

EL LABERINTO DEL MIEDO

ANGELA CAICEDO

**FACULTAD DE ARTES
UNIVERSIDAD DE NARIÑO
PROGRAMA DE MAESTRIA EN ARTES VISUALES
2015**

EL LABERINTO DEL MIEDO

Trabajo de grado como requisito para optar el título de Maestra en Artes Visuales

por:

Ángela Caicedo

Asesor:

Javier Gómez Muñoz

FACULTAD DE ARTES

PROGRAMA DE MAESTRIA EN ARTES VISUALES

UNIVERSIDAD DE NARIÑO

2015

“Las ideas y conclusiones aportadas en el trabajo son responsabilidad exclusiva de los autores”

Artículo 1 del acuerdo No. 324 de Octubre de 1966 emanado del Honorable Consejo Directivo de la Universidad de Nariño

Nota de aceptación:

Maestra Liliana Otero

Maestro Mauricio Genoy

Maestro Edgar Cabrera

San Juan de Pasto, Noviembre 11 de 2015

AGRADECIMIENTOS

Quiero agradecer principalmente a mis padres por su apoyo absoluto en este largo y arduo proceso, por brindarme la oportunidad de cumplir mis sueños, por estar allí cada vez que los he necesitado y sobre todo por el amor infinito que me ofrecen.

A mi hermana Patricia por sus consejos, su ayuda incondicional y los traspasos a su lado, por sus ánimos y la fuerza que me dio para no abandonar mi verdadera vocación.

A mis hermanos Andrés y Alejandra por estar pendientes de mí en cada paso que doy para ser cada vez mejor.

A Cristian Muñoz, por estar a mi lado, colaborarme y ser una parte muy importante en la realización tanto de mis obras plásticas como en la elaboración de este texto.

Y finalmente agradezco a mis verdaderos y profundos miedos que son ellos la fuente de toda mi inspiración.

A todos ellos muchas gracias por darme la fortaleza necesaria para seguir siempre adelante y cumplir con todas las metas propuestas.

DEDICATORIA

Este trabajo está dedicado con todo el amor del mundo para Gerardo Caicedo y Amparo Pineda, mis padres, ya que sin ellos no hubiera podido obtener el milagro de la vida y hoy no estuviera aquí pintando mi mundo de colores.

RESUMEN

El ser humano se encuentra envuelto en sus propias fantasías, aislado, encerrado en sí mismo, donde las emociones manejan la mente y el cuerpo, la soledad que irradia su espacio, el fracaso y la decepción. Desde el primer día de vida hasta el último, el hombre convive en diversos escenarios, donde como protagonista toma sus propias riendas. La vida es un enigma, algo imprevisible, y la mente es muy estrecha que tan solo quiere vivir en lo conocido, lo previsible. La mente siempre tiene miedo a lo inexplorado.

El observar se ha vuelto algo indispensable para el individuo, sobre todo si se trata de algo incompleto o errado ya que desde pequeños se infunde la necesidad de grabar en la mente la inaceptable imperfección de todo lo que lo rodea. El sentirse observada crea una reflexión acerca de los actos que se realizan o de lo que en cierto momento se siente, cambiando la postura corporal y los gestos, al igual que el aumento de la ansiedad, e inmediatamente ser considerado como algo impropio a los ojos de los demás. Auto-examinarse o auto-criticarse rompe la naturalidad que se tiene antes de ser mirados.

Esta obra plástica toma como referencia los miedos vistos desde mi propia intimidad y plasmándolos en una serie de obras pictóricas donde la mirada es el personaje principal.

Palabras Clave

Miedo, Desconocido, Mirada, Íntimo.

ABSTRACT

The human is wrapped up in His own fantasies , isolated , closed in on itself , Where Mind and Body handled emotions , Radiates loneliness in your space, failure and disappointment .From the first day of life Until the last , the man lives in various settings ,where as protagonist Makes His own reins . Life is a mystery, something unpredictable, and the mind is so narrow that only wants to live in the known. The mind is afraid of the unexplored.

Looking has gone indispensable for the individual especially if it is something incomplete or wrong being that since small infuses the need of impress in the mind the imperfection unacceptable everything around us. Feeling observed creates a reflection on the act, that they are or what feels at some point, changing the posture and gestures, like the increased anxiety, and immediately it is regarded as something improper in the eyes of others. Self-examination or self-criticize ends with the naturality that has before of being watched.

This plastic work explains the fears seen from my own privacy and translating them into a series of paintings where the eye is the main character.

Keywords:

Fear, Unknown, look, Intimate.

CONTENIDO

	Pág.
INTRODUCCIÓN	11
• El laberinto del miedo	12
- Una mirada a lo general y no concreto	
• El miedo expresado desde lo más profundo de mi ser	16
- ¿Intimidad desconocida?	
- Creación	
• Mi camino, mi proceso, mi comienzo	19
- El inicio	
- ¿Por qué ser lo que no se quiere? ¿Hasta dónde puedo llegar?	
- Se fue el sol y yo ya no estoy aquí...	
• Desglosamiento	23
- La pintura y respuestas	
- La mirada como protagonista	
- Tornado de colores y texturas	
• Referentes	26
• CONCLUSIONES	30
• BIBLIOGRAFÍA	31

LISTA DE FIGURAS

	Pág.
Figura 1. <i>Absorción, 2013</i>	15
Figura 2. <i>Muerte, 2013</i>	17
Figura 3. <i>Letras, 2014</i>	20
Figura 4. <i>Abuelita, 2013</i>	22
Figura 5. <i>El Grito, 1893</i>	26
Figura 6. <i>Calavera, 1887/1888</i>	27
Figura 7. <i>Minutos, 2008</i>	28
Figura 8. <i>Bert topping to Ernie, 2005</i>	29

INTRODUCCIÓN

Cuando se habla de arte, el enfoque se basa principalmente en la observación que el individuo hace de su entorno, reflexionando, criticando e inventando nuevos mundos que parten de su imaginación y de su concepto desde su pensamiento hacia la obra observada. Hoy en día, el arte va más allá de sus propios límites, destacándose desde diferentes puntos de vista unos mejores que otros, pero al final, respetando creencias, culturas y conceptos, este tiene igual valor, que para fanáticos, profesionales, críticos o para un espectador que desconoce un tema.

Dentro de cada persona existe un secreto, un misterio o algo que permanece oculto, una emoción extraña que genera depresión, tristeza, debilidad y hasta pensamientos que pueden conllevar a la muerte. La humanidad se ha visto esclavizada por diversas situaciones, que al final lo único que se logra es que la mente genere automáticamente una prevención a momentos determinados, a lo que se llama comúnmente como miedo.

Este proyecto inicia desde una experiencia personal que poco a poco se ha convertido en una forma de profundizar sobre el tema para descubrir todo aquello que me atormenta y al mismo tiempo llegar a un público con el cual logre transmitir mis sentimientos, emociones y pensamientos más profundos.

Todo lo que muestro a continuación, es sólo una muestra de aquellas preguntas que se fueron formulando alrededor de este proceso investigativo y los resultados insatisfactorios que se obtuvieron por parte de teorías o escritos relacionados con el tema a analizar, y así lograr explorar estas respuestas por medio del análisis de ideas explayadas en un papel, en un lienzo o en una fotografía, dando como resultado una obra pictórica en la que logre sacar a flote mis miedos más íntimos.

Capítulo 1

EL LABERINTO DEL MIEDO

Detesto la intimidad de la tristeza, detesto lo que en el miedo existe de untuoso, lo que en la desesperación existe de obscuro.
(António Lobo Antunes, 1988)

Una mirada a lo general y no concreto

La inefable corriente que recorre nuestro sistema nervioso, nuestra carne, nuestros sentidos alterados frente a lo inexplicable, frente a la horrorosa visión o sensación que manifiesta un peligro del que depende el campo vital del ser. El miedo más allá de una reacción emocional, es una constante en el hombre, y lo animal es lo que permite tener conciencia de supervivencia, despierta el instinto de protección, de protegerse. Frente a una circunstancia determinada sea real o imaginaria sucumbe nuestro espíritu y se entrega a los oscuros campos del terror.

Bioquímicamente determinadas glándulas cerebrales segregan sustancias como la adrenalina a nuestro torrente sanguíneo permitiendo que nuestro corazón se acelere y envíe sangre a los músculos como un mecanismo de defensa y sin importar el origen real o imaginario, el resultado es el mismo efecto mental, más sin embargo, al reaccionar ante un peligro imaginario el cerebro debe objetivar la situación de acuerdo a su experiencia vital. ¿Qué quiere decir esto? Que sencillamente el miedo está en el ser humano como en cualquier animal pero solo el ser humano puede llegar a transformarlo en una enfermedad por situaciones ya vividas que han dejado una huella imborrable en el inconsciente y por esta razón es más complicado de tratar. Más sin embargo al tener mayor comprensión de la realidad se puede vislumbrar mejor el origen del problema. El miedo impulsa al individuo a romper los límites de la razón, a determinar en una situación el funcionamiento de su emoción, de su reacción al inminente peligro asumido como tal. El desorden emocional que conlleva la sensación de miedo puede manifestarse en afecciones físicas (mareos, temblores, vomito, etc.) que pueden conducir incluso a un estado de shock alterando su conciencia y determinando el comportamiento individual y por

consiguiente social. El individuo que decide habitar los callejones del miedo enaltece la realidad del sufrimiento que despierta esta sensación llevándolo a ensimismarse en él y entregarse profundamente al temor desencadenando así la persecución en un laberinto donde el sujeto es el arquitecto y hace el papel de perseguido y perseguidor, de monstruo y presa a la vez.

H.P Lovecraft (1927) en su ensayo El horror sobrenatural de la literatura afirma “El miedo es la emoción más fuerte y primitiva de la humanidad”, indudablemente es así pues es lo que ha permitido que las especies sobrevivan, incluso el “*phobos*” en un inicio tenía la connotación de huida y es así como lo asumen los estudiosos lingüístico-etimológico de Homero en la *Iliada*. No podemos mentirnos que al manifestarse en nosotros la sensación de peligro la primera reacción es de protegernos y una opción para ello es a huida del lugar o de la espectralidad que nos amedrenta, no obstante también está el de la lucha que lleva al individuo a asumir comportamientos no comunes en él. Con esto queda claro que el campo donde se desarrolla el *phobos* es el campo de batalla y el ser se encuentra en un constante altercado con el mismo, en una interminable lucha por conocerse, aceptarse o huir del mismo.

El miedo es el invento por lo que el organismo se magnifica junto con el dolor, son alarmas que despiertan y hacen temblar al cuerpo y el espíritu. Para algunos, el miedo es una simple extensión del dolor, como una aparición frente a alguna afección o su aparente provocación, más sin embargo el miedo puede a su vez provocar dolor por su facultad de afectar en lo físico del individuo, son complementarias y si bien el dolor pudo haber sido el origen del miedo los dos son autosuficientes al momento de provocar reacciones en la psiquis, se han hecho muchos experimentos con respecto a esto utilizando personas “sanas” y personas con aparentes alteraciones neuróticas, pero ¿cuándo el miedo se convierte en una alteración neurótica al punto de considerarse una enfermedad?. Cuando el psiquis crea trastornos que llevan a fantasear con miedo que realmente no son amenaza vital, por ejemplo: cuando una persona no puede entrar en una habitación oscura por que los posibles peligros no son visibles y debe ser acompañada o cuando una mujer sale de su casa porque ve en el corredor una araña. Estas clases de temores o fobias son por lo general causados por experiencias anteriores y directas con dichas situaciones, cuando

daños causados antes se han calcado en su subconsciente al punto de desequilibrar totalmente sus emociones y sensaciones hasta perder el control de sí mismos entrando en histeria que desborda los límites razonables del psiquis.

No hay una definición puntual relacionada con el miedo, aunque hay varias teorías vistas desde varios ángulos. Entre ellos sobresalen los siguientes:

En términos generales, el miedo “es una emoción caracterizada por una intensa sensación, habitualmente desagradable, provocada por la percepción de un peligro real o supuesto, presente, futuro o incluso pasado”¹. Mientras tanto tomando este término dentro de la Psicología, el miedo es la emoción que pretende mantenerse a salvo y vivo, a pesar de que el miedo lleve a limitarte e impedir que hagas algo que podrías hacer perfectamente, o por el contrario el miedo puede llevarte a actuar impulsivamente.

En el campo filosófico, el miedo es una de las principales pasiones del ser humano y, por ende, una de las más interesantes desde todos los puntos de vista que se ocupan del estudio de la condición humana.

En la Biblia el miedo es visto como “arma poderosa de satanás” porque vivir lleno de miedos puede paralizar todos los planes de Dios con nosotros. Opiniones distintas, pero todas tienen algo en común: dominan al ser, ya sea para bien o para mal. El miedo siempre está presente en nuestras vidas, hace ya parte de nosotros desde el día en que nacemos y damos nuestro primer llanto. Un llanto de pasión, de una nueva experiencia, de probar lo desconocido; éste es muy Limitador pero al mismo tiempo beneficioso por igual, el miedo ha sido el culpable de grandes batallas, asesinatos, guerras, y a la vez, inspirador de arte, historias, películas y colaborador para nuestra supervivencia.

Se Dice que no se puede codiciar algo que no se conoce, pero ¿sentir temor? Quizá se puede tener miedo a lo que desconocemos o de lo que no poseemos tanta información. Claramente, siempre siente algún tipo de duda a lo que desconocemos por ejemplo y en la mayoría de veces, cuando tenemos que hacer algo que nunca antes hemos hecho. Al miedo se le tiene que mirar a la cara, tratar de estar en los entornos que nos dan miedo de manera persistente, exclusivamente de ese modo se conseguirá dominarlo.

Mientras más información tengamos de la situación que nos da miedo, más débil será este y por tanto, el miedo se convertirá en un contrincante fácil de vencer. Casi siempre el miedo a lo desconocido encierra la muerte y la vida, ya que lo inexplorado es todo lo nuevo y si el miedo imposibilita enfrentarlo, se estará obligado y prisionero de la vida en el pasado y esperando el momento de morir, y sin probabilidades de transformación o desarrollo.

Luna (2005) realizó un estudio sobre las almas, diablos y elementos naturales donde nos dice: “Todos los seres humanos contamos con un substrato neurofisiológico en el que descansa nuestra capacidad de sentir, pero, esta capacidad nos habilita simplemente para que, armados con los culturales aprendidos, respondamos en función de cierta valoración o creencia a los inductores que potencialmente pueden ser causa de daño físico”. Esto quiere decir que el miedo limita las conductas individuales, pero estas a su vez se ven influenciadas por el contexto cultural pues el hombre es un ser social y es ahí donde recibe la información externa que va modificando su perspectiva individual. De esta manera el miedo, aunque pueda ser producido por una situación general como el terrorismo por parte de grupos armados, es la capacidad individual de asumir dicha situación lo que determina la conducta que desarrollara en base a su miedo; desenvolverse siempre sin ocupar ningún tipo de peligro, puede lograr que la vida sea muy agobiante y moderada, aunque los cambios siempre son necesarios para progresar y personifican nuevos retos que pueden servir a la realización personal.

Figura 1. Absorción, 2013



“No soy tan valiente, pero tampoco tan frágil, ellas llegan pues a mi vida y la tornan un tanto compleja. Quisiera ser la niña que un día fui, tan radiante y alegre, libre de todo lo malo que la rodea y con su esencia única que cautiva los corazones”

Capítulo 2

EL MIEDO EXPRESADO DESDE LO MÁS PROFUNDO DE MI SER

Tengo la sensación de que no pertenezco a este mundo, solo vivo por vivir.

¿Intimidad Desconocida?

Cada persona lleva un secreto, un misterio, algo que no se puede o no se quiere decir, por el hecho de ser juzgados o también porque necesitamos un espacio con nuestro “Yo”. Desde que nos formamos en el vientre de nuestras madres comenzamos a manejar nuestro espacio íntimo. Crecemos en el vientre, hay una conexión con nuestra mamá, comemos y crecemos allí. Algunos pensarán que esto no es íntimo porque se está compartiendo con alguien más, pero de una u otra forma el ser empieza a pensar individualmente y a buscar su propio bien de alguna u otra forma, después de que sale de ella, a partir de sus vivencias ya logra reforzar aún más su intimidad. No hay muchos conceptos con referencia a lo íntimo, la mayoría van ligadas con lo profundo del ser y su espiritualidad.

Esta concepción hace referencia a la zona incierta que manejo prudentemente para un grupo acotado de personas, como su familia, amigos o simplemente para mí. Pese a que la intimidad no tiene metas precisas, puede decirse que allí ingresan todos los actos y los sentimientos que se deseó mantener fuera del alcance del público. La intimidad va muy ligada al miedo, es una forma de escudo, una máscara que tapa cualquier cosa que no quiero dejar al descubierto, pero así mismo vivo con el temor que todo se destape alguna vez.

La intimidad es mi globo personal, en donde habitan los valores humanos y personales, siendo un derecho esencial para mí propio desarrollo y claro está el de mi familia, además de ser un contorno reservado a la curiosidad de los demás contra indiscreciones e imprudencias ajenas. Mi alma y mi mente están conectadas y al mismo tiempo mi mente con las emociones más íntimas, formando así una relación tan profunda que da como

resultado que cada pensamiento o sensación se quede allí convirtiéndola en un caos, un caos muy bello y perturbador que solo yo puedo vivirla mas no manipularla porque ya tienen vida propia. Cuando el caos llega a su máximo punto de querer ya estallar y liberarse, se esparcen por todo lado y la privacidad se empieza a ver invadida y juzgada, despreciada y sometida a la burla, y ser un objeto de burla eterna.

Lo que más me puede llegar a aterrar es algo que desconozco, que es nuevo. Es difícil saber a primera vista si es bueno o es malo, ya que al no tener conocimiento respecto a una situación, es más complejo lograr ver que pasara después. Algunas veces (muy pocas) suelo arriesgarme y otras solo me echo para atrás. Mi corazón y mi cerebro tienen que tener una buena conexión y estar muy alerta, porque ellos son los que me previenen si seguir excavando más allá esa escena o desistir por completo.

Cuando el miedo se retrata en mis ojos el poder de las palabras vuela, mis sentidos se alteran y una gran explosión envuelve mi alma. Donde quiero encontrar el corazón si ya no hay nada en mi interior. La mente me maneja, las visiones son cada vez más grandes, mis manos tiemblan porque el final está cerca. Cada cosa está en su lugar, pero ¿dónde quiero estar? Si todo es tan grande aquí y lo único que yo quiero es llegar al punto donde todo inicio ya si comenzar una gran batalla, una forma diferente de hacer caminos, tomar una mentalidad más firme y precisa, donde el equivocarme este lejos de aquí. Más sin embargo lo desconozco y así mismo no lo quiero ver, el destape de lo oculto que puede traer consecuencias quizás buenas o quizás malas...

Figura 2, Muerte, 2013



“El miedo a lo desconocido, a la inseguridad, la duda acerca de lo que me espera si tomaría un camino fuera de lo analizado, puede ser algo muy perjudicial a la hora de hacer cambios fuertemente importantes en mi vida; tal vez pensar en tomar una decisión, muchas veces la correcta, me hará perder el bienestar que tengo, esto es una razón suficiente para que quedarme estancada.”

Creación

El conocimiento del fenómeno estético exige enunciar lineamientos que faciliten una sobresaliente edificación perceptible frente a la obra de arte. El espectador, en tanto sujeto activo, se relaciona con el objeto plástico extendiendo su conocimiento para exponer las relaciones y significados que la obra reúne, sus lenguajes implícitos y claros, sus niveles de codificación y la forma como éstos se conectan con el mundo de las representaciones culturales. El desafío que da un cambio de la mirada acerca del ambiente y sus relaciones con el universo donde se incluye al ser como fragmento que interactúa con el mismo, como un ser con sentimientos y más que nada la re-crea desde su punto constructivo del conocer, saber, actuar y aplica un nuevo enfoque epistemológico.

La “nueva re-creación”, ha sacudido al pensar científico y a los prototipos que gobiernan a las técnicas de investigación y la creación en el arte. Y es que el ser humano ha transformado su actitud frente a su relación con la ciencia, el hábitat, la sociedad, el arte y hasta consigo mismo. Ahora ya no es un observador Ya no será más un observador que preste atención a lo que ve y tampoco hará intervención en esas realidades; al contrario sino, que será parte de las relaciones chocan contra él, así pues, parte de éstas, y empieza a explorarlas, estudiarlas y transformarlas. La valoración del arte se entiende como un proceso en el que está envuelta una obra única y nueva, con innegables particularidades y diferentes ejemplos de espectadores en busca de valores, prácticas significativas y sentidos. La creación artística se ha encargado por muchos años de lograr la conexión entre el hombre y el mundo que lo rodea. El hombre y su arte van de la mano, ya que este lo usa para transmitir sus sentimientos. El artista no se limita a la hora de solo representar, sino que sobrepasa los antecedentes de la naturaleza y los ordena de diferente manera. “El arte aparece como un lenguaje universal en el que se expresan las dimensiones eternas del espíritu del hombre.”

Capítulo 3

MI CAMINO, MI PROCESO, MI COMIENZO

La ventana, las luces, el cuarto, me acompañan en el camino. Un proceso de explorarme, mis sentidos están alterados, y todo cada vez es más confuso...

El Inicio

Cuando el miedo se retrata en mis ojos el poder de las palabras vuela, mis sentidos se alteran y una gran explosión envuelve mi alma. ¿Dónde quiero encontrar el corazón si ya no hay nada en mi interior? La mente me maneja, las visiones son cada vez más grandes, mis manos tiemblan porque el final está cerca. Cada cosa está en su lugar, pero ¿Dónde quiero estar si todo es tan grande aquí y lo único que yo quiero es llegar al punto donde todo inicio? ya no sé si comenzar una gran batalla, una forma diferente de hacer caminos, tomar una mentalidad más firme y precisa, donde el equivocarme este lejos de aquí, más sin embargo lo desconozco y así mismo no quiero ver el destape de lo oculto, que puede traer consecuencias quizás buenas o quizás malas. Lograr la interpretación de un sentimiento tan fuerte y marcante como lo es el miedo, lleva un proceso que va conectado directamente con el cerebro, sentidos, emociones y creatividad, estas generan un choque e inmediatamente se convierte en un pensamiento, una idea y una representación gráfica. La mayoría de las veces no puedo sacar muy fácilmente a flote estos sentimientos, así que me ayudo de vivencias, de personas que han sufrido o pasado por lo mismo. Esto también hace parte del proceso creativo, conocer otros puntos de vista, esto genera en nosotros nuevas y diferentes emociones.

La interpretación al comienzo parece muy fácil, evidente e individual (ya que se basan en la similitud o parecido) hasta llegar al fruto resultante de dicha acción, pero es mucho más que eso, la confusión de repente aparece y el imposible de encontrar el principio. Empiezo a profundizar mucho más de lo que tan solo veo a simple vista. Sé que debo retroceder mucho tiempo, mi estómago comienza a retorcerse y mis ojos muestran su dolor y temor. El camino de retroceso no va a ser fácil, pero si quiero respuestas debo excavar de adentro hacia afuera. La búsqueda inicia y los recuerdos se destapan dejando

ver todo ese sufrimiento que he guardado y almacenado en lo más alejado del cerebro, donde quizás sabía que estaban allí pero los evite hasta olvidarme de su existencia, llevándolos marcados en la mirada día tras día de mi vida sin darme cuenta. El querer parar y dejarlo allí (otra vez). Sabía que tenía que hacerlo, mi corazón me lo dictaba, las voces en mi cabeza lo suplican, tan solo queremos libertad. Asociarse con un método de investigación no es tan fácil ya que lo que quiero descubrir es algo mío y pienso que este método tan solo me limitaría a hacer lo que él quiere. Pero de alguna forma habría que darle sentido al proceso interpretativo, use el método pero lo maneje bajo mis mismas reglas. Y ahora decidida, empiezo el proceso más difícil de toda mi existencia. Mi historia y el método logran como resultado las respuestas que busco.

Ahora bien, el miedo no es tan sencillo de comprender, pues tengo que excavar una profunda caverna en mi subconsciente. Ahí están de nuevo. La presión de cada sonido que recibo, mis oídos se hunden y no puedo respirar. Ellos ya están aquí sumergidos en mi convirtiéndome en un robot, en un alma desahuciada sin ya querer vivir más y quedarme pegada a la oscuridad. Mi vida está al borde de la tristeza las miradas se juntan con las palabras y ahora son un sujeto que solo de miradas vive, donde el desprecio y la soledad son mis compañeras, hay verdes, azules y violetas y nada puedo ver claro, porque el pulso se está desacelerando y mi boca seca está.

Figura 3. Letras, 2014



“Las máscaras que uso tan solo ocultan mis gestos, sin embargo mi mirada quiere salir volando. El día se torna naranja más mi vida esta gris, los colores se dilatan y terminan en un negro apocalíptico”

¿Por qué ser lo que no se quiere? ¿Hasta dónde puedo llegar?

Las teorías que he usado ya no tienen sentido, nada me ayuda realmente porque no hay respuesta concreta, cada concepto fórmula más preguntas, entonces como voy a saber qué es lo que pasa en mi mente si ya nada tiene la respuesta ni yo misma. Enfréntame en un espejo, mirando lo que no soy y allí, tan solo allí en esa mirada tierra esta lo que la mente ha tratado de olvidar. Reflejo en cada pedazo del color de mis ojos un sentimiento de rencor, de odio y repudio hacia mí misma, la mente vuelve a funcionar y las visiones a aparecer, no es fácil juzgarse pero de algún modo tenía que hacerlo, la vida es de enfrentarla y aunque ya me sentía muerta los miedos seguían vivos.

Identificarlos, tomarlos y despedazarlos encontrar la luz que busco. La mente de repente se abre y empiezan a salir todos ellos: líneas de colores, ojos malvados, bocas grandes y lenguas largas un ave sin cabeza y las piedras golpeando a los torbellinos que manejan un sin número de bichos con antenas de electricidad. Mi cuerpo está elevándose mi cabello deja de existir, estoy volando sin alas y llorando sin lágrimas. Mi boca sonrío y sabe que es el fin. Ahora tomo el arma más poderosa: Mi lápiz y mi hoja, mi mano toma los miedos los ato muy bien contras el papel donde se van quedando poco a poco y haciéndose más pequeños, ahora estoy empezando a tener el control ellos ya no se mueven tan rápido y se paralizaron.

Continúe uno tras otro, en diferentes situaciones. Unas veces salían otras se devolvían dónde estaban. Abrí mi boca, los miedos eran hablados mas no vistos, nada tenía sentido, de nuevo ellos se estaban apoderando de mí, quiero desaparecer. Cierro los ojos e intento caer al abismo, algo me detiene y debo seguir hablando. Todos se reían y mi mente va a explotar, trato de decirle lo que siento a los demás pero la gente recibe mis palabras mas no lograron entender, no todos vemos las mismas cosas y no todos sentimos lo mismo, me di cuenta que esto es solo mío, pero ya no quería que lo fuese más, continúe y ellos seguían con la burla hacia mí, me arranque las orejas, continúe y cada vez más fuerte me sentía, yo estaban ganando la lucha.

Se fue el sol y yo ya no estoy aquí...

El final de los miedos está llegando, el reloj está acelerándose y las hojas tienen plagas de líneas, miradas y sangre. Mi espejo está roto y yo sigo aquí. Estoy de pie mirando los miedos frente a frente, la habitación esta nublada y los miedos estancados. La hora llegó, y la respuesta que buscaba por fin me miraba retadoramente. Su odio, su prepotencia, su maldad y su destrucción estaban a punto de tomarme de la mano y llevarme. Mi cuerpo se transformó en mil colores y mis almas se desplegaron y se entregaron al ojo enorme del pasado. Dejándome el paso libre para que tome mis propias decisiones y el camino correcto que había estado sellado por muchos años. Sus miradas ya no me aterran, son sonrisa mucho menos. Ahora mis trazos, los mezcle con el color, mis miedos se convirtieron en pinturas, en una historia más encerrada en un cuadro, porque tan solo allí se van a quedar y ya más nunca salir. Ahora soy libertad y ellos prisioneros del arte.

Figura 4. *Abuelita, 2013*



“Si, así es la vida. Siempre nos da una oportunidad.

Una razón por la que hay que seguir.

Un mundo para valorar

Un don para mostrar.

Un corazón para amar...”

Capítulo 4

Desglosamiento

Tengo miedo de salir, estaré sola. Jamás pensé que mi vida fuera así, jamás pensé que sería difícil sobrevivir, la soledad te mata pero también te enseña a madurar.

La pintura y respuestas

Encontré maneras de dominar los temores o fobias por medio de terapias, pero todas se basan en la exteriorización del temor que es muy evidente de ver, mas no en lo oculto en el ser, en el espíritu del individuo. El miedo puede ser tomado como una especie de recurso liberador, como excitante de algunas formas de ortofonía como en las artes. Explorando técnicas y materiales descubrí que la pintura es una la mayor manifestación material y por lo tanto física, en tanto que plasma en ella lo subjetivo tratando de objetivarlo al exterior, es decir, exterioriza mis miedos y lo plasma en la obra. El pensamiento elabora los monstruos de mis temores y al mismo tiempo elaboro los modelos de mi sentir, de mi emoción. Es necesario exhortar los miedos para no agravarlos, para poder manejarlos y comprenderlos. Es como mezclar muchos colores en una paleta hasta conseguir la tonalidad que se desea, así funciona este proceso, indagarme de afuera hacia adentro haciendo una pausa ahí, explorando mis sentimientos, pensamientos y emociones más profundas, lograrlas combinar y entenderlas hasta conseguir lo que se deseaba: una imagen perfecta de lo que quería verdaderamente mostrar.

La mirada como protagonista

Todo entra por los ojos, la mirada es fundamental en cada uno de nosotros, nos permite detallar más minuciosamente cada lugar, cada persona que nos rodea. ¿Cuán fuerte es el poder de una mirada? se dice que la mirada es intensa, una mirada puede consolar o destruir, hacer el bien o el mal. Cuando sentimos que alguien nos está mirando, nuestro cuerpo y nuestra mente desarrolla un cierto tipo de terror, porque no se puede saber qué

tipo de mirada nos han lanzado, esto es, un desprecio o un rechazo. Es algo complejo predecir por la mirada de los otros cual es puntualmente sus actitudes frente a mí, sus miradas me recuerda algo duro, frío, impenetrable y por ello un atormentado secreto que no despeja de nosotros las dudas ni aquietan nuestras inseguridades.

La mirada puede llevar a la perdición, ese mar de ojos que me invadían que bloqueaban mis pasos y que no me permitía seguir. El ojo es el protagonista, el causante de mis momentos de angustia, el miedo de hacer el ridículo, de ser criticada y al auto explorarme ellas estaban por todos lados, acabando con mi ser poco a poco. Esta es la representación gráfica de todos mis miedos que una vez me llevaron a la perdición.

La mirada es el reflejo del alma y el que tiene que ver y soportar todo. El ojo de la crítica, de la sabiduría, de la tristeza. Este, es el ojo de las emociones de lo que la mente evita pensar y lo que la boca calla. Por medio de trazos, unos suaves y otros no tanto y con la ayuda de mis ojos los lienzos toman vida, los óleos marcan una historia. Y allí, en medio de colores y pinceladas el miedo está presente, tan solo se quedara allí encerrado en un cuadro porque ha salido de la mente para ser visto por otros ojos y más nunca volver a su lugar de origen.

Tornado de Colores y texturas

Mi vida refleja mil colores, no son rosas ni negros, es la mezcla de lo perfecto y lo imperfecto, de lo que el alma quiere expresar en ese preciso momento. Los miedos ya están afuera, la imagen, el escenario y finalmente sus colores, donde todo se torna no necesariamente oscuro, algunos cálidos otros fríos. Por medio de trazos unos suaves y otros no tanto y con la ayuda de mis ojos los lienzos toman vida, los óleos marcan una historia. Y allí, en medio de colores y pinceladas el miedo está presente, tan solo se quedara allí encerrado en un cuadro porque ha salido de la mente para ser visto por otros ojos y más nunca volver a su lugar de origen. Los colores en un momento se juntan dando varias tonalidades y volviéndolas confusas, otras permanecían en su lugar sin ningún problema. Cada color representa la ira, la felicidad, el sentirse agobiado, confundido y

muerto. Como reaccionaba ante cada situación de la vida, y desde que punto lo veía tan malo.

Los tonos negros aparecen cuando la situación se ve menos clara y la imposibilidad de encontrar un método de defensa, los tonos rojos, la sangre que he derramado, literalmente causada por los cuchillos que me clavan con las ofensas e insultos, los tonos azules, la perdición, el desasosiego, los golpes y las lágrimas, los tonos cafés y amarillos, el fuego, la derrota, el darse por vencido, pero también, mi propio ser queriendo desaparecer, finalmente, los tonos blancos y claros, la poca paz que había en mí, un consuelo alrededor de todo lo que tenía que enfrentar diariamente. Como los trazos, las tonalidades tienen su propia historia y su sentido de estar allí, acompañando a los espíritus que rondan alrededor de la pintura; así mismo, las texturas representan las cicatrices que quedaron tras cada uno de los sufrimientos y obstáculos que nunca quise pasar. Cada situación iba esfumándose, y más sin embargo las llevaba en medio de una cicatriz como rencor y desprecio hacia mí misma.

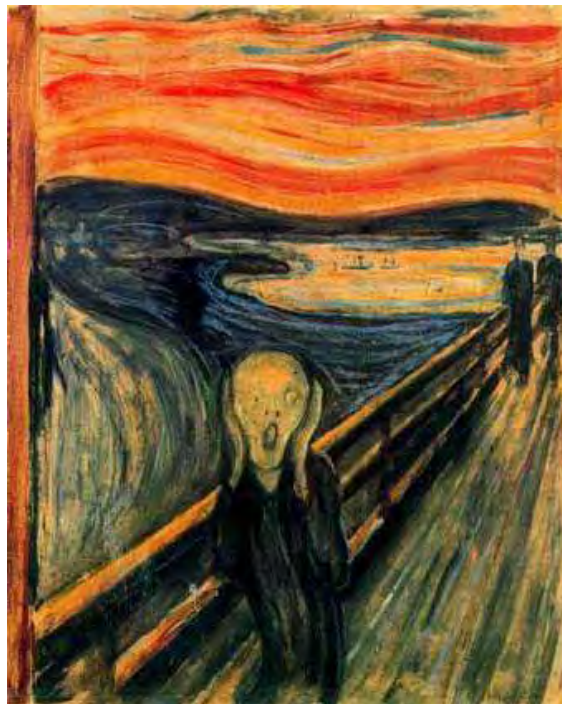
Capítulo 5

Referentes

En el campo artístico encontré muchos artistas que trabajen el miedo, a pesar de que este es mi proceso, el buscar un referente me ayudaría a comparar el concepto de miedo que maneja cada uno y la forma en la que ellos la expresan. Seleccioné cuatro artistas de distintas épocas para comparar como ha ido cambiando el pensamiento y la forma de plasmarlos por medio de una obra plástica-visual.

Entre uno de los tantos artistas que han reflejado en la mayoría de sus obras sus vivencias revelando su intimidad, exponiéndola a las críticas del mundo entero, Edvar Munch con su obra más sobresaliente, “el grito”, claramente muestra una escena bastante depresiva y terrorífica, donde aquel ser con su gesto de agonía no soporta estar en esa situación. El artista ha representado su experiencia de una forma totalmente subjetiva, haciendo que nosotros escuchemos también ese grito. Así expresa hasta qué punto las emociones determinan por completo nuestra apreciación del mundo.

Figura 5. El Grito, 1893



Por otro lado, tenemos un artista que trabaja desde lo íntimo. A simple vista el artista no es tan obvio a la hora de plasmar lo que piensa, todo lo contrario, cada obra está invadida de misterio y surgen preguntas como ¿Qué está pasando por la cabeza del artista?, algunas generan dudas, otras polémicas. La obra de Van Gogh se inicia con una pintura de tonos oscuros y profunda sensibilidad, como puede verse en su obra “Comiendo patatas”. Realizó numerosos paisajes e interiores, donde resalta la pincelada quebrada. Sus potentes pinceladas hacían que los objetos representados en ellas parecieran otorgados de movimiento, como si estuvieran animados por penetrantes emociones. Su paleta de pintor se fue llenando de colores vivos, y en ella mezcló el verde con el rojo, el azul con el naranja, el violeta con el amarillo. Su colorido tenía una poca relación con la realidad, pero eso que importaba, era su creación.

Figura 6. Calavera, 1887/1888



La mexicana Manuela Santacruz trabaja desde lo que ve ella en los demás, de la gente que día a día transita la calle, de los gestos, el modo de expresarse al entablar una conversación y hasta la forma de caminar, para luego llevarla a un medio digital, haciendo varios cortes y con un poco de música ambientando cada situación, en diferentes escenarios, donde crea un caos en la mente de las personas que lo miran, llevando a tal punto que perturba y genera un poco de temor. Sus filmes son unos más profundos que otros, más enigmáticos y más alucinógenos, donde su objetivo es conseguir que los espectadores se lleven varias voces que les hablan en sus cabezas.

Figura 7. Minutos, 2008



Finalmente, el colombiano William Cruz y su obra “Bert topping to ernie” donde claramente muestra una serie de fotografías que revelan una intimidad entre dos personas, las expone una por una y hace que el espectador reflexione, estudie y vea lo que él quiere ver más allá del propio concepto del artista. Este nos induce a indagar sus restos y examinarlos dentro de nuestro contexto. Quiere que disfrutemos y nos enfrentemos a su propio ridículo, su propia historia y su cotidianidad queriendo como resultado que las miradas de los espectadores se crucen, se rocen, miradas e imágenes que recuerden qué hacer con el deseo convertido en mirada.

Figura 8. Bert topping to Ernie, 2005



Todos tienen un interés en común y es mostrar una emoción, y claro está conectarse de una u otra forma con el espectador y que este sienta que le transmite algo. El cambio tan drástico que se ha generado con el pasar de los años y la tecnología que poco a poco ya es parte de nuestra vida, ha logrado que el artista busque otros medios novedosos para generar arte.

Estos cuatro artistas seleccionados, se diferencian en cuanto a la técnica, ya que tanto Munch como Van Gogh usaban elementos plásticos y moldeables como los oleos y acrílicos donde empezaban a dibujar y dejar salir emociones y logrando una mayor conexión con sus sentimientos, a medida que tomaban su pincel, sus ideas ya dibujadas en la mente se conectaban con sus manos y dejaban que salieran a flote logrando cuadros con tonalidades magníficas. Al contrario de los artistas contemporáneos como Santamaría y Cruz usan un montaje más moderno, donde realizan un story board y un guion e inmediatamente lo llevan al lente de una cámara y finalmente se ayudan de una computadora (edición). Desde mi punto de vista creo que es más difícil conseguir la perfección que ellos quieren mostrar, ya que los medios audiovisuales no son tan precisos al momento de querer mostrar lo que se piensa.

CONCLUSIONES

- ✓ El arte por medio de las expresiones más íntimas, ayudan al despertar del ser y sacar dentro de si sus pensamientos y sentimientos que más causan dolor.
- ✓ La pintura vista desde el punto terapéutico, puede ser de mucha utilidad ya que permite la máxima expresión de los sentimientos y por ende nos ayuda a liberar nuestros miedos
- ✓ El utilizar colores oscuros, permite al artista una mejor expresión de energías negativas ya que estos podrían asemejarse a lo vivido, soñado o simplemente imaginado.
- ✓ El arte tiene el poder de sanar heridas internas y llenar el alma y la mente de colores y mejorar en el estado de animo
- ✓ El proceso de introspección en la inestabilidad emocional es un paso importante para liberar nuestros miedos que junto con el proceso creativo da una mayor facilidad para sacarlos al exterior.
- ✓ El origen de los miedos que habitan en mí se centra en el rechazo de las personas que han pasado por mi vida marcando fuertemente sentimientos de culpa, decepción, desinterés personal, entre otros.
- ✓ las obras pictóricas lograron plasmar y evidenciar todo lo que solo mi mente veía y sentía, tanto en colores como en imágenes.

BIBLIOGRAFÍA

- ANDRÉ, Christophe. (2009) *Psicología del miedo*. Kairós
- ARDLEY, N., LAMBERT, D., LAMBERT, M., MUIRDEN, J., y WILLIAMS, B. (1988). *¿Que es?* Grijalbo
- BAHR, Hermann. (1920) *Expressionismus*. Delphin Verlag Munchen
- BEHR, Shulamith. (2000) *Expresionismo: movimientos en el arte moderno*. Encuentro.
- BERTORELLO, A., LUTEREAU, L., MUÑOZ, P. (2013) *Deseo y libertad*. Letra viva.
- CABALLÉ, Eva. (2008) *Sin miedo al miedo*. Delirio.
- CANTZ, Hatje. (2014) *Edvar Munch: Un genio del grabado*.G&E.
- CUAUHTÉMOC, Carlos. (1995) *Un grito desesperado*. Ediciones diamante
- DALÍ, Salvador. (1944). *Rostros ocultos*. Planeta.
- FONTARROSA, R. (1972) *El mayor de mis defectos*. Ediciones de la flor
- GEOFFRAY, Agnes. (ARTISTA) URL: <http://www.agnesgeoffray.com/>
- GOMEZ, Julio. (2009) *Lucha contra el Conformismo*. Saavedra.
- HOFFINE, Joshua. (FOTOGRAFO) *Maleficium 4*. (FOTOGRAFIA) (2014) URL:<http://www.joshuahoffine.com/#/1>
- HOMERO. (1572) *La Iliada*. Planeta
- KRAUS, Karl. (1925) *La tarea del artista*. Casimiro.
- LAMA, D., y CUTLER, H. (1998) *El arte de la felicidad*. Debolsillo.
- LEMUEL, Edwin. (2005) *Intimidaciones: para que estés bien desde adentro*. Grupo Nelson.
- LIZARRAGA, Pablo. (2003) *William Congdon y la revisión del expresionismo abstracto*.Unisa.
- LOVECRAFT, H.P. (1927) *Supernatural Horror in Literature*.Feedbook
- LYOTARD, Jean. (1987) *La condición posmoderna*. Catedra
- MAQUIAVELO, Nicolás. (1531) *El príncipe*. Longseller.
- MINK, Janis. (2000) *Duchamp*. Taschen
- KLEE, Paul. (2007) *Para una teoría del arte moderno*. Tierra firme.

- POE, Edgar. (1842) *La máscara de la muerte roja*. Esediciones.
- RODRIGUEZ, Alfonso. (2014) *Entre miradas*. The private space
- SAINT-EXUPÉRY, A. (1943) *El principito*. Emece.
- STONE, Irving. (1934). *Lujuria de vivir*.Booket.
- VELASCO, Andrés. (2003) *¿De dónde viene el miedo?* P&P.