



# Arte y resiliencia en la experiencia de vida de Frida Kahlo<sup>1,2</sup>

Frida Kahlo y Chavela Vargas / Tina Modotti / recuperado de [www.fahrenheitmagazine.com/](http://www.fahrenheitmagazine.com/)

Recibido: 10 – 11 - 2020

Aceptado: 16 – 12 - 2020

**María Eugenia Navarro<sup>3</sup>**

Facultad Experimental de Arte  
Universidad del Zulia, Venezuela  
[mariunavarro@hotmail.com](mailto:mariunavarro@hotmail.com)

**Resumen:** La presente investigación tiene como objetivo construir una aproximación teórica que contemple el arte como vía para desarrollar resiliencia, adentrándonos en la historia de vida de Frida Kahlo. Se consideraron como teorías referenciales los planteamientos de Cyrulnik, Melillo y Suárez. La metodología se diseñó desde el paradigma postpositivista, privilegiando la investigación cualitativa, el método biográfico, la iconografía y la hermenéutica. Las técnicas empleadas fueron: los análisis de documentos personales de la artista, de los datos biográficos y de los aspectos simbólicos presentes en su obra. La fase final de teorización incorpora una serie de factores de resiliencia, surgidos de la autorrepresentación: sentido de vida, construcción de identidad, consciencia de sí mismo, vinculación o diálogo con el otro (espectador), trascendencia de la obra de arte, reorganización de la experiencia adversa; aunado al despliegue de factores internos y externos potenciadores de resiliencia, así como al acompañamiento de una o varias relaciones significativas con uno o más tutores de resiliencia.

**Palabras claves:** Resiliencia; arte; Frida Kahlo; autorrepresentación.

---

<sup>1</sup>Las ideas de este artículo tuvieron una primera formulación en la tesis doctoral: *Arte y resiliencia en la experiencia de vida de Frida Kahlo*.

<sup>2</sup>Ponencia presentada en el *XI Seminario Bordes: Arte y resiliencia*, celebrado los días 14 al 18 de diciembre del 2020 en la ciudad de San Cristóbal, Táchira- Venezuela. Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=OIXaT06HoHs> (Minuto 27:18 a 43:26), Día 3.(16-12-2021)

<sup>3</sup>Psicóloga clínica, PhD., en Ciencias Humanas. Actualmente desarrolla una línea de investigación en Arte y Resiliencia. ORCID: 0000-0002-3869-4007.

## Art and resilience in Frida Kahlo's life experience

**Abstract:** The objective of this research is to build a theoretical approach that considers art as a way to develop resilience, analyzing the life story of Frida Kahlo. The approaches of Cyrulnik, Melillo and Suárez were considered as referential theories. The methodology was designed from the postpositivist paradigm, privileging qualitative research, the biographical method, iconography and hermeneutics. The techniques used were: the analysis of the artist's personal documents, biographical data and the symbolic aspects present in her work. The final phase of theorizing incorporates a series of resilience factors, arising from self-representation: sense of life, construction of identity, self-awareness, connection or dialogue with the other (spectator), transcendence of the work of art, reorganization of adverse experience; coupled with the deployment of internal and external factors that enhance resilience, as well as the accompaniment of one or more significant relationships with one or more resilience tutors.

**Keywords:** Resilience; art; Frida Kahlo; self-representation.

### Introducción

El lugar destacado que ocupa Frida Kahlo en el escenario artístico mundial, a pesar de las vicisitudes que enfrentó, permiten concebirla como una persona resiliente, en los términos de Cyrulnik, Tomkiewics, Guénard, Vanistendael, Manciaux y otros (2004), quienes exponen, en cuanto al concepto de resiliencia, que existe una concepción más restrictiva, la cual no figura en las definiciones, sin embargo, aparece en ciertos ejemplos propuestos como ilustración del concepto, al igual que en conversaciones privadas de los investigadores y facultativos. De acuerdo con esta concepción, para merecer la condición de resiliente no basta con ser políticamente correcto, es preciso recobrase y subir muy alto, es preciso tener más éxito que el común de las personas y servir de modelo a las poblaciones.

Frida Kahlo es un modelo de resiliencia, para quien el arte conformó un poderoso recurso para afrontar situaciones adversas. Su obra se convierte en una vía de recuperación y salvación, ofreciendo a la artista la posibilidad de superar vivencias traumáticas, tragedias personales, que dejaron una herida significativa en su psique (Cyrulnik, 2010).

Hay en la historia ejemplos de artistas que se suman al de Frida Kahlo. Cyrulnik (2010) menciona un grupo de escritores cuyas experiencias muestran una dura trayectoria, y encontraron en la literatura el recurso necesario para apalancar sus procesos de resiliencia: Balzac, Gérard de Nerval, Rimbaud, Zola, Baudelaire, Dumas, Stendhal, Maupassant, Loti, George Sand, Dante, Tolstoi, Voltaire, Dostoievski, Kipling.

Adentrarse en el caso particular de Frida Kahlo, permite profundizar en el arte como recurso que puede coadyuvar al desarrollo de procesos de resiliencia. Reconocer los elementos que caracterizaron su proceso creativo ayudaría a mirar otras realidades que requieran el desarrollo de esta competencia de trascendencia capital en la contemporaneidad.

Desde esta propuesta investigativa, analizaremos de qué forma la autorrepresentación se convierte para Kahlo en un ancla a la vida y a la vez en una especie de resorte que le permite "rebotar" ante la adversidad. Rebotar, metamorfosear o resiliear, son términos empleados por los teóricos de la resiliencia, ese proceso humano de gran relevancia a la hora de enfrentar la adversidad. Boris Cyrulnik (2017) durante un ciclo de conferencias expone que, en ocasiones, la única forma de elaborar la experiencia del trauma es a través del desvío de la obra de arte.

La resiliencia implica la dinámica de una serie de factores internos y externos al individuo, que desplegados permiten transitar la adversidad y superarla, incluyendo relaciones interpersonales de confianza y aceptación incondicional. Es entonces necesario aclarar que, aunque el arte es el recurso que exploraremos en estas líneas de forma más detallada, no es el único que acompañó a Frida Kahlo durante su proceso resiliente (Navarro, 2015).

Se empleó la metodología cualitativa, integrando el método biográfico sintetizado por Pujadas (Rodríguez et al., 1996), el método iconográfico (ver Panofsky, 1987) y la hermenéutica de Heidegger (Martínez, 2009). La investigación cualitativa, según Martínez (1999) se encuentra inmersa en el paradigma post-positivista, minimiza la pretensión de cuantificar toda realidad humana, consciente de la frecuente irrelevancia de la cuantificación y de la importancia que tienen, en cambio, el contexto, la función y el significado de los actos humanos.

Esta investigación colinda con un estudio biográfico (Creswell, citado por Martínez, 2013). Sin embargo, no sigue la metodología de una historia de vida, ya que no está basada en el relato o entrevista oral al sujeto que fundamenta el estudio.

## **Resiliencia y autorrepresentación**

La historia de vida de Frida Kahlo se encuentra signada por el dolor. Destaca en este sentido el accidente. El mismo, además de constituir un trágico hecho que devastó la salud de la adolescente, trajo consigo consecuencias a largo plazo, dentro de las que destacan: tortuosos tratamientos, largas convalecencias, numerosas intervenciones quirúrgicas, la imposibilidad de ser madre. Estos retos en el ámbito biológico, aunados a su ambivalente relación con el muralista Diego Rivera, fueron motivo de constantes estados depresivos.

Algunos personajes que han obtenido lugares importantes en la historia, han estado expuestos a limitaciones físicas, lo que en muchos casos empuja al desarrollo de la creatividad, cuando previamente se hace presente la rabia de vencer. Un ejemplo de ello lo encontramos en Alfred Adler, quien, en el transcurso de su infancia, siendo un niño débil

decide ser médico, para luchar contra la muerte. En su edad adulta, elabora una teoría general al respecto, comprobando que una debilidad puede ser compensada (Cirulnyk, 2010).

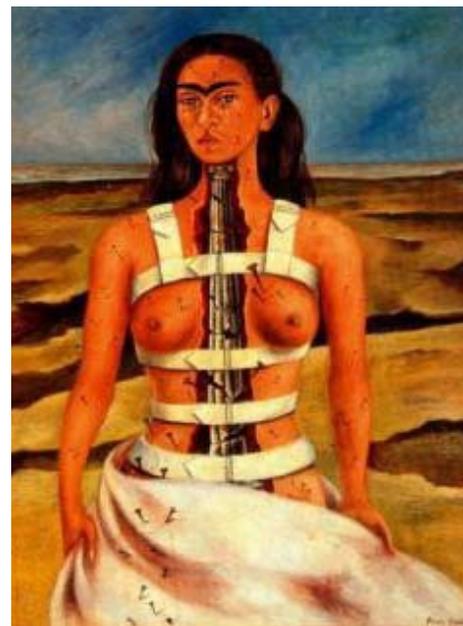
La figura del tutor de resiliencia posee gran relevancia en esta propuesta, ya que en el desarrollo de la resiliencia la vinculación con otro, base de seguridad, confianza y aceptación, juega un papel fundamental. Sin ella no es posible resiliar. Melillo y Suarez (2004) indican que los sujetos resilientes contaban, por lo menos, con una persona (familiar o no), que había brindado la aceptación incondicional independientemente de su temperamento, su aspecto físico o su inteligencia. El vínculo que se logra establecer con otro ser humano, es un elemento imprescindible en la recuperación del sujeto.

A partir del accidente, Frida comienza a pintar con más dedicación. El tiempo que pasó confinada a su cama y el contacto con su imagen reflejada al espejo promovió el potente e introspectivo ejercicio del autorretrato, género que la acompañó durante toda su vida.

El rasgo autobiográfico le permitió desarrollar un vocabulario propio que caracterizaría su trabajo plástico, al tiempo que la escritura y, de acuerdo con autores como Limon (2014), el performance. Dicha gramática está basada en emplear símbolos que deben descifrarse para analizar su obra y los contextos que la rodean, la misma debe entenderse como representaciones metafóricas de sus propias experiencias (Kettenmman, 1999).

Una de las obras más icónicas de la artista es la Columna Rota, hecha en el año 1944, donde se muestra que, a causa de los terribles dolores en la espalda, Frida tuvo que llevar un corsé de acero, elemento tortuoso para su frágil cuerpo. El autorretrato se convierte en la forma de exponer su sufrimiento. La metáfora empleada para simbolizar su estado de salud le ofrece una vía para asignarle una nueva representación a su tragedia.

Un autorretrato, aun antes de ser ejecutado, requiere no solo de una inspección sino a menudo de una reelaboración de la propia imagen (Secci, 2009). Kahlo extendió su obra a su espacio personal, representando una especie de personaje, o teatralizando su imagen, así lo plantea Herrera (2002). La pintura constituyó una parte de la lucha que Frida libró por la vida. Conformó un proceso determinante de su “autocreación”, así como la representación teatral de sí misma, lo que constituía. Una



*La Columna rota*, 1944.  
Óleo sobre lienzo.  
Colección Dolores  
Olmedo.  
Ciudad de México.

forma de controlar su mundo. Mientras recaía y se recuperaba se reinventaba.

Por su parte Limon (2014) destaca el posado fotográfico como parte del género del performance, la autora subraya el rol de coautora que jugó Frida Kahlo junto a importantes fotógrafos de su época, integrando al análisis de su obra un extenso número de fotografías.

Esta fotografía muestra una etapa de grandes cambios en la vida de Kahlo, específicamente el lapso que siguió a su divorcio de Rivera, cuando experimentó una fuerte depresión originada entre otros elementos por las circunstancias que rodearon al mismo. Sin embargo, también proporcionó el despliegue de su carrera como artista (Grimberg, 2005).

Nickolas Murray hizo una fotografía de Frida pintando *Las dos Fridas*, aparece la artista pintando dos Fridas idénticas, sentadas una al lado de la otra. Kahlo explicó a su amigo MacKinley Helm, crítico norteamericano, que la Frida de la derecha es la de Diego Rivera, de la cual crece una arteria que la nutre y la mantiene viva, la de la izquierda, es a la que Diego ya no ama, recibe sangre de su arteria común, pero muere lentamente, a pesar del esfuerzo del torniquete hemostático de Kelly, sigue sangrando. Las fotografías de Frida pintando *Las dos Fridas*, son juegos visuales para sorprender al espectador con las tres Fridas inventadas. Todas son similares, pero cada una se distingue de las otras dos. Una incluso está fuera del lienzo.



*Frida pintando las dos Fridas.*  
Nickolas Muray  
Coyoacan.  
1939.

Esta explicación de Frida Kahlo de su obra “*Las dos Fridas*” puede relacionarse con la figura del oxímoron, tal como la emplea Cyrulnik (2016), quien expone que, en los casos favorables, frente a la adversidad se producirá una escisión en la psique del sujeto que le permitirá una reacción resiliente.

Aparece la fotografía como parte del discurso artístico. Al igual que Picasso y otros artistas de la época, Kahlo posa junto a su obra para Nickolas Murray, fotógrafo con el que Kahlo sostuvo una relación íntima.

El género del autorretrato en la obra de Kahlo traspasó las fronteras de la plástica y tomó la forma de autorretrato literario, a través del desarrollo de su diario. Así lo expone Rico (2000), quien lo describe como un canto amoroso al muralista Diego Rivera. Éste ocupa a su vez la figura de un narratorio (Prince,

1996, pp. 151-161). Elementos como la confesión, la posibilidad de reconstruirse a través de la palabra, la revisión de hechos pasados puestos en perspectiva, la creencia de tener una vida digna de ser contada, amplía la consciencia de quien se es y fomenta una identidad nutrida (Gusdorf, 1991).

Kettenmman (1999) en relación al diario señala que la artista comenzó a escribirlo en 1942. El mismo representa un importante reflejo de su manera de pensar y sentir, contempla la última década de su vida pasando por aspectos relativos a su niñez y su juventud. La escritura autobiográfica le dio la oportunidad de revisar su vida en retrospectiva, reordenar la experiencia y redireccionar a su vida (Eakin, 1999). En el diario se abordan temas como la sexualidad, la fertilidad, la magia, el esoterismo, sufrimientos físicos y psíquicos, se caracteriza por representar los pensamientos de la artista a través de bocetos a la acuarela y a la aguada, todos estos trabajos poco conocidos y considerados por Hayden Herrera como lo verdaderamente surrealista de la obra de la artista.



*Frida with Nick in her Studio, Coyoacán 1941.*

## Fragmentos del diario de Frida Kahlo

1950-51

*He estado enferma un año. Siete operaciones en la columna vertebral.*

*El Doctor Farill me salvó. Me volvió dar alegría de vivir. Todavía estoy en la silla de ruedas, y no sé si pronto volveré a andar.*

*Tengo el corset de yeso que a pesar de ser una lata pavorosa, me ayuda a sentirme mejor de la espina. No tengo dolores. Solamente un cansancio de la tiznada, y como es natural muchas veces desesperación. Una desesperación que ninguna palabra puede describir. Sin embargo, tengo ganas de vivir. Ya comencé a pintar. El cuadro que voy a regalarle al Dr. Farill y que estoy haciendo con todo mi cariño para él. Tengo mucha inquietud en el asunto de mi pintura. Sobre todo, por transformarla para que sea algo útil al movimiento revolucionario comunista, pues hasta ahora no he pintado sino la expresión honrada de mi misma, pero alejada absolutamente de lo que mi pintura pueda servir al partido. Debo luchar con todas mis fuerzas para que lo poco de positivo que mi salud me deje hacer sea en dirección a ayudar a la revolución. La única razón real para vivir. (Kahlo, citada por Lowe, 2010, p. 281)*

En este fragmento puede percibirse la dimensión de las dolencias físicas de Frida, las exigencias a las que tuvo que someterse. Se impone, sin embargo, su capacidad de seguir adelante, su optimismo y la posibilidad de hallar un sentido de vida, a partir de su trabajo artístico y su forma de emplearlo a favor de su postura política.

Cyrulnik (2017) conceptualiza la resiliencia como el proceso de reconstitución integral de una vida, si se quiere, la escritura de un nuevo relato. Todo relato es una traición de lo real, selecciono imágenes y palabras del pasado, y lo reconstruyo. Somos un poco la realidad, pero somos ante todo la representación de la realidad que podemos reorganizar, para crear una narrativa de nuestras historias, esto influencia la imagen que yo tengo de mí mismo (Cyrulnik 2017).



*Frida by Organ Cactus  
Fence  
Nickolas Muray  
1938*

## Conclusiones

La autorrepresentación se convierte para Frida Kahlo en un aliado psíquico, el mismo potenció el desarrollo de algunos factores de resiliencia descritos a continuación.

**Sentido de vida:** entendido como un elemento proveedor de una razón para la existencia. En este caso está dado por el arte, se origina en el placer que brindan los procesos creativos, tanto por facilitar una vía de expresión a través de la obra de arte, como por la satisfacción de hacer de la misma un bien socio cultural.

**Consciencia de sí mismo:** este recurso contempla la experiencia de reflexionar en torno al yo, como elemento fundamental de sus vivencias, emociones y transformaciones. El arte puede otorgar formas de introspección que promueven el autoconocimiento, ampliando la consciencia del yo, ante la experiencia vital, siendo una de las vías para acceder a ello la autorrepresentación. Cabe destacar que el arte ofrece múltiples maneras de representación que pueden ser igualmente beneficiosas.

**Reorganización del hecho traumático:** este proceso surge cuando tras la adversidad se consigue asignar una nueva representación a la experiencia. Durante el mismo se emplean algunos mecanismos de defensa, lo que involucra un distanciamiento emocional, de la vivencia en la reconstrucción, dando lugar a una elaboración, que permite comprender y comunicar, configura una representación más benéfica para la psique.

Existen figuras que el arte pone a disposición del individuo para establecer un alejamiento a través de la representación de la experiencia adversa, empleando figuras retóricas como la metáfora, la alegoría y la ironía. Proveyendo una forma indirecta (oblicua) de acceder a la tragedia. La metáfora, elemento protagonista de la obra de Kahlo, conforma un puente de transición entre lo real y lo figurado, una especie de velo, una forma de contactar con los significados de duras experiencias y ejercer cierto control sobre las mismas. Un control sanador por permitir exponer a otros su realidad y, al mismo tiempo, disminuir los efectos de tales vivencias. Al confrontarlos, estos lenguajes incorporan contenidos inconscientes y promueven el trabajo restaurador de los mecanismos de defensa.

**Construcción de identidad:** el proceso de desarrollo de la identidad es alimentado durante todo el ciclo vital, y en este caso, está mediado por el empleo del arte, a través del uso de la autorrepresentación como forma de introspección, reflexión y concientización de la propia experiencia.

**Vinculación:** los vínculos y las relaciones cobran relevancia en esta propuesta, siendo fundamentales los establecidos entre Frida Kahlo y su

tutor o sus tutores de resiliencia. Frida crea un espacio dialógico con sus espectadores, que en cierto sentido se convierten en quienes aceptan y validan su obra, aspecto que repercute en el desarrollo de su identidad como artista y como persona, razón por la cual el espectador toma características de tutor de resiliencia indirecto.

Diego Rivera en cambio, conforma el rol de tutor de resiliencia directo, además de ser el narratorio de su diario íntimo y motivo recurrente de su obra. Rivera representa para Frida Kahlo, el vínculo que provee apoyo y aceptación incondicional.

**Trascendencia de la obra de arte:** La necesidad de perpetuarse a través de la obra es común en los artistas. Conforman en ciertos casos una angustia vital que invita a la creación y actúa como un impulsor para aferrarse a la vida con mayor determinación. Frida Kahlo logró esta trascendencia y su legado influye en las generaciones de hoy.

## Referencias

- Cyrulnik, Boris; Tomkiewicz, Stanislaw; Guénard, Tim; Vanistendael, Stefan; Manciaux, Michel & Balegno, Lorenzo (2004). *El realismo de la esperanza. Testimonios de experiencias profesionales en torno a la Resiliencia*. (1a Ed.). Barcelona: Editorial Gedisa S.A.
- Cyrulnik, Boris (2010). *Los patitos feos. La Resiliencia: Una infancia infeliz no determina la vida*. España: Editorial Gedisa.
- Cyrulnik, Boris (2016). *La maravilla del dolor: el sentido de la resiliencia*. Buenos Aires: Granica.
- Cyrulnik, Boris (2017). Entrevista realizada por Fabian Sanabria “Se necesita de las tinieblas y del invierno para renacer”. *El Tiempo*. Bogotá. <https://www.eltiempo.com/politica/proceso-de-paz/entrevista-de-fabian-sanabria-al-neurologo-frances-boris-cyrulnik-39620>
- Cyrulnik, Boris (2017). Ciclo de conferencias: “La paz se toma de la palabra. Resiliencia y arte. Los relatos del trauma” (Video). Colombia. Banrepcultural (Youtube, 1:53:25). ([https://www.youtube.com/watch?v=6CC\\_g157QL0](https://www.youtube.com/watch?v=6CC_g157QL0))
- Eakin, Paul (1999). *How our lives become stories: Making selves*. New Cork: Cornell University Press.
- Grimberg, Salomon. (2005). *Nunca te olvidaré: De Frida Kahlo para Nickolas Muray*. España: RM Verlag, S.L.
- Gusdorf, Georges (1991). “Condiciones y límites de la autobiografía” (trad. De Ángel Loureiro), en *Problemas teóricos de la autobiografía*, Barcelona, Anthropos (pp.9-18)
- Herrera, Hayden (2002). *Frida: Una biografía de Frida Kahlo*. Barcelona: Editorial Planeta

- Kettenmann, Andrea (1999). *Frida Kahlo 1907-1954. Dolor y Pasión*. Köln: Editorial Taschen.
- Limon, Nieves (2014) Tesis para optar al grado de Doctor: "Estrategias de autorrepresentación fotográfica. El caso de Frida Kahlo".
- Lowe, Sarah. (2010). *El Diario de Frida Kahlo*. Un íntimo autorretrato. España: Editorial Debate.
- Martínez Miguélez, Miguel (1999). *La nueva ciencia*. México: Editorial Trillas.
- Martínez Miguélez, Miguel (2009). *Nuevos paradigmas de la investigación*. Venezuela: Editorial Alfa.
- Martínez Miguélez, Miguel (2013) *Ciencia y arte en la metodología cualitativa*. México: Editorial Trillas.
- Melillo, Aldo.; Suárez, Elbio (2004). *Resiliencia descubriendo las propias fortalezas*. Buenos Aires: Editorial Paidós.
- Navarro, María (2015). Indicios de resiliencia en la vida de Frida Kahlo. *SituArte*, 10(18). (<https://www.produccioncientificaluz.org/index.php/situarte/article/view/19965>)
- Prince G. (1996). "El narratario". En *Teoría de la novela: antología de textos del siglo XX*. Enric Sullà, coord. Barcelona: Crítica.
- Rodríguez, Gregorio; Gil, Javier; García, Eduardo (1996). *Metodología de la Investigación Cualitativa*. Málaga: Editorial Aljibe.
- Rico, Araceli (2000). *Frida Kahlo. Fantasía de un cuerpo herido*. México: Plaza y Valdés Editores.
- Secci, Cristina (2009). *Con la imagen en el espejo. El autorretrato literario de Frida Kahlo*. Edición Universidad Nacional Autónoma de México.