

Hoy es 25 de noviembre, y no estamos aquí por una fecha más del calendario.
Estamos aquí porque las mujeres seguimos viviendo violencia por el simple hecho de ser mujeres.
Y eso nos toca a todas. A TODAS.

En España, este año 2025 han asesinado a más de 35 mujeres por violencia machista.
En el País Vasco, aunque no siempre salen en las noticias, también hemos perdido vidas.
En el mundo, cada 10 minutos muere una mujer a manos de su pareja o de un familiar.
Diez minutos. Menos de lo que dura un descanso en el patio.

Pero más allá de los números, quiero decir algo que a veces cuesta admitir:
todas nosotras, de una manera u otra, hemos vivido violencia machista alguna vez.

La hemos vivido cuando no creyeron nuestro "no".
Cuando nos dijeron cómo vestir, cómo hablar o cómo sentarnos.
Cuando nos tocaron sin permiso.
Cuando un chico pensó que tenía derecho a nuestro cuerpo.
Cuando nos llamaron "locas", "exageradas", "dramáticas".
Cuando volvimos a casa con miedo, mirando hacia atrás.
Cuando nos hicieron sentir pequeñas.

Y lo peor es que muchas veces lo normalizamos.
Pensamos: "bueno, a todas nos pasa", "solo era una broma", "no es para tanto".
Pero sí es para tanto.
Es nuestra vida.
Es nuestra libertad.
Es nuestra dignidad.

Yo tengo 18 años, y no quiero crecer aprendiendo a sobrevivir.
Quiero aprender a vivir. Sin miedo. Sin culpa. Sin tener que justificar quién soy o cómo soy.

Y aquí viene lo más importante:
no es solo nuestra responsabilidad cambiar esto. Es responsabilidad de TODAS las personas. También de vosotros, los chicos.

Porque no basta con decir "yo no pego".
La violencia empieza mucho antes del primer golpe.

Empieza en las bromas machistas.
En los comentarios que hacen daño.
En mirar hacia otro lado cuando un amigo controla a su novia.
En pensar que los celos son amor.
En consumir porno que muestra a las mujeres como objetos.
En no cuestionar lo que siempre se ha hecho "porque sí".

Queremos que estéis con nosotras.
Que habléis cuando veáis algo injusto.
Que reviséis lo que hacéis y lo que decís.

Que eduquéis a vuestros amigos y a vuestros futuros hijos de otra manera.
Que no seáis parte del silencio.

Porque la violencia machista no es un problema "de mujeres".
Es un problema de la sociedad entera.
Y solo se soluciona si todos y todas damos un paso.

Hoy no estamos aquí para tener miedo.
Estamos aquí para decir basta.
Para decir que no queremos vivir ni un día más calladas.
Para recordar los nombres de las mujeres que ya no están.
Y para proteger a las que todavía estamos.

Que nadie nos diga cómo ser.
Que nadie decida por nosotras.
Que nadie nos haga sentir que valemos menos.

Porque somos mujeres.
Somos jóvenes.
Somos libres.
Y juntas, somos imparables.

Hoy y siempre:
NO A LA VIOLENCIA MACHISTA.
SÍ A UNA VIDA DIGNA Y LIBRE PARA TODAS.