

Emma Vallespinós

NO LO HARÉ BIEN

Cómo aprendimos las mujeres a no confiar
en nosotras mismas

arpa

ÍNDICE

PRÓLOGO	11
PRIMERA PARTE	
1. Anatomía del autoboicot	17
2. El síndrome de la impostora	23
3. No lo haré bien	31
4. Solo sé que no sé nada	40
5. Salud mental	47
6. Es el patriarcado, amigas	53
7. Curso exprés de <i>mansplaining</i>	60
8. Sospechosas habituales	71
9. Ay, mamá	80
10. Putas, feas, gordas y viejas	92
SEGUNDA PARTE	
11. La edad de la inocencia	105
12. Inteligentes a su pesar	114

13. Buscando referentes	123
14. Mujeres y poder	132
15. Las mujeres en la ficción	142
TERCERA PARTE	
16. ¡Shhh!: sobre aprender a callar	157
17. Silenciadas, olvidadas, borradas: una historia machista del mundo	169
18. Ellas alzaron la voz	183
19. Somos las nietas de las brujas que no pudisteis quemar	201
20. El día de mañana	213
EPÍLOGO	221
AGRADECIMIENTOS	237
NOTAS	239
BIBLIOGRAFÍA	249

A Martina y a Jan, por todos sus «mamá, lo harás genial».

A mi madre: gracias, gracias, gracias.

Y a mi padre, por tantos síes.

PRÓLOGO

Este no es un libro de autoayuda. Aquí no encontraréis soluciones ni recetas mágicas, ni siquiera diez tristes trucos para dejar de sufrir. Espero poder ofreceros algo mejor que consejos facilones: razones para enfadaros.

Sí, este es un libro para enfadarnos juntas. Para que suceda lo mismo que, cuando en una reunión de amigas o en una sobremesa con compañeras de trabajo, nos invade la rabia. Necesitamos esa rabia. La rabia que nos abre los ojos y nos hace combativas. Poner nombre a nuestros problemas, identificarlos, comprobar que son compartidos, es el principio de algo poderoso.

Empezaremos por salir del armario, por reconocer que somos unas *noloharébienistas* de manual. Será como estar sentadas en círculo y admitir que sí, que tú también has dicho que *no* porque te morías de miedo, que te supone un suplicio participar en un coloquio porque crees que no pintas nada ahí, que te torturas con los errores, que te preparas cualquier reunión o entrevista hasta la saciedad porque sientes que, si no lo ensayas minuciosamente, lo harás rematadamente mal.

A menudo te sientes una impostora, una mentirosa, una mala actriz y temes que en cualquier momento todos lo

descubrirán. Llevas años pensando que tienes una tara, un defecto de fabricación. Algo raro te pasa porque no eres normal.

Yo te demostraré que sí lo eres.

Entonces será el turno de repasar juntas, como una pandilla de detectives amateurs armadas con una buena lupa, todo lo que nos ha pasado desde que somos niñas. Dónde y cómo hemos aprendido a dudar de nosotras mismas. Quién nos puso esa voz sádica en la cabeza, quién nos enseñó que no éramos de fiar. Iremos reuniendo las pistas juntas, fijándonos aquí y allá. Seré tu guía de viaje. Mira esto, mira lo otro, te haré preguntas: «¿recuerdas cuándo...?, ¿a ti te pasó que...?, ¿alguna vez te dijeron...?».

Acabaremos viajando en el tiempo, hasta el mismo origen de nuestros males. El machismo impregna la historia. Hemos sido la nota a pie de página que nadie lee. Buscaremos ejemplos de mujeres borradas y de otras que alzaron la voz en circunstancias adversas, tipas que fueron pioneras y valientes. Si otras fueron capaces de romper el mutismo, también lo seremos nosotras.

Estoy convencida de que nuestra inseguridad es aprendida. Que tantos siglos mandándonos callar y repitiéndonos que no éramos importantes han hecho mella en nuestra seguridad, en la manera en que nos percibimos a nosotras mismas y nos valoramos.

Nací en los ochenta. Mis padres compraron el primer televisor en color cuando tenía cuatro años y el aparato reinaba en medio del salón. Crecí con los ojos fijos en *mama-chichos*, vedettes envueltas en plumas y azafatas de atrezo que sonreían, y poco más. Las mujeres éramos puro cuerpo. Si tenían voz, no lo recuerdo.

Durante años nuestra voz no ha tenido ninguna importancia. Tampoco, claro, nuestras opiniones, nuestros puntos de vista, nuestras necesidades o reivindicaciones.

Vivimos inmersas en una oleada reaccionaria especialmente virulenta con las mujeres. El odio, la humillación y la crítica gratuita inundan las redes. Tenemos que estar muy atentas, porque ni los derechos ni las libertades están nunca garantizados. Nunca los podemos dar por sentados.

Es la hora de tomar conciencia y de plantar cara. Y para eso nos toca, también, dejar atrás esa sádica manera de boicotarnos a nosotras mismas. Es el momento de convencernos de que lo que tenemos que decir es importante. Que, aunque nos dé miedo y nos coma la inseguridad, lo haremos. Y lo haremos bien.

Este libro está escrito en genérico femenino. Os hablo a vosotras, pero ellos son más que bienvenidos. Ojalá lo lean y nos comprendan. Ojalá se sientan interpelados.

Aquí hablo de mujeres a través de mi experiencia personal y de mi modo de ver el mundo. Soy consciente de que lo hago desde el privilegio. También de que cada vida tiene una historia. Y aunque, por fortuna, no todas las mujeres son *no-loharébienistas*, intuyo que a ninguna le sonará a marciano.

Por último: cuando hablo *de* mujeres, me refiero a *todas* las mujeres. Nunca me encontraréis en discursos excluyentes ni pidiendo certificados de nacimiento. El feminismo en el que yo creo no margina, ni insulta ni ofende a ninguna.

Y ahora, al lío.

PRIMERA PARTE

I

ANATOMÍA DEL AUTOBOICOT

No recuerdo la primera vez que noté su aliento en el cogote. Quizás empezó a visitarme en el aula de los últimos cursos del colegio o durante el primer año de instituto. Sé con seguridad que ya tenía un puesto fijo al final del bachillerato. Para cuando llegué a la universidad ya me tuteaba. Y ha seguido ahí, terco, disciplinado, tan feroz como puntual, a lo largo de mi trayectoria profesional. Es como tener tu propio dictador instalado en la cabeza. O a uno de esos entrenadores olímpicos rusos de los años ochenta, incapaz de dar nunca una palmadita en la espalda, o un poco de aliento. Siempre atento al mínimo error para torcer el gesto y mirarte con aire amenazador.

Una aprende, qué remedio, a domesticarlo. No, miento. Una aprende a entretenerlo mediante sofisticadas maniobras de distracción. Es pura supervivencia. Como los padres que se suben con un niño pequeño a un vuelo transatlántico con un arsenal de cuentos, juegos, muñecos y, como plan b, un cargamento de galletas de chocolate, para evitar que se desate el caos. O como los que en las películas intentan escapar de las fauces de una fiera caminando con sigilo mientras buscan refugio con el rabillo del ojo.

Distraer a la fiera te permite salir adelante. Por eso, a lo largo de mi vida profesional, he sido capaz de hablar en

reuniones importantes, hacer conexiones en directo en la radio o pronunciar un discurso ante un auditorio concurrido y con un ministro sentado en primera fila. Pero nunca sin antes pensar en cómo podía evitarlo, jamás sin el claro convencimiento de que lo haría mal y siempre juzgándome duramente después. Poniendo la lupa, con la obsesión de una institutriz, en el error: una palabra mal pronunciada, un tropiezo, un titubeo. El error. El imperdonable error. *E-rro*r, luz de mi vida, fuego de mis entrañas.

El autoboicot, pongámosle ya nombre, vive del error. Se relame imaginando fallos, pifias y traspiés. Fantasea con futuros próximos apocalípticos. Diseña escenas abrumadoras, dignas de una película de terror, que proyecta en tu cabeza una y otra vez. Se alimenta del miedo. De *tu* miedo. Se hace fuerte preguntándote: «¿Y si...?». *Y si* sale mal. *Y si* te quedas en blanco. *Y si* ese dato no está bien. *Y si* haces el ridículo. Nunca está conforme. Siempre alberga dudas.

Si, pese a sus advertencias, sigues adelante, convierte los «y si» en afirmaciones catastrofistas. Lo harás mal. Te quedarás en blanco. Harás el ridículo. Habrá un error. La ofensiva aumenta a medida que se acerca la hora de dar un discurso, la fecha de la entrega de un trabajo o el momento de tu intervención. Es la versión sádica de un *coach*. Si el auto-boicot decidiera hacer *merchandising*, en sus tazas podrían leerse mensajes del tipo «Hoy será un día atroz» o «Quédate en casa y enciértrate, estúpida». Pero no le demos ideas al enemigo.

Ante sus preguntas y sus amenazas, tus respuestas importan poco. Tanto da cuán segura estés de haber hecho bien tu trabajo, si lo has repasado hasta la extenuación. No importa lo que sepas. Te hará revisarlo una y otra vez. Si le escuchas, te verás buscando en el diccionario palabras que sabes cómo se escriben desde que tenías la sonrisa mellada y marendabas nocilla. Googlearás el título de libros y el nombre

de autores que tienen un puesto de honor en tu biblioteca. Si dependiera de él, dudarías hasta de tu fecha de nacimiento, de la dirección de tu casa, del nombre de tu padre.

Es un animal insaciable. No puedes ignorarle sin más. No puedes taparte los oídos ni cerrar los ojos. Es el villano de la película. El asesino que aparece al abrir el armario. El perturbado al que todos creían muerto, pero vive en el respiradero de la casa. El monstruo que sigue escupiendo bilis por más que el protagonista le haya amputado una pata. Ahí está, dispuesto a protagonizar una saga de terror de esas en las que el malo vuelve una y otra vez sin que los personajes aprendan nunca nada. Entrega tras entrega, siguen cometiendo las mismas imprudencias: descolgar el teléfono, quedarse atrás, mirar debajo de la cama, abrir la puerta.

Es terrible y agotadoramente listo. Y paciente. Sabe identificar el peor momento, ese instante de inseguridad absoluta, para acercarse a ti ronroneando y susurrarte al oído: «¿Lo ves? Te lo tengo dicho. No puedes. No sabes. No lo harás bien».

Como todo estratega, el autoboicot es inasequible al desaliento. Conoce todos los caminos, todas las alternativas, para llegar a ti. Tiene claro que a veces, simplemente, hay que esperar.

El autoboicot es corrosivo y viscoso. Es una voz enemiga en tu cabeza, pero también invade el cuerpo con un ejército de síntomas. Conoce los botones invisibles de tu organismo. Los que aceleran el corazón, agitan la respiración, los que hacen que te tiemble la voz, las manos, el cuerpo entero. Puede hacerte sentir un calor sofocante, o un frío helador. Sabe dónde tocar para que te invada una inquietante sensación de vértigo. Miedo. Pánico. Angustia. Ansiedad. Hará que sientas una duda inabarcable, que pierdas todas las certezas. Serás presa de una terrible sensación de desamparo, de vulne-

rabilidad. Será como mirarte en uno de esos espejos de feria que te deforman hasta la caricatura. Te verás pequeña, absurda, torpe, inútil. Poco válida, escasamente preparada, insuficiente, incapaz. Querrás huir, esconderte, desaparecer.

¿Quién, en su sano juicio, querría experimentar este simulacro de infierno? ¿Para qué, a cambio de qué?

Todos los villanos conocen el poder de una buena pregunta. Y estas lo son. Así es como el autoboicot se hace fuerte. Ataca, destruye, y justo entonces, se ofrece a negociar.

Después de bombardearte, cuando ya sientas que la única opción sensata es desertar, te cogerá del brazo, te pedirá que le acompañes y, con modales de director de sucursal bancaria, te mirará a los ojos. Meneará la cabeza, se atusará el bigote, te preguntará si crees que es necesario pasar por todo esto. ¿De verdad es *eso* lo que quieres? ¿Un calor sofocante, un frío helador, una duda inabarcable? ¡Por Dios! Aquí se reirá. Imagina una de esas risas que ponen la piel de gallina. ¿La escuchas? Empeórala. Más. Un poco más. Sí, así.

No te ofrecerá nada nuevo. Lo ha hecho otras veces. Y suena *tan* bien. Una vida tranquila. Paz mental. Cero montañas rusas emocionales. Empleará su tono más paternal. ¿Y qué si no das tu opinión? ¿Qué pasa por no postularte para ese cargo en la empresa? ¿De verdad te parece tan buena esa oportunidad laboral? Venga. Acéptalo. Eres *así*. Ya ves lo que pasa cuando intentas ser lo que *no* eres. Si de verdad eres *tan* lista, si realmente puedes hacerlo, si es cierto que tienes algo importante que decir, que aportar, que añadir, ¿por qué te tiembla la voz, por qué dudas, por qué te mueres literalmente de miedo?

Lo dicho. Es malo y listo. No hay combinación peor.

Con él no importa que al final las cosas salgan bien. Es irrelevante que seas capaz de dar el discurso, de salir airosa de una reunión importante, de entrar en un despacho y pedir algo mejor. Lo suyo es una guerra sin cuartel. Es imposible