

El velo del
MIEDO
MEDIO

Maria Juliana Botero Figueroa.
Directora: María del Pilar Vergel

Trabajo de Grado

Fotografías y dibujos por:
Maria Juliana Botero Figueroa

Pontificia Universidad Javeriana Cali,
Facultad de Creación y Hábitat
Carrera de Artes Visuales.
Santiago de Cali, 2021

ARTÍCULO 23 de la Resolución N°13 de 6 de julio de 1946,
del reglamento De la Pontificia Universidad Javeriana.

La universidad no se hace responsable por los conceptos
emitidos por sus alumnos en sus trabajos de tesis.

Sólo velará porque se publique nada contrario
al dogma y la moral católica por que la Tesis no
contengan ataques o polémicas puramente
personales; antes bien, se vea en ellas
el anhelo de buscar la verdad y la justicia.

El sueño hace parte importante en la vida del ser humano, ya que es una necesidad biológica que contribuye a restaurar las funciones físicas y psicológicas para tener un desempeño normal en la vida cotidiana. El inconsciente es un aspecto sustancial en la vida de una persona, que puede manifestarse en los sueños, por lo cual en ellos se logra encontrar aspectos relevantes para el funcionamiento de la vida psíquica. En este sentido, encuentro la necesidad de explorar en el universo de mis pesadillas para desvelar lo que está implícito en ellas. Entonces, el propósito del proyecto focaliza la mirada en los temores que se manifiestan en mis pesadillas para explorar las percepciones que involucran y los elementos simbólicos presentes, con el fin de materializar lo que percibo en esta atmósfera onírica que expresa mi inconsciente. Jorge Luis Borges nos acerca a este universo inconsciente y de pesadillas en su poema Epialfes:

En el fondo del sueño están los sueños. Cada
noche quiero perderme en las aguas oscuras
que me lavan del día, pero bajo esas puras
aguas que nos conceden la penúltima nada
late en la hora gris la obscena maravilla.
Puede ser un espejo con mi rostro distinto,
puede ser la creciente cárcel de un laberinto,
puede ser un jardín. Siempre es la pesadilla.
Su horror no es de este mundo. Algo que no se nombra
me alcanza desde ayeres de mito y de neblina:
la imagen detestada perdura en la retina
e infama la vigilia como infamó la sombra.
¿Por qué brota de mí cuando el cuerpo reposa
y el alma queda sola, esta insensata rosa?

x

Con este preámbulo de Borges
puedo decir que las motivaciones que me llevan a realizar esta
indagación surgen a partir de una serie de pesadillas que he tenido en mi vida,
y que produjeron un impacto profundo, en las cuales encuentro elementos
recurrentes relacionados con el temor a la muerte propia o de un ser querido,
al sufrimiento, al no poder tener control sobre ambas.

Estas experiencias oníricas han sido relevantes porque
en ellas se manifiestan escenarios y sucesos que han conformado
un universo de símbolos a través de los cuales expreso emociones contenidas
y temores que han influido en la manera como abordo
algunos aspectos de la vida cotidiana.

En este sentido, por medio de la creación artística,
pretendo desvelar el temor a la muerte y el sufrimiento,
y de esta manera transformar y exteriorizar ese
temor imaginario que se manifiesta en mis sueños.

x

¿Cómo?

Este es un proyecto de creación en el que hago un ejercicio autobiográfico. El instrumento principal de recolección de datos es la bitácora de registro de los sueños. con esto no tengo la intención de interpretar los sueños en relación con ninguna teoría de tipo psicológico o filosófico, aunque utilice algunos elementos para su comprensión.

Es un proceso de reflexión sobre cómo el miedo ha actuado en mí y los efectos que ha producido en la manera en como he asumido algunos momentos de mi vida.

¿Qué?

Identificar las percepciones y sensaciones extraídos de los recuerdos que tengo de mi universo onírico y construir imágenes a partir de estas sensaciones y sentimientos de los recuerdos que me dejaron un impacto profundo a lo largo de mi vida.

?

M onstruo

Definición según la RAE
Del lat. metus 'temor'.

MIEDO

1. m. Angustia por un riesgo o daño ~~real~~ o imaginario.

I maginario

El miedo paraliza, encierra, hunde,
ahoga, no deja avanzar

E scondido

D entro de

O tro ser





Quiero vivir sin este miedo.

me invade.

No lo quiero más.

No me deja dormir.

Y cuando finalmente puedo dormir aparece en mis sueños

Tengo que enfrentarlo una y otra vez.

nunca deja de ser angustiante.

el miedo que quiero evitar sentir mientras estoy despierta

Tengo que enfrentarlo en mis sueños.

"El miedo no evita la muerte. El miedo evita la vida."
Naguib Mahfouz.

i e o
m d
e io



I feel like

I'm drowning



el miedo ahoga

controla

El miedo se convierte en muros que encierran en una nueva realidad. Es nueva porque uno mismo la crea. Antes no existía. Pero así como se pudo crear, también se puede deshacer.

Aunque requiere un gran trabajo lograr controlar la mente.

El miedo hace que se actúe respondiendo a él.

“En este sentido casi todos nuestros miedos son una reacción anticipatoria a que algo terrible suceda basado en experiencias negativas del pasado o en nuestra incapacidad para controlar situaciones. Nuestros miedos existen en nuestra cabeza más que fuera de ella. Lo verdaderamente miedoso no son las mordeduras de serpiente, cuyo veneno puede acabar con una vida en 0.5 minutos, los terremotos, los ataques alienígenas o el fin del mundo.

Lo verdaderamente miedoso es como el miedo nos paraliza, nos aniquila, nos deja despojados de razón. Lo miedoso son las cosas que dejamos de hacer, los silencios que cultivamos como plantas de jardín interior, los atajos que comenzamos a transitar para no enfrentarnos a nada, a nadie, ni a nosotros mismos. Lo miedoso es cuando el miedo se convierte en obstáculo, en trampa, en excusa.

Cuando nos convertimos en hipocondriacos emocionales, siempre listos para buscar un diagnóstico que confirme nuestras sospechas y valide nuestras inseguridades y paranoias.”

(Cosas que piensas cuando te muerdes las uñas, Amalia Andrade pag, 81, 82)

He perdido mucho tiempo sintiendo miedo. Estoy acostada en mi cama con la luz apagada. Es la 1:00am. Estoy cansada y quiero dormir. Pero estoy en el celular distrayéndome porque sé que aunque esté cansada, no voy a poder quedarme dormida y será peor porque empezaré a pensar en mil cosas que no me dejarán dormir; en cambio con el celular, mi atención va a estar dirigida a otras cosas y no tendré espacio para pensar en lo que no quiero pensar.

Por fin decido dejar el celular a un lado para intentar dormir. Cierro los ojos. Pienso en que de verdad deseo mucho dormir e intento pensar en algo que no me distraiga. El color blanco. Sólo blanco, todo blanco. Nada más.

Pero hay demasiado silencio y mis pensamientos son demasiado ruidosos.

Algún día voy a tener que vivir sin tener a mis papás,
porque ellos no van a existir más. No sé cómo voy
a tener la capacidad de
enfrentar ese momento, no importa la edad que tenga. Algún día
yo también voy a dejar de existir.
¿por qué?

¿Cuándo?

¿Cómo?

¿qué se siente?

Ese momento va a llegar y no lo puedo evitar por más que quiera.
y no quiero sufrir ni que nadie sufra.

Intento concentrarme en mi respiración, cómo se hace en el yoga para lograr estar presente en el momento.

No soporto el sonido de mi respiración.

En vez de controlarla, siento que empiezo a respirar mal

y que

en cualquier momento

voy a dejar de hacerlo sin darme cuenta.

que no entra bien el aire ni por mi nariz ni por mi boca.

que estoy intentando respirar dentro de una bolsa de plástico.

Pero, eso no pasa

¿verdad?

Nunca nadie ha dejado de respirar porque sí.

Yo estoy bien,

eso no va a pasar.

Tengo que dejar de pensar en mi respiración.

Estoy respirando bien.

Es mi mente nada más

pero yo puedo controlarla

inhalation

exhalation

Preguntas a un psiquiatra

sobre el sueño y las pesadillas

El sueño se divide en cuatro fases y ésta última se llama sueño paradójico o sueño REM (movimiento ocular rápido) y es en esta en la que se sueña y a pesar de que es el sueño más profundo, a la vez, es en el que más fácil se despierta y gran parte del cerebro funciona como si se estuviera despierto: la parte motora, la parte que maneja la lógica está apagada, entonces la otra parte del cerebro funciona masomenos como si estuviera despierto por eso en los sueños aparecen cosas que parecen locas o ilógicas y unas de las cosas que se reproducen en los sueños son los temores o las fóbias que son los temores que son algunas veces irracionales.

El estrés post traumático es cuando una persona tiene una experiencia traumática, y revive ese momento en sus sueños al igual en las fóbias porque ese miedo o fobia está dando vueltas en su cabeza. El psicoanálisis ha utilizado el contenido de los sueños para describir lo que en esta escuela se denomina como el inconsciente, que tenga una interpretación pero desde otras escuelas psicológicas es simplemente el pensamiento que no está sometido a la lógica que aparece en los sueños

¿Influye que estemos viviendo un momento difícil en nuestras vidas que tengamos pesadillas?

Sí, claro, las pesadillas pueden ocurrir frecuentemente en la adolescencia pero cuando se enfrentan a situaciones de alto estrés o tensión es mucho más fácil que se presenten las pesadillas y no tienen que ser precisamente relacionadas con esa situación. Por eso se busca interpretar los sueños, por que hay cosas que están referidas al sueño pero que no son explícitamente a la situación o al temor o al estrés que haya ocurrido, pero están relacionadas con eso.

Por ejemplo, un persona le tiene temor a los espacios cerrados y sus sueños están relacionados con eso pero lo que está detrás de ese temor es una relación de pareja asfixiante que tiene esta persona.

Las pesadillas son como una alerta para saber que no se está bien emocionalmente.

¿Por qué se tienen pesadillas recurrentes?

Las pesadillas recurrentes se deben a que hay algún tema que no está resuelto emocionalmente y afecta.

Monstruo sobre el miedo

Todos los seres humanos tenemos un sistema de alarmas en el cerebro que es necesario, que evolutivamente ha estado presente desde siempre y que tiene que ver con la respuesta a la huida. Si se ve una amenaza, el sistema de alarma se activa y la persona sale corriendo. Pero el cerebro ha evolucionado y ese sistema se ha vuelto cada vez más complejo

Entonces la alarma se puede disparar o por amenazas externas que son reales como (un terremoto, un incendio, etc) o por alarmas internas que son construidas también desde el pensamiento mismo y esto hace que se active la alarma del cerebro pero por sus propios pensamientos, fantasías o creencias.

A medida que el ser humano crece, cuando se es niño, no tiene muchos temores aún pero cuando empieza a vivir la realidad empiezan a surgir los temores que a veces son adquiridos o heredados.

Dentro de

Otro ser

PESADILLA

Del dim. de pesada 1.

1. f. Ensueño angustioso y tenaz.
2. f. Opresión del corazón y dificultad de respirar durante el sueño.
3. f. Preocupación grave y continua que siente alguien a causa de alguna adversidad

RAE.

a a a a a a a

Cuando tengo este tipo de sueños, pienso que es la vida real. Pasan muy rápido y me producen gran impacto. En el sueño, de sentir tanto desespero por la situación, logro empezar a pensar que lo que está sucediendo es un sueño porque no puede ser real, tiene que ser un sueño y busco la manera de despertarme. Abro los ojos de golpe, siento el pecho helado y adormecido, pero con el corazón a mil, estoy temblando y me cuesta respirar. Me es difícil y toma tiempo entender lo que está pasando y darme cuenta que es sólo un sueño.

La angustia es demasiada a a a a a a.
abruma.

x PESADILLA:

x borroso

de trazos desvanecidos x

que no se distingue con claridad incontrollable

confuso revuelto

mezclado x

oscuro poco perceptible

dudoso vago difícil de distinguir

impreciso indefinido

dificulta ver las cosas con claridad.

Es más probable que pueda controlar el miedo mientras estoy despierta porque puedo distraerme con mil cosas por hacer en el día. Es en la noche en donde hay tanto silencio que puedo escuchar claramente mi respiración, y es como si pudiera escuchar mis pensamientos. Cuando intento dormir estoy yo sola con esto y nada más. Es como si mi inconsciente brotara como agua que está bajo presión y la dejan salir sin ningún impedimento. Me encuentro con un lado que siempre está ahí pero que no siempre puedo ver.

Un lado oscuro.

Primero tuve miedo y luego ese miedo se hizo fuerte y comenzó a invadir mis sueños.

EVENTO 1

Cuando tenía cinco años, mi papá tenía una escultura de Jesucristo con la corona de espinas puesta, sangre y una expresión de sufrimiento que yo no soportaba ver, ni por un segundo, y hacía todo lo posible porque cuando tuviera que pasar por donde estaba ubicada, correr y cerrar los ojos. A veces, intentaba mirarla rápidamente de reojo para asegurarme de que no iba a cobrar vida y a mirarme de vuelta. Otras veces me acercaba a ella con los ojos entreabiertos para no poder reconocer bien su figura para girarla un poco de lado y no sentir que me estaba viendo todo el tiempo.

No me daba miedo que se me apareciera una bruja o un duende. Me daba miedo que se me apareciera esta imagen de Jesucristo. Me causaba TERROR. Yo no entendía por qué era necesario, al igual que en las iglesias, tener estas imágenes tan fuertes y sangrientas para recordar lo importante que era Jesucristo en vez de tener una imagen linda como es lo que él representa para las personas.

La escultura sigue estando en mi casa pero ahora refundida en un cuarto de chécheres. Ahora que tengo veinticuatro años, me doy cuenta que, primero, me sigue generando lo mismo cuando la veo, es recordar lo mucho que me aterrorizaba cuando era niña y volver a sentirlo. Es sentirlo dos veces.

Y segundo, el rostro de la escultura nunca tuvo sangre.

EVENTO 2

Desde que tengo siete años, todas las noches mi mamá se acostaba con mi hermana menor y conmigo en la cama de ella o en la mía, para que escogieramos un libro entre las tres y nos lo leyera antes de dormir. Nuestro favorito era "Alicia en el país de las maravillas". Lo leía de la forma más especial, dulce y entretenida, inventando una voz diferente para cada personaje. Me encantaba. Pero a veces no lograba concentrarme porque no podía dejar de mirarla y pensar que algún día, ella dejaría de existir. Por más que intentaba, no podía contener mis lágrimas pero no quería ni dejaba que se dieran cuenta. Igual, sé que es normal que el mayor miedo de un niño sea perder a sus padres. Pero siento que en mí era muy fuerte porque lloraba casi todas las noches antes de dormir o cada vez que abrazaba a mis papas. También, cuando no podía dormir iba hasta su cuarto para asegurarme de que ambos siguieran respirando y con vida para poder intentar dormir tranquila. Pero en realidad nunca tuve que enfrentarme a la muerte de una persona cercana hasta mis dieciséis años. Un tío muy cercano y especial para mí tuvo un accidente de moto y esa ha sido la única vez que he visto tan de cerca la muerte y vivido este proceso.

EVENTO 3

Películas

Conocí por primera vez la violencia a través de una pantalla a pesar de vivir en un país tan afectado por ella como lo es Colombia. Nunca tuve que presenciar esta realidad y era muy pequeña para entender el contexto en el que vivía, sin poder verlo y sólo escuchándolo. A medida que fui creciendo, pude ir tomando más consciencia y entendiendo que en el país en el que vivo, la violencia y la muerte son cosas que se han normalizado cada vez más para todos y también para mí. Por un lado, entender que la muerte es algo que ni yo ni nadie nunca va a poder controlar es algo que YO necesitaba, porque sino no sabría cómo poder vivir. Pero no la muerte por violencia, eso es algo que jamás podré entender. Ni nadie nunca debería entender.

Película 1

La primera película que ví y alimentó increíblemente mi miedo hacia la imagen de sufrimiento, muerte y esta imagen de Jesucristo que mencioné anteriormente, es una sobre una mujer que sufre de estigmas. Aparecen en su cuerpo, manos, pies, cabeza y espalda las mismas heridas de Jesucristo en su crucifixión.

Yo tenía entre siete u ocho años, era de noche y mis papás estaban en su cuarto viendo esta película.

Me acosté con ellos en la cama para ver de qué se trataba.

Aparecen las imágenes más perturbadoras que había visto en mi vida.

sangre

sufrimiento

sangre

sufrimiento

Resulta que eso no era algo que sólo le había sucedido a Jesucristo, ahora también era algo que me podía suceder o a mi o a alguien de mi familia.

Nuevo temor desbloqueado.

Película 2

"La pasión de Cristo".

Nunca voy a entender por qué obligaban a niños de ocho años a ver esa película en el colegio.

Era realmente innecesario contar o explicar una historia de esa manera que además ya conocíamos porque en la mayoría de colegios en Colombia se enseña religión.

Contiene imágenes demasiado

fuertes

violentas

sangrientas

Pelicula 3

Esta fue cuando tenía doce años, por elección propia y ya no tiene que ver más con Jesucristo sino con las enfermedades, el sufrimiento y la muerte. La película "Camino", que es sobre una niña de catorce años que muere a causa del cáncer. Esto era algo que yo no podía concebir ni en un millón de años. No entendía como la vida podía ser tan injusta. Esta fue la única y última vez que escogí ver este tipo de películas ya que superarla me tomó varios años. Me puse en el trabajo de buscar en google cuales eran los síntomas que podían dar cuando una persona tenía cáncer.

Encontré que unos eran fatiga, dependiendo del caso, dolor en los huesos o en el órgano específico. Pero me llevé una espantosa sorpresa al leer que muchas veces el cáncer es silencioso y no nos damos cuenta porque no sentimos ningún dolor físico. Esto me alarmó demasiado y fue entonces cuando me volví un poco hipocondríaca y empecé a pensar que cada molestia física que sentía (o más bien me inventaba alguna a veces) tenía que ver con eso y era la excusa perfecta para ir al médico a hacerme exámenes para saber que estaba sana y no tenía ninguna enfermedad mortal. También me hizo ser consciente de que la alimentación juega un papel muy importante en la salud de las personas, y esa fue la parte buena, me ayudó a comer más saludable. No se en donde leí que los espárragos eran buenos para evitar el cáncer y me puse a comer espárragos como si no hubiera un mañana.

Lo bueno es que siempre me gustaron las verduras.

Pelicula 4

Ya estaba un poco mayor y me gustaba ver series o documentales en televisión sobre casos criminales, me intrigaba mucho cómo podía funcionar la mente de una persona que hacía este tipo de cosas. Me parecía miedoso pero quería saber toda la historia completa. Un día uno de los capítulos trataba sobre una página web en la que se encontraban personas que quisieran ser comidas por otras personas y personas que buscaban personas para comérselas. Esto definitivamente me aterrorizó por completo.



EVENTO 4

Cuando cumplí un año me diagnosticaron reflujo y vomitaba todo lo que comía. Por suerte mi mamá encontró un médico homeópata que logró ayudarme a curar el reflujo enseguida. Igual siempre tuve un sistema digestivo muy sensible y cuando fui creciendo me di cuenta que algunos alimentos me caían muy mal, pero no era nada insoportable, hasta que me gradué del colegio, cumplí diecinueve años y entré a la universidad. Estaba pasando por muchos cambios en mi vida y por uno en especial que me marcó mucho. Una gran pelea con dos de mis mejores amigas que causó que no nos habláramos durante dos años. Fue justo en este tiempo cuando otra vez volvió el reflujo con toda. Yo creo fielmente que para estar sano exteriormente (físicamente) hay que primero estarlo interiormente (emocionalmente). Y yo no lo estaba. Todo empezó porque cuando me quedaba dormida, siempre al pasar media hora (lo sé porque miraba el reloj) me despertaba ahogada, a h o g a d a. Sentía que me iba a morir porque para que entrara el aire por mi garganta tenía que hacer un gran esfuerzo. Me paraba de la cama de un salto con el corazón a mil hasta el cuarto de mis papás y caminaba hasta calmarme y recuperar otra vez la capacidad de respirar normal. Volví a intentar dormir y a veces me pasaba lo mismo hasta tres veces en una noche. Luego me empezó un dolor en la garganta que no me dejaba tragar ni siquiera saliva. Me hicieron exámenes y otra vez me diagnosticaron reflujo más sobrecrecimiento bacteriano. Entonces, tuve que cambiar mi alimentación por completo y no por que comiera mal sino que mi organismo no podía procesar un sinfín de alimentos tan comunes como el pan y todo lo que tenga gluten (prácticamente TODO), cualquier grano, lácteo y alimentos procesados. O sea, dejé de comer de todo. Pero bueno, me ayudó a ser aún más consciente de la alimentación y a encontrar otros mil alimentos de los que no tenía ni idea para hacerlos parte de mi dieta.

• Soné que llegaba a un centro en el que habían retiros religiosos, católicos o cristianos. Cuando entre el lugar sentí un ambiente pesado era tenebroso. El lugar era grande y con muchas habitaciones en las que se encontraban gente durmiendo pero estos se veían físicamente muy deteriorados, consumidos, como si en ese lugar les estuvieran absorbiendo las almas poco a poco, parecían zombis. Al reconocer el lugar recuerdo una habitación en la que pudo ser a mi abuela sin que ella me vea; ella se está mirando en un espejo de demacrada que está pero parece que ella sintiera que eso está bien, que el sacrificio vale la pena.

para trabajar en ello.

• Soné que tenía un compañero con el que descubríamos un gusto por comer personas y comenzamos a buscar personas que nos querían comer. Yo solo me debía llevar por lo que quería hacer en el momento y me hacía las consecuencias. Una noche en la que nos encontrábamos en mi casa en el último piso con una de nuestras víctimas, escuchamos unas sirenas que se acercaban a mi casa, era la policía que nos había encontrado después de haber asesinado nuestra gente. Solo en ese momento comencé a sentir miedo de lo que podía pasar con nosotros. ¿? pensé en las alternativas: entregarnos o huir. Mi compañero quería entregarse después de terminar con nuestra víctima.

Decidí huir desde la terraza hacia el primer piso en donde estaba la policía esperándonos.

Pero sentir que no podía tener control sobre mi salud en ese momento, cambió totalmente mi forma de ver las cosas.

No veía una salida cercana, era algo con lo que tenía que vivir toda mi vida ¿El dolor iba a irse en algún momento?

No sentir ninguna incomodidad en el cuerpo en verdad es un privilegio del que no era consciente hasta que sí sentí una.

Recuerdo que por estos días empecé a tener constantemente pesadillas relacionadas con la muerte y el sufrimiento, eran tantas que por eso empecé a anotarlas en una libreta o en mi celular. Cada noche soñaba que moría alguien cercano, mi mamá, mi papá, mi hermana, mis abuelos, mis perros, mis tíos, mis primos, mis amigos. En algunos de estos sueños no alcanzan a pasar muchas cosas porque el sentimiento es tan fuerte que me despierta al momento

Contaré los que tengo más presentes porque los escribí apenas me desperté y es en ese momento en el que puedo recordarlos con mayor precisión.

no tienen fecha.

EVENTO 5.

P E S A D I L L A S

Bitácora de sueños desde el año 2016 hasta marzo de 2021

1

Estoy en una sala completamente blanca en la que hay algunas personas conversando y caminando por el lugar. Entre las personas sólo logro reconocer a una de las mejores amigas de mi mamá que se dirige hacia mí, me mira y empiezo a entender que es lo que está pasando. Me dice que todo va a estar bien, que no me preocupe, que mi mamá siempre va a estar con nosotras y levanta su mirada hacia arriba. Yo hago lo mismo y me doy cuenta que el lugar no tiene techo, puedo ver el cielo de noche lleno de estrellas. Es como si mi mamá se hubiera convertido en ese cielo lleno de estrellas.

2

Estoy entrando a un lugar en el que parece por las cruces que se ven colgadas en las paredes, que hacen retiros de la religión católica. Puedo sentir que el ambiente es pesado y tenebroso. El lugar es grande y con muchas habitaciones en las que se encuentra gente durmiendo pero me doy cuenta que lucen físicamente deteriorados, consumidos, parecen zombies, como si el lugar les estuviera absorbiendo las almas poco a poco. Estoy recorriendo el lugar y encuentro en una de las habitaciones a mi abuela, pero no entro, la observo desde afuera.

Ella se está mirando en un espejo, como ha cambiado su apariencia pero parece que sintiera que eso está bien, que el sacrificio vale la pena.

3

Tengo un amigo con el que descubrimos que compartimos un gusto por comer personas y comenzamos a buscar personas que nos apeteciera comer. Yo solo me dejo llevar por lo que quiero hacer en ese momento sin medir las consecuencias. (Es extraño porque es como si yo tuviera que convertirme en un personaje de una película y hacer lo que dice el guión) Es de noche y estamos en mi apartamento que queda en el último piso y estamos con una de nuestras víctimas cuando escuchamos unas sirenas acercándose. La policía nos había encontrado después de ya haber asesinado a muchas personas. Sólo en este momento comienzo a sentir miedo de lo que podría pasar con nosotros y pienso en dos alternativas: entregarnos o huir. Mi amigo quería entregarse después de terminar con lo que estábamos haciendo. Entonces decido lanzarme desde la terraza hacia el primer piso en donde estaba la policía esperándonos.



4

Estoy en el mar
es enorme, hondo y azul claro
es de día
no se ve nada alrededor.

viene una ola gigante
yo estoy en ella y tengo que tomar con profundidad todo el aire que pueda
para poder pasarla
pasa otra ola
entre ola y ola, solo me da el tiempo para tomar aire
otra
otra
no me dejan salir
otra
no puedo salir
solo intentar respirar
mientras llega la próxima

5

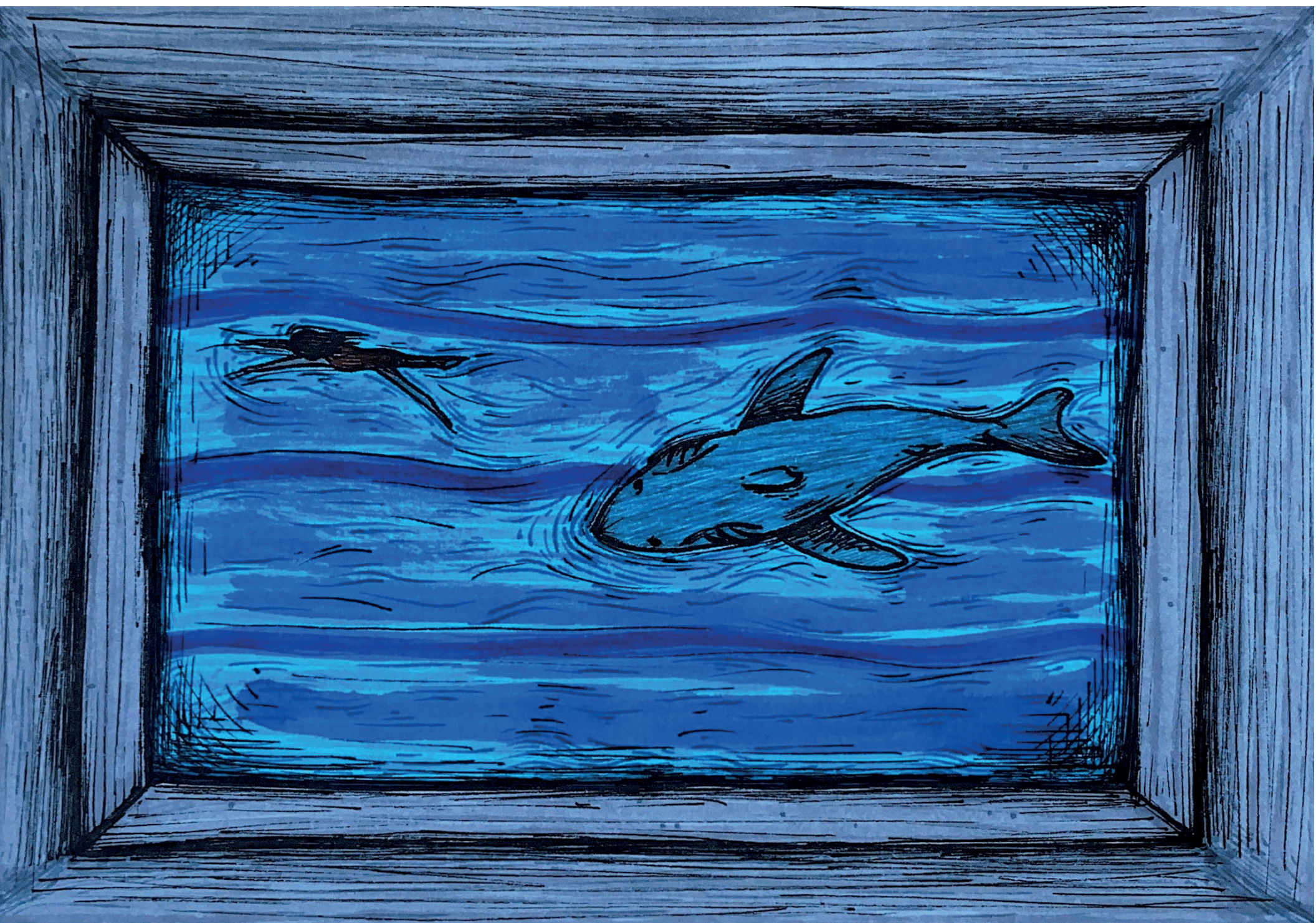
Estoy en un bote muy pequeño con mi mamá y otras personas que no conozco en medio del mar. Al fondo logra verse una ciudad con muchos edificios y una luz verde que ilumina la superficie del mar. Hay un tiburón blanco rondando ~~en~~ el bote, puede verse porque está muy cerca a la superficie, pero a veces se va, a veces vuelve, no podemos saber bien dónde está.

El mar está calmado pero de repente pasan unas olas muy fuertes que voltean el bote boca abajo y todos los que estábamos en él quedamos en el agua pero no traemos chaleco salvavidas y estamos intentando flotar.

La ciudad está muy lejos como para llegar nadando y es difícil volver a voltear el bote. Perdimos de vista al tiburón y de todas las veces que he soñado que nado con tiburones, esta ha sido la única en la que por fin me alcanza. Siento que algo me hala de los pies con mucha fuerza hacia el fondo del mar. Veo como me hundo y alejando de la superficie del mar con luz verde y de mi mamá. Estiro mi mano intentando alcanzarla mientras pienso en que no puedo creer que ese ya es el fin, el momento en el que pierda la consciencia y deje de poder respirar, en cómo va a pasar y en qué voy a sentir.

6

Estoy en una piscina olímpica nadando y me doy cuenta que hay un tiburón blanco en el fondo siguiéndome. Nunca logra alcanzarme. Va lento y calmado pero siempre siguiéndome. Yo siento, demasiado terror e incertidumbre porque no sé qué quiere o qué va a hacer y pienso que en cualquier momento puede alcanzarme. No sé porque no puedo salir de la piscina, me siento muy angustiada pero sigo nadando

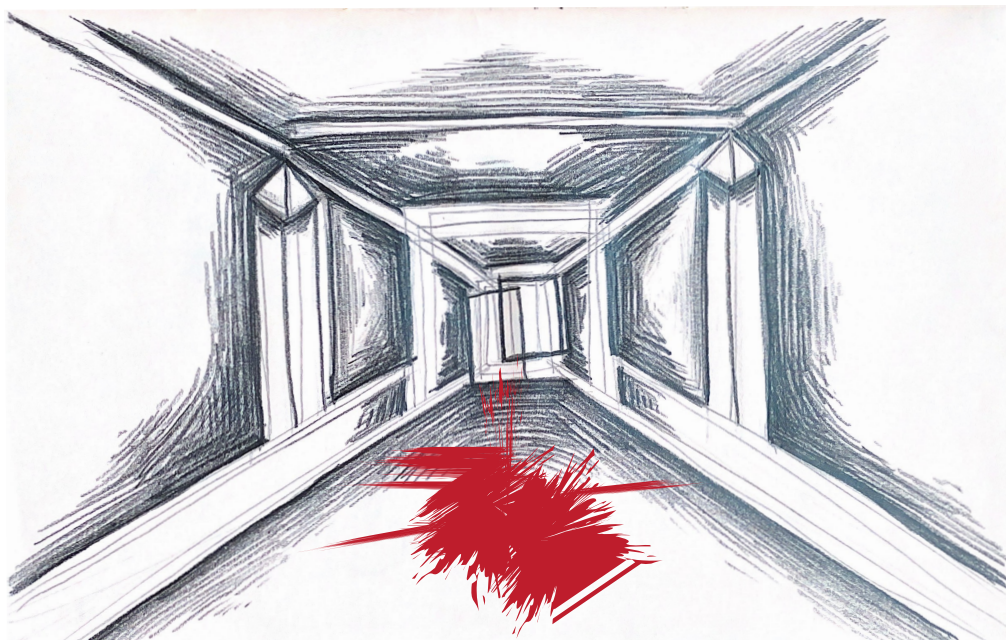


A pencil sketch of a room. In the center, there is a bed with a canopy supported by two tall, thin pillars. The canopy is draped with fabric and has a decorative border. The bed is elevated on a platform. On either side of the bed, there are several lit candles in glass holders, arranged in a line. The floor is also covered with many lit candles. The overall atmosphere is dimly lit and solemn.

7

Estoy entrando a un cuarto oscuro en el que hay tantas velas que iluminan todo el espacio y hacen que se vea de colores amarillos, naranjas y rojos. Las velas están ubicadas en el piso en fila abriendo camino a una cama que se encuentra al fondo, la cama está elevada en forma de altar y sobre ella el cuerpo de mi abuelo. Desde donde estoy solo puedo ver los pies, pero igual no quiero avanzar más y me quedo en ese punto observando.

Estoy en una casa que parece antigua y es muy grande. En ella hay un salón oscuro y vacío en el que sólo se puede distinguir una alfombra grande y en ella está una mujer sentada. No puedo distinguir bien su cara porque su pelo largo y negro cubre parte de ella. No está vestida y es delgada. Se mueve extraño y en un momento se parte por la mitad, por su cintura y sale mucha sangre, la alfombra se mancha toda. Yo estoy parada mirando lo que pasa y a mi lado están dos hombres que parece que son policías o investigadores que la están iluminando con una linterna. Nadie sabe qué hacer. Yo iba a quedarme a dormir en esa casa pero obviamente ya no quería. Ellos me dijeron que lo mejor era que me fuera de la casa. La mujer seguía con "vida". Era como un demonio y desaparecía y aparecía en otros lugares de la casa. Mientras tanto, yo bajaba las escaleras hasta el primer piso para salir de la casa, esperando no encontrarla. Ella había dejado manchas de sangre por todo el lugar. Yo quería salir lo más pronto posible aunque me diera mucha curiosidad lo que fuera a pasar con ella. Pero sentía una energía muy fea y pesada en toda la casa. Cuando llego a la puerta de la entrada, hay un tapete lleno de sangre y me doy cuenta que es mi casa. Aún así, no quiero volver a entrar. Salgo muy confundida sin quitarle los ojos de encima a ese tapete y cruzo la calle para mirar desde afuera todo. Acaban de llegar más policías en un carro. La mujer aparece en el tapete y ellos intentan entender la situación y hacer algo al respecto.



Estoy en una casa de un piso super amplia y abierta en medio del bosque con mis compañeros del colegio, algunas mamás y profesores. Llegamos en la tarde y el fin de la reunión es ayudar a una de mis amigas a suicidarse en una especie de instalación con una soga. Yo estoy muy confundida, no entendía que debía despedirme de ella, así que no lo hice.

Ya es de noche y estamos alistándonos para dormir en nuestras respectivas habitaciones. En ese momento tengo una visión en la que un espíritu iba a aparecer más tarde en la noche asustándonos. Al darme cuenta la razón por la que estábamos en esa casa, me di cuenta que el espíritu de mi amiga sería el que se aparecería. Al poco tiempo, cuando mi amiga ya llevaba tiempo con la soga en su cuello, irrumpen en el lugar unas personas que parecían ser del ejercito. Comienzan a revisar la casa y a sacarnos de ella.

No pude saber qué había pasado con mi amiga.

Estoy en un asado en una casa que parecía estar ubicada en ciudad Jardín, era abierta y tenía una zona verde grande. Yo estaba con unos amigos que eran como mi grupo de amigos cercanos (en la vida real nunca había visto sus caras) estábamos pasándola bien, cuando me doy cuenta que estamos como en una película de terror y una de mis amigas entra a la casa y es asesinada por otra de mis amigas que estaba dentro esperando a que entrara y con todas las luces apagadas. Era como la película de terror en la que a todos los asesina una persona misteriosa y cada uno tenía ya su turno. Ya habían muerto varios pero todos dentro de la casa y luego le tocaba a un amigo pero él se resistía y finalmente le dijo a mi amiga (la que los mataba a todos) que prefería hacerlo él mismo. Entonces él empezó a subir unas escaleras de esas grandes que se usan para pintar pero ella le decía que subiera más y más y más, él estaba muy nervioso y cuando estaba ya en el último escalón se lanzó hacía afuera de la casa que daba a la piscina de otra casa pero ya tenía todo planeado para que cuando cayera pareciera que hubiera sido real y hubiera muerto pero en realidad era solo para que ella lo creyera. Y eso me hizo pensar que entonces todos habían estado fingiendo su muerte y me alivió un poco. Cuando ella "se aseguró" de que estuviera muerto, se alegró y entró de nuevo a la casa para esperar al siguiente pero esa persona no quería entrar y estaba planeando la forma de escapar junto con el resto de personas que quedaban. Ella ya se empezaba a desesperar dentro de la casa con las luces apagadas. Cuando iba a salir para saber por qué nadie entraba, salimos corriendo todos los que quedábamos en el lugar por todo el condominio de casas campestres a buscar en dónde escondernos. Ya era de noche y estaba todo muy oscuro. Mientras buscaba me di cuenta de que entre esas personas estaban mis amigas del colegio y una de ellas me decía que la siguiera hasta que llegamos a una casa que parecía como una finquita medio abandonada de color habano con rojo, nos escondimos en el armario. Yo tenía mucho miedo.

Está lloviendo y desde donde estoy, puedo ver a mi tío que se encuentra parado en frente de una casita chiquita, mirandola y llorando. La casita es rectangular y baja, casi de su altura, tiene el techo plano, está pintada de blanco y no tiene ventanas, solamente una puerta roja. Se ve muy vieja. Adentro, se encuentra el cuerpo de mi abuelo. Puedo percibir que mi tío está muy triste porque se siente muy solo. Mi hermana y yo vamos a abrazarlo y decirle que no lo está. Mi papá está más tranquilo porque nosotras somos mayores que el hijo de mi tío y puede hablar con nosotras al respecto y por ese lado sentirse más acompañado. (eso es lo que yo pienso en el sueño)



12

Es de noche, estoy con mi papá y mi hermana saliendo de algo que parece una bodega y afuera nos están esperando dos muchachos, intercambian un par de palabras sobre un problema que habían tenido y sin pensarlo dos veces uno de ellos le dispara a mi papa en el pecho, él cae en los brazos de mi hermana y mios y se va debilitando rápidamente, yo no sé que hacer, solo lo sostengo, miro su cara y su camisa con una mancha de sangre que cada vez se hace más grande y lloro con desespero.

Estoy en la casa de una amiga con más amigos y mi hermana, ella sube un momento al segundo piso y baja llorando sin poder parar, me mira a los ojos y me dice que nos vayamos, yo la miro y me imagino de que se trata: entonces la miro y le digo lo que siempre le digo a mi mamá cuando me dice que tiene que darme una mala noticia, que por favor no me diga, que primero me diga de qué se trata y que si es muy grave. Mi hermana solo me mira a los ojos, con los suyos llenos de lágrimas y me dice que nos vayamos, entonces entiendo que se trata de la peor noticia que nunca quiero recibir en mi vida y le digo que eso no puede ser verdad. Subo para revisar mi celular, entro al chat de familia de parte de mamá y alguien ha mandado una imagen de mi mamá sentada en un muelle de noche con el cielo lleno de estrellas y en la foto dice:

«Y que pase con Marcela también»

p r o c e s o

proceso

Inicialmente tenía la idea fija de que solo quería realizar la pieza artística con pintura. No veía otra opción. Me interesaba mucho el método clásico.

Me enfoqué en investigar sobre el expresionismo, el surrealismo y las estéticas de lo grotesco para conocer cómo estos artistas abordaron el tema de los sueños en sus obras. Indagué acerca de pinturas que recrean atmósferas oníricas particularmente ligadas a las pesadillas y el temor a lo desconocido.

Me parecía pertinente vincular a mi indagación a movimientos como el expresionismo y el surrealismo porque encuentro en ellos antecedentes artísticos importantes por su relación con el inconsciente, con las manifestaciones de lo desconocido, inclusive la muerte; asimismo, por la intensidad como expresaron sensaciones y emociones, primarias y ocultas a través de sus propuestas artísticas.

Encontré animaciones y películas surrealistas.

Con esto me di cuenta que en realidad yo no quería, ni necesitaba intentar representar ningún escenario de mi mundo onírico.

Entonces vi a Bill Viola y en él encontré referencias importantes en cuanto a los temas que explora: la vida y la muerte. Los elementos que utiliza para realizar su obra: el fuego y el agua y el video en cámara lenta.

A medida que avanzaba me fui dando cuenta que debía soltar esa idea y abrirme hacia la mejor (solución u opción).

Además, teniendo en cuenta que estos miedos surgen o se hacen más fuertes, con las películas, sería pertinente seguir por el mismo medio audiovisual. el video me acerca más a lo que busco, que la pintura me permite salir de ese esquema en el que estaba encerrada y explorar en el video, para plantear una propuesta sobre las pesadillas que va más allá de representar las imágenes del mundo onírico y, se acerca más a las emociones y sensaciones que estas pueden producir en una persona.

Este fue un proceso muy largo sobre descubrir y entender de qué se trata todo esto y cómo y qué es lo que quiero hacer. Dejé que las respuestas se fueran poniendo en mi camino desde la

intuición

espontaneidad

exploración

Tampoco necesito hacer una justificación teórica anclada en artistas que hayan tratado estos temas sino una justificación sensible que propicia la creación

Video viene del latín "yo veo".

Como menciona Mauricio Martínez en "El audiovisual entra al museo: orígenes del videoarte en mayo de 2017"

"El video es la realidad vista desde una cámara.

Es una interpretación de la realidad del mundo a través de este lenguaje."

Necesito movimiento

ser yo la que está dentro del velo experimentando físicamente la sensación de ahogo y encierro que me provoca el miedo. Sentir y generar lo que representa para mí el miedo. y a la vez, ser yo quien hace el registro.

la cámara y yo.

la experiencia que se vive haciendo y viendo un video, escuchando un sonido es diferente a la que se vive con la pintura. Es una pantalla con movimiento. Y donde hay movimiento se dirigen los ojos. al igual que pasa con el miedo y con las pesadillas no pueden pasar desapercibidas porque mueven algo internamente.

Las pesadillas parecen ser películas que crea la mente, crea escenarios, narraciones, personajes, diálogos.

fotografía y video

¿Cómo? y ¿por qué?

La fotografía en movimiento me da la posibilidad de jugar con el espacio y el tiempo. Puede decirse que es una imagen del pasado y otra imagen del futuro en una misma imagen y que genera confusión al mezclarse ambas.

La superposición, combina dos o más imágenes o videos para crear una imagen o video nuevo. Igualmente, me permite jugar con dos escenarios diferentes.

A veces estoy sonando que estoy en un lugar y de repente estoy en otro.
A veces intento correr pero me siento pesada y que no puedo avanzar por mas que quiera.

A veces se percibe el tiempo l e n t o

A veces rápido

A veces suceden cosas que ya sucedieron en la vida real y se mezclan con cosas que ni siquiera han pasado.

A veces aparecen imagenes impactantes de repente y así mismo

d e s a p a r e c e n

a veces sin dejar rastro.

Es un juego constante del tiempo y el espacio

de lo real y lo irreal

Acercamiento a la
fotografía.

colores,
texturas,
luces y
a mí.

estar y utilizar mi cuarto,
el espacio en el que ocurren estos
sucesos.

día



luz natural

casero

noche



luz de los postes que
entra por las
cortinas
entreabiertas de mi
cuarto y mi lámpara
azul.

movimiento

iRreal

real



I'm not
breathing



I'm not
sleeping



borroso



blurry

impreciso

twisted

C
O
N
F
U
S
O



VELO

Del lat. velum.

1. m. Cortina o tela que cubre algo.
7. m. Cosa delgada, ligera o flotante, que encubre más o menos la vista de otra.
8. m. Pretexto, disimulación o excusa con que se intenta ocultar, atenuar u oscurecer la verdad.
9. m. Confusión u oscuridad del entendimiento en lo que discurre, que le estorba percibirlo enteramente u ocasiona duda.
10. m. Cosa que encubre o disimula el conocimiento expreso de otra.

correr el velo

1. loc. verb. Manifestar, descubrir algo que estaba oscuro u oculto.

correr, o echar, un velo, o un tupido velo, sobre algo

1. locs. verbs. Callarlo, omitirlo, darlo al olvido, porque no se deba o no convenga hacer mención de ello o recordarlo.

RAE

Teniendo en cuenta las definiciones lexicográficas sobre el velo

miedO = Velo

~~VELO~~ ~~MIEDO~~

El velo surge a partir de reflexionar que
para mí

El miedo es un velo
Una pesadilla es un velo

~~velo~~
El ~~miedo~~ es lo que me separa a mí del exterior, está en el medio, se interpone. Es algo que
está ahí que permite ver lo que está del otro lado pero no con claridad.
No es una barrera real, es una tela que por más grande que sea se puede encontrar la
manera de retirarla.



El miedo acentúa, intensifica

las pesadillas son el efecto del miedo.

n
e
g
r
o

b
l
a
n
c
o

v

e

l

o



frustración

miedo

confusión

Ahogo

agitación

encierro



sonidos lejanos

ruído

e o
c

silencio



azul

agua

inmencidad

profundidad

ahogo

~~perdida~~

desconocido

lejanía

incertidumbre



r o j o

violencia



s a n g r e

d e m
o n i o s

a l e r t a



c r u e l d a d

d
e
s
t
r

u
c
c
i
o
n

v
i
C
e
r
a
l

m
u
e
r
t
e



p e l i g r o



fragmentos del video

rojo

Trabajo
anterior
relacionado
con
las pesadillas
2019

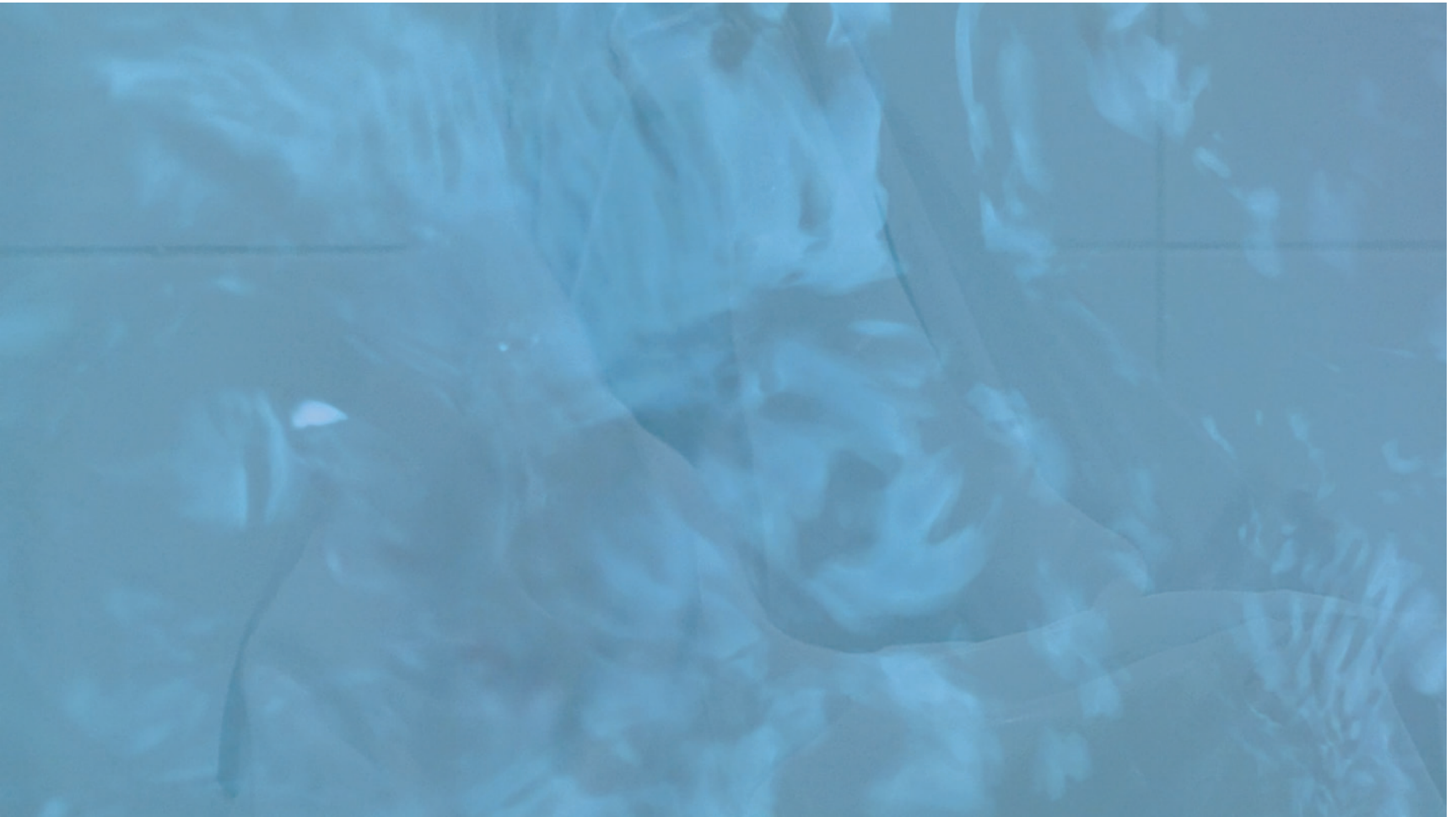


fragmentos
del video









1

1







Es la suma de varias cosas lo que me da miedo

temor al dolor, al sufrimiento, a la ausencia de los otros,
a no saber qué va a pasar, a sentirme incapáz de hacer algo frente
a una situación que no manejo.

Pero todos estos temores se juntan y se resumen en el temor de llegar a la muerte.

todos los seres humanos tenemos miedos
pero, ¿qué se hace con ellos?

El sentir que no puedo controlar algo tan enorme como lo es el fin de mi vida o la de alguien cercano.
a la ausencia de alguien. No volver a ver esa persona, no poder hablar, oler,
abrazar. Es sentirme caer en el vacío.

Porque la persona que muere, se va, no sé adónde, pero los que se quedan,

con tanto ¿qué hacen vacío?
con tanta ausencia?
con tanto silencio?

Mi abuela me decía que cómo se me ocurría temerle a la muerte, si no había nada
tan hermoso como trascender a algo más allá del plano terrenal,
que ese no era nuestro final sino el inicio de una nueva etapa.

Que cuando ella muriera, yo no debía sentir tristeza sino felicidad de saber que ella
también iba a estar feliz.

A mí, con diez años, esta teoría me parecía inconcebible porque sólo podía pensar en
¿cómo no iba a extrañarla y no estar triste por no verla?

Yo no sabía que era tan fuerte el temor que tenía, porque así no lo sentía. Dejé de pensar tanto en la muerte hace ~~bastante~~ tiempo atrás, pero después de vivir una situación de la que no podía tener control, sino incertidumbre y paciencia, se convirtió en un temor casi imposible de controlar y más aún en las noches. (evento 4)

No me dan miedo los cambios, todo lo contrario, porque quieren decir que hay una nueva experiencia, una nueva situación, es el fin de algo pero otra cosa más continúa, hay opciones, se puede elegir.
pero es que con la muerte no hay más opciones, este sí es el fin.

Pero no tiene sentido temerle tanto a algo que es inevitable

Aprendí a convivir con el miedo.

A veces aparece como un velo que me cubre completamente y no me deja ver con claridad o como una nube gigante que no me deja ver más allá de ella o como unos lentes que distorsionan la realidad.

Pero ya sé que por más que me mortifique, la muerte es algo que jamás voy a poder controlar. Y querer hacerlo, lo único que hace es eso, mortificarme, no dejarme hacer lo contrario a la muerte, vivir.

Pensar en la muerte no me sirve de nada.

Lo único que puedo hacer es soltar y llevar mi atención a mi vida, porque ella sí me necesita, ella es real, está pasando en este momento y no la puedo abandonar.

Lo que sí puedo controlar es el miedo.

y pensar que

«La muerte no es contraria a la vida, la muerte es contraria al nacimiento, hace parte de la vida pero no es contraria a ella»

dice Carolina Sanín en un programa radial que escuché.

A veces todavía tengo estas pesadillas, nunca han vuelto a estar tan presentes como antes, pero hacer esta aproximación a través de un medio audiovisual fue liberador.

Jamás pensé en trabajar con video por que me he dedicado mucho más a la pintura, pero no recordaba que el video es algo que me ha acompañado desde mucho antes.

