



INTRUSIONES

INTRUSIONES

Xènia Real i Gómez

NIUB: 18052495

Tutor: Marc Anglès Cacha

Trabajo final de Grado

Grado de Bellas Artes

Departamento de Artes Visuales y Diseño

2019-2020



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, me gustaría agradecer a mi tutor Marc Anglès Cacha por haberme guiado y ayudado a lo largo de estos meses y por la gran paciencia que ha tenido durante el proceso de este proyecto.

También quiero mostrar mi agradecimiento tanto a mis amigos como a mi familia por ayudarme y apoyarme, sobre todo en el aspecto emocional del proceso.

ÍNDICE

01. Resumen	5
02. Abstract	6
03. Introducción	7
04. Metodología	8
05. Antecedentes	11
06. Marco teórico	12
07. Referentes	23
08. Proyecto	26
09. Conclusiones	43
10. Bibliografía	44
11. Anexo	45

RESUMEN

Ideas, imágenes y situaciones, todas ellas se presentan como un conjunto de pensamientos, en este caso, agresivos y autolesivos que despiertan en nuestra mente sin previo aviso. Incontrolables y usualmente causando sentimientos de culpa y vergüenza, acostumbramos a esconder estas ideas. Sin embargo, con esta proyecto artístico me propongo visualizarlas e incluso reivindicar su propia existencia des de su normalización y teniendo en cuenta que pensar una acción, no implica llevarla a cabo.

En este sentido, a partir de una serie de imágenes a gran escala, me dedico a experimentar sobre el papel y a buscar otras formas de dibujar que partan de lo dañino para trazar estos pensamientos intrusivos. Perforar, quemar, cortar o rasgar son solo algunas de las acciones que completan el acto de herir y dañar la superficie de dibujo con el objetivo de que el papel adopte las características de un cuerpo simbólico.

Finalmente y tomando como punto de partida mis propios pensamientos autodestructivos, con su materialización artística y una investigación sobre el concepto de *locura*, pretendo liberar una actitud que se encuentra estigmatizada socialmente y dar al espectador las herramientas necesarias para identificar y conocer sus mismos pensamientos intrusivos.

Palabras clave: pensamientos intrusivos - locura – autolesión – dañar – dibujo expandido – póster.

ABSTRACT

Ideas, images and situations, all represented as a set of thoughts, in this case, aggressive and self harming that appears in our mind without further notice. Uncontrollable and usually causing feelings of guilt and shame, we are used to hide these ideas. However, with this artistic project I purpose to visualize, and even, claim their own existence from their normalization and taking into account that thinking an action does not mean doing it.

In this sense, with a set of images on big scale, I devote to experiment on paper and to search another ways of drawing from the harmful to trace this intrusive thoughts. Drilling, burning, cutting or ripping are some of the actions that complete de act of hurting the surface of the drawing with the objective of the paper adopting the characteristics of a symbolic body.

Finally and taking as a starting point my own self harming thoughts, with its artistic materialization and an investigation regarding the concept of *madness*, I pretend to free an attitude that is socially stigmatized and give the viewer the necessary tools to identify and get to know their own intrusive thoughts.

Key words: intrusive thoughts - madness - self harm - hurting - expanded drawing
- poster

INTRODUCCIÓN

Hace poco menos de un año, descubrí que mi mente producía una clase de pensamientos. Comencé a preguntarme la razón y el significado de aquellas ideas que aparecían de forma espontánea en mi cabeza. Fue en ese momento cuando aprendí que me estaba dando cuenta de mis propios pensamientos intrusivos.

Si bien, puede que fuera consciente de estos mucho tiempo atrás, no fue hasta ese mismo instante que les pude dar un nombre. Es aquí donde procedí a proporcionarles un significado más allá del simple pensamiento y a tomar un interés que aún sigue vigente y que da pie a esta investigación. En este sentido, he decidido centrar este proyecto en analizar y clasificar estos pensamientos intrusivos.

Así mismo, me di cuenta que para poder conseguir este objetivo necesitaba entender de donde provenían y cuál era su historia. Por este motivo, me propongo con este trabajo hacer una búsqueda bibliográfica sobre estos temas y su vinculación a los trastornos y condiciones psiquiátricas. Todo ello, para dar respuesta y darme cuenta del porqué en los momentos en que aparecían estas ideas, sentía una culpa y vergüenza hacia lo que yo misma estaba pensando. En estas situaciones, evitaba mencionar cualquier intrusión de forma vocal y me surgía la pregunta: ¿Qué tienen de malo estos pensamientos?

Por esta razón, uno de los propósitos de mi proyecto artístico, es intentar normalizar estas ideas. Concretamente, aquellas basadas en la agresión y la autolesión que han aparecido de forma frecuente durante la situación de confinamiento. Así pues, el objetivo de esta investigación es expulsarlas de mi mente, utilizando la práctica artística como un método de escape y conseguir visualizarlas a través de la producción de una obra.

En este sentido, pretendo partir del formato póster para apropiarme del papel y las imágenes que se representan para utilizarlo como mi propio cuerpo. Así pues, acciones como incidir, dañar o cortar espero que se conviertan en formas de experimentar y crear una superficie que simbolice mi piel. Me propongo utilizar estas herramientas que a primera vista parecen contraproducentes para establecer un nuevo lenguaje gráfico que plasme estos pensamientos intrusivos y que me permita introducirlos hacia un espectador, sin la necesidad de herirme a mí misma.

Finalmente, con una serie de obras construidas a lo largo de estos tres meses, quiero invitar al espectador a identificarse con las múltiples formas que pueden adoptar dichas intrusiones. Si bien, no de la misma forma que yo, es decir, creando una obra artística para liberarse de estas ideas, pero si conseguir que estos sean capaces de reconocer sus propios pensamientos intrusivos y aceptarlos.

METODOLOGÍA

En cuanto al dibujo, siempre he usado esta metodología como una técnica sobre un papel y un lápiz, es decir, desde un punto de vista y de forma muy plana y tradicional. No es hasta hace unos años, que este dibujo tradicional lo cambié a dibujo digital, de todas formas, nunca saliéndome de la figura sobre una superficie cuadrada.

Sin embargo, esto cambió hace poco, y en parte, debido a este proyecto. Descubrí que no necesitaba la herramienta de un lápiz para poder dibujar, puesto que el concepto de dibujo puede tomar forma de muchas maneras distintas. Uno de los artistas que más me ayudó a entender a que me adentraba cuando nos referíamos al dibujo expandido fue Richard Long. Principalmente, su obra *A line made by walking*¹ (1967), un proyecto en el que utiliza la acción de caminar para dibujar una línea sobre un espacio de tierra, haciendo de su rastro una imagen y de aquello su obra.

“ (...) Mi primer trabajo caminando, en 1967, fue una línea recta en un campo de hierba, la cual era mi propio camino, yendo a ‘ninguna parte’. En los primeros trabajos de mapas posteriores, que registraban caminatas muy simples pero precisas en Exmoor y Dartmoor, mi intención era hacer un nuevo arte que también fuera una nueva forma de caminar: caminar como arte“.¹

Por lo tanto, fue en ese preciso momento cuando decidí tomar esta idea de dibujo expandido. A pesar de no olvidar por completo el papel, sí que me veo trabajando sobre este de una forma muy diferente a lo que estaba acostumbrada. Empleando el formato de póster, estos se verán quemados, cortados, cosidos... En definitiva, acciones o elementos que me permitirán crear una imagen sobre el papel, sin la necesidad de un utensilio en concreto para el dibujo.

A continuación, esta serie cuenta con siete figuras a gran escala. Estas dimensiones me permiten jugar mucho más con los materiales, de la misma forma que me da la opción de representar mejor cada pensamiento. Este hecho se debe a que por el factor de tener una proporción mayor a un A4 o A3, la visualización es más clara y llamativa.

Si regresamos al inicio de la ejecución de los pósters, el deseo de hacerlos en gran tamaño conllevaba dos desventajas: una era el factor económico. Dado que planeaba hacer más de uno y debido al tamaño, el conjunto no saldría por un precio bajo. Por otro lado, la repentina pandemia que nos obligó a estar en confinamiento me limitaba las opciones de materialización del proyecto. Por suerte, estos dos puntos fueron solucionados a partir de una página web llamada The Rasterbator. Que me permitió explorar

1. Long, R., (1976). *A line made by walking* [Escultura]. Recuperado de <https://www.tate.org.uk/art/artworks/long-a-line-made-by-walking-p07149> [Consultado el: 28/4/2020]

2 Tufnell, B., (ed.) (2007), *Richard Long: Selected Statments & Interviews*. Inglaterra: Haunch of Veninson. p.39

la metodología del dibujo expandido y de grandes dimensiones.

The Rasterbator³ es una herramienta online que permite ampliar las imágenes a múltiples páginas. Estos distintos folletos, una vez impresos, posibilita la creación de un póster a gran escala si se combinan. Este utensilio facilitó y solucionó uno de los principales problemas con los que contaba en el momento y me abrió las puertas hacia el desarrollo del apartado práctico. Con estas imágenes divididas, solo me quedo imprimirlas en una copistería online, a un precio bastante asequible al tratarse de un número de A4 en papel de impresión, y juntarlas.

Mencionar brevemente, que esta idea tomó forma gracias al trabajo de la artista Belo.C. Antance, titulado *Guerrilla Visual es Cultura Lesbiana*, como ya es mencionado en mis referentes.

Por otra parte, después de nombrar el tamaño y el recurso hacia las figuras, me centraré en las fotografías específicamente. Estas imágenes recogen visualmente distintas partes del cuerpo, como los brazos, los dedos, los pies, etc. y a pesar de coincidir con el color de mi piel, no son retratos propios. Las fotografías usadas han sido tomadas de bancos de imágenes de Internet, donde se facilitan sin aplicarles restricciones de copyright.

3. Árje, M., (2013). *The Rasterbator*. Recuperado de: <https://rasterbator.net/> [Consultado el: 21/4/2020].

Este recurso se acabó usando por varias razones. De nuevo, fue el hecho del confinamiento. Concretamente, al estar encerrada en casa me era mucho más accesible apropiarme de imágenes en la red y trabajar sobre ellas porque no dispongo de una cámara propia. Al mismo tiempo, comprobé que el hecho de escoger entre una cantidad de imágenes tan amplia me daba la posibilidad de poder jugar con las diferentes posiciones sin tener que centrarme en la que en un principio tenía en mente. Varias de las imágenes finales escogidas no fueron la representación que imaginé cuando las busqué, sino que surgieron a partir del marco de imágenes que internet me proporcionaba. Así pues, páginas como PxHere⁴, Pixabay⁵ o el propio buscador de imágenes de Google, fueron de gran ayuda.

Por último, me centraré en el final de la materialización y en el momento de su presentación. Dado a la falta de espacio o de recursos para poder presentar alguna de las obras como consecuencia de su tamaño, utilicé la edición para obtener un mejor acabado final.

Cuando menciono edición, en ningún caso hago referencia a un cambio brusco de la fotografía, sino más bien a un retoqué en los aspectos de la luz, la nitidez, el contraste de los colores, para

4. PxHere., (2017) *PxHere: Free Images & Free stock photos*. Recuperado de: <https://pxhere.com/> [Consultado el: 21/4/2020]

5 Pixabay., (2010). *Pixabay*. Recuperado de: <http://pixabay.com/> [Consultado el: 22/4/2020]

conseguir un acabado y una presentación más depurada de la obra. Desgraciadamente, al no tener la oportunidad de observar las piezas de manera presencial se pierde un poco la belleza de las incisiones sobre el papel. Por este motivo y con la intención de reforzar este aspecto, he editado las ilustraciones con el Photoshop para conseguir una mejor visualización en pantalla.

ANTECEDENTES



Mientras no perdamos la cordura... Enero de 2020. 9 carteles y 9 fotografías a color. 29,7x 42,0cm

Partiendo de los pensamientos intrusivos, un tema muy estigmatizado, me interesa sobre todo visualizarlos y jugar con el factor ético que viene enlazado, trabajando con aquellas acciones que son consideradas inmorales.

Concretamente, el título del proyecto al que hago referencia es *Mientras no perdamos la cordura...*, dando indicación a la rama de locura que viene acompañada con este concepto. Con el dibujo digital y un conjunto de pensamientos, por su mayor parte agresivos y sobre otras personas, representé estas situaciones con la intención de visualizar al objeto o la persona que se encontraba dentro de estas acciones, que eran en un principio imaginarias. También, hice uso de pequeños textos para acompañar la idea que ocurría en cada dibujo, pero con un toque irónico. La intención de estas narraciones era incitar y/o poner en duda al espectador delante de aquello que se les mostraba. ¿Qué ocurriría si se realizaran estas acciones? Finalmente, cada ilustración mantiene una estética de cartel publicitario, haciendo que la interacción entre obra y espectador fuera más casual, como los pensamientos propios.

Lo que hice a continuación con estos carteles, fue relacionar un lugar o una situación que pudieran provocar estos pensamientos,

y colgarlos en sus respectivos espacios por mi ciudad, Vilanova i la Geltrú. Inmortalizando la acción con una imagen, fue lo que se presentó, junto con los pósters, en la materialización final. El objetivo de este acto era que más allá del cartel en sí, que ya tenía la idea de incitar, el lugar te ofreciera la oportunidad de ejecutar estas acciones.

Por otro lado, es necesario mencionar que este proyecto, sus antecedentes llevan hacia mí. Al decidir trabajar sobre este tema, principalmente, me base en estas ideas que se cruzaban por mi mente durante el día. Por lo que, el vínculo inicial de ambos trabajos es desde mi experiencia, punto que tendré muy en cuenta en este proyecto.

Así pues, de estos carteles me interesa seguir trabajando como visualizar y compartir estos pensamientos. Los pósters se basaban en pensamientos crueles pero que causaban a varias personas comentar el hecho de que se sentían identificados y que más de una vez también habían tenido en mente estas ideas. Por lo tanto, quiero enfatizar primero el compartir estos pensamientos, que es algo que está mal visto que se hable, por mucho que no se realicen nunca. Y en segundo lugar, el visualizar que es algo normal, sin la necesidad de sufrir una enfermedad mental.

Estos dos son los objetivos que decido tomar de este proyecto anterior y representarlos en este trabajo.

MARCO TEÓRICO

El propósito principal de este apartado es explicar y desarrollar los conceptos teóricos que se encuentran presentes y son significativos en cuanto al propio proyecto. Así mismo, profundizar en la locura y su historia, los pensamientos intrusivos y su supresión, al mismo tiempo que las características éticas-morales junto con el estigma que esto conlleva. Para comenzar, antes de adentrarnos, es necesario hacernos una idea de a que nos referimos cuando hablamos de un *pensamiento intrusivo*.

Ante todo, el concepto de *intrusivo/intruso* puede llegar a ser un elemento con el cual no estemos tan familiarizados en un principio, por lo que con la ayuda del filósofo francés Jean-Luc Nancy, me gustaría introducir una cita de sus reflexiones en su libro *El intruso*⁶.

“El intruso se introduce por la fuerza, por sorpresa o por engaño, en todo caso sin derecho y sin haber estado previamente admitido (...)

Si tiene derecho de entrada y de permanencia, si es esperado y recibido sin que nada suyo quede al margen de la espera y de la acogida, entonces ya no es más intruso, pero tampoco es el extraño.”

Dicho esto, podemos interpretar los *pensamientos intrusivos* como ese conjunto de ideas e imágenes, usualmente negativas e indeseadas, que aparecen en nuestra mente. Estos aparecen de forma involuntaria y recurrente y cortan el

flujo de nuestros pensamientos ordinarios. En otras palabras, estas intrusiones interrumpen la actividad que se está realizando y son especialmente difíciles de controlar.

Para conseguir entender estos comportamientos, tendremos que desplazarnos años atrás, hacia el comienzo de la idea de locura. Es decir, tal y como la entendemos hoy en día, al igual que la evolución hasta lo que catalogamos como enfermedades mentales.

Así pues y basándome en el libro *La historia de la locura en la época clásica*⁷ de Michael Foucault, me centraré en entender este proceso y conocer su evolución a lo largo de la historia para comprender mucho mejor la idea de *pensamiento intrusivo* y su estigma.

Como nos menciona brevemente Foucault, en otra de sus obras: *El orden del discurso*⁸, uno de los discursos ignorados por la sociedad era el de la persona marcada como “loco”. Esta locura partía de un pensamiento y un habla sin razón, por lo que su palabra se consideraba nula y fuera de la verdad. No será hasta más adelante donde el médico comienza a intentar encontrar un significado a este razonamiento

6. Luc-Nancy, J., (2006). *El intruso*. Buenos Aires, Argentina: Amorrortu. Recuperado de: <https://bit.ly/2M1bO3u> [Consultado el: 6/4/2020].

7. Foucault, M., (1961). *La historia de la locura en la época clásica*. Nueva York, Estados Unidos: Pantheon Books.

8. Foucault, M., (1970). *El orden del discurso*. Barcelona, España: Tusquets Editores.

del loco, cruzando aquella línea de la locura como algo negativo.

En primer lugar, regresaremos a la Edad Media, donde la religión tenía un gran peso en la sociedad y se creía que la exclusión era la única forma de ayuda que se podía proporcionar hacia los vagabundos, leprosos, locos, etc.

A continuación, si avanzamos un poco más hacia la época del Renacimiento, la situación da un giro completo entorno a la locura. Si en la Edad Media sienten compasión por estos locos y los excluyen de una sociedad, en esta nueva época se cree que el loco, de hecho, es superior en pensamiento al resto de la gente. La sociedad pasa a creer que estos razonamientos fuera de lo normal no son otra cosa que el caso de un sujeto ingenioso que consigue ver el mundo de una manera mucho más amplia que cualquier otro individuo. Tal es su idealización que se representará el personaje de loco en obras de arte y obras literarias.⁹

La idolatría del loco no durará mucho, ya que la época de la ilustración retoma las raíces de la Edad Media, pero desgraciadamente, de forma mucho más brusca. Aquí es donde, podemos decir, que se comienza a entender la locura como estigma negativo.

9. Foucault, M., (1961). *La historia de la locura en la época clásica. Primera parte. I. "Stultifera Navis"*. Nueva York, Estados Unidos: Pantheon Books.

Si bien es verdad que en la época ilustrada se produce el transcurso que consigue entender y construir lo que conocemos hoy en día como psicología o psiquiatría, pero este no se realizó en cuestión de días.

Como menciono anteriormente, lo que caracteriza a la época ilustrada es el cambio de trato hacia la locura. Se comienza a hablar de la locura tal y como expone Foucault en sus dos libros, de personas que carecen de razón, por lo cual se les deja como inútiles. No se les excluye como en la Edad Media, al contrario, se les encierra en distintos lugares, para evitar que ensucien y molesten al resto de la sociedad. En este sentido, se llega a encerrar un gran número de personas para que encuentren el vínculo con la razón.

“Enfermos venéreos, degenerados, disipadores, homosexuales, blasfemos, alquimistas, libertinos: toda una población abigarrada se encuentra de golpe, en la segunda mitad del siglo XVII, rechazada más allá de la línea divisoria, y recluida en asilos que habían de convertirse, después de uno o dos siglos, en campos cerrados de la locura”.¹⁰

La intención de este confinamiento era el redirigir a estas personas consideradas como locas sin razón y hacerles ver la verdad, pero el proceso estaba lejos de ser correcto. Aquellas personas se encuentran internadas en

10. Foucault, M., (1961). *La historia de la locura en la época clásica. Primera parte. III. El mundo correccional*. Nueva York, Estados Unidos: Pantheon Books. p.76

un lugar que lo único que conseguirá será que todo este conjunto de sinrazones se amplié y se cree un espacio perfecto para la locura.¹¹

Claro que, esto tampoco les suponía un problema, porque el primer objetivo no era el de curar a estos “enfermos”, su prioridad era evitar la propagación y el contagio de esta locura sobre otras personas. Se creía que el tratamiento sería exitoso cuando el internado consiguiera arrepentirse de sus comportamientos locos, todo y cuando, fuera purificado y perdonado por Dios. Es decir, se inicia un proceso donde la locura busca ser silenciada y marcada por la moral cristiana.

No es hasta finales del siglo XVIII y siglo XIX cuando se comienzan a internar los sujetos sin razón con la intención de usar actos terapéuticos para su cura. Uno de los fragmentos del libro¹² puntualiza cómo se da paso a este nuevo acercamiento a la locura.

Siguiendo con esto, es evidente que no desde un principio se dará con la solución correcta. Una de ellas, la influencia filosófica, como la creencia de que el factor del alma y el sistema nervioso son los culpables de una locura sobre el humano. Se creía de la afectación de esta alma loca sobre el cerebro, siendo el órgano más próximo a esta y por ende, integrando la locura al sujeto en general.

Esto se veía causado por todo aquello que sucedía en el mundo exterior y afectando al sistema nervioso, se transmitía hacia órganos más interiores. En definitiva, se creía que para curar la locura se debía curar el alma.

También, el uso de lo que brindaba la naturaleza, como plantas, piedras, animales, etc. se pensaba que podían llegar a curar estas enfermedades, cómo, por ejemplo, un lapislázuli podía mejorar y curar la vista e incluso la melancolía¹³. Durante este proceso, llegaron a probar y creer en que solo el propio hombre podía curar al hombre, utilizando elementos como la orina o la sangre como medicinas. Por desgracia, el problema con estos métodos de curación era que el tema simbólico estaba mucho más presente que la verdad del resultado.

De este modo, a partir de ahora se observa como los elementos de curación deben crearse sobre los elementos constitutivos de la enfermedad. Las etapas de la cura, las fases de la enfermedad y los momentos que la forman se deberán modelar a partir de los rasgos visibles de la enfermedad. Así mismo, deberán regularse y corregir sus efectos entorno a cada una de estas. Foucault menciona: “El tratamiento cambia de sentido nuevamente; no es ya conducido por la unidad significativa de la enfermedad, agrupado alrededor de

11. Foucault, M., (1961). *La historia de locura en la época clásica. II. El gran encierro*. Nueva York, Estados Unidos: Pantheon Books.

12. Foucault, *La historia de locura en la época clásica. I.*, Op. Cit.

13. Foucault, M., (1961). *La historia de locura en la época clásica. IV. Médicos y enfermos*. Nueva York, Estados Unidos: Pantheon Books.

sus cualidades mayores; si no que, segmento por segmento, deberá dirigirse a los diversos elementos que la componen.”¹⁴ En conclusión, lo que aparece se puede llegar a ver como un principio del tratamiento psicológico.

Sin la necesidad de detallar cada una de estas curas, por mucho que actualmente los médicos tomen nota de todas las características de las enfermedades y las dividan según sus síntomas, el tratamiento como lo entendemos hoy en día no llegará hasta mediados del s.XX. Estos enfermos mentales ya no son tratados como un conjunto o una unidad, ahora se les clasifica según sus características. Aun así, las prácticas de curación no mejoran y se continúa usando el dolor y castigo como proceso para conseguir curar la “locura” a modo de tortura. Este tipo de terapias, afortunadamente, con el paso del tiempo acabarán siendo sustituidos por tratamientos farmacológicos mucho menos agresivos.

Con esto, llega la aparición en 1952 del manual DSM (Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales.), que actualmente cuenta con cinco ediciones¹⁵ y será una de las últimas clasificaciones por escrito de las diferentes de enfermedades mentales como las conocemos actualmente.

Ahora bien, gracias a esta evolución de la locura y de como se ha desarrollado hacia una clasificación, brinda la oportunidad a

14. *Ibid.*

15. American Psychiatric Association (APA)., (2005). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales. DSM – IV-* España, Barcelona: Masson.

estudios para lograr entender en que se basan las enfermedades mentales. Asimismo y como el fenómeno de los pensamientos intrusivos, arrastrando tras de sí, una historia llena de estigmas y restricciones.

Llegados a este punto, trataré tanto la temática de la situación específica de los pensamientos intrusivos en los individuos sin ninguna condición clínica seguido de los intentos de supresión de estos, así como sus consecuencias. Concretamente, me basaré en el análisis del libro *Intrusive Thoughts in clinical disorders. Theory, Research and Treatment*¹⁶, un estudio donde se introduce el concepto de pensamientos intrusivos, dentro y fuera de los problemas de salud mental.

Una de las cuestiones de esta investigación es puntualizar el hecho de la mayoría de las veces, los pensamientos humanos no tienen un propósito. El individuo llega a experimentar una gran cantidad de ideas a lo largo del día, por lo cual, es normal que un número de estos sean indeseables o de carácter negativo.

Si bien hemos definido estos pensamientos intrusivos en un inicio, estos cuentan con una lista de propiedades mucho más amplia que los hace diferenciarse de cualquier otro tipo de ideas en nuestra mente. Estas son: la distinción de una imagen, pensamiento, o impulso que entra en el consciente, suelen estar

16. A. Clark, D. (Ed.). (2004). *Intrusive Thoughts in clinical disorders. Theory, Research and Treatment.* Nueva York, Estados Unidos: The Guilford Press.

atribuidos a un origen interno, son considerados inaceptables o indeseados, interfieren en el ritmo de pensamiento e incluso en el ritmo de comportamiento, no es intencionado y tiene total independencia, tiende a ser recurrente o repetitivo, puede llegar a ser altamente distrayente, usualmente es relacionado con efectos negativos (la ansiedad, la culpa, la vergüenza, etc.) y, por último, la dificultad para ser controlados.¹⁷

En efecto, muchos de estos pensamientos son comunes en distintos trastornos o situaciones clínicas, pero aun así, se conoce que la mayoría de los sujetos sin enfermedades mentales también experimentan estos pensamientos intrusivos de forma usual.

Las intrusiones mentales no deseadas son un producto humano dada la capacidad del individuo para solucionar los problemas donde se generan un conjunto de ideas que aparecen en nuestra mente, mucho antes de que puedan ser evaluadas. Mayormente, se cree que estos van ligados a una parte emocional o sentimental del individuo, por lo que siempre nos provocará una respuesta ante tal acontecimiento.

El problema ante este sentimiento que causa dicho pensamiento se da a partir de las morales o las creencias de la persona que los sufre. Se conoce que cada sujeto, cuenta con sus propias éticas, y en el momento en el que un pensamiento no requerido

17. *Ibid.*

entra en nuestra mente y juega con nuestra moralidad, provocará un sentimiento tanto de culpa, repugnancia o vergüenza dado que este desafiará aquellas creencias personales.

Para poner un ejemplo, si alguien valora el hecho de ser padre, el pensamiento de acusar sexualmente o herir/dañar a un infante resulta alarmante porque es asqueroso e inesperado, dado que va en contra de sus morales.

Por consiguiente y según el manual¹⁸, encontramos tres teorías distintas a cerca de las causas o los orígenes de dichos pensamientos y es necesario nombrar estas hipótesis, dado que no se conoce con seguridad el causante definitivo de los pensamientos intrusivos.

En primer lugar, introducimos a Stanley Rachman, psicólogo y profesor de la Universidad británica de Colombia, en Canadá. Dentro de su teoría, nos ofrece un número de posibilidades que podrían ser las causantes de estas intrusiones. Primero, encontramos el factor de nuestro entorno, a pesar de que este es mencionado como el menos influyente. A continuación, otro elemento sería nuestro estado de ánimo, en concreto un estado de soledad y descontento. Por último, las propiedades de personalidad de cada individuo, tales como la susceptibilidad hacia el peligro o la amenaza, la autoconciencia, etc. que causaría una sensibilidad o

18. *Ibid.*

o respuesta diferente ante estos pensamientos intrusivos.¹⁹

A continuación, tenemos a Eric Klinger, profesor en la Universidad de Minnesota quien nos presenta otro acercamiento al origen o causa de estos pensamientos intrusivos. El modelo que defiende el autor es: “El contenido del pensamiento cambia cuando un individuo encuentra una señal que despierta emoción debido a su asociación con una de las preocupaciones actuales del individuo”²⁰. Esto viene a indicar como para llegar a entender porque el sujeto tiene ciertos pensamientos, es necesario determinar sus preocupaciones actuales. Incluyendo cualquier preocupación inactiva o activa, así como señales que son capaces de provocar una respuesta emocional. En este sentido, Klinger señala que el concepto de preocupación actual juega un papel muy importante a la hora de llegar a comprender por qué el cambio rápido y frecuente en el contenido de los pensamientos.

Finalmente, encontramos la teoría de Mardi Jon Horowitz, profesor de psiquiatría en la Universidad de California. En este caso, el autor, sostiene una teoría posible a partir de cuantificar y examinar el pensamiento intrusivo con una serie de experimentos con variaciones en los sujetos, estímulos, demandas y contexto. Gracias a estos datos, Horowitz menciona como estas intrusiones no se limitan a “traumas” pasados o a individuos determinados, si

19. A. Clark, D. (Ed.). (2004) *Intrusive Thoughts in clinical disorders. Theory, Research and Treatment Unwanted intrusive thoughts in nonclinical individuals: Origins of unwanted intrusive thoughts*. Nueva York, Estados Unidos: The Guilford Press.

20. *Ibid.*

no, que observa que este pensamiento intrusivo es una respuesta al estrés que se contempla en un gran número de individuos.

Su tesis enfatiza que los pensamientos intrusivos son una respuesta a eventos estresantes, tanto leves como moderados, un fallo que se da al analizar e integrar nueva información que se presenta en sucesos externos.²¹

Por otro lado y aprovechando esta oportunidad para adentrarnos más en las consecuencias de estas intrusiones, el texto nos menciona brevemente como los individuos sin ninguna situación clínica cuentan con una mayor atención y esfuerzo para controlar estos pensamientos. Sin embargo, si el proceso para intentar evitarlos o malinterpretarlos continúa, se podría llegar a desarrollar una condición clínica. Por lo cual, me basaré en el experimento e investigación de Daniel M. Wegner, Samuel R. Carter, Terry L. White y David J. Schneider, titulado *Paradoxical Effects of Thought Suppression*²², con el propósito de entender y exponer los intentos de supresión, en relación con estas intrusiones y la negatividad que las rodea.

Antes de empezar y como breve explicación, este experimento parte de un conjunto de individuos a quienes se les prohíbe pensar en un concepto en concreto, en este caso

21. *Ibid*

22. Wegner, D. M., Schneider, D. J., Carter, S. R., & White, T. L., (1987). *Paradoxical effects of thought suppression*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(1).

la idea de unos osos blancos. Los participantes eran expuestos a distintas situaciones, donde se les prohibía un pensamiento específico, para poder comprobar la capacidad de control en base a estas intrusiones.

“Los pensamientos intrusivos son normales en las personas que van con su vida, algunas de nuestras acciones van como planeamos y otras caen en el error. Hay veces que queremos relajarnos, ir a dormir, distraernos del dolor o cambiar un estado de mal, pero encontramos que estos intentos de sofocar esto a veces nos vuelven y nos apuñalan en la espalda. Nuestros intentos de control mental fallan y no encontramos en lo contrario de lo que estamos intentando.”²³

En este sentido, el control mental o autocontrol es una influencia del individuo sobre su mente. A veces, al intentar controlar nuestra propia mente, lo único que conseguimos son resultados contrarios. En muchas ocasiones, no somos capaces de dominar aquello que pensamos y esto se reduce a otras condiciones como distracciones o estrés. Pongamos un ejemplo, en el caso del sueño, el deseo y la intención de querer dormirnos, muchas veces acaba provocando que estemos aún más despiertos. Este hecho se denomina *ironic process*²⁴ o teoría del proceso irónico, un suceso psicológico en el cual los intentos de suprimir pensamientos concretos los hacen más propensos a salir.

En este contexto, la tendencia de experimentar esta sensación es mucho más probable que ocurra en situaciones donde la carga mental es alta. El intento de supresión es muy complicado y

23. Wegner, D. M., Schneider, D. J., Carter, S. R., & White, T. L. (1987). *Paradoxical effects of thought suppression*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(1), p. 5.

24. *Ibid.*

puede ser desconcertante e, incluso, puede llevar mucho tiempo. Aun así, incluso consiguiendo suprimirlos, pueden volver al consciente y convertirse en obsesiones.

“Una de las razones es que el hecho de que no tuvieran la libertad de pensar en aquella cosa y la prohibición de este pensamiento, lo hacía aún más atractivo.”²⁵

Muchas de las veces, cuando suceden estos pensamientos y nos encontramos con la intención de suprimirlos, esto se vuelve una obsesión, ya que se conoce que la primera intrusión que pasa por nuestra mente, aquello si es el pensamiento indeseado, pero todas aquellas ideas que parten de este y que no desaparecen son simplemente preocupaciones o ansiedad surgida por el pensamiento principal. El propio subconsciente, a la hora de reprimir el pensamiento, hará que este vuelva y esto conseguirá que la persona se sienta alarmada y se preocupe, regresando al punto donde lo intentará suprimir de nuevo y el ciclo se repetirá hasta llegar al nivel de obsesión. Pongamos por caso el intento de dejar de fumar, al centrarnos en reprimir el pensamiento de fumar, puede acabar en rebote y acabar prestando demasiada atención al propio hecho.

En resumen, la discusión del experimento afirma que este ciclo se puede evitar. Cuando esto suceda, si en lugar de reprimir o intentar suprimir estos pensamientos, lo que se debe hacer es dejar que estos aparezcan y pasen de largos, sin darles demasiada importancia.

25. *Ibid.* p.8.

Ahora bien, es difícil ignorar estas intrusiones, cuando no es secreto que estos pensamientos forman parte de una estigmatización y sospecha. Este estigma se manifiesta en un conjunto de estereotipos, causando prejuicios sobre un colectivo concreto. Si ponemos como ejemplo el principal estereotipo hacia las personas con problemas de salud mental este se ve relacionado con la agresividad y/o violencia. La razón de esto, se considera que va enlazada con quienes eran denominados “locos”, que ya cuenta con sus prejuicios a partir de su historia. Los locos, como menciona Foucault, eran seres inmorales, violentos e irracionales, los cuales la sociedad tenía que apartar y aislar.

La situación histórica de encerramiento y reclusión fue atribuyendo un perfil negativo hacia aquella persona que padecía el más mínimo síntoma de irracionalidad. Todo ello genera prejuicios y emociones como miedo, rechazo, desconfianza e incluso compasión hacia personas con trastornos, un pensamiento no muy distinto al de la época clásica. Según Han Byun-Chul en su libro *La expulsión de lo distinto*, el miedo es algo que se suscita a partir del desconocimiento, lo siniestro e inhóspito, que lo que consigue es una negatividad, dentro de la cotidianidad. El miedo saca al individuo de la conformidad social.²⁶

De todas formas, el sentimiento de vergüenza u ocultamiento de dichas enfermedades mentales viene de la raíz del pensamiento

26. Han, B., (2017). *La expulsión de lo distinto. Miedo*. Barcelona, España: Herder Editorial.

y creencia de la inmoralidad y la vinculación con algo malo que se le asocian a estos trastornos. Pero ¿Por qué la inmoralidad o el tema moral es tan importante a la hora de decidir quién está loco o quien no lo está?

La respuesta hacia esto se encuentra en aquello que, nosotros, como sociedad consideramos como moral y/o ética.

En varias ocasiones de este apartado, se ha mencionado la palabra moralidad. Dentro de la historia de la locura, así como en el apartado de los pensamientos intrusivos (en varios casos concretamente la moralidad individual.)

De modo que, entendemos y definimos ética y moral como dos aspectos parecidos que son y están presentes en nuestro día a día. En primer lugar, el concepto de ética hace referencia a aquellas normas y leyes del comportamiento humano dadas en el mundo social. En concreto, la ética se refiere a la capacidad de cada uno de analizar y considerar las consecuencias de cada uno de sus actos y la forma en la que estos involucran a otros individuos.

Por otro lado, la moral está integrada en las acciones del propio sujeto, en cuanto a cómo sus comportamientos afecten de manera positiva o negativa al otro. Un hecho que comporta que todo acto humano sea moral. En la sociedad, contamos con normas o reglas morales que son interiorizadas por un conjunto de

personas y cumplir o incumplir estas genera una aprobación o un rechazo social. Estas normas están “creadas” y buscan un bien común que permita la convivencia dentro de una sociedad y entre sociedades.

De nuevo, estas normas se convierten en juicios de la conducta humana y condiciones que limitan los valores de una comunidad y definen que es aceptado como correcto y que es lo incorrecto. En otras palabras, no se basa en conductas específicas, si no en un comportamiento de una comunidad con parámetros impuestos por sus miembros. Aquí, se encuentra la relación que el individuo tiene consigo mismo, con el espacio, el tiempo y con el resto del colectivo.

Así mismo, el concepto de ética-moral es una condición necesaria para la convivencia, buscando el interés por el bien de la sociedad por encima del propio interés individual para conseguir una convivencia social.

De esta manera, podemos entender de donde procede este concepto de moral, sobre todo dentro de las características del propio pensamiento intrusivo. Una conciencia social se sustenta de esta moralidad y ética humana, siempre y cuando, el individuo deje de lado el egoísmo por el bien común. Sin embargo, muchas de estas intrusiones, sobre todo las negativas, nunca cuentan con el nivel de moralidad social, si no que son ideas donde

el sujeto principal somos nosotros mismos infligiendo un daño hacia otros individuos.

Para poner un caso muy claro, me basaré en el comportamiento de un asesino. Esos sujetos actúan impulsados por una fuerza innata, careciendo de la capacidad de frenar su comportamiento y por lo tanto, cuando cometen sus crímenes se dejan llevar por impulsos egoístas. Los asesinos buscan saciar sus propias necesidades. Son individuos que normalmente carecer de moral y se comportan de un modo antisocial.

Así pues, un pensamiento intrusivo con la intención de herir o dañar a otro individuo, por mucho que esta acción no se realice, es considerado como inmoral. Dado que esta idea se mueve en contra de las creencias de una sociedad para un bien común e impone nuestra necesidad de completar esa acción por encima del bienestar del otro. Estos hechos causarían al mismo tiempo un rechazo por parte de este colectivo social al ir en contra de estas normas morales y, de esta manera, una vergüenza y culpabilidad al no haber reconocido las consecuencias de estas acciones.

Simultáneamente, esta acción irracional e inmoral dentro de una comunidad lo que consigue sería un juicio hacia tu comportamiento y se relacionaría con un acto de locura.

Así pues, los convencionalismos del siglo XVI hasta el XIX siguen vigentes hoy en día, aunque son tratados de una manera muy distinta a la que la historia nos cuenta, comprobamos como cualquier acción o libertad que vaya en contra de la creencia general, debería ser tratada y redirigida, ya que no tiene la capacidad para integrarse socialmente.

REFERENTES



Riisa Gundersen, "Selfie #1," 2016. Pintura al óleo. 60 x 60cm (Fotografiado por Joshua Wade)

Intrusiones es un proyecto que se forma a partir de mi propia experiencia, es decir, donde mis propios pensamientos son la principal referencia de creación e investigación artística. Sin embargo, me gustaría destacar un conjunto de artistas que me han ayudado a profundizar y materializar este trabajo.

Me interesa comenzar por la artista Riisa Gundersen y su obra *Intrusive Thoughts: Self Portraits*, en 2018. En concreto, este proyecto, recoge un conjunto de auto retratos donde la autora trabaja la representación femenina, lo abyecto y la salud mental. Así mismo, estas ilustraciones, hechas con pintura, muestran a ella misma realizando actividades como rascarse compulsivamente, comer de forma excesiva o mostrando variedad de heridas sobre su cuerpo.

Así pues, de esta obra me atraen dos partes en especial. Por un lado y principalmente, me interesa el concepto de los pensamientos intrusivos que trata en su proyecto. Habla desde su propia experiencia y lo visualiza de manera material, punto que decido tomar para mi trabajo. Además, otra característica que encuentro interesante es la forma explícita con la que representa estas ideas sobre el lienzo. Este segundo aspecto, es un elemento del trabajo de este artista que me atrae es como ella usa la pintura como un cuerpo simbólico, característica que trabajo también sobre, en mi caso, el papel.

“Estaba considerando las posibilidades de la pintura como piel. (...) Así que, estaba interesada en las posibilidades de la pintura como escarificación, algo asqueroso, como descomposición, como este tipo de cosas que literalmente transgreden los márgenes del cuerpo.”²⁷

27. Gordon Snelgrove Gallery. (2018, enero 30). *Artist Talk: Riisa Gundersen* [Archivo de vídeo]. Canada: University of Saskatchewan. Recuperado de: https://www.youtube.com/watch?v=avEm3H_Jpzc&t=154s [Consultado el: 11/5/2020].



Gina Pane . *Azione Sentimentale* [Acción Sentimental]. 9 de Noviembre de 1974. 16 fotografías en blanco y negro. 80 x 120 cm

Este elemento me permite introducir a la artista Gina Pané quien utilizaba su cuerpo como principal superficie e instrumento de trabajo. Mediante cuchillas, vidrios, agujas de coser y otros objetos, la autora se producía cortes, heridas o incisiones sobre su piel, que dejaban cicatrices equivalentes a los restos de un lápiz o una señal sobre el papel.

Algunos ejemplos de las acciones que realizaba Gina Pané es *Psyche* (1974), en la que al artista dañó su propio vientre haciendo dos cortes ,donde el ombligo era el punto central. Otra muestra de estas acciones performativas es *Acción sentimental* (1973), donde se cortó la palma de la mano con una cuchilla y dejó que la sangre le resbalara por los dedos.

En este sentido, de estas acciones me interesa extraer dos cosas, que bien podrían ir entrelazadas. El aspecto explícito que la autora utiliza, como el corte de cuchilla visualmente representado y la idea de autolesión. Estos son dos puntos que busco tratar en mi proyecto, y aunque no esté interesada en la cuestión de la performance que la artista emplea, si me atrae el concepto que trabaja, e incluso como lo trata, pero sin seguir su mismo formato. Tratar y/o representar aquello que nos es incómodo y desagradable o no nos gusta observar.

“Para interrumpir este ‘estado de las cosas’ no debemos conformarnos con lo que es tranquilizador, sino más bien luchar para exponer, para denunciar estos mecanismos de servidumbre donde sea que se encuentren: arte / ciencia / política / vida cotidiana”²⁸

28. Tronche, A., Lebovici, E., Clausen, B., & Daderko, D., (2013). Lettre à un(e) inconnu(e). En *Parallel Practices: Joan Jonas & Gina Pane* (p. 31). Recuperado de: https://issuu.com/thecamh/docs/2013_parallel_practices [Consultado el: 11/5/2020].



Atance, Belo C. (s. f.). *Guerrilla Visual es Cultura Lesbiana* [Instalación].

Por último, también me gustaría mencionar a la artista nacional Belo C. Atance y su proyecto *Guerrilla Visual es cultura lesbiana*. Este consta de dos imágenes empapeladas y ampliadas. La primera, *Guerrilla Visual* se crea con la estrategia de reactivar la segunda, *Es-cultura lesbiana*, una serie de 1995 perteneciente al grupo LSD.

El objetivo de este proyecto es crear un diálogo y un vínculo entre ellas y documentar el gesto que se sitúa con este juego de imágenes y palabras en el espacio público entorno a la cultura lesbiana.

En torno a esta obra, no tomo referencia en cuanto al tema que está exponiendo, si no a la forma estética de este. Me interesa el recurso que utiliza la artista en relación con la materialización de las fotografías. Así mismo, adquiero para mi proyecto la representación de la imagen a gran escala, como la impresión y el montaje de estas para formar la imagen entera.

En definitiva, estas tres artistas son las que, principalmente, me han ayudado con mi proyecto. A pesar, de que también uso más referentes en diferentes momentos del trabajo, no tienen un peso tan importante como Riisa Gundenson, Gina Pané y Belo C. Atance.

PROYECTO

Intrusiones es un conjunto de siete piezas en total a color que agrupa acciones en diferentes lugares del cuerpo en un formato tanto en horizontal y vertical.

Antes de empezar con las incisiones darían forma a los dibujos, cada una de las fotografías que servían como modelo se dividió en un pdf proporcionado por la herramienta de Rasterbator. Contando con un conjunto imágenes que una vez recortadas con la ayuda de un cúter y unificadas, construirían el póster.

En un principio, a la hora de organizar todas las hojas, las unía mediante cinta adhesiva colocando está en la parte trasera de las páginas para así poder completar la pieza. El problema con esta técnica es que me dificultaba a la hora de poder incidir sobre este papel, sobre todo por su gran medida.

En este sentido, una vez recortadas decidí pegar una por una en la pared, con la ayuda de blu tack, formando una especie de puzzle hacia la imagen en grande. Esto me proporcionó una gran rapidez y facilitó la forma de trabajar, ya que me permitía ir trabajando página por página en un espacio más reducido, como era en este caso, la mesa de mi habitación.

Por último, creo necesario nombrar el asunto de las medidas a la hora de la elección de cada pensamiento. Muchas de las intrusiones que apunté o pensé en un primer momento no llegaron a realizarse. Esto era consecuencia de que necesitaba que estas intrusiones se fijaran dentro de mis posibilidades a la hora de representarlas, sobre todo dado las circunstancias del encerramiento y a la accesibilidad de según que materiales. Era prioritario que la representación se entendiera y fuera concisa en su materialización. Por lo tanto, la selección de estos pensamientos también fue una parte muy importante dentro del proceso.

Dicho esto, ahora me adentraré en cada una de las obras que forman esta serie para mayor detalle en su desarrollo.

¿PODRÍA CORTAR MIS DEDOS CON ESTE CUCHILLO? ¿SERÍA IGUAL DE FÁCIL QUE EL PAN?

Figura compuesta por 16 hojas a tamaño A4 colocadas de forma vertical, formando una imagen con una dimensión de 0,84 x1,49 m.

Esta representación fue una de las primeras en el conjunto de la serie. En concreto, la idea, como menciona el título, es el pensamiento intrusivo que recuerdo tener en los momentos en los que utilizo cualquier cuchillo o incluso cúter y lo acerco a alguno de mis dedos. Ideas como: *¿Sangraría mucho? ¿Me costaría cortarlos?* Surgen en mi mente en estas situaciones.

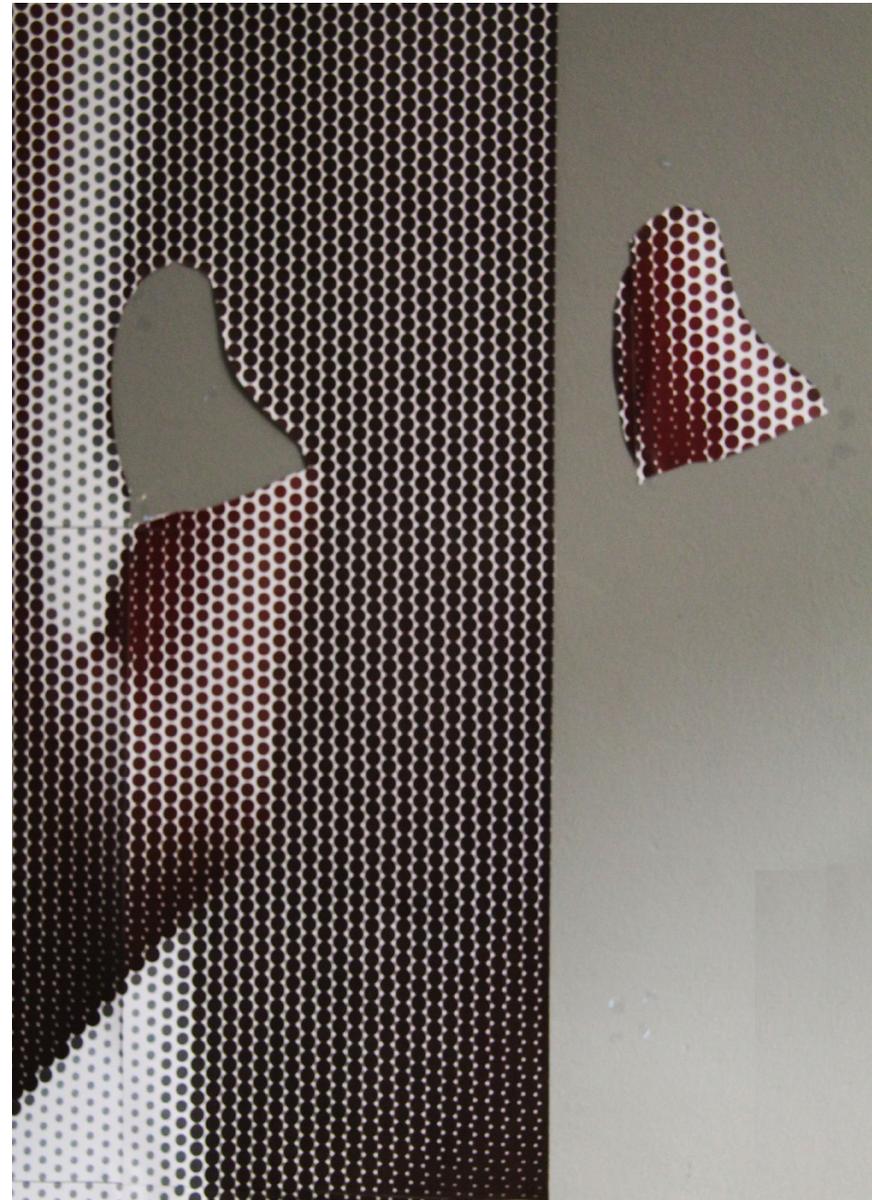
Para comenzar a trabajar, decidí acabar decantándome hacia el tema del cuchillo de cocina, ya que ese fue uno de los pensamientos que utilicé en un cartel en el trabajo de *Mientras no perdamos la locura...*, mencionado en el apartado de antecedentes. Con la misma intención del cuchillo, lo trabajé como si se tratase de una continuación.

Una vez esta imagen fue construida y pegada sobre una superficie, con la ayuda de nuevo de un cúter corte todos los dedos de la imagen representada.

Al mirar la imagen, encontramos solamente la punta de los dedos recortados y esto nos podría provocar la duda de por qué solo se han separado las puntas. La respuesta es principalmente por la estructura de la mano y en cómo esto afectaría a la intrusión. Para visualizar este elemento, realicé numerosas pruebas donde destacaron dos en particular.

En el boceto donde los dedos eran cortados casi hasta los nudillos, la imagen quedaba vacía y no se conseguía entender que mi pensamiento hacia énfasis en los dedos y no en el resto de la mano. Finalmente, y teniendo en cuenta que se trata de un pensamiento propio, acabé seleccionando la materialización de la pieza basándome en como esta idea se presentaba en mi mente, donde yo nunca me corto el dedo en su totalidad, siempre la parte de la yema y uñas.

Dicho esto, al tener las puntas separadas como se puede observar en la imagen no las descarté completamente, sino que las recoloqué alrededor del póster con la intención de remarcar que estos habían sido recortados, pero no habían desaparecido. De esta manera, la ubicación de los trozos fuera de la pieza me permitía salir del formato cuadrado, al mismo tiempo que hacía énfasis en la relación de la mano con sus propios dedos.



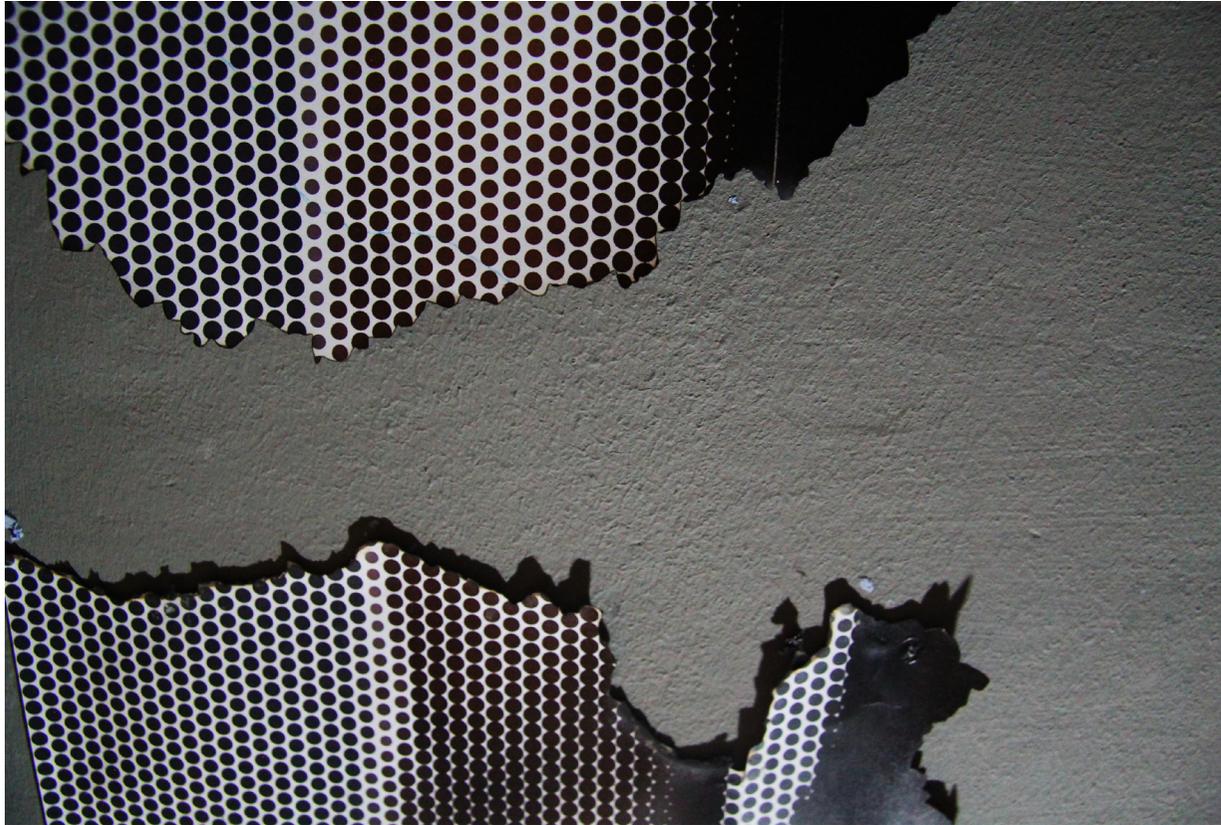


¿QUÉ RESULTADO OBTENDRÍA SI ENCIENDO EL MECHERO EN LAS PUNTAS DE MI PELO?

Figura compuesta por 16 hojas a tamaño A4 colocadas de forma vertical, formando una imagen con una dimensión de 0,84 x 1,19 m.

En este caso, referencio el pensamiento intrusivo con entorno a mi propio pelo y el tema del fuego o la acción de quemar. *¿Qué sucedería si me quemo el pelo?* Valoro el pensamiento generado al ver o estar en contacto con un mechero, la propia plancha para el pelo o cualquier elemento caliente. Aquí me incliné hacia el fuego provocado con un mechero, dado que producía un acabamiento bastante similar.

Con una imagen no más grande que un papel A2, hice una de las primeras pruebas en base a esta intrusión, la cual marcó el carácter de la pieza final. En este primer acercamiento, utilizando un mechero comencé a quemar la parte inferior del póster, lugar donde se encontraba el final del cabello de la figura. El resultado que esto me proporciono fue casi por casualidad, ya que al intentar quemar las puntas, la llama se propagó mucho más deprisa de lo esperado y acabó consumiendo un pedazo mayor del pensando en el papel. Lo que esto consiguió fue que una de las partes del papel se separara del resto y dejara de quemarse, mientras la otra llama continuaba hacia arriba antes de ser apagadas.



Una vez extinguido el fuego y con gran parte de la silueta desaparecida, junté el resto de la imagen y añadí también aquel trozo que se había desprendido. Al contrario de mi creencia, gracias a esto obtuve de nuevo la imagen completa, ya que ambas partes seguían perteneciendo a la misma figura y obtenía aquel acabado que proporcionaba la pieza en un principio, es decir, cuando aún no había sido quemada. Con esto en mente y con una nueva impresión mayor y más definida, repetí el mismo proceso, esta vez controlando el fuego, con la intención de conseguir una estética similar a la primera prueba.

Finalmente, al acabar de quemar la imagen y colocarla de nuevo apareció un póster que contaba con un gran agujero central en la posición donde encontraríamos el cabello, pero en la parte izquierda, vemos como el pedazo de papel añadido se permite seguir presenciando el brazo de la figura. Hemos quemado el pelo, pero no hemos eliminado el cuerpo.



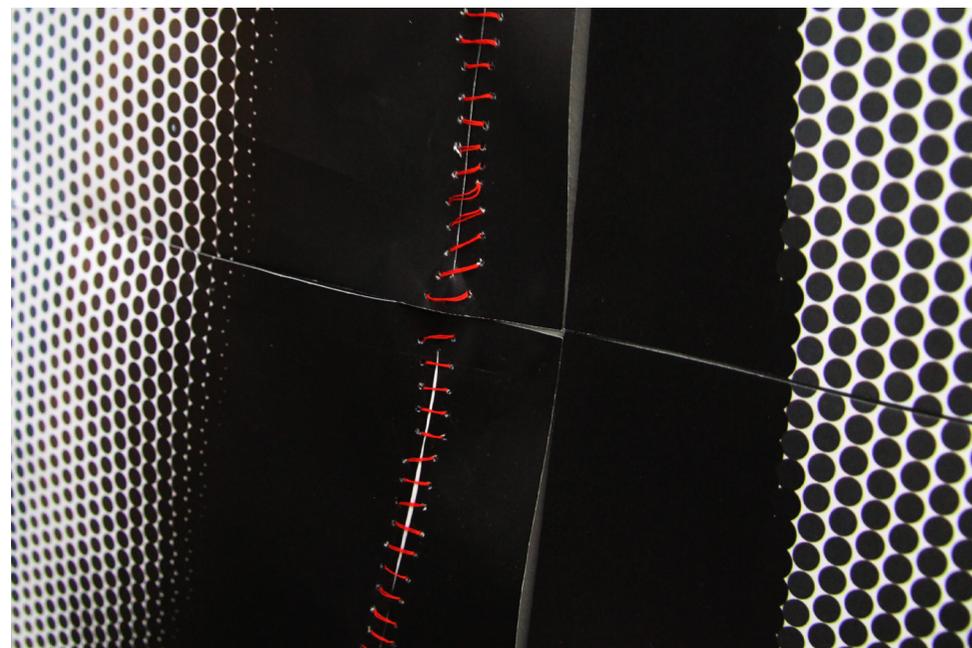
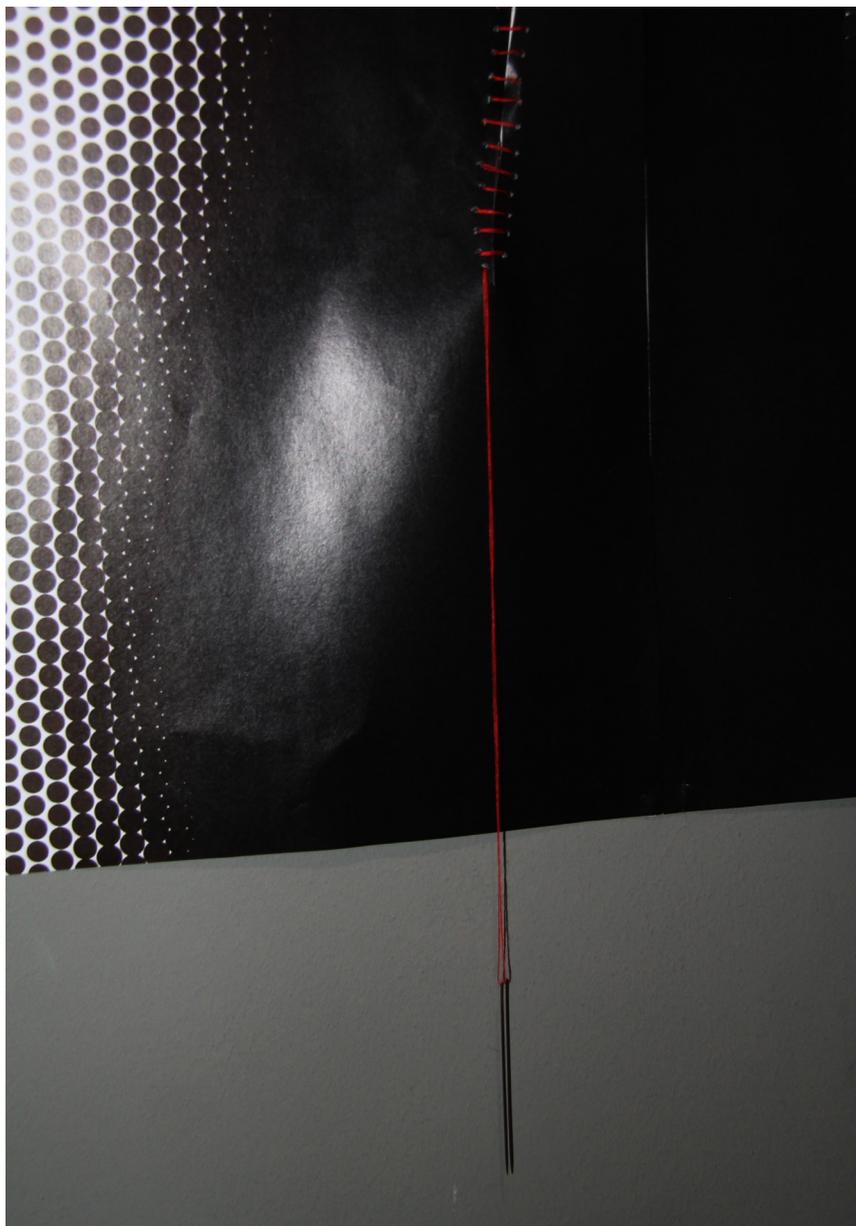
¿SERÍA CAPAZ DE CORTARME Y COSERME LA HERIDA YO MISMA?

Figura compuesta por 16 hojas de un tamaño A4, colocadas verticalmente y que completan una imagen con una dimensión de 0,83x1,19m.

Junto con las dos anteriores, esta cerraría el conjunto de las primeras pruebas que materialicé. En particular, esta tercera figura es de las cuales a lo largo de su proceso ha sufrido más cambios. En un principio, la imagen seguía una estructura horizontal y un tamaño más reducido. La idea que representaba la pieza eran los cortes, el pensamiento intrusivo de con el cúter o cuchilla cortarme el brazo, sin ninguna otra razón que no fuera curiosidad. *¿Si la cuchilla corta tan bien el papel, también lo hará con mi piel? ¿Cuánto dolería un corte pequeño?*

Con esta intrusión en mente, el primer intento fueron unos cortes sobre un papel, de manera descontrolada y repetitiva, variando entre la longitud y apertura del corte a lo largo del brazo. Durante esta primera muestra también corté sobre la palma de la mano. El cual, en un último momento, decidí coser con hilo.

Una vez realizado estas primeras tentativas, con el elemento del hilo decidí intentar juntar ambas técnicas, es decir, el hilo y el cosido en una imagen mucho más concreta. En este sentido, imprimí la fotografía que utilicé y controlé los cortes y la sutura mucho más que en el primer intento. El problema con este nuevo resultado fue que, al utilizar ambas técnicas, llené demasiado la imagen y los cortes acabaron pareciendo innecesarios. Por último, lo que llamó más la atención de la nueva prueba fue aquel hilo que se dibujaba a lo largo del brazo.



Así que, en la materialización final de la obra, me centré solamente en trabajar el hilo sobre el papel, como si se tratase de la piel del brazo y su función fuera cerrar un corte. Dicho cosido no tenía un objetivo de ser perfecto o acabado. La intención, como menciona el título de la obra, era saciar la curiosidad de poder realizar este acto y mostrar el desconocimiento personal hacia como acabar una sutura. Por lo tanto, remarcando el hecho de que de ninguna forma podría llegar a ser impecable.

Finalmente, el hilo y la aguja utilizados no se recortan en ningún momento, dejándose caer por fuera de la imagen. Con este recurso gráfico, el propósito es enfatizar esta falta de conocimiento que mencionaba anteriormente y, de la misma manera, me autoriza a sacar el póster de su tamaño cuadrado.

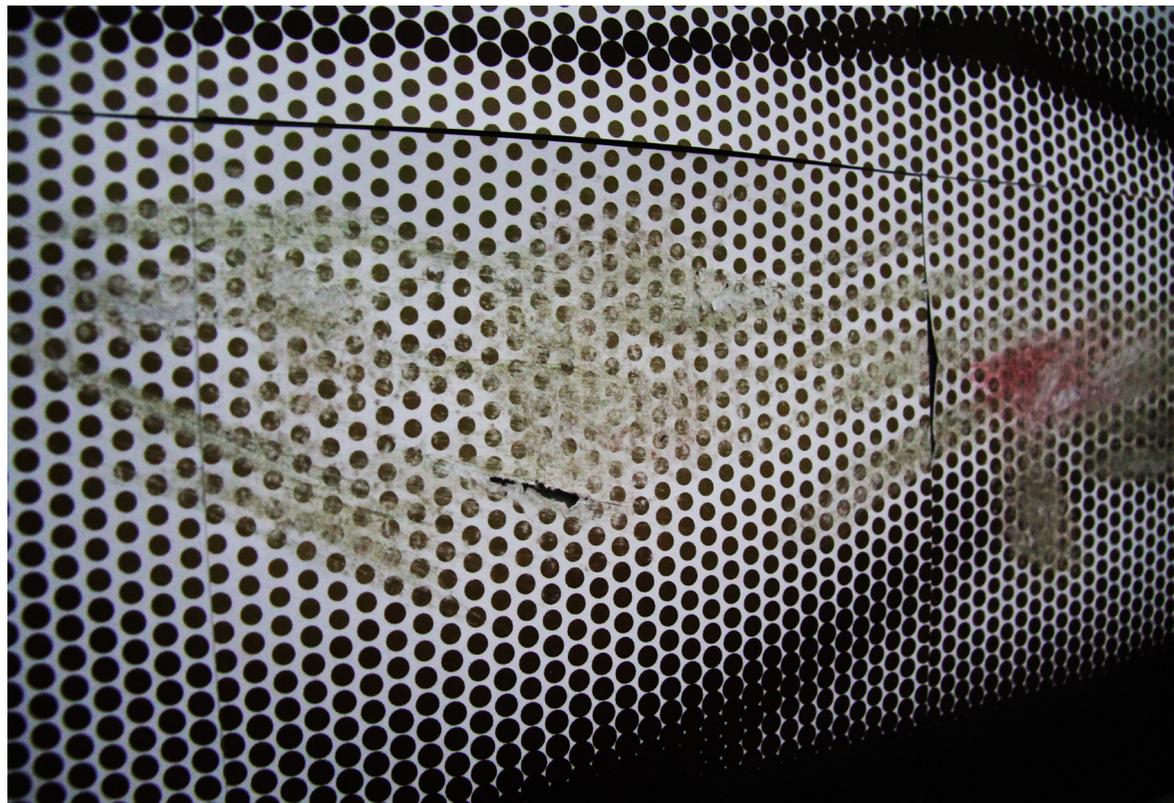


¿ME ACABARÍA ARRANCANDO LA PIEL DEL BRAZO SI ME RASCO CON MUCHA FUERZA?

Esta figura cuenta con 24 hojas en tamaño A4, colocadas verticalmente, y que forman una imagen con una dimensión de 1,19 x 0,84 m.

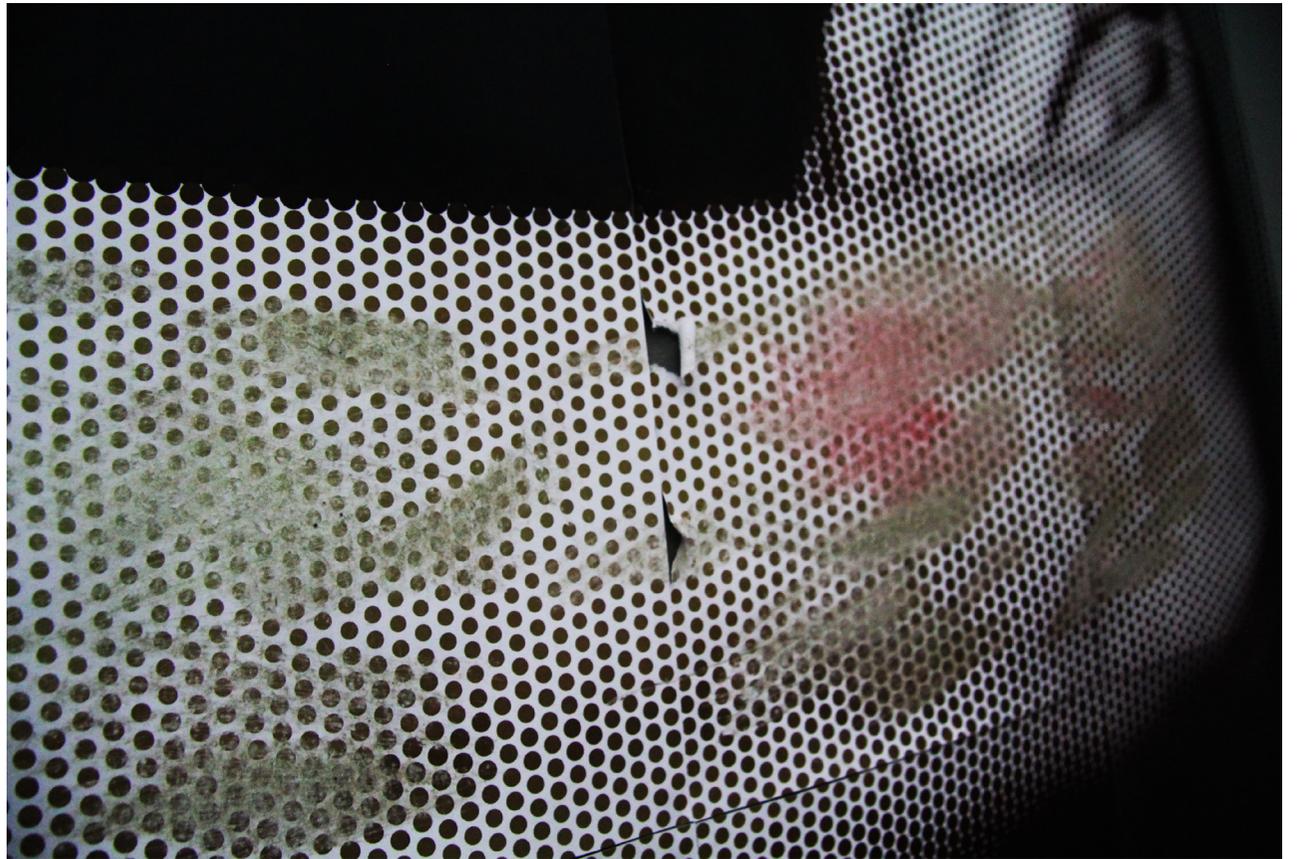
Esta pieza trata el pensamiento intrusivo que surge cada vez que me rasco cualquier parte del cuerpo en relación con la picazón, es decir, haciendo referencia a las heridas que causarían las uñas sobre la piel al rascarse por un periodo de tiempo largo y con fuerza. *¿Con cuánta fuerza me he de rascar para sangrar? Podría rascarme incluso después de la picazón y dejar el brazo lleno de rasguños.*

Ahora bien, si tenemos en cuenta la herramienta usada para esta imagen, he de mencionar que utilizarla en la parte de los brazos no fue mi primera intención. El pensamiento que intenté materializar en un principio era en base al cepillo de dientes y el elemento de rascarse las encías hasta que estas sangraran. Esta idea era algo complicada de representar en papel, así que, con la ayuda de una lija comencé a rascar la imagen de unos dientes, intentando conseguir que se difuminara y le diera una textura áspera al papel.



Aquí surgió el problema que me obligó a descartar el primer acercamiento. El papel, al ser blanco y contar con el mismo color en los dientes, provocaba que la acción de rascar sobre esta superficie pasara desapercibida y no mostraba ningún resultado distinto a no ser que el enfoque fuera específicamente sobre la parte de la dentadura y no resultaba en el acabado deseado.

Por lo tanto, con esta intención de dibujar rascando/ raspando la superficie del papel, no deseché la idea de trabajar con la lija y llevé a la idea de intentarlo sobre los antebrazos. Con la impresión de unos brazos cruzados y, con el mismo proceso descrito anteriormente, comencé a restregar esta herramienta sobre los antebrazos. Gracias a que esta nueva imagen sí contaba con color, se podía comprobar como el papel se rasgaban, hecho que hacía que la tinta desapareciera de los puntos y se acabara esparciendo un color marrón a lo largo de las partes dañadas.





¿HASTA QUÉ PUNTO DEL DEDO PODRÍA ARRANCARME LA PIEL TIRANDO DE UN PADRASTRO?

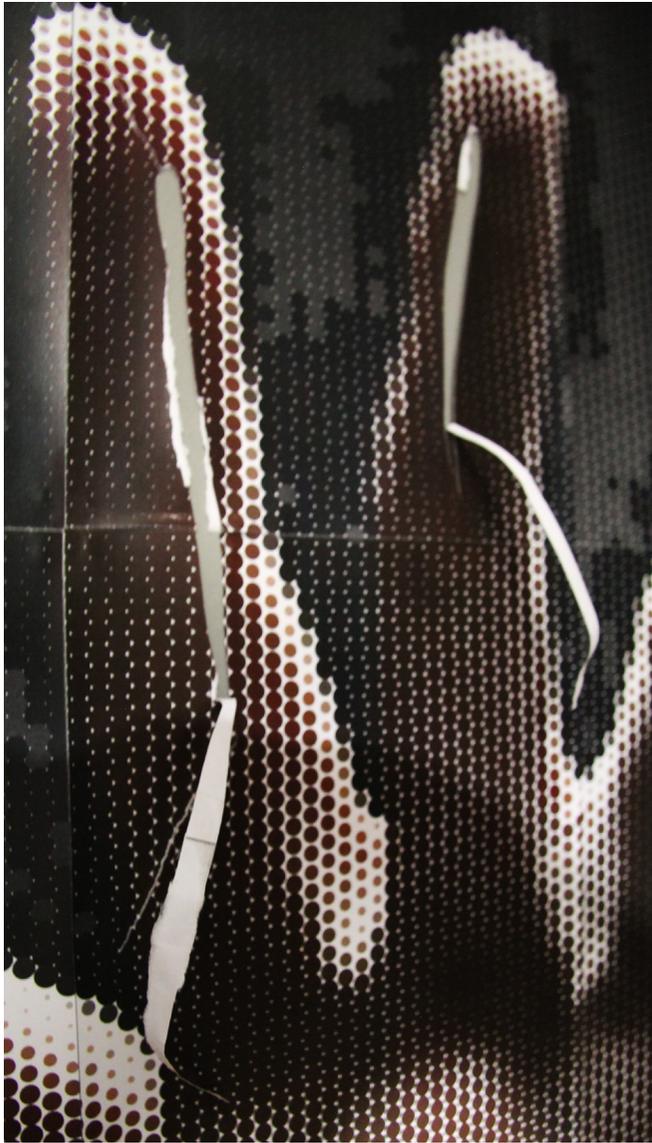
Figura formada por 16 hojas tamaño A4, colocadas verticalmente, para formar una imagen con una dimensión de 0,84 x 1,19 m.

El pensamiento al que hace referencia este póster parte de la idea de arrancar aquellos padrastrros que se forman al lado de las uñas. Concretamente, tirando de ellos tanto como sea posible hasta arrancarse la piel del dedo. *¿Costaría mucho seguir tirando de esta piel hasta la mitad del dedo? Duele igual, así que, ¿Por qué no arrancarlo de más?*

Para esta intrusión, tomé inspiración una fotografía extraída de la obra titulada *Basuras Domésticas*²⁹ (1996-1997) por la artista Concha Prada. La imagen en concreto no cuenta con un título, pero representa la acción cotidiana de cortarse las uñas. Este símbolo de un acto común me ayuda a despertar aquel pensamiento en relación con los padrastrros alrededor de la uña y en como al ser consciente de ellos siempre me surge la curiosidad por tirar de estos hasta dañar todo mi dedo.

Así pues, el proceso de esta acción fue una de las más sencillas dentro de la serie. Para conseguir reproducir le sensación de que estábamos arrancando los padrastrros, escogí una imagen donde el reverso de la mano enfocara al espectador y con la ayuda de un pincho, agujereé el lugar donde comenzaría la herida. Una vez realizado el agujero en el lugar deseado, comencé a tirar del trozo de papel despacio. Una acción que marcaba un camino dentro de la mano hasta dejar vacía la parte deseada del dedo y dejando colgar la pieza de la imagen extirpada.

29. Prada, C., (1996–1997). *Basuras domésticas* [Fotografía]. Recuperado de: http://www.conchaprada.com/proyectos/basuras_domesticas.html [Consultado el: 24/4/2020].



Con esto, la intencionalidad se encuentra en como el trozo de papel hace aún su función de ser la parte del dedo, jugando con la hoja como si arrancara la piel y dando respuesta a la pregunta de: *¿Hasta dónde puedo llegar?* La presencia de esta tira de papel me ayuda a reforzar la visualización de estas heridas, ya que de habernos extirpado por completo y dejar el espacio vacío habría provocado un resultado final diferente.



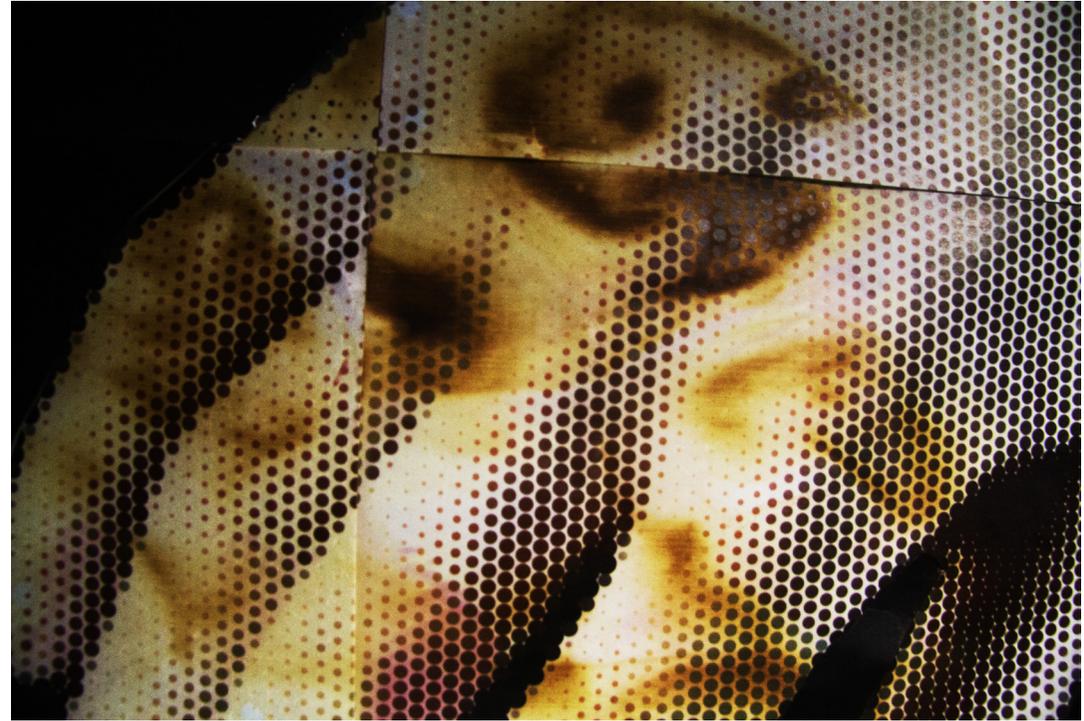
¿DOLERÍA MUCHO SI METO LA MANO EN EL ACEITE CALIENTE?

Figura compuesta por 16 hojas tamaño A4, colocadas horizontalmente, para formar una imagen con una dimensión de 1,19 x 0,84 m.

Esta obra cuenta con el pensamiento entorno al impulso o curiosidad por hundir la mano dentro del aceite mientras cocino para comprobar si el líquido está tan caliente como parece o que sucedería a mi mano si lo hiciese. *¿Dolería mucho si meto la mano entera? ¿Al cabo de un rato sentiría el calor y ese dolor? ¿Cómo quedaría mi piel al sacarla?*

La idea de esta pieza era conseguir que el resultado final ilustrara una mano manchada de aceite con la impresión de haber sido colocada encima de algo caliente. Con esto en mente, una de las primeras pruebas fue volcar el aceite encima del papel. Este proceso provocaba un problema a la hora de derramar el líquido, dado que, por muy caliente que este estuviera no influía sobre la fotografía más que manchándolo. En otras palabras, sin dejar rastro de su temperatura. Al mismo tiempo, me era imposible controlar la dirección del aceite dentro de la imagen, por lo cual acababa esparciéndose por todo el papel hasta empañarlo completamente entero.

En consecuencia, decidí cortar la mano fuera del resto del póster, dejando solamente la parte de los dedos y la palma. A continuación, con el aceite caliente sobre una sartén, inserté el papel parte por partes, hundiéndolo en el líquido y dejando que reposara sobre la superficie caliente durante unos minutos. Este proceso logró que,



gracias al calor del líquido junto con el calor de la propia sartén, la imagen acabó manchada y tomó un color marrón consiguiendo unas marcas que implicaban las quemaduras sobre la piel.

Con este resultado sobre el dibujo de la mano, uní de nuevo la palma con el resto del brazo y lo coloqué con el fondo de la pieza. El conjunto de la mano me permitió entender la obra entera de nuevo y, a pesar de haber tenido que separar los diferentes papeles sobre la sartén, las quemaduras toman una forma sobre la pieza que le da un sentido, que transmite perfectamente mi pensamiento intrusivo.



¿CUÁNTOS CRISTALES SE ME CLAVARÍAN EN LA PLANTA SI ANDO DESCALZA DONDE SE ACABA DE ROMPER EL VASO?

Figura formada por 16 hojas tamaño A4, colocadas horizontalmente, formando una imagen con una dimensión de 1,19 x 0,63 m.

Esta última pieza hace referencia al pensamiento intrusivo que aparece en el momento que algo de cristal como un vaso, un jarrón, o, incluso, un plato se rompe y siempre escuchas a alguien mencionar a tu lado “no pises por aquí, que hay cristales” y piensas: *¿Qué pasaría si piso? ¿Dolería mucho clavarse todos los cristales a la vez? ¿Y si piso y no se me clava ninguno?* Estas preguntas provienen del impulso de querer andar por encima y comprobar si aquel cristal se clavaría o cuanto dolería sobre la planta del pie.

En concreto, esta idea surgió de la obra de la artista portuguesa Helena Almeida titulada *Seduzir*³⁰ (2002), donde se puede observar una marca roja situada en la planta del pie de la figura que aparece en la imagen. La pieza me inspiró hacia la posibilidad de trabajar con la parte de los pies, la planta de estos en concreto, sobre todo por aquella pintura roja que me recordó a una mancha de sangre.

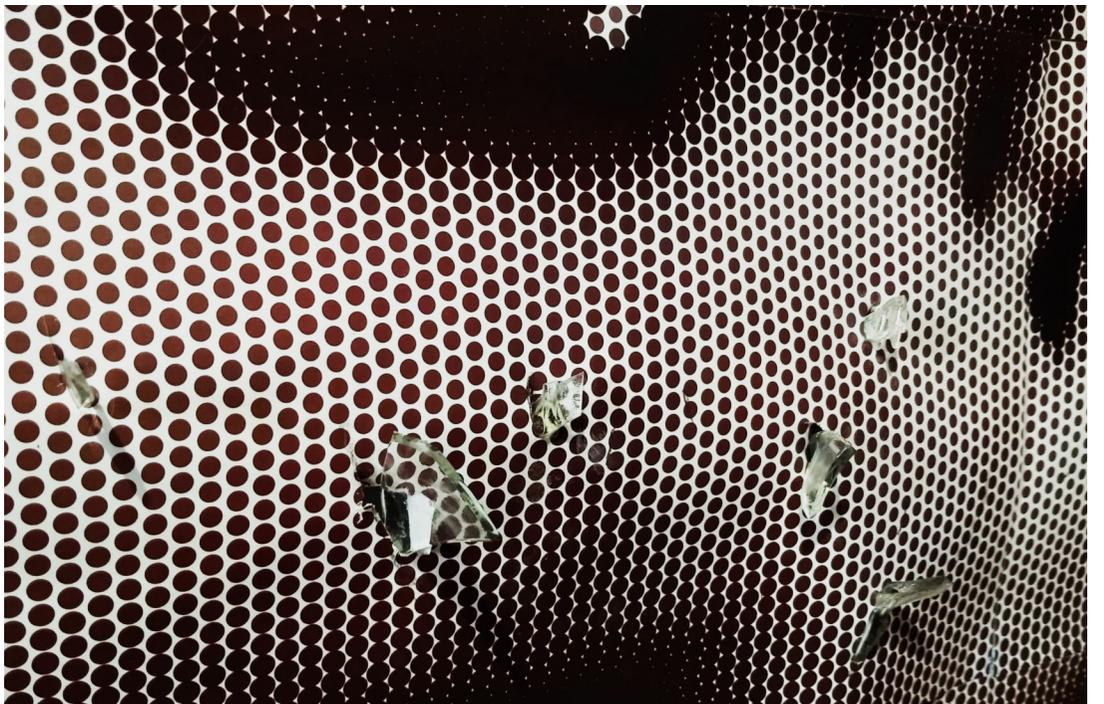
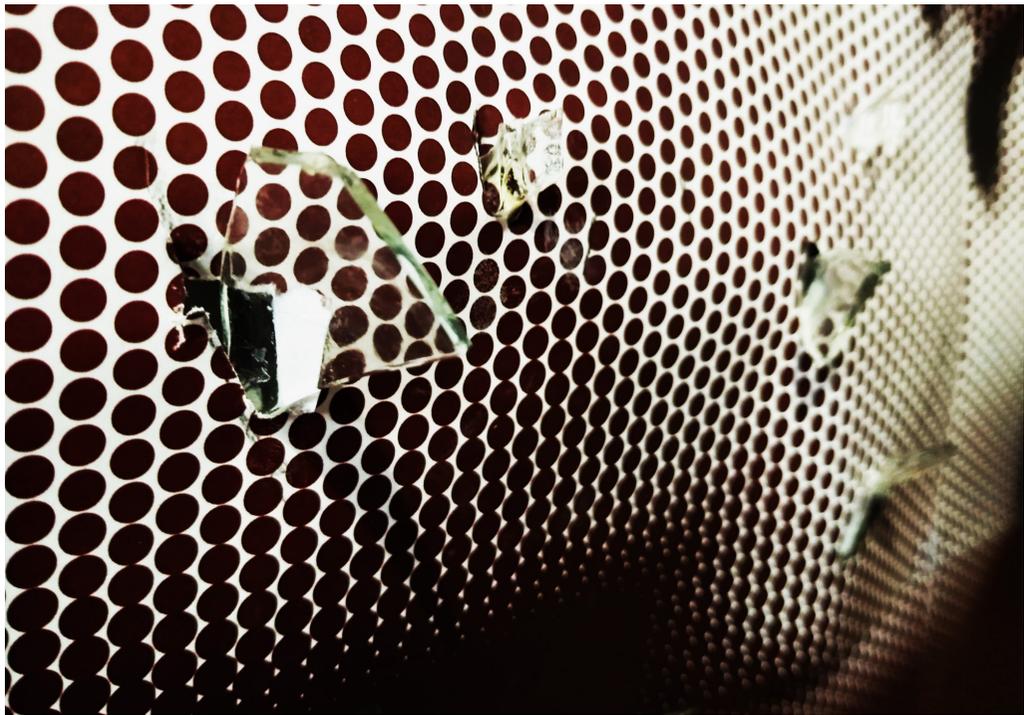
Con esta idea de trabajar los pies, también tomé influencia de una de mis referentes principales, Gina Pané y su obra *Azione Sentimentale*³¹ (1973), mencionada anteriormente. Uno de los aspectos que recojo de dicha obra es la acción donde la artista se clavaba las espinas de una rosa a lo largo de su brazo y las dejaba allí incrustadas, una por una. Estas espinas me recordaron, por su forma puntiaguda, a los trozos de vidrio roto y decidí utilizarlos de forma similar.

Para conseguir que esta intrusión se llegará a entender, decidí jugar con el cristal directamente sobre el papel. Rompiendo previamente un recipiente de vidrio que no usaba, agujereé con la parte más afilada el póster como si lo estuviera clavando sobre el propio pie. Al acabar de hundir varios trozos a lo largo de la planta, sin la necesidad de exagerarlo, los aseguré con pegamento para que se sostuvieran.

Una vez finalizada esta pieza, comprobé como el elemento del vidrio no solo reforzaba la idea del cristal como parte de la materialización y el objeto original, sino que también conseguía una imagen fuera de su formato plano.

30. Almeida, H., (2002). *Seduzir*. [Fotografía analógica]. Recuperado de: https://gulbenkian.pt/museu/works_cam/seduzir-150732/ [Consultado el: 27/5/2020].

31. Pané, G., (1973) *Azione Sentimentale* [Performance y fotografía]. Recuperado de: <https://www.moma.org/collection/works/190542> [Consultado el: 27/5/2020].



CONCLUSIONES

Como menciono a lo largo de este proyecto, una de las razones principales por las cuales empiezo a trabajar este tema es la oportunidad de mostrar estos pensamientos y poder presentarlos hacia un exterior. Para mí, el desarrollo de estas siete imágenes ha servido como una terapia, un alivio a la hora de poder completar las acciones encima de una piel. Sin la necesidad de dañarme a mi misma y sin tener que llegar a la *performance*, he ejecutado un proceso artístico de autolección evitando consecuencias perjudiciales hacia mi cuerpo.

Por consiguiente, esta materialización también me ha permitido salir de mis límites y mi zona de confort y experimentar con el dibujo expandido. Habituada a trabajar tanto en formato pequeño como con herramientas tradicionales, pasar a una imagen de un tamaño de un metro por ochenta (aproximadamente) y dibujar con variación de utensilios, me ha hecho descubrir una nueva ventana de posibilidades a la hora de trabajar con el dibujo.

En este sentido, desde un principio mis metas para este proyecto han sido muy marcadas, sobre todo si hablamos de la preocupación de poder representar estos pensamientos de forma exacta. A lo largo del proceso, me he centrado en concretar varias acciones y desempeñarlas sobre un papel de la manera que yo misma las visualizaba en mi mente. Teniendo en cuenta el resultado, donde

donde encontramos una serie con distintos métodos y prácticas para cada uno de estos pósters, creo haber conseguido la materialización correcta de cada idea sobre una superficie física si tenemos en cuenta la gran cantidad de pensamientos intrusivos que existen.

Por otro lado, gracias a esto he llegado a desarrollar mi manera de pensar. Partiendo de un inicio donde creía que no podía ejecutar este concepto de la forma que deseaba debido a su estigmatización y rechazo, hasta el día de hoy, donde entiendo las causas de estas intrusiones y no siento pavor por representarlas.

Por último, una de mis inquietudes que ha quedado sin respuesta es ver la reacción del espectador frente a estas piezas. Por desgracia, en la situación actual en la que nos encontramos ahora esta última meta deberá darse de manera distinta o esperar sin poder, de momento, visibilizarse presencialmente. Como menciono al principio de esta investigación, el último de mis objetivos es que el individuo se vea influenciado o afectado por mi obra, de tal manera que la visualización de una acción inusual incida sobre su propio pensamiento hasta llevarle al rincón donde los verá relacionados con los suyos.

BIBLIOGRAFÍA

REFERENTES DOCUMENTALES/LIBROS

1. Clark, A.D. (Ed.). (2004). *Intrusive Thoughts in clinical disorders. Theory, Research and Treatment*. Nueva York, Estados Unidos: The Guilford Press.
2. Foucault, M., (1970). *El orden del discurso*. Barcelona, España: Tusquets Editores.
3. Foucault, M., (1961). *La historia de la locura en la época clásica*. Nueva York, Estados Unidos: Pantheon Books.
4. Han, B., (2017). *La expulsión de lo distinto. Miedo*. Barcelona, España: Herder Editorial.
5. Maldonado, L., Franco, L., Orozco, M., & Vanegas García, J., (2017). *La moral como construcción social*. *ÁNFORA*, 10(17), 125-130.
6. Red2Red Consultores., (2015). *Salud mental e inclusión social: situación actual y recomendaciones contra el estigma*. Madrid, España: Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA. Consultado el 11/4/2020]
7. Tufnell, B., (ed.) (2007), *Richard Long: Selected Statments & Interviews*. Inglaterra: Haunch of Veninson.

PÁGINAS WEB

8. Almeida, H., (2002). *Seduzir*. [Fotografía analógica]. Recuperado de: https://gulbenkian.pt/museu/works_cam/seduzir-150732/ [Consultado el: 27/5/2020].
9. Ärje, M., (2013). *The Rasterbator*. Recuperado de: <https://rasterbator.net/> [Consultado el: 21/4/2020].

10. Long, R., (1976). *A line made by walking* [Escultura]. Recuperado de <https://www.tate.org.uk/art/artworks/long-a-line-made-by-walking-p07149> [Consultado el: 28/4/2020]
11. Luc-Nancy, J., (2006). *El intruso*. Buenos Aires, Argentina: Amorrortu. Recuperado de: <https://bit.ly/2M1bO3u>. [Consultado el 6/4/2020].
12. Pané, G., (1973) *Azione Sentimentale* [Performance y fotografía]. Recuperado de: <https://www.moma.org/collection/works/190542> [Consultado el: 27/5/2020].
13. Pixabay., (2010). *Pixabay*. Recuperado de: <http://pixabay.com/> [Consultado el: 22/4/2020]
14. Prada, C., (1996–1997). *Basuras domésticas* [Fotografía]. Recuperado de: http://www.conchaprada.com/proyectos/basuras_domesticas.html [Consultado el: 24/4/2020].
15. PxHere., (2017) *PxHere: Free Images & Free stock photos*. Recuperado de: <https://pxhere.com/> [Consultado el: 21/4/2020]
16. Tronche, A., Lebovici, E., Clausen, B., & Daderko, D., (2013). *Lettre à un(e) inconnu(e)*. *En Parallel Practices: Joan Jonas & Gina Pane*. Recuperado de: https://issuu.com/thecamh/docs/2013_parallel_practices. [Consultado el 11/5/2020].

REFERENCIAS AUDIOVISUALES

17. Albaladejo-Blázquez, N., (2008, febrero 5). *Psicópatas y Asesinos Múltiples* [Diapositivas]. Recuperado de <http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/4097> [Consultado el: 2/5/2020].

18. Gordon Snelgrove Gallery. (2018, enero 30). Artist Talk: Riisa Gundesen [Archivo de vídeo]. Canada: University of Saskatchewan. Recuperado de: https://www.youtube.com/watch?v=a-vEm3H_Jpzc&t=154s. [Consultado el: 11/05/2020].

REFERENCIAS DE IMAGENES

19. Álvarez, E., (2020, 22 enero). *ACTION PSYCHÉ. GINA PANE*. Recuperado de: <http://www.madridartprocess.com/tendencias-arte-cultura/37-tendencia/620-action-psyche-gina-pane> [Consultado el 04/06/2020].

20. Atance, Belo C., (s. f.). *Guerilla Visual es Cultura Lesbiana* [Instalación]. Recuperado de <http://beloatance.net/portfolio-item/guerrilla-visual-es-cultura-lesbiana/> [Consultado el 04/06/2020]

21. Matejko, A., (2019, 11 marzo). *Intrusive Thoughts Edmonton artist Riisa Gundesen confronts mental illness in visceral self-portraits*. Recuperado de: <https://www.gallerieswest.ca/magazine/stories/intrusive-thoughts/> [Consultado el 04/06/2020].

ANEXO

MAPA REFERENTES

ESTÉTICAS

- **BELO C. ATANCE** - GUERRILA VISUAL
ES CULTURA LESBIANA
- **GINA PANÉ** - ACCIÓN SENTIMENTAL
- **HELENA ALMEIDA** - SEDUZIR
- **CONCHA VELASCO** - BASURAS
DOMÉSTICAS

METODOLOGÍA

- **RIISA GUNDENSEN** - INTRUSIVE THOUGHTS:
SELF-PORTRAITS
- **GINA PANÉ** - PSYCHE & ACCIÓN
SENTIMENTAL
- **RICHARD LONG** - A LINE MADE BY
WALKING

TEÓRICOS

- **MICHAEL FOCALT** - HISTORIA DE LA
LOCURA CLÁSICA
- **JEAN LUC - NANCY** - EL INTRUSO
- EDITADO: **DAVID A. CLARK** - INTRUSIVE
THOUGHTS IN CLINICAL DISORDERS.:
THEORY, RESEARCH AND TREATMENT.
- **WEGNER, SCHNEIDER, CARTER & WHITE** -
PARADOXICAL EFFECTS OF THOUGHT
SUPPRESSION.
- **JIMENA CAZZANIGA & ANABEL SUÑO** -
SALUD MENTAL E INCLUSIÓN SOCIAL.
- **LUZ GUIOMAR, LUIS HORACIO, M. HELENA
OROZCO & JOSÉ HOOVER** - LA MORAL COMO
CONSTRUCCIÓN SOCIAL.
- **VOLIMAR VILCHEZ** - ÉTICA Y MORAL
- LOS MOTIVOS DEL ASSESINO EN SERIE.

MAPA CONCEPTUAL



PENSAMIENTOS INTRUSIVOS

PENSAMIENTOS

- AGRESIVOS HACIA MI MISMA
- AGRESIVOS HACIA OTRAS PERSONAS



AGRESIVOS HACIA MI MISMA - AUTOLESIÓN



TRANSFORMADO A



- confinamiento
- "víctima" más cercana
- intención de curiosidad



REPRESENTACIÓN

- DIBUJOS DIGITALES DE LAS ACCIONES
- IMAGENES EN A4



TRANSFORMADO A

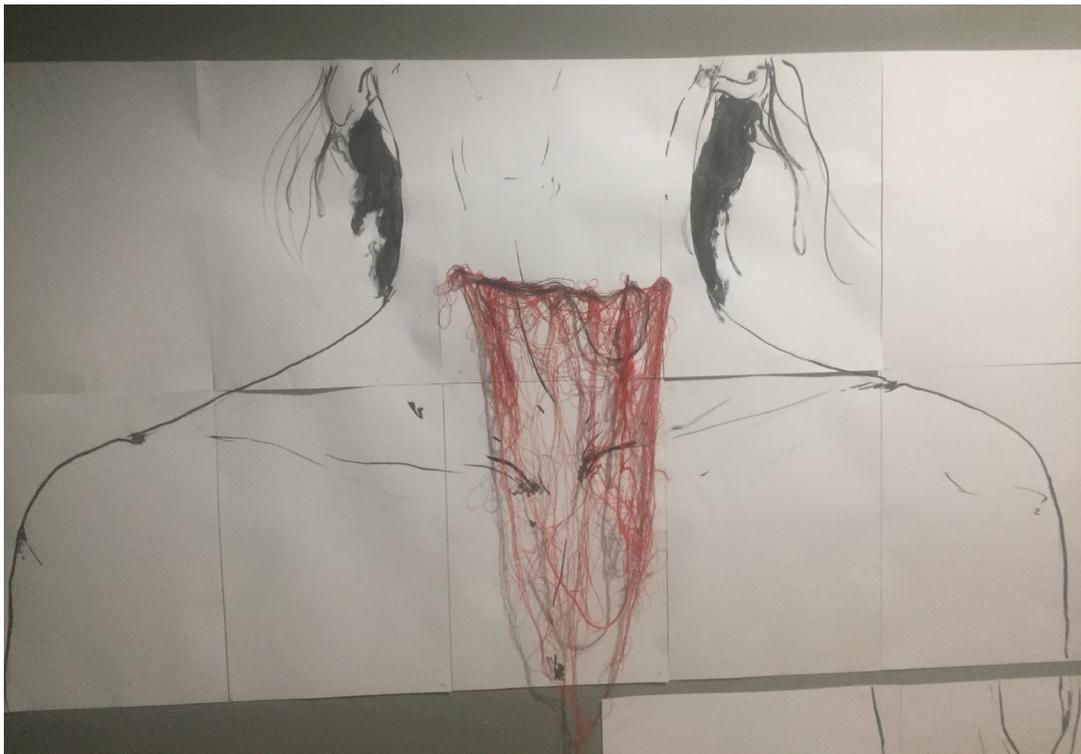


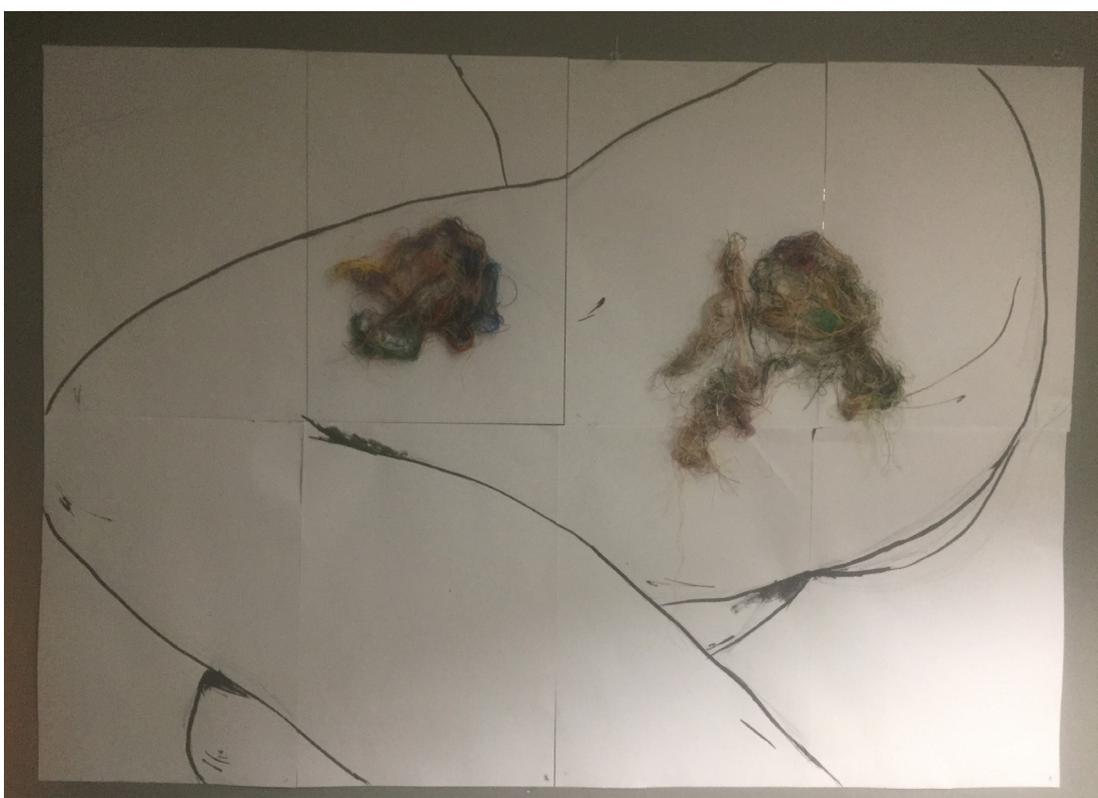
- FOTOGRAFIAS
- HERIDA/DIBUJO SOBRE EL PAPEL
- IMAGENES A GRAN ESCALA (1m)

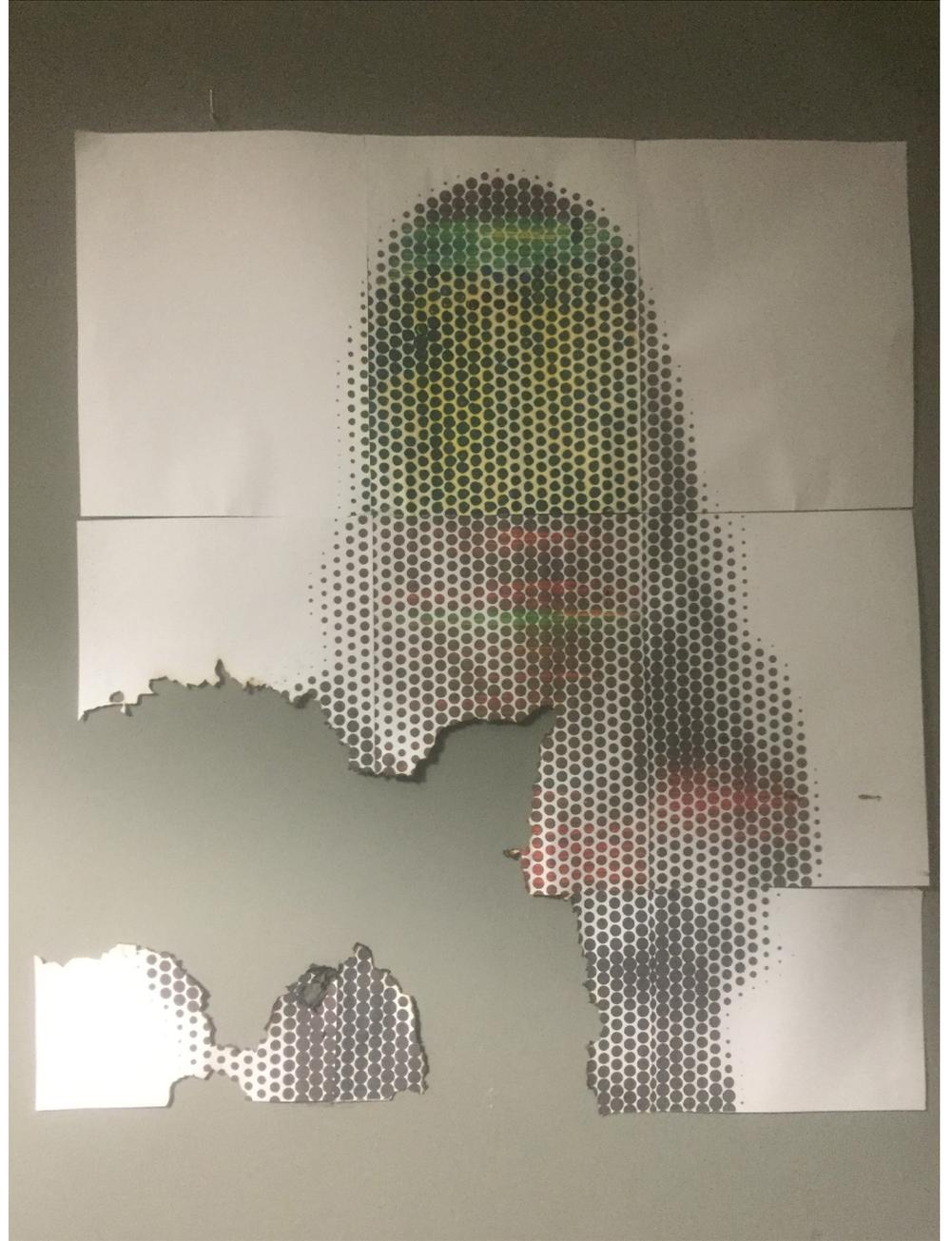
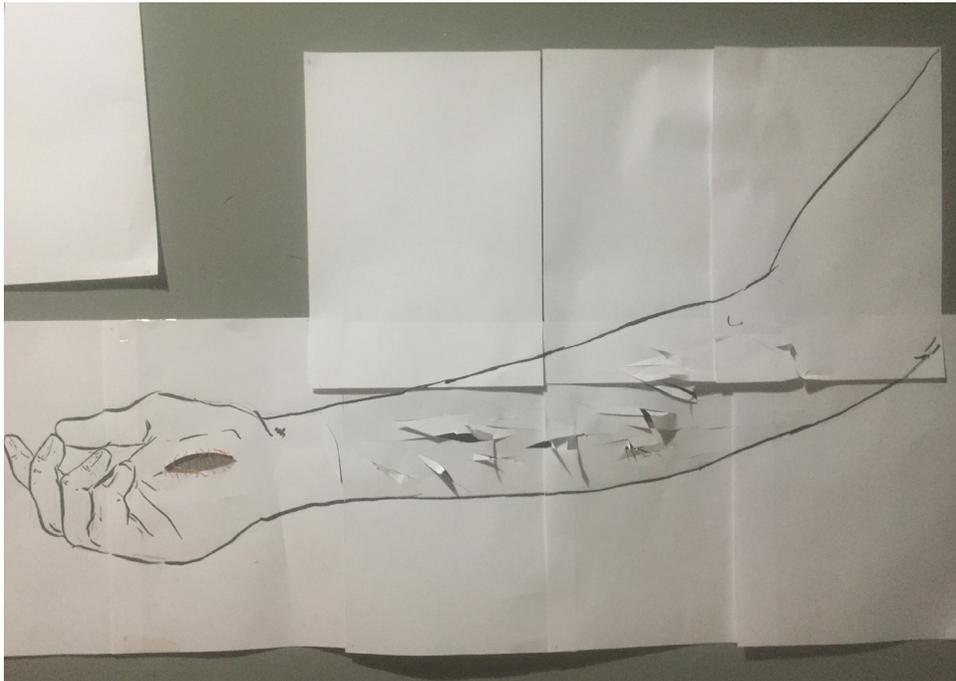
PRUEBAS Y MATERIALIZACIONES DESCARTADAS

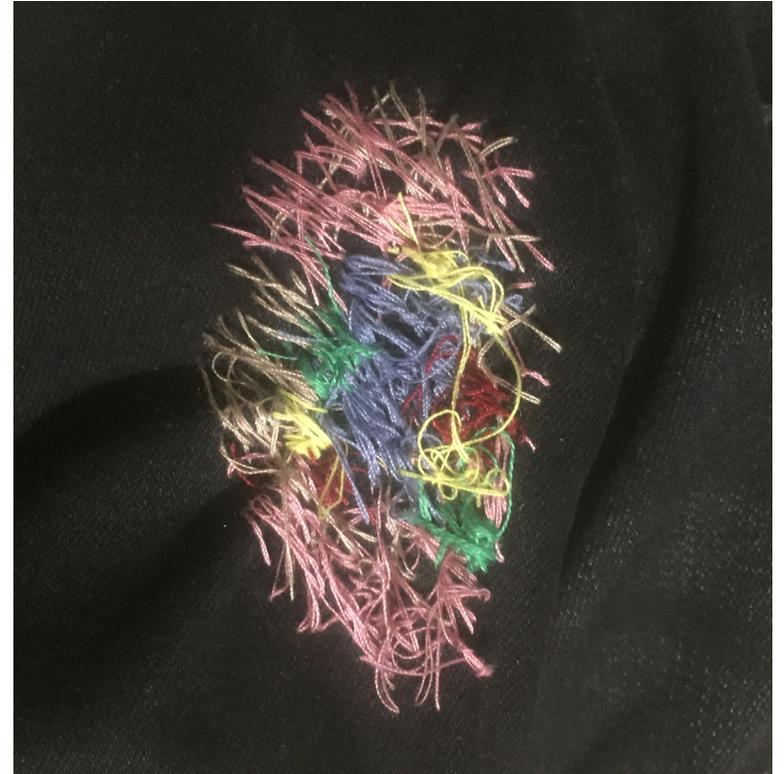
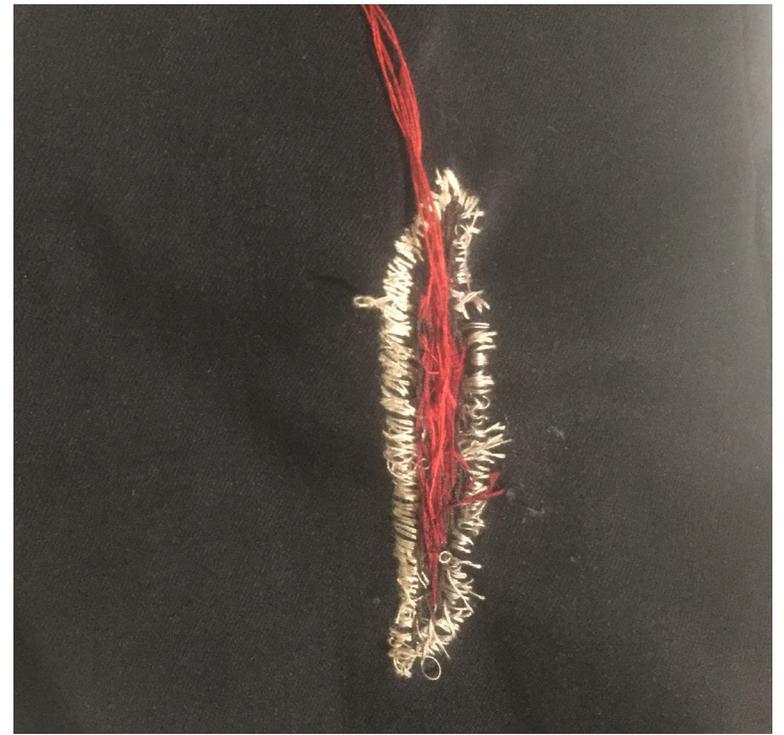
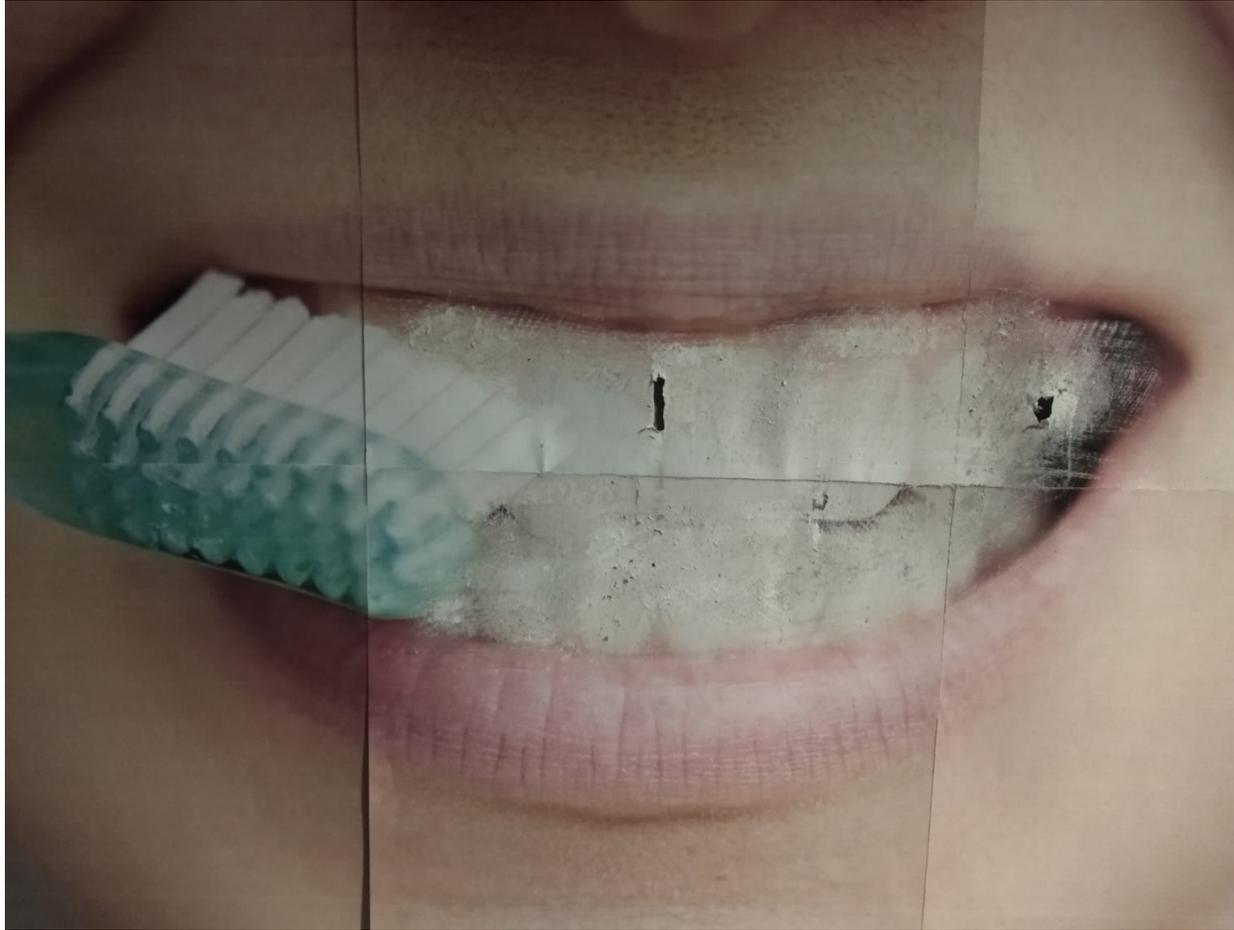
Durante el proceso de este proyecto, para llegar al resultado final, he experimentado con diferentes materiales y técnicas para poder acercarme mucho más a la idea del dibujo expandido.

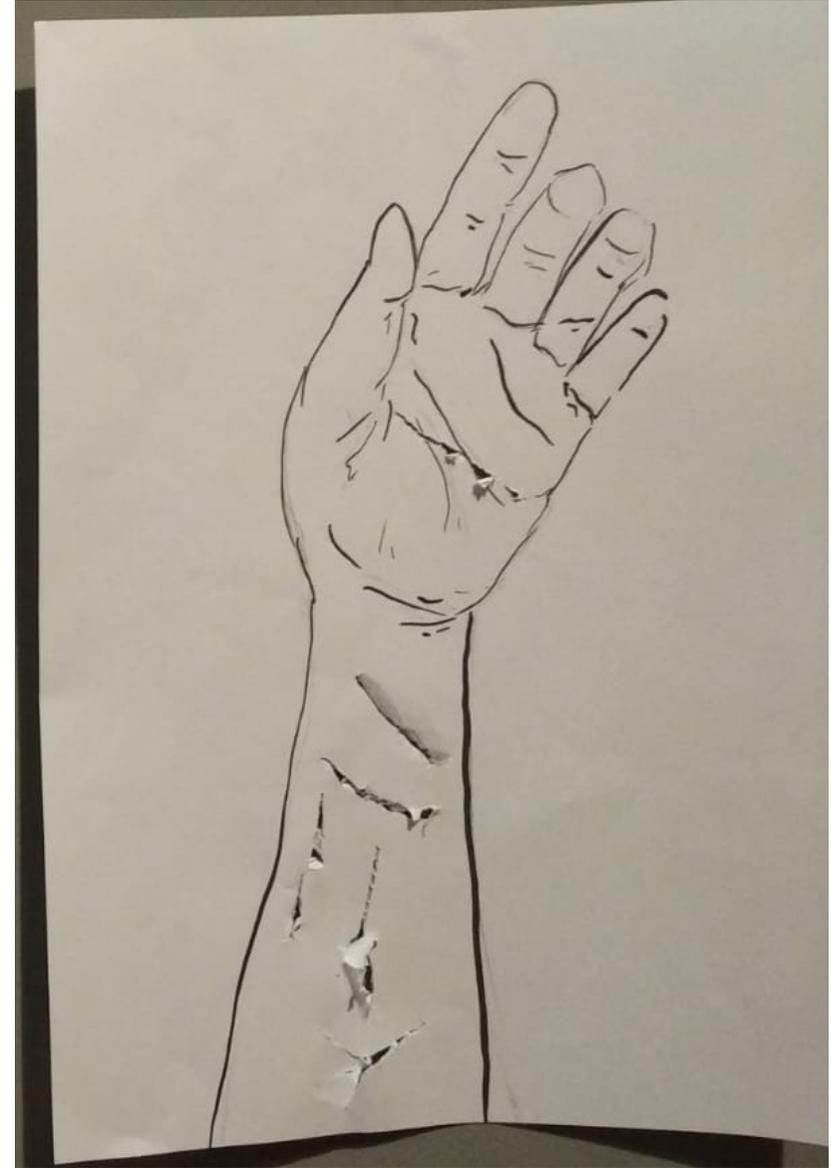
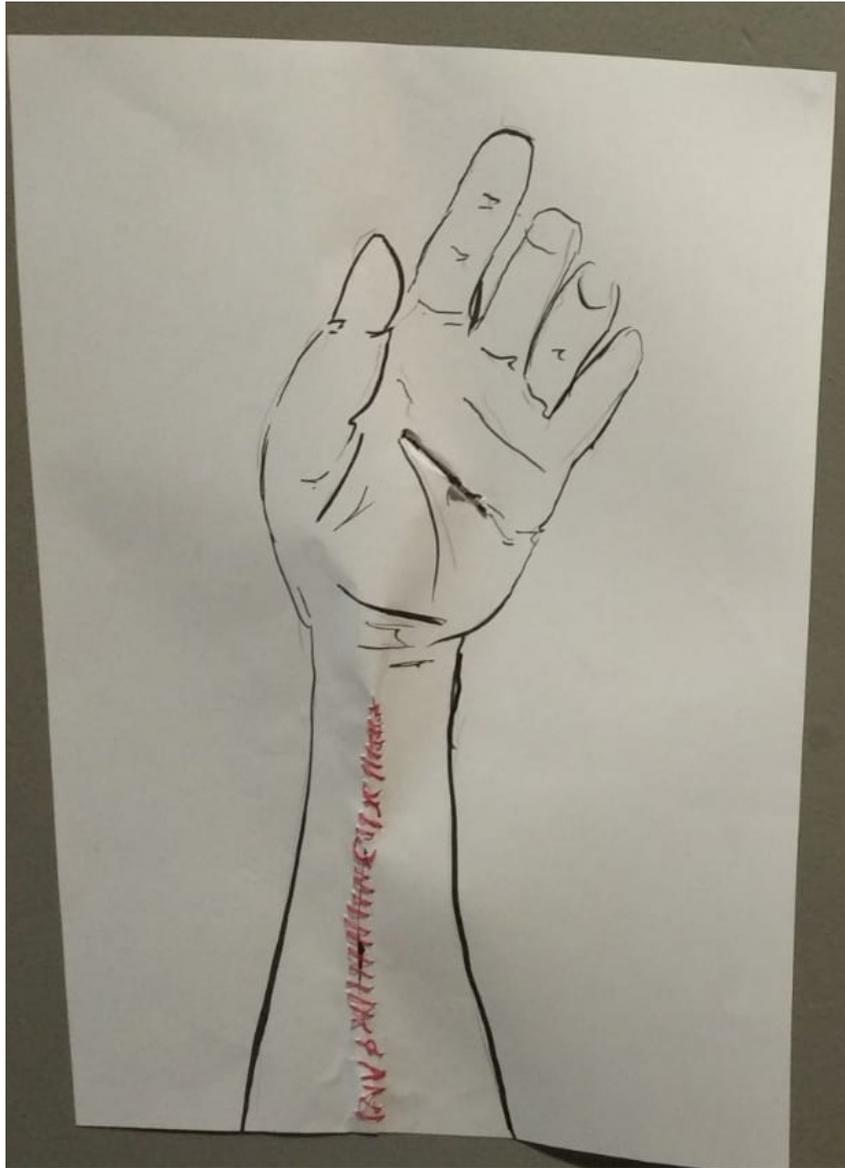
Bordados, hilajes y tela son algunos de los elementos que utilicé en estas pruebas.











Una vez el método que usaría en mi proyecto se decidió, en el caso de varias de estas piezas probé distintos resultados un tamaño A4 para comprobar cuál funcionaría mejor.

