discriminación acumulada. Pero, al final del día, todas compartimos la profunda sensación de desolación, de soledad y de desamparo que nos acompaña desde niñas. Ninguna mujer está exenta de cargar en su cuerpo la impotencia de vivir en un mundo desigual.

El poder de los relatos: vernos en las otras

Hay un único lugar donde ayer y hoy se encuentran y se reconocen y se abrazan. Ese lugar es mañana.

Eduardo Galeano

Hace un tiempo, publiqué en las redes un relato sobre la soledad que experimenté en los primeros tiempos de mi maternidad, y recibí miles de comentarios de mujeres que me decían: «Te abrazo, no puedo creer que viviste todo es-

to». Mi relato no tenía nada de épico ni de dramático, era absolutamente cotidiano y normal, acerca de lo que una mujer suele vivir después de un parto: depresión, mastitis, infección en la herida de cesárea, episiotomía o desgarró vaginal, estar perdida entre pañales, problemas de la lactancia... Sin embargo, parecía que había revelado algo trágico: el agujero negro de la maternidad, un espacio totalmente desconocido, del que nadie sabe nada si no lo atraviesa. Un enigma, pero, sobre todo, una barrera entre mujeres que no logran mirarse con empatía.

Otra vez, se me hizo evidente que lo que nos mantiene solas y angustiadas es lo desconectadas que estamos, lo poco que sabemos unas de otras. Creo que todas sufrimos distintas caras de una misma moneda: la que es madre y la que decide no serlo; la que da rienda suelta al deseo y se acuesta con muchos hombres y la novia abnegada que sostiene lo insostenible; la que se queja de su nuera, porque no le cocina a su hijo, mientras que ella se pasó la vida encerrada... Vislumbrar la soledad en la que cada una atraviesa esas oposiciones explica por qué muchas veces nos volvemos victimarias. Las mujeres también juzgamos, también exponemos a la otra, también decidimos sostener (por comodidad o por supervivencia) los mandatos patriarcales: ser la buena novia, esposa, madre, hija, trabajadora. Sostener, a pesar de todo.

Escribo este libro porque quiero que podamos comprender por qué tantas veces sentimos impotencia, frustración, por qué nos descubrimos de pronto juzgando a la mujer que tenemos enfrente. Quisiera que podamos encontrarnos en las historias de otras, en sus ojos cansados y en sus espaldas encorvadas.

Mi intención es que podamos ver los roles excluyentes que se nos asignaron, la alta exigencia que internalizamos desde la infancia, lo complacientes que nos enseñaron a ser y el miedo a la soledad que nos metieron; la cadena de injusticias a la que estamos sometidas, todas las reglas que

se hicieron solo para nosotras y también los derechos que se nos negaron sistemáticamente. Esa desigualdad es violencia, los estereotipos son violencia, las instituciones generan violencia.

Escribo porque necesito que nuestra verdad, nuestros secretos, salgan a la luz, exorcizarlos, volverlos red. Escribo con la intención de hacer palabra lo que este cuerpo guarda de las mujeres del linaje de mi familia y de la tuya.

Escribo porque quisiera que cada una de nosotras conozca su valor, y el valor de las otras mujeres, aquellas que a veces juzgamos. Esas mujeres que cargan con tanta culpa, tanto resentimiento y dolor que endurecen sus palabras y lastiman.

Escribo por un profundo agradecimiento a mi abuela materna, que puso a disposición su vida, encerrada en un hogar, para que los demás tuviéramos vidas afuera. Sí, porque las mujeres somos sostenedoras y esto no tiene nada de romántico. La vida que pude tener gracias al trabajo de mi abuela es la que ella hubiera deseado para sí: estudiar, hacer amigas, salir a jugar y llorar ebria en un sillón hasta que todas las injusticias que recayeron sobre su cuerpo se hubieran evaporado junto con el alcohol. Pero no: ella cosió, limpió, hizo las compras, crio. En la palma de su mano no estaban dibujados otros destinos, sino el de una niña de campo, en cuyo día de nacimiento su papá sentenció: «Otra mujer, tírenla a los chanchos». Escribo por todas esas campesinas que en la migración a la ciudad solo cambiaron de paisaje y de ventana por la que miraban la vida, que pasaba afuera, durante cada fregada de piso diaria.

Escribo con sed, desesperada, para que ninguna mujer tome como natural el sacrificio de su destino, de su libertad. Escribo con la soberbia de una escritora que busca salvar a alguien a través de un libro, pero con la necesidad imperiosa de construir una fuente de información concreta, de datos, de relatos y de explicaciones que terminen en un

abrazo, que terminen en una certeza: no estoy sola. Escribo porque quiero que este libro sea cordón, unión y sentido.

Escribo por las hijas y por las nietas, porque necesitan construir un código que les permita identificar las desigualdades y traducirlas: poner en palabras. Escribo para las mujeres que quieren amar, que quieren enamorarse, pero temen sentirse ahogadas si eso *que se llama amor* se transforma en mandato. Escribo para aquellas que quieren librarse de vínculos que corroen su ser, pero no lo hacen porque las atormenta el miedo a la soledad o porque la posibilidad de transformar sus vidas después de treinta años de matrimonio les resulta impensable.

Escribo para los hombres que aún no ven pero intuyen que quieren ver, que quieren llorar y ser abrazados en cucharita. Aquellos a los que les duele la violencia de la que los hicieron dueños y necesitan la suavidad de una caricia, llorar sin vergüenza, reaprender todo.

Escribo desde mi cama porque me urge conciliar el sueño, un sueño que no duermo por la cantidad de mujeres solas que me mandan mensajes todos los días desde las redes sociales. Necesito estirar un abrazo en cada página plasmada, y también necesito el abrazo de quien lee. ¿Qué es la verdad, si no es la emoción que termina en la historia de una mujer y continúa en la de otra, la emoción que nos traspasa y transforma?

Escribo para contar acerca de las mujeres de nuestra historia, que no tuvieron el reconocimiento que merecen, porque nuestro presente también fue su pasado y su soledad también es la nuestra.

