

**Teresa Ramos**

# Escribir a través del cuerpo.

Mesa Redonda: Escribir a través del cuerpo.

Autora: Teresa Ramos.

XIII Encuentro Internacional de Escritoras – Marruecos 2018 – en honor a Fátima Mernissi.

Tetuán, del 25 al 29 de octubre, 2018.

País de procedencia: España.



## ESCRIBIR A TRAVÉS DEL CUERPO

El cuerpo es la casa por la que respira el único mundo posible, el tuyo, el mío propio. El cuerpo del otro es otra casa y también es la mía cuando me recibe en su hospitalidad. Es el lugar hacia el que miro y me dirijo, nuestras casas-cuerpos crean comunidad, así pues, mi mirada, partiendo de mí misma, termina y empieza en ti, a quien dirijo mi voz, a la que entrego mi propio relato, bien sea real o de ficción. No existe percepción ajena a esa experiencia vital, que sucede siempre en el interior de la persona pensante y sintiente, no es posible.

El cuerpo es la casa por la cual salir al mundo y a la que regresar. Nada existe en otro lugar fuera del universo físico de quien mira el mundo, ahora bien, ese micro cosmos, podría constituirse en multiverso. De ahí la cantidad de escrituras, tantas como personas que se enfrentan al hecho de escribir. De lo macro a lo micro y viceversa existen infinidad de posibilidades que construyen un texto.

Me resulta inevitable acercarme a mi propia experiencia como persona que escribe y en concreto, remitirme a mi vivencia como poeta, tomando como referencia el contacto con mi manera particular de abordar la escritura.

Y prefiero referirme básicamente a la escritura por parte de las mujeres, como un homenaje a las escritoras y a modo de reparación histórica de tantas voces femeninas silenciadas.

Como ser vivo, la mujer escribe con su cerebro, su corazón y sus vísceras, es decir, con su cuerpo, con su ser encarnado. Todo sucede en el cuerpo y a través del cuerpo.

Lejos de la visión cartesiana que separa cuerpo y mente, la mujer en su condición cultural y biológica femenina, es transmisora de vida, por lo tanto, da vida al verbo.

Ella a menudo mira el mundo con el corazón, lo antepone a la mirada racional, aunque esto podría ser una simple generalización y dejar fuera otras experiencias que pondrían en cuestión tal afirmación. Establece un pulso con la realidad, la rescata, la reconstruye, la redefine y lo hace con la mente y con las vísceras.

La mujer que ama las letras, ama el papel que las sustenta, el árbol del que procede, el bosque, la comunidad del que es oriundo, los ojos de quien mira, la mujer que escribe siente el palpito, todo le sucede en el cuerpo, todo pasa por los vaivenes que la emocionalidad dicta, luego lo entrega, con los dientes si es preciso, o perfumado con aroma de lavanda, junto a una caja de bombones o un ramo de flores.

Escribir libera y aporta luz a lo vivido y lo por vivir. Pone, finalmente, el intelecto al servicio del texto: criatura neonata, para dibujar un nuevo concepto, en una palabra, reconstruye y crea realidad.

Creo necesario recurrir al libro *Mujeres que corren con los lobos*<sup>1</sup> de Clarissa Pinkola para abordar más claramente algunos aspectos psíquicos que confluyen en el hecho de escribir en conexión con el cuerpo y más específicamente con la naturaleza instintiva.

“En el transcurso del tiempo hemos presenciado como se ha saqueado, rechazado y reestructurado la naturaleza femenina instintiva. Durante largos periodos, esta ha sido tan mal administrada como la fauna silvestre y las tierras vírgenes. Durante miles de años, y basta mirar el pasado para darnos cuenta de ello, se ha relegado al territorio más yermo de la Psique. A lo largo de la historia, las tierras espirituales de la Mujer Salvaje han sido expoliadas o quemadas, sus guaridas se han arrasado y sus ciclos naturales se han visto obligados a adaptarse a unos ritmos artificiales para complacer a los demás”.

“Cuando las mujeres reafirman su relación con la naturaleza salvaje, adquieren una observadora interna permanente, una conocedora, una visionaria, un oráculo, una inspiradora, un ser intuitivo, una hacedora, una creadora, una inventora y una oyente que sugiere y suscita una vida vibrante en los mundos

---

1 Pinkola Estés, Clarissa. *Mitos y cuentos del arquetipo de la Mujer Salvaje*. Editorial Sine qua non

interior y exterior. Cuando las mujeres están próximas a esta naturaleza, dicha relación resplandece a través de ellas. Esa maestra, madre y mentora salvaje sustenta, contra viento y marea, la vida interior y exterior de las mujeres”.

[...]” salvaje en el sentido de vivir una existencia natural” [...]” Esa poderosa naturaleza psicológica se puede llamar naturaleza instintiva, pero la Mujer salvaje es la fuerza que se oculta detrás de ella”.

“La naturaleza instintiva significa establecer un territorio, encontrar la propia manada, estar en el propio cuerpo con certeza y orgullo, cualquiera que sean sus dones y las limitaciones físicas, hablar y actuar en nombre propio, ser consciente y estar en guardia, echar mano de las innatas facultades femeninas de la intuición y la percepción, recuperar los propios ciclos, descubrir qué lugar le corresponde a una, levantarse con dignidad y conservar la mayor conciencia posible.

El arquetipo de la Mujer Salvaje y todo lo que ésta representa es la patrona de todos los pintores, escritores, escultores, bailarines, pensadores, inventores de plegarias, buscadores, descubridores, pues todos ellos se dedican a la tarea de la invención y ésta es la principal ocupación de la naturaleza instintiva. Como todo arte reside en las entrañas, no en la cabeza”.

“¿Qué es la mujer salvaje desde el punto de vista de la psicología arquetípica y también de las antiguas tradiciones? ella es el alma femenina. Pero es algo más; es el origen de lo femenino. Es todo lo que pertenece al instinto, a los mundos visibles y ocultos... es la base. Todas recibimos de ella una resplandeciente célula que contiene todos los instintos y los saberes necesarios para nuestras vidas”.

“Es la fuerza Vida/Muerte/Vida, es la incubadora. Es la intuición, es la visionaria, la que sabe escuchar, es el corazón leal. Anima a los seres humanos a ser multilingües; a hablar con fluidez los idiomas de los sueños nocturnos “.

“Vive en donde se crea el lenguaje. Vive en la poesía, la percusión y el canto... es el momento que precede al estallido de la inspiración. Vive en un lejano lugar que se abre paso hasta nuestro mundo”.

La poeta escribe cuando ama, cuando pierde a alguien, cuando pierde un órgano, cuando pierde la salud, cuando la encuentra, cuando se enamora, cuando pierde un embarazo, y todo lo hace desde y por el cuerpo, la mujer es consciente de sus límites, o no lo es, pero intenta traspasarlos, sabe de la transmutación de lo emocional.

Su conexión con la experiencia vital, desde el propio cuerpo, con sus órganos reproductores, sea madre o no lo sea, le comunica directamente con la capacidad de crear. La mujer, portadora de vida, se sabe ser comunitario, y se afana en ocupar su lugar, asumiendo su función social como pensadora y escritora.

La mujer escribe para ser sujeto activo en su propia vida y también en su sociedad, construye identidad, la comparte y con ello modifica el mundo, el suyo propio, el de los suyos, y por ende, desde la creación literaria, el de sus lectores. Otra cuestión diferente es el cómo, desde dónde, desde el dolor, el vacío o la felicidad que le embarga, lo elegíaco o lo celebratorio, desde la desconexión, desde el miedo, desde el deseo, o desde un verdadero contacto con el interior. La mujer, capaz de sentir la experiencia de su propia herrumbre, se encuentra en ocasiones al interior de un desmembramiento psíquico.

Desde el cuerpo y en el propio cuerpo sucede la existencia, el cerebro acoge la mente racional alojada en el córtex, el área límbica del cerebro y su expresión

emocional, la zona reptiliana propia del contacto con el impulso. Ese microcosmos tremendamente rico en conexiones neuronales y posibilidades se presenta como la red que constituye y organiza el lugar de la creación.

El cuerpo es el continente, territorio salvaje por el que transita la persona que crea. Muy a menudo, esa creación procede de un lugar poco o nada racional, poco o nada previsible y menos aún adjetivable, o por el contrario, según de quién se trate, puede provenir de un texto que bebe de las fuentes de la documentación y del estudio, pero siempre pasará por los filtros de la percepción, por la memoria corporal, ya se trate de un escrito como aullido, de un texto amoroso que cante la armonía celestial y terrenal, o un texto que describa los pormenores sociológicos que aborda el relato.

En el cuerpo, como si se tratara de un gran baúl, se alojan y amontonan impresiones y recuerdos, algunos de los cuales aparecen de forma inconsciente. Proviene de un tiempo pretérito, vertiéndose así en el momento actual, en una suerte de trasvase que invade el momento presente.

Esa memoria corporal, celular incluso, no puede identificarse como tal en todas las ocasiones, y se expresa a través de recuerdos que no emergen conscientemente y que el cuerpo almacena y expresa, o no lo hace, también desde una toma de conciencia. Se trata de contenidos que podrían hacerse explícitos con la fuerza de la memoria, incluso a través de una somatización; es el cuerpo el que habla, cuando el sujeto, en este caso, la mujer, no encuentra la manera de poner voz a un contenido interno que clama por salir.

Aquí entraríamos en el drama de las escritoras suicidas, las que, a partir de un momento concreto de su tránsito vital, sienten que todo está dicho y la palabra se acalla en su interior como una mordaza que la invalida y la deja fuera de la posibilidad de ser creadora.

La mujer que escribe y que está asentada en su identidad de escritora, entra en un derrumbe cuando siente que ya no hay nada que decir, lo que equivale para ella, a la incapacidad de hacer algo con su vida o expresar su función, absolutamente vinculada a su identidad de escritora. Cuando se asume esa función de forma masiva y asociada a la identidad, como la única relevante que la representa y como la única con la que se puede identificar, la de escritora, no escribir y sentir el derrumbe de esa imagen equivale a no ser nada.

Cuando lo comunicado ya es una realidad, sobreviene la fatalidad en algunos casos, esa que arranca la posibilidad de vehiculizar lo que sienten en su interior. Terminar con la función de escritora, de mujer-escritora-útil a los otros, deviene en hecatombe.

La escritora suicida Sylvia Plath probablemente pensaba que la vida merecía la pena en caso de que fuera intensa y buena para ser escrita. En base a su novela "La campana de cristal" transmite la necesidad de ganar en riqueza y experiencia y de tener una vida excitante y que el impulso creativo se apodere de ella.

En sus diarios completos refleja su preocupación y angustia ante el temor de no poder escribir su novela, se identifica y compara con la también autora suicida Virginia Woolf. Un mes después de finalizar la novela la autora se suicida.

A menudo se dice que escribir resulta terapéutico, y no cabe ninguna duda de que resulta expansivo y liberador, sin embargo, siendo así, no se debe confundir con el hecho terapéutico, que ocurre siempre en la interacción con alguien que ejerce como terapeuta, en el que se aborda la realidad psíquica de la persona que necesita ayuda produciéndose así la curación. La escritura es un hecho solitario que sucede en el interior de la persona y en ocasiones no parece eximir

a las escritoras y escritores de resolver ciertas cuestiones, este es el caso de algunos escritores suicidas.

La escritura permite verter con la palabra, sobre la hoja en blanco, todo el contenido hasta entonces reprimido.

Sabemos que la escritura es ficción, incluso si se tratase de un texto autobiográfico, deberíamos preguntarnos qué tanto de realidad aportamos en el escrito, ya que siempre, sin excepción, la escritora se enfrenta a la hoja en blanco también con su propia subjetividad, con sus vivencias, recuerdos o anhelos que intermedian el desempeño de su función.

Aquí cabría preguntar ¿qué es la realidad? ¿cómo la construimos, desde dónde lo hacemos y qué pretendemos alcanzar con ella? ¿Cuáles son los códigos que la definen como tal, a qué nos estamos refiriendo realmente, cuál es nuestra interpretación de la misma al interior de una cultura particular?

Sabemos que el recuerdo se construye en base a la percepción que la persona tiene de su propia vivencia. Si pasáramos un test, a una persona en el inicio de un tratamiento psicoterapéutico en el que tuviera que rellenar una serie de ítems y describir, por ejemplo, su vivencia con su propia madre, tendríamos un resultado, que una vez pasado el tiempo, de volver a revisar su situación, una vez transcurrido el proceso y alcanzados ya los objetivos pertinentes, nos daría una información muy distinta al respecto, tanto que alguien podría llegar a creer que se trata de una persona diferente, porque no ha cambiado lo vivido, pero sí el relato de lo vivido.

La escritura proviene y sucede en el cuerpo, no podría ser de otra manera.

*“Llego con tres heridas*

*La del amor*

*La de la muerte*

*La de la vida”*

Miguel Hernández<sup>2</sup>

Quien se siente tocado por el amor, la muerte y la vida, no puede menos que mirar desde la herida de ser poeta, así la escritura es una herida abierta, que permite conjurar el dolor, y expulsar lo que hace daño, si además añadimos el hecho de ser mujer con toda la carga cultural heredada del patriarcado, la herida puede ser aún más honda.

Cuando la palabra ha sido sesgada desde la infancia, cuando no ha sido posible enunciar palabras como vagina, sexo, libertad, independencia o yo, la niña, que se constituye en mujer más tarde, aloja en su interior territorios fantasmagóricos que serán la semilla de una suerte de afasia. La mujer incompleta, con esas fallas que provienen de su desarrollo evolutivo, podría llegar a enfermar gravemente.

Esa enfermedad, a modo de bacteria ya alojada, necesitará ser conjurada a través de la escritura, dando lugar entonces a un hecho saludable, que deviene en palabra que construye realidad, a través de la expresión emocional y simbólica que sucede en el hecho creativo.

La creatividad es esquiva, salvaje, animal, sucede en el silencio, no sabe de convenciones, no comulga con propósitos únicamente racionales, el contacto con la palabra emerge en ocasiones de forma volcánica.

La creatividad olfatea como una loba los resquicios de un estado parecido a la unidad, próximo a un calor uterino, el requiebro en el que sucede algo diferente, una brecha que orada la realidad y rescata de ella lo genuino, allí donde sucede la magia de la creación.

La mujer araña las hebras luminosas de los textos, el instinto le conduce hacia un torrente innominado que alumbraba un nuevo camino, de ahí la creación.

La mujer no tiene dedos, tiene plumas para volar con su escritura, para acariciar y para viajar con el texto y eso siempre sucede a través del cuerpo.

La autora vive a menudo en el borde del mundo, le guía la luz del abismo, y su referencia es la naturaleza instintiva. La autora necesita decir en texto, para decirse, para enunciarse y ubicarse en el mundo desde un lugar todavía intacto para ella.

"No volveré a escribir poesía hasta que no vuelva a tener una nueva concepción de la vida". Peter Handke.

Estas palabras de Handke podrían ser firmadas por muchas autoras, ya que, me atrevería a afirmar que probablemente cada escritora, se sentiría así frente al hecho creativo. La mujer que escribe, la mujer poeta, aborda la realidad desde una mirada conectada a la creación que tendrá una tendencia a actualizarse en su propia vida permanentemente.

La fuente de la escritura proviene de un lugar sagrado, en el que el verbo bebe de la pureza que otorga la luz de la palabra. Escribir aporta una suerte de libertad difícil de describir. La escritura como útero o seno materno que alimenta el espíritu, la escritura sentida en la entraña, llorada o celebrada, la escritura constructora, fiel compañera, como siamesa dadora de amor y flores.

En su condición humana, las personas, mujeres u hombres, somos producto de la cultura que nos precede y en la que estamos inmersas. Cargamos con el peso del legado que nos han asignado, como buenas hijas de nuestra civilización, sin embargo, ¿cuánto de todo ese legado es respetable, operativo y funcional en el ahora? ¿cuánto, sin embargo, debe ser revisado, suplantado o simplemente desechado? ¿Acaso la realidad que nos configura es solamente una realidad social, biológica o política? Tal vez sea todo eso y yo añadido, es mucho más, y precisamente, ese mucho más, difícil de enunciar es el matiz que deviene en escritura.

La escritura se convierte en una condición para quien necesita acercarse a defender un nuevo enunciado, aquel que le contenga y represente realmente su dimensión humana.

Provenimos de una cultura, llevamos en nuestra musculatura y memoria celular el bagaje heredado, nos pensaron anteriormente, nos construimos en base a un entramado de creencias y hábitos insertos en nuestra comunidad de origen, empezando por el entorno familiar, en donde se construye la identidad. Nos enseñan a poner en valor la herencia transmitida con amor, en el mejor de los casos, y muy a menudo, con esfuerzo.

Asumimos la herencia entregada, queremos darle continuidad, preservar el legado, pero no siempre es posible, simplemente necesita ser actualizada, que no negada. Las sociedades manifiestan un enorme nivel de complejidad, y aunque en lo esencial, hay aspectos que perduran y que lo seguirán haciendo en el futuro, necesitan ser revisadas en sus contenidos y formas. Del mismo modo que lo hacemos con la escritura.

Es a través del cuerpo que sucede la construcción del lenguaje, el que nace de ese contacto con la existencia corporal, lo que va a crear finalmente la realidad

de la escritora o de su texto. El lenguaje, que procede de una necesidad real de construir un espacio habitado por la libertad, es el camino que elige el cuerpo para hacerse presente y ocupar el lugar que le corresponde, un lugar propio en el ámbito existencial que abrirá nuevos caminos de conciencia.

Es el camino de tantas mujeres escritoras que crecieron asumiendo el legado de la negación, o incluso de la violencia que ha oprimido su voz, desde Hipatia de Alejandría que fue masacrada a San Agustín con su afirmación de que la mujer carecía de alma y un largo etc. La cultura patriarcal consintió en afirmar la inferioridad de la mujer con respecto al hombre, entre otras cuestiones que la han relegado a las tareas propias de reproducción, cuidado y preservación de su especie.

Luisa Valenzuela<sup>3</sup> al igual que otros autores como Derridá, Lacan, Kristeva, Cixous o Barthes... desarrolla el concepto de Escritura con el cuerpo a través de diferentes ensayos que van a defender una manera propia y transgresora de explorar la escritura en el cuerpo de la mujer. Es entonces, en la segunda mitad del siglo XX cuando se abre la puerta al reconocimiento de la mujer escritora, sujeto sexuado y pensante con identidad propia y legitimada para explorar su ser femenino a través del hecho de escribir. Se presenta y reconoce una nueva función de la mujer: la de la pensadora en contraposición a la escritura que ha sido básicamente masculina.

La mujer que escribe, lo hace conectada a su cuerpo, reconociéndose en él y, por lo tanto, le otorga la importancia que merece. Lo pone en valor, al tiempo que a su propio discurso. De esa manera, su escritura comienza a ser transgresora, al romper así el orden establecido, la ley del padre, entendida como principio sustentador del orden social y en cuanto que ocupa un lugar propio, ocupa un espacio en lo social.

La escritora que enuncia con su cuerpo sus deseos más recónditos, sus fantasías más inconfesables o más bellas, la mujer que relata su humanidad. Habita un espacio activo como sujeto sexuado, corpóreo, encarna, se hace presente, existe para el mundo y ocupa de esa manera un lugar que tradicionalmente ha sido territorio masculino.

Ocupa el espacio en el que podrá compartir lugares comunes que hasta entonces le han sido vetados. Lo hace también para reconocerse en el hombre, o en ella misma. Para dibujar su realidad en el cuerpo de la escritura.

En su imaginario, en su mundo, caben diversos mundos tantos como escritoras pudieran existir. Mundos contradictorios, poblados de figuras activas, de fantasmas, de sueños como la materia que sustenta la creación. La mujer como producto de un tiempo existencial sujeto a sus propias leyes. La escritura de la escritura como una figura independiente capaz de detentar su propia autonomía. La escritura siempre proviene de la mujer, nace el cuerpo en el cuerpo de una mujer que nos alumbra y a ella nos remitimos en nuestro desarrollo evolutivo, siendo ella nuestro referente femenino con el que identificamos, de forma positiva o negativa. Creamos como mujeres una imagen interiorizada que estará vinculada a la creación de vida, o la creación literaria.

La escritura se presenta a menudo y regresa a ese espacio oceánico uterino que

---

3 Ramos Ortega, Belén. *La escritura con el cuerpo o el cuerpo de la escritura: aproximación a una poética de la subversión en Luisa Valenzuela*. Belén Ramos Ortega. Universidad de Granada.

<https://webs.ucm.es/info/especulo/numero44/escuerpo.html>



evoca la propia vivencia en nuestro inicio de la vida. Bucea en las aguas oceánicas de lo pre verbal para desplegar el hecho creativo, regresa deliberadamente o no, a esa fuente que ha sido sustrato de vida.

La mujer escritora en la medida que muestra su obra, pasa a entrar en la confrontación con la tradición de la que proviene, ya que su escritura, ubicada en el presente, aporta nuevos significantes y significados.

Superado el tiempo en el que las autoras debían escribir con pseudónimos o eran demonizadas por sus ansias de conocimiento, la mujer que escribe, si es fiel a sí misma, terminará por introducir cambios en la percepción de su propio mundo y el de sus lectores. La escritura así, en tanto que procede de un relato veraz y sincero, será un arma arrojadiza que apunta en el centro del pensamiento único. Deviene en escritura subversiva inevitablemente y eso sucede en y a través de su cuerpo.

En el cuerpo y desde el cuerpo, así mismo, se construye el nuevo relato, vinculado a la expresión emocional y erótica que está contenida en el lenguaje, en el que las autoras no se presentan únicamente como personas sometidas a una cultura dominante y falocrática, sino, como sujetos pensantes con voz y voto que construyen realidad en su desempeño literario y por ende, revirtiendo así en el ámbito cultural del tiempo que les toca vivir.

La vertiente libidinal, el placer de ser y expresar, se manifiesta rompiendo con los estereotipos y tendencias ya caducas. Ser mujer y escribir a través del cuerpo, significa traer a la dimensión creativa un sinfín de posibilidades liberadoras para la propia escritora, y en ocasiones incómodas para los demás, en cuanto que confrontan la realidad conocida.

Tenemos referencias de tiempos pretéritos en los que las sociedades estaban constituidas en un orden matrilineal, el desarrollo del bien común precedía las acciones, las comunidades se constituían en espacios que cuidaban de sus miembros, la preponderancia de lo comunitario regía la vida de las comunidades, las mujeres eran respetadas, eran transmisoras de vida y conocimiento y estaban completamente conectadas a los ciclos vitales, hasta la llegada del Patriarcado, que modificó esa clase de orden que sostenía y propiciaba la vida en un amplio sentido del término.

Con la implantación de la presencia de lo masculino, se empezó a apartar a la mujer de todos los ámbitos vinculados a la esfera de la toma de decisiones, el mundo comenzó a ser fundamentalmente masculino, y la mujer comienza a ocupar el lugar de lo reprimido frente a un mundo que era y es falocéntrico.

Llegados a este punto, a la mujer se le plantea la necesidad de transgredir su condición para poder existir plenamente, también como escritora. La mujer escritora se enfrenta al hecho de escribir en un mundo sexuado y volcado en la implantación de un modelo que se construye de forma sexista.

La mujer ha sido y sigue siendo temida desde las diferentes culturas de procedencia, desde algunos grupos de nativos americanos que las excluyen de sus propios rituales espirituales, por percibirla como impura en el momento de la menstruación, o las sociedades occidentales u otras que la perciben como un ser casi demoníaco. La mujer, animal humano que concibe vida, continuadora de la especie, con su propia sangre, moviliza terrores infantiles y de otras índoles en los hombres que se sienten intimidados por semejante poder, tachándolo de negativo, malévolo e impuro.

El hombre, a menudo rechaza a la mujer en su función instintiva conectada a los ciclos vitales de vida y muerte, tales como la menstruación o los embarazos. La

vive como un sujeto amenazante que está por encima de él y por lo tanto la reprime, de ahí que la escritura cumpla con esa función liberadora de cargas y mandatos heredados.

En la escritura, la mujer conectada a su experiencia vital, desde y por el cuerpo, conquista territorios de libertad.

A través de la exploración, la escritura recorrerá arterias y órganos, hasta provocar la sensación de convertirse en algo físico, placentero, erótico incluso, que evocaría ese periodo primitivo, desde lo intrauterino, como espacio oceánico.

Podría retroceder a momentos de asfixia en un parto difícil o bien placentero, en el que el cuerpo del bebé transita el canal uterino de la madre. Recorrería otros posteriores, una vez producido el nacimiento. Es capaz de reconectar como si fuera un dial de radio, cualquier onda proveniente de momentos concretos sucedidos en el transcurso del desarrollo evolutivo.

El cuerpo de la escritora conserva la memoria grabada en su musculatura y cerebro y allí recurre como fuente de placer, miedo o angustia. Wilhem Reich afirmó que la expresión emocional era la base de la salud. En sus investigaciones le surgía la pregunta “¿Qué es la vida?” que aparecía detrás de todo lo que aprendía. “La vida parecía caracterizarse por una razonabilidad y una intencionalidad peculiares de la acción instintiva involuntaria.”<sup>4</sup>

Fundamenta mediante la experimentación biológica la teoría de la libido. Crea una rama psicobiológica de la medicina: la teoría caracterológico-analítica y la entiende como la continuación de la teoría del inconsciente de Freud.

Por lo tanto, podemos decir que el acto de la escritura libera en parte afectos que han quedado impresos en la propia memoria muscular, siguiendo el postulado de Reich. Se produce, en parte, cierta liberación, y digo, sólo en parte, ya que la palabra, sobre todo si el abordaje es poético, conseguirá aproximarse a liberar ciertos contenidos reprimidos que han permanecido inconscientes.

O logrará acercarse a esa Arcadia propia de la fase oral del desarrollo, en la que la madre es una fuente de placer, la madre que en el periodo de lactancia nutre al cachorro humano de todo cuanto necesita, cuando el bebé es amado de forma masiva. El adulto en mayor o menor medida, llevará consigo ese recuerdo en el propio cuerpo, la escritura vivida desde el goce, como exploración, ejercería una aproximación a ese lugar tan anhelado que podría devenir en liberación.

El médico y psicoanalista Wilhelm Reich inicia el libro “La función del orgasmo” con las siguientes palabras<sup>5</sup>:

“Amor, trabajo y conocimiento son los manantiales de nuestra vida. También deberían gobernarla.”

Amor, trabajo y conocimiento están implícitas en el hecho de escribir, esas tres condiciones se dan en la persona que tiene a bien explorar el universo de la escritura: amor a la palabra exacta, trabajo, en ocasiones desmedido hasta encontrar la manera propia de decir y conocimiento: alguien que escribe es alguien que lee, que siente inevitablemente una sed de saber, que busca información y que acabará haciendo sus propias deducciones.

La escritura desde el cuerpo como un campo de exploración e indagación en el misterio, que se encontrará en la aproximación a esos territorios aparentemente insondables del pensamiento y la emoción que propicia la escritura. La palabra

---

4 Reich, Wilhelm. *La función del orgasmo*. El país (Clásicos del siglo XX)

5 Reich, Wilhelm. *La función del orgasmo*. El país (Clásicos del siglo XX)

actuando como puerta que desvela la realidad aparentemente oculta, cuya fuente se nutre de los elementos inconscientes.

En el linde de lo consciente y lo inconsciente, de lo consensuado como norma, lo prohibido o no, aparece la escritura para traer un nuevo orden; exploración rica y compleja que se encontrará con no pocos peligros en su transitar.

ESCRIBIR

“Existe a menudo una lógica oculta, más grande  
y compleja que la lógica del sentido común”

Richard Réti

«Uno escribe para encontrar lugares comunes  
llenos de un aroma inesperado,  
lugares también como armas blancas  
que rasgan la coraza que aprisiona.  
Escribir para poner los versos entre sones y gentes,  
en el ritmo más tuyo que te ayuda a respirar.  
Para restablecer el orden impreciso del pulso,  
para enseñar a los niños el valor  
del agua fresca, de la lluvia.

Escribir para dejar de contar las cicatrices,  
para corregir las faltas de ortografía  
de los días cotidianos, para olvidar  
la falta irreparable... y los imperdonables  
errores que jamás quisieras confesar.  
Para que los versos de las noches difíciles  
se pierdan entre barricadas de razones.  
Y las páginas en blanco se tinten del rojo  
de las flores y de las preguntas que liberan».

Teresa Ramos  
La conjura de las letras  
Ganadora XXXVIII Certamen de Poesía  
"Rafael Fernández Pombo"

La escritura, podría avanzar entonces por terrenos resbaladizos, en los que quien escriba se enfrentará a sus propios puntos ciegos, vacíos y zonas indeseables, por la confrontación y dureza que entrañaría abordarlos con toda su complejidad. Y podría, del mismo modo, acceder a una fuente inagotable de dulzura, placer, belleza y conocimiento. Cuando la persona que escribe encuentra su propia voz, lo vive como una conquista que le nutre, refuerza y alimenta el deseo de avanzar y crecer en el encuentro con la palabra, de modo que podría experimentarse como una clase de alquimia que transgrede los límites del propio pensamiento y que transforma la realidad de la escritora.

La escritora buscará la transgresión en base a la vivencia de la imposibilidad, el

lenguaje heredado se muestra atado a las cadenas que el propio lenguaje ha impuesto, como una suerte de locura, en medio del vacío de sentido, como apunta Foucault, el filósofo que nos invita a explorar el lenguaje no dialéctico. Considera que la obra y el entorno mantienen una estrecha relación, tanto que estarían imbricados.

Para Valenzuela el erotismo en la escritura sería la forma de transgredir las barreras del lenguaje, del pensamiento, de las creencias, a través de la ficción y como experiencia de vida.

La poesía erótica sería pues, una forma de vivir y de mostrarse frente a un mundo sexista que mira a la mujer de forma, o bien asexual o demasiado sexual, más como objeto de deseo y menos como sujeto erótico pensante dueño de su propia sexualidad.

La escritura, la creación del poema, se presenta como un artefacto que pudiendo ser efímero, se vive como algo físico, algo nacido también de la entraña, corazón y pensamiento.

Para Valenzuela la escritura y la sensualidad se vuelve obsesión, y, acaba por desdibujarse en los límites del cuerpo que escribe y el cuerpo de la escritura. En este caso deducimos que triunfa inevitablemente el principio de placer sobre el principio de realidad. Por otro lado, para Foucault la escritura emerge de la fuente de la ausencia y contiene una condición inefable. Kristeva habla de “apensamiento” que incluye una pléyade de significados que provienen del contacto con el interior de quien escribe: recuerdos, sensaciones, vivencias y secretos que pujan por ser expresados.

La psicóloga reichiana María Clara Ruiz Mar en el artículo que escribe en su blog<sup>6</sup> aborda la cuestión del secreto y el efecto nocivo en la vida de quien lo padece, con el artículo “*Pero no se lo digas a nadie...*”

“Recuerdos que persisten sin cesar. Recuerdos que ya ni se recuerdan conscientemente pero que el cuerpo nunca olvida. Recuerdos que se actualizan que se instalan cómodamente en otras historias, en otros rostros, en nuevas situaciones.”

“Pero no se lo digas a nadie”, dijo algún día un adulto a una niña o a un niño desprotegido que no entendía el por qué de tal secreto. Y no se trataba de un juego inocente...”

...” ¿De qué se trataba entonces?

- Toco tu cuerpo abusando de tu vulnerabilidad... pero no se lo digas a nadie
- Me emborracho día sí, día no... pero no se lo digas a nadie.
- Estamos en la ruina... pero no se lo digas a nadie
- Tu madre/padre nos abandonó... pero no se lo digas a nadie
- Lloro de pena y sabes por qué... pero no se lo digas a nadie
- No me puedo levantar de la cama por mi depresión... pero no se lo digas a nadie
- Fuiste testigo de un maltrato... pero no se lo digas a nadie
- Fuiste víctima de un maltrato... pero no se lo digas a nadie

Para algunas personas, *no se lo digas a nadie* parece haberse convertido en su lema, en su arma de seguridad más potente pero que hace agua detrás de una **dura coraza**. Se pasan la vida obedeciendo la orden aún sabiendo que ya no

---

6 Ruiz, María Clara. Pero no se lo digas a nadie <https://mariaclararuiz.com/2017/10/25/pero-no-se-lo-digas-a-nadie/>

está vigente pero es como si alguien les obligara, desde dentro de sí mismos, a **mantenerse fieles** a ese imperativo que no ha hecho más que dañar sus vidas. Así las cosas, parece o haber salida. Pero recordemos que tenemos una gran capacidad para la recuperación, siempre que nos permitamos dar rienda suelta al despertar de nuestras funciones naturales, porque la tendencia es a la vida. Por eso es que hay que **romper el hielo del secreto** y cuando haga falta atreverse a transgredir la orden y contarlo a alguien.

Este suele ser el primer paso para salir del ostracismo de una historia que resulta tenebrosa, no sólo por el hecho de haber sido como fue sino por haber sido ocultada durante tanto tiempo, protegiendo tal vez a unos cuantos fantasmas del pasado pero traicionando la propia necesidad de aliviar la tensión resultante.

Suerte tienen quienes recuerdan algo para poder contarlo. Porque a algunas personas les sucede lo contrario. **Sienten que no recuerdan**. No consiguen ligar sus sentimientos y sus emociones con una biografía coherente, entonces su interior se convierte en una batalla entre lo que quiere salir, pero no puede y situaciones actuales sólo sirven como chispas para encender fuegos antiguos.

Pero aún así, a partir de un atisbo de consciencia se pueden abrir todas las posibilidades para rehacer una **historia marcada por el secreto**.

... Reich empezó a descubrir que las personas no tenemos una tendencia a la muerte sino que, por el contrario, el funcionamiento natural se dirige hacia el placer, es decir hacia lo vital. Aceptaba que se desarrollaran tendencias a la autodestrucción pero mostró su relación, no con características instintivas tanáticas y por lo tanto inmodificables, sino con las complicaciones que acarrea la inhibición de la sexualidad, en el sentido amplio del término, o sea, con la represión de un funcionamiento bioenergético natural.

En este sentido, el trabajo terapéutico consistía -y consiste- en eliminar esos deseos autodestructivos y en liberar la sexualidad inhibida, en vez de reafirmar esas tendencias como si fueran instintivas.

... **Lo que quiere salir, pero no puede**

Esa batalla entre lo que quiere salir pero no puede, esa ambivalencia entre el impulso que se revela y la defensa que lo oprime, van alternando como en una lucha entre la vida y la muerte..."

De nuevo la naturaleza instintiva clama por salir, la vida puja a través de la palabra en la escritora y ella fiel a ese impulso de vida abre caminos neuronales que construyen nuevos relatos, como una manera de reinvención, en ese sentido, rompería las cadenas del secreto que la oprimiría, en el caso de que existiera.

Para Barthes la literatura supone un enfrentamiento con el enigma y en sí misma siempre haría referencia a espacios aparentemente velados. La escritura se adentra en esos espacios vacíos en los que se aloja el secreto con todo su misterio.

Freud habla de cómo en el lenguaje se expresa la dominación de lo inconsciente por lo consciente. Lacan postula que el inconsciente se articula como lenguaje. Tanto Lacan como Kristeva ubican a las personas que escriben en el contexto de la subversión en cuanto que confrontan la ley transmitida a través de la construcción del pensamiento y el uso de la palabra.

Desde la visión psicoanalítica se afirma, que tanto el discurso consciente como el inconsciente, es transcendido por el lenguaje y, por lo tanto, lo modula. El psicoanálisis utiliza el lenguaje como un campo fundamental de estudio, entiende que, a partir del lenguaje, el sujeto se construye en relación con todo lo que está

fuera de sí mismo, en relación permanente con la otredad y con el mundo. El lenguaje expresa el vacío lleno de ausencia o contenido, pero siempre regresa al lugar en que la persona escribiente ha recalado, la que explora a través de la palabra, en su empeño de rescatar evocaciones vinculadas a estados procedentes de periodos pre verbales propios de la etapa oral, que es la etapa en la que el cachorro humano está vinculado a la madre y a los que podríamos acceder fundamentalmente desde la poesía, u otros posteriores, vinculados a la relación con el padre y con lo social. Podría realmente remitirse a cualquier momento vivido de la propia historia de quien escribe a lo largo de su trayectoria vital.

Tanto se trate de evocaciones más primitivas en el desarrollo evolutivo o más avanzadas en la maduración, la persona que escribe, tratará de adentrarse en un lenguaje que contenga todo su bagaje experiencial o que de salida a lo traumático. La escritura será el medio por el que busque esa plenitud perdida o construya una realidad acorde a su necesidad real.

Independientemente del género literario elegido, incluso si se tratara de ciencia ficción, una mujer escritora, se escribirá a sí misma a través del lenguaje y eliminará las barreras que la propia cultura le ha impuesto, teniendo en su haber los códigos propios de un lenguaje patriarcal.

Podría afirmarse que el lenguaje podría acercarnos a lo real a través de lo simbólico, tal y como apunta Lacan. En la libertad de la escritura sucede la metáfora. Frente a la hoja en blanco, la escritora se encontrará con su propia autocensura y al traspasar los límites de la misma, entrará irremediadamente, a menudo desde el placer, y en ocasiones desde la angustia, a derrumbar aquellos aspectos que le atan a la memoria de lo vivido, impreso también en la propia musculatura y anclado a la coraza caracteromuscular, -concepto acuñado por Wilhem Reich-

Me pregunto a menudo por qué hay tantas mujeres que escriben, y tan pocas conocidas y reconocidas, por qué las mujeres acuden a la escritura como un refugio, tal vez sea, me respondo, porque no deja de ser un lugar propio lleno de posibilidades, un lugar de resistencia y de una gran libertad interior en la que muchas cosas son posibles, es el territorio de los sueños, de la humanidad y de la dimensión mágica que entraña la vida.

“ Me proclamo poeta.  
En mi declinación a la locura.  
Mi cuerpo.  
Como raíz bastarda de la carne  
quiere reconocerse en la armonía.”

Heberto de Sysmo <sup>7</sup>

[...]“la pequeña viajera  
moría explicando su muerte

Sabios animales nostálgicos

visitaban su cuerpo caliente.”

Alejandra Pizarnik<sup>8</sup>

### **Biografía de la autora:**

Teresa Ramos Oviedo en 1961. Reside en Pamplona-Iruña. Poeta y psicoterapeuta formada en la Escuela Española de Terapia Reichiana. Miembro del Ateneo Navarro. Creadora de ANAITAVERSO, espacio dinámico y participativo para la difusión de la poesía y del *Grupo Psicosocial de Encuentro y Poesía*.

Finalista en el Premio de Poesía Reinaldo Arenas (Miami 2017). En 2017 publica: ***Bancales de perfume*** (Colección Poética y peatonal -Ejemplar Único-) con el pintor Gabriel Viñals. En 2018 reedita de nuevo *Bancales de perfume* en la colección Artika de Cénlit Ediciones. I Premio Concurso de poesía “*Noches poéticas de Bilbao*” 2015 con ***Sabe la noche*** y I Premio del XXXVIII Certamen de Poesía “Rafael Fernández Pombo” 2012, ***La conjura de las letras***. Ha prologado “*La X en la palabra*” de Fermín Castro” y “*Aún tu nombre*” de Ramón Campos. En 2015 fue Jurado en el *II Concurso de Noches Poéticas de Bilbao*. Ha tenido diversas colaboraciones con revistas y antologías.

Revistas:

Una vez en Pamplona (Casa de la Juventud). Constantes Vitales, (Grupo Ángel Urrutia, Ateneo Navarro). Revista de U.G.T. Revista Luces y Sombras. Revista Río Arga. Crátera, Revista de Crítica y Poesía contemporánea. TK La poesía en Navarra. S. XXI. 2017

Antologías:

I Encuentro Nacional de Poetas (En un lugar de la Mancha). Más allá del sur (Veloz Quietud). 100 poetas en mayo (Editorial Tarqus). Voces del Extremo 2012/2016. Amargord). Cuaderno de Banco (David Köemman) Letras sin fronteras (Shushikuikat). Voces del Extremo -Poesía del Vínculo- (Amargord).

### **Bibliografía:**

- Pinkola Estés, Clarissa. *Mitos y cuentos del arquetipo de la Mujer Salvaje*. Editorial Sine qua non

- Hernández, Miguel. Cancionero y romancero de ausencias
- Reich, Wilhelm. *La función del orgasmo*. El país (Clásicos del siglo XX)
- Ruiz, Maria Clara. Pero no se lo digas a nadie  
<https://mariaclararuiz.com/2017/10/25/pero-no-se-lo-digas-a-nadie/>
- Ramos Ortega, Belén. *La escritura con el cuerpo o el cuerpo de la escritura: aproximación a una poética de la subversión en Luisa Valenzuela*. Belén Ramos Ortega. Universidad de Granada.  
<https://webs.ucm.es/info/especulo/numero44/escuerpo.html>
- De Sysmo, Heberto. *Maldito y bienamado Bibelot*. Editorial Baile del Sol
- Pizarnik, Alejandra. N° 34 del Árbol de Diana
- Ramos, Teresa. *La conjura de las Letras*.