

LA MIRADA CARENTE

Trabajo Fin de Grado

Grado en Bellas Artes



Universidad
de La Laguna

Departamento de Bellas Artes

CURSO ACADÉMICO 2018-2019

Alumna: Emma García Álvarez

Tutora: Sabina Gau Pudelko

ÍNDICE

- Resumen/Abstract pág. 4
- Introducción pág. 5
- Objetivos pág. 6
- Conceptualización pág. 7
- Referentes pág. 12
- Antecedentes académicos pág. 21
- Proceso creativo pág. 27

- El lenguaje pictórico: Justificación artística pág. 37
- Catálogo pág. 40
- Conclusión pág. 54
- Bibliografía/Webgrafía pág. 55
- Índice de imágenes pág. 56

ABSTRACT

Este proyecto de pintura tiene la intención de clarificar, a través de la experiencia personal y la deconstrucción del realismo, lo que es vivir con un desorden mental tan común pero poco investigado como es el trastorno de despersonalización/desrealización. La dinámica entre diferentes estilos y tratamientos técnicos sirve como herramienta para transmitir la confusa sensación perceptiva que produce este trastorno.

Palabras clave: pintura, realismo, abstracción, deconstrucción, trastorno mental.

This painting project strives to shed light on the subject of the very common yet unresearched Depersonalization/Derealization Disorder, and show what life is like for those who suffer from it through personal experience and the deconstruction of realism. The dynamics between different styles and technique treatments act as a tool to convey the confusing perceptual feeling caused by this disorder.

Key words: painting, realism, abstraction, deconstruction, mental disorder.

INTRODUCCIÓN

A medida que los medios tecnológicos como el internet y las redes sociales avanzan, cada vez se hace más difuso el límite entre nuestra vida y la de los demás. Estamos en un estado de saturación de información constante, que nosotros mismos elegimos acorde a nuestro gusto. Esto hace que cada vez sea más y más fácil huir de las situaciones desagradables: si uno está frustrado con su propia vida, simplemente puede vivir la de cualquier otra persona a través de una pantalla. Sin embargo, la gente selecciona cuidadosamente la información que comparte públicamente, siendo ésta normalmente una exaltación de sí mismos y sus vidas; una hipérbole de felicidad continua que, realmente, no existe. Al ver a tanta gente viajando a sitios de ensueño, cumpliendo sus metas, teniendo un físico espectacular y realizando tantas actividades divertidas, nos da la sensación de que nos estamos perdiendo algo; de que no estamos viviendo tan bien como podríamos. Pero la mayor parte del tiempo, toda esta información está retocada de una manera u otra; estamos consumiendo irrealidad.

Este tipo de entorno favorece la aparición cada vez más numerosa del trastorno de despersonalización/desrealización, debido a la cada vez más creciente población con depresión y ansiedad. Byung Chul Han cita en su libro *La sociedad del cansancio* a la sociedad actual como la “sociedad del rendimiento”, la cual “se caracteriza por el verbo modal positivo *poder* sin límites. [...] El exceso de positividad se manifiesta, asimismo, como un exceso de estímulos, informaciones e impulsos. [...] Debido a esto, la percepción queda fragmentada y dispersa”. Esto, según Han, “produce depresivos y fracasados”.¹

Este trastorno, muy asociado con las anteriormente mencionadas depresión y ansiedad, altera la percepción para evitar situaciones de estrés, alienándonos, dejándonos insensibilizados y con la sensación de que vivimos en un sueño, de que nada es real. A raíz de mi experiencia personal con el trastorno, pretendo “encarnar” en representaciones pictóricas la sensación perceptiva que produce la despersonalización y desrealización, como modo de visibilización y normalización de este trastorno. Al fin y al cabo, muchas personas han padecido los síntomas durante sus vidas, especialmente las últimas generaciones; la mayoría simplemente no sabe que lo que sienten tiene nombre. En este trabajo, se investigará un poco sobre el trasfondo clínico del trastorno, seguidamente dejando constancia sobre los referentes tanto estilísticos como temáticos. Después, se documentarán los antecedentes académicos que precedieron este trabajo y todo el proceso creativo del proyecto. Tras la justificación artística del lenguaje pictórico, se podrá observar el catálogo de las obras junto con los detalles que les corresponden. En las últimas páginas será donde se encuentren la conclusión, y las fuentes de referencia como la bibliografía, webgrafía y el índice de imágenes.

¹ HAN, Byung Chul, *La sociedad del cansancio*, Ed. Herder, Barcelona, 2017, p. 26-33

OBJETIVOS

Los objetivos que persigue el presente trabajo son los siguientes:

- Usar el arte como vínculo y como anclaje a la realidad.
- Visibilizar y concienciar sobre lo común que son los desórdenes de despersonalización/desrealización en las nuevas generaciones occidentales hipersensibilizadas.
- Procesar, deconstruir, analizar y entender, en una obra física, mi entorno en momentos despersonalizados en los que mi propia percepción no me deja hacerlo.
- Describir con éxito, a través del lenguaje visual, el trastorno de despersonalización/desrealización.

CONCEPTUALIZACIÓN

Mi línea de trabajo siempre ha tratado sobre todo temas relacionados con la mente y la psicología: el subconsciente, los recuerdos, los sueños, y, más recientemente, el trastorno de despersonalización/desrealización. Al tratarse de un desorden que yo misma experimenté y del que me recuperé recientemente, empezó a hacerse hueco en mi obra casi imperceptiblemente mientras lo vivía. Se podría decir que, en vez de yo haber elegido un tema, el tema me eligió a mí.

Este trastorno (comúnmente asociado a la ansiedad o la depresión) suele surgir como mecanismo de defensa a raíz de experiencias traumáticas o de niveles graves de estrés o sufrimiento, y afecta a la percepción cognitiva de nuestra realidad, haciendo parecer que somos totalmente ajenos a ella, y perpetúa un sentimiento de "desconexión". Se puede describir, entre otras sensaciones, como: observar la vida de uno mismo tal como si fuera una película en la que uno no tiene nada que ver, sólo es un espectador; una pantalla de cristal que separa a uno mismo de la realidad; una gran dificultad para distinguir entre lo que es un sueño y lo que no; o un estado constante de ausencia mental. Cabe recalcar que este trastorno sólo afecta de manera cognitiva (relacionado a la percepción/memoria), por lo que quienes conviven con él no experimentan alucinaciones ni nada parecido. Prácticamente todas las personas pueden llegar a experimentar momentos de despersonalización y desrealización en sus vidas de manera pasajera. Al menos 1 de cada 2 personas se ha sentido desconectada de sí misma (despersonalización) o de su entorno (desrealización) en algún momento de su vida.² Este sentimiento temporal suele ocurrir después de que una persona haya:

- Experimentado un peligro potencialmente fatal.
- Consumido ciertas drogas como la marihuana, setas alucinógenas, ketamina o éxtasis.
- Estado muy cansada.

² SPIEGEL, Daniel, *Depersonalization/Derealization Disorder*, Merck Manual of Diagnosis and Therapy (Consumer Edition), 2019

<https://www.merckmanuals.com/home/mental-health-disorders/dissociative-disorders/depersonalization-derealization-disorder#> Última consulta: 26/08/19

- Tenido carencia de sueño o de estimulación sensorial (como puede ocurrir cuando se está en la Unidad de Cuidados Intensivos).

Sin embargo, sólo se considera un trastorno cuando es algo recurrente o que nunca llega a desaparecer del todo; es decir, que está presente durante largos periodos de tiempo. Un episodio puede llegar a durar días, semanas, meses, años, e incluso décadas. Este trastorno puede dar comienzo en la infancia y rara vez empieza pasados los 40 años.

Causas

El trastorno de despersonalización/desrealización suele desarrollarse en personas que hayan tenido que pasar por situaciones de extremo sufrimiento, como por ejemplo:

- Haber tenido una infancia negligente o abusiva emocionalmente.
- Haber sido víctima de abuso físico o violación.
- Haber presenciado violencia doméstica.
- Que un ser querido fallezca inesperadamente.³

Este tipo de ocurrencias funcionan como un “gatillazo de salida” que provoca la desconexión temporal durante ese instante para que la cantidad de estrés sea menor y el cerebro pueda ser capaz de procesarlo en el momento. Sin embargo, esto desbloquea este nuevo mecanismo de defensa; y una vez “activado”, genera la misma respuesta, con la misma intensidad, ante el mínimo indicio de estrés. Este estrés puede consistir en el estrés genérico que experimentamos debido al trabajo, los estudios, a una discusión, a un malestar emocional... Pero también puede ser generado por actividades específicas que se podrían considerar totalmente corrientes y ordinarias para la mayoría de personas que, sin embargo, para otras personas que presenten traumas y síntomas de ansiedad o depresión, generan una sorprendente cantidad de sufrimiento. Esto puede ser, por ejemplo, el interactuar con un hombre para una mujer que ha sido abusada sexualmente por uno; o hablar con el dependiente de una tienda para alguien que tenga ansiedad social.

³ SPIEGEL, Daniel, *Depersonalization/Derealization Disorder*, Merck Manual of Diagnosis and Therapy (Consumer Edition), 2019

<https://www.merckmanuals.com/home/mental-health-disorders/dissociative-disorders/depersonalization-derealization-disorder#> Última consulta: 26/08/19

Síntomas

Los síntomas de la **despersonalización** suelen presentarse como:

- La desconexión con la mente, el cuerpo, los sentimientos y las sensaciones de uno mismo.
- La sensación de sentirse como un autómatas o robot que no tiene control sobre su habla o sus propios movimientos.
- Entumecimiento físico y emocional; la sensibilidad se ve reducida acorde a la severidad del trastorno.
- La dificultad para distinguir si los recuerdos son reales o no; es común la confusión de sueños con recuerdos y viceversa.

Los síntomas de la **desrealización** se pueden identificar como:

- La desconexión con el entorno (personas, objetos...), que parece irreal.
- La sensación de vivir en una película o un sueño.
- Incapacidad de conectar emocionalmente con seres queridos; la sensación de que una barrera de cristal te separa de ellos.
- Dificultades visuales (visión borrosa o distorsionada), auditivas (percepción del sonido como más alto o bajo de lo que es realmente), y sociales (dificultad para mantener conversaciones coherentes y escuchar a los demás; confusión entre lo que se ha dicho y lo que se ha pensado).
- Percepción del espacio y el tiempo distorsionados.⁴

Aún bajo estas circunstancias, las personas con este desorden siempre son conscientes de que sus experiencias de desconexión no son reales sino que son la manera que tienen de sentir o percibir la realidad. Esta conciencia activa es lo que diferencia el trastorno de despersonalización/desrealización de un trastorno psicótico (cuyos afectados carecen de tal entendimiento). Y muchas veces es esta misma conciencia de que algo está mal con uno mismo lo que hace que los síntomas de ansiedad y depresión empeoren, asimismo empeorando los síntomas de despersonalización y desrealización; se convierte así en un círculo vicioso del que es muy difícil salir sin ayuda médica.

⁴ <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/depersonalization-derealization-disorder/symptoms-causes/syc-20352911> Última consulta: 26/08/19

Experiencia personal con el trastorno

Este proyecto es de una índole muy personal, al tratarse de algo que me sucedió y marcó mi vida para siempre. Tras el inesperado fallecimiento de mi padre en un accidente automovilístico en 2016, estuve en estado de shock durante los primeros meses siguientes al siniestro; ya que mi padre solía ser piloto de avión, era común que se encontrara ausente durante semanas, así que la asimilación fue más tardía de lo normal. Alrededor de ocho meses después fue cuando el trastorno se empezó a hacer perceptible, al interferir en las relaciones con mi pareja, mis amigos y mi familia; era frecuente que me hablaran y ni siquiera les oyera. Era especialmente enervante para ellos el buscar respuestas emocionales en mí que era incapaz de dar, generando frases como “es como si no estuvieras”, o “hablar contigo es como hablar con una pared”. Me costaba seguir conversaciones en grupo, lo que deterioró notablemente mis habilidades sociales e hizo que aumentara mi ansiedad social. Tenía la misma importancia y relevancia para mí lo que sucediera en una película, un libro o un videojuego que algo que sucediera en la vida real, como el nacimiento de mi sobrino; estaba al mismo nivel. Todo me afectaba con la misma intensidad: baja y breve.

Visité Japón e Islandia en el mismo año, países que siempre había soñado visitar, con la esperanza de que estímulos de tal magnitud me hicieran volver a sentir de manera normal. Fue una misión sin éxito: al volver a Tenerife, sentía que simplemente había soñado todo. Lo único que me quedaba eran recuerdos vagos y borrosos, y cientos de fotografías.

A pesar de haber asistido a terapia, el proceso de recuperación fue largo, y no hubo resultados inmediatos. Y en cierto modo, la fijación permanente de mi alrededor, fuera en fotografías, dibujo o pintura, se convirtió en una especie de obsesión. Al mismo tiempo, también fue lo que más me ayudó a sobrellevar esta oscura y frustrante etapa de mi vida.

Comencé a retratar a mi familia, a mis amigos y a mí misma, en busca de respuestas. La fotografía era lo que me ayudaba a distinguir entre lo que había sucedido de verdad y lo que no; me encontraba revisando el carrete del teléfono o la cámara frecuentemente, reviviendo las cosas en las que no pude estar mentalmente presente en su momento. Hoy en día aún conservo esta pequeña manía de querer inmortalizar todo lo que veo o vivo de cualquier manera posible.

¿dónde estoy yo, si este es mi espectro?

y estos ojos, ¿qué miran?

tal vez moriste para llevarte algo contigo.

y tal vez, si respiro sin respirar,

no se note que

estoy ausente.

Extracto del diario que mantuve durante el trastorno.

REFERENTES

Los artistas que tomo como referencia han sido elegidos en base a sus cualidades plásticas y su capacidad de armonizar de forma compleja códigos realistas e informales, creando espacios extraños. Esta mezcla de códigos ha sido uno de los aspectos que había trabajado en imágenes anteriores. Del suprematismo me interesó la idea de la abstracción geométrica como máxima expresión del “sentimiento puro”⁵, mientras que un novelista en cuyo lenguaje están presentes una combinación de cotidianidad humana y elementos absurdos me ha aportado su visión del trastorno.

Daniel Segrove

Este joven artista nacido en el año 1993 en San Francisco, EE.UU., es notorio por su técnica mixta, y la dicotomía entre su meticulosa anatomía y la pura emoción reflejada como “destrucción” de dicha mimesis y del propio soporte: rayones, manchas, roturas... Además, destaca su uso del propio blanco del soporte como representación del vacío emocional. Este enfoque ha servido de inspiración en muchas de mis propias obras. Tras asistir a un taller impartido por él en Sevilla en 2017, y hacerle preguntas sobre su temática, afirmó que su mayor inspiración había sido el anhelo, la frustración y la melancolía sentida mientras estaba separado de su prometida surcoreana; ambos se encontraban en una relación a larga distancia, estando él asentado en San Francisco y ella en Seúl. En los meses que pasaba separado de ella, realizaba obras teniendo como única referencia la imagen grabada a fuego en su memoria del aspecto de ella, fruto de los recuerdos de sus mutuas visitas a sus respectivas ciudades. Son este tipo de vivencias las que marcan un ritmo melancólico y romántico que se hace muy evidente a medida que uno va descubriendo el trabajo de Segrove.

⁵ HERBERT, Robert, *Modern Artists on Art: Ten Unabridged Essays*, Ed. Prentice Hall, Nueva Jersey, 1964, p. 117

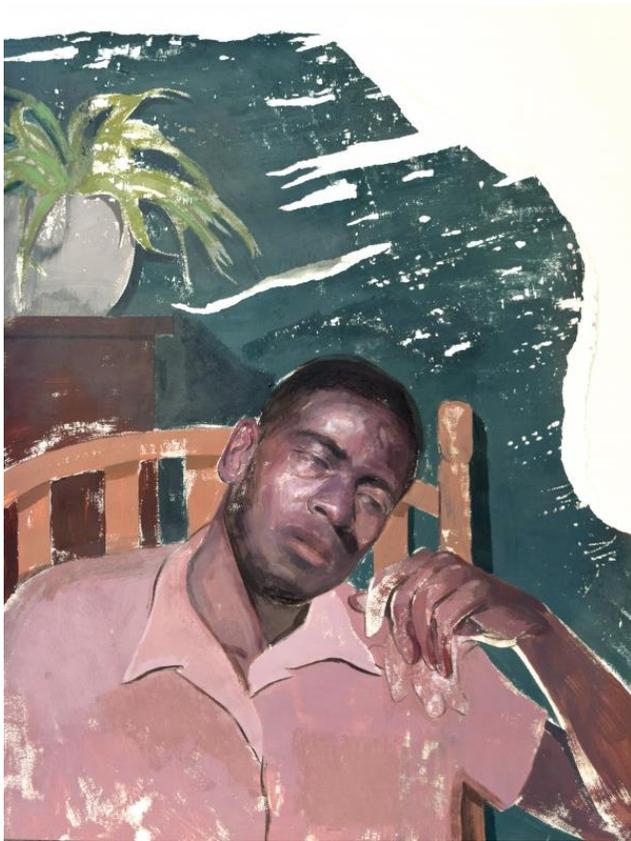


Fig. 1 Daniel Segrove, *Evanesce*, técnica mixta sobre papel, 60x45 cm, 2018



Fig. 2 Daniel Segrove, *Intro*, técnica mixta sobre papel, 68x92 cm, 2019



Fig. 3 Daniel Segrove, *Rising Action*, técnica mixta sobre lienzo, 60x45 cm, 2017

Alex Beck

Beck es un artista originario de Virginia del Norte, EE.UU. Actualmente reside en Richmond, donde imparte clases de pintura en la universidad de VCUarts. Aunque su educación en Ringling College of Art and Design estuvo más enfocada en la ilustración, con el tiempo ha ido derivando hacia una forma libre de pintura. “No soy un narrador de historias. Yo pinto ambientes”. Denomina su estilo como “realismo gestural”: “Exploto el realismo de una manera en la que pueda destruirlo completamente”.⁶ Para muchas de sus obras, Beck suele tomar fotografías antiguas como punto de partida, estableciendo como predilectas las que usaran película Kodachrome de los años 60. Consigue estas fotografías mayormente a través de trueques, como “regalos” que sus seguidores de redes sociales le envían, o comprándolas en tiendas de segunda mano. Su peculiar estilo resulta de la mezcla de la mimesis de estas imágenes con pintura de observación y elementos añadidos desde su imaginación. Su paleta, con mucha presencia de colores ácidos, pastel e incluso neón, es uno de los elementos que más interesantes me parecen de este artista y me sirve de inspiración para mi obra.

⁶ <https://richmondmagazine.com/home/artist-alex-beck/>



Fig. 4 Alex Beck, *Birthday Kiss*, óleo sobre panel, 60x60 cm, 2017



Fig. 5 Alex Beck, *I am my father's son*, técnica mixta sobre lienzo, 50x50 cm, 2019

Soey Milk

Esta artista nació en el año 1989 en Seúl, Corea del Sur. Se trasladó a California, EE.UU., en el año 2000 con la idea original de recibir un entrenamiento más serio en el mundo del ballet, pero pronto descubrió el mundo del arte plástico y decidió volcarse en este último. Actualmente reside y trabaja en Los Ángeles, California.

Mientras realizaba sus estudios en la universidad, mantuvo un estilo hiperrealista, pero debido a una mala experiencia al encontrar una huella de zapato en una de las caras en las que tanto había trabajado, decidió apartarse del movimiento hiperrealista y tratar su obra con más soltura. A pesar de su perfeccionismo, Soey Milk siempre se encuentra buscando nuevos métodos para su arte; por ejemplo, el uso flores secas y purpurina, combinándolas con pintura al óleo. El trabajo de Milk es especialmente reconocido por su sensualidad y erotismo; hay un halo de serenidad y delicadeza en todas sus odas a la feminidad que combinan realismo con abstracción.⁷ Es especialmente notable su tratamiento de la piel, siempre realizándola con un efecto brillante como si una capa de rocío la impregnara; esta técnica es clave para realzar la voluptuosidad de las figuras presentes en sus cuadros.

⁷ <https://evokecontemporary.com/Artists/soey-milk.html>

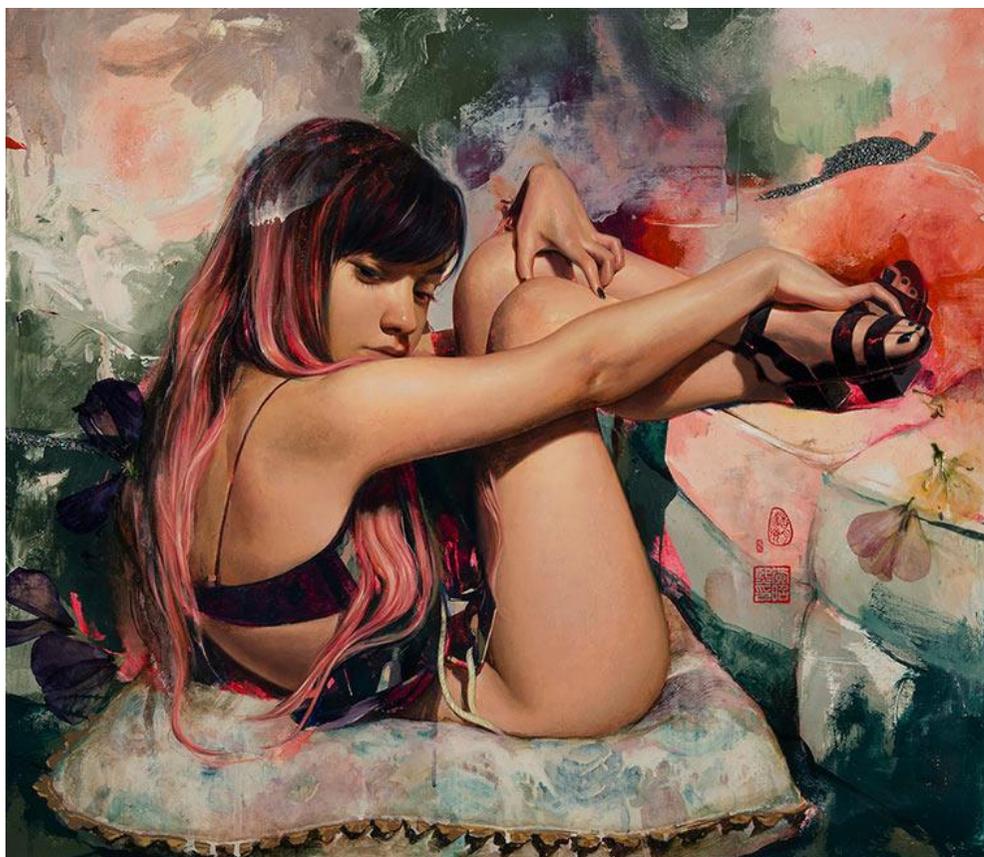


Fig. 6 Soey Milk, *Flower of the Fifth Season*, técnica mixta sobre lienzo, 60x70 cm, 2016

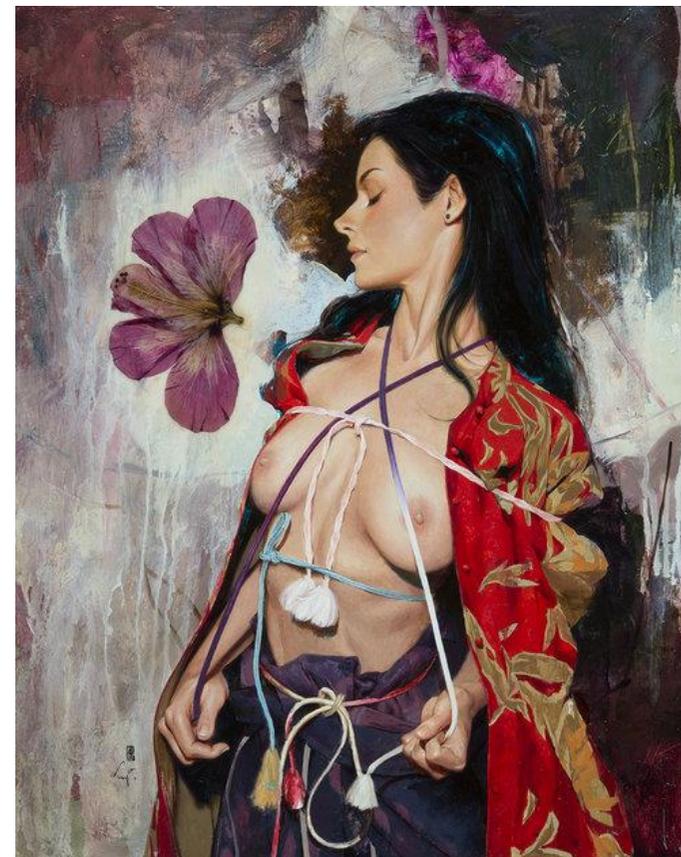


Fig. 7 Soey Milk, *Oulida*, técnica mixta sobre lienzo, 40x50 cm, 2015

Haruki Murakami

Este autor, nacido en 1949, es el novelista japonés más reconocido mundialmente, habiendo sido incluso nominado al Premio Nobel de Literatura en 2018 (nominación de la cual pidió retirarse por su aversión a los medios de comunicación). En muchas de sus novelas, cuyo estilo se ha calificado vagamente como “surrealismo” o “realismo histórico”, el foco central suele ser la cotidianidad humana (descrita a veces en excesivo detalle) combinada con elementos absurdos, fantásticos y simbólicos, dando lugar a un ambiente muy onírico. También es muy común en sus novelas encontrarse con finales abiertos, ya que su principal objetivo no es “atar cabos sueltos”, sino disfrutar de cómo se van desarrollando los acontecimientos en sí y brindar a los lectores la oportunidad de la libre interpretación. Este tipo de recurso es algo que, aplicado al área de la pintura, encuentro presente en mi método de trabajo.

Asimismo, el estado de consciencia asociado al Trastorno de Despersonalización/Desrealización es algo que le es muy familiar a los lectores asiduos de las novelas de Murakami. Por ejemplo, en *Sputnik, mi amor*, Miu se encuentra en lo alto de una noria observándose a sí misma a través de la ventana de su propio apartamento mientras mantiene relaciones sexuales con un hombre al que detesta. El narrador del libro, K, llega a describir su propia despersonalización: “Mi mano ya no era mi mano, mis piernas ya no eran mis piernas... Alguien había reorganizado mis células, desatado los cabos que mantenían sujeta a mi mente... Ya no puedo distinguir entre una cosa u otra, entre las cosas que han existido y las que no”.⁸ El narrador de *La Caza del Carnero Salvaje* también presenta indicios de este trastorno: “Cuanto más pensaba en ello, más se convertía el otro yo en el yo real, haciendo que este yo no sea real en absoluto”.⁹

⁸ MURAKAMI, Haruki, *Sputnik Sweetheart*, Ed. Vintage, Londres, 2002, p. 179

⁹ MURAKAMI, Haruki, *A Wild Sheep Chase*, Ed. Vintage, Londres, 2002, p. 325

Malevich/Suprematismo

Del Suprematismo fundado por Malevich, mi obra toma como inspiración principalmente la idea de la abstracción geométrica como “supremacía del sentimiento puro”¹⁰, es decir, como una de las máximas formas de expresar el sentimiento, considerándolo un lenguaje más espiritual: al fin y al cabo, las emociones, al igual que los pensamientos, son conceptos abstractos. La manera de representar el ambiente y el posible estado de ánimo de la figura en mi obra suele ser a través de elementos abstractos que interactúan con ésta, a veces siendo destructivos o gestuales, y otras veces como bloques de colores y formas geométricas, en un intento de abarcar el gran espectro que es la mente humana. Es para mí una gran referencia la manera en la que Malevich busca armonía entre formas y color dando como resultado una composición totalmente equilibrada.

¹⁰ HERBERT, Robert, *Modern Artists on Art: Ten Unabridged Essays*, Ed. Prentice Hall, Nueva Jersey, 1964, p. 117



Fig. 8 Kazimir Malevich, *Composición de colores supremáticos*, tamaño y fecha desconocidos.

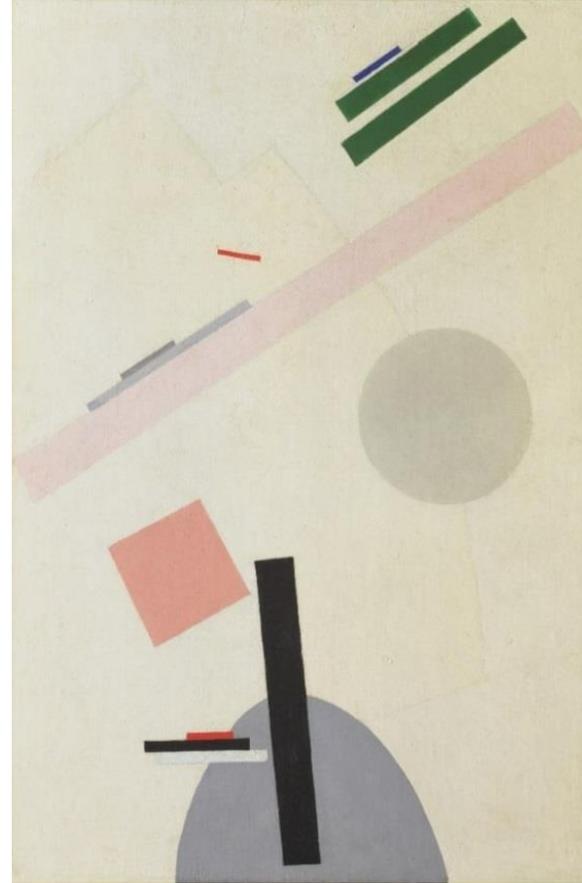


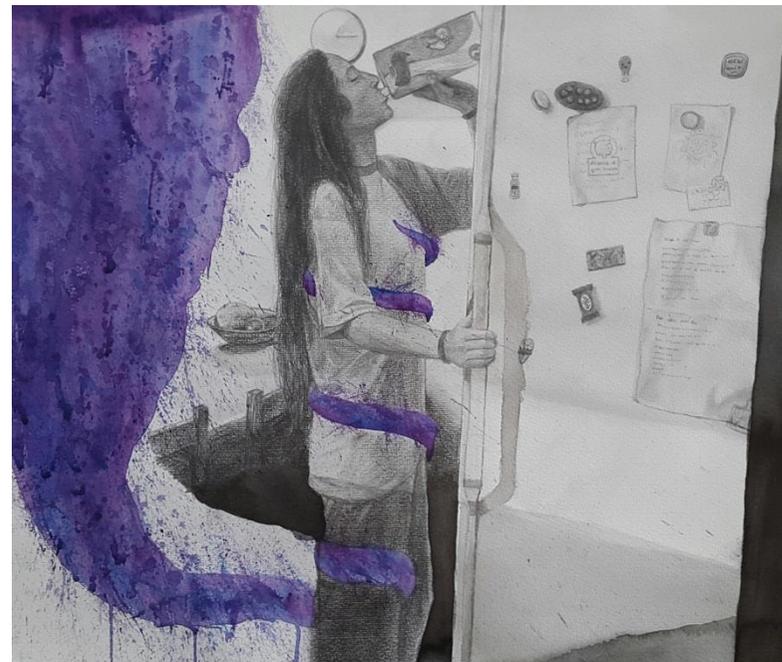
Fig. 9 Kazimir Malevich, *Cuadro suprematista*, 97'8x66'4 cm, 1916-17.

ANTECEDENTES ACADÉMICOS

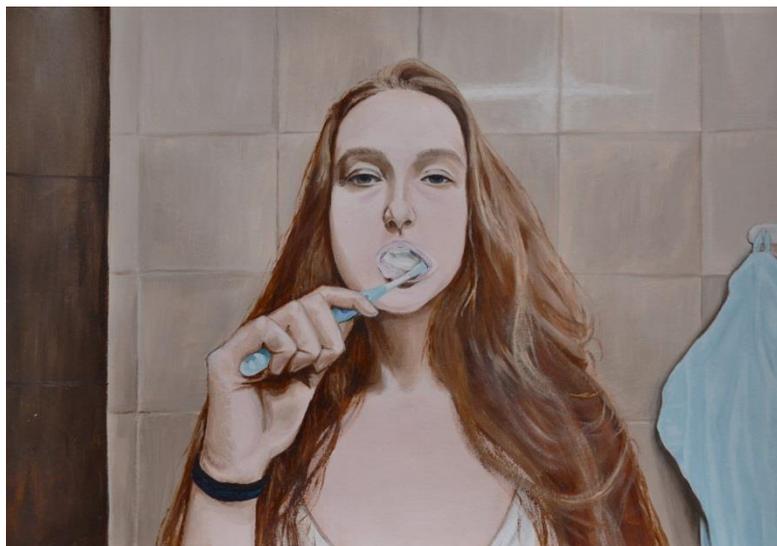
Prácticamente durante toda mi trayectoria académica me han atraído los mismos temas: la cotidianidad, la psicología (especialmente el psicoanálisis y los trastornos mentales), los sueños... ya incluso desde el instituto los había adoptado como temática principal, tratando mi obra de entonces sobre el insomnio y la ansiedad. También fue en esta época cuando comenzó la recurrencia del autorretrato. Esto se debe a que, además de servir como medio para el autoanálisis, durante la pubertad era alguien con mucha tendencia a la introversión. Sin embargo, para clase siempre me exigían usar referencia fotográfica propia, por lo que cuando no tenía modelo disponible, me usaba a mí misma como tal. A medida que me fui desarrollando más socialmente, comenzaron a ir apareciendo nuevas caras en mis cuadros. También fue cuando empecé a experimentar con técnica mixta.



Emma García Álvarez, *Insomnia*,
acrílico sobre papel, 59'4x84'1 cm,
2015



Emma García Álvarez, *Late
night snack*, grafito, tinta y
acuarela, 59'4x79 cm, 2014



Emma García Álvarez, *The next morning*,
acrílico sobre papel,
29'7x42 cm, 2013

Cuando comencé mis estudios universitarios, al principio tenía una idea distinta de lo que quería hacer: quería ser animadora e ilustradora. Pero cuando descubrí el óleo (el cual nunca antes había probado), mi relación con la pintura intimó aún más; tenía claro que quería dedicarme a esta disciplina.

Durante el primer año, en la asignatura de Cultura Visual, comencé a experimentar mucho más con la técnica mixta, los vacíos, la deconstrucción y la abstracción geométrica y gestual. Fue durante este momento que aparecieron nuevas inquietudes artísticas. El simple acto de representar una imagen correctamente en pintura ya no me satisfacía; y sólo usar acrílico y óleo tampoco. Había muchos medios que me atraían y quería juntarlos todos de una manera u otra. Poco a poco, este recién aprendido método más experimental se fue integrando en mi pintura.

A partir de 3º de carrera fue cuando se podría considerar que se empezó a asentar un “estilo propio”, que fusionaba mis inquietudes de la pintura académica con las que tenía al respecto del arte posmoderno y experimental. El uso de papel estampado y cinta decorativa (*washi tape*) japoneses se hizo más frecuente tras haber visitado el país. Es desde este curso que el cuerpo de trabajo se volvió más uniforme, y con una personalidad más reconocible. Se podría decir que, a raíz de la asimilación de la pérdida de mi padre, dejé atrás los atisbos de inseguridad y deseo de aprobación respecto a mi trabajo que antes me caracterizaban, ya que el arte era la única cosa en mi vida sobre la que tenía el control en ese momento.



Emma García Álvarez, *Zombies Tropicales*, técnica mixta sobre papel, 21x29'7 cm, 2016

Realizado durante la asignatura de Cultura Visual



Emma García Álvarez, *Díptico*, óleo sobre lienzo, 76x38 cm, 2015.

Realizado durante la asignatura de Pintura II



Emma García Álvarez, *Sara*, técnica mixta, 46x65 cm, 2017

Realizado durante la asignatura de Creación Artística I



Emma García Álvarez, *Autorretrato frente a un espejo*, técnica mixta,
38x46 cm, 2018

Realizado durante la asignatura de Creación Artística II

PROCESO CREATIVO

Al principio del proceso, tenía otra temática en mente, inspirada en la teoría psicológica de la atribución errónea de excitación, que documentaron los psicólogos Donald Dutton y Arthur Aaron en el experimento conocido como el “Experimento del puente colgante de Capilano”, en 1974. Este estudio consistía en que 85 hombres heterosexuales de entre 18 y 35 años cruzaran este puente, y seguidamente, fueran entrevistados por una mujer considerablemente atractiva. Según estos doctores, “el puente experimental [...] presentaba una tendencia a inclinarse, moverse y tambalearse. [...] Daba la impresión de que uno se iba a caer por su lateral.”¹¹ Los participantes tenían la posibilidad de cruzar tanto el puente de Capilano como un puente alternativo más seguro y estable; ambos bandos serían entrevistados igualmente tras cruzar uno de los dos puentes.

Esta teoría comprobó que, debido a los niveles de ansiedad producidos por cada diferente nivel de peligro, la atracción sexual hacia la entrevistadora variaba entre los dos grupos: los que cruzaron el puente peligroso sentían una atracción sexual hacia la entrevistadora bastante mayor que los que cruzaron el puente seguro. Esto se debe a que el cerebro confunde la razón del subidón de dopamina y adrenalina, sustancias que libera tanto cuando siente atracción sexual como cuando se encuentra en modo “lucha o huida”.



¹¹ DUTTON, D.G./AARON, A. P., Some evidence for heightened sexual attraction under conditions of high anxiety, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1974, vol. 30 No. 4, p. 511

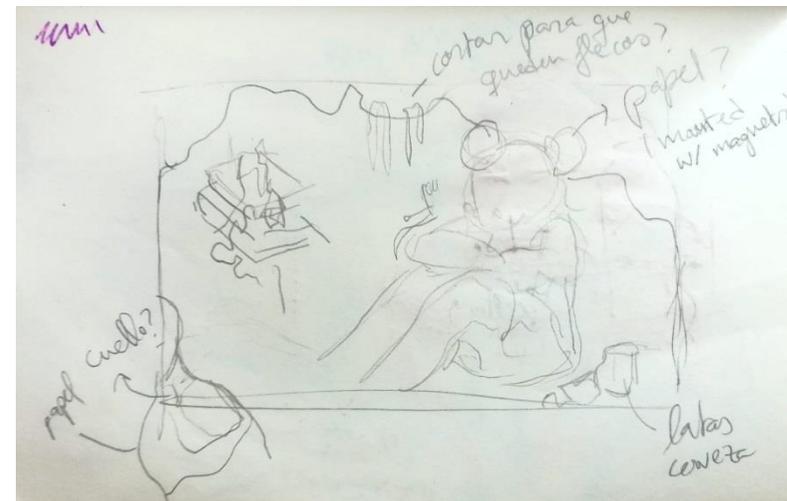
Quería aplicar esta noción combinando el erotismo y la turbación de la imagen. Sin embargo, al ser un tema ajeno a mi línea corriente de trabajo, me encontré con varios problemas a la hora de traducirlo a la primera imagen que realicé, un autorretrato. Como no era algo que me afectara personalmente, me costaba meterme de lleno en el cuadro y no estaba satisfecha con el resultado.

Después de analizar mis hábitos de trabajo hasta el momento, me di cuenta de que era mejor seguir en esa línea, inspirada por los sueños y el trastorno de despersonalización/desrealización. Intenté adaptar este cuadro a la nueva temática, pero siguió sin haber un desenlace satisfactorio. Esto hizo que dejara la pieza de lado y avanzara en la nueva línea con nuevos cuadros quedando, finalmente, obsoleta con respecto a los trabajos posteriores. Los estilos eran muy diferentes, por lo que decidí descartarla del proyecto.

Tras haber aclarado esto, a continuación explicaré detalladamente mi proceso creativo.

1. Miniatura

Siempre llevo conmigo a todos sitios una pequeña libreta donde pueda apuntar y dar forma a las ideas que se me vayan ocurriendo. No todos mis cuadros comienzan de esta manera; no obstante, he descubierto que las ideas fluyen mejor y se genera más creatividad cuando tomo apuntes de cualquier cosa que me aparezca en la mente. Suelen ser dibujos muy esquemáticos, que me sirven para tener en cuenta una vez vaya a hacer la fotografía de referencia.

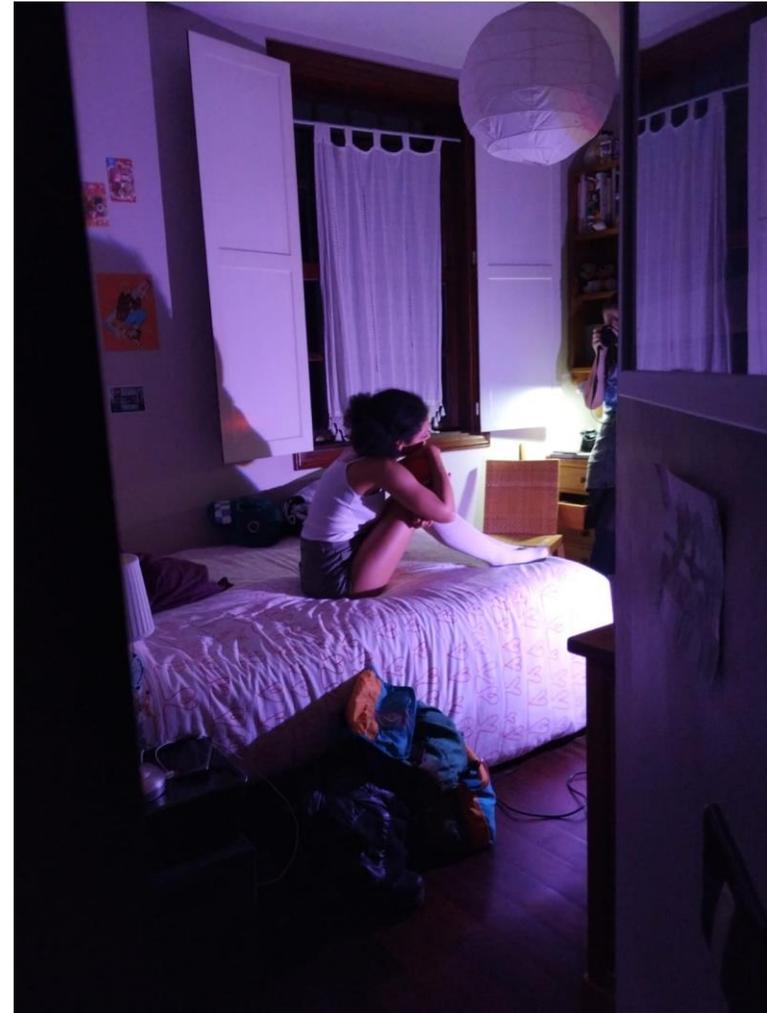


2. Fotografía de referencia

Uso referencia fotográfica para toda mi obra, por lo que es una parte muy importante del proceso; no puedo realizar un buen cuadro sin una buena fotografía, especialmente en mi estilo realista. Muchas veces tomo de referencia fotos espontáneas que considero más interesantes como cuadros que como fotografía en sí; en parte, es como usar las “sobras” de mi obra fotográfica para mi obra pictórica.

Pero muchas otras veces también planeo una sesión fotográfica si tengo una idea específica en mente. Cuando es así, suelo cerciorarme de que los colores sean interesantes a la vista. Para ello, suelo usar un foco de luz LED multicolor que, cuando desprende la luz blanca, se descompone en forma de colores y tonos inesperados, generando curiosidades que luego puedo aprovechar para representar en pintura.

Cuando realizo sesiones en lugares públicos, busco situaciones de luz atípicas o, en su defecto, busco luz difusa que dé lugar a fotografías con sombras tenues y no muy contrastadas.





3. Estudios de color

Tras imprimir la fotografía, coloco encima de ella papel vegetal o de horno para experimentar con las posibles paletas de color. A veces es un proceso claro e intuitivo, pero otras necesito invertir bastante tiempo para encontrar una paleta acertada.



Estudio de color fallido



Estudio de color definitivo

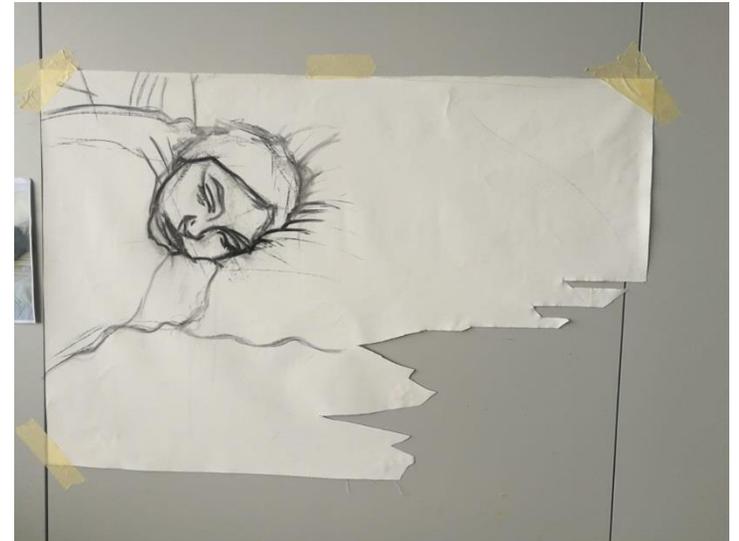


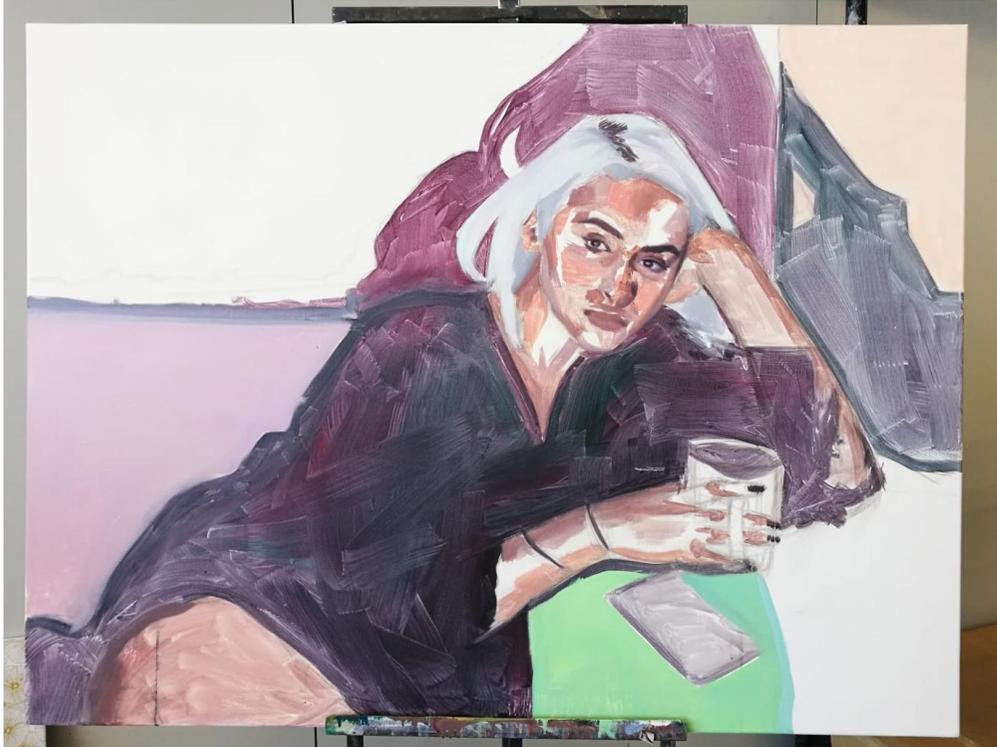
Estudios de color definitivos

4. Encajado/Primera mancha

Para el encajado, si voy a usar óleo, suelo encajar con carboncillo antes. Si voy a usar acrílico, encajo con acrílico directamente. Encajo a mano alzada, tomando como referencia una foto impresa en formato DinA4 o DinA3.

En cuanto a la primera mancha, mi método consiste en tomar apuntes de color por las zonas de la piel, exagerando; por ejemplo, si hay una zona con un ligero matiz rosa, mancho toda esa zona de rosa, y así sucesivamente. Es importante para mí, además, la distinción de zonas cálidas y frías. También suelo intentar mantener los blancos del lienzo siempre que sea posible, para conseguir un resultado final luminoso.





5. El retrato

El foco de atención de la mayoría de mis obras es la cara y, más específicamente, la mirada y la expresión. Es la parte por la que empiezo primero y a la que le dedico más tiempo y precisión. Cuando retrato a gente que conozco personalmente y de la que tengo una imagen mental clara, no suelo ceñirme estrictamente a la fotografía de referencia; altero un poco los rasgos para que se ajusten más a los de la vida real, y la persona sea más reconocible (muchas veces, la cámara nos captura de forma diferente a la que somos).

Una vez la cara esté terminada, puedo empezar a construir el resto del cuadro e ir seleccionando qué partes cubro, qué partes empapelo, qué partes dejo en blanco o en primera mancha... para que así todo gire alrededor de la cara, y nada compita con ella. No es el método más ortodoxo, pero para este proyecto específico es la manera de trabajar que he encontrado más afín a mi estilo. Cabe mencionar que, una vez realizados todos estos pasos, comienza la fase de improvisación, en la que voy añadiendo elementos como formas y colores para terminar de equilibrar la composición.



EL LENGUAJE PICTÓRICO: JUSTIFICACIÓN ARTÍSTICA

En temporadas despersonalizadas, el límite entre lo real y lo irreal está muy difuminado: este concepto es con lo que más me gusta jugar a la hora de crear, usando diferentes combinaciones de materiales (lienzo, madera, papel estampado, cartón, *washi tape*), estilos (figurativo, abstracto) y técnicas mixtas (óleo, acrílico, grafito/carboncillo, collage...) para intentar representar mi visión y mi propia experiencia con este desorden mental. Son especialmente atractivas, y por tanto comunes en mi obra, las escenas de cuando alguien se queda absorto en sus pensamientos de forma repentina, los momentos cotidianos, y los retratos de personas cercanas.

Este proyecto en concreto consiste en cuatro retratos y un autorretrato. Está planteado de un modo en que el autorretrato sea ligeramente diferente a los retratos: todo son imágenes a merced de mi propia percepción durante un episodio de despersonalización/desrealización. La manera que tenemos de percibir a los demás siempre es diferente a nuestra autoimagen; los problemas de autoestima están especialmente presentes en las personas con tendencia a la depresión o ansiedad, por lo que también lo están en el trastorno de despersonalización/desrealización. Además, siempre tendemos a sobrevalorar lo ajeno. Es por esto que la manera de representar a estas cuatro chicas difiere de la manera que tengo de representarme a mí misma, dando lugar a una dinámica autor-sujeto que pretende transmitir el punto de vista desde el trastorno.

Retratos versus Autorretrato

En primer lugar, salta a la vista el formato: los retratos son de tamaño mediano-grande, al medir dos de los lienzos 130 x 97 cm, otro 81 x 100 cm, y por último la tabla de madera de 124 x 81 cm. En cambio, el autorretrato mide, en comparación, unos míseros 46 x 55 cm. Este recurso pretende hacer alusión a la equiparación que hacía yo misma con las chicas de mi alrededor; consideraba que eran chicas llenas de belleza, vivacidad y esplendor, mientras que a mí misma me veía como un ser “muerto en vida” que no era merecedor de nada de lo que tenía. Se sugiere la tendencia a la idealización irracional de los demás y la autolesión emocional. También se insinúa el “modo espectador” propio de la desrealización. Estas chicas son como las “actrices” de la película de mi vida, por lo que las sitúo en lo que se podrían considerar pequeñas “pantallas de cine”, haciendo puesta en escena, realizando con *glamour* el aspecto de ellas y creando pequeñas narraciones, como por ejemplo:

1. Una chica que acaba de llegar a casa, se desviste, y se pone a ver la televisión mientras bebe café descafeinado para desconectar del estrés (*Iris*);
2. Otra chica que se encuentra almorzando sola en un restaurante de comida rápida mientras espera a su cita, pensando que probablemente no aparecerá (*Elia*);
3. Una estudiante que vive fuera y regresa a su antigua habitación de su casa natal, divisa un peluche de la infancia, y es invadida por la nostalgia del pasado (*Lua*);
4. Una joven adulta perdida en la vida (de ahí el pequeño dibujo de un faro) que, al no tener ánimos para salir a la calle, decide echarse siestas en su tiempo libre, soñando a menudo con el lugar en el que realmente querría estar (*Andrea*).

Todas estas posibles interpretaciones, inspiradas en las propias personalidades de estas chicas, tienen en común algo claro: la referencia al deseo de escapar, y la desconexión (estados que suelen resultar en momentos de despersonalización y desrealización). Asimismo, la paleta de colores de cada uno de estos cuadros está asociada, casi subconscientemente, al concepto y sensaciones que me transmiten cada una de estas chicas. Por ejemplo, los colores predominantes de *Iris* son sobrios, elegantes y asociados a la madurez; los de *Lua*, profundos pero llamativos, y con tendencia a la introspección... y así sucesivamente.

Por otro lado, el autorretrato carece de todos estos elementos y florituras: es una representación cruda y directa de cómo pienso que me perciben los demás mientras estoy “ausente”. El fondo del autorretrato no tiene tanto contexto como el de los retratos, haciendo alusión al “mundo interior” y estado mental confuso, disperso y “en blanco”.

En segundo lugar, resalta el uso de diferentes medios: en los retratos usé óleo para pintar la piel, mientras que en el autorretrato usé acrílico. Esto se debe a que el óleo da un resultado más estético y vivaz, haciendo posible un efecto de tersura y jugosidad asociada a la belleza idílica. A diferencia del óleo, el acrílico resulta en una piel más tosca, apagada y “falta de vida”; este efecto se realza aún más al notar que los retratos tienen tonos de piel cálidos y “saludables”, en contraste al autorretrato, donde predominan los colores fríos, recalcando el aspecto cadavérico.

Por último lugar, la última gran diferencia entre los retratos y el autorretrato es el tratamiento de la mirada. En los retratos, es el centro de atención y la parte que más emoción transmite de la obra, dando “vida” a la figura; sin embargo, en el autorretrato hay una mirada que no tiene pupilas ni brillo, es totalmente llana. Con esta táctica quiero incidir en el estado de automatismo robótico que provoca el desorden de despersonalización/desrealización, dando como resultado una mirada perdida, impersonal e inquietante: *la mirada carente*.

El uso del blanco

Un rasgo que comparten todos los cuadros de este proyecto y, cabe decir, mi obra general, es el impactante uso del blanco. Hay mucha presencia de zonas en blanco, creando un ambiente roto, plano, al que le falta *algo*. Es totalmente intencional: busco expresar la percepción fragmentada, incompleta y sin lucidez resultante del trastorno. En estado de desrealización, solo se puede llegar hasta cierto punto de entendimiento del entorno, y de sensibilidad y empatía hacia los demás: se produce un estancamiento en la superficie. En este caso, el blanco apoya la noción de artificialidad, irrealidad y vacío existencial. Es un color asociado a lo más básico, y a los comienzos desde cero. Aunque el *leitmotiv* de los espacios en blanco pueda parecer desolador al principio, también tiene un trasfondo de esperanza: deja abierta la posibilidad del cambio, y de encontrar, a su debido tiempo, las “piezas del puzle” que faltan.

CATÁLOGO



Emma García Álvarez, *Andrea*, técnica mixta sobre tabla, 124 x 81 cm, 2019



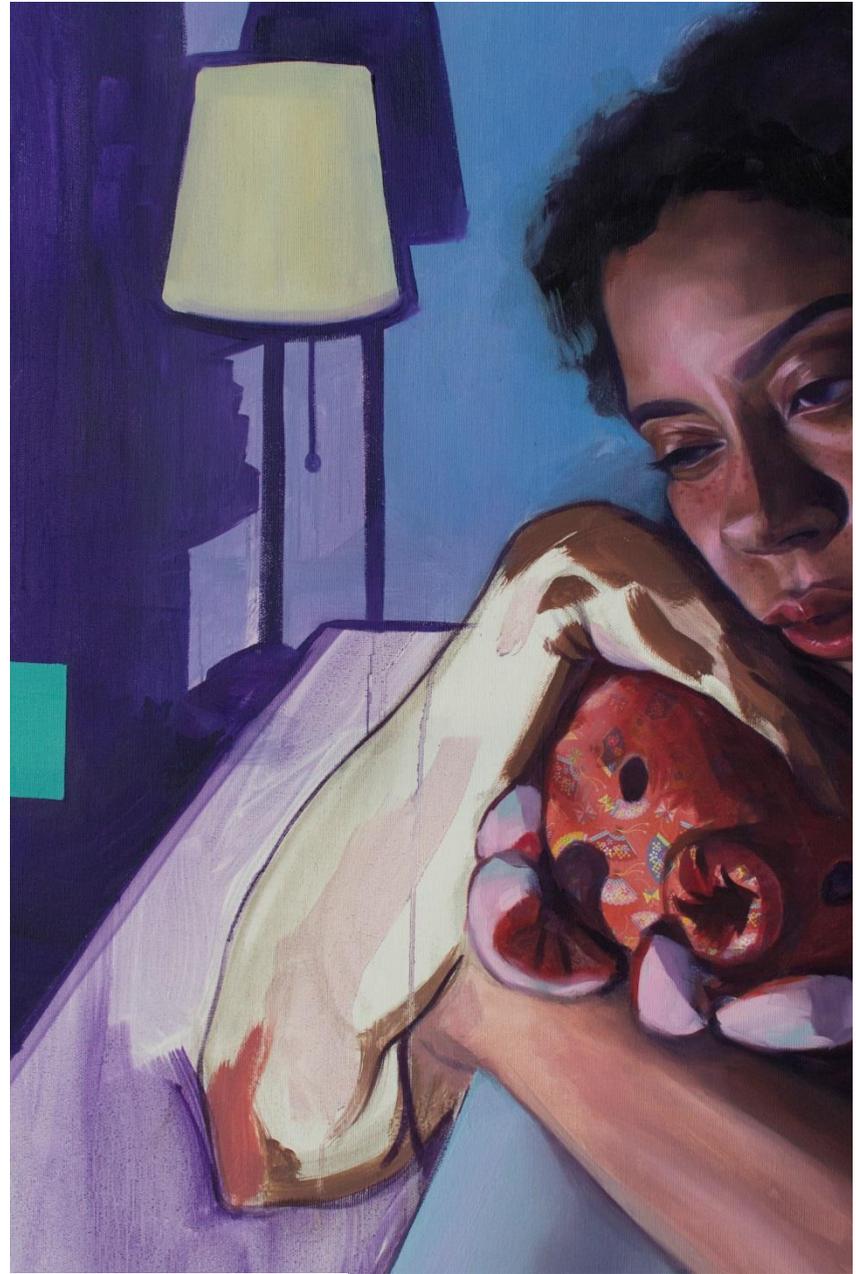
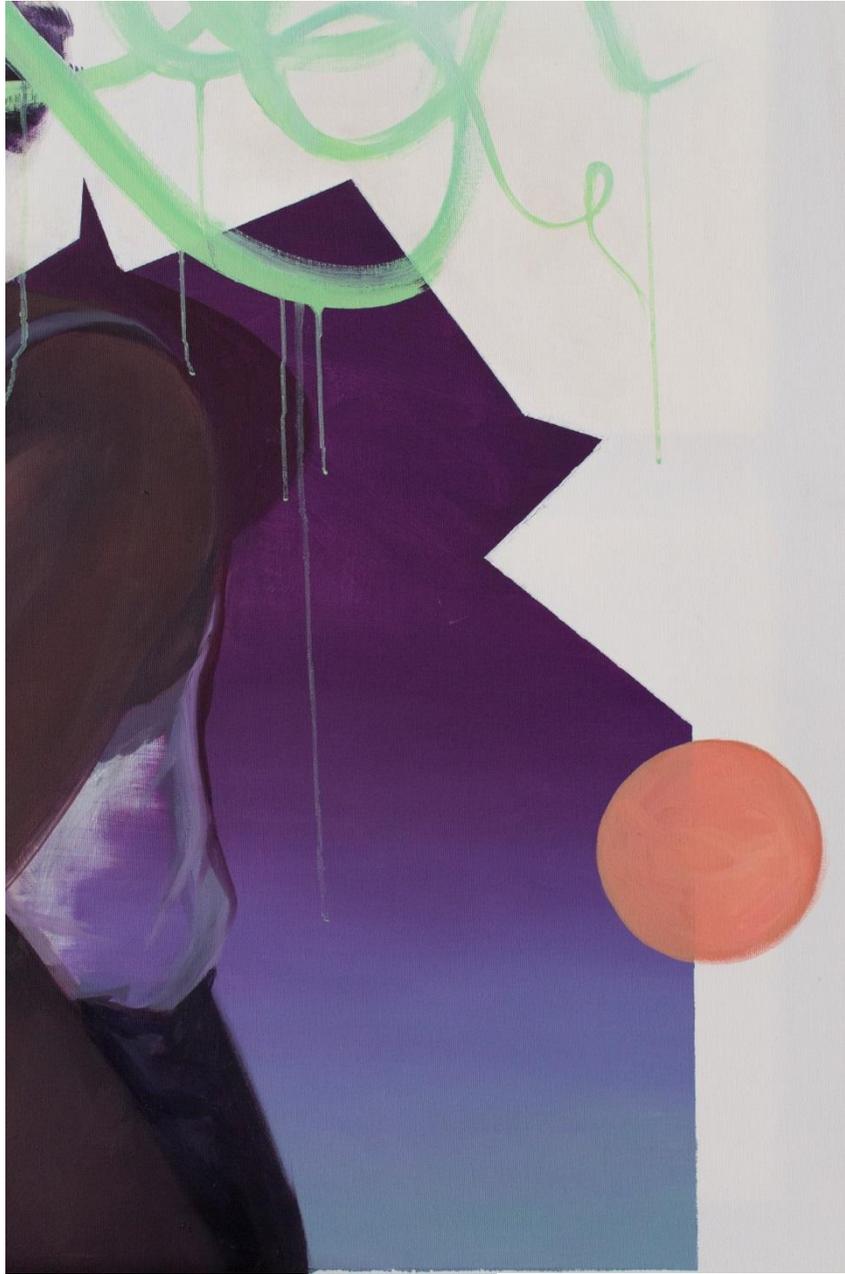
Detalles del faro y la textura de *Andrea*.



Detalle del collage de *Andrea*.



Emma García Álvarez, *Lua*, técnica mixta sobre lienzo, 130 x 97 cm, 2019



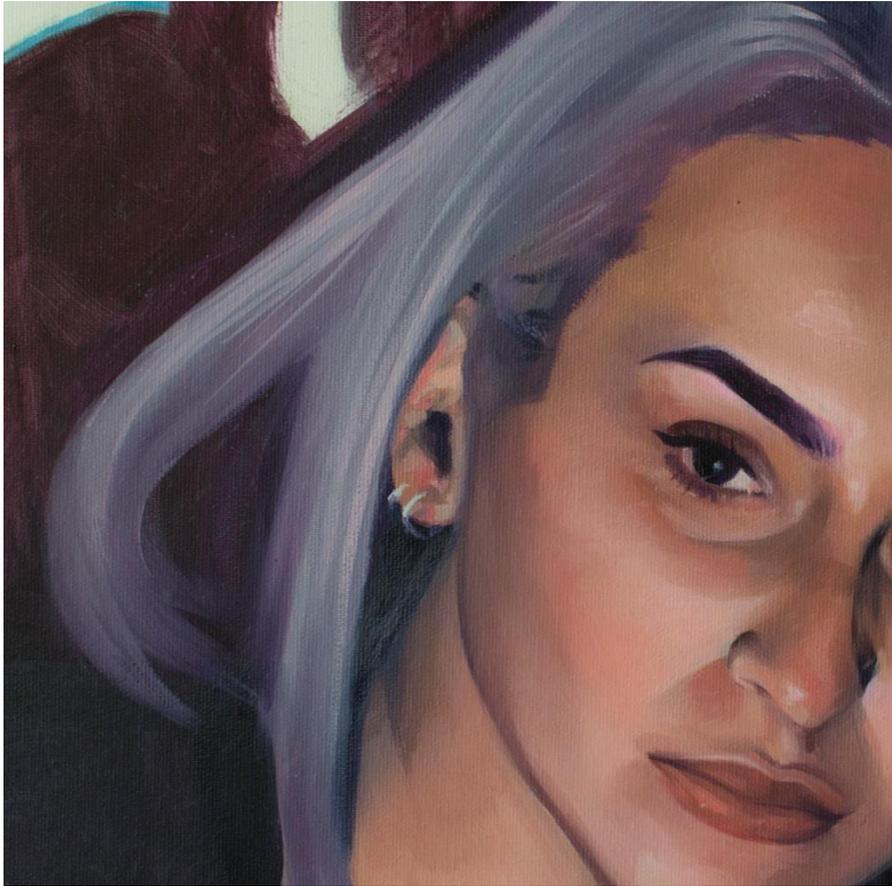
Detalles del fondo y el collage de *Lua*.



Emma García Álvarez, *Iris*, técnica mixta sobre lienzo, 130 x 97 cm, 2019



Detalle del collage de *Iris*.



Detalles del retrato, fondo y collage de *Iris*.





Emma García Álvarez, *Elia*, técnica mixta sobre lienzo, 100 x 81 cm, 2019



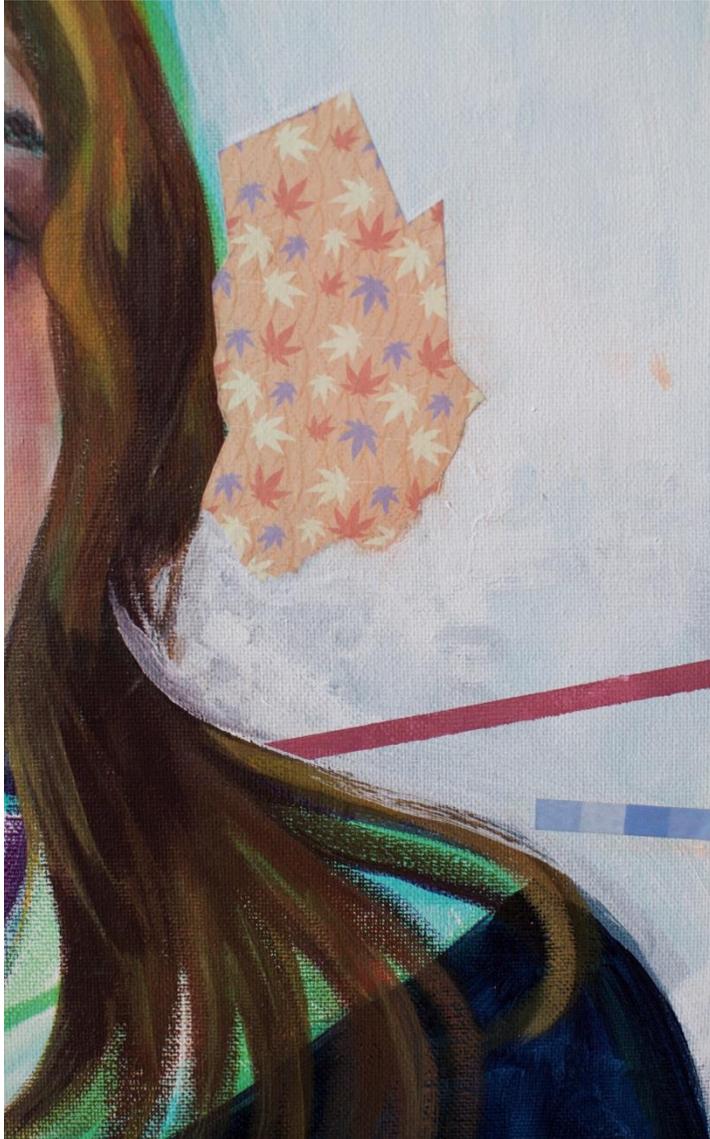
Detalle de la comida de *Elia*.



Detalle del retrato y el fondo de *Elia*.



Emma García Álvarez, *La mirada carente*, técnica mixta sobre tablilla, 46 x 55 cm, 2019



Detalles del collage y la textura de *La mirada carente*.

CONCLUSIÓN

Este proyecto ha sido muy drenante emocionalmente y mentalmente para mí, por lo que ha llevado más tiempo realizarlo del que había previsto. Aunque hoy en día se podría considerar que estoy completamente recuperada, el trastorno de despersonalización/desrealización no es algo que desaparezca del todo. Al igual que la depresión o la ansiedad, se deben a propensiones naturales en el carácter de la persona en cuestión, y más que erradicarlo todo por completo (algo muy poco posible), uno aprende con el tiempo a sobrellevar y controlar sus propias tendencias. Asimismo, hay temporadas en las que uno se encuentra perfectamente, mientras que en otras puede haber una pequeña recaída. El haber tenido que estar revisitando una y otra vez lo que solía sentir cuando me encontraba despersonalizada/desrealizada mientras pintaba era una sensación agotadora; también me hizo recaer levemente varias veces, pero nada en comparación a lo que solía ser.

Sin embargo, estoy bastante satisfecha con el resultado final, por lo que creo que haberme involucrado tan personalmente en el trabajo ha merecido la pena. Además, con la excusa del proyecto, tuve la oportunidad de estrechar mis relaciones sociales con la gente que participó en él, por lo que en los momentos difíciles tenía un “amarre” seguro a la realidad. También estas chicas me confirmaron que ellas mismas habían sentido síntomas de despersonalización y desrealización alguna vez en sus vidas, dando a entender que es una ocurrencia mucho más común de lo que uno piensa cuando la padece.

El único aspecto que tal vez cambiaría sería que me hubiera gustado ser más experimental. El hecho de realizar una serie que fuera uniforme y coherente en parte me paralizaba y en ocasiones me hacía sentir estancada creativamente, por lo que no tuve “valor” como para destruir o alterar la parte figurativa tanto como hubiera querido. Desarrollé cierto apego que me lo impedía. Y lo malo de experimentar es que conlleva mucho tiempo, del que no sentía que dispusiera en exceso.

Pienso que he expresado de la manera más clara que me ha sido posible lo que se siente al padecer despersonalización y desrealización, y espero que mis ideas se traduzcan bien a los espectadores que les sea posible ver mi proyecto, y les dé la esperanza a aquellos que sufran del trastorno de que no se están volviendo locos, y de que hay salida cuando se busca.

BIBLIOGRAFÍA

- BARRIOS CANSECO, Santos, *Conoce y Supera la Despersonalización y la Desrealización: Trastorno de irrealidad*, Amazon, 2017
- DUTTON, D.G.; AARON, A. P., Some evidence for heightened sexual attraction under conditions of high anxiety, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1974, vol. 30, no. 4.
- HAN, Byung Chul, *La sociedad del cansancio*, Ed. Herder, Barcelona, 2017
- HERBERT, Robert, *Modern Artists on Art: Ten Unabridged Essays*, Ed. Prentice Hall, Nueva Jersey, 1964
- MURAKAMI, Haruki, *A Wild Sheep Chase*, Ed. Vintage, Londres, 2002
- MURAKAMI, Haruki, *Sputnik Sweetheart*, Ed. Vintage, Londres, 2002

WEBGRAFÍA

- MALEVICH, Kazimir, *Suprematismo: Manifiesto*, extractos del manifiesto del Suprematismo de Malévich <http://www.moodbook.com/history/modernism/malevich-suprematism.html> Última consulta: 26/08/19
- SPIEGEL, Daniel, *Depersonalization/Derealization Disorder*, Merck Manual of Diagnosis and Therapy (Consumer Edition), 2019 <https://www.merckmanuals.com/home/mental-health-disorders/dissociative-disorders/depersonalization-derealization-disorder#> Última consulta: 26/08/19
- <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/depersonalization-derealization-disorder/symptoms-causes/syc-20352911> Última consulta: 26/08/19
- www.poetsandartists.com/magazine/2017/3/2/drawing-a-profile-of-daniel-segrove
- <https://richmondmagazine.com/home/artist-alex-beck/> Última consulta: 26/08/19
- <https://evokecontemporary.com/Artists/soey-milk.html> Última consulta: 26/08/19

ÍNDICE DE IMÁGENES

Fig. 1: <https://ocholab.com/art/daniel-segrove-evanesce-b43>

Fig. 2: <https://www.moderneden.com/products/intro>

Fig. 3: <https://ocholab.com/artwork/40d5e7be>

Fig. 4: <https://richmondmagazine.com/home/artist-alex-beck/>

Fig. 5: <https://www.instagram.com/p/BwleLRrIS5h/>

Fig. 6:

https://static1.squarespace.com/static/5a67d0aa2278e7052f8409e3/t/5a6a862724a69434e40303f6/1516930603668/Flower+of+the+Fifth+Season_WEB.jpg

Fig. 7: https://static1.squarespace.com/static/5a67d0aa2278e7052f8409e3/t/5a6a8c31e2c48371b98cfabc/1516932150993/Oulida_100.jpg

Fig. 8: <http://revistadistopia.com/arte-revolucion-rusa/>

Fig. 9: https://www.moma.org/collection/works/80387?classifications=any&date_begin=Pre-1850&date_end=2019&locale=es&page=1&q=malevich&with_images=1