

DOLER ES UN LOGRO COLECTIVO

Terapia narrativa de la dignidad para responder al
«trauma»

Ítalo Latorre-Gentoso

DOLER ES UN LOGRO COLECTIVO

Terapia narrativa de la dignidad para responder al «trauma»

Ítalo Latorre-Gentoso

© Ítalo Latorre-Gentoso, 2026

© Pranas Chile Ediciones, 2026

Todos los derechos reservados.

20. La culpa de María como resistencia al sinsentido

La confusión como puerta

Quiero relatar algunos fragmentos de historias con las que intentaré ilustrar algunas prácticas narrativas para desempacar la culpa, la vergüenza y la confusión.

En la siguiente historia quiero ilustrar cómo la culpa puede tomar formas sofisticadas y lo importante que puede ser señalarla y reflexionar en sus propósitos... los de la culpa.

María, de 15 años, llega con su mamá Carla y me cuenta que la violaron en una fiesta.

María: Desperté semidesnuda con un tipo al lado, con evidentes señales de abuso.

Carla: En la casa todos la hemos apoyado, le creemos y vamos a ver qué se puede hacer para hacer justicia.

M: Mi mamá me insistía que no fuera a esas fiestas, que la gente ahí no le daba confianza, y yo también sabía, pero fui igual. Al principio me sentí culpable, me daba mucha vergüenza contarle a mi mamá todo lo que había pasado, tenía miedo, pero al llegar a la casa exploté en llanto, ella me abrazó y le conté todo.

C: Ella no es culpable de nada. (A María) Tú no eres culpable de nada, hija, ese asqueroso es el único responsable...

M: Sí sé mami... a una amiga también le pasó algo, me había contado. Yo he aprendido con el feminismo que los únicos responsables del abuso son los que lo hacen, no las que lo viven... yo no me siento culpable, sí siento asco, rabia y pena...

En ese momento se hace una pausa. Yo estaba a punto de preguntar algo en torno a estos saberes, cuando escucho a María decir en susurro: «Si no fuera bonita no me habría pasado esto». Carla la mira y la abraza. Yo, hasta ese momento, estaba impresionado de la claridad que tenían; de cómo el contexto de seguridad con su mamá, pero también su papá, hermanos, amigas, amigos y amigos habían podido casi disolver el poder potencial que podría haber tenido la culpa. Yo quería empezar a preguntar por esto para hacer una reautoría de los relatos preferidos que sustentaban esta crítica a la culpa, pero al escuchar esta última frase susurrada, me percaté de que la culpa no se había rendido, estaba ahí buscando cómo ocupar espacio para poner las causas de la agresión en algún aspecto de la vida de María y absolver de su responsabilidad a quien había ejercido el abuso.

Ítalo: ¿Me permiten preguntarles algo acerca de todo lo que ha ocurrido posterior a la agresión? (Sí, me dijeron) Estoy escuchando un cúmulo increíble de saberes muy valiosos y salvadores de vida en relación a la culpa, al daño que puede hacer y a lo importante que es mantenerla alejada. Quisiera de hecho seguir escuchando más de esto, de dónde lo han aprendido, de qué feministas o de qué otros lugares, conversaciones, contextos, etc. Pero antes me gustaría preguntarles algo en relación a lo que ustedes saben de por qué es tan importante mantener a la Culpa lejos... Algo afirmaste, María, de que la responsabilidad es de quien ejerce el abuso... y tú Carla fuiste clara en que el único responsable es el tipo de la fiesta. ¿Por qué es tan importante tener esta claridad?

Conversamos mucho acerca de sus saberes en torno a lo injusto de asumir responsabilidades y culpas por abusos que ejercen otras personas; Carla, que es trabajadora social, me contó historias de mujeres que había conocido que sufrieron muchos años por la vergüenza que las mantenía silenciadas, entre ellas su tía abuela Edelmira, una mujer lesbiana de los años 40-50 a quien violaron para «hacerla mujer» y de una serie de conversaciones que ella había podido tener con otras mujeres de todas las edades en las que experimentó en carne propia la importancia de hablar más allá de la culpa. Estas mujeres le

habían dicho que se sentían tranquilas con ella porque no las juzgaba y esto les hacía sentir alivio de poder tener un espacio digno para compartir. Me hablaron también, especialmente María, del movimiento feminista y de Las Tesis, una agrupación de mujeres activistas chilenas que se hicieron mundialmente conocidas con su performance *El Violador Eres Tú*. También me hablaron de la importancia de hablar, de contar, de que los que violaron y abusaron no quedaran libres para hacerlo de nuevo con otras mujeres... Entonces pregunté:

Í: María, me gustaría tomar algo que dijiste hace un rato. ¿Me parece haber escuchado que dijiste que no te habría pasado esto si no fueras tan bonita?

C: Yo también lo escuché...

Í: Y vi que la abrazaste... (A María) ...y me gustaría escucharte María un poco acerca de esto. ¿Qué piensas de esto que dijiste, lo dijiste por decir, realmente lo crees, no te diste cuenta que lo dijiste, lo vienes pensando hace rato...?

M: Realmente lo creo... o sea no sé si bonita es la palabra, pero siempre me han molestado con mis pechos y mi trasero...

C: La María se desarrolló antes que las otras niñas...

M: Y en el colegio me molestan, los hombres miran por el camarín, me han tocado y los demás se ríen... hasta los viejos cerdos de los profesores, bueno algunos, los he visto mirando... ¡una se da cuenta!

Í: ¿Se da cuenta? ¿De qué se da cuenta?

M: De que la miran...

Í: Dijiste «viejos cerdos»... ¿estaría bien entender que te das cuenta de que hay algo que no está bien para nada en esas miradas? ¿O en los compañeros que miran por el camarín o que te toquen sin consentimiento?

C: Últimamente nos ha pedido que le compremos ropa ancha porque le incomoda que la miren...

Í: ¿Ropa ancha? ¿Puedo entender que has estado respondiendo a estas prácticas «asquerosas» de algunas personas? Ponerse ropa ancha por

ejemplo, ¿sería algo como cuidar tu intimidad, tu tranquilidad, tu privacidad...?

M: ¡Pero no me gusta tampoco tener que andar poniéndome ropa que no me gusta en realidad! Una debería poder ponerse lo que quiera sin tener que pasar por estas cosas tan desagradables...

Í: ¿Debiera ser un derecho o algo así? ¿No tener que «andarse cuidando» para que no ejerzan abuso?

M: No sé... supongo...

Í: Es que quería saber si esto de que te pasó lo que te pasó por el cuerpo que tienes... ¿dónde pone la responsabilidad? ¿En quienes abusaron o en ti?

M: En mí... y es injusto, no debería ser... creo que por eso también fui a la fiesta, porque me da rabia restringirme por culpa de unos miserables que hacen daño...

Í: Ir a la fiesta ¿fue algo así como un acto de... no sé... reivindicar tu libertad o de reclamar tu derecho de movimiento en el mundo o algo parecido?

C: Muchas mujeres creemos que lo que nos pasó es por «ser bonitas» o «andar provocando» y al final nos sentimos culpables, aunque de la boca para afuera digamos que no lo somos... la culpa es un sentimiento muy fuerte...

Í: Carla, ¿por qué abrazaste a María cuando dijo lo de ser muy bonita? ¿Escuchaste algo injusto ahí en esa expresión o fue por otra cosa?

C: Me dolió, pero no lo cuestioné. Creo que es importante entender que una puede ser todo lo bonita o lo que sea y nadie tiene derecho a transgredirla...

Í: ¿Qué opinas de esto María? ¿De que nadie tiene derecho a transgredir a otra persona por la ropa, o por el cuerpo, o por el estado de conciencia y así...?

M: Es como que lo sé, pero... creo que ponerme ropa ancha también es una forma de cuidarme y que una tiene derecho a eso también...

Í: ¿Algo así como que nadie tiene derecho a transgredir a nadie por ningún motivo, pero al mismo tiempo como sabemos que hay gente que transgrede, también las personas tienen derecho a cuidarse?

M: O sea... que yo haya ido a esa fiesta no le da derecho a nadie a hacerme daño, ni por el cuerpo, ni por la ropa... ni por estar borracha...

Í: ¿Es importante hablar de esto y hacer estas distinciones para ustedes?

C: ¡Sí! Estoy todo este rato pensando en cómo una se culpa sin darse cuenta... lo delicado que es y lo importante de tener estas visiones, de darse cuenta... de conversarlo... pese a que una lo tiene claro, igual se confunden las cosas a veces...

M: Definitivamente. Yo estoy pensando en mi amiga que también le pasó algo malo hace un tiempo...

Í: ¿Qué piensas de esto?

M: Que quiero hablar con ella, porque creo que habían varias cosas que la hacían sentir mal y que iban más o menos por esta línea...

Í: ¿Cosas como...?

M: Cosas confusas, como que ella al principio quería, pero después no y se demoró en decirlo y cuando se animó ya era tarde... yo le dije que tenía que ser más clara y ahora pienso que eso también es echarle la culpa...

Í: ¿Si pudieras responder a este dilema ahora, qué le dirías diferente?

M: ¡Que la persona tendría que haberse detenido no más! ¡Que está bien confundirse y que no es su culpa!

Í: Se nos está acabando el tiempo y me gustaría saber ¿cómo ha estado esta conversación para ustedes? ¿Dónde las mueve, dónde las deja...?

C: Yo estoy como aliviada, no sé bien por qué... me quedé pensando en mi tía abuela... me pregunto qué habría dicho si estuviera aquí escuchando todo esto... no sé por qué creo que se sentiría bien...

M: Yo me quedo tranquila también... como con una sensación de alivio igual... y pensando en mi amiga...

Í: ¿Qué les parecería invitar a la amiga para la próxima conversación? ¿Crees, María, que tendría sentido invitarla? ¿Crees que ella quisiera

venir? Lo digo pensando en poder preguntarle acerca de lo que ella se estaba cuestionando en torno al consentimiento y la confusión... me da la impresión que sabía cosas importantes que quizá nos pueda compartir y también, si quieres, además de otros contextos en los que ella y tú puedan hablar, ofrecer un espacio para compartirle tus nuevas ideas en relación a lo que ella vivió y a las nuevas conclusiones a las que has llegado...

M: ¡A mí me encantaría! Yo creo que a Paula también.

Í: ¡Genial!

M: ¿Puede estar mi mamá?

Í: ¿Carla? ¿Te gustaría unirte?

C: Me encantaría...

Í: Me quedo pensando si a la Culpa le estarán gustando nuestras conversaciones o si estará sintiendo que está perdiendo poder y espacio...

Ambas se ríen y afirman que seguro está perdiendo espacio y volumen y que eso «se siente muy bien».

La confusión como «no íntimo»

Comparto un breve fragmento de la conversación con María, Carla y Paula para ilustrar cómo la confusión puede ser una puerta de entrada a relatos preferidos.

Luego de darle la bienvenida a Paula y presentarme, compartí un resumen de la conversación anterior para ponerla al día, pero también para refrescar la memoria de María y Carla, aunque descubrí que esto último no habría sido necesario, pues no solo se acordaban, sino que ampliaron la conversación entre ellas y con otras personas. De hecho, la conversación con Paula ya había comenzado y esta reunión era más bien una invitación a mí, para unirme a su reflexión colectiva. Habían podido honrar su amistad, María le pidió disculpas por presionarla con el hecho de «tener que ser más clara» y le había dicho que eso era injusto con ella y que la disculpara. Esto había sido un alivio para Paula y para la relación de amistad, aunque Paula mencionó que igual la sensación

de confusión permanecía y la de culpa también. Además, mencionó que después de las primeras conversaciones con María empezó a sentir vergüenza de decirle lo que realmente le pasaba y sentía y que agradecía la conversación porque sentía que «había recuperado una amistad».

Paula: En realidad yo siempre he confiado en María y me habría acercado igual a ella, pero después de estas conversaciones como que me di cuenta que algo raro se sentía en la amistad y que se alivió... no sé si me explico, como que igual podría haber seguido contándole cosas, pero no sintiéndome tan bien o tan tranquila...

Í: Creo entender, ¿dirías que estas conversaciones fueron algo así como un antídoto a esa sensación de rareza en la relación de amistad?

P: De todas maneras.

Í: Paula, me gustaría hacerte algunas preguntas acerca de la confusión que compartiste con María y también acerca de esta sensación de que había algo raro que se había instalado en la relación de amistad. ¿Estaría bien para ti?

P: Claro, para eso vine. (Nos reímos)

Í: ¿Y para ustedes, María y Carla, estaría bien estar un rato solo atestiguando mi conversación con Paula? Después de eso, me gustaría preguntarles a ustedes un rato y que Paula pueda tomar la posición de atestiguar. ¿Estaría bien...?

M y C: Claro que sí.

Lo que propongo aquí es una estructura de ceremonias de definición, tal como las desarrolla Michael White en Mapas de la práctica narrativa (traducción de Pranas Chile). White las define así: «estas ceremonias son rituales que reconocen y 'enaltecen' las vidas de las personas, contrariamente a muchos rituales de la cultura contemporánea que las enjuician y las degradan» (White, 2016, p. 195). Las ceremonias de definición ofrecen un contexto relacional en el que las personas pueden contar aspectos de sus vidas frente a testigos que después responden a lo que escucharon, no desde el consejo ni desde la interpretación, sino desde cuatro categorías de indagación: lo que capturó su

interés de lo que escucharon, la imagen que se hacen de lo que mueve a la persona o de lo que es más importante para ella, la resonancia con aspectos de sus propias vidas, y lo que he llamado la katarsis con k, que es dónde se han movido en esta conversación, dónde están que no estarían si hubieran estado viendo reels o comprando en el supermercado.

Í: Paula, ¿te puedo pedir que solo me hables a mí por este rato, para dejar que María y Carla puedan escucharte y conectarse con tu relato desde sus propias vidas y lo que valoran sin tener que responderte de inmediato?

P: Suena raro... pero entrete. (Nos reímos)

Í: Primero quizá contarte que no es necesario que me relates absolutamente ningún detalle de nada que no quieras o que sea incómodo para ti, no es esa mi búsqueda o propósito. Mi propósito tiene más que ver con tratar de aprender de ti cómo es que pese a cosas malas que te hicieron puedes estar aquí conversando, mantener tu amistad con María... estaba pensando si ¿le debes algo de esto a tu capacidad de darte cuenta cuando las cosas no están del todo bien para ti?

P: ¿A qué te refieres con eso?

Í: Bueno, pienso en el hecho de que con María, al parecer, te diste cuenta que su respuesta no estaba del todo bien para ti, y sentiste que había «algo raro» en esto... también estoy pensando en que conversando con otras mujeres, he aprendido que la «confusión» es a veces como un antídoto a la culpa...

P: Eso de antídoto... lo dices hartito, me gusta...

Í: (Reímos) ¿Te gusta antídoto? ¿Qué te gusta de antídoto?

P: Me imagino como un matamoscas de tipos abusivos...

Í: La confusión... ¿tiene algo de antídoto a la culpa para ti?

P: No me queda tan claro...

Í: ¿Te puedo compartir lo que me han enseñado acerca de la confusión otras mujeres que han vivido abusos de diversos tipos?

P: Sí.

Í: Me han enseñado que sin la confusión la culpa habría sido soberana, la culpa habría ocupado todo su espacio mental, espiritual... en el sentido de que la culpa busca todos los argumentos posibles por poner la responsabilidad o las causas de lo malo que les pasa a las personas que viven abusos en ellas mismas... todo lo malo que les pasa es porque no se cuidaron o porque no pusieron límites, o por el cuerpo, la ropa, el estado de conciencia, etc. Y la confusión es como que viene a cuestionar eso... una mujer me dijo algo como: «la culpa me hacía sentir que yo soy la loca y la que provoca todos mis males, pero la confusión pone esto en duda, es como una sensación súper fuerte que te dice: parece que algo aquí no cuadra, parece que algo de lo que viviste está mal y no eres tú la causa de esos males»... Disculpa, no sé si te enredo con esto...

P: No, para nada... estaba escuchando atenta... es que claro. La confusión... es que... yo creo que la confusión me llevó a hablar con María, de hecho... cuando una está confundida busca claridad... supongo...

Í: Y la confusión te llevó a buscar colaboración en María para «buscar una claridad que no tenías»...

P: Sí, pero no te miento que la culpa se siente, todavía está ahí...

Í: ¿Estaría bien si entiendo que la culpa, pese a estar ahí con fuerza todavía, no logra convencerte del todo de que lo malo que te hicieron fue porque tú lo provocaste? ¿O sea que hay algo, una pequeña confusión, una pregunta, una duda... que hace que la culpa no te dé esa claridad de que fuiste tú la causa de tus males? ¿La confusión te hizo dudar de ese argumento de la culpa y te animó a buscar claridad con una amiga?

P: No lo había pensado así...

Í: Perdón, no quiero imponer ninguna interpretación que no tenga sentido para ti...

P: Es que tiene mucho sentido, la verdad... no me conformé con la culpa... busqué otra claridad con María, por eso fue tan importante que ella me respondiera bien...

Í: Paula, ¿cómo es que lograste confundirte en lugar de simplemente creerle a la culpa que el problema eras tú? ¿Qué sabes de la vida y del buen trato o del consentimiento o del respeto, etcétera que hizo posible esa confusión y esa búsqueda de otra claridad?

En este momento de la conversación pude honrar la confusión como una habilidad que le permitía cuestionar el discurso de la culpa. Paula me contó historias preciosas acerca de sus saberes en torno al consentimiento, no usó esa palabra al comienzo, me dijo que el no de las personas tiene un valor, pero que a veces cuesta mucho sentir que se tiene el derecho a decir que no, incluso que a veces ni siquiera se siente la opción del no... entonces esa sensación rara en el estómago era súper importante, era como un «no íntimo», me contó. Me contó historias de su hermana mayor que había muerto en un accidente y que ella le enseñaba a cuidarse, a que nadie tenía derecho a hacerle daño. Fue una conversación tremendamente emotiva, estábamos todos y todas conmovidas.

Luego, le pedí a María y Carla que respondieran a lo que habían escuchado guiándome por las categorías de indagación de las ceremonias de definición. En este contexto no detallaré la conversación completa, pero sí quiero traer algunas resonancias y movimientos de Carla y María.

María, además de estar agradecida y sentirse una amiga anti-culpa, afirmó que se había movido mucho hacia una sensación de compromiso con ser una amiga que ayuda a abrir la confusión para tener una claridad anti-abuso. Me declaró: «No solo me siento fuerte yo con la culpa, sino que se siente algo muy poderoso al saber que podemos acompañarnos desde lugares de compañía clarificadora...»

Carla se volvió a conectar con Edelmira, su tía abuela lesbiana que había vivido abusos y resistido a mucha violencia, descalificación, humillación y marginación en su vida, pero esta vez expresó lo siguiente: «La Edelmira resistió, no solo sufrió, que sí lo hizo y mucho, pero también resistió y nunca negó la que era... me la imaginé sentada aquí todo el rato mientras conversábamos y la vi feliz, como emocionada escuchando que su lucha por no esconderse quizá valió la pena, que aprendimos cosas... ¿Sabes Ítalo? Respondiendo a tu

pregunta de dónde me muevo, creo que con las ganas grandes de buscar más de la tía Edelmira, buscar sus fotos, preguntar... honrar su vida...»

Habría por supuesto más que narrar de este relato, cómo desafiamos la vergüenza y otros temas. Lo menciono para que no quede la idea, tan común en libros de terapia, de que llegamos, de que se acabó, de que estas personas fueron felices para siempre. Pero cumplo el propósito de presentar la confusión como una puerta. Sara Ahmed (2022) nos recuerda que las puertas se cierran sobre quienes denuncian, que el poder institucional opera cerrando puertas. Ahmed dedica al asunto buena parte de la Parte III de ¡Denuncia!, titulada «¿Si estas puertas hablaran?», y en particular el capítulo 5, «A puertas cerradas. Denuncias y violencia institucional». La confusión, tal como la entiendo aquí, es una puerta que no lograron cerrar del todo. No está abierta de par en par, pero quedó entreabierta. Y una puerta entreabierta ventila, deja entrar la luz, ofrece una posibilidad de salida, permite asomarse para ver quién está del otro lado, y sirve de escape para alguna catástrofe.

21. Ética del consentimiento

Traigo aquí la ética del consentimiento porque la queja, la denuncia y la protesta no solo nombran aquello que fue transgredido. También permiten volver a preguntar por las condiciones que harían posible una relación no organizada por la estética petrosexorracial.

El estándar ético que guía todo mi trabajo se para en algunas preguntas. Una de ellas es fundamental para todo el trabajo que hacemos, no solo para el fenómeno del abuso sexualizado: ¿cómo enriquecemos relatos en torno a la ética del consentimiento en un sistema patriarcal que funciona en base a la ética de la apropiación y la violación?

Para ir construyendo respuestas plausibles a esta pregunta necesitamos antes merodear un poco por el concepto mismo de consentimiento y los