

Ese vaho en la mirada

*Exploración del proceso de
una depresión a través de la
práctica performativa.*

Por Ana Lacruz Matallín.

Tutora: Josefa María Zárraga Llorens.

ÍNDICE DE ANEXOS

1. ANEXO 1: Enlaces para conocer un poco más.	1
- <i>Inerte. Un paseo por las ruinas</i> (junio, 2019)	1
- Vídeo llanto, vídeo que se proyecta (s.f)	1
- <i>La despedida</i> (abril, 2020)	1
- <i>Un paseo por las ruinas</i> (enero, 2024)	1
- <i>Ese vaho en la mirada</i> (2023)	1
2. ANEXO 2. Texto propio: <i>Testimonios. Un relato sobre mi día a día</i> (2017).	2
3. ANEXO 3. Texto propio: <i>El bressolar de la lluna</i> (2022).	6
4. ANEXO 4. Texto propio: <i>Quién soy</i> (2022).	11
5. ANEXO 5. Mis cuadernos de memorias (2013 hasta la actualidad).	14
6. ANEXO 6. Referencias bibliográficas consultadas no citadas.	32

1. ANEXO 1: Enlaces para conocer un poco más.

- *Inerte. Un paseo por las ruinas* (junio, 2019): <https://youtu.be/kqXKdTdPm7M>
- *Video llanto*. vídeo que se proyecta (s.f.): <https://youtu.be/fCyKQIJ-yB0>
- *La despedida* (abril, 2020): <https://youtu.be/AwXM-itOBew>
- *Un paseo por las ruinas* (enero, 2024): <https://youtu.be/QrgEKT32wN0>
- *Ese vaho en la mirada* (2023): <https://youtube.com/shorts/2uIVXpo3bis>

2. ANEXO 2. Texto propio: *Testimonios. Un relato sobre mi día a día (2017)*.

No quedaba nadie más: solo ella y yo. Mi persona y ese monstruo oscuro, envolvente, tenebroso, sibilino... ¿qué iba a hacer si cuando la sentía cerca me convertía en la persona más débil del mundo; si cuando me acechaba sentía como si algo tirase fuertemente de mí hacia las más oscuras profundidades del océano; si cuando se acercaba, mi alrededor quedaba arrasado por una neblina que empañaba todo a su paso; si cuando aparecía me convertía en una autómata, un robot, un zombie?

Solo puede quedar una, y me niego a que pueda conmigo.

Ya somos más de 350 millones. Nos advirtieron de que no nos daríamos cuenta, que poco a poco nos envolvería con su espeso manto y, cuando eso ocurriese, ya sería demasiado tarde, demasiado tarde para huir, demasiado tarde para escapar, demasiado tarde para volver a ser cómo solías ser, volver a ser quién solías ser.

“¿Hay alguien ahí?” Nada. Ya no había respuesta. Ya era demasiado tarde. Una oscuridad me rodeaba y solo una llama incandescente a lo lejos me permitía vislumbrar lo que había a mi alrededor. Mis ojos acabarían acostumbrándose a esa oscuridad, y eso es lo que más miedo me daba.

Si ese monstruo había hecho que esa neblina estuviese dentro de mí, ¿por qué todos estaban empañados de ella? Puede que no sea yo, puede que sea el mundo que está cambiando, que estemos tan obcecados con nosotros mismos, que, al no importarnos lo que ocurre a nuestro alrededor, ese entorno ha acabado por volverse borroso. Sí, tiene lógica. Por eso ahora tienen esas caras, esas no caras. Ya no consigo ver ni intuir sus facciones, me parecen todos iguales. ¿Te conozco? ¿Te conocía antes de que ella me atrapase?

Parecía que ya nos íbamos acostumbrando la una a la otra, a veces ella abría la mirilla y me dejaba ver un poco de luz. (*Suspiro*) ¡Qué bonita y resplandeciente es! La había olvidado.

Pero, a menudo, me asfixiaba. Ese horrible monstruo no me dejaba respirar. Como un pez fuera del agua, abriendo y cerrando la boca, tratando de que alguna de las bocanadas que lanzo al espacio consiga hacer llegar a mis pulmones algo de vida. El aire no llega a mis pulmones, me ahogo, no puedo más, me canso de luchar para que una molécula de oxígeno alcance mis bronquios. Es agotador. ¿Y si...? ¿y si...? ¿y si...? No,

no puedo. No puedo hacerlo. (*Bocanadas*) ¡Qué gratificante es! Gracias. Nunca pensé que una molécula de oxígeno resultase tan deliciosa.

No entiendo porque ya nada me emociona. Todos tienen algo, se ilusionan por algo... ¿por qué a mí nada me ilusiona o me interesa lo suficiente? ¿Dónde falla mi sistema?

Decidí escribir para comprender, para no olvidar. Rodeada de esa penumbra no podía reparar los garabatos que mi lápiz dejaba a su paso sobre la, antes, hoja en blanco: “No soy feliz. Siento que mi vida está vacía. Que no vivo la vida que me gustaría vivir. Aunque tampoco tengo claro qué vida es esa. Lloro y no entiendo por qué. Lloro y no sé por qué razón ni de qué manera solucionarlo. Siento un vacío tan grande que no puedo explicarlo. Vivo como un robot. Automata. Me muevo, respiro, como, "vivo"... sin ningún sentido ni razón. Es como si todo ocurriese a mi alrededor y yo solo estuviese ahí, únicamente ahí parada y la vida pasando a mi alrededor. No sé qué hacer para solucionar esto. No sé cómo vivir. No sé. No sé. Y ahora lloro. Veo la vida pasar, la veo pasar sin implicarme. Intento encontrar mi sentido, pero no lo encuentro, no sé qué hago aquí. Vacía. Diría hermética, pero no. Porque soy más como un fantasma, como una nube: las cosas pasan a través de mí sin inmutarme, sin inmutarse. Como la vida.

Encontré un refugio en mi cama. Bajo mi nórdico nadie podía escuchar caer mis lágrimas, ni el crujido de mis ilusiones al romperse, ni el estallido de mi corazón al dejar de sentir, ni los gritos de dolor que todo esto ocasionaba. No podía hacer sufrir a nadie más con lo que me estaba pasando, no quería hacer partícipe a nadie de esto. Porque, ¿y si al hacerlo ella atrapaba a esa gente también y empañaba su mundo como había hecho con el mío?

Ya no recuerdo cuánto tiempo llevo aquí, entre mis sábanas. El paso de los días es extraño con Ella cerca. Ella también ha hecho que mis oídos estén cubiertos de esa nebulosa... pero, “*Felicidades*” – escucho decir a lo lejos a mi madre. Vaya, ¡es mi cumpleaños! Recuerdo que solía hacer la cuenta atrás para este día: “solo quedan dos días”, “mañana es mi cumple”, “¿sabes qué día es hoy?”, “¿no te imaginarías quién cumple años hoy, 17 de abril”...– les decía emocionada a mis amigos, con una amplia sonrisa que se dibujaba en mi rostro.

¿Cuánto tiempo llevo atrapada entre sus garras? No, ya no me gusta cumplir años. No entiendo por qué cosas que antes me gustaban, me ilusionaban y deseaba que llegasen... ahora... ahora nada...

Me siento tan sola aquí, con Ella. Me siento muy confusa.

Me veo en fotos y no me reconozco. ¿Quién soy? ¿Quién era?

Durante incluso días, no podía salir de mi casa, no podía salir de mi habitación, no podía salir de mi cama, mi refugio. Era como si mi mente (seguida por mi cuerpo) se hubiese dado por vencida. No veía un futuro. Simplemente ya no quería estar aquí. Nadie puede hacer nada, nadie puede hacer nada para hacerte sentir mejor. Con el tratamiento las cosas fueron a mejor, pero a veces vuelve a golpear con fuerza. Me sentía tan mal conmigo misma, incapaz de enfrentarme al mundo, no me gustaba cómo era, quién era. No sabía cómo salir de eso... Pero aquí sigo, luchando.

La vida está llena de altibajos, y yo ya he tenido muchos bajos. Ahora ya solo toca subir, hasta la cima. Es muy fácil decirlo ahora, pero cuando estás hundida en la mierda más absoluta, de la que eres incapaz de salir... Las palabras de fuerza, de "solo es una racha", "saldrás de esta"... ni se te pasan por la cabeza.

Las personas no suelen saber lo que ocurre ni el sufrimiento que implica. Así que, a la hora de explicar mi depres... Ella, cuando me ha tocado hacerlo, me parecía más fácil explicar lo que siento con un símil. "Imagínate dentro de una piscina de la que no puedes salir. Imagina que dentro de esa piscina no tocas suelo y que ni tan siquiera lo ves. Imagínate en esta situación día tras día, semana tras semana, año tras año. Creo que puedes imaginar el agobio, el cansancio, el desgaste físico, las ganas de abandonar, de dejar de luchar, de dejar que tu cuerpo se hunda y, al fin, descansar." La cosa ha cambiado un poco desde sus inicios, hace unos años, hasta ahora: ¡Un cajón! La reciente aparición de un cajón dentro de esta inmensa piscina, un cajón donde al fin puedo reposar, gracias al cual puedo mantener la cabeza fuera del agua, un cajón que me permite relajar mis brazos y mis piernas tras su incansable aleteo para mantenerse a flote. Un cajón del que puedo resbalar a veces cuando "el oleaje" golpee con fuerza y que me obligará de nuevo a seguir aleteando hasta encontrarlo de nuevo, pero está ahí, cerca. Por ahora no he podido salir de esa piscina, por ahora, pero te aseguro, que ese cajón está haciendo que mi situación sea mucho más llevadera.

No existe nadie que no necesite ayuda para lidiar con las cosas y el mundo está aquí para escucharnos.

Y aquí estoy. El tiempo transcurre diferente desde que Ella está aquí. Creo que ya llevamos ocho años juntas y he conseguido aplacarla. Es un monstruo con el que no se puede acabar. Convivimos. De vez en cuando quiere volver a envolverme, pero trato de no dejarla. Es difícil y a veces lo consigue y esa neblina se vuelve más densa. Aunque le haya aplacado, todo lo que Ella produce, sigue aquí. En menor nivel, sí, pero sigue. No quiere marcharse.

No puedo creer que seamos tantos. Me sorprende pensar que somos 350 millones atrapados entre sus garras. 350 millones sintiendo lo que yo estoy sintiendo. Con signos y síntomas tan idénticos y a la vez tan diferentes a los que sufrí y sufro yo.

Sabía que después de esto, jamás volvería a ser quién fui. Dicen que después de una experiencia así, todo cambia, ya no eres la misma, ya no somos los mismos. Y tenemos que vivir con ello, con miedo de que ese monstruo vuelva, nos atrape y nos ahogue en un fango asfixiante. Se tiene miedo, sí, pero también se tiene fuerza. Y no dejaremos que puedan con nosotros.

3. ANEXO 3. Texto propio: *El bressolar de la lluna* (2022).

Vaig sentir una pressió en el pit. Vaig obrir els ulls d'un espasme. I vaig veure a la nit entrant per la meua finestra, omplint d'estreles la meua habitació. El cel queia sobre mi i començava a esclafar-me, m'ofegava la seua immensitat. La Lluna s'obria pas entre les cortines, per més que espentava no podia entrar. No puc respirar. M'ofegue. Allargue el braç per a beure aigua, però no trobe la botella. La busque al tacte, a les palpentes. Pense en si alçar-me entre la negror. Ho faig. Alce la mirada. Em trobe amb el meu reflex a l'espill. Unes astes naixen de les meues temples. Les meues cames no són les meues cames, pèl i més pèl de color castany cobreixen la meua part inferior. Les meues potes... les meues cames, vull dir, s'assemblen a les d'un cabrú i la meua cara no és la meua cara.

O sí?

Soc jo?

No em reconec, però diria que sí que soc jo.

Sent un foc que m'abrasa. No ho suporte, necessite eixir. Ansietat. No puc respirar. Obric les cortines, aparte a la Lluna i salte. Comence a córrer per a veure si, en cansar-me, els meus pulmons s'obrin i poden agafar una miqueta d'aire. No puc respirar. Necessite aire. La Lluna em segueix. El mantell d'estreles m'aguaita. Arribe al precipici de la nit i em plantege el saltar i acabar amb tot això. I em dic "entre fer alguna cosa i no fer-ho, sempre és millor no fer-ho". Este pensament em fa virar la mirada i em fixe en una xicoteta dent de lleó que he estat a punt de xafar en la meua carrera a l'abisme. L'agafe i la guarde amb cura en els meus pantalons peluts. Espera. I si abans bufe i demane un desig? Tanque els ulls, respire sense respirar, agafe aire sense agafar. Tanque ben fort els ulls per saber què demanar... RESPIRAR. Desitge que l'aire arribe als meus pulmons, que acabe l'ansietat, que la nit deixi de perseguir-me, que no m'esclafen les estreles i deixar de jugar al *pilla-pilla* amb la Lluna.

En què estava pensant?

"Corre, Ana. Corre!"

Veig algú allunyar-se al lluny. Corrent. S'allunya. Eh! Tu! Eeeeeeh!

No. Pensava que era... No, no era. No pot ser. Jo soc ací. No puc ser jo.

"Corre", ressona de nou al meu cap.

Després et bufaré, xicoteta dent de lleó.

Diuen que hi ha un lloc en la nit en el que, si arribes...

Caic per un cau.

Caic.

Caic.

Caic.

Caic.

Caic.

Com Alicia en la seua arribada al País de les Meravelles. Caic. Caic. Caic.

Hola? “Hola”, em respon el ressò. On estem? És una... No, no pot ser. Pot ser que siga? No. Impossible. I tota esta terra, d'on ha eixit? Està humida... Hi ha algú ací? No, no hi ha ningú. Mai hi ha ningú. Toque les meues potes. Toque la terra i em taque.

Alce la mirada i ací està. Ací estic. Soc jo. Feia temps que no ens véiem.

_ On has estat tot este temps?

(Reflex) _ Amb tu. Però no volies o podies veure'm.

_ He netejat cada estada, cada racó. Per fora i per dins. Vaig alçar cada sofà, cada record.

_ Et vaig veure. Però no buscaves on havies de buscar.

_ Es va trencar. va caure el sostre. Van desaparèixer parets, portes i finestres, i em va atrapar la immensitat.

_ S'ha acabat el temps. (Assenyala arrere) Corre.

Deixe arrere aqueix reflex de mi. Em gire per a tornar a veure-ho, a veure'm. Tracte de cridar-li alguna cosa que porte molt temps volent dir-li, dir-me. Però una xicoteta llum,

una de les estrelles que ha aconseguit seguir-me fins allà a baix, s'introdueix en mi quan òbric la boca per a parlar. Note com passa per la meua gola. Tanque els ulls. Tanque els ulls molt fort. Glop. M'engul l'estrela amb les meues paraules.

Respira.

No puc.

Corre.

Respira.

Estes parets m'angoixen. Necessite respirar. Deixeu-me eixir. Tanque amb força els ulls. Alce el cap i ací està: la Lluna, el mantell d'estrelles.

Corre.

Respira.

No, no puc.

Córrrec. Fuig de la Lluna i les estrelles. El cansament no fa més fàcil la respiració. Què m'ajuda a respirar en estos moments? Orfidal. Mamà.

Mamà! Mamà!

On està l'orfidal?

L'ansietat i la impotència fan que les llàgrimes brollen i humitegen la meua cara. Cau una llàgrima sobre la meua peülla i recorde la dent de lleó que quasi xafe en la meua carrera a l'abisme.

Mamà! Mamà!

I el maleït orfidal?

Mamàààààààààà!

M'arraulisc en el terra.

Les meues llàgrimes fan un toll sota el meu cos.

Mamà! Mamà!

On està el *puto* orfidal?

El mantell d'estreles em cobrix.

La Lluna s'acosta, m'abrigalla i em bressola.

Mantell de llàgrimes.

Plor d'estreles.

Continua bressolant-me.

Recorde la dent de lleó. Quin desig volia demanar-li?

L'agafe amb cura dels meus pantalons peluts.

Tanque els ulls.

Els tanque molt fort. Prenc aire.

No. Millor no diré el meu desig en veu alta perquè es complisca.

Mire a la Lluna mentres agafe aire. La mire als ulls a través de la dent de lleó i li
pregunte: quan acabarà tot això?

Cau una llàgrima i...

Respire.

4. ANEXO 4. Texto propio: *Quién soy* (2022).

Performance sobre quién soy.

En el espacio hay tierra – plástico – papel transparente – lápiz + sacapuntas – pintura o rotulador (para pintar una sonrisa) – botella de agua.

La soledad representada con el títere como único amigo. Que además representa a una misma.

Tumbada sobre la mesa. Representar cuando no podía salir de la cama.

Sí. No. No. Sí. No. Sí. No. Sí. No. No sé.

SACAR PUNTA A UN LÁPIZ TIENE ALGO DE POÉTICO. YO SIEMPRE USO PORTAMINAS.

Sacar punta a un lápiz tiene algo de poético. Yo siempre uso portaminas.

(Repetirlo al gusto hasta que me canse).

Creo que esto podría definirme perfectamente. El lápiz ve pasar su vida ante sus ojos. Ante su punta. Se arriesga. Se desgasta. Pero se arriesga. Puede que gane, puede que no. Se juega la vida en lo que hace. Yo no me atrevo. Por eso escribo con portaminas. Menos poético. Pero más seguro. Pisar sobre seguro. No morir en el intento. No morir en la repetición. Sácame punta. NO. Soy un portaminas. La mina. La mina. La mina se acaba y se repone. Siempre tengo cajitas de esas de minas. No del 0,7. No me gustan. Del 0,5. Ni demasiado finas para que se rompan, ni demasiado gruesas que emborronen el escrito. ¿Os habéis fijado en el polvillo que suelta el lápiz al escribir? Con el portaminas no pasa. A mí no me pasa, vamos.

(Coger el lápiz con goma)

¿Sabéis que las niñas y niños cuando empiezan a dibujar no usan la goma de borrar? Fijaos. Incorporan el error a su creación. La incorporan porque no es un error. Es algo que forma parte de lo que están haciendo. Me lo dijo mi madre. Cuando un niño empieza a usar la goma de borrar, ya ha perdido algo.

Yo siempre uso portaminas. Los portaminas siempre llevan goma. Por si acaso.

Soy un portaminas. Soy un lápiz. No, soy un portaminas.

Soy un portaminas y soy ella. Inacabada. Porque siempre pospongo eso de reconstruirme. En continuo, perpetuo e infinito proceso de intento deconstrucción. ¿Y la reconstrucción? Cargando.

Esta soy yo. *(Coge el títere)* Bueno, podría ser yo. Yo no tengo estas orejas o esta nariz. Aunque me encantaría. Me gustan los dientes y las orejas enormes. Dientes de caballo. Orejas desabrochadas. Orejas que no he heredado a pesar de que toda mi familia por parte de madre tiene como característica esas orejas desabrochadas y las piernas delgadas. Yo no he sacado nada de eso. Ni las orejas ni las piernas. Mi hermana sí. Yo tengo las orejas perfectamente pegadas y unos muslos dignos de un jamón de jabugo.

Soy un portaminas.

Soy un portaminas y una persona de pocas palabras. Aunque hablo mucho. Aunque hoy prefiero callar. Aunque a veces se me olvida. Hoy prefiero callar. Hablar lo justo. Y dejar que la gente lea lo que quiera leer. Hablo mucho. Aunque a veces es simplemente paja ocultando algo que desea ser descubierto. Creo que hace tiempo contaba demasiado, hasta que un día decidí cerrar el grifo.

Siempre he sido un portaminas.

Hace unos años alguien se enteró que convivía con una depresión y lo que me dijo fue: “No lo parece. Siempre se te ve sonriendo”. Es curioso la de veces que me lo han dicho.

Simplemente respira. *(Confusa. No es fácil con todo este plástico)* Simplemente respira.

Me di cuenta de lo mucho que callo. Y que soy mejor actriz en la vida que en el escenario.

Simplemente respira. Respira. *(Pintarnos la sonrisa)*

Yo lo que quiero es ser un lápiz.

(Enterrar las virutillas y regarlas. Mirarla esperando que crezca).

He plantado la semilla. Hace años que lo hice. Todavía se encuentra bajo tierra. Pero que espero que algún día germine. ¿Ya? No, aún no.

Espero que no haya muerto antes de florecer. Espero no haberla matado. Que todo este tiempo de espera y de riego no haya sido en vano.

Yo lo que quiero es ser un lápiz.

Quiero ser un lápiz.

Que me saquen punta.

Sacarme punta.

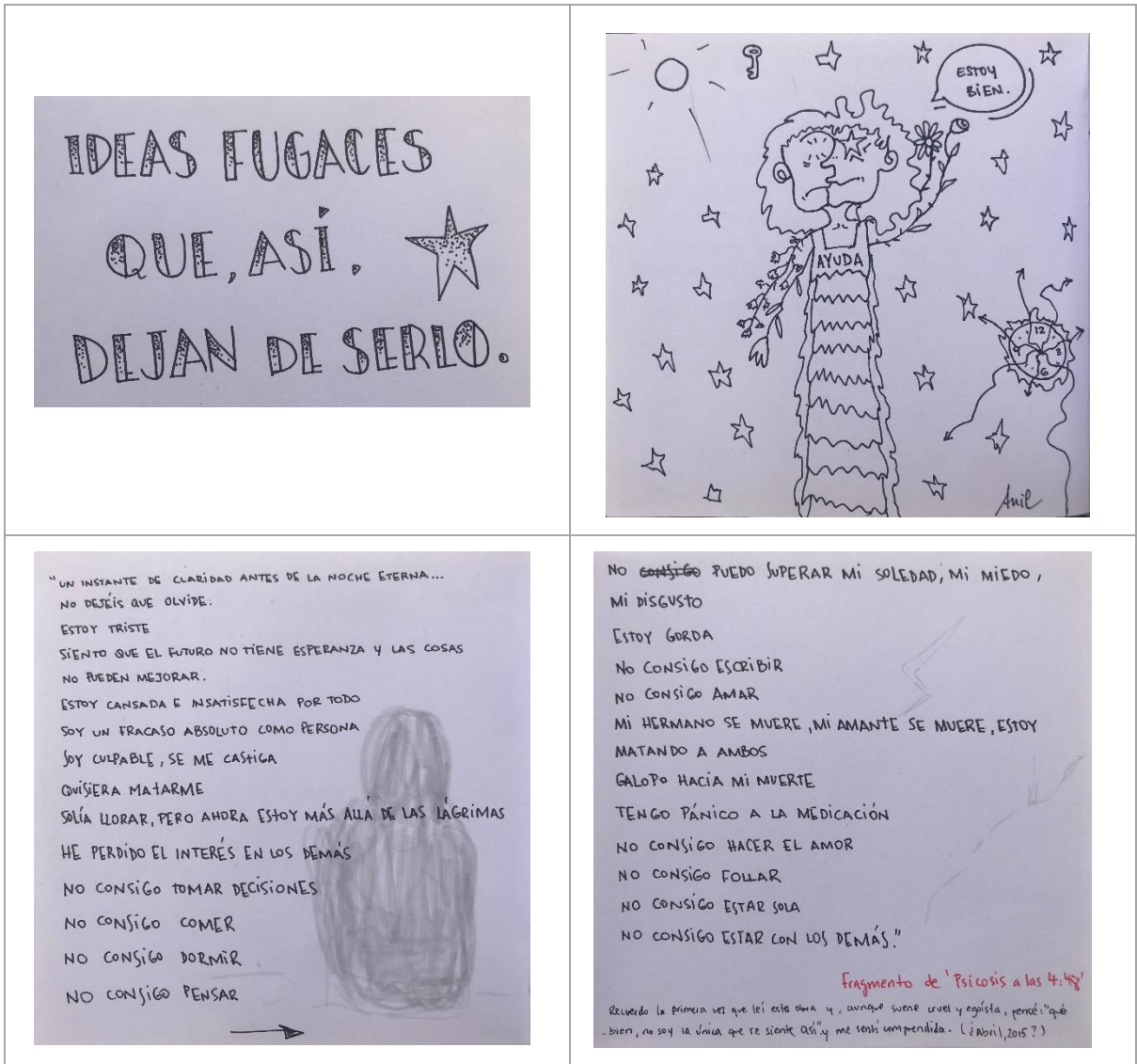
Puede que callar lo que siento me haya hecho querer contar las historias que otros personajes guardan. Y, de alguna manera ayudar a esos personajes incorpóreos pero imperecederos a decir lo que no pueden. Como yo.

Los inicios del teatro son los rituales. Yo tengo mis rituales con el teatro. Son míos, pero supongo q están en mi ser de alguna manera. Es algo básico. La invocación. El trance que consigo a veces. El sentirme el continente conductual para que el personaje se exprese. Solo soy el medio a través del cual un personaje puede contar su historia. Como las médiums cuando algo les atraviesa. El continente no se puede vaciar del todo nunca. Por suerte o por desgracia. Por desgracia porque el personaje nunca podrá contar su historia con la pureza que lo haría él por sí mismo. Por suerte porque su mensaje y su historia se llena de otras cualidades que el receptáculo le da. No es lo mismo beber agua de un recipiente de plástico que de cerámica. Ninguno es mejor que el otro, pero cada uno le ofrece sus cualidades en favor de que alguien pueda recibir esa agua.

¿Y si siempre he sido un lápiz? ¿Y si siempre he sido un lápiz y siempre he pensado que era un portaminas?

5. ANEXO 5. Mis cuadernos de memorias (2013 hasta la actualidad).

Aquí aparece una selección de algunas páginas de mis cuadernos que a veces son usadas a modo de diario, otras veces a modo de vomitorio, otras veces a modo de guarda para la inspiración, otras veces a modo de recopilación de cosas que escucho, veo o leo.



07/08/2018

POCO NO ES UNA DUCHA, SON LÁGRIMAS GUARDADAS

↑ ¿por qué?

NO DESNUDA, VESTIDA.

- 1º ducha.
- 2º Lágrimas mezcladas con agua.
- 3º suelo (imagín)
- 4º empieza a verse sangre en el suelo.
- 5º la ducha para (es la ducha para que las lágrimas ya no fluyan)

FLICKER (Kanye West Remix)

SOBREESFUERZO + ESFUERZO CONTINUO.

09/08/2018

↳ Cita con el acupunturista

↓

"Es muy duro y cansa, doctores esa sensación cada día"

CADA DÍA

* IMAGENES, GENERAL IMAGENES.*

↑ ¿ TEXTO INTELIGIBLE / FRAGMENTOS?

* LECTURA DE PSICOSIS A LAS 4:48 (07/08/18)

A VECES HAY QUE DEJAR QUE NOS AYUDEN.

21/07/18.

¿CÓMO ARREGLAS ALGO QUE NO SABES QUE ESTÁ ROTO?

07/07/18.

"POCO A POCO UN POCO SE CONVIERTE EN MUCHO."

28/06/18

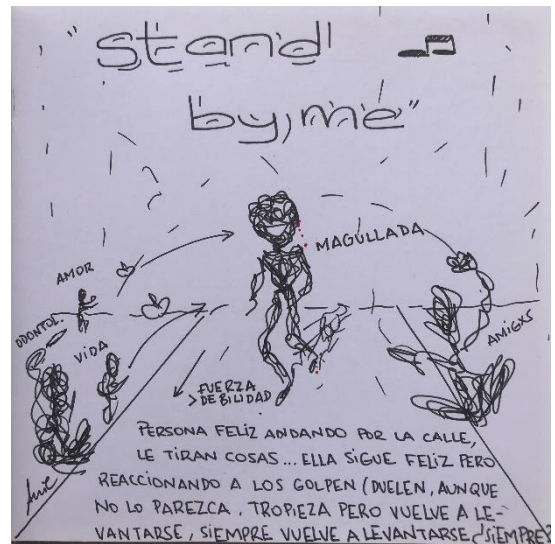
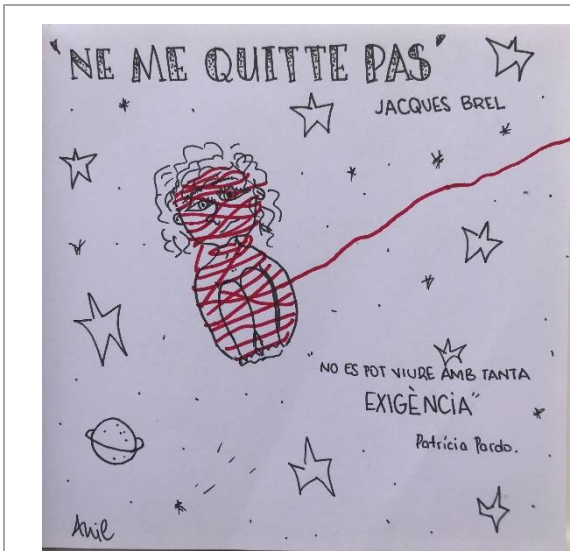
FAKE SMILES, Phora.

11/08/18

IT'S LIKE, THE MORE I TRY, THE LESS I FEEL IN DESPERATE OF SOMETHING REAL...

WHY I TRY SO HARD TO HIDE THIS PAIN.

Aut '18.



¿CÓMO COGEMOS LA OSCURIDAD Y LA CONVERTIMOS EN LUZ?

21/05/18

NECESITO QUE PARE TODO.
NECESITO QUE LA VIDA PARE.

CAMINO
HACIA EL
AUTODESCUBRIMIENTO.

(21/04/18)

HUELO A
DECADENCIA.

13/04/18



LA LUZ SIEMPRE
ESTÁ ENCENDIDA, SOLO
QUE, A MENUDO,
NO LA VEO.

28/08/18

CUANDO EL AIRE LIEGA A MIS PULMONES...

1. LLORAR.
2. SECARSE LAS LÁGRIMAS.
3. SONREÍR.
4. A LA CALLE.
5. VOLVER A (1.).




20/08/18
HOY, AL SALIR DE TRABAJAR, DE PRONTO, ME HE SENTIDO MUY SOLA.



23/09/18
CLAUDICAR

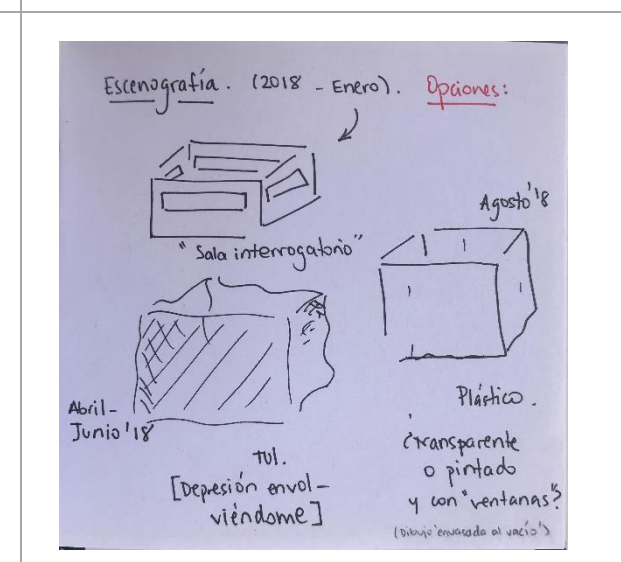
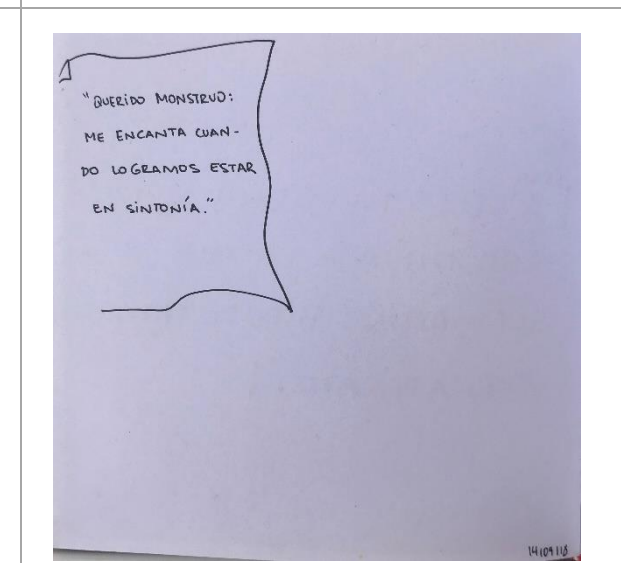
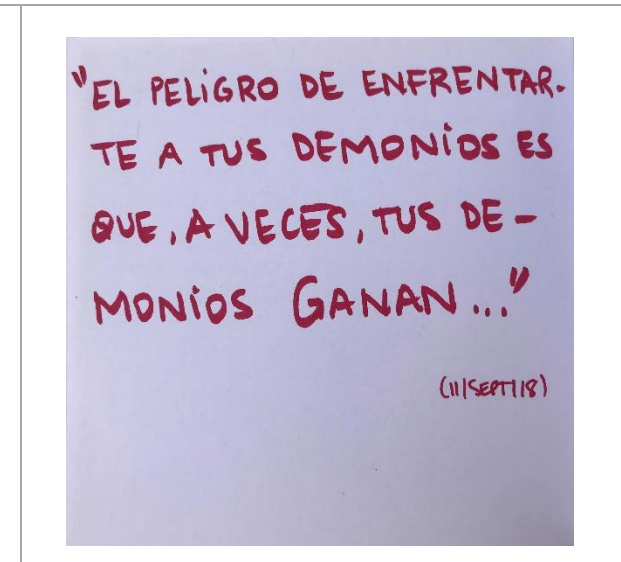
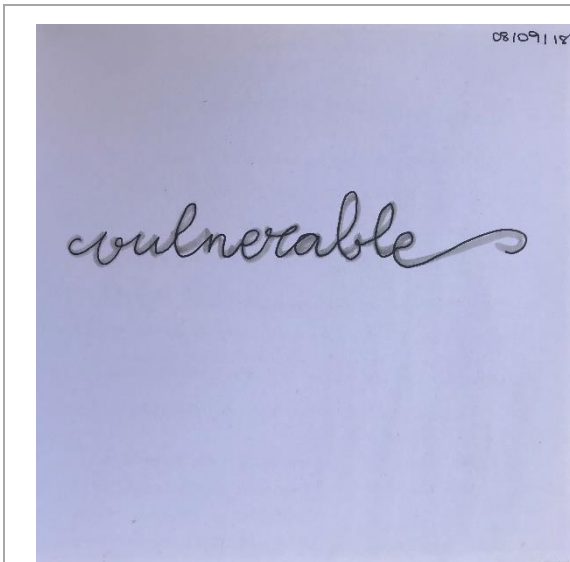


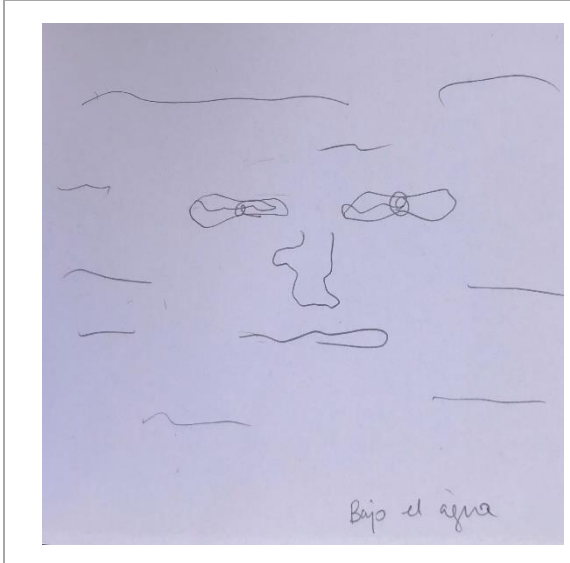
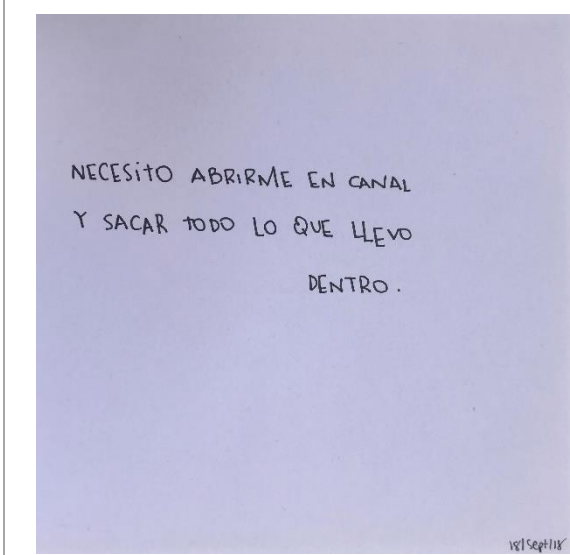
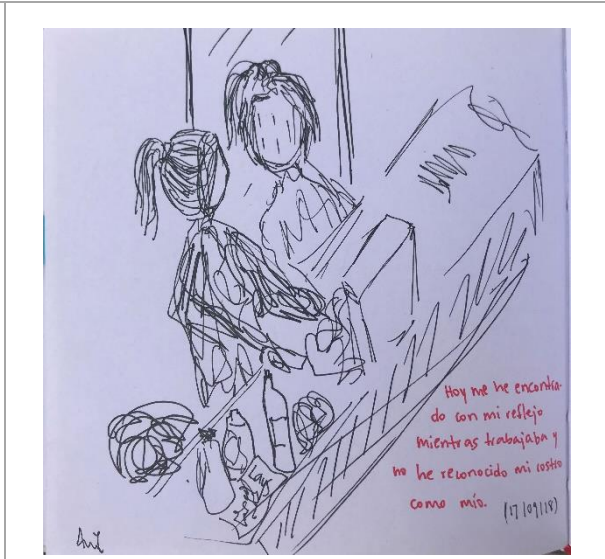
NUNCA VOLVERÉ A SER LO QUE ERA.

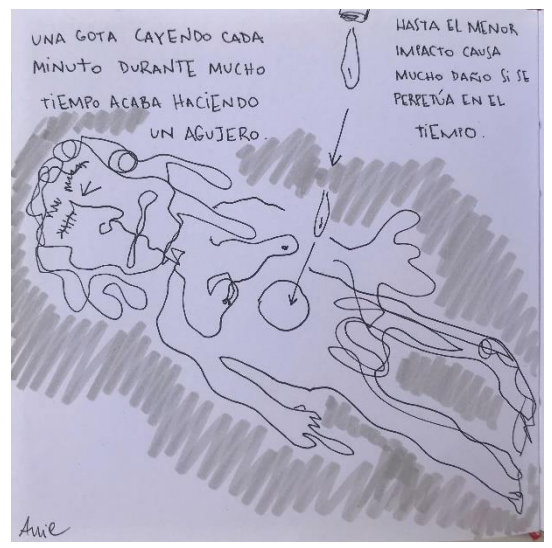
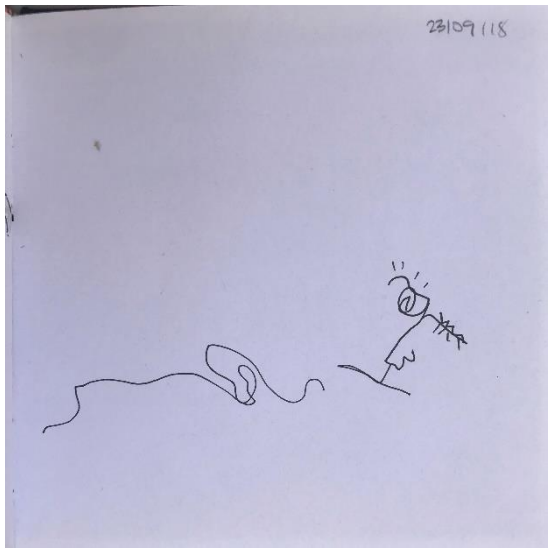
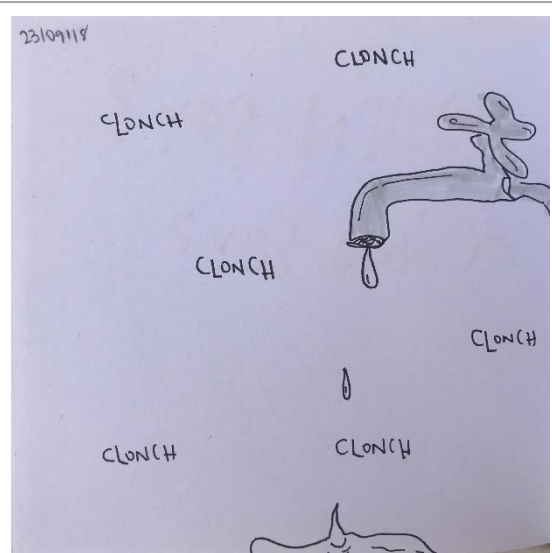
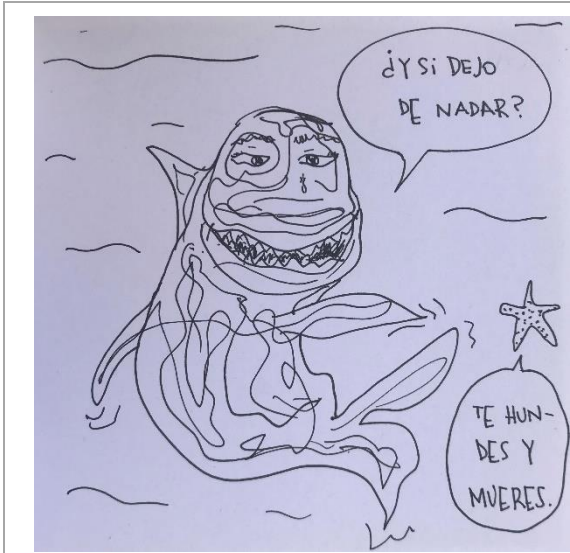


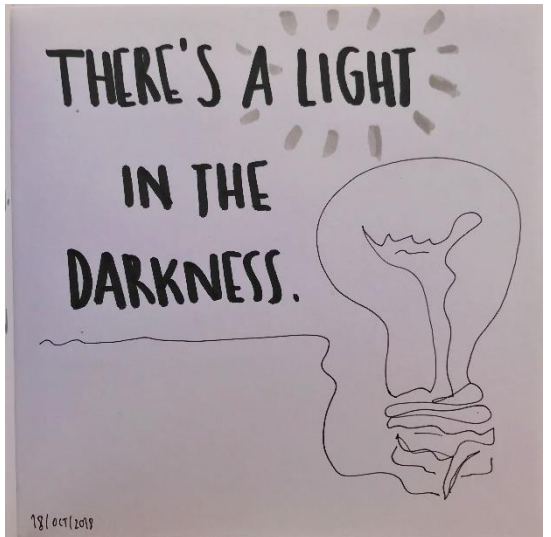
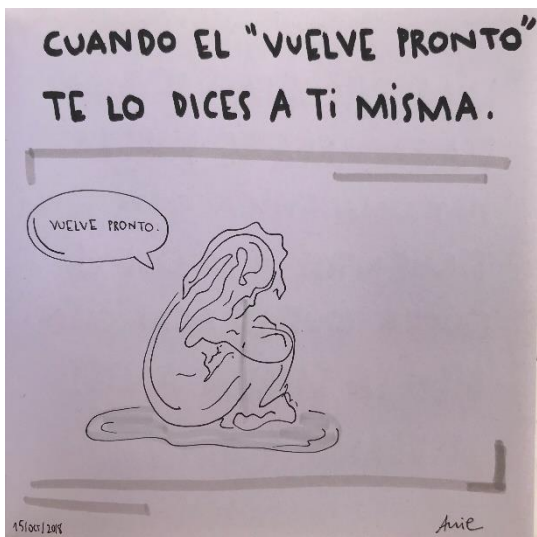
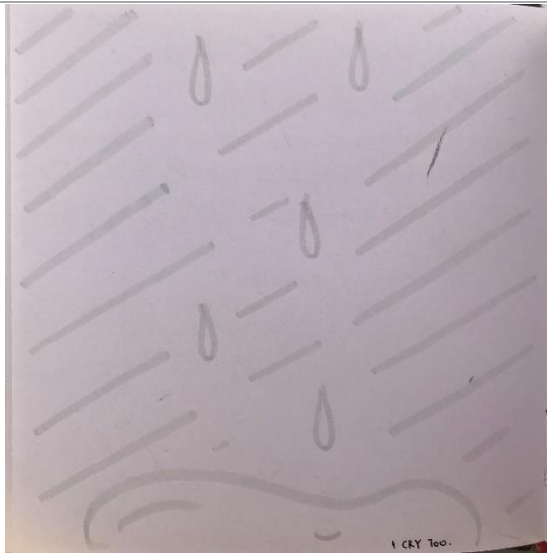
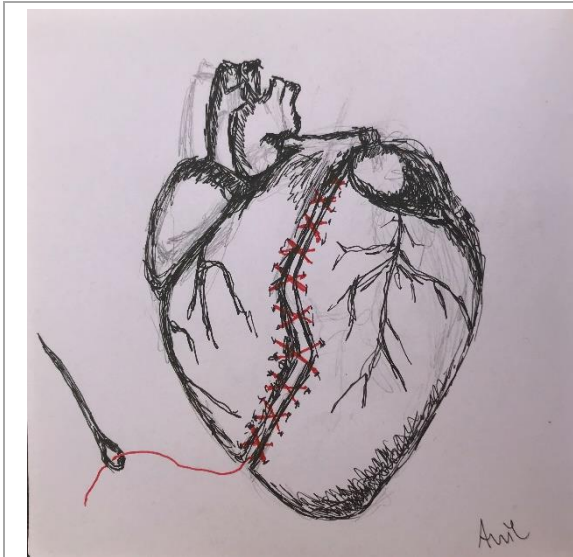
06/SEPT/18

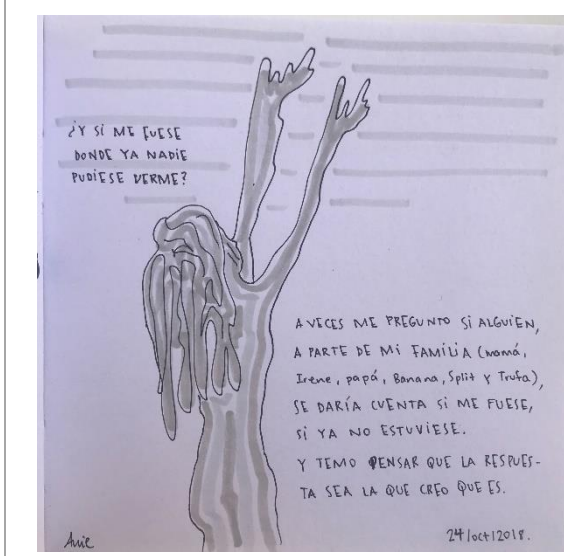
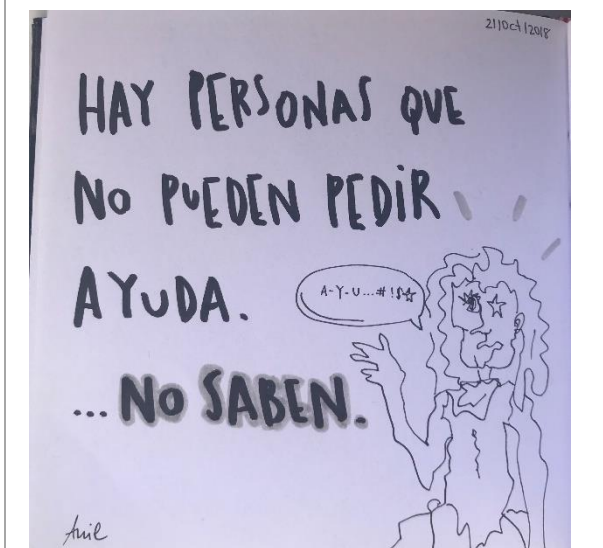
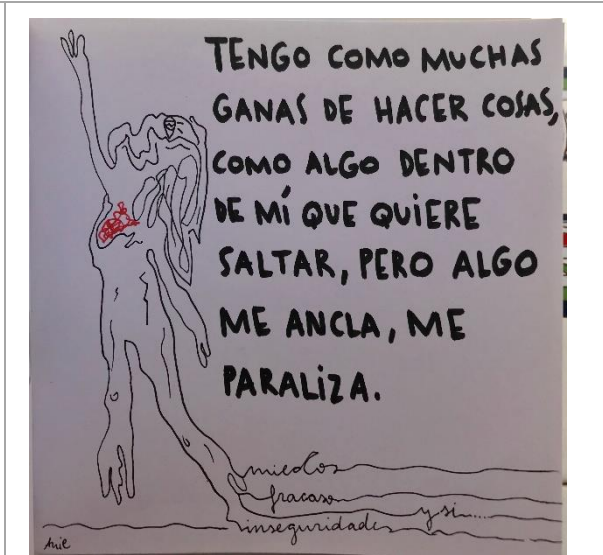
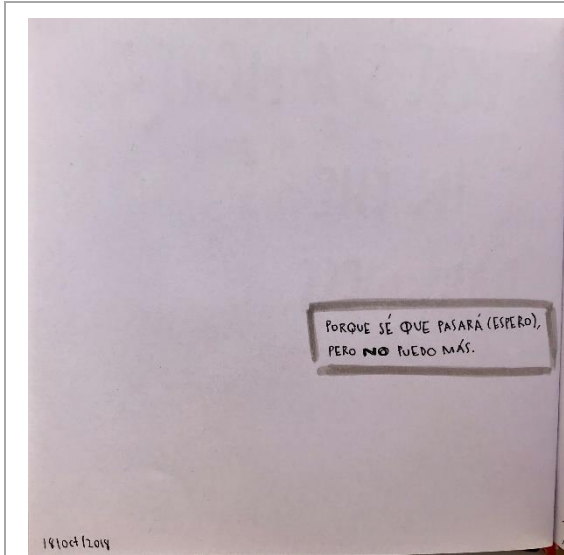


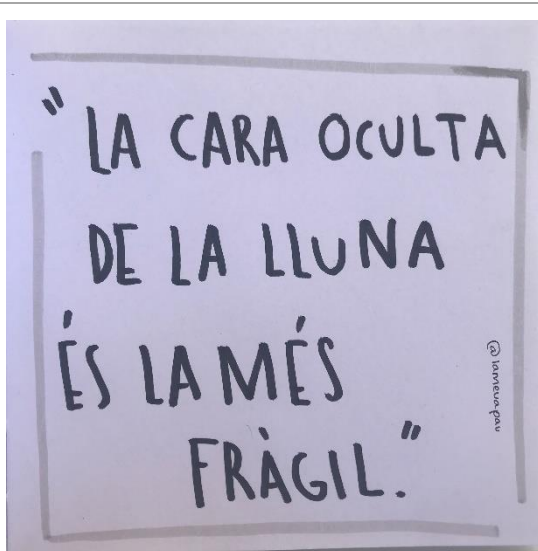
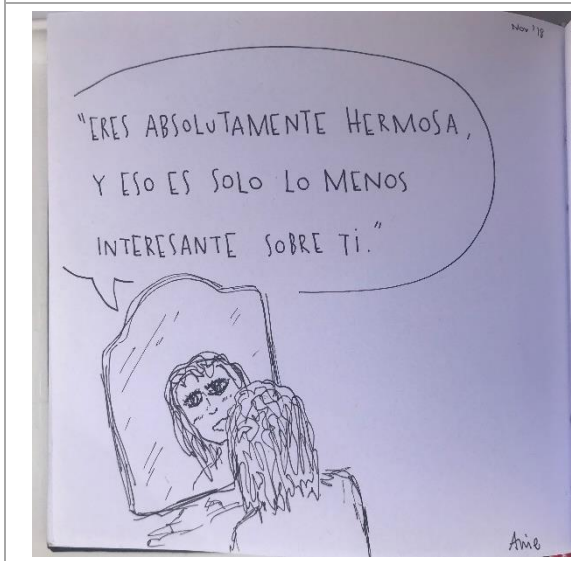
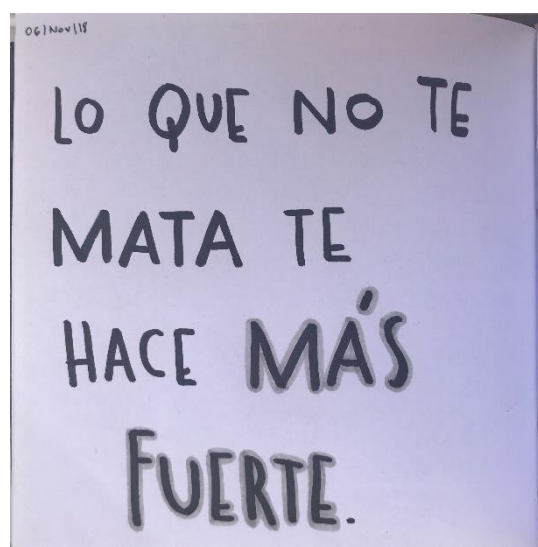
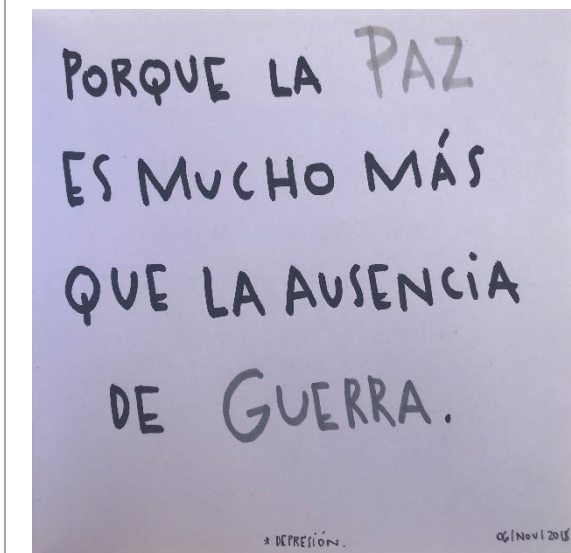
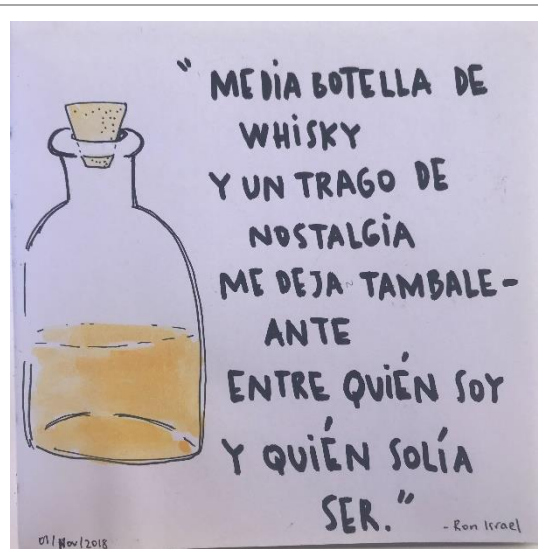
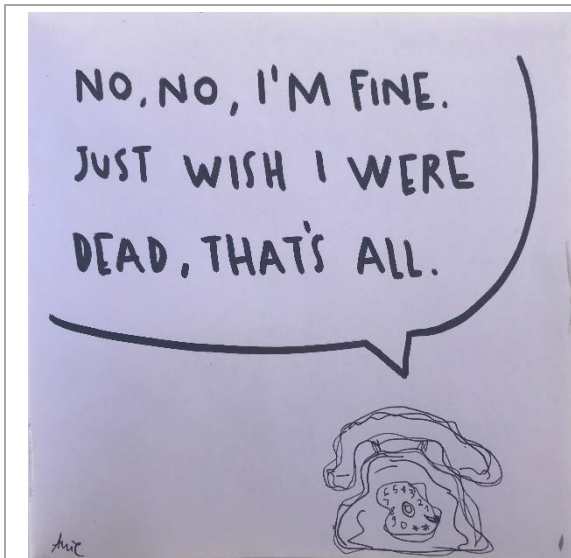


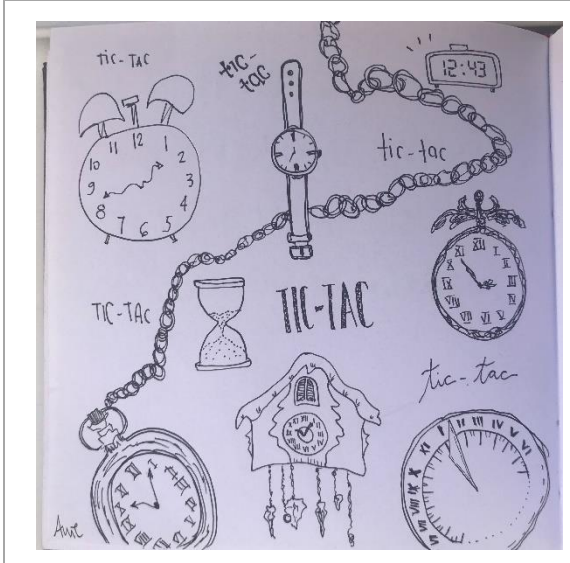
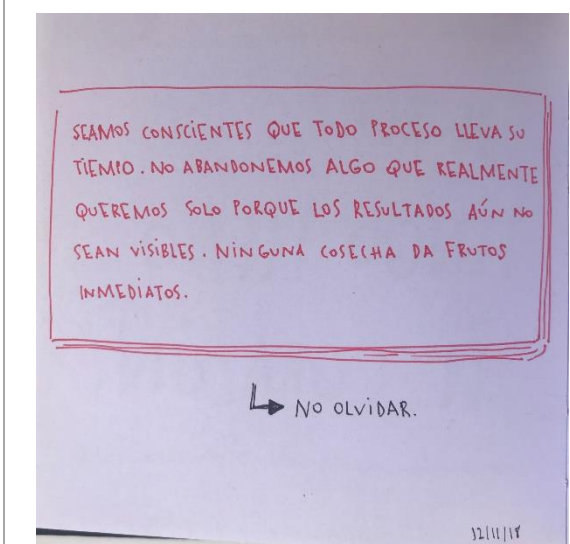
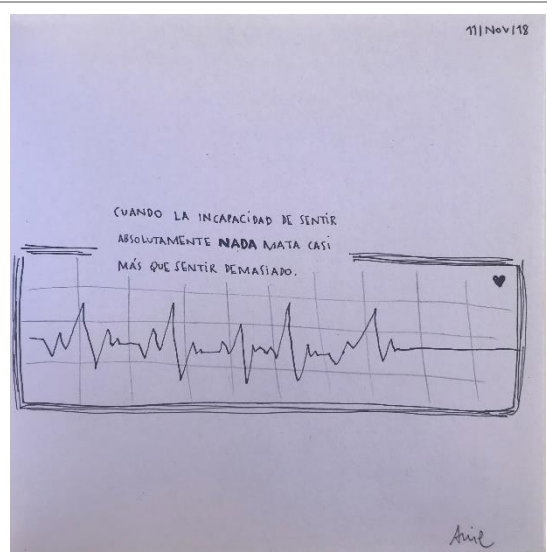
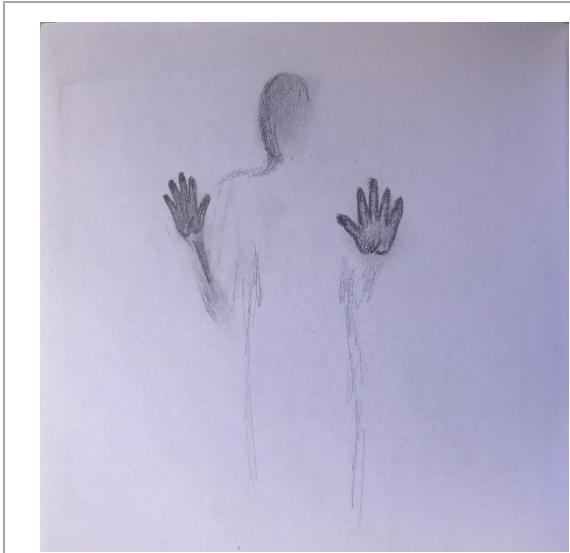












23 Nov | 2018

(CO(N)RAZÓN.

Anie

VIVO EN UN OTOÑO
CONTINUO/CRÓNICO
EN EL QUE TODO CAE
Y NADA FLORECE.

Anie
25/11/2018


"¿POR DÓNDE ENTRARÍA
LA LUZ SI NO FUERA
POR NUESTRAS
GRIETAS?"

(¿POR DÓNDE ENTRA LA LUZ SI NO FUERA POR NUESTRAS GRIETAS?)

02 | Dic | 2018

05 | Dic | 2018


"ALGUNAS VECES SOLO NE-
CESITAMOS QUE ALGUIEN
SE DÉ CUENTA DE LO
QUE GRITA NUES-
TRA MIRADA."



¿No escuchas cómo
gritan sus ojos?

DEFREDS.

08 | Dic | 2018



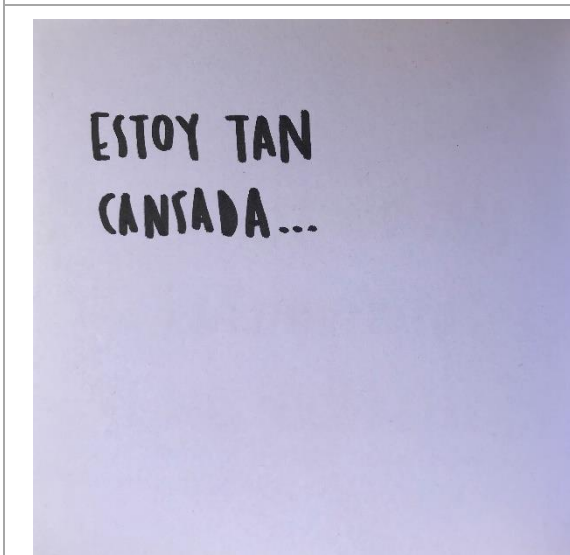
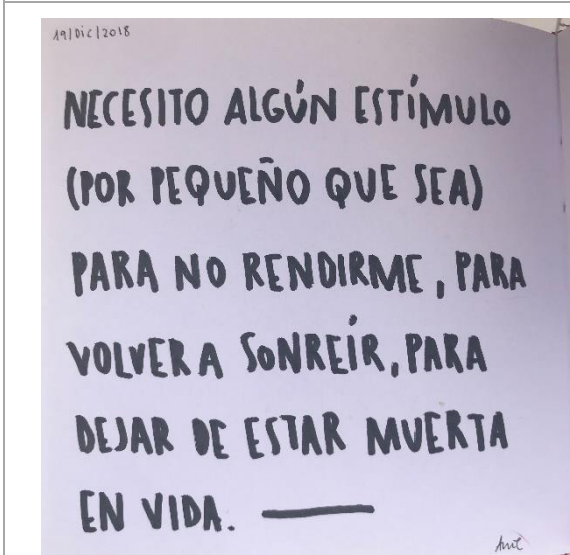
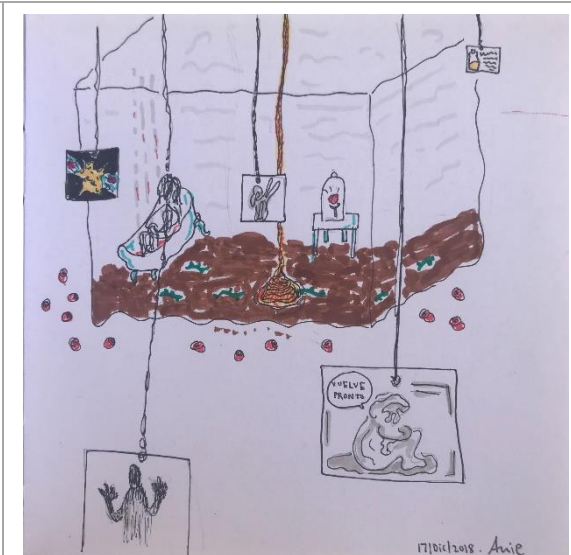
[LO
QUE ME
MATA.]

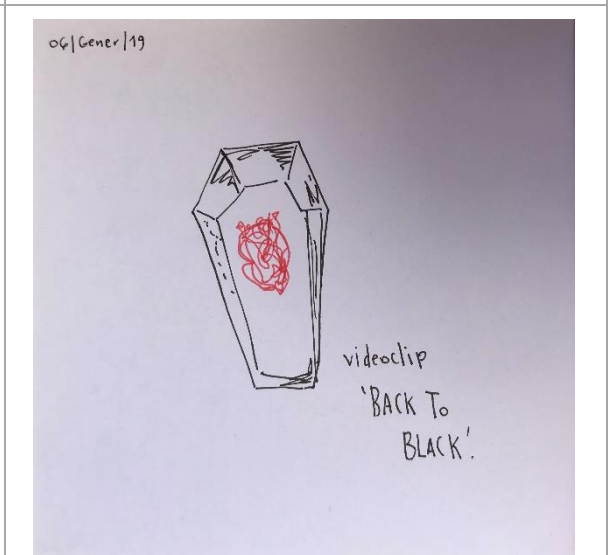
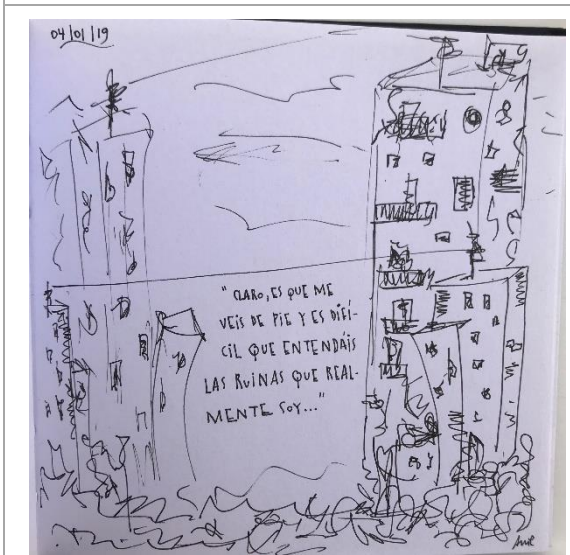
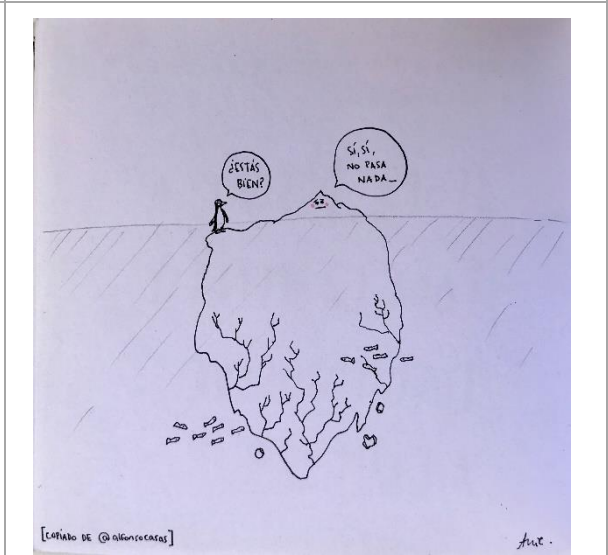
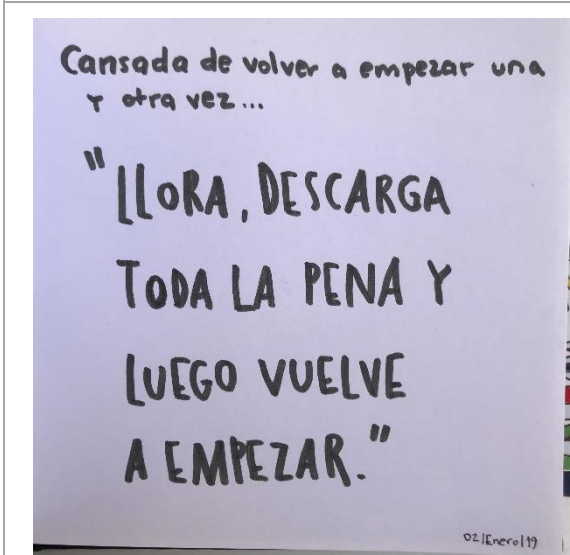
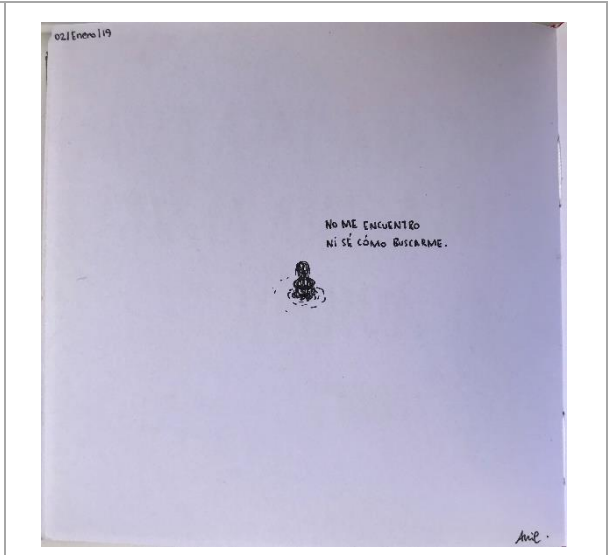
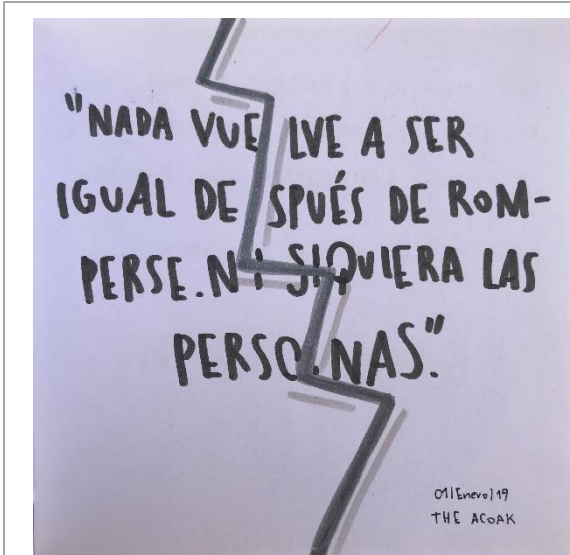
ME DUELE MENOS EL PECHO
SI GRITO LO QUE ME MATA.

Anie

QUIZÁS NO SE NOTA ...
PERO LA VERDAD ES QUE
ME ESTOY ESFORZANDO
MUCHO POR NO REN-
DIRME.

Anie
11/12/2018





"ARTISTS ARE PEOPLE
DRIVEN BY THE TENSION
BETWEEN THE DESIRE
TO COMMUNICATE AND
THE DESIRE TO HIDE."
— Donald Winnicott.



29/01/19

LO QUE MUERE
DENTRO DE
NOSOTRXS
MIENTRAS
VIVIMOS...

31 de
ENERO
de 2019

" la gratitud, el agradecimiento,
dar las gracias, no importa las pa-
labras que utilices, todo significa lo
mismo: felices. Todos deberíamos ser felices,
dar las gracias por los amigos, por la familia,
alegrarnos de estar vivos, nos guste o no.....

puede que no tengamos que
ser felices, puede que la grati-
tud no tenga nada que ver con la
alegría, puede que ser agradecid@x
signifique estar content@x con lo que tienes,
apreciar las victorias, admirar la lucha que
implica seguir viviendo.

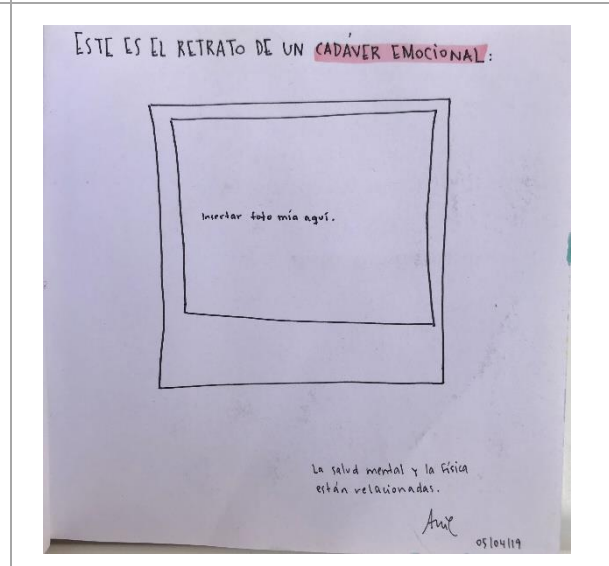
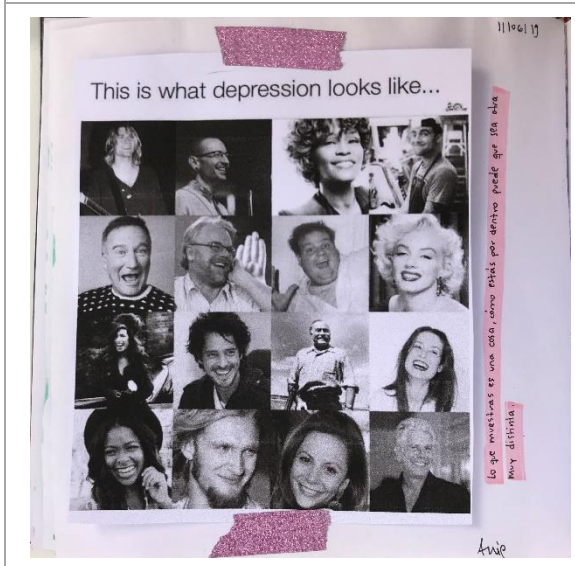
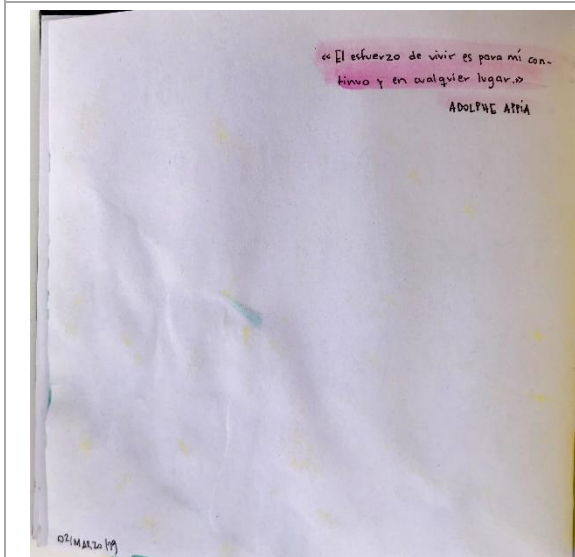
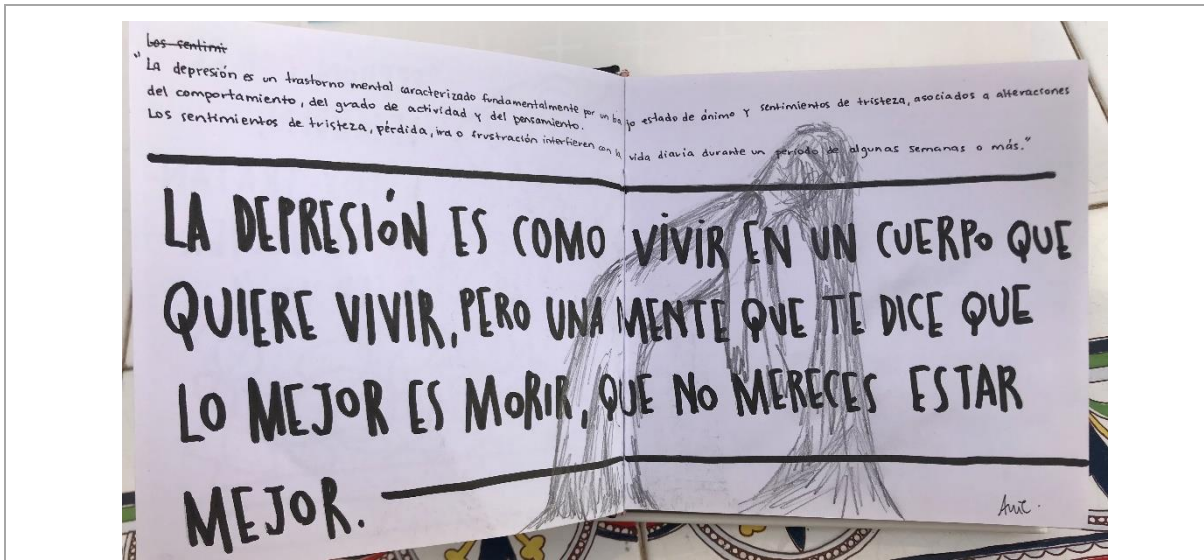
AL FINAL DEL DÍA, EL SIMPLE
HECHO DE TENER EL VALOR DE NO
DERRUMBARNOS ES SUFICIENTE
MOTIVO PARA
CELEBRARLO.



"QUE NUNCA OS DÉ MIEDO
CONTAR VUESTRAS HISTORIAS
AL MUNDO: PODÉIS ASUSTAR
A LA GENTE, PERO TAMBIÉN
VAIS A CONECTAR CON
ELLA."

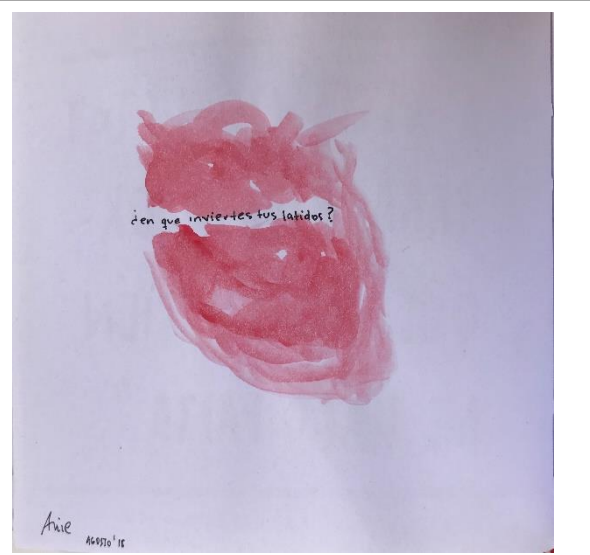
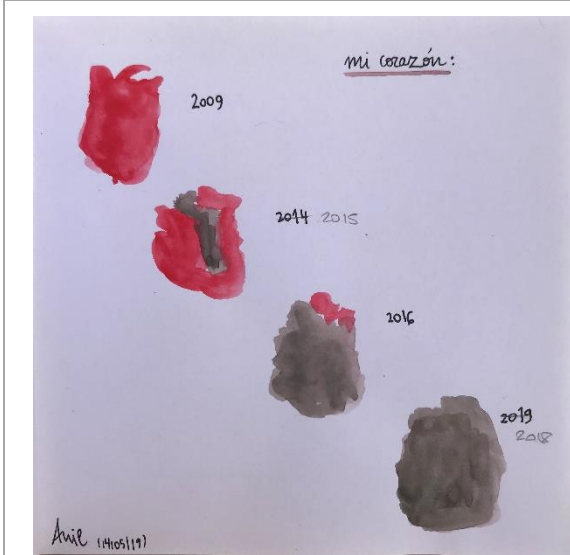
Domènec Shi y Becky Neiman - Gob
al recoger el Oscar a mejor corto
de animación por 'Bao.'

25/02/19



"PASE MUCHO TIEMPO
EN MI CABEZA Y
LA ACABÉ PERDIENDO."

Edgar Allan Poe



13/06/19

"A VECES NO ESTOY
PARA TODXS POR-
QUE YO TAMBIÉN
ME HAGO FALTA."

* ARTÍCULO EN lamenteesmaravillosa.com.

« QUIERO PODER HACER
VISITAS A MI INFIERNO
Y CONSEGUIR SALIR DE ÉL
CON UNAS FLORES EN
LA MANO. » JÚLIA PEIRO

Anie 06/15

6. ANEXO 6. Referencias bibliográficas consultadas no citadas.

Otros libros, artículos, vídeos, webs... consultados que no han sido referenciados, pero me han nutrido de alguna de una forma u otra para la realización de este Trabajo Fin de Máster:

LIBROS

López Antuñano, J. G. (2016). *La escena del siglo XXI*. Madrid: Publicaciones de la ADE (Serie: Debate, nº22).

Mayayo, P. (2003). *Historias de mujeres, historias del arte*. Madrid: Ediciones Cátedra (Grupo Anaya).

LITERATURA (Novelas y obras de teatro)

Espinosa, A. (2013). Brújulas que buscan sonrisas perdidas. En A. Espinosa, *Brújulas que buscan sonrisas perdidas* (pág. 173). Barcelona: Grijalbo.

Kane, S. (2018). *Sarah Kane. Obres completes*. Tarragona: Arola Editors.

RECURSOS ELECTRÓNICOS

ALLWEBBER. (20 de Marzo de 2017). *Love 4 musicals*. Consultado el 08 de mayo de 2023. Obtenido de <https://www.love4musicals.com/2017/03/20/all-that-jazz/>

Beili Liu. (30 de enero de 2013). Consultado el 04 de abril de 2023. Obtenido de No disparen al artista: <https://nodisparenalartista.wordpress.com/2013/01/30/beili-liu/>

Benson, K. (1994). *El postmodernismo y la narrativa española actual*. Recuperado el 27 de mayo de 2024, de Repositorio Universidade Da Coruña: <https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/8615/CC082art4ocr.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Bresson, C. (12 de diciembre de 2018). *Hablan los Woodman: Así era, así vivió y así murió Francesca Woodman*. Recuperado el 25 de mayo de 2024, de Cartier

Bresson no es un reloj : <https://www.cartierbressonnoesunreloj.com/hablan-los-woodman-asi-era-asi-vivio-y-asi-murio-francesca-woodman/>

Calvo Santos, M. (09 de septiembre de 2016). *Joseph Beuys*. Recuperado el 25 de mayo de 2024, en: Historia Arte: <https://historia-arte.com/artistas/joseph-beuys>

Castillo, M. (21 de septiembre de 2018). *Ana Mendieta, una artista cubana que sobrepasó los límites*. Recuperado el 24 de mayo de 2024, de The New York Times: <https://www.nytimes.com/es/2018/09/21/espanol/cultura/ana-mendieta-artista-obituario.html>

CDAN. (18 de octubre de 2018). *Ana Mendieta. Cuerpo de tierra*. Recuperado el 24 de mayo de 2024, de Centro de Arte y Naturaleza: <https://www.cdan.es/exposicion/ana-mendieta-cuerpo-de-tierra/>

Chiharu Shiota. (14 de septiembre de 2012). Consultado el 04 de abril de 2023. Obtenido de No disparen al artista: <https://nodisparenalartista.wordpress.com/2012/09/14/chiharu-shiota/>

Depresión (trastorno depresivo mayor). (03 de Febrero de 2018). Recuperado el 24 de mayo de 2024, de Mayo Clinic: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/depression/symptoms-causes/syc-20356007>

Depresión. (Junio de 2019). Recuperado el 24 de mayo de 2024, de Medline Plus: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003213.htm>

Diccionario Etimológico Castellano en Línea. (s.f.). Consultado el 04 de abril de 2023. Obtenido de <https://etimologias.dechile.net/?cicatriz#:~:text=La%20palabra%20cicatriz%20viene%20del,tambi%C3%A9n%20vulgarmente%20%22zurcido%22>.

Fisher, I. (s.f.). *Sarah Kane*. Recuperado el 24 de mayo de 2024, de Ian Fisher: <http://www.iainfisher.com/kane/>

Gómez, R. (26 de marzo de 2022). *Para recordar lo inolvidable*. Consultado el 04 de abril de 2023. Obtenido de Diario de Sevilla: https://www.diariodesevilla.es/ocio/Marie-Jongh-Teatro-Teatro-Central-Ama-La-terrible-belleza_0_1668733742.html

Guggenheim Bilbao. (14 de marzo de 2014). *Yoko Ono. Half-A-Wind Show. Retrospectiva*. Recuperado el 24 de mayo de 2024, de Guggenheim Bilbao: <https://www.guggenheim-bilbao.eus/exposiciones/yoko-ono-half-a-wind-show-retrospectiva>

Guggenheim Bilbao. (s.f.). *EL ARTE EN ACCIÓN. "Cut Piece", 1964*. Recuperado el 24 de mayo de 2024, de Guggenheim Bilbao: <https://www.guggenheim-bilbao.eus/aprende/mundo-escolar/guias-para-educadores/el-arte-en-accion>

Guggenheim Bilbao. (s.f.). *Pieza corte (Cut Piece) 1964*. Recuperado el 24 de mayo de 2024, de Guggenheim Bilbao: <https://www.guggenheim-bilbao.eus/exposicion/pieza-corte-cut-piece-1964>

Jobson, C. (14 de agosto de 2012). *La artista Beili Liu borda debajo de cientos de tijeras suspendidas*. Consultado el 04 de abril de 2023. Obtenido de COLOSSAL: <https://www.art-consciousness.com/2012/08/artist-beili-liu-embroiders-underneath-hundreds-of-suspended-scissors/>

Marqués Dolz, Á. (31 de octubre de 2017). *Ana Mendieta: "Si no hubiera sido artista, hubiera sido delincuente"*. Recuperado el 24 de mayo de 2024, de On Cuba News: <https://oncubanews.com/cuba/sociedad-cuba/genero/ana-mendieta-no-hubiera-artista-hubiera-delincuente/>

Mayordomo, C. (20 de octubre de 2023). *Hannah Wilke*. Recuperado el 27 de mayo de 2024, de Concha Mayordomo: <https://conchamayordomo.com/2023/10/20/hannah-wilke/>

Mico, J. (31 de octubre de 2019). *Ana Mendieta, La artista cubana que hizo de su cuerpo un campo de batalla*. Recuperado el 25 de mayo de 2024, de Vein: <https://vein.es/ana-mendieta-la-artista-cubana-que-hizo-de-su-cuerpo-un-campo-de-batalla/>

Muro, S. (2016). *La historia de la performance*. Recuperado el 25 de mayo de 2024, de Red Aragonesa de Espacios Escénicos: <https://raee.aragon.es/espectaculo/2020/la-historia-de-la-performance/#:~:text=En%201909%20el%20poeta%20italiano,interdisciplinar%2C%20pionero%20en%20la%20performance.>

National Institute of Mental Health. (Octubre de 2010). Recuperado el 25 de mayo de 2024, de <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/depression->

P55.Art. (16 de febrero de 2022). *¿Cómo la artista Yoko Ono cambió el arte contemporáneo?* Recuperado el 27 de mayo de 2024, de P55.ART: <https://www.p55.art/es/blogs/p55-magazine/como-la-artista-yoko-ono-cambio-el-arte-contemporaneo>

Torres, F. (14 de abril de 2005). *EL TEATRO POSMODERNO es mucho más que el teatro*. Recuperado el 25 de mayo de 2024, de e-revistas Portal de Revistas de ULA (Universidad de los Andes, Venezuela): <http://erevistas.saber.ula.ve/index.php/actualinvestigacion/article/view/3166>

Torres, R. A., & Torres, R. A. (21 de mayo de 2022). *Beili Liu: la artista china que muestra que lo personal es político*. Consultado el 04 de abril de 2023. Obtenido de La ruta china: <https://larutachina.com/beili-liu-la-artista-china-que-muestra-que-lo-personal-es-politico/>

Vargas, S. (7 de abril de 2021). *Artista recolecta 10,000 cartas de personas de todo el mundo para una exhibición envolvente sobre la esperanza*. Consultado el 04 de abril de 2023. Obtenido de My modern met en español: <https://mymodernmet.com/es/chiharu-shiota-i-hope/>

Wikipedia. (24 de mayo de 2024). *Francesca Woodman*. Recuperado el 25 de mayo de 2024, de Wikipedia: https://es.wikipedia.org/wiki/Francesca_Woodman

PELÍCULAS/DOCUMENTALES

Willis, S. (Dirección). (2010). *The Woodmans* [Película]. Recuperado el 25 de mayo de 2024, de YouTube <https://www.youtube.com/watch?v=VZQ4qzvQ8pU>