

# DINOVÈ CONCURS DE RELATS BREUS DE DONES

“Paraules d’Adriana”

CATEGORIA SANT ADRIÀ 2.019

AUTORA: LOURDES ORTIZ MARZO

Participo en la categoría general y en la categoría de San Adrián

## Diario de Lindeces

Recuerdo que todo empezó una simple mañana tomando un café con una de mis mejores amigas. Explicándonos nuestra aventura de ser mamás primerizas, lo difícil que es compaginarlo con el trabajo, los estudios, las tareas domésticas etc. Nos reíamos porque nada tiene que ver lo que dicen con la cruda realidad de cada persona. Cuando llegó el turno de hablar de los maridos, las risas se volvieron silencio. Pasaron a ser gestos de frustración, de impotencia, de vergüenza, intentando ocultar el miedo, mirando hacia otro sitio, incapaz de mirarle a la cara, tragaba saliva intentando que mis palabras no salieran a la luz, mi cuerpo empezó a sentirse tenso acompañado de una terrible sensación de tristeza profunda, una inmensa sensación de vulnerabilidad se apoderaba de mi cuerpo. En cuanto hablase de él, mi amiga se daría cuenta. Todas las relaciones pasan por altibajos, pero yo sabía que esto no era un altibajo, era sin querer reconocerlo una situación devastadora, de caos, y de terror elevado a su máxima potencia. Cómo seguir ocultando tanto sufrimiento, sin que se viese reflejado en mis ojos cristalinos, aguantando mis lágrimas para que no me delatasen. En cuanto hablase de él, mi amiga se daría cuenta, ya no podía seguir fingiendo que todo iba bien. No hizo falta que la mirase a la cara para saber que algo iba mal, era incapaz de decirle todo lo que me sucedía con él. Mi amiga con su voz siempre suave, armoniosa, tierna, me miraba y cuando empecé a explicarle algunas cosas que me ocurrían con él, de repente le cambió su tono de voz, fue muy tajante y firme. Realmente fue muy valiente, ya que en la situación en la que me encontraba hasta el momento, siempre lo había defendido con uñas y dientes, frente a mi familia y mis amigas, siempre lo excusaba por todo, tenía mucho trabajo, estaba agobiado, enfadado y discutía conmigo, su empresa no iba bien, tenía que pagar muchas cosas, y discutía conmigo. Siempre lloraba con todo lo que tenía que pagar de sus empresas, luego alardeaba de todo lo que ganaba en negro, entonces se lo gastaba en sus lujos y discutía conmigo. Luego si, me dejaba sola con el niño, era para desconectar porque lo necesitaba, lo podía entender hasta cierto punto. Según él, me decía que cualquier otra persona se pegaría un tiro si estuviese en su situación de presión menos él. Así alimentaba su ego cada vez más omnipotente, él cada vez más grande y yo cada vez más insignificante.

Si me hablaba mal, era mi culpa, si me insultaba era mi culpa, si me humillaba era mi culpa, porque él siempre tenía la última palabra para justificar todos sus golpes y sus ataques contra mí y contra mi niño. Simplemente me lo merecía y punto. Todo eran excusas y mentiras que le justificaba y le permitían abusar de mi en todos los sentidos. Si así es amiga, él abusó de mí, hasta el punto de destrozarme emocionalmente, económicamente, sexualmente y físicamente.

Cuando mi amiga me escuchaba no daba crédito, con asombro se le cambió el tono de voz incluso su gesto de la cara era de desconcierto. Tan sólo me dijo que me escuchara en voz alta, todo aquello que le estaba contando sobre mi pareja. Todavía después de dos años recuerdo como retumbaron sus palabras en mi interior. Realmente no me estaba dando cuenta de lo que estaba sucediendo, o en realidad si me daba cuenta, pero le restaba importancia por el amor que sentía hacia él y no era consciente de que me estaba matando en vida. O tal vez, no quería reconocer que me había equivocado, que había estado 16 años de mi vida con la persona equivocada, me casé enamorada de mi príncipe, tuvimos un niño sano y precioso, mi cuento de hadas se desmoronaba y realmente la única vez que necesité a mi príncipe, a mi compañero de vida, a mi marido, se le cayeron todas las máscaras. Jamás me lo hubiese imaginado había estado 16 años con un psicópata narcisista, un auténtico monstruo en la intimidad y un señor en la calle. Cómo he podido estar tan ciega, cómo he podido estar tan ciega durante tanto tiempo. Han sido muchas las preguntas que he tenido que ir respondiéndome a mí misma para sanar mi corazón.

Así es amiga, él abusó de mi en un momento de fragilidad emocional determinante en mi vida, con el nacimiento de mi hijo, mi despido del trabajo, la separación de mi hermano y la enfermedad terminal de mi padre aprovechó esos momentos de fragilidad para destrozarme mi voluntad como madre, como mujer y como persona desgraciadamente durante un tiempo lo consiguió. Estaba completamente anulada, con el nacimiento de nuestro bebe me tenía completamente aislada de mi familia y de mis amistades. Hasta el punto de desesperación que la única razón para seguir viviendo era criar a mi bebé. Llegué a un punto de domesticación, que mi voluntad no valía nada, eran sus palabras sus golpes sus constantes ataques hacia mi cada día, constantemente sus humillaciones sus insultos acabaron formando parte de mí.

Constantemente me minaba el corazón diciéndome cosas tan bonitas como eres una inútil, mala furcia, eres una guarra, eres una gandula, estás loca, tu mente ya no funciona, tu capacidad cognitiva está mal, hasta mi sobrina de cuatro años es más inteligente que tú, no vales para nada, quién te ha visto y quién te ve, das asco, quién te va a querer a ti, tienes que cumplir con tus obligaciones maritales, por tu culpa tengo que acostarme con otras mujeres porque tu no me das lo que yo necesito, me tienes que dar sexo cada día, porque yo lo digo, eres mala persona, eres mala madre, eres mala mala. Y demás insultos degradantes que ni tan siquiera puedo escribirlos para no herir la sensibilidad de algunas personas que puedan leer esto. Siempre me insultaba en privado por supuesto no podía dejar que su

imagen social se viese perjudicada. Luego regresaba a mi diciéndome, que era la mujer de su vida, no se veía su vida sin mí, sí que era una buena madre, que era muy buena persona y que tenía el corazón enorme, que para él divorciarnos sería un fracaso personal, justificando su malhumor con los problemas de la empresa como siempre. En otras ocasiones, nos castigaba con sus gestos, miradas de asco de desprecio, con su silencio y su indiferencia hacia nosotros. Empezaba con mi niño, diciendo que era mala madre y que el niño era un tirano malcriado, ya se encargaría él de enderezarlo. Cada vez que el niño tenía una pataleta, le decía que dejase de comportarse como un niño pequeño. En realidad, eso se lo decía cuando nuestro niño tan solo tenía dos años y medio. O me haces caso o te pego, quieres que te pegue, que te reviente la cara, que quieres que te chafe la cabeza. Se arrodillaba a su altura y lo empotraba contra la pared, con el puño cerrado se lo acercaba a su carita y con los dientes apretados le decía todo eso a mi niño. Qué doloroso es recordar todo eso, yo no me lo podía creer. Cuantas veces le recé a Dios, para que acabase con este sufrimiento para mi niño y para mí. Cuando lo vi por primera vez, fue una situación surrealista totalmente, entonces cuando vi la cara de mi niño, estaba aterrorizado por su padre, entonces me salió la leona. Esto no es normal, no es un simple cachete, no puedes hablarle así a nuestro hijo. Me encaraba contra él, todo lo que podía y más, pero sus ataques hacia nuestro niño, de tan sólo dos años y medio, empezaron siendo comentarios intimidatorios con palabras muy violentas, desprecios hacia nuestro pequeño, pero ya sabía lo que hacía para no dejarnos marcas físicas. Este niño vive como un rey que se lo dan todo. Te vas a enterar, yo te voy a poner firme por las malas. Cuando nuestro pequeño se encaraba con su padre lo sujetaba con fuerza, y le pegaba, pero sin dejar marcas. En muchas ocasiones, cuando nuestro bebé apenas tenía meses provocaba discusiones mientras conducía y en medio de la autopista clavaba el coche frenando en seco y me amenazaba con estamparnos y provocar un accidente con nosotros dentro. ¿Qué quieres que lo haga? ¿Quieres que tengamos un accidente? entonces frenaba en seco a más de 140km/h y a mi bebé que iba durmiendo en su sillita y su cinturón puesto, se le iba todo el cuerpo hacía delante y su cabecita hacia delante y hacia atrás y yo en el asiento del copiloto sujetándolo. Entonces tenía que callarme durante todo el camino para que no lo hiciera.

Amenazó a su madre, a su hermano y a su cuñada de muerte, si se atrevían a echarlo de la empresa incluso se atrevió a contarme que había estado mirando por internet como matar a alguien y no dejar rastro. Me lo dijo con total tranquilidad añadiendo además que si se atrevían hacerlo cargaría contras sus sobrinas de 7 y 11 años.

Entre muchas otras cosas, no me di cuenta de lo que me estaba haciendo a mí, hasta que empezó con esta reacción tan agresiva con nuestro niño. Al principio parecía un simple cachete, pero luego la intensidad y el nivel de agresividad era totalmente desmesurado. Tenía que mediar entre ellos dos. Mi exmarido se enfrentaba a nuestro hijo empotrándolo contra la pared como si tuviesen la misma edad, era un adulto de 47 años contra un niño de 3 años. Lo zarandeaba con una fuerza con una ira en sus ojos, que las primeras veces te

quedas perpleja y hablas con el padre para mediar porque esas no son formas de tratar a su hijo de 3 años. Entonces era cuando empezaba a atacarme a mí. Se ponía como una fiera, me echaba de la casa incluso me golpeó en varias ocasiones incluso me tiraba cosas hacia mí para dañarme, se retenía y sabía que me encararía con él, pero nunca dejaba huellas, era un señor en la calle. Recuerdo las veces que él pagaba la compra o algún desayuno y le tenía que dar las gracias a él por pagar la compra de la comida que se comía él, arroz, pollo, atún, leche y de alguna comida que comía nuestro hijo. Recuerdo que le decía a nuestro hijo que le regalaba la comida y por supuesto le tenía que dar gracias a él. Es curioso que muchas personas den las gracias a Dios por los alimentos que se comen y cuando me arruinó le tenía que dar las gracias a él y estar agradecida por ser generoso conmigo y con nuestro hijo.

Es increíble, de verdad que no doy crédito. Estoy escribiendo esto con los ojos empañados en lágrimas y reprimiendo muchas situaciones del pasado que pensaba olvidadas. Es increíble como una persona puede doblegar la voluntad de otra independientemente que sea mujer y hombre. Cómo esperó a arruinarme para seguir humillándome y que dependiese de él económicamente. Fue todo un estrategia, mientras yo con mi sueldo lo pagaba todo, él mientras tan contento y calladito. En el momento que tuvo que hacer frente de la situación, como padre de familia, éramos sus sirvientes, sus esclavos, estábamos completamente a su merced. Es increíble, como una persona puede tratar así a otro ser vivo, éramos su mujer y su hijo. Y jamás le había faltado de nada a él, cuando yo económicamente era solvente se lo daba todo. Es realmente increíble, así nos trataba como despojos humanos y cuando sacaba fuerzas para enfrentarme a él, su nivel de agresividad hacia mi o hacia mi niño era tan elevado que sentía miedo, bueno en realidad sentía auténtico terror, ya no sentía miedo ni por mi vida, tenía más miedo de que le hiciera daño a mi bebé que no podía defenderse, que del daño que me pudiese ocasionar a mí.

Miedo de verdad, de estar totalmente aterrorizada y de dejarme con las piernas temblando paralizada durante más de 30 minutos, mi cuerpo estaba en estado de shock, totalmente entumecido no podía ni caminar, no me lo podía creer. Jamás pensé en cómo se debía sentir una persona cuando tiene miedo cuando está aterrorizada, es una sensación devastadora, incierta, hasta los latidos de tu corazón son distintos. A mí no me podía estar pasando esto, yo soy fuerte, soy una mujer culta, inteligente, segura de mí misma, no me puede estar pasando esto a mí. Es como si te estuviesen matando a sangre fría, sintientes todo ese dolor y no puedes hacer nada. Gritas pidiendo auxilio, pero nadie te ve, pasan de largo mientras gritas de desesperación, hasta que ya no puedes más y es cuando tu verdugo es el único que te ve, allí tirada en el suelo llorando desconsolada levantas la mirada y le ves, ves su rostro sarcástico, apiadándose de ti, se ríe, es el auténtico diablo en persona y te sigue insultando hasta que ya no tienes fuerzas para seguir pidiendo auxilio. Es como si, te arrastrase medio muerta por el pasillo mientras te sujeta de los pelos, pero tú ya no tienes fuerzas. Una de las discusiones cuando me trajo a nuestro niño me lo tiró como si fuese un muñeco y fue tan

violento con los dos que me fui directa hacer mi testamento, con 38 años por miedo a que acabara con mi vida y resultara un accidente porque tenía que pasar todo el mes de agosto sola con él y con nuestro hijo en su casa de la montaña. Debería haber ido a poner una denuncia, pero si no hay pruebas no sirve de nada si no hay golpes apenas te escuchan. Mi abogada ya me lo advirtió hasta que no tuviese un hacha en la cabeza no tendría nada que hacer delante de un juez, con este encantador de serpientes.

Recuerdo una vez, que estábamos hablando en la cocina y nuestro hijo entró y vio como su padre me ponía la mano encima, y su reacción fue defenderme y golpear a su padre con la mano. La reacción de su padre fue darle una coz, si sí, literalmente mi exmarido le dio una coz a nuestro hijo clavándole una patada en el pecho, con un pie del número 46, que el niño se sentó de culo. Inmediatamente cogí a mi niño y cuando fue a por mí, me dio un ataque de ansiedad que no podía ni respirar. Aún le tuve que dar las gracias por no haberle roto una costilla a nuestro hijo, tampoco era para tanta mujer, eso fue lo que me dijo.

Amiga mía, tienes toda la razón, me violaba una y otra vez. Me salía sarpullido en el cuerpo del asco que me daba cuando me obligaba. Si amiga, ahora sé que, aunque fuese mi marido no tenía ninguna obligación marital y que mantener relaciones sexuales en contra de tu voluntad es violación, aunque sea tu propio marido el autor de los actos. ¡Qué asco Dios mío! Fueron tantas las veces que abusó sexualmente de mí, delante de nuestro hijo con 4 años que recuerdo la voz de nuestro niño cuando le decía a su padre: Papa deja a la mama que no quiere. Pero a él no le importaba, seguía hasta que discutíamos cuando conseguía quitármelo de encima nuestro hijo se le abalanzaba a su padre y le daba puñetazos para que me soltase. Entonces enfurecido me echaba de la casa y seguía machacándome, pero yo no me iba a ir dejando solo a mi niño con ese monstruo.

Fueron tantas las veces que daba gracias a Dios, cuando no venía a dormir a casa. Y también di gracias a Dios cuando vino una chica irlandesa a vivir con nosotros, así por lo menos delante de ella guardaba las formas. Pero le duró poco, ya que en una convivencia ya se sabe, sale todo. Así que, la quiso echar, pero no pudo, al menos durante la semana estaba acompañada con ella en mi piso y como él no venía a dormir casi nunca, pues genial.

El problema era el fin de semana que íbamos a la segunda residencia de él, y ya no venía la chica irlandesa. Era un infierno, recuerdo que me escondía por la casa, para evitar que abusara de mí. Así es amiga, es increíble pero cierto, esperaba a que se quedasen dormidos los dos después de comer y entonces yo me escondía dos o tres horas en el establo con mi yegua, ese era mi refugio. No podía permitir que siguiera violándome. Recuerdo una vez que me violó en la cocina mientras nuestro niño con 3 años estaba sentado en el sofá viendo los dibujos del Bob Esponja, cuando acabó me volvió a insultar, después lo volvería hacer.

Si amiga, también me destrozó físicamente. Tuve que realizar más de cuarenta sesiones para la rehabilitación del suelo pélvico, ahí fue dónde me detectaron que había perdido la

sensibilidad vaginal. No sentía nada absolutamente nada a mis 38 años, ¿me había quedado estéril? Fui hablar con la doctora y le expliqué lo que me sucedía, y entonces le tuve que explicar lo de las violaciones, qué vergüenza Dios mío. Mi cuerpo respondía así porque estaba bloqueado, ya no quería sentir más dolor y dejó de sentir. Además, se me caía el pelo, las uñas, no podía dormir, apenas tenía hambre, me salió un brote de psoriasis nerviosa por los estados de ansiedad que me hacía pasar. Creía que estaba sufriendo por la enfermedad de mi padre, hasta que mi hermana cuando se enteró de todo por mi niño me dijo que se lo contara a la doctora, para que supiese que estaba sufriendo malos tratos. La doctora recuerdo que me dijo que no me estaba dando cuenta de lo que mi exmarido me estaba haciendo hasta que empezase con mi niño.

Fueron tantas las veces que mi niño con 3 años me defendió de su padre, que la primera vez que lo hizo el 7 de febrero del 2016, no me lo podía creer. Cómo un niño tan pequeño tuvo la valentía de ponerse delante de su padre enfurecido con la cara roja los ojos cargados de ira insultándome y amenazándome. Y lo hizo, mi niño sacó pecho, le sacó los dientes a su padre y le gruñó para defenderme, entonces la reacción de su padre fue darle un ostión que solo me faltó darle las gracias por no haberle dejado los sesos en la pared. Fue a partir de ese día que decidí ser igual de valiente que mi hijo. Y al día siguiente me fui a buscar unos abogados. Se acabó mi niño no se toca.

Si amiga, también abusó de mi económicamente, fui tan ingenua que lo pagaba todo con muchísima ilusión, él me decía que lo pagaríamos a medias todas las cosas del bebé, pero cuando llegaba la hora de pagarme la mitad de los gastos siempre me ponía alguna excusa para pagar de menos o para no pagar. Siempre tenía unos buenos argumentos para justificar el que él estuviese viviendo de gratis en mi casa yo pagándolo todo. Mientras él que era empresario y solvente cobraba de sus alquileres y de sus empresas sumas importantes de dinero. pero siempre estaba llorando de que tenía muchos gastos.

Si amiga mía, me arruinó económicamente hasta dejarme en la banca rota. Mi padre siempre me decía que tuviese cuidado, porque estaba viendo que mi exmarido era cada vez más rico y yo cada vez más pobre. Y era entonces cuando le decía que me lo pagaba todo cuando en realidad no era verdad y mi padre se daba cuenta de todo, aunque no se lo decía por vergüenza. Aparentemente mi ex es un señor y siempre ha presumido de coches de lujo, ropa accesorios de últimas marcas, viajes buenos restaurantes. Yo siempre pagaba mi parte de todo jamás salía de él invitar, solo al principio para enamorarme. Me abría la puerta del coche, me invitaba a cenar íbamos a restaurantes caros, viajábamos, vivía en una jaula de oro, o más bien de chatarra con sus barrotes pintados de dorado. Pero bueno, supongo que también permití que lo hiciera porque él sabía que a mí me gustaba ser independiente económicamente, pero claro cuando somos novios bueno lo puedo entender hasta cierto punto, pero cuando eres ya una familia no. Aquí seguía en su tren de lujo y sin hacerse cargo de los gastos de prácticamente nada. Recuerdo una vez cuando le dije que ahora que éramos una familia podríamos tener una cuenta en común en el banco para compartir gastos.

Bueno su cara era de asombro y a medida que íbamos hablando del tema se le iba transformando la cara y empezaba a subir el tono de voz y sus gestos eran cada vez más agresivos hasta el punto de decirme que él ya me daba el dinero que me hacía falta y que dejase de tener amistades que me estaban manipulando la mente. Todo esto ya acalorado con la cara roja y los ojos ensangrentados de ira, no me podía creer lo que estaba viendo y escuchando insultos hacia mí, insultos que ni tan siquiera puedo escribir aquí y que otras personas lean todo lo que me llegaba a decir.

Hasta el momento siempre lo había pagado todo yo, pero los ahorros se iban gastando y al tener que atender a mi padre enfermo, no pude incorporarme a trabajar durante ese tiempo, pero jamás me faltó dinero porque mis padres por estar cuidándolos me ayudaban económicamente lo que podían además de mi paro.

El Diario de Lindeces lo escribí cuando mi amiga me dijo: ¿Tú te estás escuchando? ¿Si yo te contase todo esto que consejo de amiga me darías? Fue escucharme en voz alta cuando le contaba por encima algunas cosas que me pasaban con mi expareja, remarco por encima porque en ese instante sentía tantísima vergüenza, que decírselo a alguien era totalmente inaceptable, me quería morir. Sentía tanta impotencia, tanto miedo que eran pinceladas lo que le conté, no quería derrumbarme. Tal vez ahora soy consciente que lo que realmente me daba vergüenza, y miedo era decírmelo a mí misma. Me daba vergüenza reconocer que durante 16 años había compartido mi vida con un monstruo, que no me había dado cuenta de nada, no lo entiendo a mí esto no me podía pasar. Reconocer que jamás cambiaría.

Todo había sido una farsa, no existía ese mi príncipe, todo lo hacía con una intención premeditada. Cuando se le empezaron a caer las máscaras una detrás de otra, mis ojos le pudieron ver sin estar ciega de amor, después de una serie de acontecimientos que marcaron mi vida. Las vendas de mis ojos se fueron cayendo hasta que por fin le vi realmente como era un auténtico monstruo, no como yo lo tenía idealizado. Creo que viví con la falsa ilusión durante novios de que cambiaría, sí que vi pequeños detalles sin importancia, pensaba que cuando fuésemos una familia cambiaría, y no cambió al contrario se descubrió cómo era realmente. Nunca cambian es una ilusión.

Por lo tanto, me dispuse a ser la voz de mi conciencia a ser mi mejor amiga y a enviarme mensajes vía email. Estos mensajes tenían una función de vital importancia. Me recordaban al día siguiente o dos semanas después todo lo que había sucedido con todo lujo de detalles. Con el fin de que mi expareja no fuese capaz de darme la vuelta a la tortilla como lo hacía constantemente conmigo y con todo el mundo. Me desmontaba cualquier discusión dejándome a mí de loca, de incapacitada mentalmente, según él yo confundía las cosas, me hacía sentir culpable de todo, realmente no sé cómo se lo montaba, pero siempre acababa siendo él la víctima y yo el verdugo pidiéndole perdón por humillarme por insultarme por degradarme como persona como mujer y como madre hasta ser lo más despreciable del mundo, aun así, lo perdonaba una y otra vez. Durante un año estuve escribiendo, y me dio

fuerzas para creer en mí. Pero lo que más fuerza me dio para cambiar esta situación fue pensar que si continuaba con mi expareja mi niño entendería el amor así, maltratando humillando y pegando a la otra persona. No podía permitir que mi niño fuese un maltratador el día de mañana. Ahora tiene 6 añitos y le tengo que explicar que a quién se quiere no se le pega.

El monstruo es devastador no tiene sexo, de no ser por el apoyo incondicional de mi familia de mi hermana, de mi madre y de mi padre, creo que no estaría ni aquí. Mi hermana se enteró porque mi niño le dijo a una profesora que su papá pegaba a su mamá, y se lo tuve que contar. A mis padres por no hacerles sufrir no les contaba nada, pero unos padres saben cuándo estás bien y cuando estás mal. Mi padre cuando ya se enteró de que su enfermedad era terminal se atrevió a decirme, que ese hombre no me quería, te lo voy a decir, aunque te enfades, me dijo mi padre. Te tiene ahora engatusada por el caballo que me había regalado un vecino. Si tanto quieres a ese caballo sácalo de su casa y te lo mantenemos nosotros, y los perros te los llevas a tu piso. Pero déjalo, que un hombre que te trata así no te quiere. Y mi padre no sabía nada más que lo que había visto, yo no le había contado nada. Mis amigas han sido el otro pilar importantísimo, Dios mío tengo tanto que agradecerles, entre muchas otras cosas el estar siempre a mi lado a pesar de todo. Desde la primera hasta la última han sido incondicionales, a pesar de mi distancia de mi mala actitud de defenderlo, de morirme. La sociedad es ignorante, arrogante y aterradora frente a cómo gestionar estos casos. Muchas personas miran a otro lado, te juzgan sin saber. Falsos profesionales, indignación por el trato recibido por algunas de las personas supuestamente profesionales, jueces comprados por el compañerismo, negligencias absurdas, profesores, directores, jueces, fiscales, abogados, asistentes sociales y psicólogos que no respetan los protocolos con las víctimas de violencia de género. Es el otro monstruo de la historia, demasiado marketing, demasiados abusos demasiada ignorancia, demasiados prejuicios. Afortunadamente a pesar de haber tenido que enfrentarme a este tipo de profesionales, ha habido cabida a personales, profesionales, que puedo decir que han salvado mi integridad tanto física como emocional. Tengo que agradecerles no solo su apoyo, su asesoramiento, si no su entrega y compromiso en mi caso. Todavía no doy crédito, el médico que me atendió de urgencias después de que mi exmarido me intentase estrangular, tan solo me recetó unos antidepresivos y su comentario fue que esto solo hacía que empezar. Ni siquiera sabía que me tenía que dar el parte de lesiones. Cuando mi exmarido repitió esto mismo y cogió del cuello a mi niño con 5 años, otro médico hizo el parte de lesiones, pero ni tan siquiera avisó al juzgado, cuando fue el mismo niño que le dijo al médico lo que había sucedido y todavía tenía el cuello marcado de lo fuerte que lo agarró del cuello. Después de pidieron disculpas porque el médico había sido negligente, y se quedó ahí. Cuando mi niño fue brutalmente zarandeado y arrancado de mi en el colegio delante del mismísimo director. Éste se quedó paralizado cuando vio el nivel de agresividad de mi exmarido cuando agarró a nuestro hijo y el niño lo golpeaba para soltarse. Y el director declaró que no vio nada. En el primer juicio, entró mi ex y me tocó el hombro para decirme que era una pena que nos viésemos



así. Nadie me informó de que no tenía que estar en el mismo lugar que mi supuesto maltratador. Incluso mi abogado me dijo que tenía que haberme presentado más desaliñada para dar pena. Fue la jueza que después del juicio nos llevó a una sala aparte para negociar con ellos. Estaba que no me lo podía creer, pero claro resultó que ellos se conocían y entre abogados se tapan. Cuántas veces me han puesto delante de ese monstruo, saltándose el protocolo para proteger a la víctima.

Es devastador, la última sentencia le favorece a él, habiendo presentado partes de lesiones, tanto mías como de nuestro niño. Hasta mintiéndole al mismísimo juez se ha salido con la suya diciéndole que solo tenía una propiedad a su nombre, y pudiendo demostrar que económicamente tiene nueve propiedades solo a su nombre, sin que el juez me dejase presentar todas sus empresas. Y tienen la cara dura de decir que estamos en igualdad económica cuando les presenté una nómina de 700 euros brutos, y que mis padres me ayudaban. La verdad es que los juicios fueron un caos de manipulación y controversia, un circo de mentiras. Me juzgaron por tener una yegua que me pagaban mis padres y sin embargo a él presentando una nómina falsa de menos de mil euros al mes, con cinco vehículos de alta, todas sus propiedades a nombre de sus empresas menos nueve que solo tiene su nombre. Es increíble, como puede el poder manipularlo todo de esta manera.

Cierra los ojos amiga, esta es mi historia y cómo he conseguido salir de este infierno:

El monstruo te va enterrando poco a poco sin que te des cuenta, hasta que te entierra viva. Miras a tu alrededor y todo tu cuerpo está cubierto de tierra, estás golpeada, tanto físicamente como emocionalmente. Ya no tienes fuerzas para desenterrarte, solo te deja libre la cabeza para que tú puedas ver lo que él hace con tu vida, te mira y se burla. Al principio intentas salir, pero tienes todo el peso de la arena que obstaculiza tu cuerpo te mueves un poco pero solo tienes la cabeza fuera para ver cómo te roba tu vida, te da agua solo cuando él quiere y te da alimentos solo cuando él quiere, tus fuerzas se desvanecen. Hasta que un día tu niño, que ya es un poquito más mayor te ve y se arrodilla a tu lado, empieza a escarbar la tierra para ayudarte a salir. Pero sus manos son tan pequeñas, que apenas se me ve el cuello. Es ahí, cuando te das cuenta de que tienes que salir de ahí como sea. Gritas, te mueves, empiezas a recuperar fuerzas porque tu niño se arrodilla a tu lado, me acaricia, me mira con esos ojitos, alimenta mi corazón de esperanza. Es mi niño, mi cachorrito de león, me da fuerzas, tengo que sacar ese coraje. Al cabo del tiempo mi niño consigue desenterrar una mano y con fuerza intento salir. Pido auxilio, es el momento del juicio de enfrentarme a la oscuridad al otro monstruo de la historia. La sociedad me mira con incredulidad, sigo estirando mi mano pidiendo ayuda y lo más sorprendente en ese momento es que me pisan una y otra vez. No me lo podía creer, pero el monstruo sigue ahí, riéndose de mí, viendo como efectivamente tiene a todos engatusados con sus influencias y su poder como abogado matrimonial no va a dejar que me salga con la mía. El monstruo es devastador pero la sociedad con respecto a este tema es aterradora, estamos muy atrasados desgraciadamente el machismo y el abuso de algunas mujeres no ayudan en absoluto.

Empiezo a salir y me siento la mano izquierda ensangrentada y pisoteada por la Sociedad, no me lo podía creer, cómo me está pasando esto a mí, no quiero ni pensar cómo deben de tratar a muchas otras mujeres, es aterrador. Afortunadamente aparecen personas de la nada, ángeles como me gusta llamarlos personas de luz que salen de la oscuridad. Que vienen y te cogen de la mano y te empiezan a curar esas heridas, cómo duele Dios mío. No sé qué es peor en estos momentos. Pero mi niño sigue ahí con sus manitas desenterrándome un poquito cada día, alimentando mi corazón.

Ahora son más las personas que me ven y que se agachan conmigo y quieren ayudarme a salir. Está mi hermana del alma, que con todas sus fuerzas empieza a desenterrarme la mano derecha. Cuánto ha sufrido mi hermana estos 7 años conmigo, se tuvo que venir a vivir conmigo por miedo a que el monstruo no me volviera a coger del cuello para estrangularme como la última vez. Hasta mi madre que la pobre también me alimentaba con su amor incondicional y me consolaba mientras los demás seguían desenterrándome. Mi padre que con todas sus fuerzas y con lo malito que estaba, sigue desenterrándome y ya casi se me ve la cintura. Entonces es cuando mis amigas mis niñas y mis amigos, me sujetan por las dos manos por los brazos. Todos ellos estiran de mi cuerpo para ayudarme a salir, son muchas las personas que me están ayudando a salir, pero a su vez me están haciendo daño al estirarme para salir del agujero. Pero yo quiero salir, y los veo a todos como ponen todo su corazón por ayudarme, y no puedo salir de este agujero. Ahí sigue el monstruo viendo desde lo lejos como mis seres queridos me ayudan, como personas que me aprecian me están ayudando a salir del agujero donde él me enterró viva. Aparecen esas personas de luz y nos ayudan nos piden paciencia porque solo se me ve la cintura y al estirarme me están haciendo daño. Han conseguido que se me vean las caderas, pero ellos ya no pueden seguir ayudándome. Tengo que desenterrarme yo sola y salir por mi propio pie. Tengo que ser capaz de dejar de ver al monstruo y sentir ningún tipo de emoción ni buena ni mala. Ya pasó todo, era lo que tenía que pasar, aprende de ello, y sigue viviendo. Por fin dejé de ver al monstruo por fin dejé de temblar al tenerlo al lado, por fin dejé de sentir lástima de mí misma. Y lo único que quería era desenterrar mis piernas las dos de golpe, quería salir corriendo ya. De nuevo mis ángeles, esas personas iluminadas me pidieron paciencia, primero una pierna y luego la otra, no malgastes tus fuerzas, y continúa adelante. Y así lo hice jamás me rendí, primero saqué una pierna y luego la otra. Cuando quise salir corriendo, ya no sabía caminar mis piernas no me respondían, caí de cara contra la tierra abatida, llorando maldiciendo la tierra golpeándola con rabia, mi cuerpo no me respondía.

Tranquila levanta la cabeza y mira a tu alrededor, estamos todos aquí a tu lado. Estaba mi niño mi hermana mis padres mis mejores amigas y amigos y esas personas de luz que había conocido durante estos siete años de tortura. Sentí una paz interior, de perdón, de volver a empezar de renacimiento tanto espiritual, emocional, mental, físico y económico. Solo puedo dar las gracias a todas las personas que me han ayudado en este proceso. Mil

millones de gracias. Gracias por creer en mí, gracias por ayudarme, por escucharme, por darme fuerzas por darme cobijo, por asesorarme, por iluminarme por quererme, gracias infinitas. Por fin conseguí el contacto cero en todos los sentidos. Pedir ayuda no es de débiles ahora lo sé. Sí, es posible salir de una situación de malos tratos. Los psicópatas narcisistas no tienen sexo, son monstruos disfrazados de hombres o mujeres.

Yo soy una persona libre, valiente, fuerte, apasionada, y empoderada.