

## Jihane Mrabet



Jihane Mrabet

**Jihane Mrabet, excampeona nacional de Marruecos en salto de altura en 2009, coach y entrenadora deportiva, relata su trayectoria atravesada por la violencia de género**

*Jihane Mrabet nace en 1991 en Mecknes (Marruecos). A los 13 años se inicia en el atletismo, y a los 17 años llega a ser campeona nacional en salto de altura. Posteriormente estudia Educación Física (2007) en el Instituto Real de Formación de Jóvenes y del Deporte de Marruecos y realiza varios posgrados en Francia (Psicología Clínica y Psicopatología en Montpellier, 2013, y “Coaching y performance mental” en Dijon, Francia), mientras participa de diferentes campeonatos deportivos. Desde 2014 hasta la actualidad trabaja como entrenadora en la Liga Belga Francófona de Atletismo y como entrenadora y profesora en ASPRIA (Bélgica). Colabora también como coach y entrenadora deportiva en la Organización del Tratado Atlántico Norte (Otan).*

### **Violeta Doval: ¿Cómo fue tu infancia en Marruecos...?**

**Jihane Mrabet:** Vivíamos en Mecknes con mi hermana mayor y mis padres en lo que para Marruecos era quizás una familia normal: mi padre era el que mandaba en la familia, era profesor en un Instituto; la imagen quizás de un hombre marroquí clásico. Era agresivo, física y verbalmente con mi madre, y luego con mi hermana. Yo era una niña buena, no hablaba, era tímida, me quedaba inmóvil por el terror que sentía... pero he visto muchas cosas....

### **V.D.- Viviste entonces en un clima familiar de mucha violencia...**

**J.M.-** Éramos una familia a la que no le faltaba nada a nivel financiero, pero mi padre, cuando algo no iba bien en su vida, encontraba cualquier excusa para pegarnos o gritarnos de una forma verdaderamente agresiva... Mi hermana vivió más violencia que yo, tuvo una adolescencia más dura que la mía, yo era tranquila, nunca hacía ninguna travesura, pero, a pesar de eso, él encontraba también fallos.

### **V.D.- ¿Qué lugar ocupó para ti el deporte en ese contexto?**

**J.M.-** Siempre me ha gustado hacer deporte. Ahora me doy cuenta que era mi escape: cuando

me sentía mal, me desahogaba con el deporte, no con otra cosa. Comencé el atletismo a los 13 años y muy pronto tuve un nivel que estaba bien para competir a nivel nacional para mi edad... Pero era difícil: a veces mi padre me prohibía entrenar sin razón. Era verano, ya no tenía exámenes, ni clase, pero él me decía: *Tú no vas*, y si preguntaba por qué me pegaba, no tenía límites... por lo que yo evitaba hablar, no tenía derecho a abrir la boca...

**V.D.- A los 17 años fuiste campeona de salto de altura en Marruecos...**

**J.M.-** Sí, a los 17 años fui campeona nacional de Marruecos en salto de altura y mi padre iba por ahí enseñando las medallas a la gente, estaba orgulloso de mí, a pesar de que había sido más un obstáculo que otra cosa; a pesar de todas las veces que no me quiso dar ni 10 *dírham*s para coger el autobús para ir a entrenar... o que mi madre iba a comprar ropa de deporte de segunda mano porque él no quería pagar nada, a pesar de ganar cuatro veces casi el salario mínimo.



**Jihane Mrabet impartiendo clases en Bélgica**

**V.D.- Tu madre ha sido la que más violencia directa ha sufrido... ¿Qué nos contarías de ella?**

**J.M.-** Mi madre es una mujer cultivada, hablaba el español, estudió el Bachillerato -que en esa época en Marruecos era como si ahora tienes una carrera-, pero él le prohibió trabajar. Había sido deportista, pertenecía al grupo de judo nacional de Marruecos. Creo que, para su entorno y la época, era una mujer fuerte. Ahora se arrepiente de todos los sacrificios que hizo... Cuando de joven ella iba a entrar en el ejército del aire, mi padre se presentó en plan enamorado y le dijo "O ese examen o yo", y no hizo el examen.

He visto cómo mi padre le agredía y la engañaba por todas partes, o le daba dinero a otras mujeres y a nosotras lo justo... La pegaba y al día siguiente era ella la que iba a hablarle. Era un círculo vicioso que se convirtió en su realidad... Pero legalmente no podíamos hacer nada más que soportar la situación. Ella sentía que, si le dejaba y se marchaba con dos hijas, no tendría el apoyo de nadie, y que perdería todo lo que había construido. La ley no le daría nada. Nos decía: "si soy paciente es por vosotras, para que crezcáis en un medio donde financieramente estamos bien, porque tres mujeres solas en Marruecos..., es mejor estar vinculadas a un hombre..." Así que de alguna forma yo sentí que no tenía opción: sólo podía tener éxito yo sola como forma de supervivencia para no caer como mi madre en la dependencia con otro hombre como él...

**V.D.- ¿Qué paso después de ser campeona a nivel nacional?**

**J.M.-** Yo soñaba con que el deporte fuera mi profesión, poder entrenar cada día, y tuve la suerte de que después del campeonato, a los diecisiete años, un centro militar en Rabat me contactó para entrar en un centro de entrenamiento deportivo para prepararme como militar ¡Para mí fue como la gran ocasión de salir de mi casa! Así que con mi madre ideamos toda una estrategia

para que mi padre aceptara que yo pudiera ir... Él quería mantenernos bajo su control... pero finalmente pude ir.

**V.D. ¿Y cómo fue tu experiencia en el centro de entrenamiento?**



**Jihane Mrabet**

**J.M.-** Nos alojábamos en la Armada Real. Éramos ocho chicas en la misma habitación que venían de medios humildes, sin mucha formación y a veces eran agresivas. Teníamos entrenamientos dos veces al día obligatoriamente y como yo venía de haber entrenado algunas veces por semana, para mí fue un entrenamiento excesivo y acabé teniendo una lesión... El deporte, que para mí era un placer, empezó a ser una obligación. Ese año también me inscribí en la Facultad más cercana del centro, la Facultad de Ciencias Económicas, y cada día iba en bicicleta...

**V.D.- ¿Y con la lesión, pudiste continuar en el centro de entrenamiento?**

**J.M.-** Después de la lesión, decidí inscribirme en la Facultad de Educación Física porque pensé que quería llegar a entrenar a las personas de forma que no les ocurriese como a mí, con entrenamientos excesivos. Me fui a vivir en Rabat. No me veía seguir allí, en ese medio militar porque, además, cuando estás allí, el superior puede imponerte lo que quiere... así que a veces las mujeres no tienen otra opción que jugar con su feminidad... no me gustaba.

**V.D.- ¿Cómo te fue en la Facultad de Educación Física?**

**J.M.-** Ese año fue un año muy duro porque mi padre empezó a estar con otras mujeres y maltrataba a mi madre como nunca... y yo vivía todo esto a distancia. Les daba dinero a otras mujeres e incluso casi ya nunca estaba en casa. Esto me perturbaba mucho. Empecé a perder concentración para estudiar; estaba bloqueada, no memorizaba nada, sentía mucha rabia...

Hasta que un día la policía descubrió a mi padre con otra mujer en su casa, lo que es un delito, y le metieron en la cárcel...

**V.D.- Entró en la cárcel por adulterio...**

**J.M.-** Verle en la cárcel para mí fue un gran shock, a pesar de todo lo que había hecho. En ese momento, todo el mundo estaba en contra de mi madre, le decían "*tienes que perdonarle, no es tan grave... ¿por qué has hecho eso...?*" La gente no veía su imagen real, tenían la imagen pública del profesor. Pero sabíamos que en seis meses iba a salir y yo tenía miedo de que al salir se vengara... Le decía a mi madre: "*¿cuántas veces no ha utilizado el cuchillo y había sangre y él seguía...?*" Además, en Marruecos el marido tiene el derecho a pedirte que te quedes en casa durante el proceso de divorcio, y tenía miedo de lo que pasaría.

**V.D.- ¿Y al final qué decidió?**

**J.M.-** Al final, mi madre le perdonó y él salió antes de los seis meses. Y en ese momento fue la primera vez que me atreví a enfrentarme a él directamente... Fuimos como a un bosque y yo le dije todas las cosas que nos había hecho, todas las mujeres con las que había estado y nosotras lo sabíamos... la falta de apoyo financiero que había hecho que yo tuviera que buscarme la vida como pude mientras estudiaba... Tuve la valentía de hacerlo por primera vez.

**V.D.- Después has vivido en Francia y en Bélgica y trabajas en diferentes instituciones como entrenadora, profesora... ¿cómo ves las cosas ahora con perspectiva?**



**J.M.-** Siento que he tenido éxito, tengo muchos trabajos actualmente y he estado ayudando financieramente a mi hermana y a mi madre. Siempre me he dicho: jamás voy a depender de un hombre... Pero mi hermana mayor aún no lo ha superado, y después de estudiar dos años en la Universidad, su vida personal es muy caótica... tengo la impresión que ella sigue el mismo camino que mi madre... me da mucha pena. Se ha casado dos veces, ahora no trabaja, no encuentra un trabajo estable, tiene un niño de dos años... Nuestras opciones son muy diferentes. Ella ha buscado la escapatoria en un hombre y yo no. Pero es que ella sufrió más que yo... Mi padre estaba en el mismo instituto que ella, y muchas veces la pegó delante de todo el mundo, le rompía los apuntes, la humillaba. Mi hermana caía en coma sin razón, y yo pienso que es por las heridas que tuvo de pequeña, no sabemos aún... La forma en la que nos pegaba era muy violenta, sin compasión... Todo eso me ha creado un gran trauma, y sentir que no podía contar con mi entorno para avanzar... pero afortunadamente eso me ha permitido crecer y madurar muy pronto.

Secciones: [Monográfico](#), [Salud/Violencia](#)