

**P. Miguel Ángel Fuentes, IVE**

**CARTA A UNA  
PERSONA QUE FUE  
ABUSADA**

## PEDIDO DE AYUDA

*Estimado Padre<sup>1</sup>:*

*Animada por una amiga que me estima mucho, me atrevo a escribirle esta carta. Por muchas razones estoy sobrellevando una tristeza que a veces juzgo infinita.*

*Por muchas razones siempre pensé que mi historia era totalmente singular, y que por eso nadie podría comprenderme; de ahí mi cerrazón a hablar de estos temas. Desde hace un tiempo, sin embargo, también yo me he animado a pedir ayuda.*

*Para no hacerle largo el asunto, le diré que tengo ahora veintisiete años. Fui abusada cuando tenía seis años y esto se repitió muchas veces hasta que cumplí los once. Los que abusaron de mí estaban muy cerca mío porque fueron dos primos mayores que yo y en alguna oportunidad también lo hizo un tío. Creo que tengo algo o mucho de culpa (no puedo decir cuánto) porque cuando me hacían eso yo no reaccionaba; lloraba y me quedaba paralizada. Supongo que como reaccioné así la primera vez, también las demás veces actué igual. A medida que crecía me reprochaba el no hacer algo como gritar, correr o lo que sea; pero cuando sucedía no sabía cómo actuar.*

*Esto me ha hecho sentir toda la vida como una persona sucia, que no tiene ningún valor, un trapo de piso que todos usan y pisotean. Y si sucede así, será por algo.*

---

<sup>1</sup> Esta carta sintetiza varias de tenor semejante; al mezclarlas, aunque conservando los elementos sustanciales que aparecen en todas, trato de que todos los que me han escrito sientan reflejado su problema.

*Con el correr del tiempo mis sentimientos se fueron haciendo más agudos y se combinaron con tristezas; también he sufrido un poco de anorexia, aunque fue leve y ya pasó.*

*En una oportunidad, cuando tenía dieciséis años y estaba en el baño de mi colegio, una compañera, de modo sorpresivo, me acarició y me insinuó cosas muy fuertes. Yo quedé helada y no supe qué hacer; más bien no hice nada, porque todo me hizo recordar lo que había pasado cuando niña. Pero esa pasividad me trajo luego pensamientos de que quizá yo era lesbiana. De hecho, a pesar de que me asusté, sentí menos horror que cuando mis primos hacían lo mismo conmigo. Desde ese momento y por varios años me atormentó la idea de que quizá yo era "distinta", que atraía a las mujeres, y que por tanto tenía una enfermedad. Esto me hizo ser muy curiosa con mis amigas, sin que ellas lo supieran.*

*Debo decirle que todo esto me ha acarreado un vicio que llevo desde la adolescencia y que me humilla y atormenta. Estoy esclavizada por el pecado de la impureza del que no me puedo librar.*

*Padre, no sé qué hacer con todos mis sentimientos negativos: temo a Dios, siento rencor por mis padres porque no me defendieron cuando era pequeña, odio a los varones a quienes veo como animales en su manera de pensar y de obrar y que me recuerdan a los que me usaron, temo a las mujeres porque no sé cómo manejar mis sentimientos, no encuentro ningún sentido a la vida así como la estoy llevando. Y ya las fuerzas se me agotan. Cuatro años y medio de psicólogos me han ayudado poco y no he podido remontar mi amargura.*

*Me gustaría recibir unas líneas tuyas para encontrar un poco más de luz en estas tinieblas que*

*rondan mi vida. Agradezco a Dios por sus servidores fieles. Lo saludo atentamente.*

*Ana.*

## MI RESPUESTA...

### LA TRISTEZA INFINITA

Querida Ana:

En tu carta me dices: *“Por muchas razones estoy sobrellevando una tristeza que a veces juzgo infinita”*.

Fuera de Dios nada hay infinito; los afectos que podemos experimentar los seres humanos en nuestra vida terrena siempre tienen una medida, aunque ésta sea muy grande, tanto en el gozo como en el dolor. Pero no me extraña que te parezcan inmensos. Hay dolores que nos abruman y parecen olas gigantescas que se levantan para volcarse sobre nosotros y tragarnos.

Por todo lo que describes en tu carta no me extraña que estés experimentando emociones sumamente dolorosas; entre estas la tristeza, la soledad y el sentimiento de abandono son las más difíciles de sobrellevar. Santo Tomás reconocía, hace más de siete siglos, que la tristeza es una de las pasiones más “pasiones”, es decir, en las que más se vive la impresión de padecimiento: arrasa el alma y arrastra hacia abajo.

La tristeza es una especie de estrechamiento del corazón que produce tremendos efectos dañinos. El poeta Leopoldo Marechal dejó escrito: “la tristeza es el juego más tramposo del diablo”. Por causa de ella se nos hace muy difícil y hasta imposible la oración, el trabajo espiritual y material, nos aquejan males físicos, y hasta podemos terminar, en casos extremos, víctimas de la locura y de la muerte.

Por eso tenemos la obligación de combatirla con todas nuestras fuerzas, sin desfallecer, con valentía y determinación. Y cuando no nos alcanzan las razones puramente humanas, debemos servirnos de las divinas y especialmente del ejemplo de Nuestra Señora la Virgen María, como decía san Juan de Ávila en carta a una noble matrona sumida en lúgubres pensamientos: “Despierte, señora, y abra sus ojos y mire a la más Santa de las santas y más atribulada que todas las santas y no santas [*la Virgen María*], cómo, estando su Hijo colgado en un palo y crucificado con duros clavos, ella estaba al pie de la cruz. Lo cual quiso el Espíritu Santo que supiésemos nosotros, porque en la manera de estar el cuerpo de fuera viésemos cuán en pie está, en trance tan recio, su corazón en lo de dentro”<sup>2</sup>.

Espero que con las líneas que siguen pueda darte alguna luz para esta importante lucha que tienes entre manos.

## **TOMAR EL TORO POR LAS ASTAS**

Casi al final de tu carta me haces saber que: *“Cuatro años y medio de psicólogos, me han ayudado poco y no he podido remontar mi amargura”*.

Los psicólogos no son dentistas. Si acudimos a que nos arreglen los dientes, abrimos la boca y dejamos que el especialista obre según su ciencia; nuestra actitud es completamente pasiva y mientras menos intentemos hacer, mejor; salvo, claro está, controlar nuestros nervios mientras suena el torno.

---

<sup>2</sup> San Juan de Ávila, *Carta 28*, en *Obras completas*, T. V, pp. 197-199.

Pero el psicólogo, y más todavía el director espiritual, trabajan sobre nuestra libertad, lo que quiere decir que en realidad dirigen o colaboran con nosotros, que somos los que realmente debemos trabajar. Esto es un principio universal de educación, que ya hizo notar Santo Tomás en su opúsculo *Sobre el maestro*: "... En la adquisición de la ciencia... el que enseña lleva a otro al conocimiento de lo ignorado siguiendo un procedimiento similar al que uno emplea para descubrir por sí mismo lo que ignora"<sup>3</sup>. Dicho de otro modo: el discípulo posee la ciencia, pero de modo potencial; posee los primeros principios, aunque aun no las conclusiones que se derivan de ellos; por eso los agentes extrínsecos que actualizan el conocimiento (maestros y educadores) solo obran subsidiariamente, suministrándole los medios para poner en acto lo que estaba en potencia. Así, la causa eficiente principal del aprendizaje se encuentra en el discípulo mismo, aunque necesite de otra causa, también eficiente pero no principal, para alcanzar la ciencia en acto. La acción del maestro, por tanto, es la de aquél que poseyendo ya un saber, excita al alumno para que este, a su vez, lo adquiera.

Con esto quiero decirte que, aunque te resulte extraño, tienes en ti misma, al menos en germen, los principios fundamentales que solucionan tu problema; algunos de estos principios los has recibido con la luz de tu razón natural; otros con la gracia de la fe. Ahora debes descubrirlos y ponerlos a trabajar, a pesar de lo arduo que pueda parecer. Los que intentamos ayudarte podemos darte una mano, pero no podemos hacer el trabajo en lugar tuyo. He conocido muchas personas que piden ayuda espiritual o psicológica, pero esperan

---

<sup>3</sup> Santo Tomas, *De magistro*, 1.

que todo lo haga aquel a quien piden auxilio. Así no funciona.

Por tanto, debes “tomar el toro por las astas” y tirar de las riendas de tu propio carro. Tienes que determinarte a trabajar tú misma; ya no eres una niña, aunque tengas heridas que se remontan a tu infancia. Tú misma, con la ayuda de Dios, que no te faltará, debes decir “¡basta de llorar y lamentarme!”, y comenzar a manejar tu vida con los principios que de alguna manera ya tienes.

¿Cuántas veces esos psicólogos a los que aludes te habrán repetido los mismos criterios? ¿Cuántas veces, ante las descripciones de ciertos momentos de angustia, bloqueo o perplejidad, te habrán dicho las mismas cosas que habías ya escuchado anteriormente? Y si tienes un director espiritual (y espero que lo tengas), te habrá sucedido con él algo similar. ¿Por qué es así? ¿Tienes mala memoria? ¿Eres poco inteligente para comprender sus explicaciones? Ni una cosa ni la otra. Simplemente llevas tus problemas a otro para que este te repita lo que, en realidad, ya sabes. Con tu dinero puedes hacer lo que quieras, incluso regalárselo a tu psicólogo. Pero no esperes que de ese modo se solucionen tus problemas. Lo que él ya te ha dicho, suponiendo que sea correcto, debes vivirlo, es decir, convertirlo en norma de vida y aplicarlo, una y otra vez, en los momentos difíciles, aunque al principio esto no te parezca suficiente.

Si no obras así, tampoco mis consejos te servirán, porque no tenemos soluciones mágicas para estos dramas, sino principios de vida que hay que encarnar diariamente con mucho esfuerzo.

Tienes suficiente capacidad como para examinar las situaciones de tu vida e iluminarlas con los principios que ya posees; y luego robustece tu voluntad



y obligate a actuar como ya sabes que debes hacerlo sin hacer caso a tus lastimados sentimientos.

## ¿HISTORIAS SINGULARES?

Sigues a continuación: *“Por muchas razones siempre pensé que mi historia era totalmente singular, y que por eso nadie podría comprenderme; de ahí mi cerrazón a hablar de estos temas. Desde hace un tiempo, sin embargo, también yo me he animado a pedir ayuda”.*

Toda historia humana es singular porque somos irrepetibles. Las circunstancias que han configurado la vida de cada uno de nosotros son muy diversas, pero no tanto como para que no nos parezcamos en muchas cosas. En este sentido tu historia no es insólita ni excepcional. Se asemeja a la de tantos otros que han padecido como tú. Los dolores y las humillaciones de Ana, se parecen mucho a los de Juan, a los de María, a los de Pedro y a los de cientos de otros varones y mujeres.

Has experimentado algo bastante común en los niños: ellos piensan que lo que les sucede, si se trata de algo malo, sólo puede pasarles a ellos; en su cabecita no cabe que a otros les ocurra algo tan malo como a ellos. Así, si han cometido un pecado, piensan que son las personas más malas del mundo, si han sufrido algo vergonzoso, creen que son una especie de monstruos. De este modo, se sienten incapaces de ser comprendidos y perdonados, por eso callan y sufren en completa soledad, y a veces esto se prolonga toda la vida. Por eso no debe extrañarnos que, para convivir con esos sentimientos dolorosos, traten de tapparlos de las maneras más impropiedades, incluso negándose a sí

mismos que estos hechos hayan sucedido. Pueden, así, suscitarse verdaderos bloqueos de la memoria, aunque siempre son parciales y esos dolores, miedos y estigmas, reaparecen de diversas formas, quizá en pesadillas o en conductas desordenadas que se van desarrollando con el correr de los tiempos.

Por eso es bueno que hayas podido hablar de esto. Una habitación cerrada por muchos años, aunque esté vacía, termina por oler mal y se vuelve insana. El aire puro y los rayos del sol, especialmente si se trata del Sol sobrenatural y divino, limpia todo miasma.

## **CRÓNICAS DE ABUSOS**

*Me escribes: "Fui abusada cuando tenía seis años y esto se repitió muchas veces hasta que cumplí los once. Los que abusaron de mí estaban muy cerca mío porque fueron dos primos mayores que yo y en alguna oportunidad también lo hizo un tío".*

El abuso infantil, incluso el sexual, como ha sido tu caso, tristemente se ha vuelto una miseria frecuente. Vivimos una cultura profundamente hedonista, lujuriosa y bestial parecida al vicioso mundo en que irrumpió por vez primera la predicación cristiana, del que san Pablo dice que, por sus pecados de idolatría "los entregó Dios a las apetencias de su corazón hasta una impureza tal que deshonraron entre sí sus cuerpos...; los entregó a pasiones infames... y a la estupidez de sus propias mentes... llenos de toda injusticia y perversidad..." (Rm 1, 24.26.28-29).

Los hombres y mujeres que consumen diariamente decenas y hasta cientos de provocaciones sexuales, algunas involuntarias y otras deliberadas, son candidatos a cualquier género de locura. En 1989,

antes de ser ejecutado, Theodor Bundy, un desgraciado violador y asesino serial, se declaró plenamente responsable de sus crímenes, pero también aclaró que mientras él moría, quedaban en libertad quienes lo habían convertido en un monstruo alimentándolo con pornografía desde los doce años de edad. Es cierto que no todos los que viven sexual y afectivamente de modo desordenado terminan por ser violadores; pero sí es cierto que quienes abusan de otros (salvo los casos de enfermos mentales), suelen ser consumidores de pornografía y sexualmente promiscuos. La estudiosa norteamericana Judith Reisman, después de investigar las principales revistas pornográficas publicadas a lo largo de treinta años (*Playboy*, *Penthouse* y *Hustler*), descubrió que, sobre un total de 683 revistas, había niños representados en fotos o dibujos más de 6000 veces, generalmente en un contexto directamente sexual y violento: 1675 veces desnudos o junto a un adulto desnudo; 1225 veces involucrados en algún tipo de actividad genital; 989 veces implicados en actividades sexuales con adultos; 792 veces se trataba de adultos representados como pseudo niños; 592 veces en situaciones violentas; 267 relacionados con animales u objetos. Su conclusión era que esta es la "educación" que se ha estado impartiendo durante décadas a una considerable parte de nuestra sociedad, con el siguiente mensaje: "los niños son seductores y están sedientos de sexo". Por eso, no debe sorprendernos que a tantos niños y adolescentes les suceda algo tan espantoso como lo que relatas en tu carta.

De entre todos los pecados que condena Jesús, de dos singularmente dice cosas tremendas. Uno es la blasfemia contra el Espíritu Santo (cf. Mt 12,32), que consiste en poner deliberadamente obstáculos a la acción de Dios para salvar las almas. El segundo es el

escándalo de los pequeños (cf. Mt 18,6), pecado que si bien es más amplio de cuanto te ha sucedido a ti, también implica lo que tú has padecido. Tú sabes bien lo que Jesús dice respecto de estos pecadores: “más le valiera que le cuelguen al cuello una de esas piedras de molino que mueven los asnos, y lo hundan en lo profundo del mar”. Tremendas palabras en boca de la Misericordia encarnada.

Muchos niños sufren violencia en nuestros días. Y a los daños de la violencia carnal, que de por sí son tan difíciles de sanar, hay que sumar otras consecuencias y heridas. En tu carta, mencionas algunas de esas secuelas.

La masa de dolor que estos pecados ponen sobre las espaldas de los inocentes se parece mucho a la cruz que entre todos hemos cargado sobre los hombros de Jesús.

Y al igual que en tu caso, un número enorme de estos abusos tiene lugar dentro de la propia familia, realizado o por los propios hermanos, primos, tíos, o, en algunos casos más monstruosos y excepcionales, incluso de parte de los propios padres. Con la destrucción del matrimonio y como resultado de sucesivas uniones en las que se convive con padrastros, hermanastros y otros parentescos similares, este fenómeno ha aumentado. Hay muchos especialistas que afirman con toda claridad que la mayoría de las violaciones de menores son fenómenos que se dan dentro de la propia familia. Es indudable que cuando sucede de parte de quienes un niño esperaría lógicamente amor y protección, el daño es mayor, porque no sólo se lesiona su sexualidad sino la confianza en quienes debería amar y a quienes tendría que acudir para que lo ayuden. En tales casos, el aislamiento, la soledad y la desesperación es increíblemente profunda.

De ahí que te entienda perfectamente y te ofrezca mi compasión.

## **ABUSO Y CULPABILIDAD**

*Luego continúas diciendo: "Creo que tengo algo o mucho de culpa (no puedo decir cuánto) porque cuando me hacían eso yo no reaccionaba; lloraba y me quedaba paralizada. Supongo que como reaccioné así la primera vez, también las demás veces actué igual. A medida que crecía me reprochaba el no hacer algo como gritar, correr o lo que sea; pero cuando sucedía no sabía cómo actuar".*

En esto te equivocas, y tu error es la fuente de tu angustia y de la imagen engañada que te has forjado de ti misma.

Para ser culpable de una acción es necesario que entendamos la gravedad de la misma y que, siendo capaces de evitarla, en lugar de impedirla, la aceptemos. Sin estos elementos no puede haber ningún pecado, pues para que exista un pecado tiene que haber una acción objetivamente grave, conocimiento de la gravedad y voluntad de realizar a pesar de saber que ofende a Dios. En un niño pequeño que sufre violencia de parte de un adulto o de alguien mayor que él, con muchísima frecuencia no se cumple la última condición. Tú misma lo dices: quedabas paralizada. El miedo, el desconcierto y la vergüenza, cuando tienen una particular intensidad, pueden producir este efecto. Solemos decirlo en ciertas metáforas: "se me paralizó el corazón", "me quedé mudo", "no supe qué hacer", "las piernas no me respondían", "se me ahogó el grito en la garganta", etc.

Pero si estas personas son conscientes de lo que está ocurriendo, pueden confundir el *conocimiento* de lo que está sucediendo con la *libertad* de hacerlo. Creen que han sido culpables de una acción que ellos ni quisieron ni hicieron sino que padecieron contra su voluntad.

“¡Pero no huí, ni grité ni pedí ayuda!” ¿Podías? Estoy seguro que me responderás, como ya lo han hecho otros: “No lo sé. Pasó hace tanto tiempo que tengo todo muy confuso. Era muy pequeña y no sé si entendía todo lo que pasaba. Sólo sabía que era malo”. Esta misma neblina que envuelve tus recuerdos demuestra que no hubo ni pudo haber total complacencia de tu parte. Si tú hubieras actuado libremente el recuerdo no podría ser tan traumático como lo es en este momento, y no hubiera dejado las heridas que dejó. Tus traumas no se deben a que fuiste abandonada, como una amante engañada, después de un mal amor, sino a que fuiste forzada a hacer lo que no querías. El mismo horror con que recuerdas estos episodios sólo se explica porque los viviste como una víctima, y no como un cómplice.

Y si te pregunto: ¿y qué hubieras querido hacer cuanto te estaba pasando eso?, probablemente me digas: “¡huir o morirme!” Esto demuestra que no tuviste participación activa en ese hecho.

El que la situación se haya repetido otras veces no significa que hayas consentido en alguna de ellas. Puedes, quizá, haber sido imprudente, zonza para estar donde no debías estar, curiosa, etc., pero esto no quiere decir que hayas querido lo que te sucedió. Son cosas distintas y no hay que mezclarlas.

De todos modos, déjame decirte, por las dudas que estas líneas lleguen a otras manos cuyos

problemas no hayan sido tan involuntarios como los tuyos, que incluso cuando hubiera habido alguna culpabilidad de parte de la persona abusada (por ejemplo, si por imprudencia se quedó a solas con una persona con quien le habían prohibido estar, o aceptó jugar juegos peligrosos a sabiendas, o cualquier otra situación semejante, que luego, por los motivos que sea, terminaron haciéndole padecer una acción violenta), hay que distinguir lo que tenga de culpa por su curiosidad, imprudencia y necedad, de cuanto sucedió luego contra su voluntad. De lo primero deberá pedir perdón a Dios, porque obró mal; pero de lo segundo no, porque ni lo buscó, ni previó que pudiera terminar así.

Volviendo a tu caso, quien pecó no fuiste tú, sino los que abusaron de ti.

## **DESVALORIZACIÓN**

Tú señalas muy bien una consecuencia general en estos casos: *“Esto me ha hecho sentir toda la vida como una persona sucia, que no tiene ningún valor, un trapo de piso que todos usan y pisotean. Y si sucede así, será por algo”*.

Si alguien tiene que sentirse sucio es quien obra el mal, no el que lo recibe. Más aún, Jesús se identificó con todos los que padecen un mal injusto al cargar no sólo nuestros pecados sino también nuestras dolencias. Y san Pedro dejó escrito: “bella cosa es tolerar penas, por consideración a Dios, cuando se sufre injustamente” (1Pe 2,19).

Dios ama a quien sufre y nadie como Él valora el dolor del inocente.

A los ojos de Dios, como muchas otras personas, tú has sido una víctima inocente en la que otros han descargado su crueldad y cinismo. En esto Dios Padre te asocia a Jesús camino al Calvario, como hizo con Simón el Cireneo.

No es cierto que “si sucede así, será por algo”, en el sentido que tú das a estas palabras. No es porque tú seas despreciable y por que merezcas este castigo. Nadie sufrió como Jesús y, sin embargo, Él es el Cordero inocente. Si Dios permite que algunas personas padezcan grandes sufrimientos y humillaciones no siempre es por sus propios pecados.

Indudablemente hay una relación entre el sufrimiento y el pecado, pero esta relación se da entre el sufrimiento en general y el pecado en general. Me explico: los sufrimientos de todos los seres humanos son consecuencia del pecado original de nuestros primeros padres, Adán y Eva; esto lo enseña san Pablo: “por un solo hombre entró el pecado en el mundo y por el pecado la muerte” (Rm 5,12). Pero fuera de esta relación tan general no puede establecerse una correlación entre padecimientos y pecados particulares, en el sentido de que tú sufres este cáncer o esta enfermedad mental porque tú has cometido tal o cual pecado o porque alguien entre tus antecesores lo mereció para sus descendientes. Antiguamente algunos pensaba así, incluso entre los discípulos de Cristo antes que Este les explicara el verdadero estado de las cosas. Por eso, en una oportunidad, viendo a un ciego de nacimiento, le preguntaron a Jesús: “Maestro, ¿quién pecó, él o sus padres, para que haya nacido ciego?”; a lo que respondió Jesús: “Ni él pecó ni sus padres; es para que se manifiesten en él las obras de Dios” (Jn 9,2-3). La obra de Dios a que se refería Jesús era el milagro que estaba por hacer sobre el ciego



devolviéndole la vista. Otras veces no se trata de un milagro físico, sino de una conversión, de una gracia particular que tiene destinada a esa persona, o de otras cosas que sólo Dios sabe en cada caso.

Es cierto, pues, que si te ha pasado esto “por algo será”, pero no en el sentido de que ese “algo” son tus propios pecados o porque “no vales nada” o “no eres digna de ser amada”, sino que Dios tiene una misión para ti, una vocación singular para la cual debes parecerte en algo a Jesús crucificado.

A los ojos de Dios vales, pues, mucho. Te puedes aplicar a ti las hermosas palabras que Dios dirige a su pueblo: “Mira, en las palmas de mis manos te tengo tatuada, estás ante mí perpetuamente” (Is 49,16).

## **CONSECUENCIAS**

Luego escribes: *“Con el correr del tiempo mis sentimientos se fueron haciendo más agudos y se combinaron con tristezas; también he sufrido un poco de anorexia, aunque fue leve y ya pasó”.*

En general este tipo de dramas acarrea muchas secuelas negativas; no son siempre las mismas en todas las personas. Las que tú mencionas son comunes: tristezas, melancolías, agudizarse de los sentimientos; incluso problemas físicos, como la anorexia a la que aludes.

Los más dolorosos son los temores y los trastornos mentales que no se verifican en todos los casos, pero pueden ocurrir. Quienes abusan de otros se hacen reos, así, no sólo de la violencia carnal que ejecutan en un momento pasajero, sino de ese río de dolores y males que comienza a manar con su pecado y

sigue corriendo a veces durante años, y en algunos casos toda la vida.

A veces también se desatan consecuencias que afectan a los comportamientos sexuales de la persona. Tú mencionas uno más adelante, al decir: *“Debo decirle que todo esto me ha acarreado un vicio que llevo desde la adolescencia y que me humilla y atormenta. Estoy esclavizada por el pecado de la impureza del que no me puedo librar”*.

Efectivamente, si bien no ocurre en todos los casos, algunas personas que han sido sexualmente abusadas en la infancia desarrollan, con el correr del tiempo, algún comportamiento sexual inadecuado. Puede ser, como en tu caso, el hábito de la masturbación; a veces otros más graves como relaciones sexuales degradantes. Muchas personas que padecen adicción al sexo han sufrido agresiones sexuales cuando niños, aunque hay que dejar bien claro que no hay un nexo necesario entre ambas cosas; por el contrario, otras personas que han sido abusadas, incluso repetidamente, no desarrollan más tarde ninguno de estos vicios.

En general existen distintas explicaciones de este fenómeno. Algunos vicios, como la masturbación, pueden surgir por temor a establecer una verdadera relación de intimidad en la vida matrimonial, para la cual estas personas se sienten inseguras; en otros casos, el recuerdo obsesivo de lo que les sucedió los empuja a cierto desenfreno sexual; otros canalizan de esta manera sus angustias, del mismo modo que algunas personas se dan a la bebida o a la droga; también puede suceder, en situaciones más extremas, que una persona que ha sufrido una violación en la infancia, sienta una morbosa curiosidad por saber qué atrajo a quienes se ensañaron con ella, terminando por

hacer, ella misma, un daño semejante a otras personas inocentes. Vuelvo a repetirte que esto no se da en todos los casos, pero hay que reconocer que sucede algunas veces.

A menudo lo que tenemos es una conducta autoagresiva. En efecto, todo acto contra la castidad implica una autohumillación. Dice san Pablo: "todo otro pecado que hiciere el hombre, fuera del cuerpo queda"; es decir, siendo una ofensa, injuria a otra cosa o a otro hombre; "pero quien fornicar, peca contra su propio cuerpo" (1Co 6,18). Por eso estos actos a veces se realizan con cierta compulsión y acarrear, como consecuencia, sentimientos de culpa, de suciedad y de pesadumbre, que aumentan el vacío interior.

Vuelvo a repetirte lo dicho más arriba: debes tomar el toro por las astas y no dejarte arrastrar por tu dolor y tristeza. Es hora de levantarte y de luchar con toda firmeza; y para esto se comienza con una gran determinación de la voluntad.

Sean cuales fueren las causas de tus malos sentimientos y de las conductas desordenadas que hayas adquirido, puedes corregirlas con la ayuda de Dios y la fuerza de tu voluntad, sanada por la gracia y fortalecida por los sacramentos. Puedes volver a ser dueña de ti; pero para esto debes comenzar por sentir correctamente de ti o, al menos, por no aceptar pasivamente los malos sentimientos que te asaltan sobre el valor de tu persona.

No te pido que no tengas estos pensamientos negativos, pues, a menudo, no depende de ti el que te vengan a la cabeza; pero sí te pido que no te detengas en ellos, y que no los alimentes con tus llantos y amarguras. Oponles principios nacidos de la fe: "esto no es así, porque Dios es Padre amoroso; y si me nace el pensar así, debo reconocer mi equivocación".

## LAS CONCLUSIONES EQUIVOCADAS

No me extraña tampoco cuando indicas, a propósito de ese episodio ocurrido con una compañera que se aprovechó de ti: *“desde ese momento y por varios años me atormentó la idea de que quizá yo era «distinta», que atraía a las mujeres, y que por tanto tenía una enfermedad. Esto me hizo ser muy curiosa con mis amigas, sin que ellas lo supieran”*.

A esto lo llaman *pseudo homosexualidad* o *pseudo lesbianismo*. El niño o la niña que ha sufrido un abuso, no puede explicar por qué le ha sucedido eso a él o a ella. ¡Pero quiere encontrar una explicación! Lamentablemente muchas de las que ensayará son las más equivocadas. Ya mencionamos una más arriba: porque te lo merecías; o porque eres mala, etc.

Aquí tienes otra: porque eres “rara”, o “distinta”. Te viene a la cabeza pensar: “si un adulto te ha manoseado y te ha hecho daño sexualmente, entonces es que no te ve como una niña o como una mujer normal”. “Si fueras una mujercita normal te respetaría, esperaría a que crezcas y suplicaría tu amor respetando tu libertad y pidiéndote que te cases con él. Si, en cambio, se abalanza sobre ti como un bruto es porque no vales la pena de ser amada...”

¡No puedes imaginarte cuántos niños y niñas, adolescentes y jovencitos han pensado de esta misma manera! ¡Y tampoco puedes imaginar cuántos son los que, por culpa de estos desatinados razonamientos, han concluido que ellos son “distintos” de los demás. De ahí a sentirse aislados y encapsulados en sí mismos solo hay un paso. Y del pensar que ellos sólo pueden esperar cierto cariño de otras personas “raras” como ellas, tampoco hay mucha distancia. Y de ahí no se

tarda mucho en pensar que esta "rareza" es un signo de que son homosexuales.

En otros casos, especialmente en las niñas y jovencitas, el motivo es levemente diverso; sencillamente la violación despierta aversión hacia el sexo opuesto, que es visto como agresivo y mutilador. En cambio la relación con otra mujer puede llegar a ser experimentada más delicada, comprensiva y afectiva. Al menos parecería que en este tipo de relaciones la otra persona no se va a servir de la fuerza bruta para dañar.

¡Cuántas historias de homosexualidad y lesbianismo hunden sus raíces en abusos sexuales sufridos en la infancia y nunca digeridos correctamente!

No puedo hacer un juicio acertado de la joven que procedió tan mal contigo; ignoro su historia y los motivos que la llevaron a actuar así. Dejemos eso para que lo juzgue Dios, a quien pedimos que la perdone. Pero su pecado no implica nada respecto de ti. Si ella se sintió atraída por ti, no quiere decir que tú seas rara, sino que ella tenía un problema muy serio. Y no quiere decir que lo tengas también tú.

Evita los razonamientos ilógicos.

## **UNA VIDA EN NEGATIVO**

*"Padre, no sé qué hacer con todos mis sentimientos negativos".*

¡Cárgalos sobre las espaldas de Jesús! ¡Ponlos dentro de su Corazón! Él te dice: "Venid a mí todos los que estáis fatigados y agobiados, y yo os aliviare" (Mt 11,28).

Todo en la vida tiene sentido. Pero debemos buscar ese sentido.

Ignoramos por qué Dios permite ciertas cosas, pero sabemos con plena y absoluta certeza, porque está revelado, que “todo sucede para el bien de los que Dios ama” (Rm 8,28). Tú me objetarás: “¿pero qué bien puede ser para mí lo que me sucedió?” No es fácil responder a tu pregunta, pero toda respuesta que se intente debe partir de la fe. El escritor judío Élie Wiesel, escribe en su novela “La Noche”, relatando la ejecución de un niño en un campo de concentración durante la Segunda Guerra Mundial:

“¿Dónde está el buen Dios, dónde? —preguntó alguien detrás de mí... Al cabo de más de media hora (el niño) seguía colgado, luchando entre la vida y la muerte, agonizando bajo nuestra mirada. Y tuvimos que mirarle a la cara. Cuando pasé frente a él seguía todavía vivo. Su lengua seguía roja, y su mirada no se había extinguido. Escuché al mismo hombre detrás de mí: — ¿Dónde está Dios?”.

Y el escritor añade: “En mi interior escuche una voz que respondía: ¿Dónde está? Pues aquí, aquí colgado, en esta horca”.

El sufrimiento del inocente es un misterio muy profundo y tremendo. Angustia a todo ser humano porque nuestras respuestas son siempre imperfectas.

Pero sabemos algunas cosas importantes.

La primera la enseña san Agustín: “el Dios todopoderoso... por ser soberanamente bueno, no permitiría jamás que en sus obras existiera algún mal, si Él no fuera suficientemente poderoso y bueno para hacer surgir un bien del mismo mal”. José, vendido como esclavo por sus propios hermanos, les dice, al

encontrarlos años más tarde: “No fuisteis vosotros los que me enviasteis acá, sino Dios... Aunque vosotros pensasteis hacerme daño, Dios lo pensó para bien, para hacer sobrevivir... un pueblo numeroso” (Gn 45,8; 50, 20). Y santo Tomás Moro, escribía a su hija poco antes de su martirio: “Nada puede pasarme que Dios no quiera. Y todo lo que Él quiere, por muy malo que nos parezca, es en realidad lo mejor”.

Dios es el Señor del mundo y de la historia, pero no siempre podemos entender los caminos de su providencia. Sólo al final de la historia, cuando veamos a Dios cara a cara (1Co 13,12), entenderemos los caminos por los cuales, incluso a través de los dramas del mal y del pecado, Dios nos habrá conducido hasta Él.

La segunda verdad fundamental nos la enseña el mismo Jesús: “En verdad os digo que cuanto hicisteis a unos de estos hermanos míos más pequeños, a mí me lo hicisteis” (Mt 25,40). Esto no sólo vale para quienes hacen el bien a los demás, sino que se aplica análogamente a los que hacen el mal. Recuerda la frase de Wiesel: Dios estaba allí sufriendo en ese niño colgado. En tu dolor y en tu humillación, los que te hicieron daño humillaron e hirieron al mismo Jesús que estaba, durante tus tribulaciones, dentro de tu corazón.

Sí, debes buscar y encontrar el sentido de tu dolor a la luz de Jesús crucificado. Él es el Inocente y helo allí clavado en una cruz que no es sólo una masa inmensurable de dolor físico, sino de incalculable vergüenza y humillación, porque muere desnudo, escupido, rechazado, burlado, condenado como criminal, maldecido y hecho oprobio para su propio pueblo: “los que me ven dan vuelta la cabeza” (Sal 22,7).

Decía la Madre Teresa de Calcuta: “Jamás el dolor estará ausente por completo de nuestras vidas. Si lo aceptamos con fe, se nos brinda la oportunidad de compartir la Pasión de Jesús y de demostrarle nuestro amor. Un día fui a visitar a una mujer que tenía un cáncer terminal. Su dolor era enorme. Le dije: esto no es otra cosa que un beso de Jesús, una señal de que está usted tan próxima a Él en la cruz que le resulta fácil darle un beso. Ella juntó las manos y dijo: Madre, pídale a Jesús que no deje de besarme”.

## **DIOS**

También escribes: *“Temo a Dios”*.

Hay un temor sano y otro enfermo. Sano es el “filial”: el temor de ofender a un Dios que amamos. Éste nace de la caridad, o mejor aun, es una cara del amor. Siempre que verdaderamente amamos a alguien, tememos hacerle daño u ofenderlo. También hay otro saludable temor, que está en el comienzo de la salvación del alma: es el prudente temor de ser juzgados por Dios y ser “hallados falto de peso” (Dan 5,27).

Pero hay un temor que no es bueno y que deshonra a Dios: el que nace del mal miedo. Miedo malo es el que se funda en un concepto equivocado de Dios. “Dios es Juez”; es cierto, pero ¿es solamente juez? ¿No es también infinitamente misericordioso?

¿Quién ha dicho lo que sigue?: “No me complazco en la muerte del pecador sino en que se convierta y viva” (Ez 18,32); “A todo aquel que se venga a Mí no lo echaré fuera” (Jn 6,37); “Venid, hagamos cuentas, dice Yavé; aunque vuestros pecados fuesen como la grana, los dejaré más blancos que la



nieve; aunque fuesen rojos como la púrpura, quedarán blancos como la lana" (Is 1,18). ¡Son todas palabras de Dios!

Tienes que cambiar la idea que te has forjado sobre Dios.

Dios es Padre. ¿Has leído los evangelios? Seguramente que sí. Si yo te preguntara de qué habla Jesús con más frecuencia, ¿qué responderías? ¿Sabes que Jesús habló de su Padre celestial una y otra vez, como si fuese este el misterio principal que venía a revelar? ¡Tanto habló de Él que uno de sus discípulos, durante la Última Cena se atrevió a decirle: "Señor, muéstranos al Padre, y nos damos por satisfechos"!

No puedo explicarte en pocas líneas este misterio de la paternidad divina, pero al menos déjame decirte que se relaciona plenamente con el misterio del amor divino, de la providencia, de la redención, de la creación de nuestra alma, de nuestro feliz destino eterno y sobrenatural. Dios Padre nos ha creado por amor, por amor nos ha entregado a su propio Hijo, por amor nos ha redimido, por amor derrama en nosotros su Espíritu Santo para que nos enseñe a rezar como hijos haciéndonos exclamar *¡Abbá – Padre!*, por amor nos ha dado una Madre celestial, por amor nos ha engendrado en el seno de la Iglesia, por amor nos nutre con el cuerpo de su Hijo, por amor nos da vida por la sangre de Jesús, por amor nos ofrece su perdón, por amor nos defiende del demonio acusador, por amor nos quiere hacer entrar en los misterios de su Corazón y por amor nos prepara un futuro de felicidad sin fin.

Lee los evangelios, y encontrarás el Rostro de tu Padre. Ámalo.

## ODIOS Y TEMORES

*Dices: "Siento rencor por mis padres porque no me defendieron cuando era pequeña. Odio a los varones a quienes veo como animales en su manera de pensar y de obrar y que me recuerdan a los que me usaron, temo a las mujeres porque no sé cómo manejar mis sentimientos, no encuentro ningún sentido a la vida así como la estoy llevando. Y ya las fuerzas se me agotan".*

Estás llena de heridas que se traducen en miedos, rencores y huidas. Y hay un solo remedio para todo esto: el perdón.

Sólo el perdón restaña las llagas. El odio nos mutila, el miedo nos muerde, el rencor muerde al mismo que experimenta el resentimiento. Debes perdonar como Jesús perdonó a quienes le hicieron mal, entre quienes también nos hemos contado tú y yo.

Eres inocente de lo que ocurrió en el pasado; pero si no haces el esfuerzo de perdonar, te convertirás, ahora sí, en tu propio verdugo. Porque el rencor y el deseo de venganza son las verdaderas cuchilladas que cercenan la vida del alma.

Perdonar no quiere decir justificar a quienes te hicieron sufrir. Ni llamar bien al mal. Ni pensar que se preocuparon de ti, quienes no cuidaron de ti; ni imaginar que los que abusaron de tu confianza eran pobres ignorantes. Hay que llamar al pan, pan; y al vino, vino. Perdonar significa no desear el mal a quienes nos han hecho el mal; rezar por los que nos persiguen, tratar de no obsesionarnos con nuestros dolorosos recuerdos.

Cuando esto se vuelve humanamente muy difícil, siempre tenemos la ayuda de Dios, el Gran Perdonador.

El camino del perdón es largo, pero es el único que sana el alma. Sin perdón no existe salud del alma, ni terapia del corazón, ni reposo de los afectos. Este camino es una ascensión; y su meta la más importante de las cumbres que estamos llamados a conquistar en la vida.

Se perdona rezando, imitando a Jesucristo, mirando a los santos, viendo cómo Dios Padre sabe sacar bienes de todos los males, al menos bienes espirituales y eternos. Pide la gracia de perdonar del mismo modo que Dios nos perdona a nosotros una y otra vez.

## **¿TE VA A SERVIR ESTO QUE ESCRIBO?**

Depende de lo que esperes.

¿Quieres una solución mágica? No es lo que te ofrezco.

¿Quieres un camino en el que tengas que dar una sola batalla tras la cual encuentres una paz definitiva? Esto no existe en la realidad.

Los sentimientos que tienes ahora pueden acompañarte todavía mucho tiempo. Algunas personas conviven con ellos toda la vida. Pero sabes ya cómo debes pensar y actuar. Ahora es tu turno.

Si tus recuerdos dolorosos vuelven, debes pararte frente a ellos con determinación y decirte a ti misma: "¡Son solo pesadillas! ¡Esa no es la realidad!"

Si te asaltan tus sentimientos de desvalorización debes repetir una y otra vez: "¡Soy hija de Dios!, ¡he sido redimida por Jesucristo!, ¡Jesús derramó su sangre por mí y lo volvería a hacer cuantas veces fuere necesario!, ¡Dios me lleva grabada en su Corazón!" Estos no son pensamientos piadosos, sino la verdad teológica que describe lo que eres.

Si te acometen deseos de llorar, desvía la atención de tus negros pensamientos, distráete en otra cosa, cuenta las baldosas de tu habitación, observa el comportamiento de las hormigas, estudia la vida de las abejas o los pétalos de una rosa. Es decir, cambia la atención de tu mente a algo diverso, y no vuelvas a tus pensamientos dañinos.

## **LUZ EN LAS TINIEBLAS**

*“Me gustaría recibir unas líneas tuyas para encontrar un poco más de luz en estas tinieblas que rondan mi vida”.*

Toda vida humana transita entre la luz y las tinieblas. Mejor aún: iluminando las tinieblas del mundo. Ser cristianos es ser luz. Encontrarás la luz si te buscas a ti misma no en ti misma sino en Dios. Sólo podemos entender lo que somos, lo que Dios quiere de nosotros, lo que Dios permite que padezcamos, a la luz de Jesucristo. En Él, y especialmente en su Pasión y Resurrección, se esclarecen todos nuestros misterios.

A Él te encomiendo con todo mi corazón.

P. Miguel