



Facultad de Arte

Carrera de Licenciatura en Arte

EL ARTE COMO EXPRESIÓN

El Despertar del Monstruo.

PROCESO DE AUTO AYUDA.

Tesis para optar al grado de licenciatura en arte

Javiera Fernanda Maite Leyton Gómez

Profesor Guía: Mag. Víctor Maturana Leighton

Valparaíso Chile. 2022

Dedicatoria

A mi madre que a su vez es mi padre, por ayudarme, apoyarme y siempre estar ahí conmigo en mis momentos difíciles y darme todo lo que siempre he necesitado, gracias a ella soy la persona que soy ahora, gracias por todo el amor y paciencia, por siempre confiar en mí y darme ánimos cuando ni yo misma me lo he podido dar.

Todos mis logros te los debo a ti madre.

“No he tenido lo que siempre he querido.

Pero sí lo que siempre he necesitado”.

Javiera Leyton.

Agradecimientos

A mi madre, mi progenitora, te amo con todo mi corazón.

A Luis que, aunque no sea mi padre biológico, ha logrado suplir ese puesto y se lo ha ganado, con todo mi corazón te digo gracias por todo. Te amo Papá.

A Víctor Maturana mi profesor guía que me ha tenido mucha paciencia y me ha aportado muchos conocimientos esotéricos y muchas risas, gracias.

A Camila Estay que me ha ayudado, apoyado y acompañado durante todo este proceso de amor y odio en la universidad, te amo mucho amiga.

A Eduardo que me ha apoyado y ha tenido mucha fe en mi talento y mis capacidades, te amo mucho.

A mí misma, por nunca rendirme y apoyarme siempre.

A Constanza Moraga que me ha dado ánimos siempre y ha estado para mí cuando ni yo misma lo he estado, te amo mucho hoy y siempre.

A Nicole García por todo el conocimiento que me ha brindado durante estos años de universidad, muchas gracias por tu sabiduría, te deseo todo el amor y bendiciones del universo.

Al universo por todas las bendiciones y siempre conspirar a mi favor.

ÍNDICE:

DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTOS	3
ÍNDICE	4
RESUMEN	6
ABSTRACT	7
INTRODUCCION	8
FUNDAMENTACIÓN	11
CAPITULO I: MARCO TEORICO	13
1.1 DEPRESION	13
1.1.1 Distimia	15
1.1.2 Tipos, causas y trastornos	17
1.2 ROMANTICISMO.....	23
1.2.1 Romanticismo y el Arte	26
1.3 ESPIRITUALIDAD Y DERIVADOS	28
1.4 DEPRESION EN TERMINOS ESPIRITUALES	31
1.5 REFERENTES ARTISTICOS	32
1.5.1 Sarah conti	32
1.5.2 Edvard Munch	34
1.5.3 Francisco de Goya	36

1.5.4 Van Gogh	38
1.6 SIMBOLOGÍAS	40
1.6.1 Cuervo	40
1.6.2 Colibríes	44
1.6.3 Mariposas	46
CAPITULO II: CUERPO DE OBRA: EI DESPERTAR DEL MOSTRUO	49
2.1 PROCESO DE OBRA	49
2.2 CUERPO DE OBRA	52
2.3 OBRAS	53
2.3.1 La pérdida	53
2.3.2 El vacío	59
2.3.3 El despertar	62
CONCLUSIÓN	65
BIBLIOGRAFÍA	66
LINKOGRAFÍA	68

Resumen

El presente proyecto de tesis propone en su contenido una serie de tres obras cerámicas, las cuales nos explican y reflejan la transición de la depresión en tres principales etapas, la pérdida, el vacío y el despertar. Y cómo son romantizadas, una enfermedad y sus facetas, agregando a estas insectos y aves para lograr un mejor entendimiento en su transición y sentir.

A través de estos elementos mencionados, se sostienen diversos procesos técnicos e investigativos cuyo objetivo primordial es apelar al sentir y a la enfermedad que he llevado conmigo durante estos años.

Las obras que aquí se presentan se constituyen en base a diferentes técnicas cerámicas, a vivencias, simbolismos y lenguajes que trascienden la historia, manifestándose visiones personales donde los distintos referentes artísticos y teóricos apoyan en su medida al resultado final.

Palabras claves: Transición, Espiritualidad, Depresión, Simbolismos, Vivencias, Ocultismo, Enfermedad.

Abstract

This thesis project proposes in its content a series of three ceramic works, which explain and reflect the transition from depression in three main stages: loss, emptiness and awakening. And as you are on the road they are romanticized, a disease and its facets, adding to these insects and birds to achieve a better understanding of their transition and feel.

Through these fine elements, various technicians and researchers are supported whose primary objective is to appeal to the feeling and the disease that took me during these years.

The works presented here are constituted based on different ceramic techniques, experiences, symbolisms and languages that transcend history, manifesting personal visions where the different artistic and theoretical references support the final result in their measure.

Keywords: Transition, Spirituality, Depression, Symbolism, Experiences, Occultism, Illness.

Introducción

Este proyecto nace por una inquietud, que está arraigada a una enfermedad “mental” y emocional, la cual va más allá de lo corpóreo, siendo también ésta de lo corporal hacia lo espiritual y lo romántico. Un proceso de muerte que llama a deshabitar el plano físico a partir de la descomposición de un mismo factor que es la depresión, en búsqueda de una simbiosis con el cuerpo “enfermo” y lo que conlleva estar en este estado, pero también comprendiendo la fragilidad emocional que lo llevan a desintegrarse y buscar métodos de sanación, un proceso de muerte y reencarnación, en búsqueda de un mismo fin que es la sanación a través de un llamado desesperado al vivir.

Esta enfermedad mental-emocional es la depresión, esta ha estado a lo largo de los años tanto en niños como en adultos, afectando a ambos sexos, esta es una alteración primaria de las emociones cuyos rasgos más sobresalientes reflejan la inhibición y deterioro funcional.

La depresión es comúnmente conocida como una enfermedad física, pero también lo es mental y espiritual, hay muchas variaciones de la depresión tanto sintomáticas como asintomáticas, también conlleva a trastornos bipolares, obsesivos compulsivos, enfermedades físicas, trastornos del sueño, trastornos de alimentación, etc.

Estos sentimientos depresivos llevan una gran carga emocional y pueden llegar a ser tan extremos que la mayoría de las veces llevan a daño físico o incluso la muerte.

Durante la historia, las mujeres han sido el mayor exponente en casos de depresión, por trabajo, relaciones afectivas o incluso por el ambiente familiar, estas son más propensas a sufrir depresión que los hombres, sin embargo, la

manera en la que la depresión es comprendida, interpretada y estudiada varía entre culturas y generaciones, en algunas culturas no existe la palabra depresión y en otras que esa misma palabra sintetiza muchas emociones.

La depresión comúnmente es romantizada como muchas de otras enfermedades, es vista como algo misterioso, de carácter romántico, es considerado como algo genial y se le resta importancia como lo que realmente es, una enfermedad mental y severa. La necesidad de romantizar cada cosa que nos afecta en la vida, como la pobreza o la muerte, en las películas antiguas era muy común ver a la mujer delirante en blanco y negro recostada en su cama descansando con su ramo de flores, con matices de nostalgia, belleza y gloria, otro ejemplo de esto es romantizar la pobreza, diciendo que la gente pobre es humilde y buena, que no se necesita tener tanto para ser feliz y que es mejor ser pobre y feliz que rico y miserable. En las canciones cuando se plasma un escenario depresivo se utilizan elementos que nos causan nostalgia, tristeza o disfrazan con la parafernalia correcta, como por ejemplo un piano, las rosas, el atardecer, la melodía triste, la letra depresiva, los colores opacos, etc.

Una de las principales plataformas que ha ayudado a romantizar la depresión son las redes sociales, Instagram, Facebook, YouTube, las principales plataformas de internet, que nos muestran constantemente que lo malo no es tan malo o que las enfermedades no son tan graves.

El romanticismo toma esta connotación y fuerza en el siglo XIX gracias a los movimientos artísticos de la época, este también se denomina de esta manera por tener la cualidad de ser romántico o de cierta sentimentalidad que poseen los amantes, no es lo mismo el romanticismo como sentimiento a Romanticismo como movimiento artístico, pero ambos se unen por su expresividad y significado romántico.

La depresión como anteriormente mencioné al comienzo de este escrito no es sólo emocional o física, también es espiritual. La mente funciona como un todo, si se enferma la mente se enferman las emociones y cuando enferma el espíritu es cuando enferma el cuerpo, según la espiritualidad el cuerpo está conformado por

siete chakras que van desde nuestros pies hasta la cabeza, cuando nos da depresión, los chakras se obstruyen y a su vez obstruyen el funcionamiento del cuerpo ya que estos se extienden por todo nuestro cuerpo y hacen funcionar todos nuestros órganos, según las enseñanzas de mi familia y mi propia experiencia, la depresión es la consecuencia de la falta de espiritualidad, es un grito desesperado del ser, de la propia esencia de vida, un grito del alma pidiendo socorro, que lo rescaten, que lo escuchen para poder volver a ser un todo con el universo, con el cuerpo, las enfermedades nos revelan las carencias que tiene el cuerpo, la mente o el espíritu.

A lo largo de los siglos, la espiritualidad se ha visto como un chiste, como algo a lo que recurren los hippies o la gente que está desesperada por creer en algo y son tratados como gente religiosa y la verdad es que lo espiritual no debiese ser temido o menospreciado, es como cualquier otra terapia o ayuda. Hay gente que nace conectada con el mundo espiritual y otra que se conecta a ella con los años o dependiendo de las experiencias vividas, lo cierto es que lo espiritual es otro órgano, otro motor de nuestras vidas, el paganismo, el ocultismo, las religiones como la Wicca, las brujas y sus derivados son parte de ella. La espiritualidad tiene el mismo peso en nuestro ser como la depresión, la tristeza o el cáncer, que no lo logremos percibir o que no sea tangible no significa que no esté allí.

Por ello a través de esta investigación lo que busco es poder comprender y entrelazar cada uno de mis proyectos y retratarse en una serie de obras, para lograr transmitir el proceso doloroso de vivir con un trastorno y utilizarlo para sanar.

Fundamentación

Durante algunos años he sufrido de DISTIMIA, este es un trastorno depresivo persistente la cual surgió por un quiebre amoroso en el que sufrí mucho, no comía, no dormía bien y comencé a no salir de mi casa ni de mi habitación, esto me trajo muchos problemas para seguir con mis estudios y me alejé incluso de mi familia, estuve con psicóloga y medicamentos, al paso de dos meses de empezar con el tratamiento logré comer, hablar y salir de mi habitación.

Una de las cosas que me ayudaron en gran parte a salir de esta depresión que me consumía como un cáncer por dentro, fue el esoterismo, esto surgió por una charla que tuve con mi mentora, mi madre, en la cual ella me contaba sobre nuestra familia y nuestros dotes “mágicos”, el abuelo de mi madre era un gran brujo y su esposa era una mujer de buena familia, adinerada y de una muy buena posición económica y de poder, por consiguiente la desheredaron por el hecho de casarse con el abuelo de mi madre. Las historias cuentan que ellos vivían en el campo donde transcurren la mayoría de los relatos, él podía ver la maldad de la gente, curar enfermedades, prevenir las envidias, etc.

Cuenta que una vez atrapó un tue tue (criatura con cuerpo de ave y cara humana)



estos son brujos que dejan su cuerpo para emprender viaje y dañar a la gente o espiarla. Lo atrapó en una jaula y lo dejó en el patio de su casa en donde un señor los visitaba a diario y le pedía que le regalara el pájaro.

Este es uno de los tantos relatos de mi familia, mi madre a su vez heredó este don, pero de otra manera, ella puede ver personas que están enfermas de algún mal con solo ver su fotografía se puede saber cómo es la persona, sus penas, sus dolores, su temperamento, qué es lo que los apena, si alguien los acompaña desde el más allá, etc., también saben cómo leer las líneas de las manos (saber el futuro o la vida de esta) y saber cómo fue, es y será tu vida, ve espíritus de forma distorsionada y hace reiki Usui, una técnica de sanación con las manos como lo hacía Jesús de Nazaret.

A su vez pude heredar esos dones esotéricos, puedo leer las fotografías, leer las cartas, leer el péndulo, hacer amuletos, hablar con guías espirituales o los bien conocidos “ángeles”, interpreto sueños, saco males, hablo y veo con gente que ya no está en este plano espiritual, leo las velas y muchas cosas más. Puedo decir que heredé mucho más que mi madre y esto a su vez me ayudó a seguir adelante, siempre me ha interesado el esoterismo, el ocultismo y el paganismo o sus derivados, es parte de mi familia y de mí, cuando enfermé logré sanar con el legado de mi familia y pude entender de una manera distinta la depresión o la

distimia, a pesar de que estas son diferentes tienen un común, que es la enfermedad, son derivados y los convierte en iguales, esto lo quise llevar a mi proyecto de tesis, el arte me ha ayudado a transmitir y plasmar mis sentires, mis dolores y alegrías, transformándose en mi Arte se sanación o mejor dicho, Arte terapia.

Capítulo 1: Marco teórico

1.1 DEPRESIÓN

El término “depresión” surgió a mediados del siglo XIX, para referirse a una alteración primaria de las emociones cuyos rasgos más sobresalientes reflejaban menoscabo, inhibición y deterioro funcional.

La depresión es entendida como una entidad homogénea. Dada su orientación eminentemente “sintomática”, donde muchos aspectos psicopatológicos dejan de ser considerados. Estos se dividen en diferentes expresiones, por ejemplo, la depresión melancólica, atípica y psicótica; la depresión bipolar; subtipos como la depresión estacional o con predominio de síntomas somáticos, crisis de pánico o síntomas obsesivos; la depresión que acompaña a enfermedades físicas y, por último, la pseudodemencia depresiva.

Los sentimientos depresivos de tristeza pueden ser experimentados por todas las personas, tanto jóvenes, adultos o niños y forman parte de las manifestaciones afectivas normales frente al duelo y la pérdida. Sin embargo, la manera en que la depresión es entendida, interpretada, discutida, comunicada y tratada, varía entre una cultura y otra. Por ejemplo, en algunas lenguas del sudeste asiático no existe un equivalente a la palabra “deprimido”, mientras que en países como Nigeria se utiliza sólo una palabra para designar la depresión, la ansiedad y la rabia.

Hoy en algunos lugares o familias, sigue siendo un tabú hablar de los problemas mentales o incluso suele darse el atrevimiento de romantizar estos trastornos, esto se da más en la edad de adolescencia. La depresión es una enfermedad muy grave a la que, sin embargo, no se le da suficiente importancia, a veces se frivoliza e incluso se pretende acallar. Muchas personas que la sufren se sienten incomprendidas o, peor aún, culpables de sufrir un mal del que no parece posible escapar. No siempre es posible evitarla, incluso con los mejores esfuerzos y

estrategias. Desgraciadamente vivimos en un mundo en el que parece muy difícil no sentir ansiedad, tanto por las redes sociales, el entorno de trabajo, las relaciones familiares, etc.

TRISTEZA	DEPRESIÓN
<ul style="list-style-type: none">• Aparece sólo algunos días o de forma intermitente.• Reconozco un motivo que la genera.• Me permite continuar con mi rutina habitual.• Puedo comprender que en algún momento me sentiré mejor.	<ul style="list-style-type: none">• Los síntomas permanecen al menos durante dos semanas.• No comprendo bien por qué me siento así.• Tengo imposibilidad de mantener mi rutina habitual.• No puedo imaginar un futuro mejor.

“La depresión parece ser una de las primeras enfermedades mentales que fueron descritas en la historia de la humanidad. La esquizofrenia probablemente recién pudo ser pesquisada en los escritos de Shakespeare, lo que hemos atribuido a que recién el hombre estimulado por la revolución Científica pudo pensar sobre sus pensamientos anormales. En cambio, la depresión y la enfermedad maniaco-depresiva aparecen en

relatos que proceden por siglos y milenios a aquellos sugerentes de esquizofrenia, tal vez porque la alteración del ánimo, la tristeza o la exaltación eufórica son experiencias más fáciles de comprender, más cerca del <dolor humano>. Relatos muy antiguos ser aquellos que aparecen en el Libro Samuel a cerca de la locura de Saúl y la Nabucodonosor en el Libro de Daniel, ejemplos de la exaltación maniaca y tristeza depresiva”

*Libro Depresión guías para el paciente y la familia,
Pedro Retamal C. 1998, Editorial Universitaria, S.A.*

La depresión afecta de diferentes maneras en las mujeres, en la menopausia, parto, menstruación o vejez, como lo dicta el doctor Luis San Molina y la doctora Belén Arranz Martín en su libro “El médico en casa, comprender la depresión” Editorial Amat, S.L. Barcelona. 2010.

“Los niveles de estrógeno y progesterona varían durante el ciclo menstrual. La producción de progesterona alcanza sus niveles máximos 10 días antes de la menstruación y luego disminuye. Esta variación en los niveles de progesterona parece ser una de las causas del trastorno disfórico premenstrual, es decir una alteración del ánimo que empieza unos días antes de la menstruación y finaliza con esta. Algunos síntomas de este trastorno no disfórico premenstrual son distensión y molestias abdominales, ansiedad y tristeza.”

1.1.1 DISTIMIA

Ésta es una forma prolongada de depresión leve caracterizada por una perspectiva persistentemente sombría, dura de manera común por lo menos dos años, y algunas veces más de cinco años.

La distimia puede interferir con el trabajo y la vida social; de hecho, muchas personas con este trastorno se aíslan socialmente y son menos productivas. Se tiene un riesgo mayor de desarrollar depresión mayor si se padece distimia.

Los signos y síntomas de la distimia son como los de la depresión mayor pero no tan intensos y la persona puede o no presentar estos síntomas.

Algunos de ellos son:

1º-Dificultad para concentrarse o tomar decisiones Aislamiento social

2º-Irritabilidad Inquietud o lentitud

3º- Problemas del sueño Pérdida o aumento de peso

Algunas personas con distimia recuerdan haber tenido sentimientos de depresión en la infancia o adolescencia. Algunas desarrollan distimia después de los 50 años, muchas veces después de una enfermedad.

La distimia es una forma de depresión crónica leve, continua y persistente. Este tipo de trastorno tiene unos síntomas menos severos que la depresión, pero suelen ser mucho más persistentes y prolongarse en el tiempo hasta volverse crónicos.

Este trastorno depresivo persistente, que disminuye la serotonina, se caracteriza por una serie de síntomas vegetativos o somáticos como despertar horas antes de lo habitual.

Este también es conocido como un trastorno de la afectividad.

Debido a lo discretos que son los síntomas, las personas con esta condición suelen tener más problemas que aquellas con episodios depresivos para que su entorno los entienda y ayude, por lo que se pueden llegar a sentir incomprendidas. Por eso, si notas que alguna persona de tu alrededor está mínimamente triste.

El trastorno distímico es psicógeno, es decir, que es un trastorno producido por factores psicológicos o emocionales. Es importante que esta enfermedad la vea un especialista médico (Psicólogo).

Cabe destacar que la distimia puede ser un trastorno de la afectividad por trastorno adaptativo, es decir, un trastorno del estado de ánimo que aparece debido a una vivencia muy estresante, como una infidelidad, problemas con la pareja o la jubilación (hay personas que no consiguen adaptarse a alguna de las etapas de la vida).

DEPRESIÓN	DISTIMIA
Dos semanas	Dos meses
Episodios en otros trastornos	No aparece en otros trastornos
Puede haber estacionalidad	No se especifica estacionalidad
5 o más síntomas	2 o más síntomas
<ul style="list-style-type: none"> • Estado de ánimo deprimido • Disminución del interés o placer • Pérdida de peso. • Insomnio o hipersomnia • Agitación o retraso psicomotor • Fatiga o pérdida de energía • Sentimiento de inutilidad o culpabilidad • Disminución de la capacidad para pensar o concentrarse • Pensamientos de muerte 	<ul style="list-style-type: none"> • Estado de ánimo deprimido • Poco apetito o sobrealimentación • Insomnio o hipersomnia • Poca energía o fatiga • Baja autoestima • Falta de concentración o dificultad para tomar decisiones • Sentimientos de desesperanza
Intensidad mayor	Intensidad menor

“La concepción moderna de los trastornos afectivos deriva de los conceptos de los antiguos griegos. Estos conceptos se han desarrollado a lo largo de los siglos y, junto a aportaciones esenciales como las de Kraepelin, Freud y Schneider, son la base fundamental de la evolución de la psiquiatría. De los trastornos afectivos, la distimia es uno de los menos estudiados, aunque paradójicamente es la entidad que mayor impacto negativo tiene en la calidad de vida de las personas.

El trastorno distímico es una forma crónica e incapacitante de depresión, con una prevalencia significativa que aumenta los riesgos de padecer trastorno depresivo mayor. Está asociada a dificultades sociales, laborales, familiares y elevada comorbilidad, por lo que es necesario identificarla oportunamente y tratarla adecuadamente. Por otra parte, se ha observado que los pacientes que se recuperan de la distimia tienen un alto riesgo de recaer, lo que resalta la importancia de desarrollar estrategias de tratamiento a largo plazo.

Respecto al tratamiento de la distimia, algunos estudios muestran que un 50-60 % de los pacientes responden a antidepresivos; de ellos, se ha comprobado la eficacia de los antidepresivos tricíclicos, los IMAO y los ISRS. Actualmente, el tratamiento que se considera más eficaz es la combinación de farmacoterapia y psicoterapia 9.

El paciente distímico prototípico se queja de estar deprimido «desde que nació», por lo que surge la disyuntiva acerca de si la distimia pertenece al dominio afectivo o al de los trastornos de personalidad. Por esta razón, actualmente la distimia ocupa una posición un tanto ambigua dentro del DSM-IV; se clasifica dentro de los trastornos del afecto en el eje I, así como en el apéndice B, como una propuesta de trastorno de personalidad depresiva. Sin embargo, se necesita más investigación acerca de los rasgos de la personalidad depresiva y de cómo esta interfiere con aspectos del funcionamiento normal, además de identificar su contribución potencial al ánimo deprimido crónico y a la aparición de episodios depresivos mayores, lo que contribuirá a comprender mejor la interrelación entre el afecto y la personalidad.»

Artículo “La distimia en el contexto clínico, Miriam E. Jimenez-Maldonado, Gesa B. Gallardo-Moreno, Teresita Villaseñor-Cabrera y Andrés A. Gonzalez-Garrido. 2012

1.1.2 TIPOS, CAUSAS Y TRASTORNOS

Para hablar de los tipos de depresión se necesitan estudios, y para ello he decidido aceptar la clasificación de Kramlinger¹ (2002), por estar más de acuerdo se debe tomar en cuenta que. Este autor para hacer la categorización toma la duración y severidad de los síntomas y las circunstancias asociadas a cada uno de estos, y la divide en la siguiente forma:

1. Depresión mayor Distimia
2. Trastornos de adaptación
3. Trastornos bipolares

Los trastornos de adaptación preceden a menudo a la depresión mayor. Por lo regular después de una pérdida o debido a un evento muy estresante. Es perfectamente comprensible sentirse tenso, triste, abrumado o enojado. De modo eventual, la mayoría de la gente se adapta a las consecuencias estresantes de la vida, pero algunas no. Esto se conoce como trastorno de adaptación, cuando la respuesta a un evento o situación estresante causa signos y síntomas de

depresión, pero éstos no son lo suficientemente intensos como para cumplir los criterios de depresión mayor.

Los médicos utilizan los siguientes criterios para diagnosticar un trastorno de adaptación:

- Síntomas emocionales o de comportamiento en respuesta a un evento identificable que ha ocurrido en los últimos tres meses.
- La respuesta al evento excede de la reacción que normalmente se esperaría. Los síntomas no se deben únicamente a aflicción o desamparo.

Además de identificar el tipo de depresión, se debe considerar la seriedad de la enfermedad y el patrón de síntomas, ya que esto ayuda a detectar la forma más eficaz de tratamiento. Existen varios subtipos de depresión, algunos de ellos ocurren con frecuencia, otros son raros.

- Depresión leve a seria

La depresión mayor puede oscilar entre leve y seria. La depresión leve implica síntomas que no son tan intensos y que interfieren mínimamente en la vida diaria y en las relaciones. La depresión moderada incluye síntomas más intensos y más alteraciones en el trabajo, escuela, familia y relaciones. La depresión seria implica un gran número de síntomas depresivos y una interferencia significativa en las actividades diarias. En casos extremos, la gente con depresión seria puede no ser capaz de trabajar o de cuidarse a sí misma (Gasto, Vallejo y Menchón, 1993).

Otra clasificación de este trastorno del estado de ánimo es la expuesta por Cardona-Pescador (1990), que menciona los siguientes tipos:

- Depresión suicida

Ésta se refiere a síntomas tan graves que un individuo piensa con frecuencia en suicidarse o hace un intento de suicidio.

- Depresión aguda o crónica

Si los síntomas duran un periodo corto, claramente definido, la depresión es llamada aguda. Si los síntomas han estado presentes más de seis meses, se le considera crónica.

- Episodio único o depresión recurrente.

Un episodio único de depresión significa que no tiene historia previa de depresión. Como su nombre lo identifica, la depresión recurrente se refiere a más de un episodio de esta.

- Depresión posparto.

Muchas mujeres presentan sentimientos temporales de tristeza después del parto. La llamada tristeza del bebé tiende a disminuir de manera gradual y por lo general no requiere tratamiento.

Por otro lado, Blazer, Kessier, Mc. Gonagle y Swartz (1994), mencionan que la depresión puede estar relacionada con el cambio de estaciones. Y que esto se debe a la disminución de la luz del sol, ya que esto ocasiona aumento de los niveles de melatonina del cerebro, hormona que controla el estado de ánimo que se produce normalmente durante la oscuridad. Observándose que en países

donde el invierno dura más este trastorno se presenta con mayor frecuencia, apareciendo los cambios en el estado de ánimo a finales de otoño mejorando con la primavera.

Estos mismos autores señalan que la depresión relacionada con el cambio de estación es cuatro veces más frecuente en mujeres que en hombres. La edad promedio de comienzo de la enfermedad es 23 años, y el riesgo disminuye al avanzar la edad.

Pasando a otro aspecto, tradicionalmente se ha considerado a la depresión como un estado al cual son más propensas las mujeres, ya que se ha insistido en asociar varios factores con esta afirmación, pero también investigaciones recientes han determinado que la mujer experimenta más altos niveles de depresión que el hombre debido a factores biológicos, psicológicos y sociales (Sprock y Yoder, 1997). Sea cual fuere la perspectiva, no hay espacio para dudar de lo importante que es conocer cuáles de estos factores tienen mayor efecto sobre la depresión en las mujeres.

Segun un studio de Mayo Clinic (1998-2021 Mayo Foundation for Medical Education and Research (MFMER). All rights reserved).

Se desconoce a causa exacta de la depresión. Al igual que con muchos trastornos mentales, estos pueden verse afectados por diversos factores, como:

Diferencias biológicas: Las personas con depresión tienen cambios físicos en el cerebro. La importancia de estos cambios aún es incierta, pero con el tiempo pueden ayudar a identificar las causas.

- Química del cerebro: Los neurotransmisores son sustancias químicas que se encuentran naturalmente en el cerebro y que probablemente desempeñan un rol en la depresión. Las investigaciones recientes indican

que los cambios en la función y el efecto de estos neurotransmisores, y cómo interactúan con los neuro circuitos involucrados en mantener la estabilidad del estado de ánimo pueden tener un rol importante en la depresión y su tratamiento.

- **Hormonas:** Es posible que los cambios en el equilibrio hormonal del cuerpo tengan un rol al causar o desencadenar la depresión. Los cambios hormonales pueden presentarse en el embarazo y durante las semanas o meses después del parto (posparto), y por problemas de tiroides, menopausia u otros trastornos.
- **Rasgos hereditarios:** La depresión es más frecuente en las personas cuyos parientes consanguíneos también tienen este trastorno.

En la depresión, es curioso que a menudo esta se transmite de padres a hijos. Esto puede deberse a los genes, comportamientos aprendidos en el hogar o a su entorno. La depresión puede ser desencadenada por un hecho estresante o infeliz en la vida. Frecuentemente, se trata de una combinación de estos factores.

Muchos factores pueden causar depresión, tales como:

- 1º- Alcoholismo o consumo de drogas
- 2º- Afecciones médicas, como cáncer o dolor (crónico) a largo plazo
- 3º- Situaciones o hechos estresantes en la vida, como pérdida de trabajo, divorcio o fallecimiento de un cónyuge u otro miembro de la familia
- 4º- Aislamiento social (una causa común de depresión en adultos mayores)

Los síntomas de depresión incluyen:

- Estado de ánimo irritable o bajo la mayoría de las veces
- Dificultad para conciliar el sueño o exceso de sueño
- Cambio grande en el apetito, a menudo con aumento o pérdida de peso
- Cansancio y falta de energía
- Sentimientos de inutilidad, odio a sí mismo y culpa
- Dificultad para concentrarse
- Movimientos lentos o rápidos
- Inactividad y retraimiento de las actividades usuales

Sentimientos de desesperanza o abandono, pensamientos repetitivos de muerte o suicidio, pérdida de placer en actividades que suelen hacerlo feliz, incluso la actividad sexual

Tiene consecuencias en el sistema digestivo, pues afecta el apetito. Una persona con depresión puede comer compulsivamente, lo que ocasiona sobrepeso, diabetes tipo 2, hipertensión, etc. Otros, por el contrario, dejan de alimentarse, lo que provoca enfermedades por mala nutrición.

Afecta el sistema cardiovascular. La depresión causa estrés y ansiedad, lo que aumenta el ritmo cardíaco y ocasiona problemas en los vasos sanguíneos. Existe riesgo de desarrollar problemas al corazón.

El sistema nervioso es uno de los que más impacto sufre. Las personas con depresión se sienten cansadas, irritadas, con problemas para dormir y falta de ganas para realizar sus actividades diarias.

Como consecuencia del punto anterior, la persona puede descuidar su aspecto y aseo personal, su vida profesional y familiar. Esto a su vez aumenta la depresión.

El estrés también es una consecuencia, el cual afecta a la persona provocando dolores de cabeza, dolores musculares y más.

1.2 ROMANTICISMO

El término Romanticismo se conoce como el movimiento cultural el cual se desarrolló desde las últimas décadas del siglo XVIII y que se prolongó durante buena parte del siglo XIX. Surgió principalmente en Alemania, el Reino Unido y Francia, y de allí se extendió a otros países de Europa y América.

Esta corriente artística se caracterizó por la exaltación de la libertad, la individualidad, la subjetividad y la sentimentalidad, frente a la objetividad y el racionalismo del pensamiento de la Ilustración, además de un fuerte rechazo a la tradición clásica proveniente del Neoclasicismo.

Se expresó en distintos campos de la actividad humana, no solo en el arte, con la música, la literatura y la pintura, principalmente, sino también en el campo de la política y las ideas, con el liberalismo.

Por otro lado, como romanticismo también se denomina la cualidad de romántico o cierta sentimentalidad excesiva característica de los amantes.

Cuando la palabra se usa para referirse al periodo histórico y al movimiento cultural, debe escribirse en mayúscula.

Esta se caracteriza por ser un movimiento cultural que se opone a la lógica y al racionalismo impuesto en la Ilustración. En este sentido, el romanticismo defiende la libertad por sobre todas las cosas, tanto en lo emocional, social, político y económico rescatando así el nacionalismo (folclore) e introduciendo el liberalismo.

Las expresiones artísticas del Romanticismo tienen componentes que muestran una perspectiva subjetiva llena de emocionalidad y provocación.

El Romanticismo se propuso encontrar un equilibrio inteligente entre la sensibilidad y el entendimiento, entre lo interior y lo exterior, y por ello adquirió, desde su aparición, un sentido paradójico al impulsar diversas maneras de pensar, algunas veces tradicionalistas y otras veces en alianza con corrientes progresistas. Asimismo, puso especial atención en el sentimiento religioso (más allá de lo institucional), mostrando su preferencia por el misterio, lo sugestivo, lo velado de la realidad, y su predilección por el pasado, especialmente, la Edad Media, donde el romántico buscó la posibilidad de encontrar elementos de una sociedad justa y nociones universalmente válidas sobre el bien y el conocimiento verdadero.

Este surgió como un movimiento que impulsaba a las personas a buscar un sentido propio a sus vidas a través de la soledad, la quietud de ánimo y la ensoñación, sin que ello significara la incomunicación o la indiferencia a todo lo que no era uno mismo, pues se trataba de una reflexión sobre nuestra propia condición humana que es en el fondo toda filosofía; es decir, un empeño de estar mejor con nosotros mismos, con los demás y, por consiguiente, con el entorno que nos rodea. Se trataba de un intento de analizar en las personas aquellos rasgos que las convierten en algo más que un yo pensante y racional.

Rápidamente se posesionó del sentimiento humano hasta adquirir el poder de darle sentido a la vida, y situarse más allá de una simple acepción conceptual, porque pasó a ser considerado en el ámbito de dos perspectivas históricas: por un lado, lo refieren a una etapa histórica determinada, la cual se extiende entre 1780 y 1830, especialmente en Alemania, en ese lapso se vivió con gran intensidad; pero, por otro lado, por su complejidad desbordó estos límites, pues, sus características esenciales sobrepasaron en mucho el mero hecho de ser un movimiento cultural e histórico de efímera duración para situarse en una constante histórica y presentarse como un fenómeno catalogado por Peyre, como un movimiento "eterno", ya que por sus rasgos característicos resultaba difícil encerrarlo en un contexto histórico concreto. Ciertamente, a pesar de ser un acontecimiento fundamentalmente europeo, ha podido penetrar el alma humana hasta en los más recónditos lugares del planeta.

1.2.1 ROMANTICISMO Y EL ARTE.

El romanticismo es un término que puede ser empleado de distintas maneras, este puede tratarse de aquel o aquello que es romántico (que expresa o comparte sus sentimiento o ideales) y también a la connotación que se le da a algo o alguien.

Esta corriente, la que busco visualizar, va dirigida a la depresión de forma romántica, la acción de romantizar la idea de estar perpetuamente triste o no ser capaz de funcionar como una persona “normal”. Según analiza Shannon Heckt en *The Odyssey*, de forma crítica, nos da pie a entender que la depresión en las redes sociales, en la música y en el arte (películas) es visto con normalidad y de forma romántica la depresión. Una cita que propone Shannon es que. - “estas

personas no comprenden lo que es estar triste durante días o meses. La gente que lleva camisetas que dicen 'demasiada ansiedad para la vida' no saben que no es gracioso temblar de miedo por cosas ilógicas y que no es excéntrico estar demasiado triste para salir de la cama”

La gente hoy en día tiende a romantizar el dolor, las enfermedades y las situaciones difíciles de la vida para no sentirse de manera despectiva y miserable con sus propias vidas o situaciones actuales de vida, nos han enseñado de pequeños a romantizar las cosas, (es que él me golpea porque así demuestra su amor, en realidad no quiere tratarme así) o (el dinero que tenemos es poco pero somos gente humilde), no hay que romantizar las cosas para disfrazar las verdades, en cierto ámbito es una enfermedad más la cual debemos afrontar como sociedad.

El romanticismo en el arte, como en la literatura, comparten las mismas características de predilección por la individualidad, la subjetividad y la exaltación de los sentimientos, la libertad, lo exótico y lo sobrenatural.

En este sentido, las pinturas del romanticismo se caracterizan por oponerse a la estética objetiva del neoclasicismo rescatando el patriotismo y la sabiduría popular de la edad media. Además, tienen una fuerte preferencia por lo diferente, lo excéntrico, lo oscuro y exaltado por, sobre todo, la libertad individual, política y artística.

Algunos de los artistas más reconocidos del romanticismo son:

El español Francisco de Goya (1746-1828)

El inglés William Blake (1757-1827)

El francés Eugene Delacroix (1798-1863).

1.3 Espiritualidad y derivados

La espiritualidad es un aspecto esencial del ser humano. Es una vida interior, algo que no es mente y cuerpo sino espíritu. Es algo más amplio que una religión, un proceso dinámico mediante el cual las personas encontramos trascendencia, un sentido final a la vida ... a nuestro ser interior.

La espiritualidad es algo más profundo de la psicología de la personalidad de cada uno, es nuestro santuario interior donde el reconocimiento de uno mismo va más allá de la reflexión analítica y se abre a la confrontación metafísica y teológica con

el Abismo de lo desconocido, ya presente, al «que es más íntimo a nosotros que nosotros mismos». Thomas Merton. La oración contemplativa

Esta nos habla del ser interior que se conecta con un todo y ese todo es el universo, como uno con el universo, una complicada red que conecta a todo ser viviente e inerte, nacemos del aliento del creador el cual es vida, se dice que es nuestra alma y que al morir esta vuelve al creador, según la ciencia esto se manifiesta de otra manera, se dice que estamos hechos de materia y que esta no se crea ni se destruye, solo se transforma.

La verdad es que todos nacemos y morimos, nuestra esencia vital se vuelve uno con el universo, estando en vida tenemos el “poder” de transferir energía a animales, personas, objetos, etc. Estamos hechos de energía y el universo es el proveedor más grande de energía, podemos dar o quitar, cuando alguien está triste y le damos un abrazo, esta energía se transmite, ya sea de felicidad, tristeza u odio. La espiritualidad nos habla de ello, somos seres que producen y transmiten, todos tenemos nuestra espiritualidad abierta y disponible para usar, pero no todos la quieren o le toman la importancia que debería tener.

Ocultismo y esoterismo no son sinónimos, aunque las formas coloquiales los usen de esa manera. Esoterismo es la categoría más general para referirse a saberes basados en un conjunto de textos de religiosidad helenística (por ejemplo: gnosticismo, hermetismo, neoplatonismo...) de los primeros siglos antes y después de nuestra era, reunidos a inicios del Renacimiento en Italia y leídos como partes de un todo homogéneo (tras siglos de cohabitación con las tres religiones abrahámicas, de una de las cuales, la judía, recibirá el aporte cabalístico). Estos diferentes discursos fueron vistos como mutuamente complementarios, por lo que importó la búsqueda de denominadores comunes entre ellos. Se comenzó a hablar de *prisca theologia*, de *philosophia occulta*, de *philosophia perennis*, de una estructura básica compartida por esas diversas expresiones religiosas, arraigada en las características propias de lo sagrado. La diversidad histórica de las religiones no lograba ocultar la simetría de los arquetipos.

El paganismo se entiende la práctica de religiones politeístas que no son aceptadas por el cristianismo, el judaísmo y el Islam. Originalmente, el término pagano proviene del latín “paganus” que quiere decir ‘habitante del campo o aldea’.

La aplicación del término “paganismo” a las prácticas religiosas politeístas se relaciona con la oficialización del cristianismo, religión que se estableció formalmente en el siglo IV con la proclamación del Edicto de Tesalónica del emperador Teodosio.

Cuando el cristianismo se oficializó, fue rápidamente incorporado a los centros urbanos del imperio. Sin embargo, su expansión a las zonas más remotas del campo tomó más tiempo, de modo que practicaban el politeísmo paralelamente a lo que ocurría en los centros políticos.

Así, poco a poco se fue identificando el término “pagano” (campesino) con la opción religiosa, hasta que, finalmente, “paganismo” pasó a significar la práctica de religiones casi siempre politeístas, tenidas por falsas. En el caso de que una religión monoteísta fuera considerada pagana, esto se debía al hecho de no responder a ninguno de los libros de las religiones abrahámicas.

Desde un punto de vista cristiano, los paganos se caracterizan como aquellos que están atrapados en cualquier ceremonia religiosa, acto o práctica que no es netamente cristiana. En consecuencia, los judíos y los musulmanes también usan el término paganos para describir a aquellos que están fuera de su religión. Otros definen el término paganismo a cualquier religión fuera del budismo, hinduismo, judaísmo y cristianismo; mientras que algunos afirman que un pagano es alguien que no tiene ninguna religión.

El paganismo puede hacer referencia al politeísmo o la adoración de más de un dios, como en la antigua Roma. Un pagano también se considera a alguien que, en su mayor parte no tiene ninguna religión y disfruta de placeres mundanos y posesiones materiales; alguien que disfruta de los placeres sensuales; un hedonista o un individuo auto indulgente. Otro término más moderno es el neopaganismo, que se refiere a algunas de las formas contemporáneas del paganismo como Wicca, Druidry y Gwyddon.

1.4 Depresión en términos espirituales

La vida espiritual, pues, contribuye a sobrellevar la depresión, ayudando al enfermo a comprender, por ejemplo, que la enfermedad tiene un “tempo” con el que hay que contar: conviene no impacientarse, vivir al día sujetándose al plan previsto. Muchas veces el propio dolor se atenúa –incluso se olvida–, cuando hay un ‘alguien’ (familia, trabajo, etc.) al que nos entregamos. Para mejorar, es necesario que el enfermo intente no pensar en sí mismo. Que procure controlar la imaginación y no agobiarse por el futuro; vivir con la esperanza puesta en Dios que es su Padre y aplicar en su situación el buen humor (reírse de sí mismo y con los demás: salir de sí) de que sea capaz. Estas circunstancias deben llevarle a estar más cerca de Dios.

Abdu I-Bahá

“Las personas que no sufren no alcanzan la perfección. La planta más podada por los jardineros es la que, al llegar el verano, tendrá los capullos más bellos y los frutos más abundantes”

Pero ¿qué pasa si nos centramos en una luz diferente sobre la depresión? ¿Qué pasa si la depresión temporal es la oscuridad de la oruga en el capullo? ¿O la semilla plantada en la oscuridad de la tierra? ¿Qué pasa si una caída se convierte realmente en un avance? Se podría argumentar, como hacen muchos profesionales de la salud mental y los investigadores, que la tristeza, el dolor y la depresión temporales realmente contribuyen al crecimiento y desarrollo espiritual.

Las enseñanzas bahá'ís dicen que la depresión proviene únicamente del mundo material, y su contrario, la alegría, proviene de lo espiritual:

1.5 Referentes Artísticos

1.5.1 Sarah conti

Sarah Conti es una escultora de cerámica apasionada por la ecología, la conservación, los problemas sociales y las conversaciones sobre el cambio climático y los impactos humanos en la tierra. Sarah es del oeste de Washington, recibió su BFA con énfasis escultórico de la Universidad de Idaho. Después de graduarse, vivió en Illinois durante tres años y fue artista residente en el estudio de cerámica Terra Incognito. Luego se mudó a Portland, Oregón y asistió a la

Universidad de Arte y Artesanía de Oregón para recibir su posgrado en cerámica. Después de esto, Sarah completó una segunda licenciatura en cerámica en la Universidad de Montana. Con un grupo de otros cuatro ceramistas, Sarah cofundó Wildfire Ceramic Studio en Missoula y dirigió la galería interna. Recientemente, Sarah se mudó a Boise, donde puede encontrarla trabajando y observando aves.



“La cena” noviembre 2021

Exposición individual en Wildfire Ceramics Studio

'Cuando pudimos volar'

“En mi práctica escultórica trabajo para transmitir cómo la justicia climática es justicia social. Al ser una especie más sensible, las aves mueren mucho antes que los humanos por los efectos inevitables del cambio climático. De manera similar, estos problemas ambientales afectarán primero a los humanos más vulnerables; aquellos que no tienen la capacidad o los recursos para escapar de los desastres

naturales inminentes, a pesar de que a menudo son los que menos contribuyen a la contaminación climática. Estoy usando pájaros literalmente para referirme a los peligros que enfrentan en el futuro de la tierra. Pero también estoy usando pájaros metafóricamente para discutir temas sociales históricos y contemporáneos. A lo largo de mi trabajo, entrelazo temas de historia del arte, feminismo, derechos civiles, inmigración, comunidad y críticas sobre la colonización y el capitalismo. Las aves son las únicas otras especies tan ubicuas a nivel mundial como los humanos”

Ubicado en PUG Gallery en Peninsula College en Port Angeles, WA

Apertura 28 de septiembre - 4 de diciembre.

Declaración del artista

“Mi trabajo presentado se basa en problemas ambientales y sociales que históricamente no se han visto y no se han denunciado. Este espectáculo explora cómo nosotros, como humanos, consumimos. Estas piezas revelan los costos ocultos de extraer, procesar y distribuir recursos. Me concentro en cómo el consumo y la extracción afectan a especies nativas complejas que han evolucionado para vivir en equilibrio con el mundo y son sensibles a nuestros cambios violentos.

Mi trabajo busca provocar un diálogo sobre la administración y la responsabilidad de las humanidades con nuestros compañeros animales y nuestro futuro combinado. Las aves son un indicador crucial de la salud de los ecosistemas debido a su sensibilidad al cambio y presencia en casi todos los biomas del mundo. Yuxtapongo las adaptaciones evolutivas de las especies y la tierra que cambia rápidamente y que hemos impactado. A través de un énfasis en las especies nativas, quiero que el espectador piense en la intimidad del lugar y nuestra interconexión con las criaturas que han evolucionado durante milenios a nichos ambientales donde los humanos se han mudado recientemente.

Utilizo fenómenos globales y problemas sociales para transmitir nuestra profunda relación con una tierra que nos sostiene mientras extraemos de ella de manera insostenible. En

última instancia, mi trabajo navega por el mundo de la ciencia, la moralidad, el impacto ambiental y los ciclos de vida y muerte.”

1.5.2 Edvard Munch

Es el precursor del expresionismo, y gran parte de su obra se inspiró en las tragedias humanas y su propia ansiedad. La soledad, la angustia y la muerte fueron sentimientos recurrentes en sus pinturas, de las cuales *El grito* es la más famosa, producto aparente de una alucinación, como escribió después.

«El sol empezó a ponerse y de repente el suelo empezó a ponerse rojo. Percibí un estremecimiento de tristeza, un dolor en el pecho [...] Me quedé allí, temblando de ansiedad, y sentí un interminable grito a través de la naturaleza».

Es posible que Munch tuviera trastorno bipolar, psicosis o ataques de pánico, conclusión a la que se llega al estudiar su propio diario, en el que describió algunas de sus alucinaciones visuales y auditivas. En 1908 fue hospitalizado por un aumento considerable de éstas, síntomas depresivos e ideas suicidas. Se cree que su obra más conocida: El grito, surgió de un episodio de pánico o alucinaciones. Sobre dicho cuadro mencionó:

“Iba por la calle con dos amigos cuando el sol se puso. De repente, el cielo se tornó rojo sangre y percibí un estremecimiento de tristeza. Un dolor desgarrador en el pecho”

Se ha dicho que este pintor expresionista noruego padecía esquizofrenia, pero al parecer no la tuvo, sino que le diagnosticaron depresión caracterizada por su introversión; por los excesos alcohólicos, y por la continua relación con la enfermedad y la muerte, ya que su hermana Sophie y su madre se murieron de tuberculosis, y su hermana Laura estuvo ingresada y murió en un centro psiquiátrico porque tenía esquizofrenia.



“Noche estrellada”

Autor: Edvard Munch

Estilo: Expresionismo

Título (inglés): Starry Night

Tipo: Cuadro

Técnica: Óleo

Soporte: Lienzo

Año: 1893

Se encuentra en: Museo J. Paul Getty, Los Ángeles EE. UU.

«Enfermedad, muerte y locura fueron los ángeles negros que velaron mi cuna y, desde entonces, me han perseguido durante toda mi vida», expresó Munch a lo largo de su vida.

La obra más célebre del pintor noruego es «El grito»



Edvard Munch explicó cómo la creó: «Estaba caminando por un camino con ambos amigos. Se puso el sol. Sentí un ataque de melancolía. De pronto el cielo se puso rojo como la sangre. Me detuve y me apoye en una barandilla muerto de cansancio y mire las nubes llameantes que colgaban como sangre, como una espada sobre el fiordo azul-negro y la ciudad. Mis amigos continuaron caminando. Me quedé allí temblando de miedo y sentí que un grito agudo interminable penetraba la naturaleza».

Recomendación cinematográfica: «Edvard Munch» del director inglés, Peter Watkins (1974).

1.5.3 Francisco de Goya

Francisco José de Goya y Lucientes¹ (Fuendetodos, 30 de marzo de 1746-2 Burdeos, 16 de abril de 1828) fue un pintor y grabador español. Su obra abarca la pintura de caballete y mural, el grabado y el dibujo. Su estilo evolucionó desde el rococó, pasando por el neoclasicismo, hasta el prerromanticismo, siempre interpretados de una forma personal y original,³ y siempre con un rasgo subyacente de naturalismo, del reflejo de la realidad sin una visión idealista que la edulcore ni desvirtúe, donde es igualmente importante el mensaje ético. Para Goya la pintura es un vehículo de instrucción moral, no un simple objeto estético.⁴ Sus referentes más contemporáneos fueron: Giambattista Tiepolo y Anton Raphael Mengs, aunque también recibió la influencia de Diego Velázquez y Rembrandt.⁵ El arte goyesco supone uno de los puntos de inflexión que entre los siglos XVIII y XIX anuncian la pintura contemporánea y es precursor de algunas de las vanguardias pictóricas del siglo XX, especialmente el expresionismo.⁵⁶ Por todo ello, se le considera uno de los artistas españoles más relevantes y uno de los grandes maestros de la historia del arte mundial.

Francisco de Goya y Lucientes fue otro de los artistas que padeció un trastorno mental. Aunque murió a los 82 años, desde los 30 sufrió episodios depresivos cada tres años. Tan importante fue su enfermedad en su obra, que sus biógrafos dividen sus pinturas en dos periodos: antes y después de su enfermedad. La primera etapa estuvo caracterizada por alegría y luminosidad, la segunda por fantasmas y horror.

En 1792 se sitúa la línea que divide ambos periodos; con 46 años, mientras estaba en Sevilla, sufrió una enfermedad que le causó pérdida de la audición, dolores de cabeza, graves problemas de visión y debilidad en el brazo derecho. Al poco tiempo esos síntomas físicos se convirtieron en síntomas mentales: sentimientos de tristeza, alucinaciones y delirios.



“El aquelarre o el gran cabrón” 1819, años 1820 y 1819,

Autor, Francisco de Goya

La utilización del negro y las variaciones del gris, ya habían sido experimentadas por Goya en algunos de sus últimos cuadros costumbristas, sirviéndole para crear atmósferas sobre todo en los cuadros de crítica social. A partir de 1814, con la restauración absolutista de Fernando VII, el pintor preferido del rey, y por tanto de la Corte, es Vicente López, mientras que Goya recibe muy pocos encargos. Es el momento en que se traslada a vivir a la “Quinta del sordo”, en 1819, lugar donde realiza una pintura sorprendente, la recreación de un asunto privado, una especie de monólogo consigo mismo, sin ningún tipo de finalidad económica ni propósito de exhibición, con lo que la mente y el pincel quedan en total libertad, ya que pinta para sí mismo. En estas pinturas, muestra un mundo de seres extraños, grotescos, fantásticos, con brujas, procesiones siniestras, viejos repugnantes, visiones, en definitiva, en las que triunfa lo expresivo sobre la belleza de las formas. Lo Feo, el Mal, adquieren un carácter convulsivo y amenazador (que luego será utilizado profusamente por los románticos). Salen a la luz las feroces y desencantadas visiones que el artista había ido acumulando a lo largo de su vida, puesto que hay que tener en cuenta que cuando Goya inicia esta serie cuenta ya con más de setenta años, en los que sobre todo su sordera ha ido acumulando recelos, resentimientos y sospechas de todo lo que le rodeaba.

1.5.4 Van Gogh

El artista holandés, uno de los más cotizados a nivel mundial, no vendió ni un sólo cuadro durante su vida; ya que además de ser un desconocido, estuvo rechazado por la sociedad de su tiempo. «Yo no tengo la culpa de que mis cuadros no se vendan, pero llegará el día en en que la gente se dará cuenta de que tienen más valor de lo que cuestan las pinturas», expresó Van Gogh.

Van Gogh batalló durante años con una depresión severa que lo llevó a cortarse la oreja tras una discusión con su amigo Paul Gauguin y por la que acabó suicidándose.

Luchaba contra el trastorno bipolar mientras pintaba algunas de las grandes obras de la Historia de la pintura. Las pruebas más concisas sobre sus problemas psicológicos son las cartas que enviaba a su hermano Theo:



“Anciano e

“Estoy mole
momento a
pozo oscuro

Existe cien
trastorno c
La esquizo
dos formas

me gustaría hacer, y en un
y pies en el fondo de un

bipolar, epilepsia o

dos o profesionales, de
a.

Vincent Van Gogh durante parte de su vida sufrió una enfermedad maniaco-depresiva. Este trastorno bipolar iba acompañado de alucinaciones, tanto de voces como de visiones; y de una epilepsia psicomotora caracterizada por un estado de confusión y amnesia. Pero durante la irrupción de la psicosis, su capacidad creadora se desarrolló tanto cuantitativamente como cualitativamente.

De hecho, algunos de sus cuadros más famosos los pintó cuando estaba en la fase más aguda de su enfermedad, cuando estuvo internado en el manicomio de Saint-Rémy.

1.6 Simbologías

1.6.1 EL CUERVO

A pesar de que poca gente lo ve como una gran ave, ellos poseen una inteligencia que resalta del resto, incluso se han observado varias demostraciones notables de resolución de problemas en esta especie, lo que hace pensar que el cuervo grande es muy inteligente

Por otra parte, los cuervos a lo largo de los años se han destacado por su significado espiritual ligado con la inteligencia, la sabiduría y el conocimiento. De acuerdo con mitos celtas, su memoria ancestral, y su sabiduría era legendaria, de hecho, eran usados en rituales para invocar su inteligencia.

En la naturaleza, los cuervos son beneficiosos para el medio ambiente. Estas aves omnívoras comen casi cualquier cosa. Los cuervos incluso ayudan a los granjeros a controlar las molestas plagas.

Los cuervos se asocian en gran medida con la muerte porque son tanto carroñeros como depredadores. Como comedores oportunistas, se dan un festín de vez en cuando junto a otros comedores de carroña como buitres y águilas, yendo donde ha ocurrido la muerte en busca de comida

Para muchos nativos americanos, los cuervos a menudo eran vistos como una especie de «animal de poder» y se les consideraba de buena suerte. Algunos de sus clanes cuervos incluían las tribus Hopi, Chippewa, Pueblo y Menominee.

Los cuervos, debido a que ocasionalmente son carroñeros, se consideran «limpiadores» en estas culturas y, por lo tanto, tienen un importante espacio de respeto y buena fortuna. También eran percibidos como «embaucadores» debido a su alta inteligencia natural, pero esto también significaba que los cuervos eran

una elección inteligente para guías espirituales, animales de poder y animales tótem.

Si bien muchas personas piensan en la paloma como la primera y más importante ave enviada desde el arca de Noé, en realidad fue un cuervo lo que trajo primero. En muchos casos en la Biblia, los cuervos y los cuervos recibieron la tarea de mensajeros celestiales, encargados por las deidades de llevar comida, agua y otro sustento a quienes estaban bajo protección divina.

Una de las primeras menciones de cuervos es después de que Caín mató a su hermano Abel. Adán y Eva no sabían qué hacer con el cuerpo de su hijo, ya que nunca habían experimentado la muerte. Observaron a un cuervo cavando un hoyo y enterrando a su compañero muerto, y aquí es donde aprendieron por primera vez cómo enterrar a los muertos.



Los cuervos negros simbolizan la transformación. Así como la noche representa la transformación del día en la noche, también lo hace el cuervo negro.

Para llegar a donde quiere ir, debe atravesar la oscuridad para alcanzar la luz. La transformación no ocurre en tu zona de confort, y el cuervo negro tiene la intención de hacerte sentir incómodo para que puedas lograr esa transformación.

Los cuervos blancos significan justicia. Si lo has hecho bien o mal, el cuervo blanco viene a decirte que tu futuro lo refleja.

Similar al karma, el cuervo blanco viene a decirte que todo lo que va, vuelve. Los animales espirituales de los cuervos quieren que actúes para que puedas tener un futuro brillante.

Los cuervos grises simbolizan tus defectos. Los cuervos grises sirven para recordarte lo lejos que has llegado y lo lejos que te queda por recorrer.

El artículo continúa a continuación

Los cuervos rojos advierten de una búsqueda de la libertad que será menos que pacífica.

El cuervo rojo significa que la violencia está cerca y es probable que tengas que luchar por tus derechos o por la causa por la que estás defendiendo. El hecho de que el cuervo sea rojo no significa necesariamente que la lucha por la libertad terminará en un derramamiento de sangre.

Es impactante creer que todos los cuervos no son negros. La mayoría de los cuervos son, de hecho, negros, y la población restante de cuervos es blanca, gris o roja.

Un cuervo en tu brazo u hombro

Esto significa que finalmente está ganando suficiente inteligencia emocional para comprender lo que está sucediendo en su vida. Ahora está bien equipado con la sabiduría para superar o lograr lo que desea.

Ese cuervo en tu hombro es como un chip espiritual en tu hombro.

"Antiguamente la gente creía que, cuando alguien muere, un cuervo se lleva su alma a la Tierra de los Muertos. Pero a veces sucede algo tan horrible que, junto con el alma, el cuervo se lleva su profunda tristeza y el alma no puede descansar. Y a veces, sólo a veces, el cuervo puede traer de vuelta el alma para enmendar el mal."

1.6.2 Colibríes

Los colibríes son también un símbolo de tenacidad y resistencia en la búsqueda de tus sueños, porque se sabe que algunos viajan hasta 3 mil kilómetros para llegar a su destino.

Son animales ligeros y de bajo peso. Esta ligereza transmite el mensaje de una vida libre de todo lo que te abrumba y te hace infeliz, llena de cargas emocionales que te hacen caer. También es una inspiración para mantener vidas iluminadas, libres de dudas, preocupaciones y miedos. Cuando se tiene una existencia ligera le das a tus espíritus la libertad de vagar por diferentes lugares, como los colibríes.

Se le conoce al colibrí como un símbolo de excelencia de purificación, era ligado a Quetzalcóatl, el Sol Naciente.

Podemos decir que el colibrí simboliza varios aspectos diferentes, esto se debe a su velocidad...

Y es este el motivo por el que el colibrí llevaba mensajes espirituales a los sabios Aztecas, y a esto se le llama "Espíritu Santo", se le llamó así por los Sabios Nahuas HUITZILIN o HUITZITZILLIN, Dios de la Guerra Florida o también llamado el Dios que hace florecer al corazón, es decir, la Lucha Interior.

Los colibríes son también un símbolo de tenacidad y resistencia en la búsqueda de tus sueños, porque se sabe que algunos viajan hasta 3 mil kilómetros para llegar a su destino.

Son animales ligeros y de bajo peso. Esta ligereza transmite el mensaje de una vida libre de todo lo que te abruma y te hace infeliz, llena de cargas emocionales que te hacen caer. También es una inspiración para mantener vidas iluminadas, libres de dudas, preocupaciones y miedos. Cuando se tiene una existencia ligera le das a tus espíritus la libertad de vagar por diferentes lugares, como los colibríes.

Se le conoce al colibrí como un símbolo de excelencia de purificación, era ligado a Quetzalcóatl, el Sol Naciente.

Podemos decir que el colibrí simboliza varios aspectos diferentes, esto se debe a su velocidad...

Y es este el motivo por el que el colibrí llevaba mensajes espirituales a los sabios Aztecas, y a esto se le llama “Espíritu Santo”, se le llamó así por los Sabios Nahuas HUITZILIN o HUITZITZILLIN, Dios de la Guerra Florida o también llamado el Dios que hace florecer al corazón, es decir, la Lucha Interior.





1.6.3 Mariposas

La curiosidad respecto del significado de las mariposas proviene del hecho de que son insectos frecuentemente asociados a las manifestaciones de carácter mitológico y religioso de la especie humana a lo largo de toda su historia y a lo ancho de prácticamente todo el planeta.

Comienzan su vida como orugas y pasan por un cambio importante mientras se convierten en mariposas. Hacen un capullo, y después emergen como un hermoso y colorido insecto. Esta curiosa transformación da lugar a algunas de las interpretaciones respecto del significado de las mariposas.

Culturas antiguas como la griega representaban el alma con las alas de la mariposa. La diosa Psyche estaba representada con alas de mariposa y era sinónimo de la psique humana. Mientras que otras culturas inmortalizaron a estos insectos saliendo de la boca de personas agonizantes, como un símbolo del último aliento terrenal que transmuta hacia lo divino. A lo largo de la historia, se ha asociado a la mariposa con el viaje desde el plano terrenal, hacia aquel espiritual donde el alma se libera de las ataduras de este mundo, gracias a su capacidad de transformación.

La metamorfosis guarda en sí misma los significados y significantes que la mente humana asociada de inmediato con el cambio. En ese sentido, se observa la posibilidad del hombre de renacer e incluso del eterno retorno que está presente en la construcción subjetiva del hombre. Misma que juega una función sumamente importante en la estructura de la personalidad, que la dota de características resilientes para volver a renacer.

Blanco: El color blanco está asociado a la inocencia y la paz, una mariposa de este color puede anunciar un sendero lleno de tranquilidad y transmutación.



Negro: Por muchos años se ha asociado la aparición de la mariposa negra como un símbolo de mal augurio. No obstante, es más bien un punto de inflexión, una oportunidad para reflexionar en la oscuridad y retomar el rumbo.



Las mariposas negras simbolizan la transformación, la esperanza y los nuevos comienzos, aunque pueden representar pequeños tropiezos u obstáculos para conseguir nuestros objetivos. En muchas ocasiones nosotros solemos pasar por procesos de cambios importantes y, aunque no nos salgan alas, también podemos identificarnos con esa transformación constante. Por ello, ver una mariposa negra significa que debes permanecer atento a los cambios.

En el terreno espiritual ver una mariposa negra puede tener diversos significados como, por ejemplo, que tus relaciones mejorarán, puesto que las mariposas negras suelen aparecer en tu vida para guiarte hacia un cambio en positivo y esto puede afectar a relaciones tanto románticas como familiares o amistosas.

Asimismo, también se asocia a estas mariposas con el proceso de envejecimiento

que, si bien no suele ser fácil, ver a este insecto durante un momento donde surgen dudas puede simbolizar que estás aprendiendo a envejecer con gracia. Por último, para algunas personas ver una mariposa negra puede significar que has tenido o puedes tener problemas de sueño o insomnio, puesto que también están asociadas al estrés o problemas financieros. La buena noticia es que, tal y como les sucede a las mariposas, todo es un ciclo y los problemas desaparecerán tan pronto como lleguen.

Es símbolo de inmortalidad, renacimiento y resurrección, pero también de la ligereza, la inconstancia y lo efímero de la alegría y la belleza. Por su capacidad de transformación, encarna la metamorfosis y las potencialidades del ser.

La mariposa tiene significado y explicación; puede estar asociada a los viajes entre los mundos en busca del conocimiento, atravesando fronteras y con las experiencias propias de la inconsciencia que nos enriquecen.

Capítulo II: Cuerpo de Obra: EL DESPERTAR DEL MONSTRUO

2.1 Proceso de obra

Durante el proceso de obra he sufrido varios inconvenientes con el material a trabajar, ya que en un principio cuando moldeaba la pasta gres esta se me secaba y agrietaba por ende debía humedecerla y al hacerlo tomaba una consistencia blanda y nada buena de modelar.

Métodos utilizados: bloque lleno por sustracción, placas, modelado a mano y colombines.

Arcilla

Como base en la ejecución de cada obra he decidido utilizar pasta gres, un tipo de arcilla de chamote semi impalpable cuya textura permite crear esculturas de gran, pequeño y mediano tamaño en un rango de alta cocción. El acabado final de esta pasta una vez bizcochada es de un color blanco, el cual desarrolla de forma óptima el color de los esmaltes y pigmentos que se apliquen en ella.

Ahuecado

Como bien se sabe, todas las formas sólidas modeladas deben ser vaciadas, es por esta razón que como primer ejercicio he aplicado la técnica del ahuecado en cada una de las esculturas realizadas. Para esto es necesario modelar un volumen lleno con la forma de la estructura principal para luego dividirlo y dejarlo secar. Una vez que la arcilla llega al estado de cuero, se procede a ahuecar su

interior con distintos tipos de devastadores dejando paredes de no más de 9mm de espesor.

Unión mediante encolado o barbotina

La base de la escultura, así como algunas de sus decoraciones y partes necesitan ser fijadas con barbotina, una mezcla del mismo tipo de arcilla y agua de consistencia cremosa que las mantiene adheridas a la pieza, sellando cualquier espacio que pueda quedar entre ellas.

Modelado a mano

Los detalles y terminaciones utilizados para dar forma a las estructuras base de cada obra son procesos hechos a partir del modelado a mano, lo cual permite obtener formas no repetitivas que se ajustan a la imaginación de cada diseño, utilizando para esto distintos tipos de herramientas tales como devastadores, estecas y esponjas.

Esmaltado

Los barnices se aplican casi siempre en la fase de bizcochado del ciclo cerámico, en este caso he utilizado esmalte transparente para así fijar los colores obtenidos con los pigmentos y dar un acabado brillante a cada obra

Placas

Este término se le denomina a la placa cuando se coloca entre dos palos de maqueta y se estira con un uslero, esta se utiliza para obtener como dice su nombre, placas del mismo tamaño, altura, grosor y forma predeterminadas.

colombines

Esta técnica se utiliza para crear esculturas de gran tamaño sin necesidad de usar un bloque lleno de arcilla, este sirve para que en el momento de creación la pieza quede hueca por dentro y no se tenga que desbastar después, sirve principalmente para hacer jarrones y vasijas.

2.2 Cuerpo de obra

Este seguimiento de tres obras trata de representar el sentir, la transmutación y el proceso de duelo que sufrí con mi enfermedad, las simbologías en ellas nos cuentan historias, historias del proceso que tuve que pasar para poder empeorar antes de mejorar, cada una de ellas cuenta una historia del proceso, del dolor, el duelo y la superación de esta, utilizando las diferentes técnicas cerámicas que he aprendido en mis años de carrera universitaria.

2.3 Obras

2.3.1 Detalle de obra





Título: La Perdida

Técnica: Cerámica

Medidas: 22 cm x 22 cm

Año: 2022

Descripción:

Escultura pequeña en pasta gres blanco y chamote impalpable, esta escultura es la más pequeña de la serie de tres obras, está hecha a partir de un bloque el cual fui devastando para lograr la forma, luego con herramientas de dentista fui agregando detalles, los ojos, labios, nariz y orejas fueron hechas por modelado a mano, esta pieza fue bizcochada y esmaltada, fue quemada dos veces en el horno cerámico, su color simula la brea, un residuo de la pirólisis de un material orgánico o destilación de alquitranes, para plasmar la viscosidad, la brea es sumamente pegajosa, atrapa todo lo que cae en ella, se pierde la visibilidad si cae en los ojos, por este motivo esta escultura es negra casi en su totalidad, plasma una mujer que está atrapada, no logra ver y espera el momento de su deceso, el cuello es de color verde petróleo, ya que esta sustancia es igual de tóxica, pero a su vez representa el estado de descomposición al que está expuesta.

A esta pieza la acompaña un cuervo negro de grandes alas, los cuervos en las culturas antiguas era catalogado como un ave de mal agüero, algo que traía desgracia, mentiras y muerte, un presagio negro, es por ello que esta ave se sitúa en lo más alto de la cabeza, representando así su llamado al presagio de muerte, de que está perdida y derrotada, este es el comienzo, la primera faceta que experimenté al saber y asumir que tenía depresión, sumida en tristeza y en un vacío que solo puede expresar esta obra.

La Pérdida.



2.3.3 Detalle de obra





Título: El Vacío

Técnica: Cerámica

Medidas: 27 cm x 22 cm

Año: 2022

Descripción:

Escultura mediana hecha con gres blanco y chamote impalpable, esta escultura es la central de la serie de las tres obras, fue hecha a partir de un bloque, volumen lleno, placas y modelado a mano, el cuello fue hecho por placas, la cabeza por volumen lleno y el rostro por modelado a mano, fue bizcochada y esmaltada, su color representa la enfermedad, el estado de recuperación, a diferencia de la escultura pequeña, esta tiene los ojos abiertos y mira hacia delante, mostrando así que es consciente de lo que ocurre a su alrededor, alrededor de toda su cabeza y cara hay mariposas blancas que están asociadas a la inocencia y la paz, una mariposa de este color puede anunciar un sendero lleno de tranquilidad y transmutación y negras como un símbolo de mal augurio. No obstante, es más bien un punto de inflexión, las cuales a su vez juntas representan la transformación, el proceso de transmutar el dolor y convertirlo en algo más, las mariposas son consideradas insectos hermosos que por decirlo de alguna manera, nacen de nuevo, son orugas que se convierten en mariposas a través de una crisálida, las mariposas son consideradas en el reino espiritual insectos que transportan mensajes divinos, transmutan la energía y cambian situaciones o acontecimientos. Es por ello que esta obra lleva estos insectos, los cuales nos muestran el proceso de transmutación del sentir, el proceso de esta enfermedad, el proceso en el que logre darme cuenta de qué era lo que estaba pasando y ser consciente de ello, logrando así transmutar mi dolor, abrir los ojos y luchar para seguir.

2.3.4 Detalle de obra







Título: El Despertar

Técnica: Cerámica

Medidas: 31 cm x 27 cm

Año: 2022

Descripción:

Escultura echa en gres blanco de chamote impalpable, es la más grande de las serie de esculturas, es la más grande ya que representa el crecimiento y el despertar, la más pequeña representa lo diminuta que me sentía y lo atrapada que estaba cuando me diagnosticaron distimia, la mediana representa el ser consciente de lo que me pasaba y en ese momento crecí, esta representa el despertar, el empoderamiento y la plenitud, fue bizcochada y esmaltada, su color representa el crecimiento, al ser un color luminoso como el cielo, logra transmitir la elevación espiritual y de conocimiento, mostrando plenitud y pureza, esta obra la rodean colibríes, estos pequeños alados en culturas antiguas representaban a los mensajeros divinos, criaturas que podían devolver el alma de una persona la cual ha muerto repentinamente o de formas horribles, también representan el crecimiento espiritual, el amor y la libertad. Por este motivo rondan la cabeza, liberando todo mal, todo sentir de amargura, conectando lo divino y devolviendo el amor y la libertad que estuvo reprimido por una enfermedad que casi termina conmigo, este proceso escultórico fue el que más me gustó, lo disfruté enormemente y al igual que mi obra, fui liberada y conectada a lo divino y espiritual.

Conclusión

La depresión es un tema muy delicado y muchas veces no tomado en cuenta con gravedad como debería ser. La motivación principal que me llevó a hacer este trabajo era y es, el aprender a soltar y plasmar el proceso creativo, las fallas, el proceso escultórico, la investigación, entre otros. Me ayudó a poder comprender de mejor manera el cómo funciona mi ser, cuerpo y alma al enfrentarse con esta enfermedad que en un principio me estaba comiendo viva, el plasmar todo mi sentir, mis problemas y lo que llevo conmigo y llevaré hasta dios quién sabe cuándo, logré sin darme cuenta la auto sanación, el arte terapia que sin saber logró ayudarme a seguir y aprender más todo lo que me rodea, mis inquietudes al comienzo de crear era que no pudiera lograr plasmar lo que sentía, mi proceso de duelo y superación, que las piezas no estuvieran listas a tiempo o que mi tema de tesis fuera absurdo e inadecuado, pero al momento de escribir y de crear fui soltando todo el miedo, como una vez dijo el profesor Nicholas Jackson. “el miedo te atasca y no deja que tu creatividad fluya, no pienses y solo hazlo o estarás atascada siempre”, esta frase la repetí muchas veces en mi cabeza para poder llevar a cabo todo esto y me ha ayudado mucho, eso mismo he estado haciendo en mi vida para no vivir atascada. Este tema no fue el primero a escoger, pero sí el que me hizo más ruido y el que se volvió crucial para mi tesis, el vivir con una enfermedad que ha estado conmigo durante toda mi adolescencia hasta ahora, era absurdo el no escribir sobre ella, qué más personal que mi enfermedad y qué más general que esta misma, que todos en algún punto de nuestras vidas hemos sentido o que llegaremos a experimentar, o quizás no, pero está, existe y es parte de mí.

Este proceso de ideas, bocetos, creación escultórica, fallo, error, de arreglar piezas, de meterlas al horno, sacarlas, emocionarme porque están enteras y no rotas, que al verlas sepa que lo hice bien, sentir alegría, angustia, esmaltar las piezas, devolverlas al horno, ver el color que resalta en las piezas, presentarlas y fotografiarlas, es algo maravilloso, terapéutico, el poder crear algo y verlo nacer y brillar, saber que toda la angustia y nerviosismo valió la pena. Eso es exactamente

lo que he atravesado todo este tiempo con esta enfermedad y finalmente logré plasmarlo y de una manera “mágica” sanarlo.

Bibliografía

***El camino de la bruja verde, artes sanadoras de la brujería y eco paganismo;
Christian Ortiz Velarde, salamandra ediciones Alimapu, octubre 2018***

***El libro de las sombras Migene González – wippler, llewellyn español 2002;
st. Paul, Minnesota 55164-0383, U.S.A.***

Wicca guía para el practicante solitario, Scott Cunningham, 1988

***Magia del caos, ensayos varios sobre la magia del caos; Peter Carroll –
Philln Hine – Josep Max – Frater U.D. – Frater Retatosk, 1995***

Linkografía

<https://definicion.de/ocultismo/>

<https://www.biografiasyvidas.com/biografia/p/picasso.htm>

<http://actitudfrentealcancer.org/la-espiritualidad-un-aspecto-esencial-del-ser-humano-2/>

<https://www.significados.com/paganismo/>

<https://www.stanfordchildrens.org/es/topic/default?id=dysthymia-85-P03840>

<https://www.saludsiemprevc.org/herramientas-para-el-bienestar/espiritualidad#:~:text=La%20espiritualidad%20es%20la%20vida,esp%C3%ADrituales%20y%20para%20nada%20religiosos.>

<https://animalchaman.com/animales/simbolismo-del-cuervo/>

<https://animalchaman.com/animales/simbolismo-de-la-mariposa/>

<https://www.culturagenial.com/es/romanticismo/>

<https://www.significados.com/simbologia/>

<https://historia-arte.com/artistas/vincent-van-gogh>

<https://historia-arte.com/artistas/francisco-de-goya>

<https://www.sjconti.com/cv>

<https://www.wildfireceramicstudio.com/whenwecouldfly>

<https://www.sjconti.com/process>

https://books.google.cl/books?hl=es&lr=&id=1kwVmA7st_cC&oi=fnd&pg=PA9&dq=articulos+sobre+depresion&ots=7QXcRAuU11&sig=scAFUQj3B8YThdUBLnPX7eM5y_c#v=onepage&q&f=false

https://books.google.cl/books?hl=es&lr=&id=yC_1xY4jzNUC&oi=fnd&pg=PA7&dq=articulos+sobre+depresion&ots=nKIGlgRMDX&sig=xVX-E7RHOQUn2W94fJETVndelUo#v=onepage&q&f=false

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502013000200008