

# Un viaje por arte terapia

Francisco J. Coll Espinosa. Psicoanalista,  
director del Master Universitario de Arte Terapia de la Universidad de Murcia.

## RESUMEN

Se describe el proceso en arteterapia como un viaje desde territorios propios conocidos a otros nuevos. Es un viaje de creación en un contexto de seguridad y un espacio de intimidad compartida con el arteterapeuta, donde se va hacia lo desconocido de uno mismo, uniendo razón, emoción e intimidad.

**Palabras clave:** Arteterapia. Viaje. Arteterapeuta. Intimidad. Poética de la creación.

## A trip across art therapy

### ABSTRACT

The process in art therapy is described as a trip from own known territories to new others. It is a trip of creation in a safety context and a space of intimacy shared with the art therapist, where the participant goes away towards unknown of himself, joining reason, emotion and intimacy.

**Keywords:** Art therapy. Trip. Art therapist. Intimacy. Poetic of creation.

Pensar en Arte Terapia me dispone, así, de principio, a la sensación de un tiempo y una acción que trasciende lo momentáneo y lo permanente. Es algo así como una ensoñación diurna que provee de la seguridad del pensamiento y de la sensación de permanencia de lo interno.

El proceso de Arte Terapia es como un viaje, en el que nos desplazamos sobre el vehículo de las emociones, con un equipaje ligero, lleno de pequeñas cosas que pertenecen a grandes recuerdos. Es un viaje que nos lleva, a través de no siempre caminos fáciles de transitar, hacia la conquista de nuevos mundos, nuevos espacios de vida; nuevos espacios, que aunque desconocidos a veces, no son sino una prolongación amable de nuestra historia, de nuestro modo de ser. Es un recorrido que nos permite avanzar desde lo propio y conocido a nuevos terrenos de prolongación personal.

Es un viaje que transita y traspasa el tiempo, por ser un momento de creación. En todo viaje nos acompaña nuevos modos de oler, de saborear, de dimensionar el tiempo, con nuevos ritmos biológicos, cambios en la porosidad de la piel, en la sensibilidad cutánea, en la percepción del tacto, los recuerdos, la memoria, la disposición al lenguaje y comunicación, en

definitiva, la percepción de sí mismos; de esta manera podría definir con precisión en qué consiste la Arte Terapia.

Arte Terapia es también un proceso de creación por excelencia. Pero tendría que precisar que no es lo mismo el proceso de creación, que el proceso de creación en arte terapia.

El viaje de la creación sería aquel, en el que el placer de crear es lo que prima el momento, cogidos por el gusto de re-crear nuestros espacios de vida, empujados por una sensación de embriaguez y abandono en la expresión de crear, en ese encuentro con la obra que, poco a poco, nos despierta el progresivo avance de la misma, a veces casi de golpe, con y en la imagen de lo creado. Los momentos de creación son momentos excepcionales de vida, de sentir la plenitud de vivir, de la tensión de vivir. La creación es una puesta a prueba por encontrar un lugar para el sí-mismo y que, desde la frustración inherente al hecho de pensar y desear, nos lleva a un lugar de ideal en nuestra relación con el extraño, con el otro. Toda creación viene determinada por el encuentro con una obra, sentida, pensada, emocionada, en un ideal, frustrado o no, en el que nuestra posición en el mundo y con los demás, en el que la relación con el Otro, garantiza y determina inevitablemente la idea. Por ello, el momento de la creación es un modo de querer y un modo de ser.

En Arte Terapia, el viaje de la creación toma otros derroteros, aunque no muy distintos. Los caminos de la creación aquí, no se producen solo en esa comunicación de la fantasía y el goce estético para y con el Otro que se da en los momentos de creación. En Arte Terapia, el viaje de la creación, supone de entrada la adquisición, la demanda de un “billete” que nos garantiza el viaje y el maquinista, el desplazamiento y la llegada, el recorrido y su aprovechamiento. La creación es indispensable para el arte terapia; ahora bien, en el proceso de arte terapia, el esfuerzo por crear revela siempre una inquietud ante lo conocido de sí mismo, pero no menos ante lo desconocido de sí mismo. Es un estallido interior que provoca una multiplicidad de sí y promueve el pegado puzzleriano que nos apuntala a modo de seguridad interna. Es un estallido que revierte en dar sentido a lo que no lo tenía, o dar sentidos distintos, contrapuestos, viscerales, fusionales a lo más insospechado o irreverente. Y como la creación siempre se sitúa y aparece en ese intersticio que se da entre la palabra y la cosa, entre el símbolo y su representante, en eso que podemos llamar la “urgencia del símbolo”, es desde el proceso de arte terapia como podemos mediar sin urgencia, pero con cierta emergencia, por encontrar los referentes plásticos de lo interno, por amortiguar lo imposible de simbolizar, es decir, lo llamado “urgencia del símbolo”. Creo que no se trata de otra cosa en la vida del sujeto y es el interés por excelencia del proceso arte terapéutico.

El billete (la demanda) y el maquinista ( el arte terapeuta) nos garantizan y nos sitúan en un espacio de seguridad que produce un espacio de intimidad, que no es sino eso, una intimidad compartida por el saber y la subjetividad del Arte terapeuta. Así, desde la paradoja que da sentido a nuestra existencia como deseantes, es decir, que deseamos para aplacar la tensión que conlleva el deseo, *el viaje en Arte Terapia es un viaje paradójico*; creamos desde lo íntimo para dar forma a eso tan inconcluso que es lo íntimo, y hacemos la obra, precisamente, desde la necesidad y seguridad de su inconclusión. En Arte Terapia, una obra remite a otra, así como una palabra, o una emoción o una historia. Las obras se hacen para la mirada y el

parecer eminentemente subjetivo del arte terapeuta, para su mirada, para su decir, para su subjetividad por fin; para olvidarlo, para compartir, para excluirlo, para anhelarlo. La presencia del arte terapeuta nos alivia y nos inquieta. Nos alivia por la seguridad de su saber, de su acogimiento, de su interés; nos inquieta por su mirada, por lo desconocido de uno y que le pertenece a poco que la obra se ponga en marcha. Pero lo más importante, creo, *es la subjetividad que aporta al proceso*, ya que a partir del encuadre, la tarea viene impregnada por la emoción y la falta en ser del arte terapeuta, siendo esto lo que precisamente nos da la posibilidad de la identificación y, por tanto, de la simbolización, para encontrar modos de semejanza-diferencia en nuestra creación.

Arte Terapia es también una travesía de un tiempo y de un espacio. Todo viaje, sobre todo si es de placer, es un paréntesis en nuestra vida, en nuestra vivencia del tiempo de lo cotidiano. Al volver de las vacaciones, uno se “encuentra” de nuevo, no solo con su cotidianidad, sino que efectivamente se encuentra nuevamente consigo mismo, con sus quehaceres (aquellos que le dan vida a su vida, que le ocupan y preocupan). En arte terapia el viaje se hace, como si dijéramos, *desde dentro*, desde lo más interno, desde la necesidad de vivir-se de otro modo en el transcurso de la sesión de arte terapia. Esto es lo nuevo y tremendamente positivo: uno se da permiso, desde la seguridad del maquinista, de abandonarse para encontrarse en lo desconocido de uno, en la seguridad del deseo del arte terapeuta.

En Arte Terapia, el proceso arte terapéutico, la vivencia de la sesión, es un tiempo en el que se entrelaza la emoción, la razón y lo íntimo. *La emoción*, desde el gusto de emocionarse en la serenidad de la construcción de ideas y sensaciones que, por inefables, no son menos sentidas y vividas. *La razón*, desde la conciencia permanente de una acción voluntaria, en un esfuerzo por la concreción en lo plástico de lo interno, aunque de efectos desconocidos. *Lo íntimo*, porque permite tocar, visualizar, oler y acariciar lo más desconocido y lo más cercano al sentimiento de sí.

El arte terapeuta no quiere solo nuestro bien-estar, nuestra felicidad, nuestra evitación del malestar; quiere algo más: quiere el desarrollo de lo propio de cada uno, que podamos construir desde el malestar. Quiere que la ambivalencia propia del deseo no nos impida desear; que desde la dificultad se extraiga la posibilidad; quiere también que la duda y el dolor sean vividos como parte de la constitución subjetiva y, por tanto, que desde el trabajo de creación puedan simbolizarse como modos de ser y de relación.

En este sentido, el viaje de Arte Terapia es ese recorrido que hay entre el pensamiento y el lenguaje, entre la emoción y la consciencia, entre el deseo y la tensión de desear, entre el placer y el displacer, entre el yo y el otro, entre la escritura y el hecho de escribir, entre la obra creada y el proceso de creación y todo ello sostenido por la presencia del arte terapeuta desde su necesidad de construir en la sesión.

Arte Terapia es, rizando la metáfora, una *poética de la creación*. Lo más interesante es la incesante búsqueda de la metáfora, en ese deseo que posibilita el encuentro con lo más íntimo y desconocido de uno mismo, en el que se conjugan perfectamente la *necesidad vital del otro* y

*el deseo tonificante de “ser”*. La poética la otorga el hecho de que el *sujeto siempre se piensa alrededor de un vacío, un lugar sin palabra ni pensamiento* que concluye en la necesidad del otro como deseo, pero que de alguna manera termina por poner un ideal a la necesidad; *la poética no es sino la envoltura de la que se otorga el “yo” con la ilusión ilusionada del otro*. Por esto, el proceso de arte terapia es esa envoltura en la que se acoge el sujeto llenándola de vivencias de ligazón al otro, a la ilusión de ser.

Pero el proceso de arte terapia no es solo un proceso de envoltura, de involucimiento; es también un proceso de “des-envoltura”, de des-involucimiento, en el que, quiérase o no, se desatan determinados procesos que tienen que ver con nuestros modos de ligar vínculos, en el que se deben de ir ordenando y estableciendo nuevos modos de vincular, que son a fin de cuentas lo que más nos interesa: dar un paseo y viajar por los entresijos del sí-mismo, sentir el dolor de las ambivalencias y realizar un tejido con las texturas emocionales. Esto es lo verdaderamente terapéutico y valioso de la práctica del “arte terapia”.