

SOMOS  
las nietas  
de las BRUJAS  
que no pudisteis  
QUEMAR



*tres voltes rebel*

AME SOLER



SOMOS  
las nietas  
de las BRUJAS  
que no pudisteis  
QUEMAR

El manifiesto feminista autobiográfico de Tres Voltes Rebel, una de las jóvenes promesas la ilustración en nuestro país, que nos empodera y recuerda que nada podrá con nosotras.

«Nunca he encajado en los esquemas que la sociedad ha construido para ser una chica perfecta. Desde pequeña me despeinaba de manera asombrosamente fácil. Recuerdo un día que había jugado, corrido, saltado... Y un profesor me dijo: Péinate, pareces una bruja. Estos años me prepararon para la adolescencia más insegura y dependiente que puedas imaginar. Un sufrimiento que parecía no terminar. Hasta que descubrí el feminismo y pude dar nombre y forma a todo aquello que me oprimió. Hasta que me uní a un grupo de luchadoras que volamos a contracorriente».

Sincero, poético y desgarrador, un relato en el que Tres Voltes Rebel nos da su propia visión del feminismo.

Ame Soler

---

**Somos las nietas de las brujas  
que no pudisteis quemar**



Título original: *Somos las nietas de las brujas que no pudisteis quemar*  
Ame Soler, 2019

---

Revisión: 1.0

 01/10/2019

A mi familia, por estar en las cimas y en los valles,  
a Josep, por su apoyo incondicional,  
a Larissa y a Naza, por haberme ayudado a crecer,  
a Pablo García y a Ainhoa (Rebelarte),  
por su maravillosa fotografía,  
a Julia, Tatiana, Sahila, Laia, Ariadna, Elisabet, Paula,  
Deidre, Alba, Queralt, Sofia, Carol y a Gabi, por hacer  
suya mi historia. A Mississippi, por sus palabras.  
A Olga y a Isabel, por ser faros.





Bellicabó

Así me llamó cariñosamente mi familia cuando  
nací. Más de cuatro kilos de bebé gordito.

Cómo iba a saber que años después  
esto mismo  
me jodería tanto.







En realidad, muchos bebés nacen gordos;  
era grande, pero no muy distinta del resto.

Nunca perdí mi barriguita de niña pequeña,  
pero la verdad es que esto me daba igual.

A mí solo me preocupaba pintar, que era lo  
que más me gustaba (y me gusta) en el mundo.

“ya has  
comido  
bastante”



Bueno, pintar... **y comer.**

Me encantaba (y me encanta) comer.  
Algunos días incluso «se me olvidaba»  
que había merendado ya y merendaba  
dos veces. O tres.

Mis lorzas nunca fueron un problema.  
Hasta que me hicieron ver que estaban  
ahí y que no debían gustarme.

Físicamente no encajaba en el esquema que la sociedad ha construido para ser una chica **perfecta**.

Y en cuanto a personalidad... tampoco.

«Pareces un chico», me decían, como si mis gustos, mis gestos o mi manera de relacionarme determinasen mi género, menuda gilipollez, ¿no?



Pero esos comentarios  
me iban haciendo creer  
que no era como debía ser.

"Cállate"  
"No digas eso"  
"Estás molestando"

Hablaba mucho y muy alto.  
Y claro, esto también era un problema.

Crecí  
pensando  
que hablar  
era sinónimo  
de molestar

-MISSISSIPPI-

Me despeinaba con una facilidad increíble.  
Recuerdo un día, a última hora de la tarde,  
que había jugado, corrido, saltado...  
Y un profesor me dijo:

«Péinate, pareces una bruja».

Se rio toda la clase  
y yo me limité  
a agachar la cabeza,  
avergonzada.





"Peínate,  
pareces una  
BRUJA"

Se acercaba la adolescencia y su implícita preocupación por mi apariencia física.

Empecé a darme cuenta de que mi cuerpo era muy distinto del de los maniqués.

No encajaba.

Mi cuerpo no era válido.

O eso creía yo.



Ojalá hubiese sabido que  
mi cuerpo era tan válido  
como el que más



## **Vergüenza.**

Sentía vergüenza de ir a la playa en bikini,  
calculaba mi postura al milímetro para que no  
se me notasen los kilos que consideraba de más.

No estaba disfrutando,  
y mi cabeza no paraba  
de repetirme:

«¿Qué estarán pensando de mí?».

"¿Qué estarán  
pensando de  
mí?"



Tenía **celulitis**.

Me preguntaba constantemente  
si aquello algún día acabaría desapareciendo.

Los culos de las revistas eran lisos,  
redondos y perfectos,  
totalmente distintos del mío.

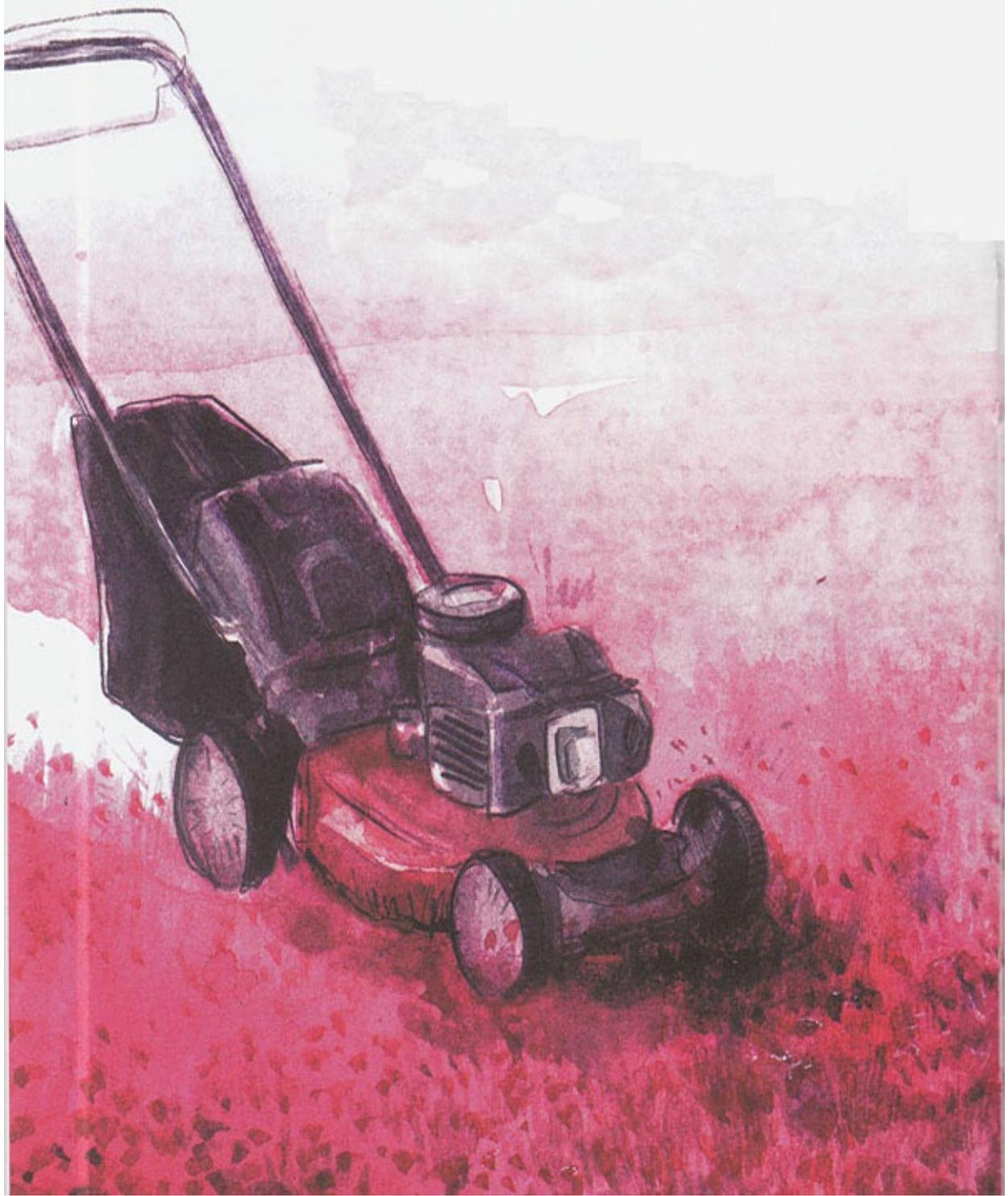


La celulitis  
es un rasgo  
tuyo más,  
como la forma  
de tus labios  
& el color  
de tus ojos

Crecía y quería imitar todos los rituales  
de belleza que veía a mi alrededor.

Ojalá hubiese sabido que depilarme  
era una opción ti no una obligación.

Que mi pelo es tan natural como las  
amapolas, pero entendí que no debía  
dejar crecer las flores en mi campo  
porque era **mujer**.



Ojalá  
hubiese  
sabido que  
depilarme  
era solo una  
opción

¿Cuántas veces me sorprendí  
a mí misma justificándome por  
tener pelos largos al ir a depilarme?

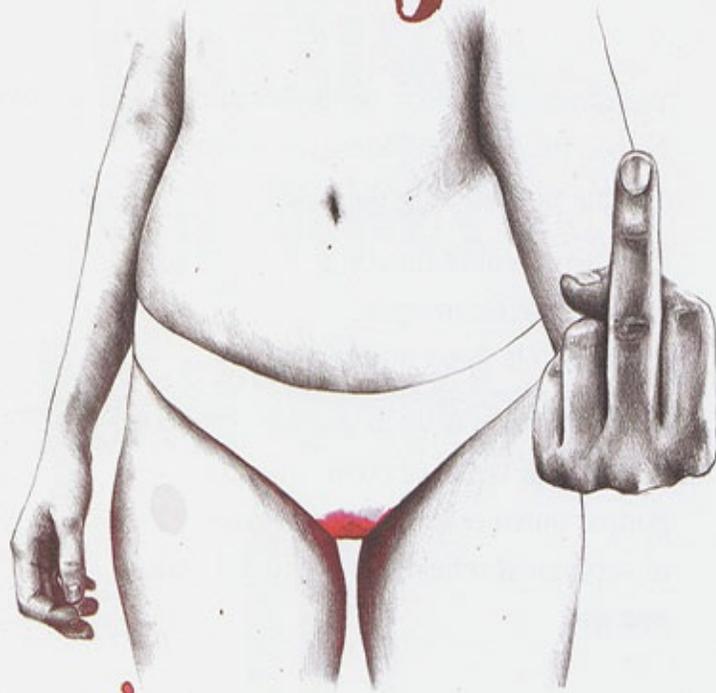
No era consciente en aquel momento  
de lo que eso significaba,  
era puro rechazo a mi propio cuerpo  
en su estado más natural.

Interioricé de tal manera  
los cánones estéticos  
que mi naturaleza  
me parecía  
fea  
y sucia.





La regla



no está

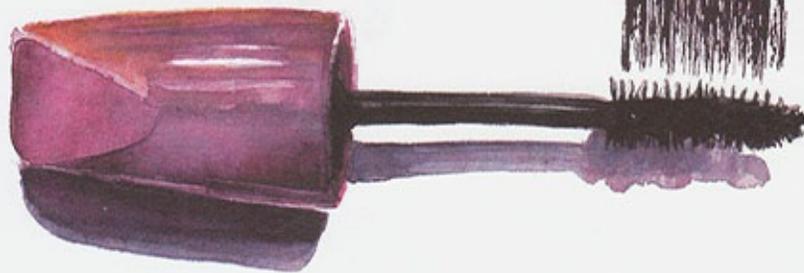
Sudaderas, vaqueros, camisetas anchas y deportivas.  
Nunca fui de faldas, lazos, ni volantes,  
aunque podría haber sido así.

Que vestía como un chico,  
que cuidase mi imagen,  
que así no le iba a gustar a nadie...

Soporté estos y mil comentarios por el estilo.  
Pero decidí vestirme como quería,  
porque quien se tenía que gustar  
al verse en el reflejo del espejo del baño  
era yo.

Deberías  
ser más  
femenina  
TÚ

No  
sabía que  
solo debía  
maquillarme  
si quería  
y para mí



«Maquíllate un poco que pareces enferma».

«Alegra esa cara».

¿Sabes por qué me decían esto?

Porque como **mujer** se me exige que esté radiante, sin ojeras, con rubor en las mejillas... No vaya a ser que se notase que la noche anterior casi no había dormido porque había estado estudiando, que ese día no me apetecía sonreír porque no estaba contenta o que me había salido un grano en la cara digno de asignarle un nombre.

Pero yo me lo creía y solo contemplaba la opción de tapar mi cara, la de verdad de ese día.

Me gustaba comer, pero cuando lo hacía en público, lo pasaba cada vez peor.

Pensaba que al comer cosas que no fuesen «de dieta» delante de otra gente estaba dándole la razón a aquellos que me miraban por encima del hombro por estar **gorda**.

Me avergonzaba que se notase que disfrutaba al comer.

Me avergonzaba  
de mí misma,  
una vez más  
por el qué dirán

Llegó un día en que decidí dejar de estar gorda,  
y no fue por cuestión de salud.

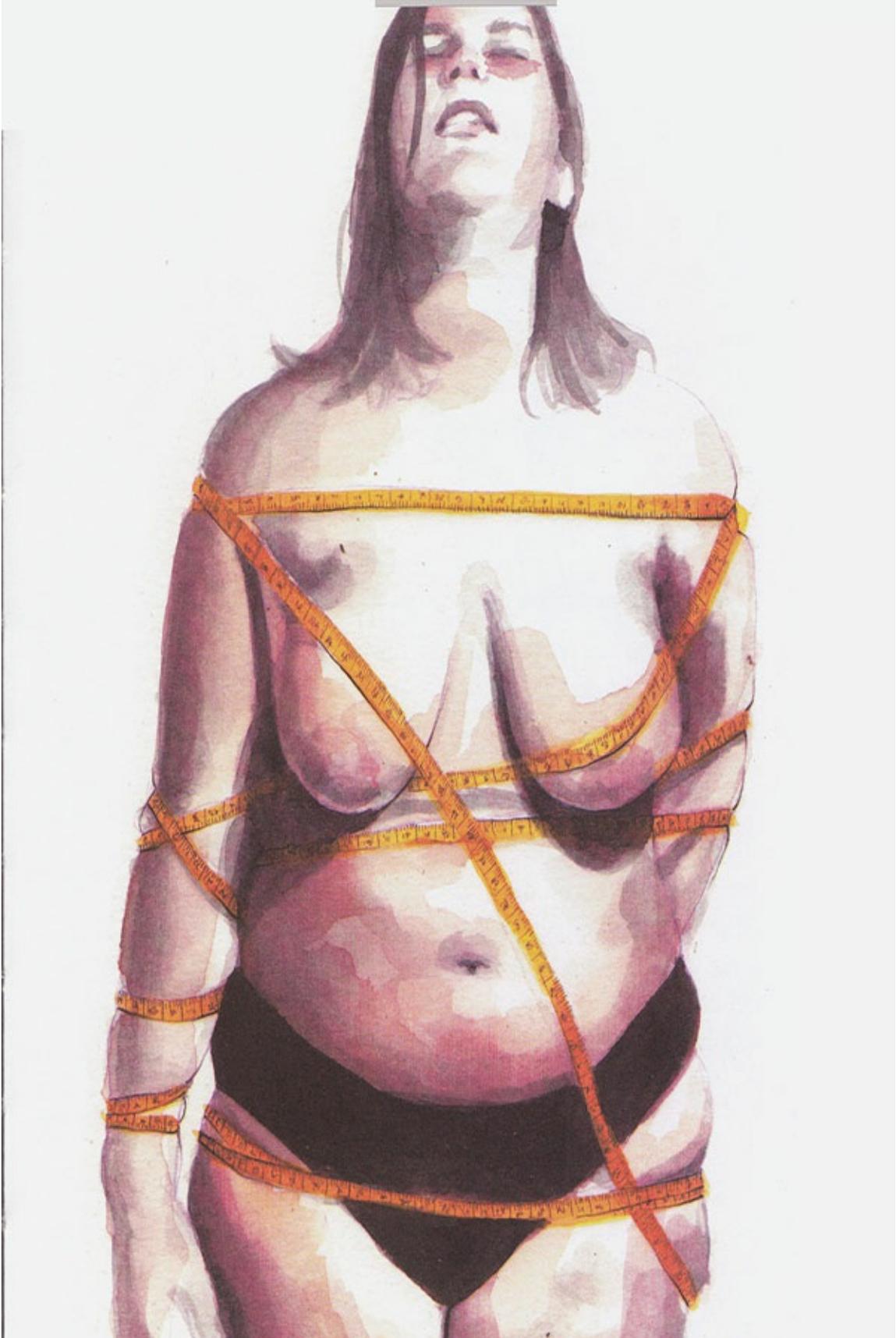
Había desarrollado tal odio hacia mis loras  
que no las sentía parte de mí, sobraban en mi vida.  
Así que me propuse hacer una dieta milagro.  
Y ahí sí, ahí sí que me jugué la vida. Perdí mucho  
peso, pero también la energía, mucho pelo,  
la sonrisa y las ganas de hacer cualquier cosa.  
Me habían vendido la idea de que ese era  
el precio de la felicidad.

No fue así.

Por un tiempo tuve un cuerpo normativo,  
pero **no** fui feliz.



Pensé que tomaría  
el control de mi cuerpo,  
pero ese control  
me tomó a mí



Nunca sentí mi cuerpo como propio.

La sensación era parecida a la de vivir de alquiler. Sentía que el cuerpo que habitaba en ese momento no era el definitivo y que vivía allí de manera transitoria hasta que comprase la casa de mis sueños: un cuerpo normativo.

Este pensamiento no me dejaba disfrutar de mi hogar, el de ahora, el que me cobija y me guarda. La que, independientemente del color que pinte la fachada, seguirá siendo **mi casa**.



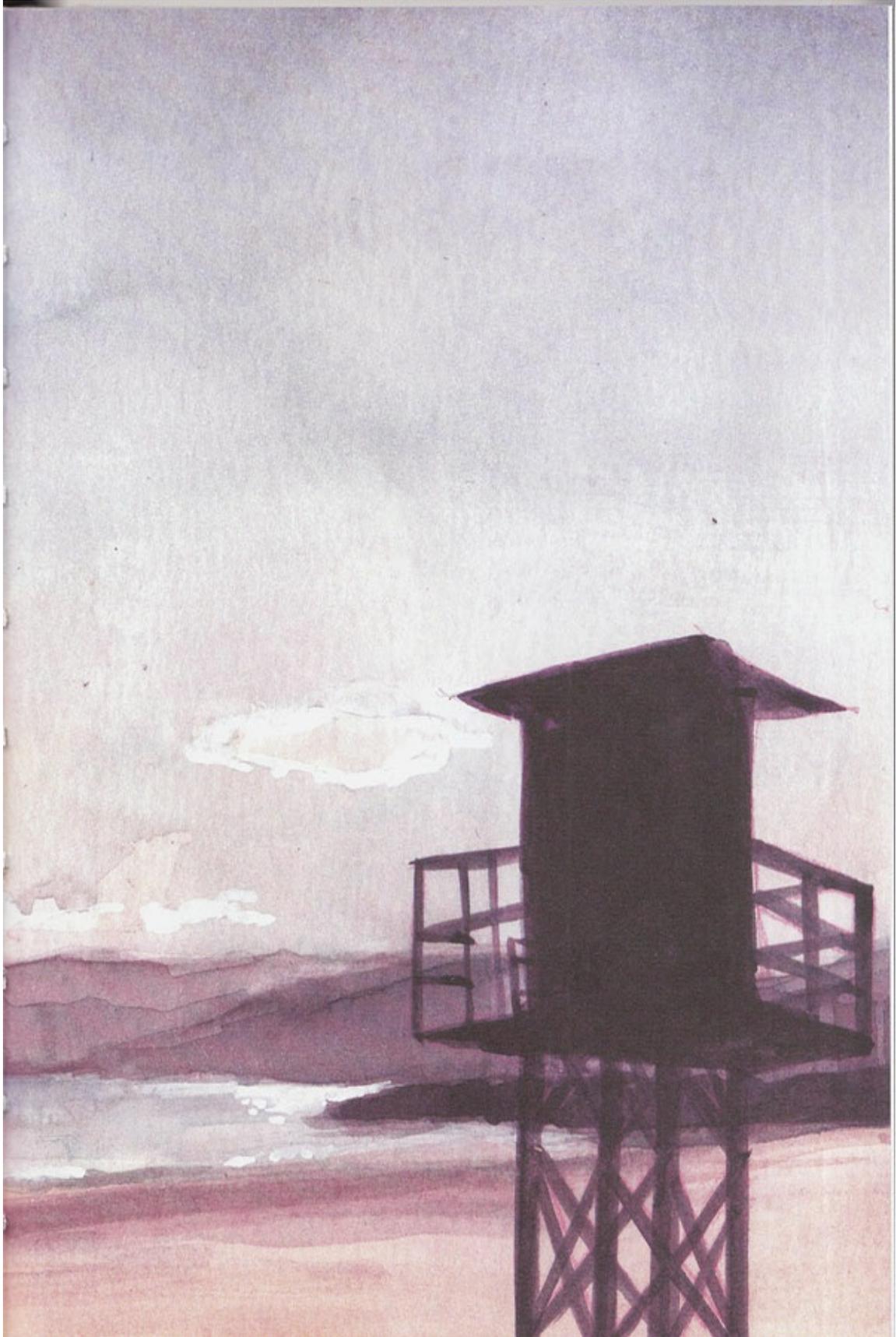
mi  
cuerpo  
es mi  
casa

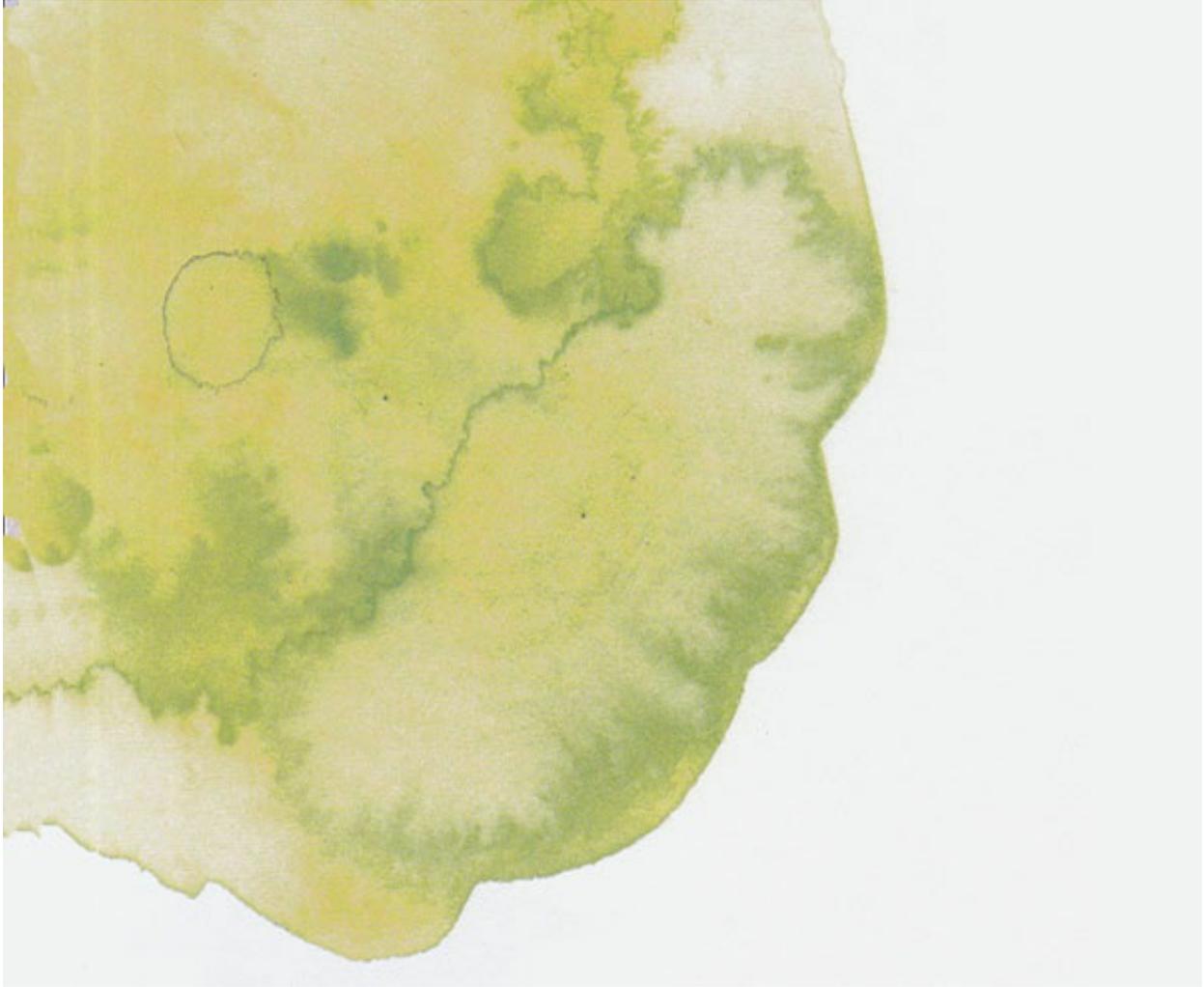




Allí donde veraneaba,  
en aquel paraíso de playa,  
pasé gran parte de los mejores momentos de mi vida.  
Y entre aquellos amigos con los que podía pasar horas  
riendo del mismo chiste,  
lo conocí a **él**







Me gustaba mucho,  
pero pensé que él nunca se fijaría en mí.

Siempre había sido invisible para los chicos,  
y las inseguridades que había cultivado  
durante toda mi vida se encargaban  
de recordármelo.

Perio me haltós



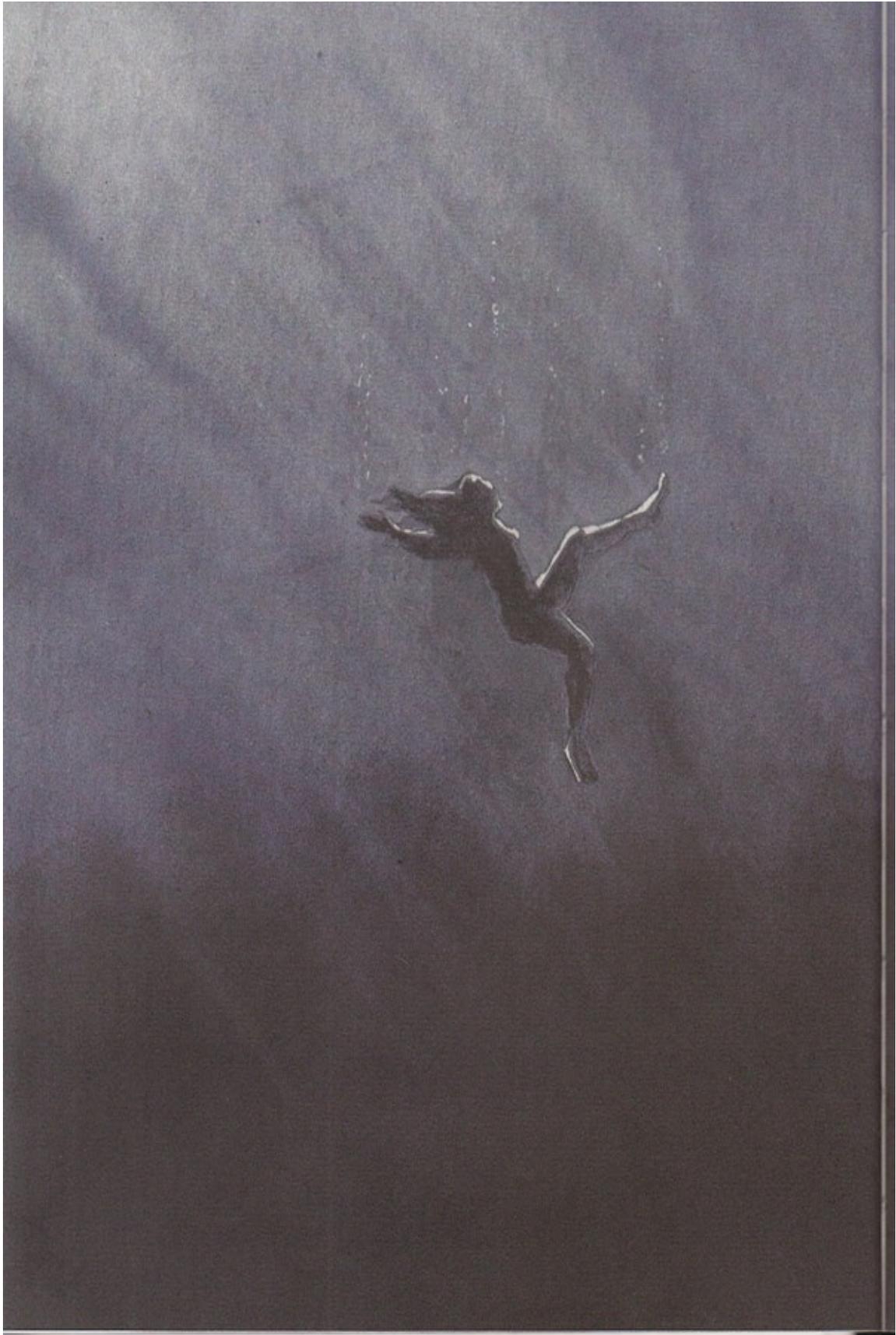
Ese romanticismo  
fue el que casi  
acabé conmigo



No dormía por las noches  
recordando  
lo que me había dicho  
durante el día.

No quería saber nada de  
nadie que no fuera él.

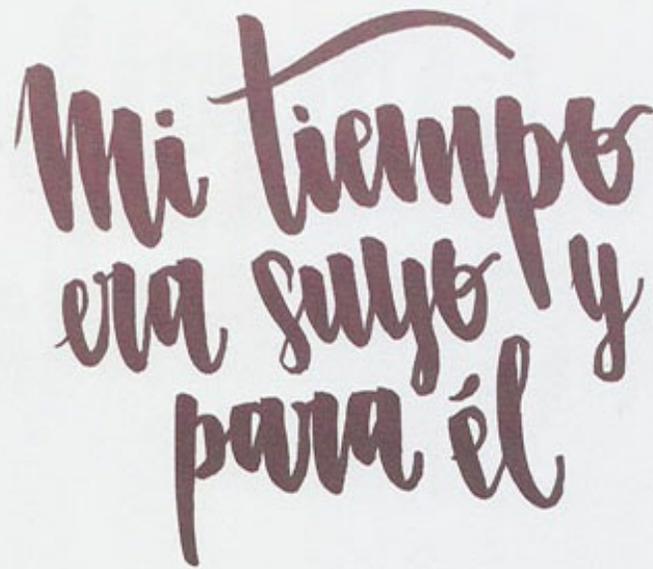
Y a nada importaba,  
porque **yo**  
le importaba a **él**.









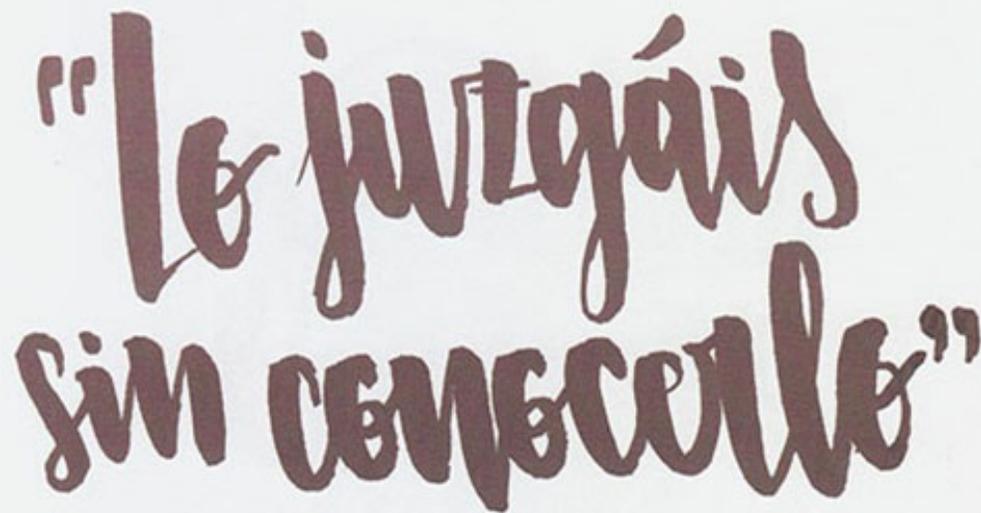


Mi tiempo  
era suyo y  
para él

Cada vez que pasaba algo en mi día,  
por insignificante que fuera, solo pensaba  
en el momento en que podría contárselo.

Dejé aquello que me apasionaba:  
la guitarra, los lápices con los que siempre  
había dibujado, los ratos con mis amigas...

Todo eso me hacía **perder** tiempo  
que podía pasar a su lado.

The image shows a piece of white paper with the Spanish phrase "Le juzgáis sin conocerle" written in a dark brown, cursive script. The text is arranged in two lines: "Le juzgáis" on the top line and "sin conocerle" on the bottom line. The handwriting is fluid and expressive, with some letters overlapping.

les respondí a mi familia y a mis amigos cuando me intentaron decir que algo no iba bien.

Sus palabras se me clavaron como un puñal de hielo en el estómago. ¿Cómo se atrevían a dudar de la persona que más me quería? El que más se preocupaba por mí, el chico que a todas horas quería saber dónde estaba y qué hacía, para asegurarse de que estaba bien.





Tenia miedo  
de decepcionarlos





Me habló de sexo.  
Si me sentía insegura de mí misma...  
aquí todo fue a peor. Tenía miedo de decepcionarlo.  
Le di largas hasta el día en que empezó a hablarme  
de experiencias con su ex.

Me dijo que él me quería ti lo daba todo por mí,  
ti era el momento de devolverle algo de ese amor.  
Y lo hice, pero no fue amor lo que le di.  
Porque todo aquello que se hace forzado  
no es amor. Fue miedo.  
El miedo a la soledad como consecuencia  
de no cumplir sus deseos

Construí un  
fuerte alrededor  
de nosotros dos



Soledad **invisible**.

**Soledad** de la que no se ve a primera vista.

Me hablaba mal de mi familia y mis amigos,  
me decía una y mil veces las cosas que hacían  
en mi contra. Y yo construí un fuerte alrededor  
de nosotros dos para protegernos de todo  
el mal que quería corromper nuestra idílica  
historia de amor.



Dejé de escuchar  
a la gente que siempre  
había estado a mi lado

Y me **alejé**.

Me alejé dejando una estela de enfrentamientos  
con las personas que se preocupaban por mí,  
por quienes de verdad veían  
que aquel chico  
me estaba desgastando,  
como se desgastan  
las gomas de borrar.  
Me arrastraba por el cuaderno  
hacia donde  
él quería,  
haciéndome  
cada vez  
más  
pequeña.

"Has engordado un poco"  
"Solo te maquillas cuando sales  
con otra gente"  
"Esos pantalones antes te  
quedaban mejor"

Mi físico volvía a ser un **arma**  
que me apuntaba,  
y esta vez la empuñaba  
él.



Recuerdo un día en que intenté volver  
a dibujar lo que sentía.

No pude.

No me salía nada de **dentro**.



Había perdido la magia,  
había roto mi varita



No somos conscientes de lo peligrosa  
que es esta frase.

Bueno, al menos yo no lo era cuando él me la susurraba  
al oído y se me erizaba el pelo. Estas palabras son  
un látigo que sale de la boca del que las pronuncia  
y envuelve las dos rodillas de quien las escucha  
hasta caer al suelo.

Lo que parecía la declaración de amor más sincera  
realmente me daba a entender que después de él  
no había nada ni nadie.

Porque no era normal que alguien me quisiera tanto,  
y yo aún debía estarle agradecida.

Ojalá no me hubiera querido tanto  
y me hubiese querido mejor.

Nunca  
NADIE  
te quieria  
como YO  
te quiero



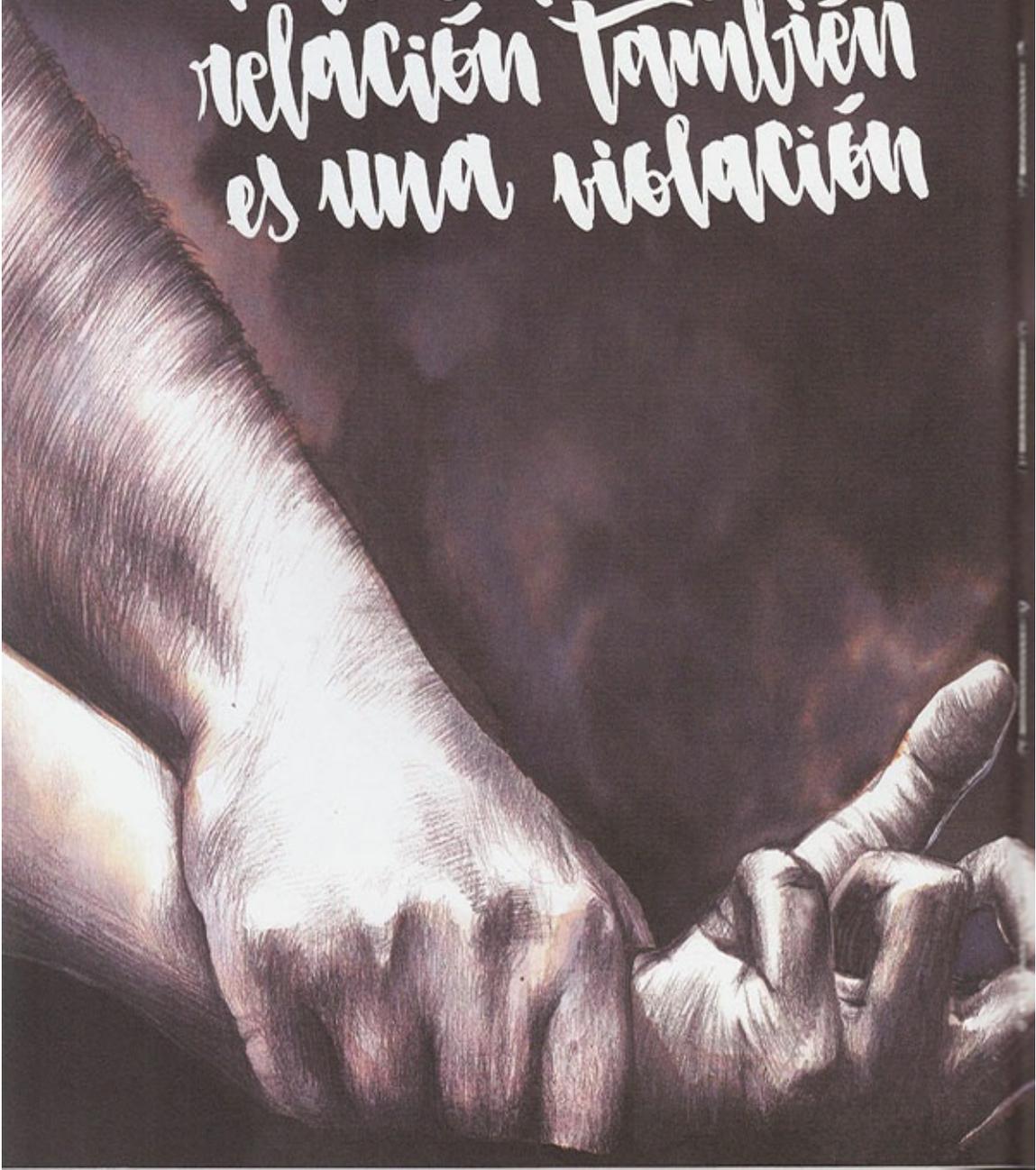


Me contó que su ex y él lo dejaron porque ella  
le fue infiel repetidas veces, que lo había pasado fatal,  
y ahora tenía miedo de que yo le hiciese lo mismo.

«Entiende que me preocupe que hables con otros,  
tíos...», me decía.

Sus movimientos eran tan suaves y sutiles  
que no me daba cuenta  
de que poco a poco  
me estaba  
ahogando.

Una violación  
dentro de una  
relación también  
es una violación

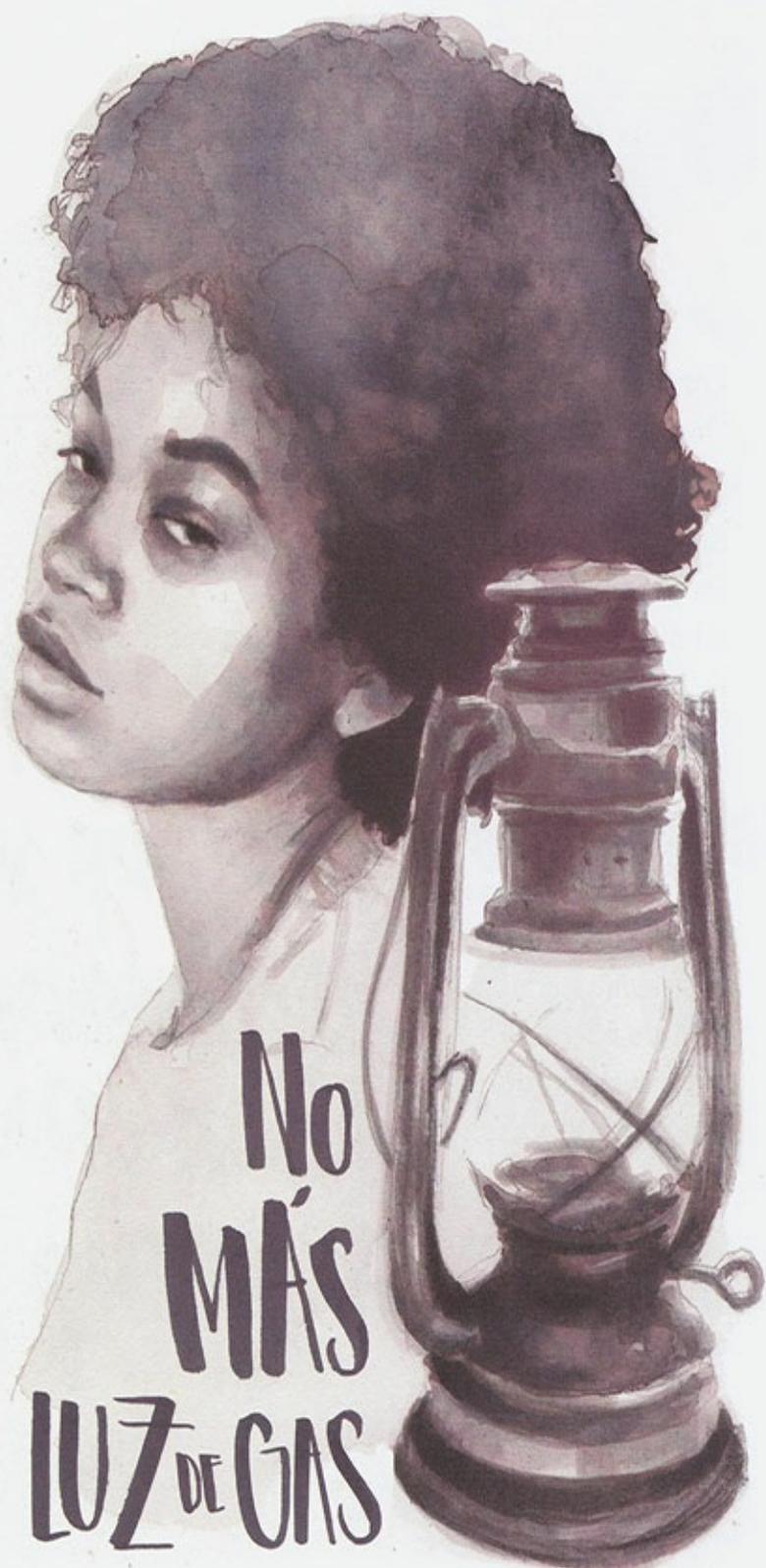




Me ridiculizaba en público y me hacía parecer **loca**  
delante del resto de la gente.

Me hacía dudar de mí misma,  
de lo que yo sabía que había pasado o había dicho.  
Incluso llegué a pensar  
que me imaginaba cosas.  
Me llamaba exagerada,  
decía que me montaba películas...

Las discusiones eran constantes  
y me iban desgastando poco a poco.  
Llegué a sentirme poco fiable e inútil,  
y esto reforzaba mi dependencia hacia él.



No  
MÁS  
LUZ DE GAS

Las peleas se volvieron cada vez más frecuentes.  
Discutíamos a **fuego**, pero luego parecía  
que la reconciliación compensara lo sufrido.

En aquellas subidas y bajadas,  
los valles cada vez eran más largos  
y los picos de concordia duraban cada vez menos.

En una de aquellas discusiones, estando con  
nuestros amigos, me empujó y caí al suelo.

Lo peor no fue  
el golpe,  
sino la **vergüenza** al pensar que todos  
habían visto aquello.

Nadie dijo nada.

Yo solo quería irme a casa, pero él me convenció  
para irnos un rato solos a taparme  
con besos y caricias  
y pedirme perdón.

La que acabó disculpándose  
fui yo por haber empezado la discusión.



No fue la última  
vez que me puso la mano  
encima, pero todas las  
veces acabé pensando  
que me lo merecía



Una noche esperó a que me quedase dormida  
para cogerme el móvil Y mirar mis conversaciones.

Vio como meses atrás había hablado con un amigo  
de Londres y le había dicho que lo echaba de menos.

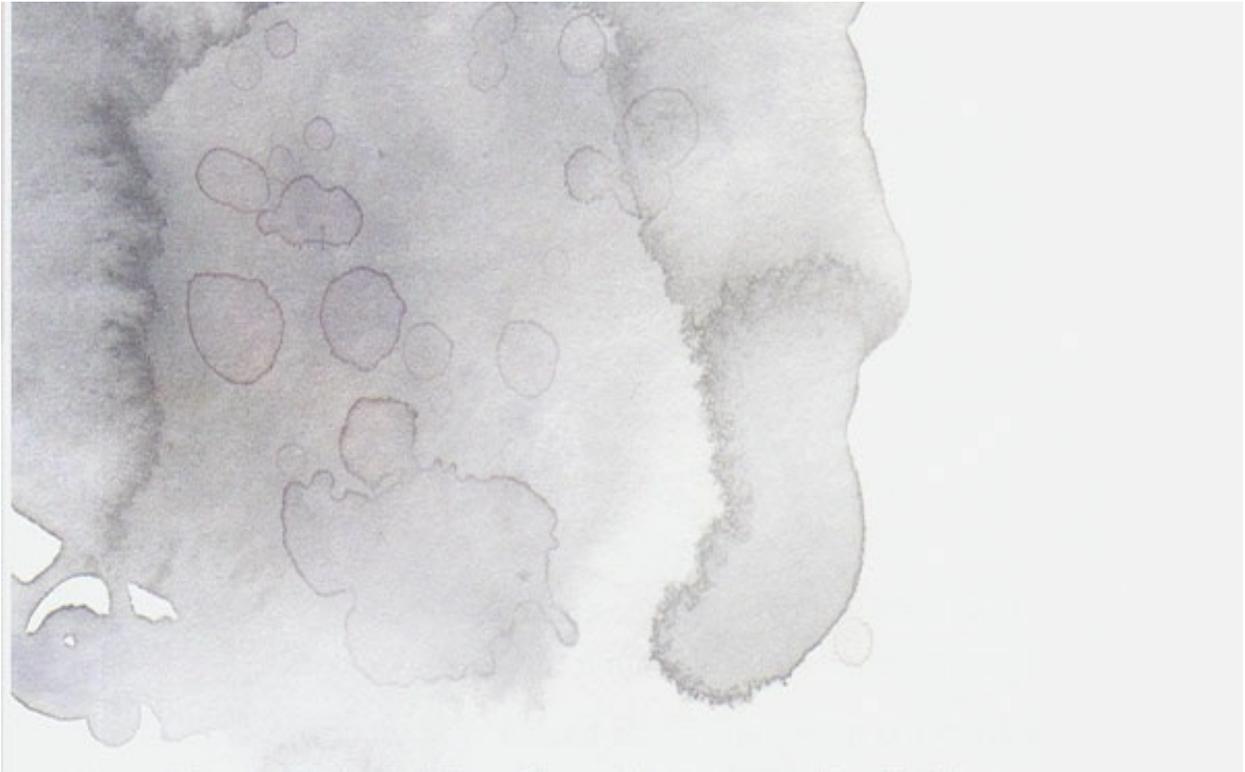
Se enfadó como nunca lo había visto enfadarse.  
Efectivamente, fui corriendo a buscarlo, llorando.

Me recibió con un **bofetón**.

Y le pedí perdón.

Yo, otra vez.

Y accedí a prometer que a partir de ese momento  
podría ver todas mis conversaciones.



Lo más lógico hubiese sido acabar con aquella relación, pero fuera de aquel fuerte que había construido alrededor de nosotros dos ya no quedaba nada.

Me había hecho creer de verdad que si lo nuestro se acababa, nunca nadie más querría estar conmigo; además, me había convencido de que mi familia actuaba en mi contra y que mis amigos me habían abandonado. Que solo le tenía a él.

Me ataban mil cuerdas invisibles.

Cada vez que me hacía sentir así yo notaba como si él metiera mi cabeza en un retrete, me empujara por la nuca y tirara de la cadena, y cuando me sacaba a respirar yo aun le daba las gracias por aquella bocanada de aire.



Me amenazaba constantemente con dejarme,  
lo que desataba el pánico dentro de mí.

Sin él no era nada, o eso me había hecho creer,  
así que me aferraba a él como al último ser vivo  
en el planeta al que yo le importaría.

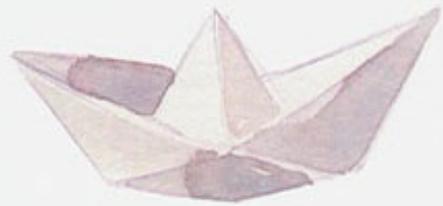
Usaba esta amenaza para conseguirlo todo de mí.  
Me bloqueaba y desbloqueaba del WhatsApp para  
demostrarme quién tenía el control. Me reñía si estaba  
conectada y no era hablando con él. Me preguntaba  
con quién hablaba o por qué la noche anterior me  
había conectado por última vez una hora después  
de desearle buenas noches.

De la noche a la mañana todo acabó.

Me dejó.

Con la excusa de haber encontrado una conversación con un chico que él no conocía en mis mensajes privados.

Me dejó, y aquella vez entendí que era la **definitiva**. A la semana siguiente supe que estaba con otra chica.



Si la persona  
que más me iba  
a querer en el mundo  
me había dejado por otra...  
¿Qué me quedaba?



Descolgué el teléfono  
y llamé a la que antes del huracán  
había sido mi mejor amiga.

Pensaba que después de haberla abandonado  
no querría saber nada de mí, pero se alegró  
de **escucharme**.

Compartimos un café que duró horas.

Y cuando yo pensaba que caía  
al vacío sin freno,  
ella abrió mi paracaídas.



Había pasado más de un año desde aquello.

Sonó el teléfono.

Era la chica por la que me había dejado:

«Por favor, no me cuelgues».

Noté mucho miedo en su voz.

«¿A ti alguna vez te pegó?»

Se me heló la sangre.

Mi respuesta automática fue un NO tajante.

Salió disparado de mi boca, ni siquiera me di tiempo a pensar si estaba diciendo la verdad.

«Me ha dado una **paliza**».

Me quedé sin habla, no sabía qué decirle.

Le pregunté si podía ayudarla en alguna cosa y me pidió que le contase aquello a los amigos que teníamos en común, para que supiesen quién era realmente él.







Fui retomando la confianza en mí  
y reuní a mis amigos para contarles  
la historia de aquella chica.

No entendí nada cuando vi que no se sorprendían.

«Ya lo hacía contigo».

Empecé a abrir cajones en mi cabeza  
y a desempolvar archivos que sin querer  
había escondido, para no hacerme  
daño a mí misma.

Mujer **maltratada**.

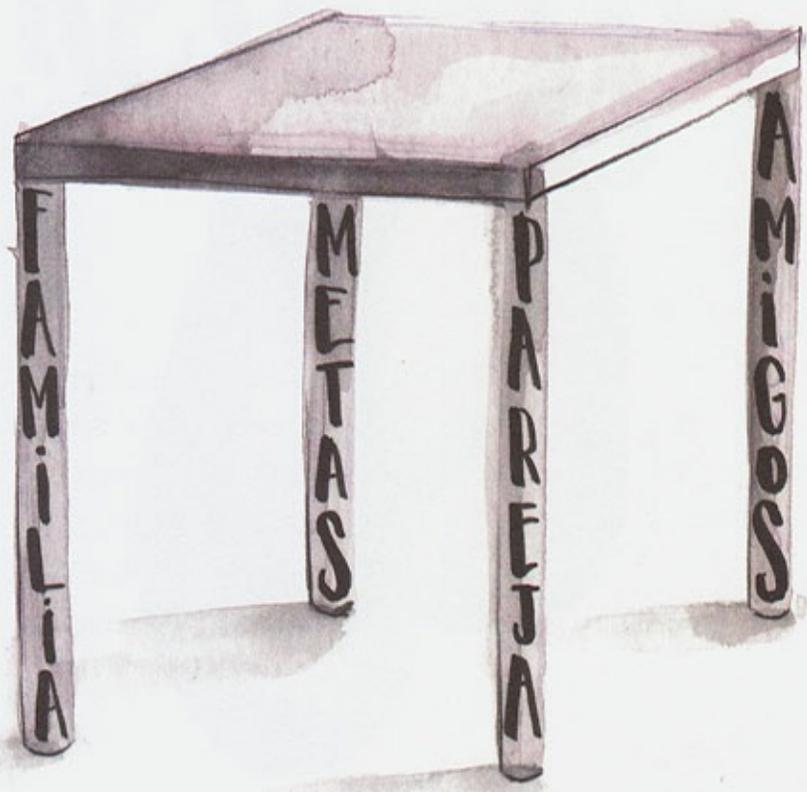
No quería ni pensarlo, porque me avergonzaba.

Me asumí  
de coraje

Asumí lo que había pasado y me di cuenta de que, en el momento en que aceptas qué te hacía o te hace sufrir, adquieres la capacidad de decidir si quieres combatirlo o llegar hasta la raíz del problema para cortarla e intentar asegurarte de que nunca vuelva a brotar.



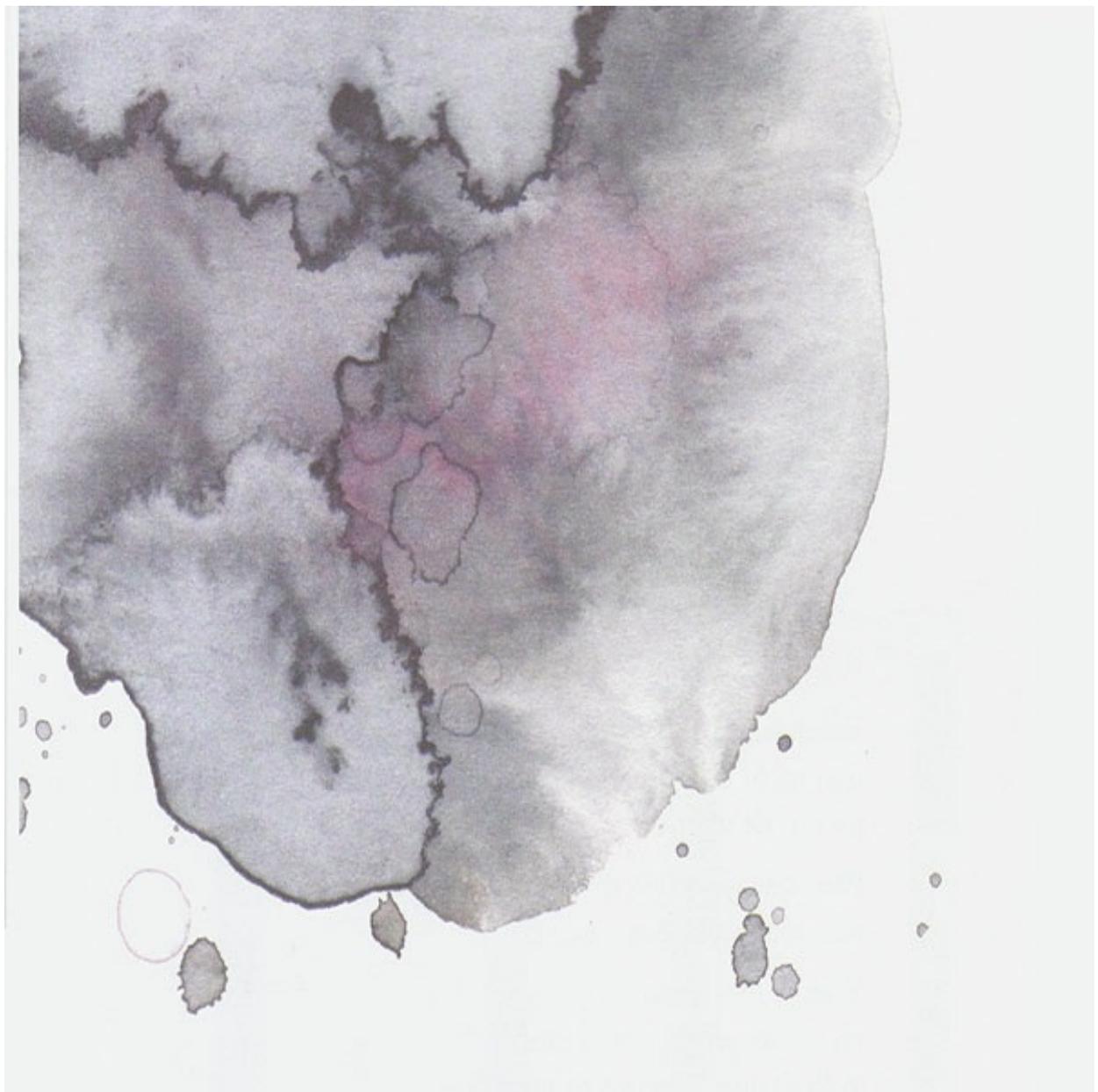




Entendí que mi vida era una mesa,  
una mesa que debería haber tenido varios  
puntos de apoyo.

Pero que yo había dejado que se apoyase  
solo sobre una pata, que era él.

Y en el momento  
en que se partió por el medio,  
todo lo que había en la superficie  
se vino abajo.



Parece tan lógica esta metáfora de la mesa...

Pues, aun así, volví a cometer el mismo error  
de construir mi vida alrededor de otra persona.

Se rompió  
el punto de  
apoyo  
y volví a caer  
al vacío





Sentía que caía en un pozo sin fondo,  
hasta que me di cuenta de que era **yo** quien  
debía decidir dónde estaba el fondo de aquel pozo  
y cuándo podía empezar a escalar para salir.

Volví a quedar con mis amigos,  
volví a dibujar y a recuperar la magia  
que me invade cuando saco lo que tengo  
dentro en trazos de grafito  
y manchas de acuarela.

The image shows the Spanish phrase "Yo misma" written in a dark purple, cursive script. The letters are thick and have a fluid, connected appearance. The background is a light, neutral color.

Me di cuenta de que la única persona que me podía hacer feliz el resto de mi vida era yo misma, así que hice las maletas y me vine a Barcelona a dibujar mi **futuro** como ilustradora.



Aprenđi



Pasé horas y horas dibujando sola.

**Sola.**

Siempre me había asustado la soledad,  
tenía miedo.

Aprendí a tener conversaciones conmigo misma,  
a entenderme y a preguntarme  
qué quería o qué necesitaba.

Yo. A mí.

" Si estudias  
BELLAS ARTES  
no tendrías  
ninguna  
salida  
profesional "



Fue un mantra que escuché tantas veces antes y durante el transcurso de mis estudios artísticos.

Como cuando vas caminando por la calle y alguien opina sobre tu físico sin habérselo pedido, mucha gente se tomó la libertad de **opinar** sobre mi vida y mi futuro.

Sin habérselo pedido, claro.

Con una actitud paternalista, como queriéndome proteger.



No me privas del vuelo,  
ofréeme ayuda  
para levantarme  
si alguna vez caigo

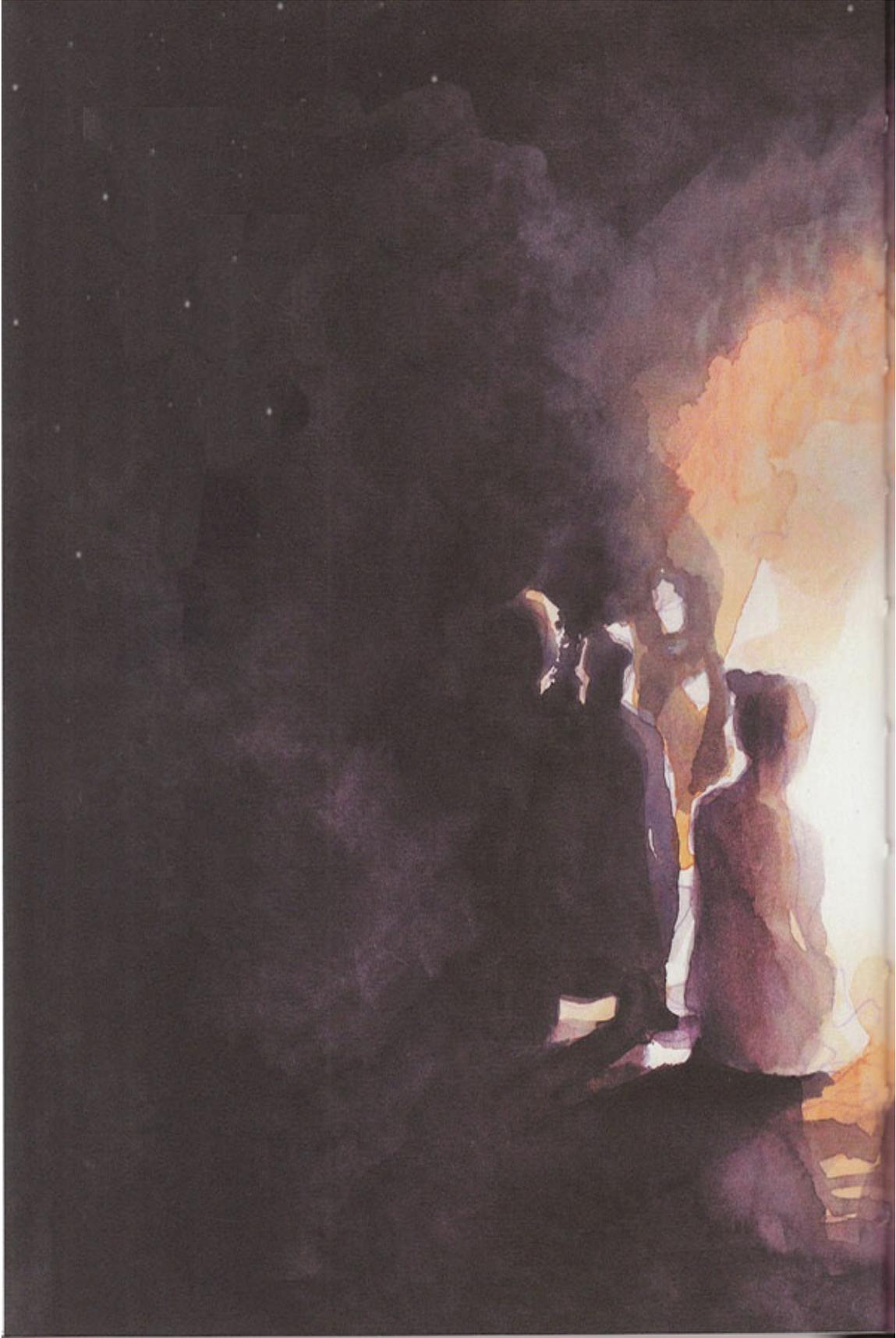


¿Protegerme de qué?, ¿de intentar cumplir mis metas?  
Quizá no lo hiciesen con mala intención,  
pero herirle las alas a alguien por si al alzar el vuelo  
se cae nunca me ha parecido justo.

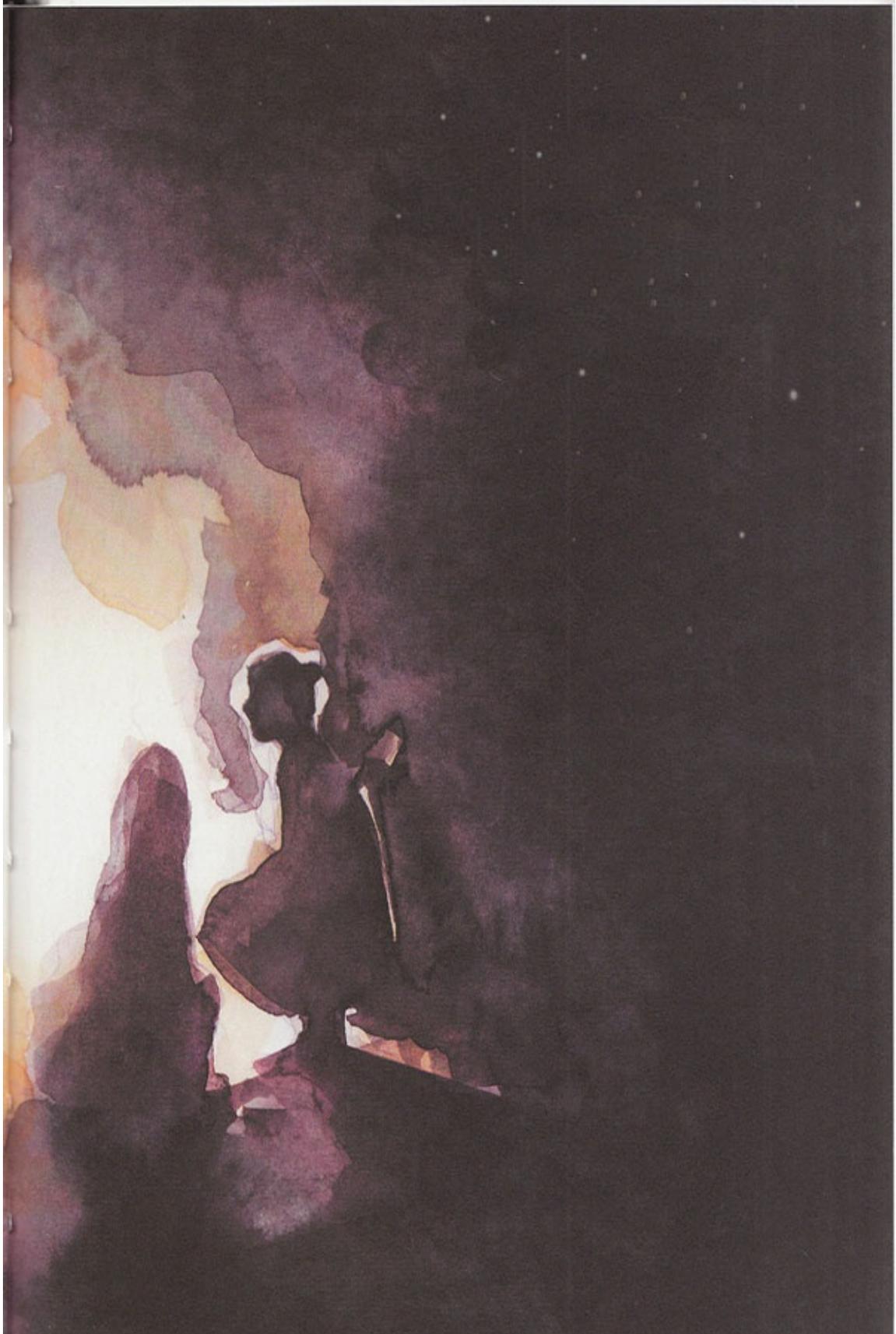
No me prives del vuelo, ofréceme ayuda  
para levantarme si alguna vez caigo.

A los pocos ánimos que me daban se sumaba  
el ínfimo porcentaje de referentes femeninos que  
estudiaba en Historia del Arte. Aquel tiempo sola  
en Barcelona, al contrario de lo que se pudiera  
esperar, me cambió por completo.

Me llené de fuerzas para apostar por mí misma  
y levantarme contra viento y marea para demostrarle  
al mundo que, si me lo proponía y dependía de mí,  
podía conseguirlo.









The image shows a piece of white fabric with handwritten text in a dark purple or maroon ink. The text is written in a cursive, calligraphic style and reads: "Hablamos por primera vez de FEMINISMO". The word "FEMINISMO" is written in all caps and is significantly larger than the other words, which are in lowercase. The background is a plain, light-colored surface.

Hablamos de las ataduras de los cánones estéticos,  
hablamos de las exigencias sociales por el hecho de ser mujeres,  
hablamos del tabú de la regla, de la violencia machista  
que a todas nos había herido de alguna manera.

Lloramos, nos abrazamos y nos aconsejamos.

Hablamos por primera vez de **feminismo**.

Y una de ellas habló del nombre del paraguas  
que abarca todas estas violencias: el **patriarcado**,  
y por fin supe que aquella bestia invisible que me había  
atormentado durante toda mi vida era real  
y no solo me había intentado destruir  
y controlar a mí,  
sino a todas.



# Sororidad

Con decenas de títulos de libros que nos habíamos recomendado guardados en las notas del móvil, cogí un bus hacia casa.

La sensación con la que me fui a dormir aquella noche es difícil de explicar. Estando sola me sentí más acompañada que nunca. Los libros que horas después empezaría a devorar me hablaron de aquella misma sensación, la de apoyo y hermanamiento, la de lucha conjunta contra los monstruos de una y de todas.

Me hablaron de la **sororidad**.

Leía sobre feminismo y cada párrafo me hacía más libre. Me di cuenta de cuántas mujeres antes que nosotras se alzaron en contra de las opresiones que intentaban limitar sus vidas. Desde las mujeres libres que fueron consideradas brujas y condenadas a la hoguera, pasando por las tres olas, hasta el tsunami de nuestros días.

Leí sobre afrofeminismo, transfeminismo e interseccionalidad; sobre muchas luchas justas dentro de una sola. Pero no solo leí, también escuché a amigas, a integrantes de asambleas y me sentí parte de un todo con un enemigo muy claro a abatir.

Estos son los libros que me empoderaron, que me dieron alas para volar y fuerza para luchar.

## LIBROS RECOMENDADOS

- FEMINISMO PARA PRINCIPIANTES de Nuria Varela
- EL FEMINISMO ES PARA TODO EL MUNDO de Bell Hooks
  - FEMINISMO DE BOLSILLO de Bel Otid
- EL PATRIARCADO DEL SALARIO de Silvia Federici
- TODOS DEBERÍAMOS SER FEMINISTAS de Chimamanda Ngozi Adichie
- UNA HABITACIÓN PROPIA de Virginia Woolf
  - MUJERES, RAZA Y CLASE de Angela Davis
    - AMOR Y ASCO de Sita Beki
  - EL SEGUNDO SEXO de Simone de Beauvoir
  - CALIBÁN Y LA BRUJA de Silvia Federici
- CURSO DE FEMINISMO PARA MICROONDAS de Natasa Fourné

No solo  
decidí dejar  
de sufrir, sino  
que quise luchar  
contra esto



Escuché sobre gordofobia.

Y lloré.

Lloré por entender que la peor gordofobia que yo había sufrido la había sufrido de mí hacia mí misma.

Pensé en las veces que me había castigado y me había odiado. Las veces que mi reflejo me había avergonzado en el espejo del baño. Y por fin tuve la capacidad, al saber claramente qué me asfixiaba, de decidir si quería liberarme de aquellas ataduras.

Y quise. Y me quiero.

Y no solo decidí dejar de sufrir por esto, sino luchar contra ello.

Quien alguna vez me dijo que «me sobraban unos kilitos» y que lo decía «por mi salud» nunca se preocupó por mi salud realmente. ¿Qué hay de mi salud mental? ¿Del daño que ese comentario puede hacerme?

Mi salud es cuestión mía y de mi médico, y si por algún motivo tuviese que adelgazar alguna vez, no tengo por qué odiarme antes ni durante ese proceso.

Volví a reflexionar sobre los cánones estéticos.

Me pregunté si cuando había ido a depilarme,  
cuando me había maquillado  
o cuando me había vestido de cierto modo,  
lo había hecho porque realmente quería  
o por lo que se esperaba de mí.

Y me sentí libre,  
libre de elegir a partir de ese momento,  
de elegir sobre mi cuerpo y mi imagen.  
De hacer todo o no hacer nada,  
pero de hacerlo por mí y para mí.

ly me  
senti libre

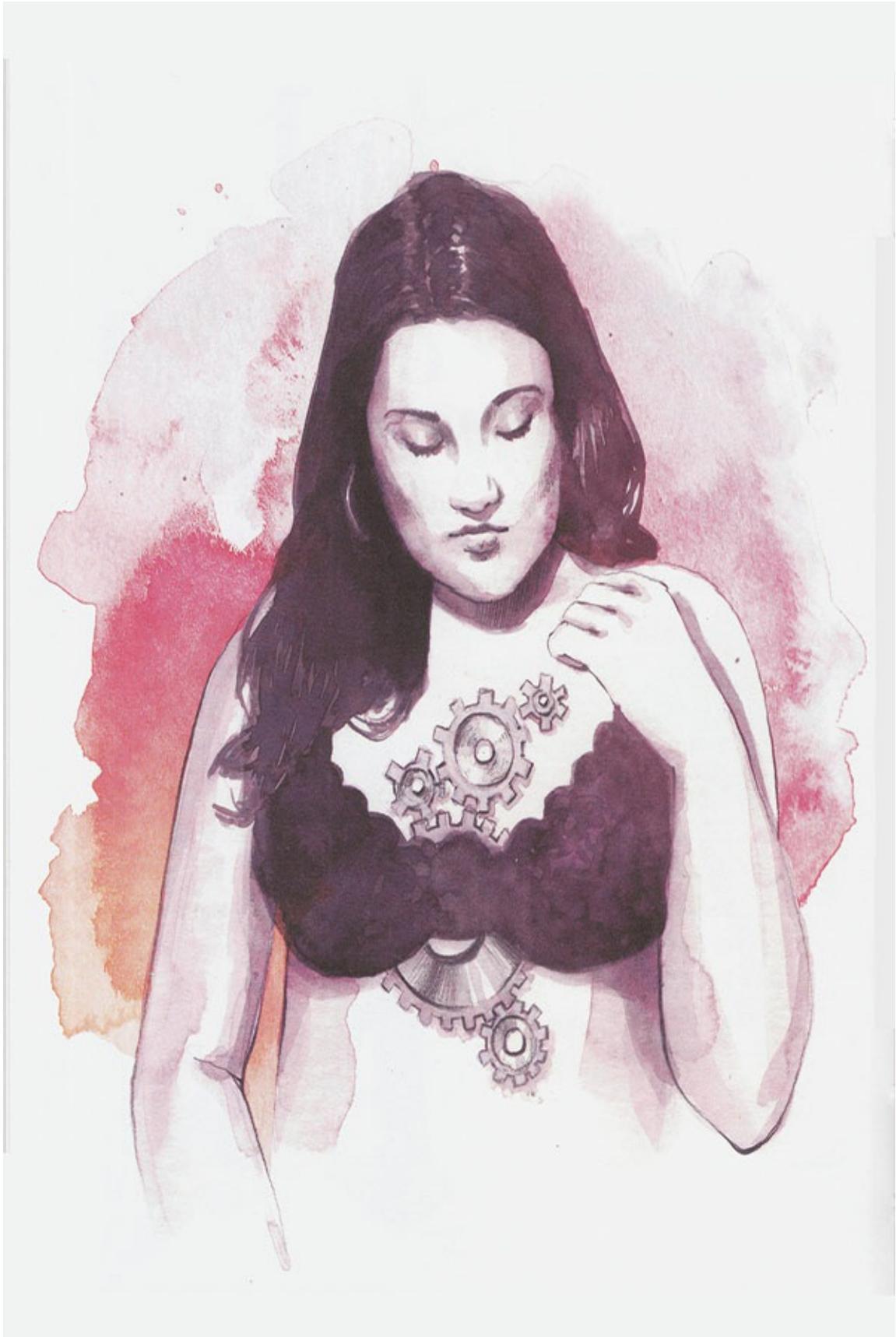
Juntas  
podemos contra  
eso y más



Nos quieren enfrentadas entre nosotras, pero ahora hemos identificado al enemigo y sabemos que juntas podemos contra eso y más.

Caí en la cuenta de cuántas veces había criticado a otras mujeres. Hablamos de la violencia machista y me di cuenta de cuantísimas mujeres hemos sido víctimas de nosotras mismas, aun sin saberlo.

Entendí que el sistema heteropatriarcal nos quiere débiles, dóciles, sumisas y dependientes. Fui consciente de que la violencia de género tiene una base sociocultural que la respalda, y que la única solución es acabar con ella desde la raíz, desde la educación, la concienciación y la lucha compartida, no solo los días señalados, sino en el día a día.

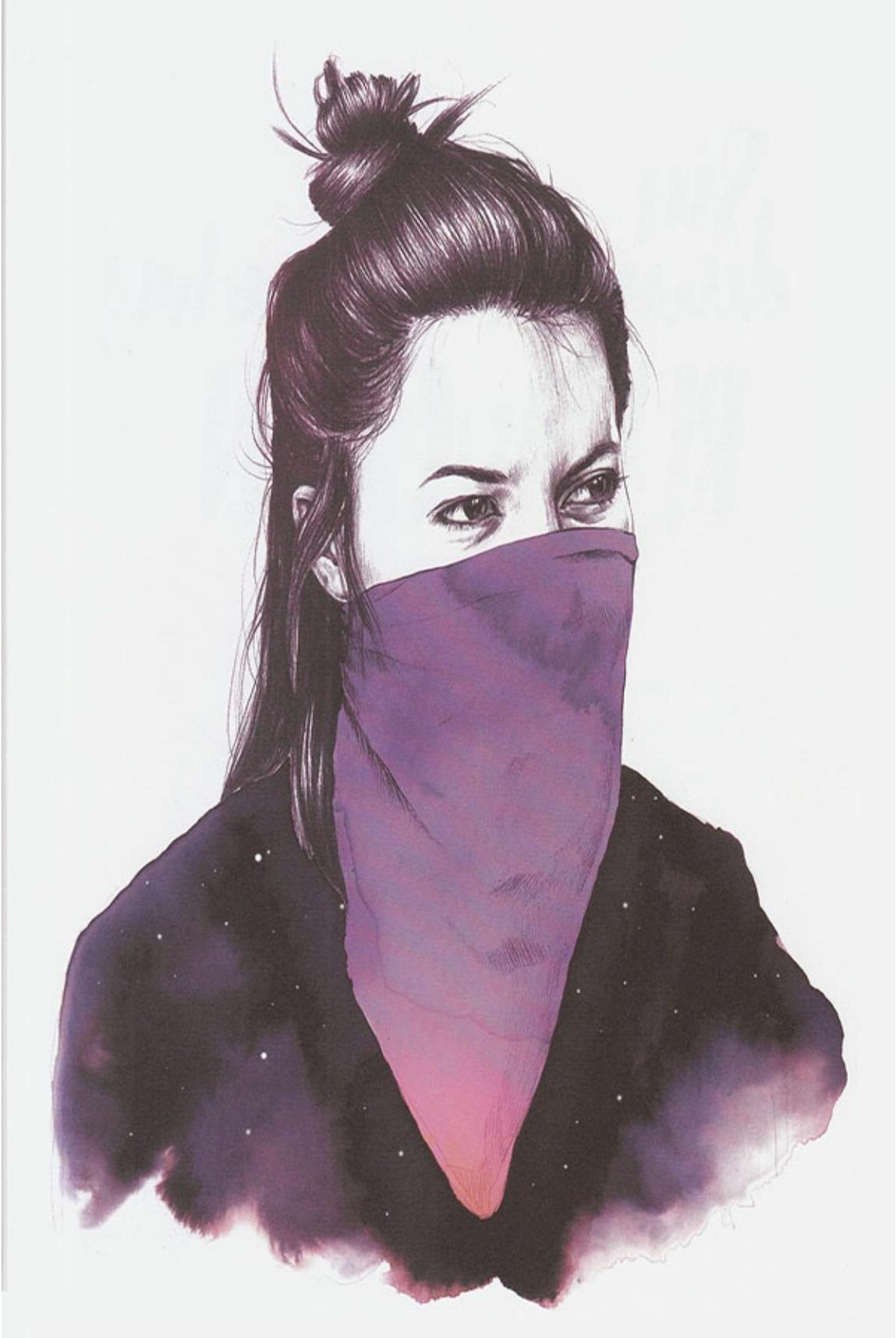


The image shows a piece of paper with handwritten text in dark purple ink. The text is arranged in three lines. The first line is 'Sin', the second line is 'deconstrucción no hay', and the third line is 'REVOLUCIÓN'. The word 'REVOLUCIÓN' is written in a larger, more prominent, all-caps font compared to the other words. The background of the paper is a light, slightly textured grey.

He aprendido mucho,  
pero me queda muchísimo por **aprender**.

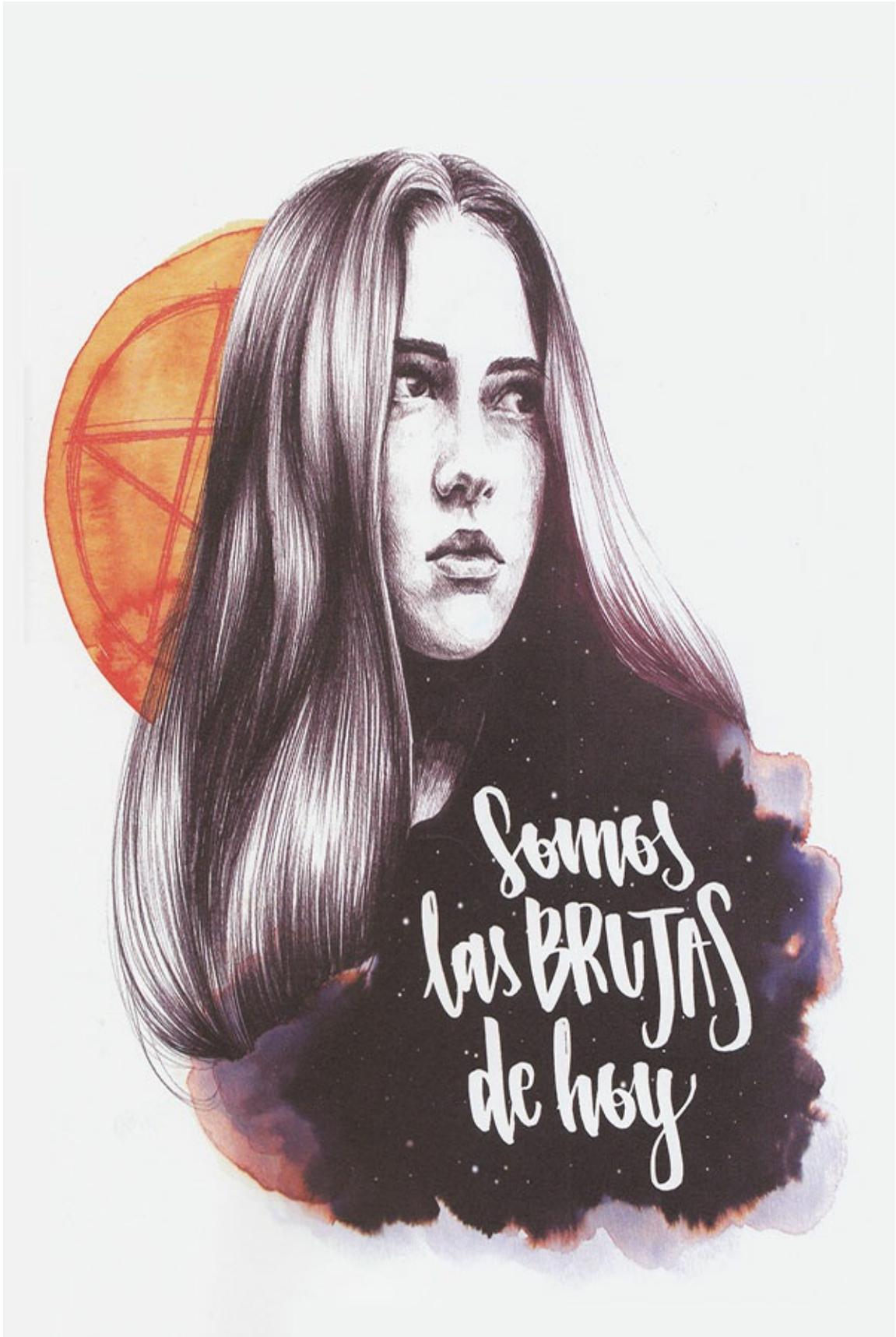
Esta lucha empieza por la deconstrucción  
de una misma, y yo aún tengo muchas cosas  
que cambiar de mí.

Tengo interiorizados muchos pensamientos,  
costumbres y actitudes machistas que,  
poco a poco, voy identificando para  
poder acabar con ellos.



Ahora puedo decir convencida  
que he decidido unirme  
al aquelarre de brujas que vuelan sin escoba,  
a las que molestan,  
las que saben más de la cuenta,  
las que se cuestionan la sociedad  
conforme está construida.

Hemos sido atacadas y perseguidas  
durante toda la historia;  
pero cuidado,  
porque estamos aprendiendo  
a controlar  
**el fuego de la hoguera.**



Somos  
las BRUJAS  
de hoy



Ahora puedo decir convencida  
que he decidido unirme  
al aquelarre de brujas que vuelan sin escoba,  
a las que molestan,  
a las que saben más de la cuenta,  
a las que se cuestionan la sociedad  
conforme está construida.  
Hemos sido atacadas y perseguidas  
durante toda la historia;  
pero cuidado,  
porque estamos aprendiendo  
a controlar  
**el fuego de la hoguera.**





Me llamo Ame Soler, soy valenciana y tras el proyecto Tres Voltes Rebel se esconde una niña que soñó desde siempre dedicarse al dibujo y a día de hoy aún sigue sin poder creer que se dedica a ello.

AME SOLER ilustra desde que tiene recuerdo. Estudió Bellas Artes y así mejoró su talento innato. Su proyecto reivindicativo, Tres Voltes Rebel, combina el retrato y la música con un claro mensaje feminista y de denuncia social.

Actualmente cuenta con más de 85.000 seguidores en Instagram y sus ilustraciones recorren las manifestaciones feministas de nuestro país.