

# MANUAL BREVE DE AUTODEFENSA LÉSBICA



Ilustración de Portada: Céu do Tulipa

Edición: Adriana y Cristina

Autoras: Brenda  
Karol  
Natalia  
Darling  
Cristina

Managua, julio 2020.

# MANUAL BREVE DE AUTODEFENSA LÉSBICA



## El camino que construimos juntas

Por Adriana Trillos\*

Este breve manual de Autodefensa Lésbica es el resultado de un proceso de acompañamiento psico-emocional a un grupo de jóvenes lesbianas nicaragüenses que el Programa Feminista La Corriente organizó entre mayo y junio 2020. Debido a las circunstancias extraordinarias que el Covid-19 ha causado, tuvimos la necesidad de conectarnos virtualmente. A pesar de la distancia física (tan recomendada en estos tiempos), pudimos escuchar, reconocer y nombrar las más variadas experiencias de dolor, rabia y miedo que sigue generando la violencia hacia las mujeres lesbianas en todas las estructuras de la sociedad nicaragüense, incluyendo la de la familia, ésa que todavía

idealizamos pero que sigue siendo la fuente principal de discriminación y rechazo. Ésa de la que nos habla Cristina Arévalo en el artículo sobre las experiencias múltiples de ser lesbiana en Nicaragua (escrito en el 2015), en el cual relata lo que cinco años después sigue ocurriendo sin mayores cambios. A eso se le suma el conflicto socio-político del 2018, cuyas memorias de terror están aún muy presentes y han limitado significativamente las oportunidades de estudio y trabajo.

Consideramos que el camino de la sanación y del bienestar individual, no es posible sin el respeto mínimo de los Derechos Humanos ni de las libertades sexuales tanto en las relaciones afectivas como en las sociales. De manera que esta vez, en lugar de coleccionar historias de horror e indefensión, decidimos

construir este camino juntas compartiendo formas estratégicas de combatirlas, de hacerles frente con dignidad, orgullo, identidad propia y hasta creatividad. Porque sí debe ser posible *Ser y Existir* lesbianas sin que eso implique años de lucha contra duras depresiones, intentos de suicidio, aislamiento y represión. Por eso, les presentamos un manual estilo *Fanzine*, cuyo contenido expone muchas formas de auto-defensa a través de textos, pero también a través de expresiones artísticas que las chavalas hacen parte de su vida y desde donde han encontrado placeres, resistencias y comunidad.

\*Psicóloga feminista, facilitadora del acompañamiento y editora del manual.

## **Las experiencias múltiples de ser lesbiana en Nicaragua**

Por Cristina Arévalo Contreras\*

Cuando decidí escribir estas líneas sobre lo que significa ser lesbiana en Nicaragua, pensé que yo estaba en una posición "privilegiada" para hacerlo. Porque por un lado: vivo sola, en una zona que - hasta el momento - ha sido agradable, tengo trabajo, vehículo, no tengo que darle cuentas a nadie de dónde estoy, a qué hora vuelvo y con quién estoy; he podido - hasta el momento - solucionar alguno que otro problema de salud...entre otras cosas. Soy digamos, independiente. Y cuando salí del llamado clóset, "nadie se infartó, nadie se murió, nadie colapsó", como decíamos Las Hijas del Maíz. Mi familia estaba lejos y al menos de quienes me importaba muchísimo

su opinión, se lo tomaron con una calma sorprendente: fueron las más respetuosas y se portaron en realidad espectaculares. Mi mamá estaba lejos y para no angustiarla o preocuparla, no se lo dije en su momento, claro que se enteró después... mucho tiempo después; sin embargo, su reacción fue también espectacular. Me di cuenta que había sido más terrible encerrarme en mi propio clóset creyendo que la iba a dañar, que la molestia que le ocasionó enterarse por otra persona y no por su propia hija a quien quiere tanto, como ella misma me lo dijo.

Sin embargo, esta realidad es mía. Puede ser que una situación como la mía o similar, la tenga más de una. Pero no es así para muchas lesbianas que he conocido en Nicaragua de las más diversas procedencias. Las realidades de

otras lesbianas nos dicen: que no tienen un trabajo fijo que les permita independizarse; que han padecido discriminación en los centros de salud; que han decidido tener hijos/as y/o casarse para demostrarle a sus familias que son "verdaderas mujeres"; que han recibido palizas porque sus padres o madres prefieren tener en sus familias "putas" antes que tener una "cochona"; que hablan de su pareja como su amiga cercana... cercanísima o como su prima; que se visten como no quieren hacerlo "porque es mejor así para que nadie sospeche que soy lesbiana"; que tienen que soportar preguntas como "quién es el hombre en esa relación"; o "cómo es que eres tan bonita y eres lesbiana"; que no pueden compartir con sus familias eventos importantes porque en esos eventos vendrán cientos de preguntas inquisidoras como: para cuándo te

nos casas, para cuándo un nieto, cuándo nos presentas a tu novio, cómo me dijiste que se llama tu novio, y otras por el estilo; o que han tenido que enfrentar comentarios como “te voy a hacer sentir mujer otra vez” o “lo que le falta es un buen hombre que la compongá”, que en realidad son una abierta amenaza de violación y en el peor de los casos, las que han vivido en carne propia el cumplimiento de esa amenaza. Aún hoy en pleno siglo XXI, hay muchas mujeres que quisieran dinamitar los clósets y estar seguras que al hacerlo no estarán poniendo en riesgo su propia integridad.

Esta lista la podría hacer más grande, no la he inventado yo. Son experiencias que he escuchado a lo largo de los últimos años en que me he vinculado más con lesbianas activistas y no activistas, jóvenes y no tan

jóvenes, de Managua y del interior del país y de más allá de nuestras fronteras. Y son en realidad una muestra del daño que hace la discriminación a la vida de miles de mujeres y de lo lejos que estamos de tener una sociedad respetuosa de las diferencias.

Hoy, años después de haber escrito estas líneas, confirmo que la discriminación y la violencia contra las lesbianas sigue haciendo daño. Sin embargo, confirmo también lo increíble que ha sido encontrarme con el feminismo nicaragüense para continuar nombrando lo que me incomoda y denunciar lo que tanto daño nos ha hecho a las lesbianas, tortilleras, cochonas.

Y reafirmo también lo importante que es encontrarnos en colectivos para hablar entre

nosotras y compartir estrategias para hacernos más fuertes.

Gracias a La Corriente por este espacio y a Adriana por acompañarnos.

Artículo publicado por El Nuevo Diario  
el 15nov 2015

\*Activista feminista, integrante del Programa Feminista La Corriente y del grupo de teatro Las Hijas del Maíz.  
Participante del acompañamiento.

## Skata

Por Brenda

En mi vida como mujer lesbiana, he utilizado otros medios de escape no tan convencionales para sentirme una ser humano libre, y éste ha sido el *skateboarding*, el cual es un deporte



culturalmente asignado a hombres y en donde el ejercicio del mismo, ha sido un reto, pero a la vez me hace sentir empoderada.



Cuando empecé a patinar, mucha gente quiso que lo dejara porque yo era “una señorita”, pero era tanto mi amor por esto, que luché y me quedé en él. Este reto me ayudó a entender mi otra lucha por la libertad, como mujer lesbiana. Aprendí que, con perseverancia y amor, poco a poco vamos saliendo del caparazón, y que nadie puede impedirnos ser quienes realmente somos.



Las\_Skatas\_Nicaragua



# Soy Por Darling

Wiwili — o Jinatega.

Soy una joven bisexual del municipio de Wiwili Jinatega, tengo la edad de 23 años, Soy ingeniera Agrónoma y Joven Activista, desde la edad de 14 años me empezaron a gustar los chicos y también los chicas, desde ese tiempo empecé a tener problemas y me cuestionaba que era lo que en verdad quería, o lo que en verdad me gustaba. Mis padres de escasos recursos nunca me apoyaron por la situación económica en la vivíamos en ese entonces. Decido independizarme y buscar medios como salir adelante para poder estudiar y tener mis propios libros que necesitaba. En mi infancia nunca me gustaron los mericatos me gustaban los carros y andar en bicicleta. Crecí siendo más masculina que femenina me gustaba trabajar al campo arrojando frijoles sembrando, lechuga, arrojando papas y ganándome el día al campo hasta que logre culminar mi Secundaria.

Después de esto comencé lo más difícil y aterrador en mi vida ya que mis compañeros de clase empezaban a discriminar me, mis vecinos me insultaban me decían mucha maldad e incluso a mis amigos les decían que no tomaran la ración por que los iba hacer cochara. Entré a la universidad a estudiar la carrera de Agronomía y solo barones cuñon en esa facultad y la única mujer here yo, desde ahí me que mi vida durante esos 5 años de universidad iban hacer un caos una frustración saber que mis compañeros y profesores hacen machista me hostigaban hasta que un día decidí organizarme en una Red de Jovenes Indígenas donde hera la única porte donde Podia desahogarme y decir lo que me gustaba y lo que sentía. Fue ahí donde abrí mis ojos y dije es el momento de salir del closet y decir quien soy.

Como Soy y aceptarme tal y Como Soy. una joven bisexual que defiende los derechos humanos míos y de las demás personas, mi familia. entiendo que soy una mujer bisexual con virtudes con ganas de superación y una buena líder comunitaria. en los últimos años e cambiado mi forma de pensar a sea las personas que me han discriminado en la actualidad. hago lo que me gusta con amor con pasión y me siento feliz de salir vergasto a querirme tal y como soy. amo el campo los animales montar a caballo y todo lo demás a un me falta que en mi comunidad me acepten como bisexual y que me dejen participar de algunas actividades de donde me han excluido le agradezco a algunas organizaciones que me han ayudado a ver la realidad de otra manera.





“Durante todo este tiempo he tenido etapas de depresión al no ser aceptada y ser discriminada.” por mi orientación sexual”.

“Así es como he venido trabajando fuerte en el campo para salir adelante. Esto representa lo que me gusta hacer, lo que me apasiona”.



## Señoras Florales

Por Karol



Céu do Tulipa Ilustraciones  
(ceudotulipa\_illustration)



## Chimbomba

Por Cristina

Tengo Mi  
chimbomba  
llena



La  
violencia  
contra  
las lesbianas  
nos ha  
SILENCIADO

## Manifiesto personal

Por Natalia

Nunca había escrito un manifiesto. Por lo que investigué, quiere decir algo que tenemos en mente realizar, como tus proyectos de vida, tus sueños o la vida que quieres llevar. Esta frase me la encontré en Instagram y pues me la quedo. Merezco ser feliz, merezco que me vaya bien. Me perdono y confío en mí. Voy a empezar de nuevo. Esta vez sí lo voy a lograr. Algunas veces nunca nos perdonamos porque las cosas no salieron como uno quiere y tomamos la opción de autocastigarnos, diciéndonos cosas negativas y de esa manera nos maltratamos. Me prometo ser feliz con la vida que llevo hasta ahora, aceptándome con mis días grises y mis días llenos de colores, que han sido maravillosos. Me prometo llevar las

adversidades con calma. La Natalia confía en ella porque es una mujer fuerte y valiente que le ha dicho sí a la vida. La vida me ha regalado varios cambios y lo he tomado con los brazos abiertos. Los cambios dan un poco de nervios, pero a veces nos hace bien tener esa sacudida de vida.

Recuerdo cuando me enamoré por primera vez, claro como toda persona uno se llena de muchas expectativas y quiere que las cosas funcionen, y se crea un mundo lleno de corazones e ilusiones. La Natalia se enamoró y eso marcó mi vida porque sé que no era un enamoramiento convencional o común, fue un noviazgo con todos los miedos posibles, y sin embargo, me lancé al nado, como dicen popularmente los chavalos, me enamoré de una mujer, un mundo complejo porque yo no

sabía si en realidad me gustaban las mujeres, pero ésta sí, me gustaba cómo me hablaba y me escribía cosas. Fue una noche al salir de la universidad que me roba mi primer beso, en el baño de la F, una de las secciones de la universidad. En la clandestinidad de la noche, me causó curiosidad y a la vez nervios, lo hice. ¿Por qué cuento esto? Porque desde entonces vengo batallando con mis miedos y mis incertidumbres y de ahí parto, que como dicen, no podemos dejar que el miedo nos paralice, porque después de ese miedo está ese bienestar-felicidad que tanto necesitamos.

Parto de este recuerdo porque fue un salto inmenso que tuve. Me sentía culpable y a veces sentía que eso estaba mal y que por eso la vida me había tratado así. Un montón de pensamientos e ideas que no tienen que ver

propias historias, es una quien decide a los personajes, eso me ha ayudado a mí en lo personal a poder aceptarme, porque las personas son las que te inyectan ese miedo en la realidad que en una no habita, pero al escribirlo o decirlo, al vivirlo en carne propia son ópticas diferentes.

Ese miedo a la aceptación propia, es trabajo que nos tenemos que hacer a diario y creo que no solo nos pasa a las personas de la diversidad sexual, sino a todos en general.

Un segundo mensaje de autodefensa, es tener a un cómplice a tu lado. En mi casa es mi hermano menor, que es al único que se lo conté y me apoya en todos los aspectos. Este cómplice te ayuda a escucharte, te da consejos sobre cómo podés hacer las cosas. Y sobre

con tu orientación sexual. Poco a poco he venido trabajándome para no sentir eso feo en mí. Porque uno de los principales valores es aceptarse a una misma y quererse tal y como es. Todas las ideas que una tiene en su mente en realidad son ideas u opiniones de personas ajenas a una, es ahí donde el amor propio y el autoestima juegan un papel importante en el desarrollo de una persona, en este caso en el de una mujer lesbiana. Ya que es bien complejo abrirse al mundo o a tu familia, porque sabés que prejuicios son un montón y la discriminación es inmensa y un montón de cosas que a una se le viene en mente.

Un mensaje de autodefensa en mi caso sería: que vivamos nuestros amores sea como sea sin que nadie nos diga nada, porque en realidad somos nosotras las directoras de nuestras

todo que no te sintás mal por tu orientación sexual, que la disfrutés, y tenés ese respaldo que te ayuda a disfrutar la vida tal y como le gusta a una. Sin tabúes y discriminación.

Yo Natalia, me comprometo a trabajar en mis sueños, uno de los cuales son salir del país para estudiar mi maestría y poder conseguir una vida de calidad, pues tampoco tengo un trabajo en el cual yo me sienta bien en todos los aspectos.

Me comprometo a trabajar bastante en mi proyecto, porque quiero hacer un trabajo comunitario en las zonas rurales de mi pueblo para que los niños y las niñas tengan acceso a otra opción de educación por medio de la lectura, haciendo jardines de lectura y que ellos mismos vayan desarrollando la

comprensión lectora y que desarrollen pensamiento crítico.

Me prometo trabajar en mis sueños y proyectos que tengo a largo o corto plazo. Me merezco una vida tranquila, sin que nadie me diga qué es lo que tengo que hacer. Seguir formándome en lo que me gusta, poder ayudar a las personas. Tomar mis decisiones sin consultarle a nadie.

La independencia ha sido uno de mis planes de vida. La independencia de una mujer en este país, la pone como que es una mujer vacía que le falta algo, no es aceptado que una mujer pueda vivir sola, la miran con ojos de susto.

Pero yo espero lograr mis sueños plasmados en este escrito.



Ilustración de Céu do Tulipia

“He crecido, fui esas dos peces. Ya no quiero regresar a ser pequeña. Me siento orgullosa de donde estoy. No quiero volver a permitir que me digan que estoy mal”.

## **Manifiesto Colectivo**

Voy a salir adelante, firme, aunque me canse.  
Ya no quiero tener miedo de tomarle la mano a mi chica.

He crecido. No quiero regresar a ser pequeña.  
La celebración que yo me doy son mis luces.  
Mis opiniones son las que cuentan, antes que las de los demás.  
Ahora seré yo quien decida cómo tomar los tomates que nos tiran.  
Me siento orgullosa de dónde estoy.  
No quiero volver a permitir que me digan que estoy mal.

No más dolor, no más violencia.  
A veces he renunciado, pero me he levantado porque tengo sueños.  
Ha sido una batalla. Nombrarme me ha liberado del dolor.

Rescatemos la felicidad en el reconocimiento de la identidad lésbica. Enfoquémonos en lo bonito, rescatemos los sueños. Organicémonos con otras mujeres, otras chavalas. Seamos, existamos libres, sin miedo.

