

El artista y su obra como vía de autoconocimiento y curación

Autora: Alejandra Pérez Pire. Tutora: Ana María Gallinal Moreno. Convocatoria: Septiembre 2019.

Resumen

En el siguiente Trabajo de Fin de Máster se aborda el tema del arte y la acción de crear como una herramienta a manos del artista para desahogar sus emociones y deshacerse de sus fantasmas. Son conocidos los beneficios del arte a nivel terapéutico para enfermos de cáncer, esquizofrenia y otro tipo de dolencias, sin embargo, poco se sabe del artista que vive del arte, no solo porque este sea su trabajo, sino porque es a través de su obra que vive, que se desquita de sus temores, y de aquello que en su mente inconsciente le acecha. Muchos son los testimonios de artistas, tales como Frida Kahlo, que afirman que el arte es su vida, que el arte es lo que les permite seguir con vida. A través de mi práctica personal he podido comprobar también, que con la creación de mi obra, especialmente en momentos de incertidumbre y pesar, he logrado canalizar esas emociones, y hallar un equilibrio emocional. Así, la creación artística puede verse como un camino para conocerse mejor a uno mismo, vertiendo en un lienzo, una escultura, mediante la danza, etc., aquello que aflige, aun de modo inconsciente, al autor.

A lo largo de la presente investigación, se ha tratado de explicar de qué manera funciona esta cualidad sanadora. Además se presentan numerosos y variados ejemplos, encontrándose entre ellos el propio, a través de los cuales se tratan de demostrar los conceptos mencionados. Con este trabajo, se pretende alcanzar un mejor entendimiento de esta cuestión, así como arrojar algo de luz y abrir nuevos caminos para la investigación sobre un tema cuyo estudio, históricamente, se ha centrado en una perspectiva clínica, obviando el papel del artista.

Palabras clave: Arte, terapia, emociones, creación, artista

Abstract

The following investigation deals with the idea of art and the act of creation as a tool for the artist to face his ghosts and emotions. The therapeutic effects of art on people who suffer from cancer or schizophrenia are well-known. Nevertheless little

do we know about those artists who live thanks to their art, and not because it is their job, but because it is through their art that they're capable of living, it is with the act of creation that they face their fears and hidden traumas. We have lots of testimonies about it, such as Frida Kahlo who said that as long as she had her art she would be happy. Through my own artistic experience I have been able to verify too that creating my art, especially during hard times, I have been able to channel those emotions and find some peace. That is why I believe artistic creation can be seen as a path that can be used to grow in self-awareness, transforming into a canvas, a sculpture, through the dance, etc., those things that are hurting the artist, even at an unconscious level.

Throughout this investigation, we have tried to explain in which way does this work. We also present multiple cases of artists, including my own, through which we intend to prove the mentioned ideas. With this work we are trying to reach a better and deeper knowledge of the topic, as much as open new paths for its investigation.

Key words: Art, therapy, emotions, creation, artist