# Querido Diario:

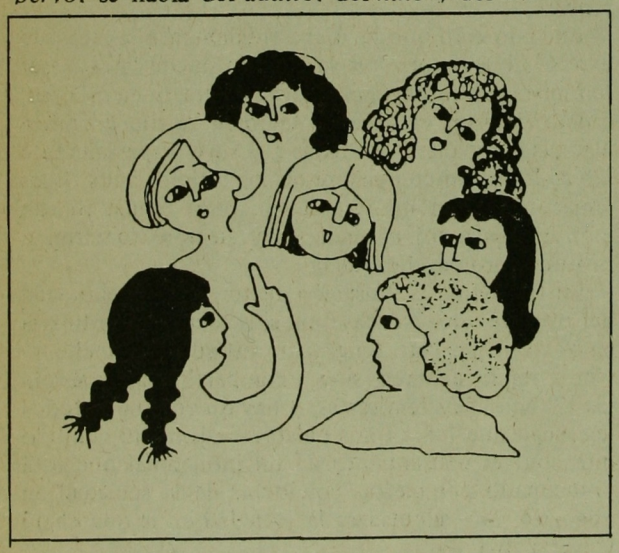
Marcela Guijosa

Ya empecé a dar cursos. Esta vez se trata de dar herramientas a la gente para que se conozca un poco más a sí misma, y se quiera más, y en consecuencia mejoren sus relaciones con los otros.

Parte del curso tiene elementos de Análisis Transaccional. Tanto que yo despreciaba este rollo de *Yo estoy bien, tú estás bien*. Claro que ni lo conocía, pero oh sí, esas son puras pendejadas, filosofía empresarial, ideología de Sanborns.

Pero al leer dos tres libros de eso, vieras que me gustó. Confieso. Ese Eric Berne, el que lo inventó, tiene ciertas cosas muy interesantes, sobre todo esa onda de "Los juegos que todos jugamos".

Y bueno, sí es cierto que es una teoría muy sencilla. Es Freud simplificado. En vez del *yo*, el *ello* y el *supervó*, se habla del *adulto*, del *niño* y del *padre*. Te



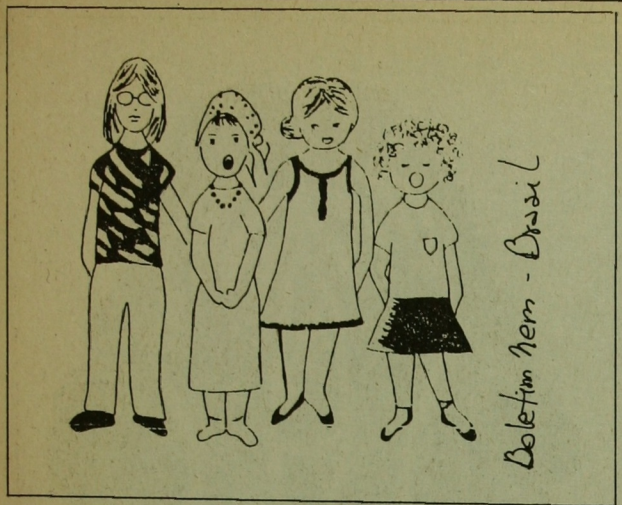
dicen que somos tres personas en una, como la Santísima Trinidad. Que a veces actúas como *niño*, cuando te ganan grueso los sentimientos. Otras veces actúas como *padre*: regañón, crítico, dogmático, autoritario o paternalista. Regañas a los demás, y, lo peor, te regañas a ti mismo. Repites frases hechas, repites el *cassette* que oíste de chiquito.

Y algunas veces también actuas como *adulto*: que no es otra cosa que actuar *razonablemente*. El adulto es pensamiento, objetividad, resolución de problemas, principio de realidad. Evidentemente, se trata de aprender a usar cada vez más tu "adulto". Igualito que Aristóteles y Platón y Santo Tomás: que la razón *domine* las pasiones. Se trata de que actúes frente a la realidad y en la realidad, y no clavada en viejos sentimientos infantiles de desvalidez e impotencia o repitiendo los viejos rollos que te dijeron.

Pues esta teoría tan elemental, vieras cómo le encanta a la gente, y cómo le sirve. Hacemos algunos ejercicios para entender qué contenidos hay en el niño y en el padre de cada quien. Aparecen, por supuesto, niños de todos: niños tristes, curiosos, traviesos, respondones, berrinchudos, alegres, etc.

Lo que es casi igualito en todos es el Padre: grabaciones internas que todos traemos y que repetimos para afuera y para adentro sin darnos cuenta. En el libro, los ejemplos que venían eran frases gringas, traducidas, como: "debes", "no debes", "tonterías", "ridículo", etc.

Pero cuando todo mundo habló de su "padre particular", salieron frases tan terribles, tan mexicanas, tan conocidas: "por el amor de Dios". "Dije que no, y




punto". "Parece mentira". "Tése sosiego". "Te estoy hablando". "Es por tu bien". "Es el colmo, de veras". "Deja ahí". "A quién le quieres ver la cara". "Cuando tú vas yo ya estoy de regreso". "¿Qué no entiendes?" "Cuántas veces te he dicho". "Así me pagan". "A ver a qué horas". "Tú no escarmientas". "Ya sabía yo". "Pues haz lo que quieras". Y el famosísimo y nunca bien ponderado: "Te lo dije". Además, por supuesto, de "idiota", "estúpida", "imbécil", "inútil", "huevón" y todas las demás.

Y muy simple muy simple la teoría, pero qué horror descubrir esta voz autoritaria dentro de uno. Cuántas veces repites y te repites estas cosas. Te la pasas anulándote, saboteándote, exigiéndote más y más perfección todo el día. Puro autogol.

Evidentemente se puede sacar una regla de aquí. Mientras más regañado de niño, más regañón y rígido de grande. Y de manera automática e inconsciente te cachas diciéndole a tus hijos la mismísima frase que tanto te chocaba, ay Marcelita por el amor de Dios.

O sea que el peor censor es uno mismo. Y esto nos hace, además, de lo más vulnerable frente a los "regañones" de afuera. Ahí andamos enganchándonos en situaciones donde por favor volvamos a oír esas conocidísimas frases. Nos ponemos en el blanco, casi casi pedimos censuras y patadas y desprecios. Y somos al mismo tiempo los niñitos asustados y el padre cabrón.

¿El remedio? La autoestima. El amor propio. El conocer tus recuerdos. El quererte a ti misma *"desvergonzadamente"*, incondicionalmente. Perdonarte. Darte chance. Recurrir a tus partes apapachadoras, cálidas, nutricias, cariñosas, que claro que tienes, y volcarlas hacia ti misma. Yo ya estoy pudiendo. Me regaño a veces pero me doy cuenta y al rato me echo porras. Me consiento.

O sea, mujeres del mundo, valórense. Autoestímense. Porque el peor patriarca lo traemos adentro.

# Carta a Frida Kahlo

**Participación en la mesa redonda paralela a la exposición de mujeres artistas en el salón de la Plástica Mexicana. 14 de febrero de 1990.**

Querida Frida Khalo:

Te escribo en una época en que las cartas difícilmente se acostumbran. Hoy sería más práctico hacer uso del invento de Graham Bell, o aún más modernizada del telefax. Sin embargo, como una romántica incurable, opto por una carta, equidistancia en la ausencia.

Pudieras preguntarte cuál es el motivo de mi carta, el por qué te he elegido como interlocutora silente. Porque en vida tuviste éxito, muchos hablaron de ti, tal vez porque fuiste esposa y compañera de Diego Rivera, tal vez por tu vida especialmente tortuosa, itinerario de tu pintura desgarrada, sin embargo hoy te escribo por esa preocupación común de la interrelación entre mujer y arte.

Comenzaría por preguntarte, ¿por qué siempre hemos sido relegadas? Como decía Simone de Beauvoir, como mujeres hemos fungido como espejo, reflejo del otro, del hombre.

¿O será acaso que nos han faltado la fuerza, el tesón para delinear un lenguaje lo suficientemente sólido para que trascienda y pueda mover las fibras más íntimas de un destinatario?

¿O acaso somos tan "brujas", por esa intuición que nos habita que ellos nos tienen miedo y nos han detenido una y otra vez? Porque es innegable que a lo largo de siglos la mujer ha permanecido silenciada. Sin embargo, los tiempos han cambiado, cada vez son más las investigaciones en torno a nuestro sexo. La década pasada, una investigación norteamericana rescató del polvo de los tiempos a una mujer poeta, tan antigua