

**PROCESO DE SANACIÓN MEDIANTE ARTE TERAPIA  
ESPACIO PARA EL ENTENDIMIENTO DE LA HUIDA DEL CUERPO**

**MARIO FERNANDO DELGADO**

**UNIVERSIDAD DE NARIÑO  
FACULTAD DE ARTES  
PROGRAMA DE MAESTRIA EN ARTES VISUALES  
SAN JUAN DE PASTO  
2007**

**PROCESO DE SANACIÓN MEDIANTE ARTE TERAPIA  
ESPACIO PARA EL ENTENDIMIENTO DE LA HUIDA DEL CUERPO**

**MARIO FERNANDO DELGADO**

**Trabajo presentado como requisito parcial  
para optar al título de Maestro en Artes visuales**

**UNIVERSIDAD DE NARIÑO  
FACULTAD DE ARTES  
PROGRAMA DE MAESTRIA EN ARTES VISUALES  
SAN JUAN DE PASTO  
2007**

## **Nota de responsabilidad**

Las ideas y conclusiones aportadas en este trabajo de grado, son responsabilidad exclusiva de la autora.

Artículo 1º Del acuerdo Numero 32 de octubre de 1966 emanada del honorable Consejo Directivo de la Universidad de Nariño.

## Nota de aceptación

---

---

---

---

---

---

---

Paola Coral

---

Mario Martínez

---

Andrés Zaráma

## **Agradecimientos**

Gracias a Valeria por darme fuerza cada día.  
Gracias a mi Madre por ayudarme a seguir  
adelante en mi educación y en mi vida cotidiana.  
Gracias a cada persona que me ha ayudado a crecer  
como ser humano por cada una de sus enseñanzas.

## **Dedicatoria**

A mi querido Padre  
Por confiar en mí y  
mantenerme siempre firme.

## TABLA DE CONTENIDO

	Página
INTRODUCCION	15
1. “LA HUIDA DEL CUERPO: LA TRANSFORMACIÓN COMO SINTOMA”	16
2. ENTENDIMIENTO DE LA HUIDA DEL CUERPO Y LA RECONSTRUCCIÓN DEL SUJETO MEDIANTE ARTE TERAPIA”	23
2.1 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	23
2.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	23
3. OBJETIVOS	24
3.1 OBJETIVO GENERAL	24
3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	24
4. JUSTIFICACIÓN	25
5. MARCO DE REFERENCIA	27
5.1 FUNDAMENTOS TEÓRICOS	27
6. ANTECEDENTES	30
7. ELABORACION DE HIPOTESIS	32
8. METODOLOGÍA	33
8.1 POBLACIÓN	33
8.2 GUÍA DE TRABAJO DE CAMPO	34
8.3 DESARROLLO DEL PROCESO	34
9 PAUTAS PARA UN PROCESO DE SANACIÓN MEDIANTE ARTE TERAPIA	38
1. APRESTO	
1.1 ENTRAR EN LA ESPIRAL	38

1.2 PROYECCIÓN # 1	38
1.3 RECONOCIMIENTO: OTRA VUELTA A LA ESPIRAL	38
1.4 PROYECCIÓN #2	38
1.5 APROXIMACIÓN AL SÍMBOLO	39
2. DESARROLLO	
2.1 PINTAR EL CUERPO	39
2.2 CONSTANTE CHARLA, EL ETERNO DIALOGO	40
3. CIERRE	
3.1 LA BIENVENIDA	40
BIBLIOGRAFIA	41
ANEXOS	42



## LISTA DE ANEXOS

	Página
Anexo A <b>EL GRITO</b> (1893) - Edvard Munch	43
Anexo B <b>LA COLUMNA ROTA</b> (1944) - Frida Khalo	44
Anexo C <b>ESTUDIO DE TRES CABEZAS</b> - 1962 (Fragmento) - Francis Bacon	45
Anexo D <b>DIBUJO</b> - Oskar Kokoschka	46
Anexo E <b>PECTUS CARINATUM</b> Abultamiento óseo en la caja torácico	47

## GLOSARIO

- **Adaptamiento:** Proceso de adaptarse a algo o a alguna situación.
- **Caballete:** Base Donde se coloca el lienzo preparado, al momento de pintar.
- **Deformidad:** Defecto en la forma natural de un cuerpo.
- **Devenires:** De *devenir*: Progresión que hace que las cosas se realicen o se transformen.
- **Enfermedad:** Alteración de la Salud.
- **Extático:** Que está en éxtasis.
- **Retablo:** Entiéndase por un soporte duro que puede ser madera, sobre el cual se pinta o se trabaja.
- **Síntoma:** Fenómeno que revela un trastorno funcional o una enfermedad.
- **Soporte:** en pintura: lienzo o base sobre la cual se pinta, que debe estar preparado para tal fin según sea el caso.
- **Tensado:** En arte: lienzo templado sobre un marco de madera o sobre una lámina de madera o cartón, de manera firme y lisa, para luego ser encolado y sobre el cual se trabaja.

## RESUMEN

Mucha gente, por alguna u otra razón, se siente inconforme con la apariencia física de su cuerpo, sea causada por algún tipo de deformación u algún tipo de alteración en la percepción de su propia imagen. Esta inconformidad muchas veces puede llegar al rechazo propio del cuerpo o al rechazo de alguna de sus partes, bajando el autoestima, repercutiendo en el aislamiento y el desprecio, del sujeto, por si mismo. Se plantea, frente a esto, un espacio-tiempo terapéutico enfocado desde el arte como medio. Tras unos pasos guías utilizando técnicas artísticas como el dibujo y la pintura, se trata de brindar al sujeto afectado, la posibilidad de sanación, de transformación y aceptación de sus condiciones; para redefinir la percepción físico-emocional, de su propio cuerpo.

Entendiendo siempre la unidad mente - cuerpo y la importancia de mantener el equilibrio emocional y físico, buscando la posibilidad de reducir, acabar en el mejor de los casos, la afección y salir avante de los obstáculos, que muchas veces son creados por el ser mismo.

Una propuesta que comienza con el deseo de superación, el reconocimiento corporal, continúa con la reconstrucción de la imagen alterada mediante dibujo y termina con la reconstrucción del sujeto mediante imágenes pictóricas abstractas y la redefinición del ser.

## **ABSTRACT**

Some people are disagree with their bodies, maybe for a deformation or an alteration in their own perception too. This felling some times cause a reject of the body or some parts of the same, taking down the own love, resounding in the isolation and despise for themselves. This work presents a guide for a therapeutical space - time from Art as intermediate. Using drawing and painting, creating the possibility to recover heal, transformation and aceptation of the body, to redefine the perceptionphysical and emotional, for the subject.

We mus to understand the unity "mind - body" and the priority to maintain the equilibrium or harmony, searching to reduce the afection and superate all the obstacles, that maybe are created for the subject.

This work begins with the supertaion desire, the corporal recongnize, goes then with the reconstruction of the own body image with draw. Ends with the reconstruction of the subject for abstracts paintings and the new conception of the subject.

## INTRODUCCION

El proceso de conocimiento de las Terapias en Artes parte de la conciencia que cada uno tenga de sí mismo. Afrontar la enfermedad desde la aceptación de su presencia, el dialogo y la superación, implica comenzar por la comprensión del síntoma recordando la unidad Mente y Cuerpo, pasando por el reconocimiento corporal hasta la restauración del equilibrio mediante el uso de Técnicas artísticas, en un proceso sanatorio.

En el presente anteproyecto, se encuentra una reflexión de la Huida del cuerpo, teniendo en cuenta que un mínimo cambio en la apariencia física puede acarrear consigo trastornos de autoestima e inconformidad del sujeto consigo mismo desde lo fisiológico; pero, además, esta inconformidad puede tener origen en lo psicológico, creando una imagen alterada del propio cuerpo y en otros casos, la huida del cuerpo se proyecta hacia un sentirse transformado.

Se describen unas pautas que pueden servir de guías para comenzar un proceso terapéutico mediante el dibujo y la pintura, comenzando por el reconocimiento corporal y redefiniendo esta percepción inicial (con el problema) a través de expresiones plásticas abstractas, con el continuo dialogo y sus respectivas interpretaciones.

## **LA HUIDA DEL CUERPO**

### **La transformación como síntoma**

Si bien, despertar una mañana, transformado nuestro cuerpo en algo que puede causarnos preocupación y, quizá, hasta miedo, no es realmente novedoso, pero sí nada agradable. Probablemente, el cuerpo ha huido, y ha dejado un reemplazo, una carcasa horrible, pero con todo lo que supone necesario para sobrevivir, como si se tratara de una especie de “evolución”, cada parte del cuerpo se ha reordenado para acoplarse mejor a ese mundo al que, desde este instante, se pertenece.

¿Cuál es su enfermedad? – Pregunta la Madre, el Padre, La hermana... Dios!!!, hasta el Jefe inmediato...

Luego de tratar de asimilar, el lenguaje del cuerpo, su manifestación en los cambios del mismo, en ciertas dolencias, en ese lapso de detención, al que se consideraría como “enfermedad” y que finalmente se puede apreciar como un síntoma, un mensaje que proviene, intempestivamente, desde el afuera y también desde el adentro. Un Síntoma que nos da alerta, comienza el periodo de detención, de reflexión (1), invita al diálogo y, sobre todo, a la introspección.

Hay épocas en la vida, en las que se desea aislamiento total, ningún contacto con el mundo social, el mundo exterior. Muchas noches, mientras se trata de conciliar el sueño, se sienten las manos encogidas, no puede pensarse en rascarse la oreja y mucho menos, tocarse la boca. Como si *la tercera resignación (2)* se encarnizara en el cuerpo.

Aun así, estas pequeñas y pasajeras manifestaciones no son lo suficientemente fuertes como para preocupar. La paranoia se sienta a un lado, pero al cabo de un tiempo, corto, la costumbre de seguir así, la hace desaparecer, convirtiéndose, ésta, en una cualidad que se debería aprovechar.

- 
1. Thorwald Dethlefsen y Rüdiger Dahlke; LA ENFERMEDAD COMO CAMINO; ed: Lidebolsillo; Segunda edición, Octubre; 2003.
  2. Gabriel García Márquez; TODOS LOS CUENTOS; Ed. Furuguru, 1999. Medellín – Colombia. En este cuento Gabriel, remite a un periodo transformatorio debido a la cercanía de la muerte, aun morir de muerte, morir de resignación...

Cada ruido, cada movimiento simple, cada cambio en el entorno despierta la alerta, como si algo acechara. Un profundo gusto por la oscuridad, el misterio, inclusive, un gusto por *vomit*, cosa que no se hace a diario, pero cuando se debe hacer, se lo hace con placer. Y el malestar que provoca estar rodeado de gente, un afán de salir, de escapar. Esto es señal para revisar con atención cada parte del propio cuerpo.

Al igual que Samsa (3), cuando uno se da cuenta ya todo ha pasado, no se ha enterado de cuándo, ni cómo ni por qué ha sucedido tal infamia. Se es un *bicho*, desde esta mañana. No duele pero es molesto, es incómodo.

Se ha roto el equilibrio, creer que se trata de un mal sueño, la broma pesada, todo se derrumba, lentamente, no se puede hacer nada, ni abrir la puerta con facilidad, ni hablar con claridad el idioma acostumbrado. Se podría creer que todo le resultaría como a *Mersault\**, pero la costumbre toma tiempo, y en estos casos, mucho tiempo, tiempo... que no hay.

Nace el grito sordo, del que nos habla *Bacon* en sus desesperadas pinturas, esas que se podrían pasar inadvertidas, pero que al mirarlas nos dan una bofetada, porque nadie podría entenderlo de esa forma, es el lenguaje que a nuestro idioma supera, llega directamente a nuestro cerebro, a nuestras entrañas y podría tomar siglos descifrarlo... puede desbaratarnos en cuestión de unos segundos, de milésimas de segundo.

Las posiciones extrañas de los autistas, los eróticos cuadros de Caballero Holguín, las fuerzas que deforman el cuerpo. Mas allá, la sociedad. Este cuerpo reordenado, es un síntoma social, la milicia de hormigas, el emporio de termitas, el grupo underground de Autómatas, a quienes el cuerpo renuncia, porque sus ataduras, sus obligaciones, la culpa, les han hecho tomar una forma más acorde a su estilo de vida.

---

3. Fran Kafka; LA METAMORFOSIS; Ed.

\* Personaje del libro EL EXTRANJERO de A. Camus, a quién todo pareciera superarse con el tiempo y la costumbre.

No es de negar que se haya vivido tantos años, quizá toda la vida, en una ciudad apartada de lo que el mundo ofrece a través de los medios. Es a través de estos que se han ido adquiriendo distintos paradigmas sociales, unos roles infundidos que, en la mayoría de los casos, se desconocen desde esta perspectiva, desde este rincón del mundo. Sin embargo, esto trae sus consecuencias, entre ellas: la vida acelerada. Al ir creciendo la ciudad y así brindar el espacio para albergar los distintos tipos de culturas, supliendo necesidades, abre también, el espacio para la enfermedad. El llamado estrés, dentro de una sociedad que fue “criada” con ideas de beatitud, donde todo lo que sucediera fuera de la ley es un pecado, le es difícil adoptar estas novedades. Entonces, ¿qué sucede si uno de los hijos descubre su homosexualidad a temprana edad, entre los 14 y 16 años? ¿Cómo enfrenta a sus Padres? Aun después de tantas campañas a favor de la tolerancia, casos como este en nuestro medio, resultan aún difíciles de asumir. Puede surgir una enfermedad, o un síntoma de algo que pudiera empeorar, dentro de la familia. Este hijo homosexual, obviamente teme a la reacción de sus padres, entonces, dentro de su *inexperiencia*, debe tomar caminos alternos, ocultando su tendencia sexual, hasta encontrar bases seguras, es aquí donde surgiría la transformación del cuerpo, debe acoplarse a la nueva aventura tras los antecedentes o las causas de ciertos sentimientos que exigen un nuevo comportamiento frente al mundo, aunque luego este resulte ser pasajero. Es probable que la persona no se dé cuenta de este cambio en un inicio, tal como sucede a Samsa, quien luego de algunos segundos reacciona frente a su nueva forma.

Quizá resulte inadecuado comparar tal metamorfosis Samsiana con un caso de homosexualismo, pero, de una manera disimulada, el síntoma que ataca ciertos órganos y que debe revisarse con cuidado, llegando al uso de la metáfora, del símbolo, puede, inclusive, proyectarse o dirigirse directamente a la forma física del cuerpo. Porque no se habla, aquí, de mantener la vida por sobre todas las cosas, de mejorar el *contexto* para superar el *problema*; sino, más bien, de un adaptamiento a otro mundo, de un desarrollo del cuerpo físico para poder



sobrevivir a ese otro mundo. Muchos homosexuales tienden a *deshacerse* de sus órganos sexuales natos, a implantarse prótesis, con el fin de lograr una apariencia física que corresponda con su afinidad sexual, transforman su cuerpo para que este se adapte a su deseo: sin embargo, el cuerpo mismo también propone sus propias transformaciones, las que cree necesarias.

Tras un desarrollo normal, una infancia aparentemente normal, las consecuencias llegan en la adolescencia y soportar pesos en este periodo es realmente abrumador, pues los adolescentes suelen cargar pesos que nadie ha puesto, ni nadie le ha pedido cargue. Mas sin embargo, se hablará en este ejemplo de una experiencia real y cercana al autor de esta reflexión. Esta persona, sufrió dentro de una familia que dejó acabar todo, terminó en separación, sin ninguna clase de discusión, más los hijos deciden vivir con el Padre. El trabajo se interpone en la relación correspondiente entre Padre e hijos, quienes finalmente deciden volver con la Madre, quedando siempre al cuidado de otro tercero, una tía, una sirvienta, Etc.

Una relación conflictiva surge entre hermanos, que son dos y uno de ellos se torna rebelde, se aísla, se encierra, decide mantenerse en las sombras, mientras el otro desarrolla una vida social enteramente normal.

Esto es lo que se sabe, no interesa otro punto. Durante la adolescencia decide vivir sólo, aparte del hogar materno o paterno, junto a un Televisor y una tarro de Café instantáneo, entonces comienza a notar un abultamiento en su pecho, un cambio notorio físico, lo asusta, terriblemente, entonces informa a sus padres, lo revisa un médico, la solución: una operación riesgosa. Él desiste, pero el complejo sigue, insiste en mirar a un monstruo frente al espejo en su desnudez. El cuerpo se ha transformado, las orejas se han hecho prominentes y los ojos grandes, esto no lo nota él, lo nota quien le ve desde afuera, pero es real.

El cuerpo se adapta a lo nuevo, a las nuevas emociones, nuevos pensamientos y nuevas reacciones frente al mundo, a veces pasa inadvertido, pero surgen

cambios, que hablan del hábitat del mismo. Pero lo difícil es cuando estos cambios resultan bruscos e intolerables, tanto para el *afectado* como para su entorno.

La resignación puede ser una opción, la costumbre termina con aceptar todo sin preocuparse más por el asunto, pero ¿qué sucede cuando existe aun el deseo de ser un ser social?, ¿Cómo ocultar la calamidad? Definitivamente, comenzar a pensar en convivir con el cambio y esperar una nueva transformación más aceptable, estaría mejor.

Si el cuerpo al que se ha acostumbrado la memoria parece huir, esto quedará grabado para siempre en la conciencia. A la larga, todos sufrimos cambios, pero algunos son insoportables. “El grito” de Edvar Munch, no es gratuito y mucho menos la deformación en él mostrada. Aquel humanoide, fantasmal, es el cuerpo del mismo Artista, el que lleva realmente, porque el otro cuerpo, le ha huido. Así lo vemos también en el pintor Francis Bacon, mencionado antes, es el cuerpo, pero hecho carne, a fin de cuentas es la carne, es el monstruo carnal el que le ha surgido, su cuerpo se ha tornado a ese ser, es más, basta con verle, tratar de leer esa mirada hundida, perdida, con rasgos faciales malogrados, aunque insista que no busca perturbar, su sola imagen resulta pesada.

“Un cuerpo que se descompone, se vacía, se prolonga en los torrentes de semen, se dilata, se mezcla con otros cuerpos, se metamorfosea en su reflejo. Frente a la concepción de un cuerpo o una piel idealizada, Bacon configura –o desfigura– la materialidad de la carne cuya viscosidad y crudeza de color nos recuerda la animalidad del ser humano. Bacon disecciona el cuerpo como un cirujano, para enfrentarnos a la vulnerabilidad de la condición humana. Bacon crea un texto fisiológico, marcado por lo más abyecto del ser humano, que nos lleva a una profunda agresividad y violencia hacia el propio cuerpo y el de los otros. “Lo abyecto nos confronta con esos estados de fragilidad en que el hombre vaga en los territorios de la animalidad”<sup>(4)</sup>

---

4. KRISTEVA, Julia, Les pouvoirs de l'horreur. Un essai sur l'abjection, París, Seuil, 1980, p. 20.

Así nos recuerda la animalidad, de una bofetada, recuerda que somos seres carnales, y su cuerpo ha devenido en animal, llegando a transgredir la moral, acoplándose al animal: “Eso que la pintura de Bacon conforma es una zona de ‘indiscernabilidad’ entre el hombre y el animal. El hombre deviene animal (...) hasta el punto que la figura más solitaria de Bacon es ya una figura acoplada, el hombre acoplado con su animal”(5) .

La desviación del asunto, este lapso de recuento, de mención de antecedentes, aun cuando sea superficialmente, refleja de alguna manera la huida del cuerpo, más sin embargo, lo ideal sería dirigirse a la revisión de los dos artistas mencionados. Claro que la lista no es tan limitadísima como ha quedado aquí registrada. Pueden encontrarse rasgos de dichas transformaciones en muchos artistas, y me remito a artistas porque tras la sensibilidad siempre existe una puerta hacia lo invisible, la mentira con la que se devela una verdad, una posible reflexión acerca del comentario de Picasso.

¿Existe una cura para este síntoma?, la respuesta es más que obvia y a la vez anula la pregunta absolutamente. No se trata de aniquilar el síntoma (6), debe buscarse la manera de *dialogar* con el cuerpo, de comprender su mensaje y por sobre todo, aprender a convivir con eso, superarlo, después de todo, cada quien es libre de tomar su decisión. Samsa no pudo sobrevivir a tal situación durante mucho tiempo, llevó en sí la vida fugaz de bicho. El Cuerpo debe revisarse desde lo animal, cada rasgo nos recuerda a los animales: la ira, el juego, el rechazo; siempre, cada animal en la naturaleza tiene sus defensas, dientes, espinas, garras, veneno, inclusive, transformaciones. La transformación es un mecanismo de rechazo al mundo que el destino ha deparado, un mecanismo de defensa ante la amenaza que el mundo propicia. No tanto para ocultarse, como los camaleones, que para eso se ha inventado infinidad de cosas, siendo eficaz, el saber que rol desempeñar en ciertas ocasiones- sino, más bien, de una huida, la del mundo, con la cual, se abandona el cuerpo, siendo mas exactamente, el cuerpo quien nos

---

5. DELEUZE, G., Francis Bacon, logique de la sensation, París, Ed. La Différence, 1984, p. 20.

6. Op. Cit. LA ENFERMEDAD COMO CAMINO

huye, porque no puede soportar el ambiente de ese otro mundo, para eso hay que cambiar a uno más propicio.

Tener el poder de manejar esto a entero gusto, y decidir con autonomía el cuándo hacer estallar el cuerpo, el cuándo abandonar el cuerpo y tomar camino hacia el nuevo mundo. Finalmente, sería riesgoso. Pero se hace. Muchos con conciencia tratan de rebelarse contra el mundo, rompiendo imposiciones morales, culturales, estéticas, para proponer nuevos mundos, nuevas formas de vida. Se transforman. Todos lo hacemos, se cree controlar el cuerpo, inclusive, se cree tener el poder de huirle, de abandonarle cuando se desee. Sin embargo, siendo que el cuerpo es un puente que acerca el mundo, a la mente, perteneciendo el cuerpo a la mente, siendo su mensajero, alertando a los otros y a uno mismo de lo que en el entorno sucede, jamás tendremos control conciente sobre él.

Cuando el cuerpo comienza a informar, debe escuchársele, una vez que ha huido será riesgoso dar vuelta atrás, se debe aceptar los cambios, porque no son más que nuevas herramientas para el mundo al que se ha entrado sin ser advertido.

# ENTENDIMIENTO DE LA HUIDA DEL CUERPO Y LA RECONSTRUCCION DEL SUJETO MEDIANTE ARTE TERAPIA

## 1.1 Formulación del problema

¿Cómo a través del arte terapia se puede originar un espacio para el entendimiento de la huida del cuerpo?

## 1.2 Planteamiento del problema

Ha de centrarse en el cuerpo todo este recorrido, pues es el cuerpo un texto, como todo en el mundo es un texto, pero el cuerpo habla continuamente, siempre esta comunicando y es aquel que más allá de entrañas y viscosidades, guarda un sentimiento de apego a la vida y al bienestar. Es el cuerpo tan perfecto, exacto y misterioso que de arruinarse gravemente puede terminarse arruinado todo el entorno y hasta la vida misma, puede llegarse a morir por mínimas razones originadas en descuidos o simple negligencia. Sin embargo “nuestro cuerpo nunca pierde la ocasión de señalarnos lo equivocadas que están nuestras costumbres” (1), de ahí que se deba aprender *a escuchar, a observar y entender los mensajes del cuerpo*.

Un mínimo cambio en el cuerpo ya es de tenerse en cuenta, desde la caída de una uña hasta un tumor destructor, es desde aquí que ha de partirse para entenderse la huida del cuerpo.

Esta huida puede tornarse insoportable y muchas veces no da síntomas visibles dentro de la apariencia física de la persona, pero es perceptible. El cuerpo comienza a transformarse, lentamente, se anuncia: el cabello que ha caído, en un montoncito dentro del lavamanos, una leve desviación de la mandíbula que comienza a notarse cuando se mira una fotografía... el cuerpo comienza a dar pequeños, pero importantes avisos. Y así comienza a nacer el *problema*, porque desde aquí es un problema, desde estos pequeños guiños; el cuerpo huye, abandona porque necesita dar espacio a ese *otro cuerpo*, para acoplarse a las nuevas exigencias, a un nuevo mundo - ¿Un mundo interno acaso? – porque ya no puede seguir *siendo* en el propio de origen.

---

1. A.A.V.V; *EL GOCE DE VIVIR*, Ed. Circulo de lectores; Bogotá, 1978-1979, Pág. 24.

## OBJETIVOS

### 2.1 Objetivo General:

Comprender si el espacio pictórico puede ser una propuesta Arte-terapéutica frente a la huída del cuerpo.

### 2.2 Objetivos específicos:

1. Construir el punto de partida para el *dialogo* con el cuerpo.
2. Abrir un espacio para el reconocimiento del cuerpo propio y para conocer el cuerpo del otro.
3. Recolectar material que permita entender la transformación corporal desde las artes y desde lo clínico (científico).
4. Construir un puente de comunicación entre el *Paciente* y su cuerpo.
5. Crear el espacio para canalizar y superar mediante el dibujo y la pintura, problemas de inconformidad de la apariencia física, desde lo fisiológico y desde lo psicológico.

## JUSTIFICACION

Una deformidad puede desencadenar en la persona, una baja autoestima, que puede acompañarse de aislamiento, depresión, rechazo, miedo e inseguridad. Más el problema no puede dirigirse exclusivamente hacia lo físico, pues esta deformidad podría ser originada desde algún lugar extraño de la inconciencia o desde la *Psyke*, según se prefiera, pues puede pensarse en algún sentir del alma, para quienes lo creen o un complejo problema que se esconde en los parajes desconocidos de nuestra mente y ha repercutido en lo físico como un mensaje.

No debe olvidarse que cuerpo y mente – puede agregarse el espíritu y/o el alma si se desea – son una unidad, porque “la obtención de una forma física y salud óptimas, requiere por lo tanto advertir la complejidad y naturaleza esencialmente no mecánica del cuerpo *humano*. Exige asimismo, apreciar la intensa relación- ya mencionada - entre el *cuerpo* y la *mente*.(2)

La propuesta de una terapia que, desde lo pictórico, ofrezca herramientas de dialogo entre el cuerpo y el conciente (yo), para entender los mensajes del inconciente (ello), no es gratuita. Esta arte terapia pretende construir un punto de partida para dialogar con el *síntoma* (*la transformación*).

Primero debe entenderse que esta deformidad no es siempre Fisiológica; se ha evidenciado dentro de las artes, sobre todo las visuales, que el cuerpo transformado se proyecta hacia la expresión, proveniente de un sentir\*.

Siendo el arte expresionista el más idóneo para evidenciar tal acontecimiento, revisando la contundente obra del Noruego Edvard Munch, Goya y entre vueltas se puede apreciar a Dalí, Francis Bacon, y así muchos artistas que tras conocer la construcción formal de la figura humana desde la academia, con todos sus hartos cánones; se desdoblan y reconstruyen el cuerpo, su cuerpo, el cuerpo del otro, que a la larga es un cuerpo transformado, un nuevo cuerpo, mutilado, retorcido, animalesco, fantasmal o liquidado... y no todo puede resumirse a la pintura, porque se ha de tocar, de una manera trillada pero personal, la obra de Franz Kafka, pues no se limita a un bicho creado por las maliciosas intenciones de una sociedad, porque puede asumirse también como la proyección de un Hombre, de un escritor quien en su diario vivir sufrió y padeció las transformaciones de las que hoy se habla con cientos de interpretaciones.

---

2. *Op.Cit. EL GOCE DE VIVIR*, Pág. 24

\*. Para esto se han anexado una serie de imágenes que citan algunos apuntes sobre la transformación del cuerpo y la huida del mismo, desde las artes plásticas, más precisamente, desde la pintura.

Se quiere construir el espacio para el entendimiento de lo que en la mente se aloja y que al no entenderse con el entorno, con los deseos provenientes de un ofrecimiento del exterior, el rechazo mismo del contexto y las circunstancias de la vida, la vida íntima, el estilo de vida particular, que han repercutido en el templo sagrado y único, que es el cuerpo, provocan el *hueco* perfecto para que la enfermedad se interne y desequilibre la armonía físico – emocional, tratando siempre de abrir la puerta al retorno de ese equilibrio anhelado, del bienestar y de la aceptación de lo que se ha recibido.



## MARCO DE REFERENCIA

### 4.1 Fundamentos teóricos

Gracias al pensamiento contemporáneo, se ha dejado a un lado las artes de vanguardia tras otra clase de intereses. Sin embargo ha de rescatarse la humana tarea del *arte expresionista* tras su preocupación por las emociones y el sentir del ser en el mundo. El grito es muy necesario, al igual que el silencio, la risa y el llanto, porque se requiere *equilibrio*. Muchas veces se carece de la fuerza, el espacio y el tiempo para el pertinente desahogo de la harta cotidianidad. La rutina, la indestructible rutina de muchos puede tornarse en una enfermedad, porque el cuerpo se acopla a lo repetitivo, así como el cuerpo del *basketbolista* crece un poco más, así como el cuerpo del *pesista* fortalece sus músculos para soportar el peso, el cuerpo de la *gimnasta* se hace liviano y el cuerpo de un hombre que juega *jockey* puede encorvar la espalda (3), el cuerpo de quien se encierra en un cuarto oscuro debe tornarse a ese espacio de alguna manera. Cuando se construye un mundo dentro de lo mental este repercute también en lo físico debido a su unidad. Comienza el surgimiento de Síntomas, puesto que estos mundos comienzan a superar o eliminar la naturaleza del cuerpo, es entonces cuando se procede al dialogo con el síntoma, porque si tal acoplamiento físico no es agradable producirá una molestia y una inconformidad, llegando al malestar, *al desequilibrio*, entonces debe buscarse el origen de tal hecho y mejorarlo – sanar la enfermedad – (4).

Para esto debe explorarse el cuerpo, reconocer el cuerpo propio, cada parte, cada órgano, sus funciones, sus propiedades, debe roerse los registros anatómicos desde la biología, generar conciencia del cuerpo, entenderlo como texto donde se escribe el diario vivir, donde se reflejan todos los problemas y bienestar mentales.

El cuerpo esta diseñado para curarse así mismo, para sanar heridas, por propia acción del mismo y sus defensas, o necesitando una ayuda mental como en el caso de la *Terapia de visualización\** o meditación (5).

---

3. *Op.Cit. EL GOCE DE VIVIR*, Pag. 208

4. Thorwald Dethlefsen y Rüdiger Dahlke; LA ENFERMEDAD COMO CAMINO; ed: Lidebolsillo; Segunda edición, Octubre; 2003.

\*. La terapia de visualización, consiste en inducir la mente hacia un estado *alfa*, logrando también una completa relajación física. Posteriormente se debe imaginar y “ver” como el problema se soluciona. En el libro “Ejercicios para vivir mejor”, en el aparte de tensión psicológica, se puede apreciar un ejemplo concreto de cómo se trata a una mujer con cáncer en 3 sesiones diarias de 15 minutos cada una y propuesto por el Doctor Carl Simonton del centro de Investigaciones Oncológicas de Forth Worth , Texa (EE.UU)

5. Kenneth Sullivan y Dorothy Millar; “EJERCICIOS PARA VIVIR MEJOR”; Ed. Circulo de Lectores; Bogotá; 1981

El ejercicio ayuda a mantener una vida sana en todos los aspectos, sin duda, pero antes debe aclararse la mente y eliminarse los malestares psíquicos, porque de padecerse algún tipo de anomalía física, una deformidad torácica por ejemplo y a raíz de esto generar temor al contacto con otros, no permitirá un buen desempeño social, profesional y, dentro de los cuidados requeridos, mucho menos hacer ejercicio.

Lo ideal es mantener a la Unidad Cuerpo – mente en buen estado, brindando a cada cuál lo suyo, aun por sobre las presiones de la vida moderna. Por eso es importante brindar las herramientas para comenzar a expresar lo reprimido, ese guardado, romper la cajita de Pandora y exorcizar los fantasmas, acabar de una buena vez con ese monstruo del espejo.

Aunque muchos han sacado provecho de este *exilio*, de este pequeño espacio de la enfermedad, espacio de atenta reflexión y de introspección, generalmente se trata de algo insoportable, que se canaliza mediante las artes o cualquier oficio donde pueda proyectarse el malestar y el estado actual del cuerpo, para lograr entenderlo de una mejor manera.

Retomando la palabra de origen alemán *Ausdrücken* que significa además de “expresar”, “exprimir” y “retorcer”, de donde se tomó para la construcción del concepto del expresionismo “Ausdruckkunst” por su agresiva fuerza psicológica como rasgo fundamental (6), se parte para entender en este estilo pictórico la situación del humano frente al mundo cuando este comienza a superar las expectativas del individuo, gracias a sus exigencias que muchas veces se tornan fugaces, como la moda o los modelos de perfección frente a lo corporal, generando inconformismo, llevando a una guerra con el cuerpo haciendo necesario este exprimir como un medio de equilibrio, de desahogo.

Existen muchas causas sociales que se vuelven insoportables y esto a su vez puede despertar un sentimiento de *impotencia* que a su vez puede reflejarse en el cuerpo con mutilaciones metafóricas, con sentir la debilidad, el casi desaparecer del cuerpo hasta llegar a ser un simple fantasma espectador de lo que en el entorno sucede.

*Frida Khalo* sobrevivió a su desgracia gracias a su que hacer artístico dentro de lo pictórico, donde manifestó lo que físicamente no podía y sus evidentes transformaciones y devenires quedan inmortalizados en el lienzo; metafóricamente y literalmente lleva al espectador y lector de su producción, a sentir su propio ser en el mundo tras un proceso catártico, vomitivo, pero extático.

---

6. Franz Kafka; “LA METAMORFOSIS, LA CONDENA, EN LA COLONIA PENITENCIARIA”; ver: *Estudio Introdutorio*; Pág. 25; Ed. Panamericana; Traducción de María Kovacsics Mészáros; Bogotá; 1997.

Kafka y la seguridad de la muerte frente a la trampa o morir también seguramente en la boca del gato... y es que... quizá se sea el gato, con su cabeza y sus uñas, con cuerpo de cordero, buscando esa meta que esta *fuera de aquí*.\*

Todo el arte de posguerra es un gran antecedente del uso – conciente o inconciente- de la pintura como un medio para *soportar* o canalizar o comenzar a cerrar heridas abiertas.

Se encuentra entonces la obra de Francis Bacon (pintor), quien lleva a su lector por los senderos del cuerpo hecho carne y hecho animal, mostrando sin tapujos y cortinas lo abyecto, lo que repugna, lo que la *moral* ha señalado y rechazado, y que pertenece a lo instintivo, a lo animal, siempre como pretexto para proyectar hacia la obra su propio cuerpo, el autorretrato, el mundo que habita su verdadero cuerpo.

---

\*. No solo se puede apreciar las profundas reflexiones y devenires del escritor en la obra la metamorfosis; debe, para entenderse esto con mayor claridad, leerse los cuentos del mismo autor, entre ellos: *El Híbrido*, *Deseo de ser pielroja*, *Una pequeña fábula* y *La partida*.

## ANTECEDENTES

Las culturas orientales milenarias en conocimientos, trabajan la unidad mente y cuerpo; saben que mantener una mente clara y sana se proyectará en el aspecto físico. Sin embargo tras la problemática social, es difícil mantener mente clara y cuerpo sano, dejando fuera del alcance de las manos de la medicina tradicional occidental muchos malestares que, al no tener un origen fisiológico visible, se tratan con medicamentos que alteran la completa funcionalidad del cerebro, engañándole para que ignore el síntoma y por tanto su origen, la enfermedad.

El arte terapia surge como una posibilidad para *personas que se encuentran en situación de angustia emocional o con problemas psicológicos*; la terapia permite, al *paciente* expresar sus sentimientos y emociones bajo una forma visual o plástica (dibujo, pintura, escultura). Aunque se recomienda, al hablarse de terapia, acercarse a un profesional en el área, ha de recordarse que el arte Expresionista es el resultado de un proceso catártico, de liberación o explosión de una emoción frente al mundo enteramente individual y espontánea; así es que las arte terapias, se pueden poner en práctica por cualquier ser humano, mucho más en el caso de los auto tratamientos.

*La práctica del Arte Terapia se basa en el conocimiento del desarrollo humano y de las teorías psicológicas, que se ponen en práctica a través de distintos medios terapéuticos tanto educacionales como cognitivos, psicodinámicos y otros, con el objetivo de ayudar en los casos de conflictos emocionales, deficiencias psíquicas y sociales, autoestima, desestructuración personal y familiar y otros problemas sociales y psicológicos. (7)*

Actualmente existen muchos centros educativos institucionalizados y otros no formales donde se explora el arte terapia y se la ofrece a quienes la necesiten o crean necesitarlo.

Desde los años 50, en Chile se presenta un proyecto de exploración terapéutica mediante el dibujo y la pintura, extendiendo el camino con resultados valorados internacionalmente hasta construir e implantar el programa de *Especialización en Terapias en Artes* en la Universidad de Chile.

En Colombia se puede comenzar a notar pequeños pasos dentro de esta área. Hernando Gil es un médico de la Asociación de Cabildos Indígenas del Norte del Cauca, que, en su preocupación por los niños (los de su pueblo Nasa) víctimas del conflicto armado, ha dirigido actividades artísticas a fin de entablar dialogo con la situación social y los niños, proponiendo el espacio donde, mediante el dibujo, “podemos conocer qué les está pasando y también evidenciar si tienen alguna incapacidad” (8).

---

7. Ver: <http://arteterapia-chile.blogspot.com/>

8. Ver: [http://ipsnoticias.net/recuadro\\_270405.asp](http://ipsnoticias.net/recuadro_270405.asp)

El arte que no busca un fin estético o conceptual o inclusive crítico, pretende adentrarse hacia lo humano, *la corriente existencial – humanística presenta una orientación diferente en cuanto a las motivaciones artísticas y creadoras. (...) Asocia la creatividad con la autorrealización humana (...) los medios de expresión, el soporte de la obra, pasan a ser sus instrumentos. (9).*

Pues las múltiples aplicaciones del dibujo y pintura han hecho de estas, las artes que más se aplican para el tratamiento de enfermedades, no solo las psicológicas, porque débese entender: *todos somos artistas (10)*

El Arte Terapia es una ciencia joven que, nacida de la tradición del psicoanálisis, se encuentra entre la Psiquiatría, la Psicoterapia y el arte (bellas artes, música, danza y drama). Sin embargo, al poseer también un aspecto científico- social tiene que ver con las teorías del aprendizaje y del comportamiento y se relaciona con la Psicología, Sociología y las Ciencias de la Educación. El carácter interdisciplinario de esta materia presenta por tanto, una gran cantidad de facetas diferentes (11)

Aunque no se encuentra la bibliografía suficiente, y mucho menos avalada por alguna institución reconocida, el arte terapia es aceptada por muchos. Es un proceso, un conocimiento que se construye, que constantemente muta y se transforma, que siempre se renueva y siempre brinda resultados diferentes, es muy independiente en su aplicación, depende de cada *paciente* su interpretación y su direccionamiento, siendo lo más importante: la búsqueda del problema interno del ser, la exploración del inconsciente, la expresión humana, el dialogo con el entorno y la comprensión de la *enfermedad*.

---

9. Mimi Marinovic; "HISTORIOGRAFÍA Y PSICOLOGIA DEL ARTE"; Pág. 188.

10. Ver: [http://www.novarevista.com/salud/Arteterapia\\_1.html](http://www.novarevista.com/salud/Arteterapia_1.html)

11. Ver: [www.universia.es/html\\_estatico/portada/actualidad/noticia\\_actualidad/param/noticia/gbgej.html](http://www.universia.es/html_estatico/portada/actualidad/noticia_actualidad/param/noticia/gbgej.html)

## ELABORACIÓN DE HIPOTESIS

Tras la exploración corporal, el encuentro con cambios fisiológicos o simples sentimientos de inconformidad con la *apariencia física*, se puede comenzar a pensar en un abandono del cuerpo. Debe aclararse que ese abandono, metafórico, se refiere a un cambio dentro de la funcionalidad normal o natural del cuerpo humano o a un impedimento a su actuar\*. *El cuerpo huye porque debe acomodarse a ese otro mundo, a ese nuevo estilo de vida o se transforma para sobrevivir al mundo que ahora pertenece.*

El cuerpo actúa y pone sus avisos según los hechos le favorezcan o le molesten. Porque de alguna u otra forma *necesita mantener su naturaleza y avisar si algo esta mal y le amenaza.* Todos estos cambios invitan a la introspección, *detenerse*, observar atentamente el cuerpo y dialogar.

- El arte terapia es aconsejable para tratar problemas que afectan el autoestima relacionada, este, con el lenguaje corporal.
- El arte terapia brinda la posibilidad de devolverle al cuerpo, su funcionalidad normal o natural.
- A través de un proceso terapéutico que tome como herramienta principal: El Arte Terapia, se puede realizar una introspección y auto reconocimiento corporal.

---

\*. Por ejemplo, un abultamiento o desarrollo anormal de la caja torácica, donde las costillas salgan del pecho y produzcan un apretamiento pulmonar, reduciendo el trabajo de estos, es una deformidad que afecta el curso natural de los mencionados pulmones y por tanto de todo el cuerpo humano, afectando de paso, la apariencia física, que en la medicina se ha denominado *pectus carinatum*. Ver: Anexo E

## METODOLOGIA

Siendo que es en la práctica donde surgen todas las inquietudes, es aquí donde se comienza a construir el proceso. Cada ser humano asume su cuerpo y de hecho todo el Universo, de manera diferente, entonces no resulta prudente definir y concluir una metodología de forma absoluta, sin embargo se plantean pasos a seguir para el desarrollo de un espacio terapéutico mediante el dibujo y la pintura, que han de servir como guías.

### 7.1 Población:

La terapia debe encaminarse directamente sobre personas con alteraciones o trastornos de autoestima, originados por malformaciones físicas, carencia de órganos, malfuncionamiento de los órganos, o también originados dentro de lo psíquico cuando la persona no se siente conforme con su cuerpo debido a algún tipo de rechazo social o la no cabida dentro de algún grupo social determinado – las niñas que quieren ser modelos y su contextura física no les favorece, por ejemplo - teniendo en cuenta que esto puede influir notoriamente en el aspecto corporal o no.

Este trabajo se ha pensado para personas mayores de 15 años por su capacidad de entendimiento, haciendo más fácil el adentrarse a una comprometida terapia. Pues muchas veces surgen complicaciones que solo el paciente sabrá solucionar, además de que también se tiene, desde esa edad, una noción mucho más clara de las partes del cuerpo. Resulta complicado entender durante la infancia el funcionamiento del páncreas o hablar de la función glandular con entera tranquilidad.

Sin embargo puede hacer referencia directa a una intervención clínica para personas que tienen problemas de anorexia o Bulimia, por su alteración en la percepción de su cuerpo y, además, puede pensarse en personas con pérdida de miembros, sea por accidentes o por acción de la guerra.

Muchas personas sufren de un notorio trastorno físico, una malformación, una mutilación u otro, mientras que otros generan la imagen a partir de asociaciones mentales que le impiden verse bien frente a un estereotipo externo que le obliga (el sentirse obligado es meramente construido por el afectado también) a querer verse como él o también porque las capacidades naturales a su contextura (como la talla) no le facilitan el amplio desenvolvimiento en el contexto (alguien de escasa estatura que sienta frustración al cambiar un bombillo).

## 7.2 Guía de trabajo de campo

Para empezar ha de conocerse el entorno, siendo este un foco importante. El entorno de cada paciente debe ser explorado a fin de tener información, el espacio de la terapia también tiene que ser perfecto. Más basta con que sea tranquilo y amplio, iluminado y generador de confianza. El espacio ritual de la terapia debe ser agente aislante que permita la libre expresión, sin ninguno – o muy pocos – distractores o referentes. Siendo que la terapia se centra en lo artístico como medio, debe tratarse de evitarse el uso de aromas o sonidos o imágenes que puedan disipar la concentración del paciente y redireccionarla hacia resultados equívocos. Más de ser necesario ha de usarse de la manera apropiada, que se dictaminará según la experiencia con el paciente, si estos ayudan a la superación del problema. Debe cuidarse de todo elemento que pueda afectar, pero ha de centrarse siempre en los objetivos de cada terapia.

Debe construirse el libro basado en los resultados y logros, descubrimientos, informaciones, notas investigativas, comentarios, conferencias, pensamientos, reflexiones y todo cuanto convenga y sea pertinente. Debe guardarse y conservarse todo lo que suceda durante el proceso. Es menester comenzar a comprender el cuerpo desde la mirada científica o médica, la función de los órganos más allá de lo superficial o tradicional. Estar siempre alerta de las enfermedades *de moda*, la hipertensión, el stress, el cáncer, el VIH, porque pueden aportar grandes conocimientos acerca del cuerpo. Estudiar la medicina oriental puede ser otro gran aporte, debe hacerse paso a paso, no abarcar todo porque puede entrarse en confusiones y como se ha dicho antes, el camino ha de hacerse en la experiencia, pues en esto se es estudiante, continuo aprendiz.

Tanto el paciente como el terapeuta deben llevar cada uno, un diario de registro o un block de notas o libro de notas, como quiera llamársele. Además de un cuaderno de dibujo del tamaño deseado donde el paciente se expresará cuando lo crea necesario y el espacio le permita solo dirigirse a este medio. Es ideal poseer un caballete o una gran mesa para poder pintar o expresarse libremente sobre el soporte, que a su vez también es libre, pero se recomienda una superficie fuerte, resistente, como un retablo o un lienzo bien tensado. Pero ha de tenerse en cuenta que la preparación de un lienzo puede tomar un largo rato y si el *paciente* dentro de sus virtudes, carece de la paciencia suficiente esto le puede resultar molesto. Así que debe acordarse acerca de la utilización del medio idóneo según los alcances y disposición del mismo interesado.



### 7.3 Desarrollo del Proceso

1. **Entrar en confianza:** Como es debido, primeramente ha de iniciarse con una conversación. El terapeuta ha de darse a conocer, con nombres, profesión y datos que considere importantes. Ha de ser tan creativo como sea posible, siempre y cuando exista disposición del *Paciente*.
2. **Dibujar el cuerpo (parte I):** Inicialmente ha de dibujarse una representación del cuerpo sin afanes académicos y /o estéticos, una proyección conciente del cuerpo, tal y como se lo percibe, sin previo fin u objetivo más que dibujar el cuerpo. Es importante comenzar a conocer cual es la concepción que tiene el paciente de su propio cuerpo y hasta de su entorno. No ha de exigirse nada, este dibujo, preferiblemente, debe ser muy libre y es el paciente quien dice cuando se ha terminado de dibujar.
3. **El auto reconocimiento del cuerpo:** Muchas veces se ignora o pasa por alto pequeños detalles del cuerpo: un vello, un lunar e inclusive la espalda. Siendo que el medio altera los órganos, como el clima, la presión atmosférica y la altitud, se debe cuidar del templo de nuestra vida. Un dedo torcido es un dato importante, así como la visión borrosa o el encorvamiento de la espina dorsal porque detrás de todo esto, existe un mensaje revelador, tanto del estilo de vida como de lo que en la mente se guarda. Así que es el primer paso, el tocar cada parte del cuerpo, reconocerle, sentir los huesos, las arrugas, y todo cuanto sea posible. Debe darse un momento prudencial tras cada actividad, si se trabaja de un día para otro debe retomarse la sesión con cautela y dar un recuento del asunto, tratando de conocer lo que ha sucedido durante el periodo de *desconexión*, retomando la confianza y despojando de tensiones al paciente, tratando de mantener un espacio de tranquilidad. Para esta actividad se requiere comodidad, el paciente dirá la mejor postura, pero se recomienda estar sentado de tal forma que las manos puedan acceder a cada parte del cuerpo. Es aconsejable aquí, buscar un método de relajación que ayude al Paciente a concentrarse. Otro punto importante aquí, es la disposición de un espejo grande donde se refleje el cuerpo entero. El sujeto debe estar desnudo, por esto es recomendable un lugar cerrado pero con buena iluminación.
4. **Enfocar el síntoma:** Dirigir el interés a ese *problema* que afecta la integridad del ser (emocional y física), entenderlo en su forma, en su ubicación, esto puede tomar un tiempo, el tiempo necesario y el prudente. Pero si se tratase de un trastorno de origen psicológico, entonces debe pensarse en él, y ubicarlo en el cuerpo según la afección, - un sentimiento de impotencia puede manifestarse en una mutilación, o un sentimiento de rabia puede afectar el estomago o mas

externo, el puño constante, como ejemplos no absolutos -. Debe comenzar a conocerse el problema, a tenerse conciencia de él.

5. **Dibujar el cuerpo (parte II):** Tras el reconocimiento físico, se procede al reconocimiento formal del cuerpo representado. Ahora se ha enfocar el problema y proyectarlo hacia el soporte. Es muy importante este paso porque aquí es donde se da libertad expresiva al *paciente*, que ha de permitirse usar el entorno y crear, a parte del cuerpo, un fondo, un paisaje, una sombra o todo cuanto desee. Este paso puede tardar un tiempo en ser asumido con confianza. Entonces debe dejarse a libre decisión si es el tiempo y el espacio para hacerlo, sin embargo, se puede comenzar a intentar, más si los resultados no son satisfactorios para el paciente, no se desecharán, se guardarán para posterior análisis. Lo ideal es partir de la imagen que se reflejó en el espejo, que el paciente comience a mirar su cuerpo como lo mira un tercero desde afuera e ir llegando al problema. Este punto debe reiterarse tanto como sea necesario, puesto que debe tenerse una clara conciencia del cuerpo, una aceptación y así debe comenzar a surgir el espacio para la redefinición del sujeto.
6. **Conversatorio:** Es el paciente quien debe comenzar a analizar los resultados, comenzar a dialogar con los dibujos en busca de símbolos, signos, colores, formas, y entenderlo como texto de su estado interior. Ya que para este punto existirá un grado de confianza más elevado, se puede comenzar a indagar según la observación del terapeuta frente a los dibujos. Y este ejercicio es mucho mas esclarecedor si el problema es de origen psíquico, como un trastorno de autoestima que se somatice. No deje de preguntarse por cada elemento de la composición (o la ausencia de elementos), pues cada parte y cada *trazo* puede ser de importancia.
7. **El color del cuerpo:** Se ha trabajado desde lo figurativo, o al menos ese era el fin de los puntos anteriores. Pero también se puede comenzar a brindar la posibilidad expresiva desde lo abstracto. Aunque con el dibujo se puede hacer, es más recomendable el uso del color – sobre todo si se trata de alguien que este alejado de las artes plásticas y no pueda manejar con facilidad el dibujo dentro de lo abstracto -, no se busca el garabateo, porque se requiere entrar en lo *conciente*, en un fin pictórico. El lenguaje del color, pensando siempre en el cuerpo. Inicialmente puede que resulte un tanto figurativo y aunque fuera recurrente, es igual de importante. Es muy valioso y uno de los objetivos de esta parte es realizar la mayor cantidad de trabajos posibles, variando el formato y siempre atendiendo a cada dato (el terapeuta). Siendo que se debe volver la mirada hacia lo interno, lo abstracto resulta importante, porque se busca la proyección de ese sentimiento, que conceptualmente será abstracto.

8. **Conversatorio (II):** Nuevamente y con mucha más confianza debe comenzarse a dialogar. El paciente debe describir su experiencia y hacer una interpretación personal de cada trabajo. El terapeuta por tanto debe comenzar a recolectar datos que sean recurrentes en su libro de notas, de igual forma debe hacerlo el paciente quien debe prestar mayor atención al registro. Siempre debe mantenerse el dialogo, si se tratara de sesiones grupales, debe escucharse a cada integrante, siempre y cuando se quiera hablar. Pero si fuera solo paciente y terapeuta, debe surgir y crearse estos conversatorios a fin de conocer como va el proceso, responder inquietudes, siempre y cuando estas no prevengan al paciente sobre el futuro del proceso.
9. **Contragolpe:** ahora ha de comenzarse a buscar respuestas y soluciones, comenzar la parte del *acuerdo*. Para esto, debe comenzarse a pintar o dibujar según la preferencia del paciente, pero ahora concentrándose en el problema, buscando encontrar ese algo que se asocie a la enfermedad. Comenzar a trabajar lo metafórico, la función del órgano afectado como resultado de una somatización. Encontrar el origen del problema desde el entorno, la situación que esta afectando al paciente: Miedo a ser despedido, angustia por la falta de dinero, rabia por una decepción amorosa, etc. Las posibilidades son infinitas y depende de la sinceridad y las ganas de superarse del paciente para hacer efectivo el resultado.
10. **La nueva imagen:** La imagen abstracta que se comenzó a construir, pensando en el problema, ha de ir siendo enriquecida, hasta llegar a una imagen que el paciente asuma como nueva, como bella si se desea, teniendo en cuenta que el problema era lo feo. Puede volverse al dibujo del cuerpo, dirigiéndose a otras potencialidades del afectado, invitando a ver que junto al problema se encuentran otro grupo de herramientas aprovechables. Tras el proceso, es ideal que el paciente sea conciente de la necesidad de un cambio en su vida que permita la no reincidencia en el problema, que le haga ver *El lado bueno de las situaciones*.

# PAUTAS PARA UN PROCESO DE SANACIÓN MEDIANTE ARTE TERAPIA

## 1. APRESTO

### 1.1 Entrar en la espiral:

**Objetivo:** Romper el hielo

Inicialmente, ha de iniciar el espacio de presentación, rompimiento del hielo con algún juego que permita conocerse, dando importancia al nombre del Paciente, sus intereses, sus gustos, sus quehaceres y expectativas.

Posteriormente se hará una breve introducción a la terapia, pues no ha de ahondarse demasiado a fin de no prevenir y predisponer al paciente, se hablará a grandes rasgos buscando generar interés. En la introducción se acordará el *modus operandi* de la terapia, la disposición de tiempo y la organización.

Entonces se puede comenzar a conocer el problema desde lo particular, desde aquí comienza a ser importante el libro de registro. Aquí viene consignada la Razón de ser y estar en la terapia.

### 1.2 Proyección # 1:

**Objetivo:** Entender la concepción del paciente de su propio cuerpo

Sin mayor preámbulo ha de darse inicio al dibujo del cuerpo. Cada paciente dibuja su cuerpo con la imagen actual (del momento) de su cuerpo en su imaginario. Su propia imagen construida hasta este momento. El paciente decide cuando terminar y cuando estará listo. Este dibujo se guardará aun sin decir palabra al respecto. Ha de aclararse que es importante y no debe ser desechado.

### 1.3 Reconocimiento: otra vuelta a la espiral:

**Objetivo:** Reconocer el cuerpo propio

*Este punto ha de repetirse en varias sesiones, tantas como sea necesario.*

Una vez relajado el cuerpo, se realiza una exploración corporal. Mucho mejor resulta si se tiene un espejo de cuerpo completo en frente y más si se está desnudo. Los dedos recorren cada espacio del rostro, hundiéndose hasta tocar el hueso, sintiendo cada músculo, sin hacerlo demasiado fuerte para no provocar daños. Así por todo el cuerpo, desde la cabeza hasta los pies, tocando lo accesible de la espalda también.

Regístrese en el diario de campo todo comentario o emoción.

De existir una malformación física tangible, debe dejarse al paciente su libre acercamiento hacia ella, lo que puede llevar un tiempo. Ahora

toda la atención se centra en esta, se la recorre, se la toca, se la acaricia, se la mira con atención, su color, su textura, su tamaño, todo cuanto se desee, anótese la emoción que surge en el momento, cualquiera que sea.

Si el problema parte de una construcción imaginada, o quizá desde un origen no visible en lo físico – como un sentir más grande una mano que la otra -, entonces dirigirse también al órgano en cuestión y realizar el mismo procedimiento. Pero si por ejemplo, se trata de un malestar que produzca ineficiencia, como la impotencia frente a un problema, o el sentirse débil frente a una situación social, pueden llevarse desde el campo de la metáfora hasta algún punto del cuerpo. Aquí debe recurrirse al inicio de la terapia, donde se expone el problema y partir de ahí para comenzar este proceso.

#### **1.4 Proyección #2:**

**Objetivo:** Comprender la asimilación del reconocimiento corporal.

Ahora se realiza un segundo dibujo, pero esta vez abarcando la conciencia generada por el reconocimiento corporal. Aquí debe el dibujo reflejar como se percibió el cuerpo tratando de representar la imagen del espejo, llegando al problema despacio. Han de realizarse tantos dibujos como sea posible para recopilar una mayor cantidad de datos.

#### **1.5 Aproximación al símbolo:**

**Objetivo:** Conocer la interpretación personal del paciente

Se retoman los dos dibujos y se realiza un análisis, priorizando siempre la voz del paciente y su interpretación. El silencio puede presentarse, más debe tratarse de conversar, preguntar si es necesario, llevar registro de la actividad en el libro. El terapeuta puede hacer comentarios, guiarse según el psicoanálisis si se desea o cualquier otra rama que considere prudente y que pueda ayudar al entendimiento del símbolo.

## **2. DESARROLLO**

### **2.1 Pintar el cuerpo:**

**Objetivo:** Exteriorizar el problema en un espacio pictórico.

Comienza el ejercicio de adentramiento, aquí se combate el problema desde lo pictórico. El uso del color es lo más importante, no tanto un resultado figurativo o compositivo. Debe tenerse en cuenta el lenguaje del color. No se pinta bajo guía, solo se busca una catarsis, un *sacar* la enfermedad mediante el gesto. Se escribe, en este espacio, una imagen dirigida al cuerpo, como si se escribiera una carta. Se dice lo que se tiene que decir. Se exterioriza aquello que se está encerrando en el cuerpo, que le está afectando. Se dialoga, se le pregunta al

cuerpo acerca de eso que le molesta, se le pregunta al exterior también.

### **Constante charla, el eterno dialogo:**

**Objetivo:** Entender el problema desde la interpretación personal del paciente frente al resultado de una pintura abstracta.

No es suficiente con hacer una sola pintura. Debe trabajarse tantas como sea posible, siempre dialogando, aclarando el problema, que debe superarse progresivamente. Por eso debe construirse el espacio de dialogo, dialogar constantemente. Y aunque el problema se supere debe continuarse en constante introspección.

En este espacio, se entra a la interpretación personal del paciente acerca de su trabajo con la (s) pintura (s) abstracta (s), tratando de ir mejorando en cuanto al resultado visual de las mismas.

Este punto también puede desarrollarse durante varios encuentros e ir enfocando según el diagnóstico.

## **3. CIERRE**

El cierre consta de dos partes fundamentales. En el proceso se habrá construido una mejor imagen del cuerpo. Para esto debe retomarse el dibujo y nuevamente representar el cuerpo. Volver a reconocerse físicamente, y seguir construyendo, desde lo abstracto una mejor imagen del propio cuerpo según se sienta alivio. Así que en el transcurso del proceso, estas imágenes abstractas, que parten de un problema, se han de tornar más aceptables para el paciente.

La segunda parte del cierre consiste en que el paciente cree su propio espacio de dialogo, sea en su casa o un lugar cualquiera que le brinde la posibilidad de mantenerse dibujando y reconociendo constantemente. Si el problema se ha superado de manera satisfactoria, esto quedará como herramienta.

### **3.1 La Bienvenida**

**Objetivo:** Culminar el proceso

Para finalizar la sesión se ha de dar gracias, a la vida, a Dios, a la naturaleza, a quien se crea conveniente y necesario. Recordar la importancia del cuerpo, del cuidar de él y de cuidar de todo acto, pensamiento y emoción atrancada, tratar de no exceder en cuanto a emociones y/o actos que puedan perjudicar el equilibrio integral del ser.

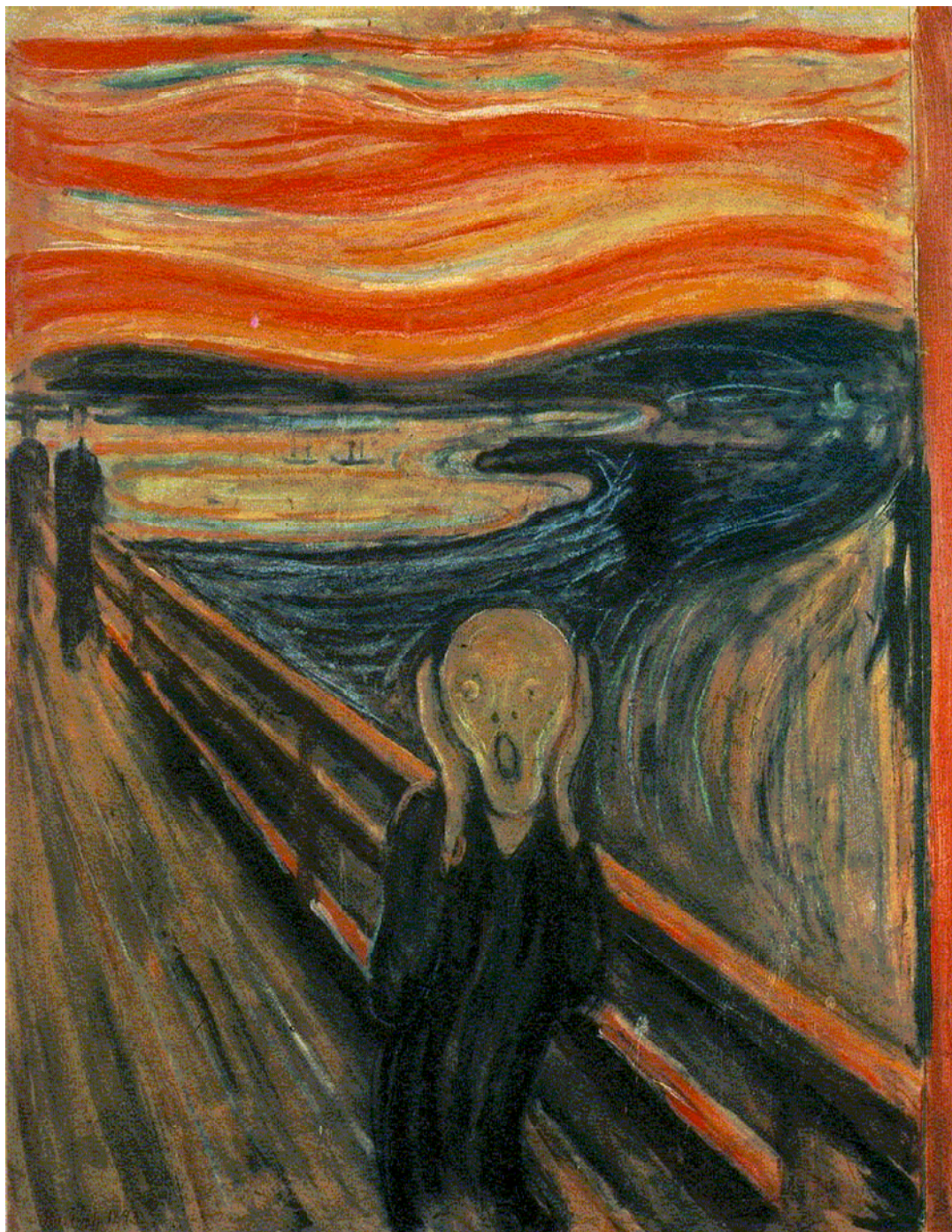
## BIBLIOGRAFIA

- A.A.V.V; “*EL GOCE DE VIVIR*”, Círculo de lectores; 1978-1979. 224 páginas.
- Franz Kafka; “*LA METAMORFOSIS, LA CONDENA, EN LA COLONIA PENITENCIARIA*”; Panamericana; Bogotá; 1997
- Gabriel García Márquez; *TODOS LOS CUENTOS*; Furuguru, Medellín; 1999. 320 Páginas.
- Gilles Deleuze., *FRANCIS BACON, LOGIQUE DE LA SENSATION*, La Différence, París; 1984.174 páginas
- Julia Kristeva, *LES POUVOIRS DE L’HORREUR*. París, Seuil, 1980, 171 páginas.
- Kenneth Sullivan y Dorothy Millar; “EJERCICIOS PARA VIVIR MEJOR”; Circulo de Lectores; Bogotá. 1981; 212 Páginas.
- Mimi Marinovic; “HISTORIOGRAFÍA Y PSICOLOGIA DEL ARTE”.
- Rüdiger Dahlke; “LA ENFERMEDAD COMO SÍMBOLO”, Barcelona, Robin book, 2006, 379 páginas.
- Rüdiger Dahlke; “EL MENSAJE CURATIVO DEL ALMA”, Barcelona, Robin book, 2004, 359 páginas.
- Santiago Rojas Posada; “LA ESTRATEGIA DEL AVE FENIX”; Norma 2007. Bogotá; 357 Páginas.
- Thorwald Dethlefsen y Rüdiger Dahlke; “LA ENFERMEDAD COMO CAMINO”; Lidebolsillo; Segunda edición, 2003, 320 páginas.
- [www.novarevista.com/salud/Arteterapia\\_1.html](http://www.novarevista.com/salud/Arteterapia_1.html)
- [www.universia.es/html\\_estatico/portada/actualidad/noticia\\_actualidad/param/noticia/gbgej.html](http://www.universia.es/html_estatico/portada/actualidad/noticia_actualidad/param/noticia/gbgej.html)
- <http://arteterapia-chile.blogspot.com/>
- [http://ipsnoticias.net/recuadro\\_270405.asp](http://ipsnoticias.net/recuadro_270405.asp)

# **ANEXOS**



**ANEXO A**



**EL GRITO (1893)**  
**Edvard Munch (1863 – 1944)**

**ANEXO B**



**LA COLUMNA ROTA (1944)**  
**Frida Kahlo**



**ANEXO C**



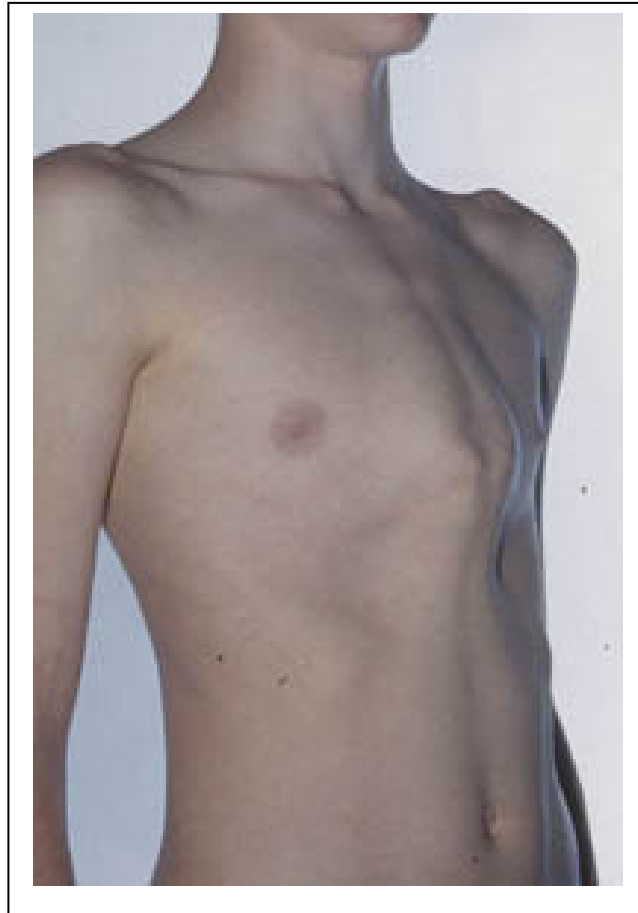
**ESTUDIO DE TRES CABEZAS - 1962  
(Fragmento)  
Francis Bacon**

**ANEXO D**



**DIBUJO**  
**Oskar Kokoschka**

## ANEXO E



**PECTUS CARINATUM**  
**Abultamiento óseo en la caja torácica**