



Trabajo de
investigación creación
PSICONÍRICO

LAV Licenciatura en
Artes Visuales



Universidad
Pedagógica Nacional

**CREACIÓN CUERPO Y
TERRITORIO**

Estiffany Alexandra Gómez Bravo

PSICONIRICÓNICO

Presentado por: Estiffany Alexandra Gómez Bravo

Universidad Pedagógica Nacional

Facultad de Bellas Artes

Estudiante de la Licenciatura en Artes Visuales

Modalidad de investigación: Investigación – Creación

Línea de Investigación: Creación, Cuerpo y Territorio

Directora de trabajo de grado: Jeannette Plaza Zúñiga

2024



Anoche me fui a dormir y soñé contigo

(Frase popular mencionada por amigos y familiares cercanos a la autora)

Agradecimientos

Gracias por leerme

Sé que a lo mejor no me conoces, ni yo a ti, tal vez ni sepas mi nombre, ni yo el tuyo, no somos conocidos desde la infancia, pero, lo que sí sé, es que confié en ti, en que pensarás en mí cuando leas este documento, en que leerás con respeto, amor y crítica, en que pensaré en ti con nervios de que pensarás de lo que leas, que cuestionarás tus sueños y los míos, que sentirás la necesidad de ir a consultar con tu almohada en la noche, y saber eso ya me hace feliz, gracias por leerme, gracias por soñar, gracias por sentir y crear, gracias por existir.

Agradezco a la Facultad de Bellas Artes de la Universidad Pedagógica Nacional por todos los espacios académicos, teóricos y prácticos que me ofrecieron para llegar a estos análisis y reflexiones que me permitieron crear esta investigación de creación. Agradezco con mayor interés y estimación a la mujer, docente investigadora, artista y astróloga Raquel Hernández, que, como tutora, me aconsejó, me ayudó y me apoyó no solo con referencias teóricas y artísticas, sino que me acompañó en todo el proceso, siempre con disposición continua, motivada activa y persistente. Puedo decir con orgullo que, gracias a ella, cumplí mis expectativas y amplíé mis conocimientos.



Agradezco a mi gato Pochie por ser acompañante de mis desvelos y tótem en mis sueños, por usar su razonamiento gatuno conmigo siendo recolector de plantas para mi investigación y selector de materiales para mis estructuras, instrumentos y dispositivos, por protegerme durante mis sueños y navegando conmigo en el mundo onírico.

Quizá haya un desconcierto por ser un gato y no un humano, pero él ha participado tan en esta investigación como yo, solo que su participación no es la que brinda un humano, sino la que brinda un ser animal y familiar, como su instinto, reflejo, cuidado y cariño.



Agradezco a María Bravo, quien me inspiró a estudiar esta carrera y egresó como Licenciada en Artes Visuales, por financiar parte de mi carrera y proyectos, por su labor de pintora, carpintera que ayudó a desarrollar y armar parte fundamental de las obras que hoy se exponen. Le agradezco por lo que es y por su participación en mi vida, por su creatividad y su ánimo. Cuando me veía más decaída a punto de rendirme, era ella quien me impulsaba a continuar y no hablo solamente de la carrera, por esto y más gracias.



Resumen

El presente trabajo de grado es una exploración intrigante que fusiona el arte y el mundo onírico, en lo que denominó “psiconírico”. Esta concepción sugiere una simbiosis entre la creación artística y el sueño, proponiendo un enfoque de investigación-creación que desafía las convenciones del arte moderno al rechazar estructuras programáticas rígidas y metodologías racionalmente coherentes.

La noción de “psiconírico” implica una interpretación crítica, analítica y sensorial de los sueños, alejándose de la visión convencional que los considera simplemente como metas u objetivos. En lugar de eso, los sueños se convierten en proyecciones que alimentan la creación artística, proporcionando un terreno fértil para la experimentación y la exploración de nuevas formas de expresión.

Cabe destacar cómo se aborda la relación entre la obra de arte y el espectador, sugiriendo que la experiencia estética va más allá de la mera contemplación. Al considerar la obra como un arte relacional, se reconoce que el espectador no es un mero receptor pasivo, sino un participante activo que interactúa con la obra, generando experiencias y conocimiento en el proceso.

Además, al desarrollarse en la Licenciatura de Artes Visuales en la Universidad Pedagógica Nacional de Colombia, la investigación puede ser relevante y útil en varios ámbitos, incluyendo el artístico, pedagógico y didáctico. Al involucrar a estudiantes, docentes y artistas en este proceso, se crea un espacio de intercambio y colaboración que enriquece la comprensión y la práctica del arte, donde se potencia el conocimiento artístico-creador y el pensamiento crítico de la investigación en artes, lo cual permitió que el arte psiconírico tuviera potencial como representante de un movimiento artístico postmoderno colombiano. Además, se enfatiza la exploración teórica y metodológica enriquecida por conceptos como el bucle y el rizoma, (Deleuze y Guattari, 2008), así como la importancia del performance y la apropiación de términos para la construcción de un lenguaje común en el arte contemporáneo.

En resumen, se propone una perspectiva innovadora que desafía las convenciones establecidas en el arte contemporáneo, al tiempo que promueve una relación más profunda entre el arte, el sueño y la experiencia estética. Su impacto potencial en el ámbito académico y artístico es significativo, y podría inspirar nuevas investigaciones y prácticas creativas en el futuro.

Para facilitar la comprensión del documento se proporciona una división de contenido, donde puede encontrar los capítulos y los sueños. También puede encontrar tablas de contenido visual que proporcionan la categoría de la imagen, el número espacial en el texto, un título y la ubicación en página.

Palabras Clave

Sueño, vigilia, arte, bucle, onironauta.

Contenido

Capítulos

1. Para Soñar
P. (9 - 16)
2. Pre Oníro
P. (16 - 18)
3. El Pulpo
P. (19 -31)
4. La Almohada
P. (31 - 56)
5. El Oráculo
P. (56 - 65)
6. El Despiadado
P. (66 - 82)
7. El Chocoloco
P. (83 - 92)
8. El Despertar
P. (93 - 95)
9. Quince Minutos Más
P. (96 - 97)
10. Páginas Amarillas.
P. (98 - 100)

Sueños

1. Pulpo de invierno
P. (30)
2. La Casa
P. (34)
3. Los dientes
P. (37)
4. Caída
P. (41)
5. Mundo subterráneo
P. (46)
6. La aguja
P. (49)
7. Cabaña en el bosque
P. (53)
8. Shingueki no tortuga
P. (55)
9. Los gatos perdidos
P. (65)
10. El hombre paja
P. (81)
11. El infierno
P. (92)

Tablas de contenido visual

Tabla de fotografías

Número espacial	Título / Nombre / Referencia	Número de pagina
1	Fotografía Tarot energético floral	P. (45)
2	Fotografía La mano	P. (61)
3	Fotografía El mundo	P. (61)
4	Fotografía Texto “ciudades invisibles” Jardín botánico “Piedra conmemorativa”	P. (62)
5	Fotografía Escafandras de la NASA	P. (71)
6	Fotografía Escafandras en cuarentena	P. (71)
7	Fotografía Registro escafandra intento 1	P. (72)
8	Fotografía Registro Obra Azuma Makoto	P. (72)
9	Fotografía Escafandra diseño 2 prueba de tamaño	P. (73)
10	Fotografía Referencia phoropter	P. (74)
11	Fotografía Registro phoropter textura y forma	P. (75)
12	Fotografía Phoropter psiconírico	P. (75)
13	Fotografía Registro obra de Lee Hyung – koo	P. (76)
14	Fotografía Estructura y base Oníros y Hypnos	P. (78)
15	Fotografía Lámparas de aceite	P. (84)
16	Fotografía Registro exploración performance	P. (85)
17	Fotografía Registro Obra Mariko Mori	P. (87)
18	Fotografía Registro cartas activables	P. (88)

Tabla de ilustraciones

Número espacial	Título / Nombre / Referencia	Número de pagina
1	Ilustración El pulpo de verano	P. (30)
2	Ilustración La casa	P. (34)
3	Ilustración Los dientes	P. (37)
4	Ilustración Caída	P. (41)
5	Ilustración Pica hielo	P. (49)
6	Ilustración Shingueki no tortuga	P. (55)
7	Ilustración Los gatos perdidos	P. (64)
8	Ilustración El marinero de paja	P. (81)
9	Ilustración El pavo del infierno	P. (92)

Tabla de Bocetos

Número espacial	Título / Nombre / Referencia	Número de pagina
Boceto 1	Diagramación del espacio, colores y elementos.	P. (67)
Boceto 2	Estructuras y dispositivos	P. (69)
Boceto 3	Escafandra 3D	P. (73)
Boceto 4	Estructura Galluz Matriz	P. (80)
Boceto 5	Diagramación del espacio, 2D medidas	p. (96)
Boceto 6	Diagramación del espacio, 3D.	p. (96)

Tabla de gráficos

Número espacial	Título / Nombre / Referencia	Número de pagina
Gráfico 1	Evidence Nightmares	P. (39)
Gráfico 2	Carta Natal	P. (58)
Gráfico 3	Referencia Hexaedro D6	P. (89)
Gráfico 4	Referencia Icosaedro D20	P. (90)

Registro - sustentación

Número espacial	Título / Nombre / Referencia	Número de pagina
Registro sustentación 1	Instalación 360.	P. (39)
Registro sustentación 2	Estructuras.	P. (58)
Registro sustentación 3	Textos Curatoriales.	P. (89)
Registro sustentación 4	Didácticas y mediación.	P. (90)
Registro sustentación 5	Dispositivos.	P. ()

Para Soñar

Este capítulo, como el título evoca, es tanto el acto de soñar como el proceso de reflexión sobre los sueños. Este capítulo sirve como un espacio donde se comparten las reflexiones sobre la investigación, así como proporcionar claridades sobre los términos y conceptos clave que se presentan en el texto, para guiar al lector a través de la exploración del término psiconírico.

La intención de proporcionar estas claridades y reflexiones es ayudar al lector a contextualizar y comprender mejor la investigación, asegurando que no se sientan pérdidas (os) o confundidas (os) mientras navegan en el documento.

Para Soñar			
Termino / Frase	Definición RAE / diccionario / Autor (a)	Definición de la autora	Puede equivaler a:
Almohada	<p>Fuente: f. Funda rellena de un material blando, que sirve para reclinar la cabeza.</p> <p>2. f. almohadón (colchón pequeño para sentarse o apoyar los pies).</p> <p>3. f. Funda de tela en que se mete la almohada para reclinar la cabeza.</p> <p>4. f. Arq. almohadilla (parte del sillar).</p> <p>5. f. Mil. Trozo prismático de madera, que sirve de apoyo a alguna parte de la pieza o del afuste, principalmente a la cuña de puntería.</p>	Definición, conceptos básicos del sueño, historia y cultura del sueño, ciencia del sueño, psicología del sueño, el sueño y el arte, intersecciones entre el arte y el sueño, vigilia y realidad.	Fundamentos desde diversas perspectivas sobre el sueño.
Bucle	<p>Fuente: m. Rizo de cabello en forma helicoidal.</p> <p>2. m. Objeto cuya forma recuerda la del bucle.</p> <p>3. m. Proceso que se repite indefinidamente.</p> <p>4. m. Información. Serie de instrucciones que se repiten indefinidamente mientras no se cumpla una condición previamente establecida.</p>	Proceso de investigación e indagación. Donde se adopta un enfoque iterativo y cíclico en la investigación, donde el proceso se repite continuamente, pero las preguntas y respuestas evolucionan con cada iteración.	Investigación no lineal, otra forma de investigar en las artes.
Colores	<p>Fuente: 1. Impresión que producen en la retina los rayos de luz reflejados y absorbidos por un cuerpo, según la longitud de onda de estos rayos.</p> <p>2. Sustancia que se usa para pintar o teñir.</p>	<p>Estructura visual que permite identificar el tipo de sueño y del elemento de cada sueño en el documento.</p> <p><i>Rojo: Relaciones con el elemento fuego.</i></p> <p><i>Amarillo: Relaciones con el elemento aire.</i></p> <p><i>Azul: Relaciones con el elemento agua.</i></p> <p><i>Verde: Relaciones con el elemento tierra.</i></p>	Códigos visuales relacionales con los códigos de interpretación de los elementos.
Dados	Fuente: Dado de seis caras (D6)	El dado como generador de	Elemento

	Hexaedro, dado de veinte caras (D20) Icosaedro	acciones, intención del azar y la suerte.	activable de la mediación
Dispositivo #1 Escafandra Psiconírica	Fuente: Del francés scaphandre y este del griego skaphe (barca) y Andros (hombre), es un elemento que permitía flotar y atravesar un curso de agua, navegar bajo el agua.	Una herramienta conceptual para explorar los confines del mundo de los sueños. A diferencia de una escafandra convencional utilizada para sumergirse en las profundidades del océano, esta escafandra se convierte en un medio para sumergirse en las profundidades de la mente humana y explorar los vastos paisajes del mundo onírico.	Dispositivos de arte postmoderno Referentes: Mariko Mori Azuma Makoto Hyungkoo
Dispositivo #2 Phoropter Psiconírico	Fuente: Nombre científico que se le da al dispositivo de prueba oftálmica, se conoce mayormente como un refractor con lentes que ayuda al optómetra a analizar la visión de su paciente.	reconceptualización del phoropter como un dispositivo psiconírico que no solo mejora la vista, sino que también permite percibir y comprender de manera más completa el mundo onírico. Se convierte en una herramienta poderosa para explorar y experimentar la experiencia onírica de una manera más inmersiva y multisensorial.	Dispositivos de arte postmoderno Referentes: Mariko Mori Azuma Makoto Hyungkoo
Dungeon Master	Fuente: Dungeons master (DM) o maestro de mazmorras	Onironauta	Acción performativa, interactiva y narrativa.
El despertar	Fuente: Cortar o interrumpir el sueño a quien está durmiendo. 2. Traer a la memoria algo ya olvidado. 3. Hacer que alguien reflexione o recapacite. 4. Hacer que nazca o se manifieste un deseo o un sentimiento. Despertar el apetito, las envidias, sospechas. 5. Dejar de dormir.	Apartado de conclusiones frente a mi investigación donde reflexiono y recapacito, frente a la experiencia dentro del mundo de la vigilia y onírico.	Conclusiones.
Elementos	Fuente: 1. m. Parte constitutiva o integrante de algo.	Análisis de la constitución y componentes que están tanto	Códigos de interpretación.

	<p>2. m. En la filosofía griega, cada uno de los cuatro principios que componen el universo: tierra, agua, aire y fuego.</p> <p>3. m. Fundamento, medio o recurso necesarios para algo. Me faltan elementos de análisis.</p> <p>4. m. Medio en que se desarrolla y habita un ser vivo.</p>	<p>en el mundo onírico, y de la vigilia que nos permite existir y vivenciar en estos mundos, creo relaciones e interpretaciones para cada elemento para analizar mis sueños, como códigos en mi estructura.</p> <p><i>Tierra: Relaciones de elementos terrenales, necesidades, factores sociales, la familia.</i></p> <p><i>Agua: Análisis de transitar, fluir, elementos circunstanciales, decisiones.</i></p> <p><i>Aire: Tranquilidad, pasividad, lo inesperado, predestinación.</i></p> <p><i>Fuego: Lo emocional, lo sensorial, impulsividad, fuerza.</i></p>	
El oráculo	<p>Fuente: Mensaje o respuesta que las pitonisas y sacerdotes daban en nombre de los dioses a las consultas y peticiones que los fieles les formulaban.</p> <p>2. Lugar sagrado donde se acudía para consultar a los dioses.</p>	<p>Elementos del azar / destino / eventos, que decido interpretar y analizar para direccionar o comprender algunos resultados de mi proceso investigativo y creador.</p>	<p>Factores oportunos para el proceso y la investigación.</p>
Estrategias	<p>Fuente: 1. Nombre femenino Arte de dirigir las operaciones militares.</p> <p>2. Nombre femenino Arte, traza para dirigir un asunto.</p>	<p>Son planes de acción diseñados para lograr un objetivo específico o una serie de metas. Las estrategias involucran la identificación de recursos, el establecimiento de prioridades, la toma de decisiones y la asignación de tareas para aumentar las posibilidades de éxito.</p>	<p>Gil & Laignelet, 2014</p>
Estructura 1 Hypnos	<p>Fuente: En la mitología griega, Hýpnos es la personificación del sueño, se encarga de llevar los sueños a cada persona.</p>	<p>Una especie de portal o puente que facilita el tránsito desde la realidad hacia el mundo onírico, permitiendo a los participantes acceder a sus propios sueños de una manera</p>	<p>Dispositivos de arte postmoderno</p> <p>Referentes: Mariko Mori</p>

		más directa y consciente.	Azuma Makoto Hyungkoo
Estructura #2 Oníros	Fuente: Los oníros (en griego ὄνειροι Oneiroi, ‘sueños’) eran las mil personificaciones de los sueños.	Una herramienta única y poderosa para explorar el mundo de los sueños y la experiencia onírica de los participantes. Al permitir la invocación de los “oniros” (los sueños) de los participantes.	Dispositivos de arte postmoderno Referentes: Mariko Mori Azuma Makoto Hyungkoo
Estructura #3 Galluz Matriz	Fuente: Gallus gallus: El huevo de gallina recibe la denominación científica de Gallus Gallus. Matriz: La cavidad uterina o matriz es el lugar donde se desarrolla el bebé durante la gestación	Una estructura que permite una exploración profunda de la experiencia humana y la relación entre el sueño y la maternidad. La idea de que el acto de dormir nos lleva de vuelta al vientre materno que implica un retorno a un estado de seguridad y conexión primordial.	Dispositivos de arte postmoderno Referentes: Mariko Mori Azuma Makoto Hyungkoo
Letra Cursiva	Fuente: letra de mano que se liga mucho para escribir deprisa.	Anotaciones personales de la autora. Notas de campo.	Primera persona.
Operaciones	Fuente: Del lat. Operativo, 1. f. Acción y efecto de operar. Intervención, cirugía. 2. f. Ejecución de algo. Acción, ejecución, realización, actuación, trabajo, procedimiento, ejercicio, maniobra.	Las operaciones pueden implicar cualquier tipo de acción o actividad que se realice para lograr un objetivo específico.	Gil & Laignelet, 2014
Onironauta	RAE: La palabra onironauta no está en el Diccionario. Dans Sófocles: “persona que explora conscientemente, el universo onírico” Jacobo Siruela: “los sueños han podido ser observados conscientemente por un contadísimo número de personas con un alto grado de voluntad y cualidades psíquicas. ¿Cómo	Persona que explora, navega y construye conscientemente en el universo onírico, es creadora en el mundo onírico. Que también trasciende y cruza al plano de la vigilia, transitando entre mundos, siendo consciente en ambos planos, marcando la diferencia de cada lado, mientras que simultáneamente los unifica	Mitología griega: el mito de Caronte, persona o entidad responsable de transportar las almas de los muertos al otro lado del río (estaba entre dos

	llamarlos? ¿Onironautas?"	en el psiconirismo. A pesar de que existen algunos textos y autores que mencionan este término, no existe la patente frente al mismo. La falta de una definición precisa o una patente específica sugiere que este es un territorio aún en desarrollo y exploración.	planos).
Páginas amarillas	Fuente: Páginas amarillas Bogotá: Páginas Amarillas Colombianas es un Directorio Comercial Interactivo donde podrá encontrar en Bogotá, Colombia: Talleres, Ventas de Repuestos, Restaurantes, etc. Antes este directorio era analógico, un libro impreso, donde el color característico del mismo le dio una fama y su nombre particular, ahora se puede encontrar en su modalidad digital.	Las páginas amarillas describen una búsqueda y una forma de encontrar información, uso este título como una relación y metáfora a mi bibliografía, donde si quieres encontrar algún dato o referente, tendrás que redirigirte a las páginas amarillas para encontrarlo.	Bibliografía, web gráfica, documentos citados.
Para Soñar	Fuente: Representarse en la fantasía, imágenes o sucesos mientras se duerme, ‘imaginar que son reales cosas que no lo son’ y ‘desear persistentemente algo’. Verbo irregular: se conjuga como contar (→ apéndice 1, contar).	Término que se le da a un apartado del documento que proporciona fundamentos necesarios a los lectores, una base sólida para comprender y explorar los temas que propone el documento y así abordarlo.	Un Glosario Anexos.
Pre-Onírico	RAE: La palabra Pre onírica o Pre onírico no está en el Diccionario. — Pre: Prefijo de origen latino que entra en la formación de nombres, adjetivos y verbos con el significado de ‘antes de’, ‘delante de’. — Onírico, onírica: Adjetivo, del sueño o relacionado con las imágenes y sucesos que se imaginan mientras se duerme.	Término y título que se refiere a un preámbulo frente al tema del psiconirismo, es una metáfora que refiere a algo antes que permite desembocar y desarrollar la cuestión principal.	Introducción.
Psiconírico, psiconírica,	Fuente: La palabra Psiconírico no está en el Diccionario.	Concepto que se está desarrollando, centrado en los	Surrealismo como

psiconírismo	<p>— Psico: prefijo de origen griego, que entra en la formación de nombres y adjetivos con el significado de “alma” o “actividad mental”</p> <p>— Onírico haciendo referencia al sueño o relacionado con las imágenes y sucesos que se imaginan mientras se duerme.</p>	<p>modos de investigar y crear en el arte, tiene el potencial de ser considerado como un movimiento artístico postmoderno.</p>	<p>movimiento artístico que comenzó en 1920 y fue influenciado por las teorías de Sigmund Freud. (No está en relación con este, pero tal vez en cómo surgió y cómo las teorías científicas, psicológicas y sociales influyen en la creación de movimientos artísticos).</p>
Pulpo	<p>RAE: 1. m. Molusco marino cefalópodo, dibranquial, Octópodo, voraz, con cuerpo en forma de saco y tentáculos provistos de ventosas, y cuya carne se aprecia.</p> <p>2. m. Cinta o cordón elástico múltiple que se emplea especialmente para afianzar o asegurar bultos.</p> <p>Donna H: (pensamiento tentacular, antropoceno, capitaloceno y chthuluceno 1, s. f.) “Chthuluceno es simpoética, no autopoietica.” Los Mundos Mortales... El Chthuluceno no se cierra sobre sí mismo; no redondea; sus zonas de contacto son omnipresentes y continuamente se forman.</p>	<p>Primer acercamiento rizomático al término psiconírico con base en el pensamiento cibernético y pensamiento tentacular que propone la autora Donna Haraway, donde desaparece la frontera.</p> <p>Entre los humanos y la tecnología y otros seres vivos. Se opone a la hegemonía y se habla de una identidad inclusiva sin orígenes propiamente. Ontológicos o esencialistas.</p>	<p>Acercamiento a otra perspectiva y propuesta entre la relación del arte y el sueño.</p>
Quince minutos más	<p>Fuente: Quince: 1. Adj. Diez más cinco.</p> <p>Minutos: 1. m. Tiempo que equivale a 60 segundos.</p>	<p>Me refiero a ese momento donde el ser vuelve al mundo de la vigilia, pero no de manera total; al contrario, este quiere volver a un estado de reposo, pero al haber despertado, este tiempo se vuelve un tiempo de análisis</p>	<p>Catálogo de obra, registro posterior a la sustentación o exposición.</p>

		involuntario de lo transcurrido en el sueño. Así que nombro un capítulo así para volver a ese sueño, que refleja la producción y proceso de la obra psiconírica y permite hacer unas últimas reflexiones.	
Tácticas de acción	Fuente: Actividades o acciones específicas que realiza una organización para cumplir sus objetivos estratégicos	Son acciones específicas que se implementan con el objetivo de alcanzar un resultado a corto plazo. Las tácticas de acción se centran en lograr objetivos específicos y son parte de una estrategia más amplia a largo plazo.	Gil & Laignelet, 2014

Pre Oníro

Este apartado tiene como objetivo contextualizar y aterrizar al lector sobre el tema base, su título pre – oníro (antes del sueño) quiere referirse de una forma un poco metafórica a los elementos que debe tener antes de emprender este viaje del, para y sobre el sueño, y como esto desemboca a otros términos complejos por eso el documento se divide en capítulos con títulos de términos contruidos que aportan o sitúan la investigación es relevante que tenga en cuenta que los títulos son algunos elementos metafóricos y símil donde uso términos de manera retórica para establecer relación entre elementos, estos se irán explicando en donde se encuentran en la lectura. Los colores, los elementos de la naturaleza y las imágenes, son respuestas a una diagramación y presentación de sueños que desarrollaron unos análisis y unas respuestas a una serie de cuestionamientos que me planteo aquí.

El primer cuestionamiento que se generó fue si el sueño tiene algún aporte o desarrollo en las artes. La investigación sobre el sueño en las artes es un tema que ha sido abordado desde diferentes perspectivas. Aunque no existe un texto directo que enfoque el sueño y las artes como un modo de investigar y crear, hay autores que han explorado el sueño desde otras disciplinas, como algunos textos de Sigmund Freud, que enfocó su investigación en las fuerzas inconscientes

y cómo éstas suceden en una edad temprana y se desarrollan, manifestándose posteriormente en la forma de comportarse y las emociones del individuo, y desde el psicoanálisis donde parte de la sexualidad como la base del desarrollo de las personas; o en otro ejemplo con el literato, astrólogo, Pedro Engel que ofrece una herramienta base para analizar el sueño, que podría ser volátil y subjetivo, puede ayudar a hacer acercamientos.

Aunque los autores anteriores aportan a la investigación de los sueños, no hay una reflexión desde la complejidad del mundo onírico como una herramienta y método del sueño como estructura investigativa y de creación, como una estructura propia, personal e íntima del ser donde se accede a otro tipo de conocimiento, donde se canalizan los procesos y actividades que sucedieron en el mundo de la vigilia, este mismo mundo es una expresión y creación cruzada por la mente y el cuerpo de los participantes, es decir, los seres soñadores y por consiguiente, creadores oníricos.

Lo que permite reflexionar y pensar no solo en la forma despierta del ser, en su sentido activo, también debemos reconocer los procesos que se dan en la mente y el cuerpo mientras se duerme, que son estos procesos los que permiten al ser de la vigilia ser proactivo, hay que cuestionar al ser durmiente para así cuestionar al ser en vigilia, “Toda nuestra historia es únicamente la de los hombres despiertos; nadie hasta ahora ha pensado en una historia de los hombres que duermen”. (G. C. Lichtenberg. Cuaderno K, 86). Esta cita plantea una interesante perspectiva donde, hasta ahora, la historia ha estado centrada en los seres despiertos, dejando de lado una posible historia de los seres que duermen. Esto sugiere que el sueño y los procesos oníricos podrían ser una parte importante, pero subestimada, de la vida humana.

Por lo mismo, no podemos subestimar el poder de los sueños en la investigación y creación. “Las artes reclaman sus propias formas de definir el conocimiento, de validarlo y de legitimarlo.” (Laignelet y Gil. 2014). Si esta singularidad y autonomía de las artes no se establecen, los recursos para la creación como productora de conocimiento serán progresivamente desestimulados.

Para validar y legitimar el sueño en las artes debemos hablar y concientizar sobre la investigación en las artes. Donde se permita ver que el arte tiene una multiplicidad de elementos que no están visibilizados o aceptados por la academia, tal vez por su falta de relación con evidencias prácticas que aporten a la ciencia u otras áreas en la investigación. Hay que tener en

cuenta que la investigación tradicional sobrepone los procesos técnicos sobre los procesos emocionales y sensitivos. Mientras que el objetivo al crear en artes es el de querer exteriorizar los procesos sensibles, sensoriales y creativos del ser.

Hay que apropiarse y aceptar la investigación de artes para las artes. Aquí hay una propuesta desde el mundo onírico al mundo de la vigilia y cómo el arte, en sí mismo, aporta al conocimiento, a los procesos corporales, mentales, investigativos y creadores.

Para concluir y resumir, esta investigación está rodeada de sueños, análisis, aportes, ilustraciones, performance, estructuras y dispositivos, que permiten no solo cuestionar el sueño y el arte, sino experimentar y navegar en un mundo desconocido o no reconocido. Se implementó un modo de investigar y comprender la investigación en artes a través del bucle. Compréndase el bucle como una estructura cíclica, donde se sueña para analizar y, con base en estos análisis, se crea y se programa para volver a soñar, proponiendo una estrategia para investigar y crear en las artes. Estas creaciones están en disposición y en diálogo para la interacción no solo de un público pasivo que observa y contempla, sino un público que dispone su cuerpo y su mente en el espacio y obra para comprenderla y criticarla.

Artist statement de una onironauta

Nací en Bogotá, Colombia, en un hogar estrato uno, en un hogar un poco disfuncional y machista. Soy una hija no planeada. En Latinoamérica, las economías neoliberales han dejado de valorar lo onírico y esto ha afectado a los seres humanos. Esto incluye el descuido del entorno donde se descansa y no saber su significado, incluye situaciones como dormir en sillas en fiestas familiares o descansar por dos o tres horas. Estas experiencias de alguna manera u otra me llevaron a vivenciar la conciencia onírica, desembocando un análisis ferviente por los sueños y considerar ciertos términos y prácticas del sueño y el sueño mismo, frente a la investigación del arte en Colombia.

Más tarde, en mi adultez, una nueva experiencia me llevó a cuestionarme el sueño; la cuarentena, el aislamiento preventivo, el hecho de quedar en un evento así, donde mi habitar se compartía con otras personas, donde mi cama ya no era solo mi cama, donde el espacio y el contexto es abrumador y desconcertante, es una ruptura del descanso y el sueño prolijo.

Todo esto me llevó a vivenciar y tener la experiencia del sueño como una herramienta y medio íntimo, complejo, sensible y sensorial, un elemento biográfico, y una estrategia del arte y la investigación. Aquí encontré hallazgos que se potenciaron en la Licenciatura de

Artes Visuales, donde cuestiono la manera de investigar, comprender y crear en las artes, donde el conocimiento sensible y creador no a menudo busca solucionar, sino que a veces solo buscamos comprender, donde el ser onironauta deja de ser esta entidad consiente, pero pasiva del sueño, y se convierte en una entidad creadora y analítica del mundo onírico.

En esa búsqueda de comprensión, me expandí en un arte relacional, en el performance, en esa búsqueda y encuentro con el espacio, con el cuerpo, con el yo, con lo íntimo, lo sensible, lo sensorial, la vigilia y lo onírico, en lo psiconírico.

“Somos lo que pensamos. Pero somos lo que pensamos en el fondo de nosotros mismos y no en la superficie. El mundo onírico es ese fondo. No es un plano sino un universo de nuestra realidad o SER.” Sófocles Dans (2011)

El pulpo

El pulpo es una forma de ver el proceso rizomático de la investigación, donde cada pata representa estas vertientes e interpretaciones del sueño y como la cabeza termina siendo esa amalgama reflexiva que presenta. El pulpo se clasifica entre los seres como cefalópodos con ocho patas y cada tentáculo se podría comprender como un ser independiente con vida propia, ya que tras la amputación de un tentáculo sigue un transcurso con normalidad y a su vez sobrevive en un determinado lapso de tiempo.

El término céfalo implica la cabeza y podo pies, lo que implica que tiene los pies en la cabeza, algo complejo y subreal si no existiera un ser como referencia, según el concepto de Breton, el cual define surrealista, estas imágenes visuales que representan un sueño, pero no se conciben reales. (Rosalind Krauss. 1986),

Tener elementos visibles y tangibles, como lo son los tentáculos de un ser con los pies en cabeza, desafía la percepción convencional de lo real y lo irreal. Aunque estas imágenes pueden parecer extrañas o fantásticas, al examinarlas más de cerca, podemos encontrar conexiones con el entorno y una lógica interna que les otorga una sensación de realidad. El pulpo es la experiencia que está relacionada con los procesos mentales y que se rige como imagen y ser.

El proceso del pulpo en lo psiconírico posibilita la extracción de elementos de los sueños y reconfigurarlos en el proceso creativo, lo que genera una realidad alternativa que se vincula con nuestra percepción consciente y subconsciente del mundo. Este enfoque rizomático, que se ramifica y se expande en múltiples direcciones, refleja la complejidad y la interconexión de la mente humana. Lo psiconírico es la esencia de lo extraído de un sueño, la realidad que se encuentra disponible en otro espacio, que se estructura en el proceso creativo rizomático.

Parte 1 Un tentáculo, El sueño atraviesa diferentes ámbitos del saber

Es importante saber que los conceptos de sueño, dormir o despertar son significativos en la religión y culturas, permite entender la naturaleza humana y a encontrar significado en la vida y la experiencia del sueño. Le otorga un valor más allá de la rutina cotidiana, como se puede

observar en las citas de libros sagrados y reflexiones personales de diario de campo a continuación

Recuerdo que, desde mis cinco años, mi padre se refería a los sueños como eventos oraculares o profecías de un dios, me proponía como objetivo relatar mis sueños y anotarlos en una libreta, concientizarme qué hacía en los sueños o que debatiéramos lo que podría significar, para posteriormente dar testimonios que declaren las profecías de un dios y finalizar con unos ritos en torno al sueño con base a una creencia. (Notas de campo, 2023)

“¿los Hombres se han dormido? ¿morirán antes de despertarse?” Mahoma. (s/f). El Corán. Editorial Verbum. El Corán.

“Una noche, el jefe de los panaderos tuvo un sueño y yo tuve otro, y cada sueño tenía su propio significado. ¹² en ese lugar estaba con nosotros un joven hebreo, que era esclavo del capitán de la guardia. Le contamos nuestros sueños y él los interpretó, y nos dijo su significado... ¹⁶ —Eso no depende de mí —contestó José—; pero Dios le dará a Su Majestad una contestación para su bien.” Biblia (s/f) José, Antiguo testamento (Génesis 41-42)

Así, el sueño y el acto de soñar tienen diferentes interpretaciones y significados en diversas tradiciones religiosas y culturales. En el Corán, por ejemplo, el sueño se puede interpretar como una metáfora de la falta de conciencia o de la distracción espiritual. Se destaca la importancia de estar alerta y consciente. Por otro lado, en el cristianismo, el sueño y los sueños a menudo se presentan como medios a través de los cuales Dios se comunica con las personas. Estos sueños a menudo requieren interpretación y entendimiento más allá de su significado literal, y pueden ser cifrados o simbólicos en naturaleza.

En ambos casos, el sueño se considera como un estado que trasciende la experiencia física y puede contener significados más profundos o espirituales. El valor y el significado del sueño en estas tradiciones reflejan la complejidad y la profundidad de la experiencia humana y su relación con lo divino o lo espiritual.

En ese entonces, cuando era niña, no comprendía el gran valor que aborda el sueño en la cultura, sin embargo, cuando contaba mis sueños, algunas personas cercanas a mí los asociaban a mis traumas, también entendí que algunas prácticas de la terapia con psicoanálisis no funcionaron, y que también se relacionaron con espíritus o de elementos sobrenaturales o paranormales, de leyendas o prácticas de brujería. (Notas de campo, 2023).

Cuando este cúmulo de información llegó a mí, no diré que era escéptica, pero no podía verme en tantos ámbitos y teorías, me cansé de que quisieran explicar algo que estas personas no han experimentado, en quererme encasillar en una categoría o en que quisieran “ayudarme” con algo que no me molesta en lo absoluto. (Notas de campo, 2023).

"Cuando se vayan a acostar sacudan bien su cama, pues nadie sabe qué bichos pueda haber en ella" Muhammad, E. P. (s/f). Bujari Costumbres del Profeta Muhammad al acostarse a dormir. Fatwa-Online Publishing.

El autor sugiere una preocupación por la higiene y la limpieza antes de irse a dormir. Al sacudir bien la cama, se busca eliminar cualquier posible bicho o insecto que pueda estar presente en las sábanas o el colchón. Esta práctica se relaciona con la prevención de enfermedades y la promoción de un ambiente de descanso más saludable y cómodo. Además de su significado literal, esta frase también puede tener una connotación más simbólica. Podría interpretarse como una advertencia sobre la importancia de examinar detenidamente las situaciones antes de comprometerse con ellas.

Se puede inferir que existe una referencia costumbrista a través de la frase de Muhammad, y de esta forma se puede interpretar o comprender la intención del autor. Esto implica una relación espacio-tiempo, lo que significa que hay una gran variedad de interpretaciones según el lugar en el que se interprete.

Lo anterior ayuda a comprender que el sueño más que un elemento de la cultura popular también es una prueba...costumbristas también son una respuesta de esas búsquedas y esas respuestas que se van encontrando.

A pesar de ser diferentes textos o diferentes intérpretes o representantes en este caso de la religión, se puede denotar una preocupación por “El dormir”, “El despertar” “Interpretar y Entender” son factores comunes mencionados en diferentes momentos en sus textos, como si hablaran del “Dormir” como una etapa para llegar al “Despertar” siendo como un sinónimo de la iluminación, y ¿Qué es la iluminación? Ver lo que nadie más puede ver, entenderlo interpretarlo y enseñarlo.

Algunos autores contemporáneos como Dans (2011) y Dee (1995) reflexionan en sus textos sobre este concepto de despertar como la adquisición de una conciencia más profunda y

crítica sobre cada uno y el mundo que lo rodea. Esta conciencia puede permitir ver y entender aspectos de la realidad que se ignoraba o pasaba por alto, tanto en el ámbito personal como en el colectivo.

Aquí surge un interrogante acerca de qué es y qué significa investigar sobre el sueño, ya que hay una importancia con el despertar, pero si se invierte esa necesidad, se produce una exploración del sueño desde la perspectiva de la necesidad de dormir. La creación artística se desenvuelve así a través de unos términos que describen y abordan conceptos más complejos que narran de manera más completa la investigación creación del sueño en artes.

El primer término que surge del trabajo es psiconírico del prefijo psico, de origen griego, que entra en la formación de nombres y adjetivos con el significado de “alma” o “actividad mental”, y el adjetivo Onírico haciendo referencia del sueño o relacionado con las imágenes y sucesos que se imaginan mientras se duerme. El cuerpo y la mente no están desligadas del ser, el alma es esa entidad abstracta a la que se le atribuye cualidades éticas, morales, emocionales, sensoriales que puede tener el ser, que en las ciencias se le atribuye al cerebro y a la actividad mental. El desarrollo de los sentidos y emociones tienen un proceso cognitivo que se hace en el cerebro, pero a la vez sus extensiones, es decir el cuerpo es quien obtiene la experiencia para hacer esos análisis. Psiconírico es una expresión que denota una interacción mutua entre estos dos estados mentales. En este caso, se trata de un proceso en el que el individuo parte de su experiencia en el mundo de los sueños (punto A), donde puede explorar libremente la creatividad y la imaginación sin las limitaciones del mundo físico. Luego, este proceso se lleva al mundo consciente (punto B) a través del pensamiento, el análisis y la creación artística.

El segundo concepto que involucra la conceptualización es el de bucle que se aplica aquí porque el proceso creativo no es lineal, sino que implica un retorno al punto de partida (punto A), donde la experiencia onírica se transforma y enriquece a través de la reflexión y la expresión artística. Así, el individuo puede llevar elementos de sus sueños al mundo consciente, enriqueciendo su proceso creativo y su experiencia vital. Esta forma de abordar la creación artística enfatiza la importancia de la conexión entre el mundo interno del individuo (sus sueños, emociones, pensamientos) y el mundo externo (su entorno, experiencias sociales, culturales). Además, la investigación en artes no se limita a la búsqueda de respuestas definidas, sino que es un viaje continuo de exploración, descubrimiento y crecimiento personal y artístico.

En resumen, el término "psiconírico o psiconírismo" encapsula la interacción entre los estados mentales y la creatividad, mientras que el concepto de bucle resalta la naturaleza cíclica y enriquecedora de este proceso.

Haraway, Deleuze y Guattari sirven de complemento en los conceptos psiconírico y bucle y aportan a un tercer término, que, aunque existe y se menciona, no está asociado directamente a un autor en particular, así que se le atribuye las características que se mencionan de manera popular y se le agrega un factor complementario, este término es onironauta que describe un estado de conciencia en el que se siente consciente de uno mismo y del entorno, pero que se desarrolla mientras se está soñando.

Haraway, en su obra "Manifiesto Cyborg", propone el concepto de "pensamiento tentacular" para describir la naturaleza interconectada y entrelazada de la realidad. Ella desafía las nociones tradicionales de individualidad y separación, argumentando que todos estamos conectados de formas complejas y enredadas. Esta idea se alinea perfectamente con el concepto de psiconírismo, donde se reconoce la conexión entre el individuo y su entorno, tanto física como mentalmente. Deleuze y Guattari, en obras como "Mil mesetas", exploran la idea de la hibridación y la multiplicidad en la realidad. Su concepto de "rizoma" sugiere una red de conexiones no jerárquicas entre diferentes elementos. Al hablar de la hibridación entre lo orgánico y lo mecánico, o entre lo real y lo ficticio, estos autores también aportan sustento al concepto de psiconírismo.

La noción de que el individuo es un ser híbrido que transita entre diferentes estados y realidades resuena con la idea de explorar y crear en el mundo onírico, mientras que a la vez el rizoma es un modelo descriptivo de organización sin jerarquías que se alinea con el concepto de "bucle" en el psiconírismo. En lugar de seguir una estructura lineal o jerárquica, el bucle representa un ciclo continuo de experiencias y procesos creativos que se entrelazan y retroalimentan entre sí. Al igual que las ramas del rizoma se entrelazan y conectan entre sí, los procesos mentales en el psiconírismo se entrelazan y se influyen mutuamente, creando un flujo dinámico de pensamiento y creación.

La idea del cyborg también se entiende como una hibridación entre la máquina y el organismo, una criatura de realidad social (podríamos referirnos a la vigilia como un ejemplo) y ficción (lo que podría representar el mundo onírico en este caso) es un ser que sobrevive a la

frontera y se encarga de desdibujarla, llevando a proponer el término "onironauta" para describir a aquellos que exploran y construyen en el universo onírico, pero esta idea va un paso más allá, ya que el onironauta es aquel individuo que, como explorador consciente del mundo onírico, navega por los paisajes de los sueños y participa activamente en su creación y exploración. Sin embargo, lo que lo distingue es que no se limita solo a ese mundo onírico, sino que también toma referencias y experiencias de la vigilia para enriquecer su experiencia en el mundo de los sueños.

El onironauta es como un puente entre dos realidades: la realidad consciente y la realidad de los sueños. Al hacer referencia y tomar elementos de ambas realidades, el onironauta enriquece su experiencia tanto en el mundo de la vigilia como en el mundo onírico. Esta interconexión entre los dos mundos refuerza la idea de que no están completamente separados, sino que están entrelazados de formas complejas y mutuamente influyentes. El onironauta no solo desdibuja las fronteras entre la realidad y la ficción, sino que también reconoce la importancia de la creatividad y la imaginación en este proceso.

Parte 2 Dos tentáculos, Las etapas del sueño, procesos de aprendizaje corporal

El Onironauta como creador de la realidad onírica, citando a Gastón Bachelard, el concepto de que el ser volador se declare inventor del vuelo puede aplicarse al Onironauta. En el mundo de los sueños, el Onironauta es el creador de su propia realidad, navegando y construyendo activamente el paisaje de sus sueños. Aunque estas creaciones puedan parecer improbables o incluso imposibles en el mundo físico, dentro del sueño adquieren una verosimilitud propia para el soñador, lo que les confiere una realidad significativa en ese contexto. Aunque ya es creativo en el mundo onírico, no se puede extraer esos elementos creativos y aplicarlos en el mundo real. Aquí es donde entra en juego la importancia de reconocer y valorar la experiencia onírica como una fuente legítima de creatividad y conocimiento. Al igual que en los estados del sueño (REM, rapid eye movement y NREM no rapid eye movement, o en español, MOR movimiento rápido de los ojos y NMOR, no movimiento rápido de los ojos) al regresar de la vigilia se hace un traspaso de saberes y experiencias, donde hay un semi despertar y posteriormente el despertar, solo hay que concientizarlo y activarlo.

En Winsconsin, Lampros, Giulio y Sophie (2019) se expande la información sobre las etapas del sueño. La primera etapa es la del sueño NMOR de no movimiento rápido de los ojos conocido mayormente en inglés (NREM No Rapid Eye Movement) que consta de 4 fases internas que preparan el cuerpo y la mente para la siguiente etapa que es, el sueño de MOR o movimiento rápido de los ojos conocido en inglés principalmente como (REM Rapid Eye Movement) etapa en donde consta de solo una fase. A continuación, explicaré brevemente en qué consisten estas fases:

ETAPA NREM

Fase 1: (SREM - Somnolencia o pre-sueño), donde el cuerpo empieza a entrar en un estado de reposo, disminuyendo la actividad fisiológica de manera gradual, es donde la persona puede despertar más fácilmente con estímulos sensoriales.

Fase 2: Con una duración de entre diez y veinte minutos aproximadamente, donde el sueño es más profundo, pero aún el cuerpo disminuye la actividad fisiológica y aún se puede despertar fácilmente.

Fase 3: (SREM - Somnolencia o pre-sueño), preparación para la siguiente etapa. Puede durar entre quince y treinta minutos, ahora los músculos ya están relajados y disminuyen las constantes vitales (las constantes vitales reflejan el funcionamiento vital del cuerpo, como los latidos del corazón, la temperatura corporal o el ritmo en la respiración) se mantienen en una constante, hasta aquí la primera fase del sueño profundo, donde aumenta la dificultad para despertar a la persona.

Fase 4: Puede durar entre quince y treinta minutos, pero si hay falta de sueño, esta etapa ocupa la mayor parte del tiempo mientras se duerme. Es etapa del sueño más profundo, donde la dificultad para despertar a la persona es muy alta, aparte de que sus constantes vitales están bajas, no se recomienda despertar a la persona y menos con elementos fuertes o de manera brusca o violenta. Dependiendo del rango de edad, y algunas variables de estado de salud puede causar la aparición del sonambulismo y/o enuresis, aunque también estos padecimientos pueden ser hereditarios.

ETAPA REM

Fase 1: Esta etapa se presenta tras casi noventa (90) minutos de haberse dormido, ya que la etapa NREM hay una constante preparación y relajación del cuerpo y la mente para la recuperación fisiológica y psicológica, haciendo retornos entre fases, (SREM fase1, NREM fase 2, SREM fase 3, NREM fase 4, retorna a SREM fase 3, y vuelve a avanzar a la fase SREM 3, una y otra vez) El sueño plantea el bucle como una estrategia de aprendizaje fisiológico sino psicológico.

El bucle, como estrategia de aprendizaje, sugiere que el proceso de consolidación de la memoria y el aprendizaje no es lineal, sino que implica ciclos repetitivos de consolidación y reinicio. Esto se refleja en las etapas del sueño, donde el individuo experimenta ciclos de sueño REM y NREM, alternando entre estados de sueño profundo y sueño ligero.

Al aplicar este concepto de bucle y el psiconirismo al mundo de la creatividad, se propone entender el dormir como un proceso en el que los sueños no solo son experimentados pasivamente, sino que también se utilizan activamente como fuente de inspiración y conocimiento. Al trasladar los elementos de los sueños al mundo real en estado consciente, se da lugar a un proceso creativo que trasciende los límites de la experiencia onírica y se materializa en el mundo tangible.

Este enfoque no solo enriquece la comprensión del proceso creativo, sino que también sugiere una conexión más profunda entre los dos estados mentales: la vigilia y el sueño. Al aprovechar los ciclos del sueño y el bucle como herramientas de aprendizaje y creatividad, se integra de manera efectiva la experiencia onírica en la vida cotidiana, lo que puede tener implicaciones significativas en el crecimiento personal y artístico.

Parte 3 Tres tentáculos, lo que no es, lo que es y el valor del genero

Hay que aclarar que el psiconirismo no es surrealista, Rubín (1925) plantea dos polos en la investigación surrealista el polo automatista/abstracto y el académico/ilusionista, correspondiente a los dos puntuales freudianos de la teoría surrealista. Aunque estas modalidades pictóricas parecen muy diferentes, afirma Rubín, ambas remiten al concepto de la imagen metafórica irracionalmente concebida. (Rubin en Krauss. 1986).

De todas maneras, en el surrealismo, se exploran estados mentales como el automatismo y los sueños para acceder a una dimensión irracional y metafórica de la mente. Estas modalidades pictóricas, aunque aparentemente diferentes, comparten la característica de evocar imágenes que desafían la lógica y la razón, pero que tienen un profundo significado simbólico para el individuo que las experimenta.

Por otro lado, el psiconirismo, como se describe en el numeral anterior, se diferencia del surrealismo en que los eventos experimentados durante el sueño son percibidos como reales por el individuo. Además, el proceso mental del sueño, especialmente en las etapas NREM y REM, no es irracional, sino que puede considerarse un proceso productor de conocimiento. De hecho, hay momentos en los que el individuo experimenta un desfase de la realidad, donde no puede distinguir entre el sueño y la vigilia, lo que sugiere una interacción compleja entre los dos estados mentales.

En la fenomenología de la imaginación, se aborda una perspectiva sobre cómo experimentamos y comprendemos la realidad a través de la imaginación. Esta variación de la realidad, donde los límites entre lo consciente y lo inconsciente se difuminan, abre nuevas posibilidades para la exploración creativa y la comprensión de la mente humana, como lo expresa Mendoza (2018):

“En este sentido corriente, imaginar o fantasear algo es entendido como pensar en algo que se encuentra “fuera” de la realidad.” Bajo este criterio, un unicornio es un objeto imaginable o pertenece al mundo de la fantasía, pero no se le puede considerar “real”. Y, sin embargo, mientras hacemos vivencia de la fantasía de un unicornio, éste “es”. Pag 232)

Por su parte, en cuanto a producción de 1924 a, Varo y Carrington se catalogaron como artistas surrealistas por la naturaleza de su obra, que explora temas de fantasía, sueño y transformación. Sin embargo, estas artistas podrían ser consideradas también como precursoras del psiconirismo, ya que su trabajo no solo se limita a la representación de elementos fantásticos, sino que también exploran la realidad desde una perspectiva subjetiva y profunda.

Como lo expresa Carrington (2011) en el siguiente extracto de entrevista: “En realidad yo no pienso en términos de explicación, no, sí. Visual, para la pintura”. Entrevistador: Estoy bien en decir que no es surreal, no es irreal, es tan solo otra realidad, Leonora: “¡Si! Así es. Que estas

artistas no se vean surrealistas, sino exploradoras de otra realidad, sugiere una comprensión más compleja y matizada de su trabajo. Al ver sus obras como representaciones de otra realidad, se desafía la noción de que la creatividad femenina se limite a lo surreal o lo irreal. En cambio, se reconoce la capacidad de estas artistas para crear y representar una realidad alternativa que es válida y significativa en sí misma.

Ellas perfectamente podrían ser artistas psiconíricas, con todo y que al vivir en la Europa que acababa de sufrir la Primera Guerra mundial se encontraban en medio una estructura patriarcal donde marginalizaron e invisibilizaron el arte de las mujeres.

Con respecto a la desvalorización de género sufrida por las artistas, es importante destacar a Margaret Keane, una retratista y pintora, que estuvo oculta a la sombra de su marido, Walter Keane, que la convencía de que, si él presentaba las obras era probable que ganasen más dinero por ambos, su obra es reconocida por los rasgos delicados de los personajes que estaban caracterizados por unos grandes ojos. Podemos hablar también de Lucia Moholy (Praga, 1894-Zúrich, 1989) una autora en el legado de la Bauhaus. En ese entonces Lázló Moholy-Nagy estaba especializado en pintura, pero Lucia hizo de mentora suya en el campo de la fotografía. Ella se convirtió en la fotógrafa principal del centro, pero nunca se le reconoció en las publicaciones y acabó relegada al papel de "colaboradora entre bambalinas" o se la reconocía como "fotógrafa y escritora en prácticas" (Sieira, 2019).

Es importante reconocer el papel histórico que las mujeres han desempeñado en el mundo del arte y cómo, en muchos casos, se han enfrentado a barreras y prejuicios para expresarse y ser reconocidas. El hecho de que algunas mujeres hayan tenido que esconder su identidad detrás de seudónimos masculinos para ser tomadas en serio en el ámbito artístico es un testimonio de las desigualdades y limitaciones que han enfrentado.

Las mujeres han sido marginadas y subestimadas en el campo del arte, y sus contribuciones se han pasado por alto o minimizadas. Sin embargo, a pesar de estas dificultades, muchas mujeres han perseverado y han dejado un legado significativo en todas las disciplinas artísticas.

Es esencial desafiar la idea de que la creatividad femenina está inherentemente ligada a lo surreal o lo fantasioso, y reconocer que las mujeres son artistas y creadoras capaces de abordar

una amplia gama de temas y estilos. La diversidad de voces y perspectivas en el arte enriquece nuestra comprensión del mundo y nos ofrece nuevas formas de ver y experimentar la vida.

Reconocer la importancia de los sueños y el mundo onírico es fundamental para comprender la complejidad de la experiencia humana y promover el crecimiento personal y la creatividad.

Al igual que celebrar las contribuciones de las mujeres en el arte, valorar y comprender los sueños como experiencias reales y significativas nos ayuda a desafiar las narrativas restrictivas y promover la igualdad de oportunidades para todas las personas, independientemente de su género.

Los sueños no son solo una actividad nocturna pasiva, sino un espacio activo donde ocurren procesos complejos de pensamiento, emoción y creación. Explorar el mundo onírico nos brinda la oportunidad de profundizar en nuestro autoconocimiento, comprender nuestras emociones y experiencias pasadas, y desarrollar nuevas perspectivas sobre nuestra vida y nuestras aspiraciones.

Al reconocer la importancia de los sueños y el mundo onírico, podemos abrirnos a nuevas formas de entendimiento y crecimiento personal. Nos ayuda a ampliar nuestra percepción del mundo y a cultivar una mayor empatía y comprensión hacia nosotros mismos y hacia los demás.

Por lo tanto, alentar la exploración y la valoración de los sueños y las contribuciones de las mujeres en el arte es un paso crucial hacia la creación de un mundo más inclusivo, creativo y lleno de oportunidades para todos.

Parte 4 El cuarto tentáculo, el sueño como meta, como logro.

¡Absolutamente! El término "sueños" no solo se refiere a las experiencias nocturnas que se tienen mientras se duerme, sino que también se usa metafóricamente para hablar de metas, aspiraciones y deseos de la vida diurna. En este sentido, ser psiconíricos implica no solo explorar y comprender los sueños nocturnos, sino también perseguir y realizar los sueños y aspiraciones en la realidad consciente.

Ser psiconíricos implica reconocer que los deseos y metas, aunque puedan parecer imposibles o irreales en un principio, tienen el potencial de convertirse en realidad si se trabaja para alcanzarlos. Al igual que en el mundo de los sueños, donde se pueden experimentar situaciones y escenarios aparentemente imposibles, en la vida diurna también se pueden desafiar los límites y superar obstáculos para lograr las metas más deseadas.

Alentarse mutuamente a ser psiconíricos significa inspirarse a perseguir pasiones y seguir sueños con determinación y valentía. Significa creer en sí mismos y en las capacidades para crear la vida que se desea, incluso cuando se enfrentan desafíos y adversidades en el camino.

Ser psiconírico implica perseguir los sueños con pasión y determinación. ¡Nunca subestimar el poder de sus sueños para transformar la vida y el mundo!



Ilustración 1. El pulpo de verano 2022 Elaboración propia.

Nombre: El pulpo de invierno

Fecha: 17/mayo/2021

Color: Azul oscuro, amarillo, blanco.

Elemento: Agua

Tema: Búsqueda de una felicidad ¿falsa?

Sensación / atmosfera: Curiosidad, nostalgia.

Un pequeño pulpo con ojos brillantes sacaba su cabeza fuera del agua para ver la orilla que estaba cerca de él, cada que sacaba la cabeza parecía que cambiara el clima y hasta de lugar. Un día era primavera, con un millar de flores con colores brillantes frente a él, no lo pensó y con cada tentáculo se aferró a una flor, se fue llevando varias bajo el agua y las sembró bajo la arena mojada, volvió a subir, pero esta vez era otoño y las flores no estaban, pero sí unas pequeñas hojas naranjas y marrones que crujían con sus ventosas. Empezó a experimentar, se sorprendió tanto al tacto que con dos de sus tentáculos al tiempo formaba una canastilla donde metía las hojas para ya en casa jugar con ellas, cuando empezó a hundirse para llevarse las hojas, varias se salían de las patas y flotaban, así que este pulpo apoyándose en sus otras patas las hundía y caían suavemente.

Cuando observó, sus flores estaban marchitas y sus colores no se veían igual que arriba, para pasar su pequeña pena decidió jugar con estas hojas de colores cálidos que tenían texturas y sonidos fascinantes, su decepción y tristeza aumento cuando paso una de sus ventosas por encima de la hoja para hacerla crujir, pero esta no sonó, solo se dobló, y la sensación ya no tenía la magia que a este pulpo le atraía. Un poco molesto, triste y frustrado

volvió arriba, vio como había arena y con ella podía jugar, intento nuevamente llevársela a su casa, pero al tocar el agua se volvía arena lodosa.

Así que este pulpo bajó a su pequeña casa bajo el agua y se cuestionaba que, si tal vez su felicidad era allí en la superficie, viviendo todos estos diferentes climas cálidos y con colores, sonidos y texturas fascinantes, explorar y conocer era algo nuevo para él, pero estaba motivado, así que espero al día siguiente para emprender su ida a la superficie.

Cuando amaneció sin vacilar tanto subió directamente, esta vez estaba lloviendo, y el suelo estaba vacío como pavimento frío, salió y se sentó allí a esperar, se dijo a si mismo que en cualquier momento todo cambiaria y estaría ahí para observar los cambios, no se equivocó porque empezó a nevar, no llevaba mucho tiempo allí, pero se estaba desmayando, al fin y al cabo él era un pulpo, no podía vivir en la superficie sin agua, él no era consciente de esto y seguía expectante por un cambio, la nieve seguía cayendo y cubriendo sus patas, cuando el ya vio que no habría ningún cambio y que estaba mal, concluyó que ¡debía regresar!, sus patas estaban extendidas y enterradas bajo la nieve, cuando tomo conciencia ya era demasiado tarde. Murió en un lugar que él creía mágico, pero al final fue su cementerio.

La almohada

El espacio

El espacio en el que se duerme es fundamental para la calidad de sueño y para las experiencias oníricas. Cada elemento dentro del espacio, desde la cama y la almohada hasta el ambiente general de la habitación, juega un papel importante en el descanso y en la forma en la que se experimentan los sueños.

La cama, la almohada, el pijama y otros elementos pueden actuar como anclas emocionales y físicas que ayudan a sentirse seguro, cómodo y relajado mientras se duerme. La familiaridad y la comodidad del entorno de sueño pueden influir en la profundidad y la calidad del descanso, así como en la naturaleza de los sueños.

Además, el espacio en el que se duerme puede ser un reflejo de la identidad y personalidad. La forma en la que se organiza y se decora una habitación puede decir mucho sobre quiénes somos y qué valoramos. Por lo tanto, dedicar tiempo y esfuerzo a crear un ambiente acogedor y propicio para el descanso puede ser una forma poderosa de cuidar el bienestar emocional y físico.

Al reconocer y valorar la importancia del espacio de descanso, se puede tomar medidas para optimizar y asegurar las necesidades y preferencias individuales. Esto puede incluir la elección de muebles y accesorios que promuevan el confort y la relajación, así como la creación de rituales y hábitos que fomenten un sueño reparador y rejuvenecedor. (Bachelard. 1957) Pág. 36.

Es fascinante observar cómo las diferentes culturas del mundo han desarrollado distintas prácticas y hábitos en torno al sueño y al descanso, adaptándose a sus condiciones climáticas, geográficas y culturales, específicas. Estas prácticas muestran cómo las necesidades físicas y psicológicas influyen en la forma y diseño de los espacios de descanso.

En Japón, por ejemplo, la tradición de dormir en el suelo está arraigada en su cultura y se ha adaptado para proporcionar un descanso cómodo y saludable, alineando la columna y promoviendo una postura adecuada para el cuerpo. La práctica refleja la conexión profunda entre el ser humano y la naturaleza, ya que aprovecha el calor natural del suelo y la temperatura ambiente.

En algunas zonas de Colombia, la preferencia por camas amplias y colchones acolchados puede estar influenciada por el clima variado y la presencia de animales en algunas regiones. La necesidad de protección contra el frío o la humedad, así como el deseo de comodidad y suavidad, puede guiar las elecciones de diseño y materiales para el espacio de descanso.

El uso de hamacas en las regiones costeras del Caribe colombiano es otro ejemplo de adaptación a las condiciones locales. Las hamacas permiten una ventilación adecuada y protección contra los animales terrestres, al tiempo que proporcionan un descanso fresco y cómodo en climas cálidos y húmedos.

Estas prácticas muestran la importancia de considerar las necesidades individuales y ambientales al diseñar los espacios de descanso. Al hacerlo, no solo se promueve un sueño reparador y saludable, sino que refleja esa identidad y autonomía, así como una comprensión creciente del entorno y del ser mismo.

La existencia de un espacio limitado compartido, con seres conocidos o desconocidos, puede generar sensaciones de falta de control y deseo de individualidad. El deseo de tener un

espacio propio y personalizado puede entenderse como una forma de afirmar la identidad y establecer autonomía dentro del entorno.

Mi primera cama se compartía, dormíamos tres en el mismo espacio. Luego de un tiempo logré tener mi espacio propio, algo que se complicó por el evento mundial de una crisis de salud por el COVID-19 que nos obligó a la cuarentena. (Notas de campo 2019)

El evento mundial de la crisis de salud por COVID-19 y las medidas de cuarentena amplificaron estas experiencias al obligar a las personas a permanecer en sus hogares durante largos períodos de tiempo. Para quienes ya buscaban su propio espacio y autonomía, esta situación puede haber sido especialmente desafiante al tener que compartirlo durante un período prolongado.

En estas circunstancias, es comprensible que la búsqueda de un espacio propio y personalizado sea aún más importante, ya que proporciona un refugio y un lugar para expresarse libremente, incluso en medio de restricciones externas. La capacidad de tener un espacio que refleje la identidad y brinde un sentido de control puede ser crucial para mantener el bienestar emocional y mental durante tiempos difíciles. Fue importante reconocer estas necesidades y buscar formas de crear espacios personales dentro de los confines. Esto implicó establecer límites claros en el hogar, encontrar momentos de soledad y reflexión, y personalizar el entorno según las preferencias y necesidades individuales.

Algunas prácticas que implementamos fueron, cambiar el horario de sueño y actividades dando un espacio cruzado, también definir unos elementos claves que no se podían compartir o intercambiar, el uso de auriculares fue indispensable, ya que algunos teníamos clases virtuales otros teletrabajos, pero también había momentos de esparcimiento donde se quería usar el parlante. Negociar con la familia para hacer estos acuerdos fue necesario, pero mejoraron los hábitos y las tensiones que se generaron. Después de la cuarentena vimos necesario volver a hablar de estos acuerdos, puesto que las rutinas cambiaron nuevamente.

Quiero resaltar que antes nunca había tenido una conversación de esta índole donde se pactaban parámetros con la familia, ya que igual en la familia hay relaciones de poder donde se obedece a la cabeza del hogar. Llegar a un momento de caos permitió generar prácticas y dinámicas para llegar al orden. (Notas de campo 2019)

Es importante destacar el cambio en la dinámica familiar al pasar de obedecer a la "cabeza del hogar" a negociar y colaborar entre todos los miembros de la familia. Esta transformación puede ser un paso crucial hacia un ambiente más equitativo y colaborativo, donde se fomenta el respeto mutuo y la comunicación abierta. La experiencia de llegar a un momento de caos y luego establecer prácticas y dinámicas para alcanzar el orden es un testimonio del poder de la adaptabilidad y la colaboración.



Ilustración 2. La casa
(25 mayo2021) Elaboración propia.

Nombre: Independiente en el vacío

Fecha: 20/mayo/2021

Color: Verde, café.

Elemento: Tierra

Tema: Independencia, espacio íntimo.

Sensación / atmosfera: Amor, comprensión, paciencia.

Mi pareja de ese entonces estaba deprimida, se le notaba una desesperación, pero era bastante sutil al mostrar sus emociones.

Ese día me llamó para decirme que se trasteó a un apartamento y que él estaría solo, que eso le alegraba, así que me invitó a visitarlo y conocer el dichoso lugar.

¿Habéis visto un coliseo? Era algo así, pero cuadrado, un pequeño terreno con patio abierto, con cemento a medio aplicar; no había cuartos ni bodegas en el primer piso. En el segundo estaban los apartamentos construidos a mitad de las columnas, o sea, qué mitad del cuarto salía hacia la calle y mitad dentro de la misma estructura, lo que dejaba luz al patio central.

El apartamento de él era el 2. Para ascender, había tablas sobrepuestas, aquellas que se utilizaban para las bases de las camas antiguas, algunas más delgadas que otras, estaban sobrepuestas al final de cada una, entre puestas de forma desprolija y formando un espiral desde el borde de la entrada principal hasta las puertas de madera podrida de cada apartamento, que debían cerrarse con cadenas y candado. Por la forma descuidada de las "escaleras" tocaba subir a gatas y, como todos los cuartos estaban en el segundo piso, no todos los escalones casaban exactamente con la puerta, así que había que darse maña para subir y para entrar.

Al conseguir entrar al cuarto, era tierra cubierta con un tapete, absorbía polvo, solo estaba la cama de él, su computador, y un mueble donde guardaba su ropa. Era bastante pequeño y feo siendo honesta, pero a él le parecía lo mejor del mundo, alienado por su independencia o algo así.

No pude estar allí por diez minutos. Solo tomé lo que se pudo de allí y le dije que tomara todo. Sacamos cosas al patio central para facilitar sacar las cosas. Bajamos con las manos y bajábamos con el mayor cuidado que pudimos. Todo se vino abajo. Me preguntaba cómo hizo para subir todo sin caer al patio, y cuando estaba abajo, solo gritamos a un camión que pasaba por allí.

Memoria y realidad onírica

Si se quiere recordar los sueños, lo que recomienda Dee, Engel y otros autores del sueño es hablar, escribir, tener un diario sobre ellos, cada uno emplea elementos para anotar y recordar, por ejemplo, Dee nos proporciona un esquema para iniciar el diario de sueño. Para Dee, se debe escribir la fecha, enumerar el sueño, señalar la sensación o atmósfera en que se produce el sueño y mencionar los temas relacionados.

Registrar detalles como la fecha, la hora, la sensación, un asunto, el movimiento o viaje del sueño, algunos objetos y colores presentes, las conversaciones y cualquier asociación previa puede ayudar a tener una imagen más clara y completa de la experiencia onírica.

Además, nombrar un elemento fundamental del sueño como título y mencionarlo o escribirlo una sola vez puede ser una técnica efectiva para reforzar la memoria del sueño. Al centrarse en un aspecto clave o significativo del sueño y registrar su título, se crea un ancla que permite recordar fácilmente el resto del sueño.

Es importante experimentar con diferentes enfoques y encontrar lo que funcione mejor individualmente. Cada persona puede tener métodos y técnicas diferentes que se adapten mejor a sus propias preferencias y estilos de pensamiento. Lo crucial es mantener la práctica regular de registro de sueños para aprovechar al máximo este valioso recurso para la exploración personal y el autoconocimiento.

Otro ejercicio o elemento es el concepto de «tótem» presentado en la película “Inception” por Nolan, C. (director). Es fascinante y refleja una forma ingeniosa de discernir entre la realidad y el mundo onírico. El uso de un objeto personal e intransferible como el tótem permite a los personajes del equipo verificar si están en su propia realidad o en el sueño de otra persona.

La funcionalidad del tótem radica en su capacidad para desafiar las leyes de la física y la estética en el mundo onírico. Al realizar una acción específica que solo debería ocurrir en la

realidad física, el individuo puede confirmar si está en la realidad o en un sueño. Si el tótem se comporta de manera inusual o rompe una norma básica de la realidad, indica que la persona se encuentra en el mundo onírico.

Este enfoque proporciona una manera práctica y efectiva de mantener la conciencia mientras se navega en el mundo de los sueños. Pero también existe una práctica más arriesgada que implica realizar pruebas de realidad dentro del sueño. Estas pruebas implican ejecutar acciones que desafían la lógica o las capacidades físicas en el sueño para determinar si se está en la realidad o en el mundo onírico.

Aunque esta práctica puede ser útil para algunos, también conlleva riesgos, especialmente para aquellos que experimentan sonambulismo u otros trastornos del sueño. Las reacciones físicas durante el sueño, como el movimiento rápido de los ojos, las sacudidas corporales o las acciones impulsivas, pueden reflejar la actividad cerebral relacionada con las experiencias oníricas y ayudar al cuerpo a responder a situaciones potencialmente peligrosas en el sueño.

En resumen, para apreciar y aprovechar el mundo onírico es necesario realizar una exploración personal, que puede implementarse tanto en la práctica onírica como en la vigilia.

Esto se logra a través de elementos como el mantenimiento de un diario personalizado donde se documenten los sueños, las experiencias y el proceso de exploración. También es útil experimentar directamente con la experiencia onírica, por ejemplo, mediante el uso de un tótem o pruebas de realidad, que sirven como métodos para explorar y comprender los límites entre la realidad y el mundo onírico. Sin embargo, es importante tener en cuenta los posibles riesgos y limitaciones de estas prácticas.



Ilustración 3. Los dientes (19 abril 2021)
Elaboración propia.

Nombre: Los Dientes

Fecha: 19/abril/2021

Color: Azul, rojo, verde

Elemento: Agua

Tema: Perdida de dientes, pena e insatisfacción visual.

Sensación / atmosfera: Dolor, ansiedad, incomodidad.

Desperté de sobresalto. De por sí, me considero una persona asocial y ansiosa, las

nuevas cosas siempre me dan nervios, pero mi estupidez hace que sea impulsiva sin pensar, hace algunos días alguien de mi barrio me empleo, y yo como siempre solo digo sí.

Justo hoy empiezo a trabajar, el empleo es de noche así que debo acomodarme con los horarios, estudio en la mañana, en la tarde duermo para en la noche trabajar, (en mi mente parecía tan fácil) así que a eso de las 12 pm me predispongo a dormir y a las 3 pm me despierto de sobresalto, mi olor de sudor siempre es similar a la sábila, como ese áloe regándose.

Sentía una presión en la garganta, llevaba mi vestido de cuadros corto, acompañado de mi camibuso de cuello redondo con el que lo suelo acompañar, a veces el cuello se subía y hacía presión, nunca tanto como para asfixiarme (un sabor a saliva pesada), pero supuse que tal vez era este el que me generaba tal sensación así que solo lo muevo hacia abajo para darle vía libre a mi garganta. Por el contrario, la sensación de ahogamiento persistía, así que solo me levanté abruptamente. — Solo era un sueño, recuerdo que eso fue lo que pensé, estaba boca abajo, y mi saliva regada en mi almohada. Sin más rodeos dije: “ya está”, así que empiezo a organizar la cama y todo lo demás. No sé por qué me dio por mover mi lengua, pero entre ese tanteo de mi boca con la lengua sentí el maldito canino. ¡Condenado canino!

Era el canino superior izquierdo, estaba flojo, esa sensación de infancia, de cuando se te caen los dientes de leche, pero estos no son de leche, así que igual una presión ligera en la encía hacía que doliera, mi ansiedad con esa sensación era insoportable y yo en vez de esperar y llamar a un experto en la salud bucal, me pongo con la lengua a empujar y jalar, dele y dele, aun sin estar cómoda, meto mi mano y empiezo a moverlo hacia abajo, de un tirón fuerte, saqué el maldito canino, ¡sí! Pensé que eso me dejaría

en paz, (una prótesis para un diente y ya está) será fácil disimular por hoy en mi primer día de trabajo que me falta un diente. ¿Qué es eso? ¿Qué pasa? El sabor de hierro fuerte en mi boca, estoy llena de sangre, pero su sabor, no es el normal, es como ese sulfato ferroso, como si chupara hierro (odio ese sabor).

Abro mi boca para saber que sucede, y parece que el canino que saque presionaba la encía, dándole el posicionamiento a cada diente, estaban como palillos en una corredera, empezaron a caer por grupos, todos los dientes de la parte superior, ¿qué pasa? ¡¿Qué?! Entro en pánico y me agacho, así que con la misma mano de antes, empiezo a empujar los dientes hacia arriba con la idea de anclarlos a la carne (sabor a carne), pero cada intento es fallido, y, por el contrario, abro la carne, permitiendo la salida con más facilidad, por un último intento para que no se caigan, muerdo con severidad, pero los dientes ya ni están en la encía, así que solo clavo mis dientes de la parte inferior a la parte superior, la sangre es espesa y cae demasiada, esto parece una masacre, yo en el piso llorando ya de dolor, y toda esa sangre cayendo de mi boca.

Veo que mi hermano sube y se asoma, me ve, y solo me pregunta ¿Qué hace? en un último intento tartamudeado, le digo que llame a urgencias, y me pregunta cuál es el número (Más coraje no me puede dar, aunque bueno, por lo menos llamo a mi mamá, pero lo dice como si yo estuviera exagerando)

—Jum, no se má está ahí tirada en el piso, quien sabe ahora que le dio.

Me arrastro hacia donde está él y le muestro mi boca. Él solo hace un gesto de asco, miedo y repudio; esta vez lo toma más en serio y le dice que no sabe qué hacer. Los dientes que estaban resguardados en mi boca, al abrirla, cayeron.

¡Pum! Me levanté agitada; al parecer, solo fue un sueño. Estoy sudando frío, me taneo con la lengua como por asegurarme, ¡uf, fue únicamente un sueño! Ya lo asumo con más seguridad, empiezo a organizar la cama y todo lo demás, bajo a almorzar y prendo el computador, para empezar a escribir sobre mi proceso de mi tesis. Llevaba dos páginas, bien estructuradas. (Me inspira), pero me quedé viendo la hora. Decía 17:30, tenía hasta las 18 horas para salir y llegar a tiempo a mi trabajo (mi primer día de trabajo) así que dije, aún tengo tiempo, puedo escribir más, ¡oh, sí! ¡Oh sí! ¡Esto está bien! Me gusta la forma que está tomando mi investigación, sentía una satisfacción increíble, nunca nada me sale tan fluido, volví a ver y aún eran las 17:30, ¿estaré loca? ¿Abre, mirado mal la hora? Igual continué, y por última vez volví a mirar la hora, nunca cambió, así que, entre pánico inseguro, solo traté de guardar el archivo, la pantalla se puso en blanco. Y otra vez me levanté de sobresalto.

Instinto de supervivencia

El instinto humano juega un papel crucial no solo en las acciones cotidianas, sino en los sueños y pesadillas. Al presenciar situaciones potencialmente adversas en la vida real, tales como la sensación de persecución o la posibilidad de caer, el instinto de supervivencia se activa de manera instantánea, reaccionando con prontitud para salvaguardar.

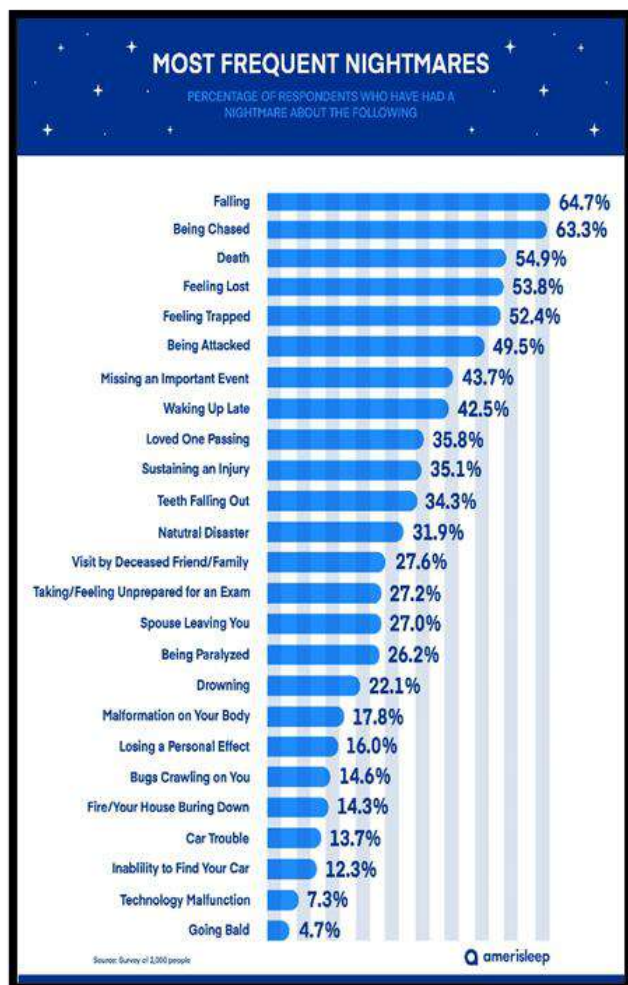


Gráfico 1. Evidence nightmares (15 octubre 2019)

enfrentar y procesar miedos y preocupaciones subconscientes.

La actividad cerebral relacionada con la inhibición del miedo aumenta en proporción a la cantidad de sueños aterradores, lo que sugiere que experimentar miedo en los sueños puede

Sterpenich. V, Perogamvros. L, Tononi. G, & Schwartz. S. (2019). Realizaron una encuesta en el año dos mil dieciséis (2016) por Amerisleep, a dos mil ciudadanos de Estados Unidos se les preguntó sobre las pesadillas más comunes, descubriendo que era el acto de caer, ser perseguidos y morir. Al mismo tiempo, aquellas personas que tienden a tener más pesadillas se perciben como personas que tienden a reaccionar con más rapidez ante ciertas situaciones. Algunos lo enunciaron como: “Las pesadillas nos preparan para la vida real”.

El papel de las pesadillas en la liberación de la ansiedad y el procesamiento emocional es un tema complejo. Estos sueños pueden considerarse «ensayos emocionales», donde la mente simula situaciones amenazantes o perturbadoras para ayudar a

ayudar a modular el miedo en la vigilia, actuando como una forma de liberación emocional o entrenamiento para los desafíos de la vida cotidiana.

Asimismo, las inquietudes que suscitan la muerte de familiares pueden conducir a una reflexión profunda y confrontación con temas difíciles en la vida actual. El despertar de un sueño donde un ser querido fallece puede provocar una intensa búsqueda de ese familiar para confirmar su seguridad y confrontar la realidad. Estos sueños pueden ser catalizadores para abordar situaciones o conflictos no resueltos en relaciones personales e incluso para enfrentar el asunto de la muerte y el duelo de manera más directa.

Por otro lado, la falta de sueño y el descanso inadecuado pueden tener un impacto significativo en el funcionamiento diurno. La privación del sueño puede afectar la capacidad de concentración, la toma de decisiones y gestionar el riesgo, lo que puede llevar a un rendimiento deficiente en el trabajo o la escuela, así como a un mayor riesgo de accidentes o choques automovilísticos. Estas experiencias en la vigilia, como cometer errores o enfrentar situaciones embarazosas, pueden convertirse en contenido para futuras pesadillas, creando un ciclo de estrés y ansiedad tanto en el mundo onírico como en el mundo de la vigilia.

Los sueños y las pesadillas desempeñan un papel importante en la regulación emocional, el procesamiento de experiencias y el aprendizaje emocional. Son manifestaciones intrincadas de nuestra mente subconsciente que reflejan nuestras preocupaciones, miedos y deseos más profundos, y pueden servir como herramientas valiosas para el crecimiento personal y la adaptación a la vida cotidiana.



Ilustración 4. Caída (15 mayo 2018) Elaboración propia.

Nombre: Caída

Fecha: S/F

Color: Amarillo, blanco

Elemento: Aire

Tema: caer al vacío.

Sensación / atmosfera: Impotencia, miedo.

Muchas veces he sentido que me caía y de sobresalto me despertaba, más de una vez era bajando escaleras estrechas, donde solo podía pasar una sola persona, cortas entre cada escalón, haciendo que la caída nunca se detuviese. O si no, resbalando por una canaleta mojada con moho donde el agua salpicaba mis piernas. En una ocasión, hice un split y caí a un gran y profundo vacío negro. Soñaba que discutía con personas que me caían mal y todo sucedía como un team fight. Cada vez que derrotaba a alguno, caíamos los demás a un piso inferior a seguir una pelea sin sentido, y en vez de ascender solo bajaba y bajaba.

Siempre le he tenido miedo a los ascensores, que estos queden sin frenos o que estas poleas se rompan por el peso. Que de la nada te haga bajar y quedarte estático en un piso; sin mencionar la claustrofobia que puede llegar a causar.

Ahí estaba yo sola en un décimo segundo piso, cuando este de la nada se apaga y sin más baja a toda velocidad y descende al sótano.

Sueño y conocimiento

El mundo onírico no solo establece conexiones con la vigilia, sino que también puede ser un espacio de creación y generación de conocimiento. En los sueños, el individuo puede experimentar nuevos procesos intelectuales, explorar ideas creativas y enfrentarse a problemas de manera innovadora.

Estos procesos no suelen ocurrir de forma instantánea, sino que están motivados por el propio ser y pueden surgir como respuestas espontáneas a estímulos internos o externos. Los sueños pueden ofrecer un terreno fértil para la experimentación mental y la generación de ideas, ya que en este estado de conciencia se liberan ciertas barreras cognitivas y se accede a un nivel más profundo de la mente.

Es importante reconocer el valor del mundo onírico como un espacio donde se pueden realizar procesos cognitivos complejos y donde se puede obtener un mayor autoconocimiento. Al aprovechar las experiencias y los aprendizajes que surgen en los sueños, podemos enriquecer nuestra vida tanto en el plano personal como en el intelectual. Dans. (2011) menciona casos que son ejemplos interesantes del poder del sueño creador en la historia.

Dmitri Mendeléyev y la Tabla Periódica: Mendeléyev era un profesor en la Universidad de San Petersburgo que estaba buscando un sistema para organizar los elementos químicos. Durante un viaje en tren en 1869, se quedó dormido y tuvo un sueño en el que vio una tabla en la que todos los elementos encajaban perfectamente. Al despertar, tomó nota de su sueño y desarrolló lo que ahora conocemos como la Tabla Periódica, que es ampliamente reconocida y utilizada en todo el mundo.

Albert Einstein y la Teoría de la Relatividad: Einstein afirmó en varias ocasiones que muchas de sus ideas más importantes, incluida la teoría de la relatividad, le llegaron en forma de sueños. En particular, mencionaba que la imagen de viajar por el espacio cabalgando sobre un rayo le vino en un sueño. Aunque algunos atribuyen esta cualidad creativa a su hábito de dormir más de 8 horas diarias, lo cierto es que pasaba mucho tiempo en el mundo onírico, lo que puede haber contribuido a su genialidad.

Mary Shelley y Frankenstein: Shelley tuvo un sueño que inspiró su famosa novela "Frankenstein". Después de escuchar una conversación entre su padre y el poeta Lord Byron

sobre el origen de la vida, Shelley tuvo una pesadilla que luego se convirtió en la base de su obra literaria. Desde sus hábitos de escritura hasta la creación de uno de los personajes más icónicos de la literatura, el sueño desempeñó un papel crucial en la inspiración de Shelley.

En el caso de Albert Einstein, su experiencia de viajar en un sueño puede ser un reflejo de su profundo pensamiento sobre los conceptos de espacio y tiempo, que se cristalizaron en su teoría de la relatividad. Dormir más de lo habitual puede haberle dado más tiempo en el mundo onírico, donde su mente pudo procesar y desarrollar ideas de manera subconsciente. En el caso de Mary Shelley, tuvo la visión que inspiró su novela “Frankenstein” después de una conversación que escuchó sobre el origen de la vida. Esta experiencia le sirvió como base y referencia para su mundo onírico y así crear una de las historias más influyentes en la literatura de ciencia ficción en el mundo de la vigilia.

“La noche del Sábado Santo de 1920, Loewi dormía en su casa y en medio de la noche se despertó sobresaltado: en su sueño había visto la respuesta, el experimento. Loewi se incorporó en la cama, cogió un trozo de papel y escribió lo que tenía que hacer igual de claro que en el sueño de la noche anterior. Esta vez no corrió riesgos, saltó de la cama, cogió su ropa, se vistió y salió corriendo para el laboratorio, en medio de la oscuridad. A las cinco de la mañana, en menos de dos horas después, el experimento crucial sobre la transmisión química estaba terminado, uno de los grandes debates sobre el funcionamiento del cerebro estaba zanjado, la respuesta era contundente y Otto Loewi ganaría el premio Nobel, dieciséis años más tarde por esos resultados”. Dans, S. (2011)

El relato de Otto Loewi es inspirador y ejemplifica cómo un sueño puede conducir a un descubrimiento científico trascendental. En su caso, la claridad y certeza con la que vio la solución en su sueño lo impulsaron a actuar de inmediato, lo que resultó en un experimento exitoso y en la resolución de un debate científico importante sobre transmisión química.

La capacidad de Loewi para captar la esencia de su sueño y actuar en consecuencia demuestra la importancia de prestar atención a las experiencias oníricas y cómo pueden influir en la vida cotidiana. Su historia también resalta el poder del subconsciente para resolver problemas complejos y generar ideas innovadoras, incluso cuando se duerme. El reconocimiento posterior de Loewi con el Premio Nobel es un testimonio de la importancia y el impacto significativo que tuvo su descubrimiento en el campo de la ciencia.

En la música, compositores como Wolfgang Amadeus Mozart y Paul McCartney han afirmado que algunas de sus obras musicales más memorables les llegaron en sueños. Mozart, por ejemplo, afirmó haber compuesto parte de su famosa obra “El sueño de una noche de verano” después de haber soñado con la música.

En el ámbito de la literatura, el poeta y escritor Samuel Taylor Coleridge afirmó que la idea de su poema “Kubla Khan” le vino en un sueño. Coleridge describió cómo había soñado con la estructura completa del poema y se apresuró a escribirlo tan pronto como se despertó para capturar la esencia de su visión onírica.

La influencia del mundo onírico en la generación de conocimiento y descubrimientos importantes es reveladora. Desde Dmitri Mendeléyev hasta Otto Loewi, ilustran cómo los sueños pueden inspirar ideas innovadoras y soluciones creativas a problemas complejos. Es fascinante cómo figuras destacadas en campos tan diversos como la química, la física, la música y la literatura han encontrado inspiración en sus sueños para lograr avances significativos en sus respectivas disciplinas. Y en el caso actual de, como también desde la investigación de creación en artes, lo psiconírico.

16 de julio, 2019 Tarot energético floral.

Fue un ejercicio con las plantas que rodean o están en el hogar, cumpliendo una función de oráculo. La investigación, la creación de cartas, se hizo desde mi propia mente, pero esta obra solo creaba elementos y dejaba en un mostrador, sino que el ejercicio se extendía a un arte participativo, donde las plantas son seres vivos suspendidos en un hábitat distinto y que entran en contacto con el humano y establecen un diálogo.

Antes de llegar a este resultado, soñé en cómo se condensaba la vida y cómo existe una codificación del lenguaje entre otros seres. Este lenguaje carecía de comprensión debido a la falta de aplicación de los mismos códigos, lo que provocó la creación de una codificación y un diálogo.

El resultado de este ejercicio me hizo comprender las relaciones y vínculos que construimos los seres con otros y la relación que establecemos con los objetos, eran esos tentáculos cosmocientíficos que menciona Haraway, esos pactos que se dan en un espacio y tiempo que conecta a todos los seres y a la vez los interconecta con las cosas.



Fotografía 1. Obra Tarot energético floral (16 julio 2019) Elaboración propia

El tarot energético floral fue una interesante integración entre la naturaleza, la espiritualidad, el arte participativo y lo psiconírico. Utilizar las plantas como elementos oraculares y crear un diálogo entre el espectador y el entorno natural es una forma única de explorar las relaciones humanas con el mundo que nos rodea.

Al involucrar al espectador de manera activa en la comprensión de la obra, se fomenta una conexión más profunda y significativa con los elementos naturales y sus energías. Este enfoque participativo no solo invita a la reflexión personal, sino que también puede inspirar una mayor conciencia sobre la interconexión entre todos los seres vivos y el medioambiente.

La comprensión de las relaciones y vínculos que se construyen con otros seres y objetos, así como la apreciación de los pactos que se establecen en el espacio y el tiempo, es fundamental para construir una vida consciente y en armonía con el entorno. La obra ofrece una plataforma para explorar y profundizar en estas conexiones de una manera multifacética, única y valiosa.

Nombre: Mundo subterráneo

Fecha: 26/ Noviembre/2021

Color: Verde, gris, café.

Elemento: Tierra

Tema: La familia

Sensación / atmosfera: Movimiento, conflicto, miedo.

Desde hace tiempo en el mundo, expertos pronostican una guerra mundial donde se cree que será por una lucha por terrenos fértiles o agua.

Para este momento los conflictos internos de cada país se habían estallado, los rebeldes, guerrilleros, defensas del pueblo y otros nombres que adoptaron las personas que defendían al pueblo de las opresiones y agresiones del estado, pero el estado ya implementaba tácticas ineludibles.

El tan conocido hogar espacio habitado, se reestructuró, por los ataques externos, ya no había nada en la superficie, solo el transporte público eléctrico que se manejaba con controladores, todo lo que llamábamos hogar o casa, eran túneles o edificios enterrados, los lugares más glamorosos tenían decoraciones ornamentadas talladas en piedra. El único problema de estas estructuras era que dependían de una sola entrada y salida, así que los horarios de quienes habitaban en cada lugar subterráneo debían cronometrarse para no chocar o interrumpir la subida o bajada de otra persona.

El estado, creador de estas estructuras, contaba con un tipo de llaves universales que le daba acceso a cualquier instalación subterránea. Ese día era un sábado, pasando ya el mediodía. Yo estaba saliendo de la casa de un conocido de la universidad y me dirigía a mi casa. La señal subterránea era horrible, así que, igual, ya saliendo de la torre subterránea, llamé a mi madre para avisarle que ya iría en camino. Por el contrario, cuando contestó, la escuché decir que me escondiera en algún refugio porque los militares estaban entrando a reclutar y matar gente. Mientras la escuchaba atenta, vi cómo dos camionetas abordaban a tres chicas y las metían en la parte de atrás de una de esas camionetas. Volví corriendo al apartamento de mi amigo y avisé que debíamos escondernos, pero igual no había muchas estrategias estando ya adentro, ya que se oía cómo estallaban plataformas que dirigían a los apartamentos, era como pasillos para cada apartamento, si se quebraban incomunicados a la estructura principal de la entrada y salida principal.

Quizá la gente que habitaba ese apartamento ya estaba muerta y estallaban el pasillo para no conseguir evidencia de cuerpos, para no dejar supervivientes, y si alguien sobrevivió, también está destinado a morir sin salida.

Si los estallidos seguían toda la estructura cedería y si salía sé que mi vida será una constante de violaciones y agresiones, sé que prefiero morir y sé que mi madre me entendería, pero no tendría mayor paz, y de la forma más turbia y dura también estoy deseando justo ahora que mi madre también muera, no quiero que sufra.

La repetición y los sueños

La persistencia de la memoria por recordar o aclarar, se puede considerar como un tipo de hipermnesia (la hipermnesia es un resultado de un trauma de la memoria) es un fenómeno en el que se experimenta un aumento en la capacidad de recordar eventos pasados de manera vívida y detallada, y puede estar relacionado con traumas o eventos emocionalmente significativos.

Cuando ciertos momentos de la vida se repiten de manera persistente en los sueños, podría ser una manifestación de esta hipermnesia, donde la mente intenta procesar y resolver experiencias pasadas que aún tienen un impacto emocional o psicológico relevante. Estos sueños intrusivos y repetitivos pueden ser una forma de la mente de tratar de comprender, procesar o incluso superar estos eventos pasados.

Los sueños actúan como un lenguaje simbólico y metafórico que cada individuo construye de manera única. Por lo tanto, la repetición de ciertos sueños puede ser una forma de la mente de enviar señales al consciente sobre la necesidad de abordar ciertos aspectos de la vida que se están pasando por alto o que requieren atención.

Cómo soñar reiteradas veces, comer excesivamente y que en el mundo de la vigilia estás comiendo solo una vez al día, el sueño de manera anticipada te está alertando un posible desorden alimenticio o la necesidad de un alimento principal, también puede ser la representación de un antojo no saciado, que en cierta medida no te deja estar en paz.

Soy consciente en el mundo de la vigilia de los riesgos constantes de la ciudad donde vivo: robos, choques, que me secuestren o abusen de mí por la figura de mi cuerpo y género, por mis pensamientos o posturas políticas, hay muchas opciones que pueden reflejarse en mis sueños, pero mucho de estos sueños donde muero, el asesino mío establece una relación conmigo, lo conozco o esta persona quiere crear un diálogo conmigo, eso me pone a considerar en sí estoy cómoda con mis relaciones interpersonales, y sé que estos sueños me advierten de alguna duda o inseguridad mía frente a alguien o aún peor, como si fuese un sueño oracular y me está presentando alguna traición, hablo de cómo la mente lee códigos que no comprendemos normalmente. (Notas de campo 2023)

En ocasiones, antes de descubrir actos de traición, se introduce en un estado de duda y de cuestionamiento que conduce a una investigación directa a la realidad, posiblemente estos sueños repetitivos son estos pequeños elementos del estado de cuestionamiento que impulsa a investigar de forma directa la realidad.

En esos casos, analizo el contexto del sueño en el mundo onírico y el contexto en el mundo de la vigilia, una escuela, una casa cerca a la mía, es decir espacios importantes para mí, alguien en quien confié, pero que no conozco, estos rasgos ayudan a perfilar, cabe aclarar que muchas veces estos sueños no hablan de seres externos a mí, muchas veces pueden ser esos análisis y cuestionamientos que tengo sobre mí y creo que yo misma me traicioné por romper códigos de conducta que yo cree. (Notas de campo 2023)

Los sueños pueden ser reflejo de las preocupaciones y miedos en la vida cotidiana y de aspectos profundos de la psique. Los sueños sobre situaciones de peligro o muerte pueden ser una fuente de conocimiento para la mente que permite reflexionar y enfrentar ansiedades y temores profundos, sobre la seguridad física y relaciones personales y sobre la identidad.

La presencia recurrente de un individuo en los sueños, especialmente cuando este individuo no pertenece al círculo social cotidiano, podría ser una manifestación de una preocupación o conflicto subyacente que se necesita abordar. Puede que represente una figura simbólica que encarna ciertos aspectos del ser soñador o de las relaciones que necesita explorar más a fondo.

Es importante prestar atención a estos sueños repetitivos y reflexionar sobre su significado en la vida. Pueden ofrecer pistas valiosas sobre las emociones, deseos no expresados, conflictos internos o relaciones problemáticas que se necesitan resolver.

Al examinar el contexto de los sueños en el mundo onírico y compararlos con la experiencia en el ámbito de la vigilia, se puede obtener una comprensión más profunda del yo y de las relaciones interpersonales. Los sueños pueden ser una herramienta para mejorar la inteligencia emocional y la autoconciencia, lo que contribuirá a tomar decisiones más específicas y a cultivar relaciones más saludables y satisfactorias en la existencia.

Nombre: La aguja

Fecha: ** / *** / ****

Color: Rojo, blanco.

Elemento: Fuego

Tema: Muerte

Sensación / atmosfera: Dolor, ira, traición.



Ilustración 5. Pica hielo (** / *** / 2021) Elaboración propia.

Era un invierno bastante tormentoso, las noticias estaban plagadas de un asesino en serie, le llamaban “la abeja” o “el agujón” este dejaba una marca roja sobre la nieve (me recordó a un cuento corto de Gabriel García Márquez), nunca le preste demasiada atención, solo pensaba en cuánta probabilidad había de que eso me sucediera a mí, desde hace un tiempo ya me había situado en ese pueblo, y me agradaba mucho su clima frío y como la nieve caía de forma libre, desde que llegue tenía un vecino algo intermitente, lo digo así, porque a pesar de que vivía a algunas cuadras a la mía, parecía que viajaba mucho, y lo veía casi siempre llegando a casa, era raro, pero empatizaba con él, sentía que teníamos algún factor común que haría que fuéramos grandes amigos, aunque él era mayor por casi quince años; me agradaba.

Un día saliendo en clases, una alerta en alarma empezó a sonar, y en comunicado en algún parlante usual del instituto, se mencionó que el asesino en serie estaba allí, que acaba de masacrar una escuela entera y que acaba de entrar allí, nos dieron la instrucción de desalojar y huir lo más rápido posible evitando cruzarnos con el susodicho asesino.

Todos salimos del salón por ventanas, por la puerta o por pasillos. Yo intenté seguir a algunas personas, pero no pude conectarme con nadie. Finalmente, salí del instituto y vi algunos cuerpos en el piso. La sangre corría hacia un montículo blanco de nieve. Era perturbador.

Me dirigí hacia mi casa, pero en la calle no había nadie. Posiblemente, la noticia se divagó tan rápido que ya todos estaban en sus casas. Me sentía espantada de ser posiblemente la única persona sola. Faltando casi seis cuadras para llegar a mi casa, me encontré con mi vecino intermitente que iba corriendo a la casa de él, y él me decía

- Corre, oí que viene el asesino, justo volví a casa y me cruzo con esto.

Entre nervios y confianza me dio algo de risa, como se podía saber de un asesino en serie que comete masacres, vendría justo ahí, le dije que confiaba en él y que siendo así ya íbamos llegando que tuviéramos valentía, que sobreviviríamos otro día más.

Él me sonrió y me dijo sí, sí, estás en lo cierto otro día que sobreviviré, y de la manga de su antebrazo derecho saco una aguja grande y gruesa, o un punzón de metal con filo, no sé cómo describirlo, pero solo vi cuando lo saco de su manga y ya cuando miro abajo, me había atravesado con él, fui una tonta, nunca vi las noticias así que nunca supe quién o como se veía el dichoso asesino en serie, y por eso solo lo veía entrar a la casa, la única persona con la que sentí afinidad me estaba matando, solo sonreí fue mi culpa por no prestar la suficiente atención, y la pregunta de qué probabilidad había de morir a manos de un asesino en serie se contestó sola, el lloro sobre mí diciendo que sentía lo mismo por mí, pero por lo mismo debía matarme, ya que era consciente de su grado de locura y que todo lo que hacía estaba mal, por eso estuvo atento a mi salida y me siguió hasta juntarse y caminar juntos algunas cuadras, al fin y al cabo hasta el ser peor necesita una despedida, después de eso únicamente lo vi como entraba a casa, mientras mi sangre se estancaba sobre la nieve.

Soñador onironauta

Jacobo Siruela destaca la figura de los “¿onironautas?” Pág. 131. (Lo menciona, mientras pone el término en duda) como individuos con una habilidad excepcional para explorar y experimentar el mundo onírico con lucidez y conciencia. Estos son individuos que poseen una voluntad y cualidades psíquicas especiales que les permiten sumergirse en el mundo de los sueños de manera consciente y reflexiva.

Es interesante observar cómo, a lo largo de la historia, varios pensadores y filósofos han investigado y experimentado con el mundo onírico para comprender mejor su naturaleza y sus implicaciones. Estos estudiosos han puesto a prueba teorías y han narrado sus experiencias en un intento por desentrañar los misterios de los sueños.

No obstante, como señala Siruela, la carencia de dispositivos que permitan comprobar o corroborar la información sobre los sueños hace que todo lo que existe para el análisis sean narraciones y testimonios, lo que conlleva dudas o a creer ciegamente en estas experiencias.

Al embarcarse en la navegación del mundo onírico, muchos experimentadores reportan una fase inicial de concientización, donde se dan cuenta de que están experimentando un sueño. A medida que practican esta conciencia durante el sueño, pueden desarrollar habilidades para analizar y comprender las experiencias oníricas de manera más profunda.

Es importante destacar que las creencias personales pueden influir en la interpretación de los sueños, pero no necesariamente limitan la capacidad de convertirse en un onironauta. La navegación del sueño puede hacerse sin importar las creencias individuales, y cada individuo puede construir su experiencia en el mundo onírico.

En un pasaje dedicado a los ensueños, el filósofo Aristóteles macedonio declara textualmente: «Muchas veces, cuando uno está dormido, algo en nuestra alma nos indica que aquello que vemos aparecer es un sueño». Con esta frase, Aristóteles sugiere dos cosas interesantes: la primera es el recuerdo que guarda de contemplar conscientemente el curso de sus sueños; la segunda es que da a entender que estas vivencias son frecuentes en su experiencia onírica.

Así como Ciruela habla de los “¿onironautas?”, también hay quienes hablan de su experiencia como uno, sin denominarlo o encasillarlo en ese término, y no importa el año, religión o cultura para saber que se habla de lo mismo. La noción de la conciencia durante el sueño y la exploración de los sueños no son conceptos nuevos y han sido reconocidos y explorados a lo largo de la historia por personas de diversas culturas y períodos de tiempo. Aunque términos como “onironauta” pueden ser más recientes, la experiencia de ser consciente dentro de los sueños y explorar activamente ese estado mental ha sido compartida por individuos en diferentes épocas y contextos.

Lo interesante es que, independientemente de la terminología utilizada o de las creencias culturales, la experiencia en sí misma es universal. Las personas que han explorado el mundo onírico, ya sea en la antigüedad o en la era moderna, a menudo comparten experiencias similares de lucidez y conciencia durante el sueño, así como la capacidad de interactuar con el entorno onírico de manera reflexiva.

Sueño Oracular

Que los sueños reflejen aspectos del inconsciente y que a veces parezcan anticipar eventos futuros, no implica la intervención de fuerzas sobrenaturales o divinas. Freud describió los sueños como la “vía regia hacia el conocimiento del inconsciente”, sugiriendo que son manifestaciones de deseos, traumas y conflictos reprimidos que residen en lo más profundo de nuestra mente.

En este sentido, los sueños pueden actuar como una ventana hacia el mundo interior, revelando aspectos que no siempre son evidentes en la vida consciente. Cuando se experimentan sueños que parecen cumplirse en la realidad, pueden ser el resultado del deseo propio, impulsos o decisiones que, de manera inconsciente, se han estado incubando y que luego se manifiestan en el mundo de la vigilia.

Por ejemplo, el soñar con comer helado y luego buscar y comprar helado al día siguiente ilustra cómo los sueños pueden influir en las acciones conscientes. Es como si el sueño despertara un deseo o impulso que posteriormente se llevará a cabo con ciertas acciones en el mundo real, sin que necesariamente haya una conexión mística o profética actuando de manera misteriosa.

A menudo, las ideas, preocupaciones o teorías que se han estado explorando conscientemente pueden manifestarse de formas simbólicas o metafóricas en los sueños, ofreciendo una perspectiva diferente o una nueva comprensión de la situación.

Por otro lado, es importante no perder de vista la magia y la fantasía inherentes del mundo de los sueños. No en muchas ocasiones necesitamos buscar respuestas o soluciones de manera consciente; a veces, permitirse fluir con la experiencia del sueño sin expectativas puede llevar a descubrimientos inesperados y reveladores. Los sueños pueden actuar como una forma de guía interna, ofreciendo perspectivas y revelaciones que pueden ser difíciles de alcanzar mediante la reflexión consciente.

Esta misma dinámica se refleja en el proceso creativo. Forzar la inspiración o tratar de imponer un resultado específico a menudo puede llevar a un bloqueo creativo. En cambio, permitir que la creatividad fluya de manera espontánea y orgánica puede dar lugar a obras únicas

y significativas. Valorar el proceso creativo y tener paciencia es fundamental para cultivar un sentido de autoestima y auto aprecio en el proceso creativo

Nombre: Cabaña en el bosque

Fecha: S/F

Color: Amarillo, verde, café.

Elemento: Aire

Tema: Familia

Sensación / atmosfera:

Me encontraba en la tarea de arreglar la residencia, una residencia con una forma lineal, paredes, juntas y pasillos de paso al frente de cada área. En mi cama, junto a mi hermano Germán, entre tanto aseo, encontré unos zapatitos de charol de color blanco para un infante, y un moñito en la hebilla que lo aseguraba. En mi mente, esto se relaciona con Carlos (mi hermano mayor), y le comunico a Germán mi hallazgo (¿Seré tía? Prefiero ser tía a madre, ¡seré una buena tía!) Mi yo protagonista solo separa los zapatos, los limpia y los deja encima de la mesa del comedor.

Mi madre me llama, al contestar me dice que va en camino, que salga a recogerla, ya que viene muy cargada.

Salgo a la puerta, no veo nada más que árboles. El día es gris, parece un bosque húmedo, siento ese aroma de pasto mojado. Aunque no tuve la oportunidad de observar ninguna actividad adicional por la neblina y la presencia de todos los árboles que me rodean, se observa en el pasto una marca temporal. ¿Cómo lo explicó? Se observa que a menudo alguien ha caminado por allí, no es una trocha, sino el pasto agachado con una estructura creada por el paso constante de alguien o muchos otros, tanto así que el mismo suelo ya no permite crecer el pasto de la misma manera.

Mi madre viene con su maleta naranja y una bolsa negra de basura enorme. Trae cosas, era evidente visualmente, pero en muchas ocasiones era clásico que ella trajera cosas. (una crece y se vuelve la "señora de las plantas", la "señora acumuladora", la "señora de los gatos", bueno, costumbres arraigadas, quizás eso sea). Le ayudo a entrar la bolsa y, muy emocionada, le muestro los zapatos que encontré.

Mi madre también está emocionada, abre la bolsa. No recuerdo qué había ahí específicamente, pero sé que eran cosas de bebe. Creo que había un coche, medias, esa ropa que le llaman semanarios entre otras muchas cosas. Todo se torna negro y acaba el sueño.

Los animales, transformación y mutaciones

Es fascinante cómo los animales en nuestros sueños pueden servir como metáforas poderosas para explorar aspectos de nuestra psique y nuestras experiencias de vida. Cada animal, ya sea salvaje, doméstico, marino o terrestre, puede llevar consigo una carga simbólica única que nos permite reflexionar sobre diferentes aspectos personales y circunstanciales.

Generalmente, le atribuimos unas particularidades a cada animal, “lento como tortuga”. “Las tortugas son pacíficas y armoniosas”.

La tortuga, como representación de mi proceso de toma de decisiones y mi postura de servicio y cuidado hacia los demás, es perspicaz. El hecho de que me identifique con una tortuga que cambia de forma, pero que conserva su pasividad y tranquilidad, me hace pensar en una capacidad de adaptación y transformación en mi vida. (Notas de campo 2021)

Es importante tener en cuenta que la interpretación de los símbolos en los sueños es altamente personal y subjetiva. Las experiencias propias y asociaciones con ciertos animales influirán en el significado que se les atribuya en los sueños. Por lo tanto, es fundamental estar abierto a explorar el significado más profundo detrás de estos símbolos y cómo se relacionan con la vida consciente e inconsciente.

Los animales en los sueños, al actuar por instinto y sin complejidades, pueden revelar aspectos propios del ser que a menudo están ocultos o reprimidos en la vida consciente. Al explorar estos símbolos de manera reflexiva y honesta, podemos acceder a una comprensión más profunda.

En última instancia, la exploración de los animales en los sueños invita a conectarse con la naturaleza más primitiva y auténtica, permitiendo explorar y comprender aspectos más sensibles y primigenios del ser.

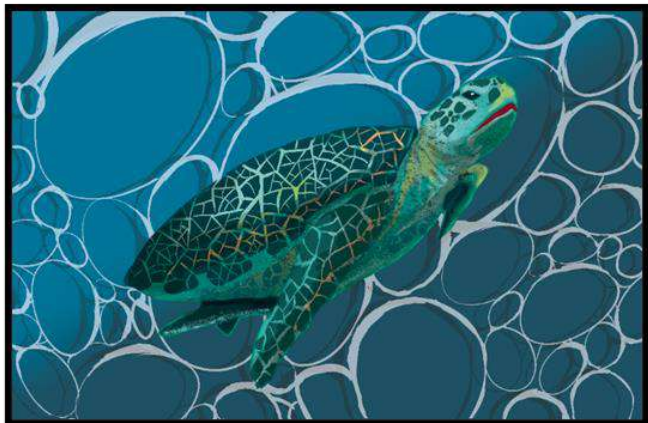


Ilustración 6. Shingueki no tortuga
(20 mayo 2021) Elaboración propia.

Nombre: Shingueki no tortuga

Fecha: 17 / mayo / 2021

Color: Azul, verde.

Elemento: Agua

Tema: Elección, perspectivas, transformación.

Sensación / confusión, dudas, calma y caos.

Entre guerra de ideales uno siempre toma un bando, a veces uno escoge mal pensando que el fin justifica los medios, no sé si escogí bien el bando, pero, sé que disfrute hacerlo.

Un grupo de personas que trabajaban en casinos se organizaban para robar estos mismos y secuestrar chicas mediante su acto de magia, (el escape le decía), yo apenas estaba ingresando al grupo de investigación así que era la más pertinente para infiltrarme y sacar información de aquella banda. Ingresando al primer casino descubrí que el líder amaba los animales y era el quien hacia los espectáculos principales donde invitaba chicas del público y era allí donde ocurría el secuestro.

La corporación donde trabajaba e investigaba, es decir mi bando, me había escogido porque tenía la habilidad de Eren Jaeger un personaje del anime Atacon titans, es decir tenía un poder “fundador” y que mediante una inyección de un suero en el torrente sanguíneo podía obtener una habilidad, compararon una de estas habilidades con el titan mandibular, un titan que tenía en su mandíbula la fuerza y un blindado peculiar que una mordida de este sería una muerte segura, pero mi habilidad venia con la peculiaridad de chico bestia, si, ese de jóvenes titanes, el verde, el que se convierte en animales, pues algo así era mi habilidad.

Para poder adentrarme, me convertí en una pequeña tortuga y me metí en el bolso de la próxima chica que iba a ser secuestrada. Cuando salí del bolso estaba en una isla con forma de dona aplastada, en el centro había agua y ahí mismo una casa flotante con puentes que unía con la tierra firme de la isla, allí habitaba aquella banda, pero no parecía que nadie estuviese secuestrado, solo eran personas que querían alejarse de la ciudad, o eso noté yo. Me sumergí en el agua, a pesar de que se veía bastante clara, era pantanosa, sentía en mi boca como cuando tomas sopa de arroz, era líquido, pero con bastante textura, (inundaba mi boca), podía respirar y todo perfecto, pero no estaba acostumbrada, así que me sumergía y subía, me sumergía y subía, se me llenaba a bocanadas la boca de esa agua que me distraía y sin notarlo aumenté mi tamaño, era enorme, (ni modo de disimular) todos notaron mi presencia, se acercaron para darme cariño, parece una secta extraña con ideales de amor, paz, felicidad y naturaleza o algo así.

Dentro de la isla había otros seres igual a mí, que se acercaban y me hablaban, me decían que dejara ya la farsa, que me aceptara, que no dejara que otros me controlaran, al principio era fácil ignorarlos, de hecho, pensé que eran animales cualesquiera, pero cuando me abordaban entre cinco o más mi pánico era evidente, claramente fui descuidada y siendo infiltrada mi destino sería la muerte o el exilio. Mi pánico me desconcentro nuevamente y ahora paso de ser una tortuga enorme y colosal a una tortuga diminuta, una pequeña tortuga bebe, aquellos que investigaba y los supuestos secuestrados me tomaron en sus manos y me sonrieron, buscaron entre sus telas y me iban a poner a mí, una tortuga bebe, unos pantaloncitos.

¿abre sido yo desde el principio el objetivo?, mi bando, ¿la agencia de investigación fue quien me tendió una trampa?, tal vez ellos están bien y no la agencia, todo es muy confuso, pero admito que estoy sonriendo donde sea que este.

El oráculo

El Genius Loci (Agamben. 2005), que se refiere al espíritu o la entidad esencial de un lugar. Según Agamben, el Genius Loci no solo se relaciona con un entorno físico o geográfico, sino que también está intrínsecamente vinculado al ser humano y a su experiencia de nacer y existir en el mundo.

Para Agamben, el nacimiento de un individuo no es solo un evento biológico, sino un momento de profunda importancia existencial y ontológica. Es en el acto mismo de nacer que el individuo comienza a ser moldeado por las cualidades del lugar y el entorno en el que llega al mundo. Estas cualidades físicas, morales y emocionales del lugar, encapsuladas en el Genius Loci, influyen en la formación del ser humano desde el principio de su existencia.

Así, el Genius Loci se convierte en una especie de fuerza formativa que impregna al individuo con las características esenciales del lugar de nacimiento. Estas cualidades pueden manifestarse de diversas maneras a lo largo de la vida de una persona, desde su desarrollo físico y mental hasta sus emociones y comportamientos.

Nací un sábado en la noche, a las veintidós horas y treinta dos minutos, me nombraron y ante la noche me proclamé ser existente en este plano, en este mundo y me permití vivir mi vida con mi genius. Para comprender mi realidad. Antes de mi había alguien más, otro ser que, poseída mi segundo nombre, pero proclamado con otro género

y con otro genius, este me rondaba mucho por mi mente y por mi vida, ya que fue un pasado que cruzaba con mi presente y que con orgullo porto en mi nombre porque su memoria y su genius, ayudo en cierta medida a construir el mío. (Notas de campo 2022)

De acuerdo con el horóscopo tradicional, el signo que corresponde a la fecha de nacimiento veintidós de abril es Tauro (nacidos entre el 20 de abril y el 20 de mayo), una persona que se encuentra en contacto con la estabilidad, la perseverancia y la práctica. Los Tauro suelen ser conocidos por su determinación, su amor, por la comodidad y la seguridad, así como por su resistencia y paciencia. Buscan estabilidad en sus vidas y tienden a ser personas leales y confiables.

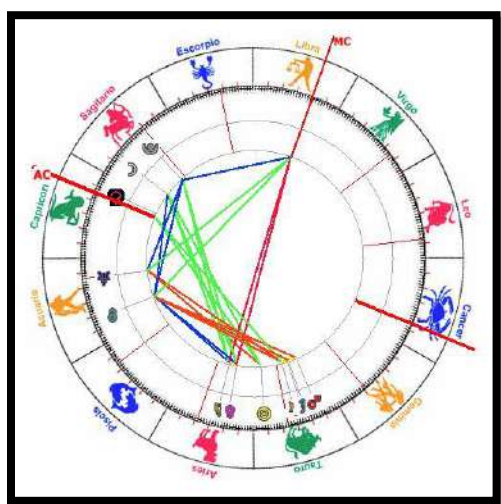


Gráfico 2. carta natal de la página
Arcanos.com

Según la cultura Wicca esta misma fecha corresponde a Vulcano (nacidos entre el 16 y 23 de abril). Un inter-signo que representa a una persona de elemento, tierra y fuego, como Vulcano, se destaca el atractivo físico y el carisma, así como una energía fuerte y pasión.

Se describe como una persona directa y aventurera, con una mente aguda y un dinamismo notable, con rasgos como la terquedad, los cambios temperamentales e impulsivos. En ambos ejemplos, los signos están relacionados con elementos, asignando significados simbólicos al fuego, el agua, la tierra y el viento. Si adjuntamos la carta natal a este análisis, también se observa cómo se hace una codificación de color.

Al interpretar los signos mediante la utilización de símbolos de elementos, códigos de colores y relaciones, se pueden observar múltiples intersecciones que otorgan una profundidad y significado a la interpretación de la carta natal.

Esto causó una reflexión sobre la propuesta del autor Engel (2017) para interpretar los sueños. Este pide que escriba cada mañana lo que se sueña, escuchar el relato y anotar el sentir, y con un destacadador (resaltador) subrayar los símbolos que más llamen la atención (Cap. Tercera clave).

Se considera, de cierta manera, un mal planteamiento o metodología del autor, al aplicarse ciertos términos que pueden llegar a confundir a ciertas poblaciones, como lo puede ser un ciego intentando resaltar un texto.

Por el contrario, si nos dirigimos y nos referimos a la experiencia sensorial y emotiva sin catalogar específicamente un sentido o emoción, permite:

1. Tener una búsqueda y experimentación desde cada sentido y emoción.
2. Comprender que hay un sentido más desarrollado que puede aportar más que otro. Este es subjetivo dependiendo de la experiencia y del sujeto que la vive.
3. No limita a una sola solución y por ende limitar los resultados.

Continuando con el ejemplo de la experiencia del sueño de un ciego y profundizamos sobre una experiencia sonora, no como sonidos, sino cómo se abordan las vibraciones, cómo se sienten ciertas interacciones, puede permitir un análisis más amplio.

No se está afirmando que el autor describa netamente que esa es la única manera para obtener un buen análisis del sueño, sino que se cuestiona la forma en la que a veces se enuncia o plantea el proceso para llegar a esos análisis del sueño.

Este libro en sí es provechoso, ya que incita al cuestionamiento crítico y activo individual del sujeto soñador, a que de forma individual cree sus propios códigos y metáforas, al tiempo que va proponiendo y brindando unas propuestas y posibilidades como lo son la escritura, la memoria el lenguaje poético y metafórico, entre otras.

Volviendo a la carta natal, si bien las interpretaciones basadas en la astronomía u otras disciplinas pueden ofrecer ciertas perspectivas interesantes, es crucial reconocer que la experiencia individual y los conocimientos personales son fundamentales en la comprensión de los sueños.

Los códigos y símbolos en los sueños están intrínsecamente ligados a las experiencias propias, emociones, creencias y conocimientos. Lo que puede tener un significado específico para una persona puede ser completamente diferente para otra, incluso si ambos experimentan el mismo símbolo en un sueño. Por lo tanto, es esencial que cada individuo se convierta en el principal intérprete de sus propios sueños, utilizando su propio bagaje personal y cultural como guía.

No hay que desvincular la propuesta de Engel, lo que se propone es incluir lo sensorial y emotivo, comprendiendo lo sensorial como: lo que dispone y procesa los principales sistemas sensoriales que son la vista, el oído, el tacto, el gusto y el olfato.

Lo emocional como: la existencia de patrones para seis emociones que parecen biológicamente básicas y universales en todas las culturas: sorpresa, asco, tristeza, ira, miedo, alegría / felicidad. Se pueden interpretar como respuesta fisiológica innata y primitiva del ser humano. (Ekman 2003, Pág. 4 – Pág. 241)

Incluir lo sensorial y lo emocional es fundamental para una comprensión completa de la experiencia humana, incluyendo la interpretación de los sueños y la creación artística.

Al conectar lo sensorial y lo emocional, se establecen vínculos significativos entre las experiencias sensoriales y las respuestas emocionales. Por ejemplo, el color rojo puede evocar emociones fuertes como la pasión, la ira o el peligro, y esta asociación puede variar según la cultura y las experiencias individuales de cada persona.

Además, al tener en cuenta la importancia de los sistemas sensoriales como la vista, el oído, el tacto, el gusto y el olfato, podemos enriquecer la comprensión de los sueños y del arte. Por ejemplo, los sonidos, los aromas y las texturas presentes en un sueño pueden desencadenar respuestas emocionales poderosas que a interpretar su significado. Estas son la muestra de codificaciones y conexiones del ser, que están dispuestas a una lectura, así como lo fueron las conexiones de colores, signos y símbolos en la carta natal.

Finalmente, al integrar lo sensorial y lo emocional en la interpretación de los sueños y en la expresión artística, se generan obras más valiosas que resuenen con el individuo mismo y con el colectivo, estableciendo conexiones más profundas y auténticas con la experiencia humana compartida.

Tanto como el uso de colores para plantear conexiones de la carta natal, como Engel en la propuesta de generar códigos de interpretación, permitió y desembocó a una diagramación de cómo se interpreta y se logra evocar las emociones y lo sensorial.

Desde los códigos establecidos como elemento y color, encaminan la escritura y resuelven parte sensorial de la obra psiconírica, mientras cruza toda la investigación, no

desvincula, unifica y comprende los demás componentes de lo psiconírico. (La diagramación la podrá ver en el capítulo siguiente “El Despiadado P. 6.”).

Veintidós de abril, Día Internacional de la Tierra, ese día nací yo. Algo curioso, ya que soy de un signo de tierra e identifiqué mi trabajo con elementos que son de tierra. (Notas de campo 2022)

El 22 de abril del año 2022, en el parque jardín botánico de la ciudad de Bogotá, hubo una actividad desde el marco del seminario de trabajo de grado, a generar preguntas y respuestas que permitieran avanzar en las investigaciones de cada estudiante, en este caso particular, el psiconírico. El ejercicio consistía en hacer una pregunta como si fuera tarot en la Lotería mexicana y un libro “Ciudades invisibles de Ítalo Calvino” en un ejercicio de I Ching.

— ¿Qué representaba ese día estar allí para mí y para mi trabajo? (Notas de campo 2022)

Como respuesta, salió la carta número 21, "La mano" o "El mundo". La presente obra es un arcano mayor, donde los arcanos representan un arquetipo humano o una situación arquetípica universal, y se ilustra con una escena que contiene múltiples elementos simbólicos. Cada carta contiene un número, que suele ser representado con números romanos, y un nombre que refleja su significado y su posición en el conjunto del mazo.



Fotografía 2. Carta 21 “la mano” Lotería Mexicana

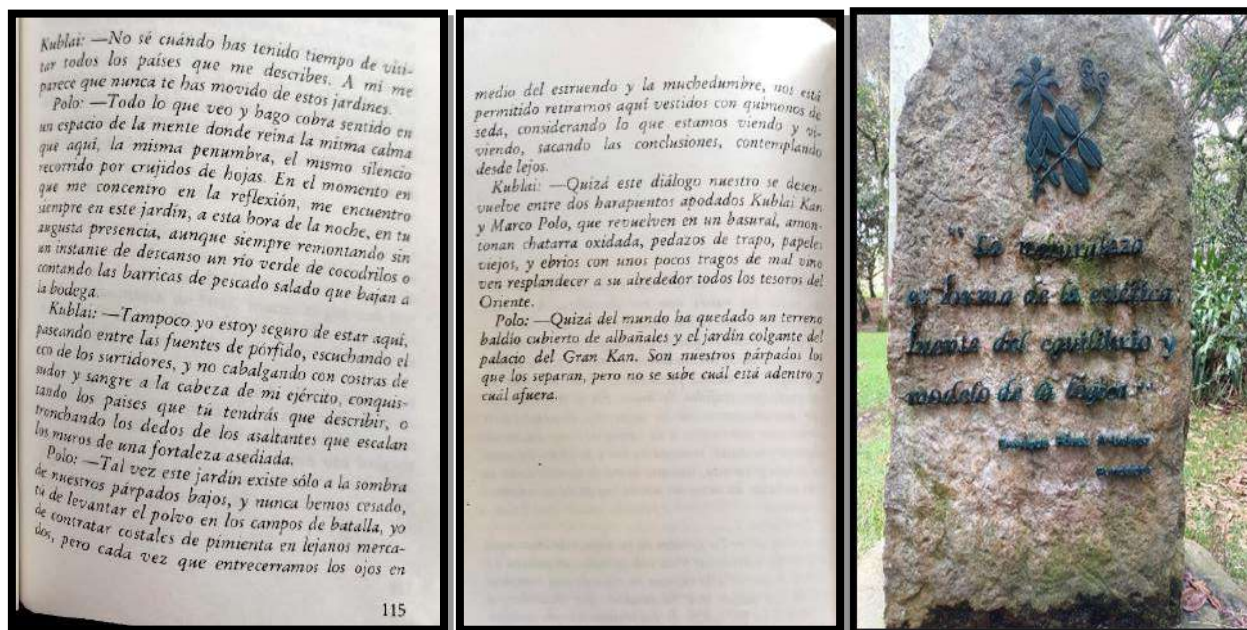


Fotografía 3. Carta 21 “El mundo” Fotografía extraída:

La mano o El mundo es especialmente significativo en este contexto. Representa la conexión entre el ser humano y el mundo que lo rodea, así como el poder y la fuerza que uno puede ejercer para influir en su entorno. La imagen de una mujer hermosa bailando rodeada de elementos naturales resalta la armonía y el flujo en la relación entre el individuo y la naturaleza. La mano simboliza el esfuerzo, el trabajo y la capacidad de tomar las riendas del destino. Al mismo tiempo, el mundo representa el tiempo, la constancia y el movimiento en los procesos de la vida. Ambas cartas reflejan la importancia del esfuerzo humano y la conexión con la tierra en la vida y el trabajo.

Quando le pregunte al libro (Calvino, I., & Bernárdez, C.; (2005). Las ciudades invisibles (12a. ed.--). Madrid: Siruela.) - ¿Qué representaba ese día estar allí para mí y para mi trabajo? Me desconcertó la experiencia ya que hubo una sincronicidad de la experiencia en el jardín y la lectura, un momento especial y significativo.

La sensación de estar inmersa en un entorno natural, rodeada de flores y ramas, mientras la llovizna caía suave y uniforme, leí en un silencio interrumpido por el crujido de hojas, fue realmente evocador. Que justo entonces escuchara un crujido similar al mencionado en la lectura, seguido por la sorpresa de encontrar una hoja seca bajo mis pies en plena llovizna, fue impactante. (Notas de campo 2022)



Fotografía 4. Registro. Libro Ciudades invisibles de Italo Calvino pág. 115 y 116

Piedra conmemorativa creador del Jardín botánico

Al levantar la mirada, me cruzo con una enorme piedra con una frase del fundador “La naturaleza es forma de la estética, fuente del equilibrio y modelo de la lógica” Enrique Pérez Arbeláez – Fundador.

Mi búsqueda ese día era aclarar sobre la dirección de la creación de mis estructuras y dispositivos. Esa experiencia en el parque fue una revelación tan profunda y significativa sobre mi proceso creativo y mi relación con la naturaleza. Parece que la hoja seca bajo mis pies actuó como un símbolo poderoso que me guió hacia una comprensión más profunda de la importancia de los elementos naturales en mi trabajo artístico. (Notas de campo 2022)

La percepción de que estos elementos naturales no son simplemente decorativos, sino que tienen un significado más profundo y funcional en el proceso creativo, es muy revelador. La naturaleza no solo proporciona inspiración estética, sino que también puede ser una fuente de estructura, lógica crítica y conexión con el mundo onírico.

Al reconocer la importancia de estos elementos en el proceso creativo, se integra la dimensión sensorial, emocional y simbólica en la obra de una manera auténtica y significativa.

Hay un deseo de compartir esta experiencia con los espectadores y fomentar la reflexión y el cuestionamiento sobre los elementos que comparten el espacio, la naturaleza, lo sensible, lo sensorial y el mundo de los sueños. Cada uno de estos elementos es una entidad separada, pero cuando se combinan, crean una sinergia, una relación simbiótica muy poderosa que enriquece y sustenta la práctica artística psiconírica.

El viaje como artista psiconírica parece estar lleno de descubrimientos y conexiones profundas, espero que mi trabajo siga inspirando y provocando reflexiones en aquellos que lo experimenten. (Notas de campo 2022)

Nombre: Los gatos perdidos

Fecha: 25/febrero/2021

Color: Verde, gris.

Elemento: Tierra

Tema: La familia

Sensación / atmosfera: Necesidad, búsqueda, incomprensión.



Ilustración 7 Los gatos perdidos (28 febrero 2021) Elaboración propia.

Hay días de compartir familiar, ¿saben a qué me refiero? A planear un encuentro familiar, o salir al parque con tus seres queridos.

Hoy es de esos días, decidimos ir a un parque, a compartir, comer como tipo pícnic, pero se nos hizo tarde, así que nos dirigimos a un tipo de hostel, gris, lúgubre, pero será solo por esa noche. El cuarto solo tenía dos camas. Mi hermano no tenía sueño, así que salió a fumar o algo así. Él no llegaba, pero ya el resto de mi familia estaba acostada. Yo era la menor y me sentía una extraña allí.

Me acosté mirando hacia la puerta. En ese momento algo empezó a empujar la puerta, pensé que era mi hermano; sin embargo, era un gato blanco con manchitas cafés. Yo lo cogí y lo acomodé a mi lado. Al amanecer mi madre estaba molesta, mi hermano nunca llegó, ella supuso que se fue solo, aparte estaba incómoda porque ese gato no era nuestro, ella me dijo que lo dejara y lo lanzo fuera de la habitación, el gato intento volver a entrar; aun así, ella solamente le cerró la puerta en la cara, nos alistábamos para salir, pero en unos parlantes una señorita empezó a notificar una estructura del funcionamiento del hostel.

1. De 8 pm a 8 am nadie puede salir de sus cuartos.
 2. 8:30 Merienda en el gran comedor.
 3. Pueden aprovechar el espacio de juego para mascotas que se ubica en las plataformas flotantes del cuarto piso.
 4. Pueden disfrutar del termal ubicado en el sótano de piedra.
 5. Recuerden notificar con tres días anticipados su retiro del hostel.
- Gracias por escogernos, esperamos que se encuentren cómodos aquí.

Mi hermano salió a las 8:30 anoche, ¿será que está en algún lugar del hostel? Le pregunté a mi madre. Ella, un poco más calmada, dijo que tal vez y que iría a mirar, ya que debían notificar para dejarnos ir y que ella no esperaría una semana para irse. Yo le pedí si podía ir a la zona de mascotas, a lo que ella afirmó y dijo que a las 3 pm nos volveríamos a ver en el cuarto para irnos juntos. Teníamos toda la mañana y parte de la tarde para hacer lo que quisiéramos, pero con una condición de cumplir una hora de reencuentro.

Subí alegre al cuarto piso a ver el área de mascotas, eran plataformas cuadradas sujetas por puentes de concreto, para ser un área de mascotas solo vi gatos, de todos los tamaños y colores, entre ellos vi al mismo gato de la noche, le pedí disculpas y que no podía estar con él, que fuese a buscar a su dueño o dueña y no a mí, tal vez estaban preocupados por él. Junto a él, vino otro gatito, con tonos similares, pensé en que eran familia, ambos empezaron a maullarme y a gruñir, todo empezó a volverse algo peligroso, pensé que me morderían o rasguñarían, y al unísono los demás gatos se fueron uniendo a estos dos gatos, pensé que me atacarían así que solo baje al gran comedor corriendo, varias personas que trabajaban en el hostel empezaron a ofrecerme comida y bebidas, a lo cual dije me negué, menos porque estaba sin mi mamá, ustedes saben: los padres a esa edad te dicen no le aceptes nada a extraños y yo solo hacía caso.

Tenía miedo y me sentía invadida por estas personas, solo me aleje, ya tomando la distancia todos los trabajadores me miraron fijamente, mire alrededor y no vi a ningún huésped excepto a mí, me asuste mucho y empecé a buscar a mi familia, hasta que vi la hora, 2:50, faltaban 10 min para encontrarnos, quizá mi familia ya se estaba dirigiendo al cuarto.

Me fui al cuarto y noté que la puerta estaba abierta. No había nadie en el cuarto, únicamente yo. Me senté y decidí esperar. No había relojes en el cuarto y me sentía cansada. Cerré la puerta y me acosté en la misma cama de anoche.

¡Me he quedado dormida! Me desperté de sopetón, y mire por el cristal de la puerta y me fijé que ya era de noche, nadie había llegado solo yo, todas las cosas seguían ahí, pero no sabía quién las usa ni las habita.

No sé qué hora es, no sé si puedo salir o no, empiezo a escuchar unos ruidos detrás de la puerta, me asomo con la esperanza de que sea mi familia, pero no, era aquel gato de la primera noche esta vez justo con el gato anterior y otros dos más, me empezaron a maullar, trataban de empujar la puerta para entrar, hasta que el primer gato logro entrar. —ey, esas no son tus cosas, respeta. —Me gruñó mientras rascaba la maleta de mi hermano, el que había salido a fumar o quién sabe a qué, ¿este gato sabrá dónde está mi familia?

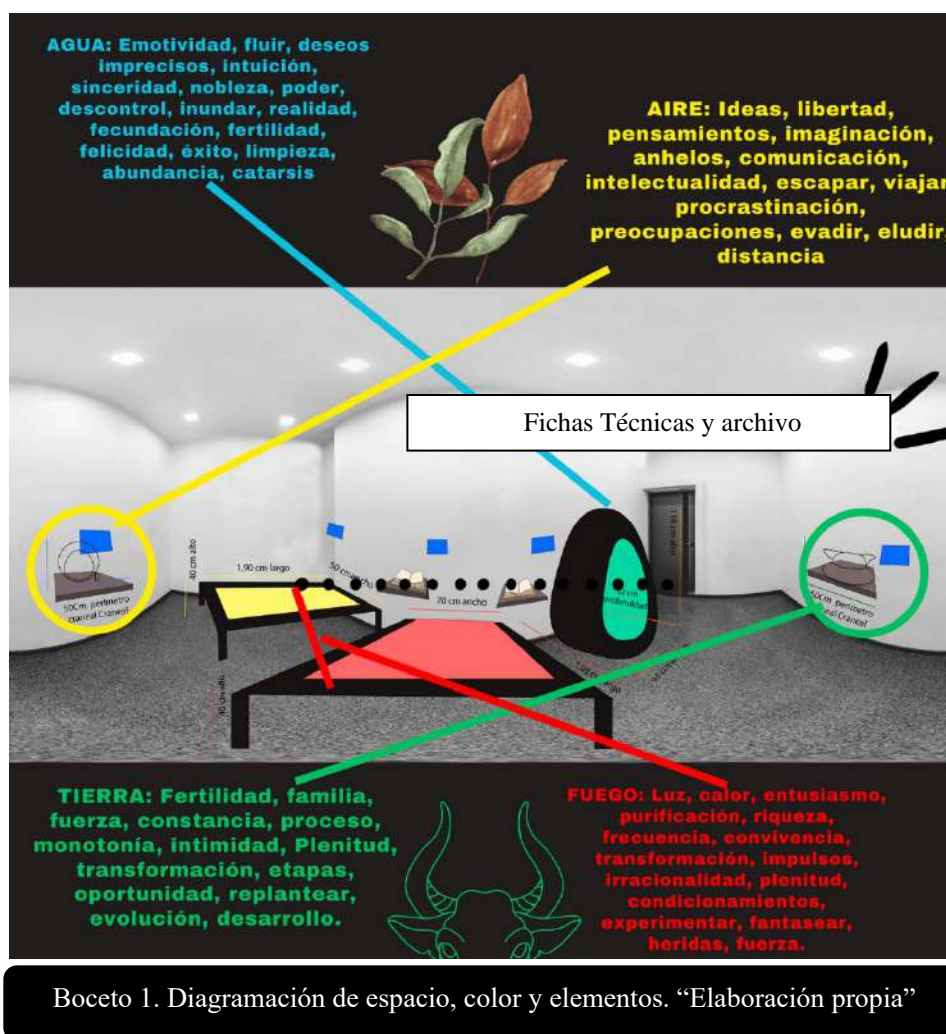
Saco una camisa o algo así, la verdad lo ignoré, pero me recordó en que tal vez él había dejado el celular y podría llamar a mi mamá o a alguien, así que busqué dentro de la maleta su celular, y efectivamente, tenía minuto y el número de mi mamá, la empiezo a llamar y escucho el tono a lo lejos, ignoro por completo a los gatos y voy en busca de ese sonido, sigo timbrando hasta que se vaya a buzón para volver a timbrar, sigo el sonido, era una canción que sonaba mucho en emisoras.

Llegue hasta un tipo de bodega donde parecía hacían puré para el almuerzo, me adentre más, ya que aún se oía el tono de llamada, pero solo encontré su celular con la ropa que traía puesta, mientras veía que en el fondo el dichoso puré que se hacía era a base de los gatos de la sección de mascotas, vomite de la impresión, pero, entonces, ¿de dónde salen tantos gatos?, huéspedes no hay, no veo a nadie ni escucho nada, pero si está la ropa tal vez encuentre a mi familia, pensé que quizá ahí quedaba el termal o algo similar y esa era la razón de que hubiese ropa allí.

Vi una camilla vacía con sangre, algo que conectaba a la persona en la cabeza y una jaula donde se encontraba otro gato. Miré hacia atrás y todos los gatos de la sección de mascotas estaban detrás de mí. Empezaron a mover la ropa hasta formar la palabra “huye”. Tomé el celular de mi mamá y empecé a seguir a los gatos. No quedaba duda de que ellos eran mi familia, y la familia de otros visitantes.

El despiadado

El título "El despiadado" enfoca la parte desafiante y a veces implacable del proceso de investigación-creación. Este capítulo explora los obstáculos, las luchas internas y externas, y los momentos difíciles que pueden surgir durante la investigación en artes.



La investigación en artes va más allá de la búsqueda de respuestas o soluciones concretas, ya que implica una exploración profunda y multifacética de diversos aspectos. No se limita a un enfoque lineal con un problema de investigación y un objeto de estudio claramente definido. En cambio, abarca una gama amplia de procesos y experiencias que van desde lo sensorial y lo estético hasta lo conceptual y lo comunicativo.

El proceso de investigación en artes es fundamentalmente creativo y exploratorio, y el camino que se sigue para llegar al resultado final es tan importante como el resultado mismo. A menudo, este proceso se adapta y evoluciona a medida que avanza, lo que requiere flexibilidad y apertura a nuevas ideas y enfoques. En lugar de seguir una estructura rígida con un planteamiento del problema, un marco teórico, una metodología definida y un plan de trabajo, la investigación en artes se caracteriza por su naturaleza más fluida y orgánica. Se enfoca en la experimentación, la reflexión y la iteración constante, lo que permite explorar y descubrir nuevos territorios creativos.

La investigación-creación "Psiconírico" reconoce la importancia de explorar el mundo onírico como un espacio real y significativo donde se producen procesos complejos de pensamiento, emoción y creación. Este enfoque no solo considera los sueños como simples ilusiones o fantasías, sino como manifestaciones genuinas de la psique humana. Además, reconoce la influencia bidireccional entre el estado de vigilia y el estado onírico enlazado con el contenido de nuestros sueños, lo que sugiere un bucle constante de interacción entre ambos estados.

En este contexto, se amplían los procesos y el debate sobre la investigación en artes, adoptando enfoques como el trabajo en progreso (Workin in progress) y la obra como proceso (Working progress). En lugar de desarrollar metodologías estrictas, se emplean modos de investigación que se basan en una serie de operaciones, estrategias y tácticas de acción en procesos abiertos o no lineales. Estos enfoques flexibles permiten responder de manera efectiva a los objetivos del proyecto, fomentando la experimentación, la reflexión y la creatividad en el proceso de investigación-creación.

“El arte se centra en la experiencia por encima del método, las prácticas artísticas no se refieren al mundo de las cosas sino a la experiencia de ellas, son subjetividad. No se orienta desde una metodología racionalmente coherente que anticipe desarrollos y resultados. Difícilmente podemos hablar de métodos rígidos para la experiencia sensible, quizás sea más apropiado hablar de operaciones, estrategias y tácticas de acción, las cuales se producen atendiendo a las particularidades de cada situación.” (Gil & Laignelet, 2014)

Operaciones:

1. Tomar elementos simbólicos presentes en los sueños y relacionarlos con elementos de la vida diaria o de la naturaleza.

2. Asociar colores específicos con emociones o estados de ánimo experimentados durante el sueño.

Estrategias:

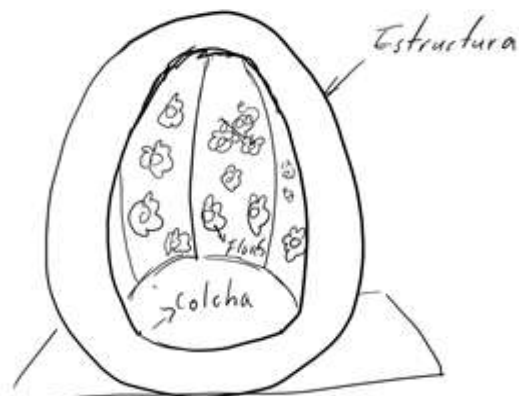
1. Establecer un plan para registrar y analizar los sueños de manera sistemática.

2. Identificar recursos como libros, herramientas creativas o fuentes de inspiración para enriquecer la exploración de los sueños.

Tácticas de acción:

1. Mantener un diario de sueños y anotar emociones, sensaciones y símbolos presentes en cada sueño.

2. Utilizar técnicas creativas como el dibujo, la pintura o la escritura para representar visualmente los sueños y explorar su significado.



Boceto 2. Estructuras (24 junio 2022) "Elaboración propia"

Una pregunta clave durante la investigación fue: ¿Cómo hacer que una propuesta artística hable y presente el mundo onírico?

Una respuesta que se encontró fue la elaboración de obras de arte que no solo transmitan los sueños, sino que también invitaran a los espectadores a reflexionar, cuestionar y explorar sus propias experiencias en el mundo onírico.

Me encantaría crear un dispositivo que extrajera y proyectara los sueños de forma directa, pero aún no existe una tecnología que me lo permita, pero si puedo crear un extractor de sueños. De hecho, el acto de narrar el sueño ya es una extracción del sueño, La narración implica la imagen onírica, mi primer acercamiento fue la narración y transcripción de sueños como un extractor directo de sueños, como una autobiografía onírica. (Notas de campo 2022)

Algunas operaciones, estrategias y tácticas que se implementaron y se transformaron en el transcurso de la investigación fueron:

1. Extractor de sueños narrativos: Explorando la narración de sueños como una forma de extracción del mundo onírico. Una serie de relatos que capturen la esencia y la atmósfera de los sueños.
2. Ilustraciones oníricas: Usar la ilustración para representar visualmente escenas y elementos clave de los sueños narrados.
3. Dispositivos interactivos: Diseño y creación de dispositivos interactivos que permitan a los espectadores explorar y experimentar los sueños narrados y los sueños propios del espectador. (Esto podría implicar la creación de instalaciones artísticas que inviten al público a interactuar con objetos, proyecciones o elementos sensoriales que evocan los sueños).
4. Transporte entre planos: Utilizar elementos simbólicos como la cama, la almohada o el gato como medios de transporte entre el mundo de la vigilia y el mundo onírico.
5. Experiencias inmersivas: Crear experiencias inmersivas que sumerjan al espectador en los sueños. Esto podría incluir performances en vivo o experiencias de realidad virtual que transporten a las personas a los paisajes y escenarios de los sueños.
6. Colaboración y participación del público: Invitar a otros artistas o al público a colaborar en la creación de obras que reflejen el mundo onírico. Organizar una situación donde las personas puedan compartir y explorar sus propias experiencias oníricas.

Extractor de sueños narrativos – Ilustraciones oníricas

A lo largo de la lectura, se han incorporado pequeños fragmentos de sueños, acompañados de algunas ilustraciones que evocan o sitúan el sueño. La selección de estos fragmentos era compleja, ya que debían presentar, concluir o añadir capas de significado y

profundidad a la experiencia y comprensión de los capítulos. Al examinar los fragmentos de sueños y las ilustraciones desde una perspectiva emocional, es posible que se revelen nuevas interpretaciones y asociaciones que no fueron evidentes a primera vista. Esto puede enriquecer la experiencia del lector y permitirle sumergirse más profundamente en el mundo onírico del texto y conectarlo con sus propias experiencias y emociones personales.

Se recomienda a los lectores dedicarse un tiempo necesario para reflexionar sobre estos fragmentos de sueños y las ilustraciones, lo cual posibilita que sus emociones y percepciones guíen su interpretación.

Dispositivos Interactivos

Dispositivo 1 escafandra psiconírica

La escafandra durante el transcurso de los años se ha presentado de diversas formas y funciones, desde un instrumento de navegación y sumergimiento en el agua, como también como un traje espacial que permite atravesar el vasto universo, como también en la crisis mundial del COVID- 19, se presentó como una estructura que cubría los rostros de las personas que



Fotografía 5. “El periódico” La NASA presenta los nuevos trajes de sus astronautas



Fotografía 6. “Mederi.com” ¡Méderi unido! Confección de escafandras

trabajaban en las entidades de salud.

La idea de una "Escafandra onírica" sugiere una herramienta conceptual para explorar los confines del mundo de los sueños. A diferencia de una escafandra convencional utilizada para

sumergirse en las profundidades del océano, esta escafandra se convierte en un medio para sumergirse en las profundidades de la mente humana y explorar los vastos paisajes del mundo onírico.

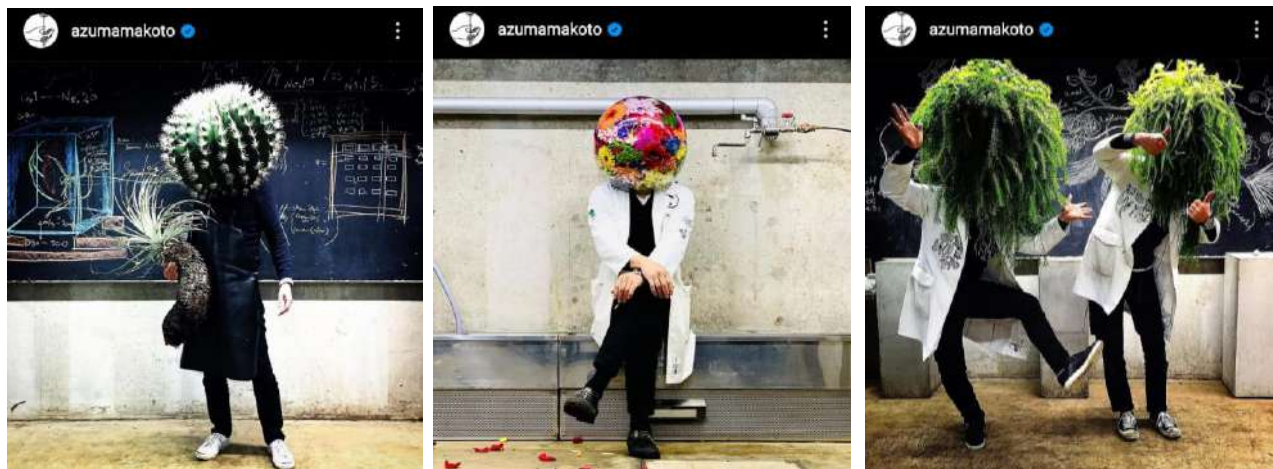
La imagen de una escafandra onírica que permite a los navegantes viajar a través del tiempo y el espacio dentro del mundo de los sueños evocando una sensación de aventura y descubrimiento. Este dispositivo podría ser utilizado para explorar recuerdos, deseos y temores ocultos en los sueños, así como para acceder a diferentes dimensiones de la conciencia y la imaginación.



Fotografía 7. Registro Escafandra
psiconírica, intento 1.

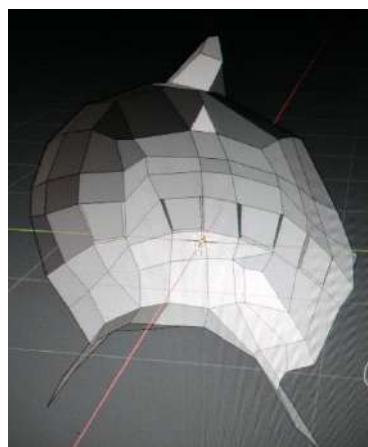
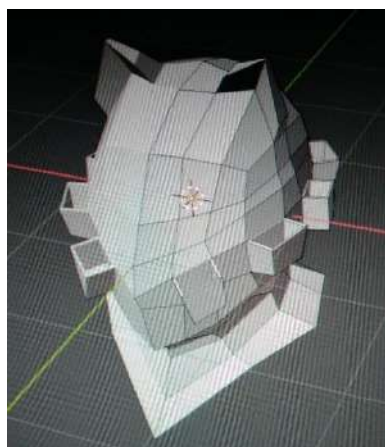
Además, la idea de que esta escafandra tiene la capacidad no solo de absorber conocimiento de los sueños, sino también de transmitirlo entre planos, añade una capa adicional de misterio y potencial. Esto sugiere que el proceso de navegación onírica no solo es una experiencia individual, sino que también puede tener implicaciones más amplias para la comunicación y la transmisión de conocimiento entre individuos y dimensiones.

En resumen, la imagen de una escafandra onírica abre un mundo de posibilidades para la exploración y la aventura en el mundo de los sueños. Su capacidad para navegar a través del tiempo y el espacio dentro de los sueños, así como para transmitir conocimiento entre planos.



Fotografía 8. Extraídas del Instagram del artista Azuma Mankoto

Los primeros diseños fueron fuertemente influenciados por el decorador y artista floral, Azuma Makoto, pero en vez de usar resina o hielo, se pensó en el material del vidrio para reflexionar sobre la fragilidad de la mente. La transparencia del material permitía ver hacia fuera y considerar sobre el mundo, ese mundo de dónde venimos y ese a donde nos adentraremos. Sin embargo, se encontró que el vidrio podría representar un riesgo físico para el público debido a su naturaleza manipulable. Por lo tanto, la idea se transformó en una estructura más sencilla de manipular, utilizando un material menos agresivo pero que aún mantuviera la transparencia y la sensación de fragilidad.



Boceto 3. Diseño e impresión de modelado 3D de la Escafandra psiconírica 2.0

La escafandra se rediseñó, pensándose en la comodidad de quienes lo usarán, también tiene aperturas para el tránsito de aire, es amplia y tiene a disposición un tipo de cajones que permite la estadía de plantas de aire, asociando y sin desconectar los elementos y su relación con la experiencia emocional y sensorial. El rediseño de la escafandra, considerando la comodidad de



Fotografía 9. Proceso, pruebas de medidas y previsualización.

las personas que la usarán, muestra una evolución centrada en mejorar la experiencia del público. Al incluir aperturas para el tránsito de aire, se garantiza una mejor ventilación y comodidad mientras se utiliza la escafandra. Además, al ser amplia, se proporciona espacio suficiente para que el usuario se sienta menos claustrofóbico y más cómodo dentro de la escafandra.

La incorporación de cajones para plantas de aire agrega un elemento sensorial y emocional a la experiencia. Las plantas pueden mejorar la calidad del aire en la escafandra, y pueden proporcionar una conexión con la naturaleza y crear un ambiente más relajante y agradable para el usuario, sin desligar la asociación entre elementos, colores sensaciones y emociones planteadas desde el extractor de sueños narrativo.

Dispositivo 2 Phoropter psiconórico

La reconceptualización del phoropter como un dispositivo psiconórico que no solo mejora la vista, sino que también permite percibir y comprender de manera más completa el mundo onírico.



Fotografía 10. Imagen referente del phoropter plano de la vigilia

Dado que en el mundo onírico las experiencias y las estéticas pueden ser completamente diferentes a las del plano de la vigilia, es lógico que la noción de "ver bien" pueda ser distinta. En lugar de enfocarse únicamente en la agudeza visual, como lo hace el phoropter en el mundo de la vigilia, el dispositivo considera otros aspectos sensoriales y perceptuales que son relevantes en el mundo de los sueños.

Por ejemplo, en lugar de evaluar la claridad de la visión, el dispositivo podría medir la capacidad del soñador para percibir colores vivos y vibrantes, formas abstractas o detalles sutiles que pueden cambiar y transformarse en el mundo onírico. Incorporar elementos interactivos que estimulan los sentidos de manera creativa, con sonidos envolventes, aromas relajantes e incluso texturas táctiles que puedan ser experimentadas en el sueño.

Asimismo, el dispositivo proporciona experiencias y técnicas para mejorar la experiencia onírica, tales como la atención plena antes de dormir, la visualización creativa o el control de los sueños. De este modo, no solo brindaría a los creadores la oportunidad de "ver bien" en sus sueños, sino que también enriquecería su vivencia general en el mundo onírico.



Fotografía 11. Registro Phoroopter psiconírico prueba, texturas y formas.



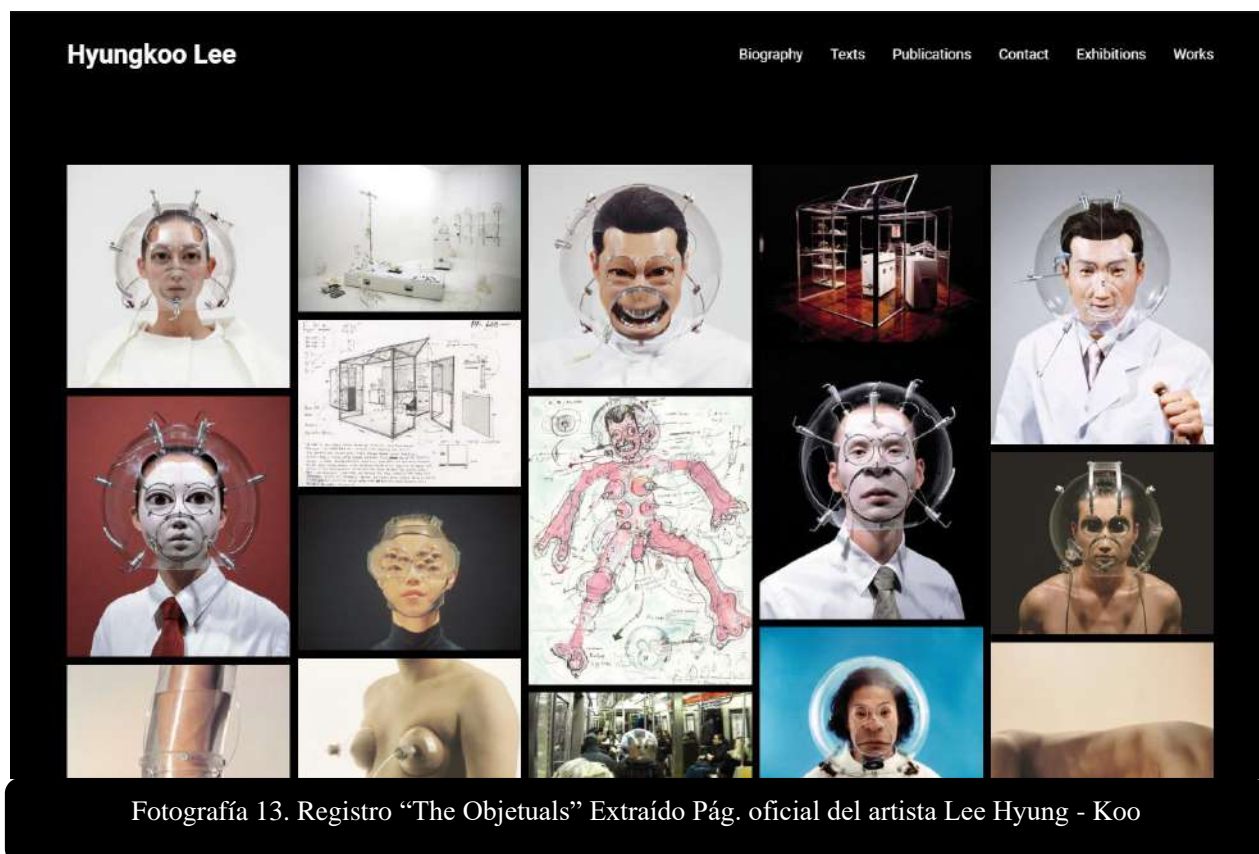
Fotografía 12. Registro Phoroopter psiconírico Desarrollo final implementando los lentes.

El primer ejercicio (Fotografía 11), permitía ajustar un movimiento voluntario a través de unos anillos. Mientras interactuaba, el espectador se cruzaba con diversos materiales y texturas. En esta primera versión no se logró implementar los lentes debido a la variedad de materiales, que era difícil de maniobrar. Cada material requería un peso y una manera de trabajar y manipular que llevó a un nuevo proceso que permitiera y facilitara el uso de este dispositivo.

La idea de usar lentes que ajustan la visión y permiten percibir el mundo onírico de manera más completa, sugiere una ampliación de la percepción humana y una apertura a nuevas formas de comprensión y exploración de la mente y el subconsciente.

Al integrar la capacidad de escuchar y sentir, este dispositivo puede proporcionar una experiencia más holística y rica del mundo de los sueños, permitiendo a los usuarios sumergirse más profundamente en su imaginación y creatividad.

Esta idea fue inspirada por la exposición "The Objetuals" de Lee Hyung-koo, donde los dispositivos presentados invitan a la interacción y exploración por parte del público. La experiencia bilateral es compleja, donde tanto los espectadores externos como los que interactúan con los objetos experimentan distorsiones y percepciones únicas, ofrece una perspectiva sobre la relación entre el arte, el espectador y el entorno físico y perceptual.



4. Transporte entre planos

Estructura 1 Hypnos Estructura 2 Oníros

Mi primera cama era compartida, si no era con mis hermanos mayores, era con mi padre o con mi madre, siempre había alguien a mi lado. A pesar de que esa cama era pequeña, yo también lo era, así que, para mí, la cama era grande, era mi mundo ya que tampoco salía de allí.

La ruptura de la cama: Mi padre y mi madre no vivían juntos, así que cuando era fin de semana, la tenía que compartir con mi mamá, mi madre ya estaba creando su propia vida y tenía una pareja, así que cuando dormía... Esa no era mi cama, era la cama de un otro. Era un lugar de tránsito para él, era el que me usurpaba. Cuando comente desde mi leve vocabulario de aquella edad a mi padre, el solo entendió que observe cosas que no debía y golpeo con agresividad a mi madre, mi madre cuando le conté solo no entendió, la cama se rompió, me rompió a mí. No puedo culpar a mi padre, ya que su concepción y términos no eran iguales a mi lenguaje. No culpo a mi madre, porque peco por inocente y nunca tuve el valor de volver a hablar del tema, y yo, bueno yo no podía ver la cama. cómo hablar de esto conmigo u otra persona si fue en la cama de mi madre mi primera ruptura, cómo decirle que tratando de huir de la realidad termine metiéndome debajo de la cama. Una acción que luego repetí tratando de huir del agresor, uno nuevo, un "amigo" "EL HOMBRE PAJA".

La cama como un símbolo de seguridad y pertenencia. Desde la infancia, la cama se convierte en un espacio donde se refleja la protección y el acompañamiento, ya sea por los progenitores o familiares más cercanos. La cama es la primera habitación en el mundo, un espacio en el que se debería estar seguro y agradable.

La ruptura de la cama y las relaciones familiares. La ruptura de la cama con la separación de los progenitores produce un cambio significativo en la existencia y en la percepción de la intimidad y el hogar. La introducción de una nueva figura en la cama de la madre representó una invasión del espacio seguro y afectó el bienestar emocional.

La transformación de la cama en un espacio multifuncional. Después de la ruptura, mi cama se convirtió en un lugar de refugio y adaptación. Era mi escritorio, mi zona de juego, mi refugio emocional. Esta transformación para adaptarme a las circunstancias y encontrar consuelo en mi propio espacio. (Notas de campo 2019)

La cama durante la cuarentena y la intimidad compartida. Durante la cuarentena, la cama se convierte en un lugar compartido, lo que causa problemas y tensiones en la familia. La intimidad se ve afectada por las circunstancias económicas y la necesidad.

La cama como un símbolo de seguridad y pertenencia: Desde la infancia, la cama se vuelve un lugar donde se refleja la protección y el acompañamiento, ya sea por los padres o familiares más cercanos. La cama es el primer espacio en el mundo, un espacio donde se debería



Fotografía 14. Registro, estructuras y bases de Oníros y Hypnos.

estar seguro y confortable.

Oníros: Este dispositivo es una herramienta única y poderosa para explorar el mundo de los sueños y la experiencia onírica de los participantes. Al permitir la invocación de los "oníros" (los sueños) de los participantes, este dispositivo podría desempeñar un papel fundamental en la investigación y la creación artística, así como en la generación de experiencias significativas y reveladoras para quienes participan en él.

La capacidad de invocar los sueños de los participantes sugiere un proceso interactivo y colaborativo, donde se establece una conexión íntima entre el creador y los sujetos de la investigación. Este dispositivo podría emplearse de diversas maneras, desde sesiones de exploración individual hasta eventos grupales donde los participantes comparten y reflexionan sobre sus sueños en un entorno seguro y facilitado.

Al proporcionar un espacio para la expresión y la reflexión sobre los sueños, este dispositivo podría abrir nuevas perspectivas sobre la psique humana, así como generar material rico y diverso para la creación artística. Además, al invocar los sueños de los participantes, se

fomenta un sentido de comunidad y conexión, ya que se reconocen y valoran las experiencias individuales de cada persona.

Hypnos: La estructura es una especie de portal o puente que facilita el tránsito desde la realidad hacia el mundo onírico, permitiendo a los participantes acceder a sus propios sueños de una manera más directa y consciente. Este tipo de estructura podría ser utilizada en contextos artísticos, terapéuticos o de exploración personal, ofreciendo a las personas la oportunidad de sumergirse en su mundo interior y explorar los paisajes de sus propios sueños.

El concepto de un dispositivo que facilita este tránsito hacia el mundo onírico es innovador, y sugiere la posibilidad de romper las barreras entre la vigilia y el sueño, y explorar los reinos de la imaginación y la creatividad de una manera más profunda y significativa. Esto podría abrir nuevas puertas para la autoexploración, el autoconocimiento y el crecimiento personal.

En un sentido más amplio, esta estructura también sería una metáfora poderosa para la exploración de la mente y el alma humana. Al facilitar el acceso a los sueños, se invita a los participantes a adentrarse en los rincones más profundos de su ser, enfrentando sus miedos, deseos y esperanzas de forma transformadora y reveladora.

Estructura 3 Galluz Matriz

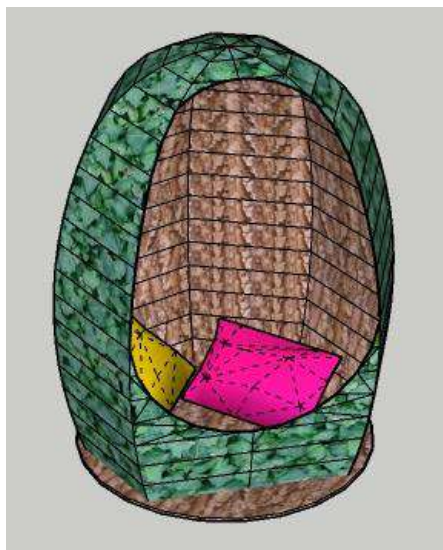
La estructura Galluz Matriz es una exploración profunda de la experiencia humana y la relación entre el sueño y la maternidad. La idea de que el acto de dormir nos lleva de vuelta al vientre materno, implica un retorno a un estado de seguridad y conexión primordial.

Al reflexionar sobre la maternidad en el contexto de los sueños, abre la puerta a una gama de interpretaciones y emociones. La maternidad, con su asociación intrínseca de cuidado, protección y nutrición, puede resonar de manera única en el espacio íntimo del sueño. Este retorno al vientre materno en el sueño no solo puede evocar sentimientos de seguridad y protección, sino también despertar una profunda remembranza psicoafectiva.

El vientre de mi madre: sin saberlo, sin visibilizarlo como debiese haberlo hecho antes, mi madre, el rol de madre, mi primera estancia y mis primeros sueños, la primera conexión con el mundo onírico y de la vigilia, era ella quien se convertía en la

onironauta, llevando mi navegación y mis sueños bajo su narrativa y su tacto externo del vientre. (Notas de campo 2023)

La estructura propone una invitación a reflexionar sobre la naturaleza de los sueños y su relación con nuestra experiencia de la maternidad, así como a explorar la conexión entre el acto de dormir y el regreso a un estado primordial de unión y seguridad. Esta reflexión podría inspirar una serie de exploraciones creativas y discusiones sobre temas tan fundamentales como la identidad, la conexión humana y el vínculo maternofilial.



Boceto 4. Modelado 3D
estructura Galluz Matriz

Esta estructura está asociada al elemento del agua y la matriz haciendo una metáfora poderosa sobre el origen y la creación. El agua, como elemento fundamental para la vida, se asemeja al entorno acuoso del útero materno donde se gesta la vida humana. Esta conexión simbólica entre el agua y la matriz resalta el concepto de fertilidad, nutrición y nacimiento, tanto en un sentido físico como metafórico.

El término "Galluz Matriz" sugiere un lugar de origen, un espacio primordial donde nacen los sueños y las ideas. Es un concepto que trasciende lo puramente físico y se adentra en el ámbito de lo psicológico y lo espiritual. Aquí, el proceso psiconírico y el sueño proactivo artístico creador encuentran su génesis, representando la fuente de inspiración y creatividad.

La invitación implícita en esta metáfora es explorar y sumergirse en las profundidades del inconsciente, donde se encuentran las semillas de la imaginación y la innovación. Es un llamado a abrazar la creatividad y la expresión artística como una forma de conexión con nuestra naturaleza más íntima y esencial.

“La creación artística es del orden de la experiencia, de la implicación personal, de involucrar la subjetividad, el cuerpo y las distintas facultades conscientes e inconscientes del mismo sujeto. Se crea desde lo que me afecta, desde una alteridad (...). El sujeto de la experiencia es el que sabe enfrentar lo otro en tanto que otro y está dispuesto a perder sus coordenadas y dejarse arrastrar en una dirección desconocida.” (Gil & Laignelet, 2014, Pág. 72).

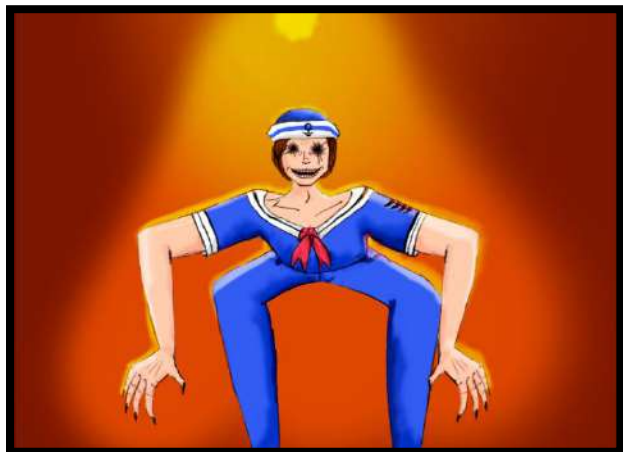


Ilustración 8 EL marinero de paja (20 mayo 2021) Elaboración propia

Nombre: El hombre Paja

Fecha: 11 / marzo / 2021

Color: Rojo, naranja, gris, amarillo opaco.

Elemento: Fuego

Tema: La infancia, la familia, la escuela y el hogar.

Sensación / atmosfera: Violencia, silencio, incomodidad, incognito.

Comprando una casa con mi pareja, nos encontramos en un barrio bastante ostentoso, con vecinos de “bien” (bien posicionados, con buen capital “bien”), un factor común entre mis

vecinos y vecinas era que todos tenían hijos e hijas, y todos estos pequeñines estaban en cuidado de una misma persona, en un mismo lugar, el mismo jardín infantil.

En un par de días, habitando aquel espacio, empiezan a aparecer carteles de búsqueda, los niños y niñas estaban desapareciendo, justo cuando iban camino a casa, bastante sospechoso el asunto, ¿Por qué sus familiares no lo recogían? ¡Solo son pequeñines! Sentía un malestar y odio frente a esas personas de “bien” son tan bien que dejan solos en la intemperie a sus hijos, en la soledad y oscuridad, sujetos sin comprensión de los peligros de la vida.

Otros días más tarde, seguían apareciendo en los postes estos carteles de desaparición, ¿Cómo es posible? ¿La solución es colocar carteles de búsqueda?, ni he visto policías por la zona. Este barrio tiene forma de rombo, esto permite que se conozcan entre todos y todas, no es muy grande, (Me harte de su posición cómoda, están tristes y sienten impotencia, pero no pueden salir de su maldita comodidad) No sé porque lo hago, pero me empodero, me visto de forma formal y voy a aquel jardín infantil, preguntando por cupos, ya que tengo que trabajar y “tengo un hijo” no quiero dejar a mi hijo solo en casa (Obvio me invente todo, improvise su nombre que ni siquiera recuerdo)

En aquel jardín, en su entrada principal tiene un portón grande de vidrio, se ve desde afuera una sala de estar y una recepción, una chica vestida con un overol antiderrames de esos típicos que usan las profesoras de educación infantil, antiderrames, largo y con bolsillos amplios, ella con una gran sonrisa es la que me da entrada, pregunto por los tales cupos, ella decide llamar al maestro principal o algo así, un sujeto alto de barba y cabello corto, este tenía un disfraz bien curioso de marinero, pantalón azul, camisa blanca con ese tafetán o pañoleta azul y líneas blancas amarrada en sus hombros, en su cabeza tenía puesto el Lepanto o el dichoso gorro de marinero de color blanco y líneas azules. Pa’ que, el sujeto se veía

alegre, quería mostrarme las instalaciones, el espacio de juego, y todas esas vainas, yo en mi papel accedí, aunque la verdad solo quería ver si de casualidad allí estaban aquellos niños y niñas desaparecidos.

Comprendo que el susodicho marinero (Así lo llamare ya que nunca nos presentamos ¿Por qué no nos presentamos? ¿nos conocemos? ¿sabe quién soy? Vacilante mi mente) pues sea el director del espacio, pero tenía una actitud dominante, vamos aquí y vamos allá, no hay espacio para resolver preguntas o socializar, yo solo lo sigo no es como que me de otra opción, entonces esa primera impresión de alegría y su disfraz de marinero empezó a distorsionarse para mí, me siento incomoda, no quiero estar allí sola, le pido que si puedo llamar a “mi marido” para que este también de su opinión del lugar (No sé por qué pero mi pareja me copio en todo, siguió todas las mentiras que dije en la llamada, ¿o es que no eran mentiras? ¿Tengo un hijo y si necesito quien lo cuide? En fin, mi novio llevo al lugar, fue bastante rápido al llegar ¿Dónde estaba?

Bueno el marinero nos siguió guiando a su gusto, llegamos a un área de juego y nos mostró a los hijos e hijas de nuestros vecinos, entre esos pues algunos empezaron a jugar, un bebe, el más menor pequeño había defecado en su pañal, y una niña de las más grandes lo estaba cambiando, Luego, en eso uno de los pequeños ya se debía ir a casa y mi novio dijo, - ¡oh muy lindo todo mañana traemos a nuestro hijo!, por ahora vamos a acompañar al pequeño a casa, (Que satisfacción hizo lo que yo quería sin decírselo, entonces ¿el también sentía la misma incomodidad que yo sentía? Una parte de mi se encariño un poquito más con ese sujeto que se hace llamar mi novio)

Acompañamos al pequeño a casa, nada malo paso así que lo normal, nos fuimos a dormir, pero a mitad de la noche despertamos con un frio brutal, al levantarnos vemos a nuestros vecinos ¿Qué sucede? ¿Cómo entraron?

- Ahora salva al mío! – Mis hijos *lo dice sollozando*
- Por qué con el mío no lo hiciste? - ¡ayúdanos! ...

El Chocoloco

-Chocoloco, significa procesos diferentes y fuera de lo común en las artes visuales, algo innovador o no convencional. También aplica para otros campos del saber. Lo chocoloco no significa falta de rigurosidad. Explica algo no fácil de explicar y definir.

Elementos, colores, conectores

Observé las flores como un impacto visual y representativo, cada flor en cada cultura tiene una reflexión y un análisis de lo que significa, no es lo mismo que te regalen una flor a que esta crezca cerca de tu hogar o que tenga un gusto cercano a esta flor o planta, la forma en la que nos relacionamos con otro ser vivo determina la forma en la que se comporta y cómo se transmite la vida. (Notas de campo 2019)

Cada estructura y dispositivo se relacionarán con los elementos con el fin de simplificar un diálogo y un análisis de este. Se seleccionaron estos elementos en función de lo que el dispositivo inspiraba y cómo se desarrollaron materialmente. También se encuentra sujeto a la emoción, al sentir y a unos colores que identifican el elemento.

Dispositivo 1: Escafandra Psicofísica (aire). Plantas de aire compondrán este dispositivo.

Dispositivo 2: Phoropter psiconórico (Tierra) Su elemento fundamental de la estructura es con rayadura de coco y plantas terrestres.

Estructura 1: Oniros (Éter) Todo Es lo que en sí este elemento significa y resignifica para la artista.

Estructura 2: Hypnos (Fuego) este estará acompañado con unas lámparas de gasolina que iluminaran la zona de manera tenue.

Estructura 3: Galluz Matriz (agua) Estarán algunas flores en agua y sin agua interactuando colgadas desde adentro de la estructura.



Fotografía 15. Lámparas de aceite.

AGUA: Emotividad, fluir, deseos imprecisos, intuición, sinceridad, nobleza, poder, descontrol, inundar, realidad, fecundación, fertilidad, felicidad, éxito, limpieza, abundancia, catarsis.

AIRE: Ideas, libertad, pensamientos, imaginación, anhelos, comunicación, intelectualidad, escapar, viajar, procrastinación, preocupaciones, evadir, eludir, distancia.

TIERRA: Fertilidad, familia, fuerza, constancia, proceso, monotonía, intimidad, Plenitud, transformación, etapas, oportunidad, replantear, evolución, desarrollo.

FUEGO: Luz, calor, entusiasmo, purificación, riqueza, frecuencia, convivencia, transformación, impulsos, irracionalidad, plenitud, condicionamientos, experimentar, fantasear, heridas, fuerza.

Experiencias inmersivas

La onironauta y el rol

El performance y la interacción con el público como medios para presentar y mediar la obra de arte es una manera de romper con las convenciones tradicionales del arte y la exposición. El cuerpo como un medio de expresión y exploración. Al asumir la función de onironauta y emplear el performance como herramienta de presentación, se emplea el propio cuerpo como un medio para transmitir y explorar las ideas sobre el mundo onírico y la creatividad. Este enfoque destaca la importancia del cuerpo como una herramienta de comunicación y autoexploración en el arte.

La mediación del espectador como participante activo. Al invitar al público a participar activamente en la obra, se desafía la pasividad tradicional del espectador y fomenta una experiencia más involucrada y significativa. Esta forma de mediación permite una mayor conexión emocional y una comprensión más profunda de los temas y conceptos presentados.



Fotografía 16. Registro exploración performance.

La importancia del rol y la autoexploración: Al crear roles y situaciones controladas dentro de la obra, se está proporcionando a los espectadores la oportunidad de explorar diferentes aspectos de sí mismos y de la experiencia onírica. Esto les permite no solo observar la obra, sino también participar activamente en su interpretación y significado.

La superación de las convenciones del arte de instalación: Al alejarse de la instalación tradicional y enfocar la interacción y el diálogo con el público, se está desafiando las convenciones del arte contemporáneo y explorando nuevas formas de presentación y mediación artística. Esto permite una mayor flexibilidad y apertura en la experiencia del arte, alejándose de la pasividad del espectáculo posmoderno.

A Josefina Siglo (2014), “El cuerpo puesto en juego no es solo el cuerpo como una realidad última e íntima, sino que es un cuerpo que no se puede separar de su contexto social y moral. Es un cuerpo simbólico que revela temas clave concernientes a la identidad y a la política.”

El performance como medio de investigación y autoexploración: Al utilizar el performance como método de investigación corporal, se aprovecha el potencial del cuerpo como una herramienta para descubrir y comprender el mundo, así como una identidad propia y relación con los demás. Esta autoexploración se extiende al espectador, quien también puede utilizar la

participación en el performance como una forma de autoconocimiento y descubrimiento. El cuerpo es político, enunciante y denunciante.

En los juegos de rol hay un papel llamado dungeons máster (DM) o maestro de mazmorras, en los juegos de rol es importante como proporciona una estructura narrativa y performativa en la narración, que me interesa extraer y aprovechar en el acto performático mediador, y en cierta medida didáctico.

En la narrativa y ambientación se debe asumir el papel de onironauta con la capacidad de crear una narrativa envolvente y una ambientación que transporte al espectador a un espacio no cotidiano y fantástico. Construir la habilidad para narrar y describir el mundo onírico puede ayudar a establecer el tono y la atmósfera de la experiencia artística.

Interacciones y decisiones al igual que el DM en los juegos de rol, El papel de onironauta implica dirigir las interacciones y decisiones de los participantes. Puedes condicionar su experiencia y darles pautas o libertad según las acciones que realicen o las decisiones que tomen durante la interacción con la obra. Esto crea un sentido de agencia y participación por parte del espectador.

Flexibilidad y adaptabilidad al adoptar el enfoque de onironauta como DM también puede ser flexible y adaptarte a las acciones y elecciones de los participantes. Esto significa que la experiencia de la obra puede variar según las interacciones individuales y las dinámicas del grupo, lo que la hace única y personalizada para cada espectador.

Control narrativo y performático, como la onironauta, se debe tener el control narrativo y performático sobre la experiencia artística. Guiar sutilmente la dirección de la narrativa y las emociones, así como adaptarte a las respuestas y reacciones del público en tiempo real, creando así una experiencia dinámica y envolvente.

Las estructuras de transporte entre planos y la influencia del cuerpo en el escenario, fueron sumamente influenciadas por la artista performática y de video instalación Mariko Mori, quien desde su obra "Pure Land", Mori utiliza no solo simbolismos y referencias espirituales, sino también elementos visuales que transportan al espectador a otra época, generando una conexión entre lo tradicional y lo futurista.

En una parte de la instalación se puede apreciar la estructura "Enlightenment Capsule", 1996–98. Existen una mezcla de fragilidad y fuerza en su expresión artística que añade una profundidad emocional a su obra, lo que da como resultado una experiencia visual y sensorial, ya que, aunque no toques los elementos expuestos, hay cierta materialidad en su diseño que genera esa percepción de quebradizo, endeble y delicado.

La presencia de Mori en la escena, interactuando con los elementos de su obra y produciendo sonidos ambientales, agrega una capa adicional de significado y experiencia para el espectador. En su obra "La Defense", publicada en París en 1996, se puede apreciar tanto su control narrativo como performance, sus conexiones entre lo clásico y lo futurista, y lo que se mencionaba acerca de la percepción de una obra endeble.



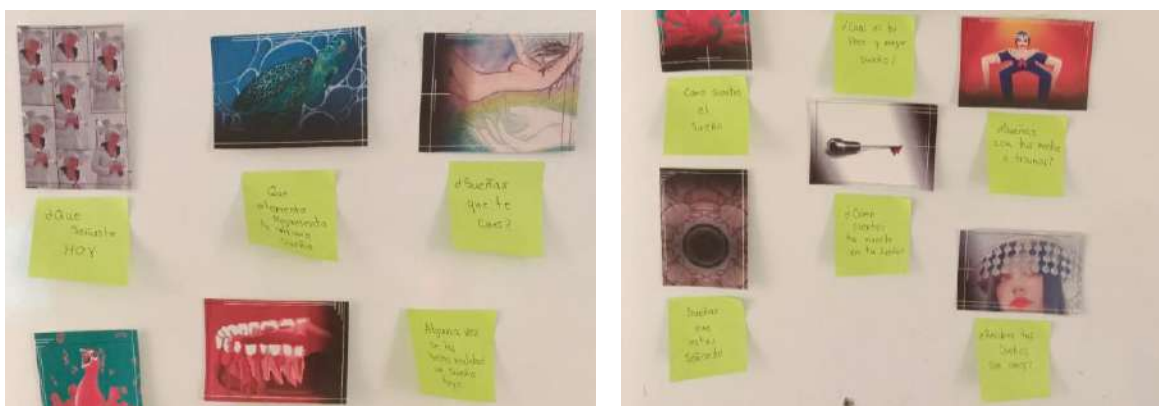
Fotografía 17. Fotografía y video registro "La Defense", Paris 1996

https://www.instagram.com/p/CDTz61_Fc9o/

Las cartas y los dados

Para algunos críticos, particularmente para Krauss, el arte de instalación es una forma más del espectáculo posmoderno, disponer o situar objetos... la instalación, en su amplia variedad de medios, se aleja de la tradición de los medios específicos y, por consiguiente, carece de conexiones inherentes a las que oponerse con una práctica de reflexión autorreflexiva. (Bishop 2007/2008). Por esta razón, no solo se encuentran los elementos en un espacio, se generan dinámicas de diálogo, se genera participación, se genera interacción, se generan dispositivos de activación y pensamiento crítico.

Las ilustraciones oníricas desempeñan una función significativa en la obra presentada, puesto que desempeñan una función como elemento generador de interrogantes y disposición en



Fotografía 18. Registro Cartas activables

el ámbito.

Para acceder a la interacción con las estructuras y los dispositivos, se encontrarán con la onironauta, quien les brindará una instrucción sencilla de seleccionar una de las "cartas" que son las ilustraciones oníricas, estas estarán dispuestas a exponer las ilustraciones, que tienen rasgos estéticos visuales, pero a su vez en el respaldo se encuentra una pregunta que evoca algo en el participante.

El espectador no debe llevarse la carta. Durante su breve instante de interacción con la carta, debe conservar la frase del respaldo de la carta en su memoria, pensar en la imagen, examinar si existe alguna conexión entre la frase y la imagen.

Tras este breve lapso, el espectador deberá retornar la carta en la posición en la que la encontró y recibir la siguiente instrucción. Un dado de seis caras (D6) y uno de veinte (D20), según el resultado obtenido, significará una estrategia de interactuar con el espacio.

Al igual que las cartas en los juegos de rol, tales como en otros tipos de juego, los dados desempeñan una función importante, que es la de dictar qué hará o no el personaje, aquí cada dado tendrá una función que será guiada por el azar, la suerte y las instrucciones.

Al usar el dado como generador de acciones, al usarse en la obra, se está introduciendo un elemento de azar y suerte que puede influir en las acciones y decisiones de los participantes. Esto crea una sensación de emoción y anticipación, ya que los participantes no saben qué instrucción les espera hasta que lanzan el dado. Esta dinámica puede añadir un sentido de sorpresa y espontaneidad a la experiencia artística.

Las cartas como registros y recuerdos de la obra, como dibujos de sueños y fotografías, agrega una dimensión tangible y duradera a la experiencia del espectador. Estas cartas no solo funcionan como recuerdos físicos de la obra, sino que también sirven como puntos de conexión emocional y recuerdos para los participantes.



Gráfico 3. Referencia del dado Hexaedro

Dado de seis caras: Cubo o hexaedro regular, tendrá la función de direccionar y determinar con que dispositivo o estructura interactuará el espectador participante.

1. Cara 1: Solo circularas por el espacio.
2. Cara 2: Interactuaras con el dispositivo 1 Escafandra Psiconírica
3. Cara 3: Interactuaras con la estructura 1 Hypnos
4. Cara 4: Interactuaras con el dispositivo 2 Phorofter Psiconírico

5. Cara 5: Interactuaras con la estructura 2 Oníros
6. Cara 6: Interactuaras con la estructura 3 Galluz Matriz



Gráfico 4. Referencia del dado Icosaedro

En los dados de veinte caras (D20) El número uno (1) representa ejecutar una acción de manera fallida, no exitosa o que la acción que debe ejecutarse tiene una dificultad mayor, mientras que, en la numeración más alta, representa la facilidad para realizar alguna acción o tomar una decisión, un éxito rotundo.

En el lanzamiento de dados, la onironauta estará presente y le informará al espectador activo acerca de lo que su lanzamiento representa. La determinación de cómo debe interactuar o qué acción tomará con los dispositivos y estructuras.

Será responsabilidad de la onironauta la determinación de cómo debe interactuar o qué acción tomará con los dispositivos y estructuras, ya que no se pueden plantear 20 acciones al azar sin estar al tanto de los resultados de la carta y del D6, cuando se entere de estos resultados, puede entrar en contacto con el participante y llegar a un acuerdo.

Cabe entender que lo que se menciona o etiqueta como espectador pasivo es aquel que está viendo de forma distanciada la escena o el encuentro, quien se asoma de forma curiosa a ver la obra, mientras que el espectador activo es el que interactúa, participa y acciona los dispositivos y estructuras, en ambos espectadores surgen procesos cognitivos, emocionales y sensitivos, pero la experiencia no es la misma, aunque estén expectantes de la misma obra.

Arte Psiconírico

La postmodernidad se caracteriza por ser subversiva, ya que permite romper ciertos esquemas y canon del arte, por ejemplo esto es arte participativo, pero también pueden decirle instalación, también hay performance, pero también hay “juego” con un enfoque lúdico, pero sin volver a la obra una clase académica, también hay azar, hay instrucciones, algunas personas podrán decir que hay ready-made, porque considero y tomo como arte un elemento que no se concibe tradicionalmente como arte por su función, como lo son mis estructuras Hypnos y Oniros, y las transformo y aplico un arte conceptual para darle valor al argumento más que al elemento mismo; sin embargo, si se fijan bien, no están desvinculados la obra del concepto, ambas estructuras son diferentes entre sí, no obstante comparten espacio y experiencias de los espectadores y de la artista.

El Psiconíricismo es una amalgama de conocimientos y experimentación, donde hay un devenir, de ida y vuelta, donde se cruza la experiencia, con el tecnicismo y la estética consciente y funcional para el término mismo, ya que estos elementos, dispositivos y estructuras no servirán como solo una escultura, o como una instalación, si se rompe toda la amalgama, el psiconíricismo deja de ser psiconíricismo, porque el bucle de esta investigación creación se dio así y permitió a la obra ser así porque así mismo se requería, por lo mismo hay que hacer énfasis en la línea de investigación como influye a que el psiconíricismo sea un movimiento y expresión artística, ya que tiene un enfoque de creación, cuerpo y territorio, por el hecho de que todo cruza bajo la experiencia corporal, sensitiva, y emotiva del ser, pero no solo en un territorio de la vigilia, no solo en un territorio táctil y asequible todo el tiempo, sino también a otros territorios oníricos, que únicamente están en disposición si la persona entra en el estado REM, o si dispone de un buen lugar para entrar en este estado.

Nombre: El_Infierno

Fecha: S/F

Color: Rojo, verde, azul, amarillo.

Elemento: Éter

Tema: Morir y renacer.

Sensación / atmosfera: Necesidad,
búsqueda, incompreensión.,
contemplación.



Ilustración 9 EL pavo del infierno (28 febrero 2021)

Elaboración propia

Anoche soñé con el infierno, era un pavo hecho flor,
pavoneando sus hojas rojas carmesí,
estas caían bajo sus patas creando un corredor infinito.

Este estaba encima de unas cumbres rocosas que caigan en lava y rebosaba el fuego.

El Despertar

Despertar 1:

Psiconírico el concepto que se está desarrollando, centrado en los modos de investigar y crear en el arte, tiene el potencial de ser considerado como un movimiento artístico postmoderno. Aquí hay algunas razones por las cuales podría encajar dentro de este marco:

1. Enfoque Interdisciplinario: tiene un enfoque de investigación y creación abarca múltiples disciplinas, técnicas y metodologías, esto refleja un aspecto clave de la postmodernidad. El movimiento postmoderno se caracteriza por su inclinación hacia la interdisciplinariedad y la mezcla de diferentes estilos, formas y enfoques.

2. Rechazo de Meta narrativas: El trabajo cuestiona o rechaza las narrativas dominantes o las estructuras de poder en el arte y la sociedad, esto se alinea con la postmodernidad, que a menudo desafía las grandes narrativas y los sistemas de autoridad.

3. Exploración de la Subjetividad y la Experiencia Personal: La investigación y creación se centran en la subjetividad, la experiencia personal y la relatividad de la verdad y la realidad, esto también es característico de la postmodernidad. El movimiento postmoderno tiende a valorar la diversidad de perspectivas y la multiplicidad de significados.

4. Hibridación y Mixtura: El trabajo fusiona diferentes estilos, géneros o formas de expresión, esto refleja la tendencia postmoderna hacia la hibridación y la mixtura. El movimiento postmoderno a menudo desdibuja las fronteras entre las categorías tradicionales del arte.

5. Énfasis en el Proceso y la Ironía: Si la investigación y creación se caracteriza por un énfasis en el juego, la experimentación y la ironía, esto también se considera una manifestación de la postmodernidad. El movimiento postmoderno a menudo enfatiza la importancia del proceso sobre el producto final y se deleita en la ironía y el juego de significados.

Despertar 2

Se empodera y visibiliza el proceso también como obra, a veces no se aprecian los procesos o se cree en los imaginarios que el arte es fácil o que solo es hacer un elemento y ya o que solo diciendo que es arte hace que se vuelva arte, se menosprecia la investigación en artes, se cree que el arte es una herramienta para otras áreas, se evidencia como en Colombia aún falta un trabajo y una apropiación por la investigación y la creación en artes. La investigación en artes es profundamente resonante y captura la esencia misma de la naturaleza dinámica y multifacética de este campo.

Es evidente que la investigación en artes no se puede reducir simplemente a la búsqueda de respuestas o soluciones a problemas específicos, sino que abarca una gama mucho más amplia de procesos y experiencias.

El enfoque no lineal y no específico de la investigación en artes refleja la complejidad inherente a la creatividad y a la expresión artística. Proceso que abarca lo sensorial, lo sensible, lo estético, lo conceptual y lo comunicativo, entre otros aspectos. A menudo, el proceso de investigación en artes es tan importante como el resultado final, ya que es en este proceso donde se producen los descubrimientos, los errores y los aprendizajes que enriquecen la práctica del artista investigador.

La noción de obras “inacabadas” como expresiones válidas de la investigación en artes es especialmente significativa. Estas obras no son simplemente productos incompletos, sino que son testigos vivos del proceso creativo y de investigación del artista. Representan una manifestación de la realidad inmediata del creador y, al mismo tiempo, sirven como puntos de partida para futuras exploraciones y descubrimientos.

La metáfora del bucle, del devenir y del rizoma captura de manera elocuente la naturaleza cíclica y en constante evolución de la investigación en artes. Sugiere que cada proceso de investigación y creación no es un punto final, sino un punto de partida para nuevas investigaciones, nuevas creaciones y nuevos caminos de exploración.

Laignelet y Gil (2014) “No obstante, reiteramos, lo que está en juego es más complejo, es la democratización y la real valoración de los saberes distintos al científico” (P.39).

Despertar 3

Contribuye mi investigación al campo del conocimiento artístico a través de la creación del término "psiconírico" y su potencial como representante de un movimiento artístico postmoderno colombiano.

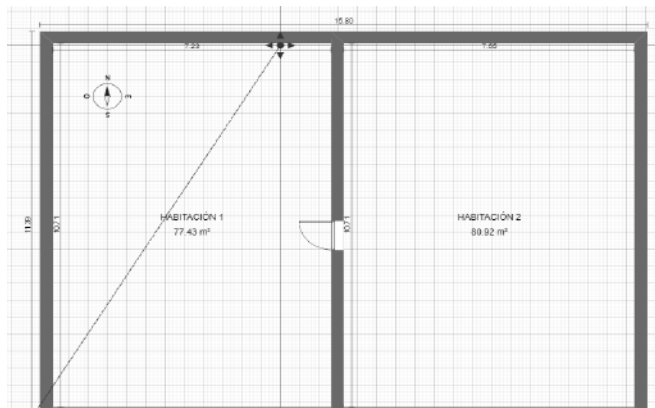
La creación de este término no solo introduce una nueva perspectiva en el ámbito del arte, sino que también sugiere la exploración de la psique humana y la experiencia onírica como fuentes de inspiración artística. Al conceptualizar el psiconírico, se está proporcionando un marco teórico para comprender y explorar la intersección entre la mente y la creatividad en el contexto del arte contemporáneo.

La exploración del bucle y el rizoma, al examinar y conceptualizar el bucle, así como la referencia al concepto de rizoma de Deleuze y Guattari, enriquece el enfoque teórico y metodológico. Ofreciendo herramientas conceptuales para comprender la complejidad y la multiplicidad de las interacciones entre el arte, la mente y la experiencia humana.

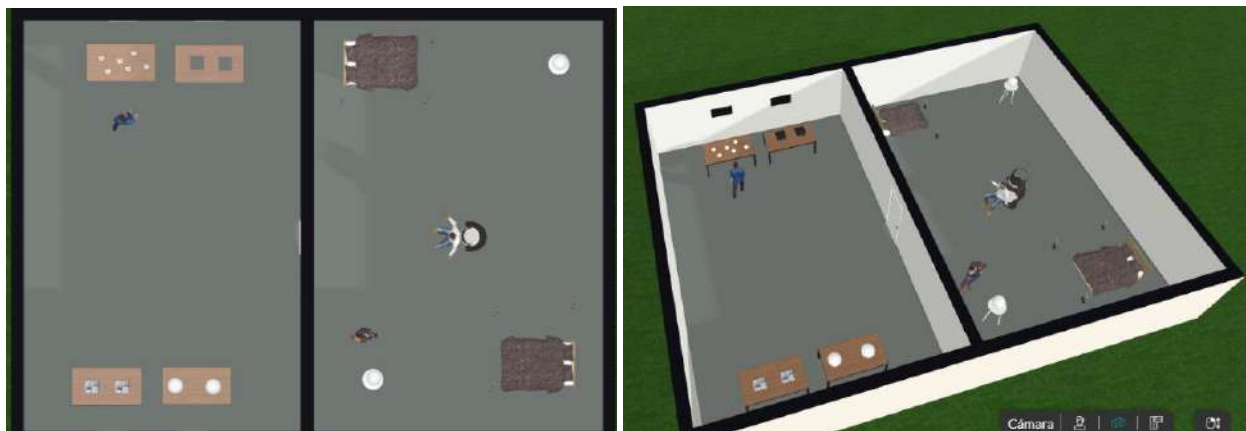
La perspectiva sobre el performance como elemento de mediación, destaca la importancia de la interacción y la participación del espectador en la experiencia artística. Ampliando el alcance y la influencia de la obra más allá de su materialidad física, y lo convierte en una experiencia dinámica y participativa.

Patentando y apropiando términos, enfocando el patentar y popularizar términos como "onironauta" es una estrategia valiosa para reconocer y visibilizar nuevas áreas de investigación y práctica artística. Al darle un nombre y una identidad a conceptos previamente no reconocidos o abandonados, se contribuye a la construcción de un lenguaje común y compartido dentro del campo del arte contemporáneo.

Quince minutos mas



Boceto 5. Diagramación del espacio, 2D medidas



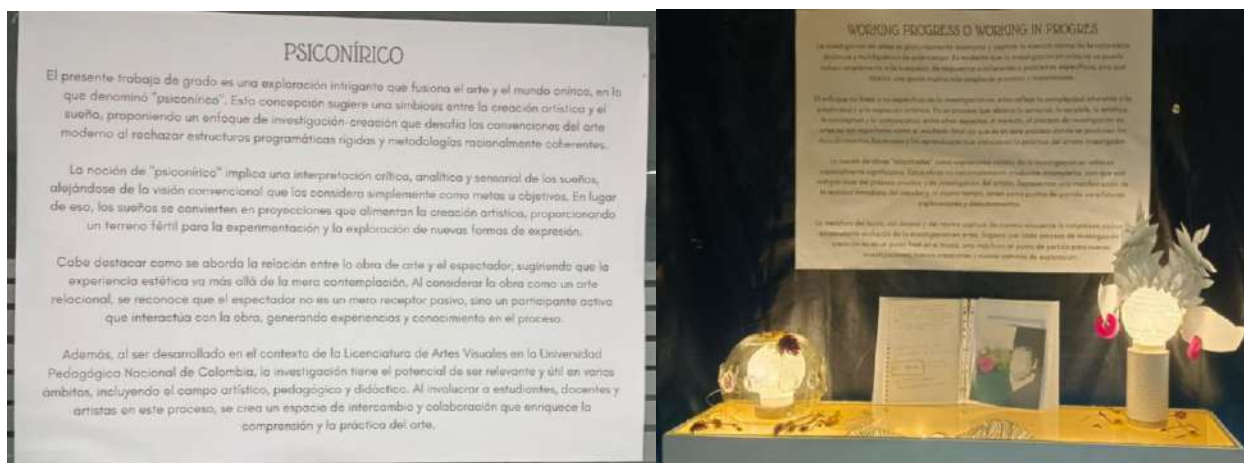
Boceto 6. Diagramación del espacio, 3D



Registro sustentación 1. Instalación 360.



Registro sustentación 2. Estructuras.



Registro sustentación 3. Textos curatoriales.



Registro sustentación 4. Didáctica y mediación.



Registro sustentación 5. Dispositivos.

Páginas Amarillas

Literarios

- Engel. P. (2017) “Sueños, diez claves para interpretarlos” (Ed Catalonia) Catalonia Ltda.
- Lightman. A. (1992) “Los sueños de Einstein” (Ed. Española 2019) Barcelona, Libros del asteroide.
- Gaston. B. (1943) “El aire y los sueños” Ensayo sobre la imaginación en movimiento, (Ed. Español) Fondo de cultura económica.
- Gaston. B. (1957) “La poética del espacio” (Ed. Español) Fondo de cultura económica.
- Nerys. D. (1995) “Los sueños, como comprender los mensajes de su yo interior” (Ed. Original, Understanding Dreams) Editorial Norma.
- Juan María. G. (1859) “Pensamientos, máximas, sentencias, etc”. Buenos aires. Biblioteca americana.
- Jacobo. S. (2010) “El mundo bajo los parpados” (Centro Español de Derechos Reprográficos) Editorial Atlanta
- Dans S. (2011) ONIRONÁUTICA Manual de exploración onírica y sueños lúcidos OERAL ediciones

Teóricos investigativos

- Claire. B. (2007/2008) “Antagonismo y estética relacional”. Buenos aires.
- Claire. B. (2017) “Infiernos artificiales arte participativo y políticas de la espectaduria” Taller de ediciones económicas.
- Deleuze, Guattari (2008) “Introducción Rizoma”, en: Mil Mesetas. Pre-Textos.
- Deleuze, G. & Guattari, F. (1985). El Anti-Edipo. Capitalismo y esquizofrenia. Barcelona: Paidós
- Donna H (*) “Pensamiento tentacular Antropoceno, capitaloceno, chthuluceno”
<https://revistaerrata.gov.co/contenido/pensamiento-tentacular-antropoceno-capitaloceno-chthuluceno-1>
- Giorgio Á. (2005) “Profanaciones” Genius Loci (p. 7-17) Adriana Idalgo editora. S.A.
- Henk. B. (2010) “El debate sobre la investigación en las artes” Ámsterdam School of the Arts. B.
- Hélene. C. (2004) “Deseo de escritura”. Edición y prólogo de Marta Segarra Traducción de Luis
- Josefina Siglo. A. (2014) “performance un arte del yo autobiografía cuerpo e identidad” XXI editores
- Maya. A. (2004) “Memoria, lugares y cuerpos” Universidad autónoma de México. Athenea Digital
- Martha- B. (*) “Investigación interdisciplinariedad y educación artística” Investigación collage.

Nicolas. B. (2008) “Estética relacional” Segunda edición Adriana idalgo editora. S.A.

Tigero. (cap. La risa de la medusa)

Gil Marín, F. J. & Laignelet, V. (2014). “Las artes y las políticas del conocimiento tensiones y distenciones, En: Creación, pedagogía y políticas del conocimiento”. Segundo encuentro. Bogotá Universidad Jorge Tadeo Lozano. Ediciones La Silueta.

Irina. V. S. (2008) “La axiomática estética: esquizoanálisis y rizoma”. Universidad del valle.

Linda. N. (*) “¿Por qué no ha habido grandes mujeres artistas?”

Miguel Calvo. S. (2015) “postmodernidad 1975” Movimientos <https://historia-arte.com/movimientos/postmodernidad>

Paul. E. (2003) “Emotions Revealed” TELLIN GLIES <https://zscalarts.files.wordpress.com/2014/01/emotions-revealed-by-paul-ekman1.pdf>

Ricardo. M. (*) “Fenomenología de la imaginación. Variaciones y perspectivas” CANALES Centro de Filosofía Universidad de Lisboa Facultad de Letras 1600-214 Lisboa (Portugal)

Walkscapes: (*) “El andar como práctica estética”. (p. 150 – 175) Francesco Careri

Rosalind. K. (1986) “La originalidad de las vanguardias y otros mitos modernos” Alianza Forma, alianza editorial.

Científicos

Amerisleep (2021) “What are the Most Common Nightmares?” <https://amerisleep.com/blog/what-are-the-most-common-nightmares/#:~:text=Nightmares%20%26%20Their%20Triggers%3A%20Nightmares%20are,traumatic%20incident%2C%20and%20everyday%20stress.>

Alberto. B. (2020) “Las pesadillas podrían ser buenas para la salud mental” Noboot tecnología para las personas <https://www.nobbot.com/personas/pesadillas-buenas-para-salud-mental/>

Collier, M. (2011) “Hume's Science of Emotions: Feeling Theory without Tears”.

Aqueveque, N. (2015). El Gran libro del tarot Rider Waite. www.academia.edu. https://www.academia.edu/14316759/El_Gran_libro_del_tarot_Rider_Waite

Fundación Nacional del Sueño (NSF por sus siglas en inglés) (2010). REM sleep deprivation and migraines. Obtenido el 4 de junio de 2012 de <http://www.sleepfoundation.org/alert/rem-sleep-deprivation-and-migraine>

Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre (NHLBI por sus siglas en inglés) (2009). At-a-glance: Healthy sleep. Obtenido el 30 de mayo de 2012 de http://www.nhlbi.nih.gov/health/public/sleep/healthy_sleep_atglance.pdf (PDF - 1,81 MB)

Save, spend, splurge, (*) <https://www.savespendsplurge.com/10-reasons-why-sleeping-on-a-minimalist-futon-is-the-best-bed-you-will-ever-have/>

Virginie. S. 1,2. | Lampros. P. 1,2,3,4. | Giulio. T. 4. | Sophie. S. 1,2. (2019). Fear in dreams and in wakefulness: evidence for day/night affective homeostasis. University of Geneva, Geneva University Hospitals University of Wisconsin. (Received: 17 May 2019 Revised: 4 October 2019 Accepted: 15 October 2019) https://www.researchgate.net/publication/330727726_Fear_in_dreams_and_in_wakefulness_evidence_for_daynight_affective_homeostasis

Artísticos

Allan Wexler (2011) – “Student lecture series”. [Instalación] Galería Ronald Feldman en la ciudad de Nueva York <https://cooper.edu/events-and-exhibitions/events/student-lecture-series-allan-wexler>

Azuma Makoto – (2020) “amkkproject” <https://www.instagram.com/p/CDYo4P9hUfM/>

Hyungkoo Lee (1995) “The objectuals” [Instalación y dispositivos] <https://hyungkoolee.com/works/the-objectuals/>
<https://www.ignant.com/2017/08/17/the-objectuals-by-hyungkoo-lee/>

IMAGIAMx. (2011, 4 septiembre). Leonora Carrington [Vídeo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=nBa5Uy9Yl0I> Leonora. C

Leonora Carrington - (1998) “Como hace el pequeño cocodrilo” [Pintura y escultura].

IMAGIAMx. (2011, 4 septiembre). Leonora Carrington [Vídeo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=nBa5Uy9Yl0I> Leonora. C

Mariko Mori –(2015) “Enlightenment Capsule” [Instalación – fotografía y video]. <https://www.instagram.com/marikomori/>

Remedios Varo – (1957) La creación de las aves. [pintura al óleo] – (1961) Bordando el manto terrestre. [pintura al óleo] - (1961) Descubrimiento de un geólogo mutante [pintura al óleo] Museo de Arte Moderno de México.

Sieira, J. M. (2019, 1 diciembre). LUCÍA MOHOLY, la fotógrafa que inmortalizó a la BAUHAUS. Architectural Digest España. <https://www.revistaad.es/disenio/iconos/articulos/lucia-moholy-fotografa-inmortalizo-bauhaus/24442>

Yoko Ono – (2020) Pomelo. ALIAS EDITORIAL.