



**Soltar-sé**

María Katherine Pérez Garzón

Trabajo de grado para optar al el título de Comunicadora Audiovisual y Multimedial

Asesores

Nicolás Mejía Jaramillo

Ana Victoria Ochoa Bohórquez

Universidad de Antioquia  
Facultad de Comunicaciones y Filología  
Comunicación Audiovisual y Multimedial  
Medellín, Antioquia, Colombia

2022

---

Cita

(Pérez Garzón, 2022)

---

Referencia

Pérez Garzón, M.K. (2022). *Soltar-sé* [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.

Estilo APA 7 (2020)

---



**Repositorio Institucional:** <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Universidad de Antioquia - [www.udea.edu.co](http://www.udea.edu.co)

**Rector:** John Jairo Arboleda Céspedes.

**Decano/Director:** Edwin Carvajal Córdoba.

**Jefe departamento:** Juan David Rodas.

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

A las personas que se van y a las que se quedan  
A las personas que nos llenan de preguntas y no dejan ninguna respuesta.  
A las personas que nos dejan y nos enseñan a vivir sin ellas.

## Tabla de contenido

Objetivos	5
Planteamiento	5
Marco Teórico	6
Referentes	8
Metodología	13
Epístolas	13
Reflexión	16
Referencias	17

## **Objetivo General**

Realizar la escritura de tres epístolas audiovisuales que exploren la ausencia de una madre en diferentes etapas de la vida

## **Objetivos Específicos**

- Identificar cómo se vive la ausencia de una madre en las diferentes etapas de la vida.
- Construir las epístolas a partir de mi experiencia personal.
- Investigar y experimentar a partir de referentes para la producción a futuro de las cartas filmicas.

## **Planteamiento**

Desde hace un tiempo me he cuestionado la ausencia de mi madre, he intentado entender por qué no ha estado conmigo y en esas dudas me surgen mil recuerdos y sensaciones de cómo afronte la situación en las distintas etapas de mi vida. Esta introspección me ha arrojado respuestas muy vagas de lo que ha sido todo este proceso, por ello Soltar-sé se convierte en ese aliado para expresar mis dudas y mis recuerdos por medio de tres epístolas audiovisuales.

La mayoría de familias que me han rodeado están compuestas por la mama, el papa y los hijos, esto es con lo que he crecido como “normal” y si falta algunos de los miembros es el padre, según esto, yo tenía una familia rara ya que estaba compuesta por mi padre y otras personas externas que no eran constantes, por lo que crecí con un ideal de lo que era una madre y con la realidad de su ausencia.

En la infancia solo me cuestionaba por qué no estaba con mi madre cuando personas externas me hacían comentarios o eran fechas importantes donde esta figura era relevante. Cuando entré a la adolescencia y empecé a tener consciencia de todo lo que había sucedido alrededor de esta figura comencé a sentir su ausencia desde el desconocimiento de lo que estaba atravesando, la falta de su guía en ese camino y las preguntas por ella eran más difíciles de responder. En la actualidad vivo su falta enfrentando todo lo que conlleva su vacío en mi camino, esta etapa la considero como la más complicada porque el hacer consciencia y enfrentarlo me ha generado sentimientos y respuestas distintas a las que tenía y con las de que algún modo estaba reconciliada.

“Se puede comunicar mucho más a través de las artes, sobre todo inconscientemente, ya que las imágenes transmiten más que las palabras y ofrecen un medio seguro para explorar temas difíciles” (Norman, 2007) Soltar-sé es la oportunidad para explorar la ausencia de mi

madre haciendo consciencia de cómo se vivió en tres etapas, la infancia, la adolescencia y la actualidad. Esto se va a plasmar en tres epístolas audiovisuales teniendo en cuenta que el audiovisual es una herramienta de expresión y exploración lo cual es ideal para el objetivo del proyecto.

Toda mi vida me he regido por la pregunta ¿Por qué no estuvo a mi lado?, y este proyecto es la oportunidad para realizar una búsqueda en mi vida sobre esta ausencia, lo cual me lleva a desarrollar el proyecto y tener una exploración audiovisual con un tema personal y me deja como pregunta principal: ¿Cómo representar la ausencia de la figura materna en una serie de epístolas audiovisuales?

### **Marco Teórico**

Al empezar el proyecto, el principal concepto a tratar es la ausencia, según la Real Academia Española (2019) es la falta o privación de algo. Según su etimología la ausencia viene del latín *absentia*, nombre derivado del *participio absens, absentis*, (ausente) del verbo *abesse*, un compuesto de *esse* (ser, estar) con el prefijo *ab* (alejamiento, separación). Así *abesse* significa estar lejos y *absentia* es la situación o cualidad del que está lejos.

Es importante entender qué es la ausencia para poder identificar cómo se vivió está en las diferentes etapas de la vida. De la palabra me llamó mucho la atención su etimología porque con ella se descomponen otros asuntos que son interesantes y que han estado muy latentes en mi historia de vida, el del verbo *abesse* que es de ser y estar tiene que ver mucho con el nombre del proyecto ya que en estos momentos el estar consciente de lo que ha pasado y pasa me ha ayudado a entender mejor mi vida y cómo ser en ella. La parte del prefijo *ab* me generó muchas preguntas ya que una parte de la ausencia es culpa de una separación que tuve con mi madre en la infancia. Este concepto ayuda principalmente a entender un poco mi historia desde esa ausencia y tener la base para la escritura de las cartas.

Para seguir por el lado de mi historia es importante tener claro qué es la memoria, de la Rae (2019) sustraje tres de sus definiciones que ayudan al proyecto a entender lo que se está buscando de este concepto 1. Relación de recuerdos y datos personales de la vida de quien la escribe 2. Recuerdo que se hace o aviso que se da de algo pasado.3. Facultad

psíquica por medio de la cual se retiene y recuerda el pasado. Estas definiciones nutren el proyecto desde el punto de vista de entender de donde surge la historia y como se puede obtener la información que se busca para el proyecto.

El género de la carta filmica hay que entenderlo para poder llevar a cabo la realización del proyecto, éste tiene su origen en las tarjetas postales y las cartas visuales que tiene similitudes con el film-ensayo. Es importante entender que antes de ser enviada la carta, el remitente se dirige a sí mismo para presentarse y representarse ante el receptor, como en los diarios personales, de los que la carta es una antesala, el autor se mira al espejo y modela no tanto su cuerpo como su alma, pero lo hace para que esta se corporice en la carta, sobre una superficie de papel escrito que haga las veces de esa superficie del espejo en la que se había contemplado, y que así, de la misma manera, aparezca en ella la figura deseada. Esto es muy valioso para el proyecto porque reafirma que es la mejor forma para ser expresado ya que con Soltar-sé siempre he buscado cómo reconocer y expresar una parte de mi vida.

El audiovisual a lo largo del tiempo ha ayudado a crear memoria e identidad colectiva, por ende, también ha logrado crear lo mismo a escala más pequeña como lo es la familiar e individual, en este proyecto es muy importante entender cómo el audiovisual ha logrado esto. “La historia de Naomi se escribe sobre la piel de su protagonista, la propia Kawase. Si su trabajo se entiende como autobiográfico no es especialmente por contar su vida, sino por hacer su vida mientras opera con la cámara. Parece que con cada fotograma se construye el vacío que la memoria no pudo capturar porque nunca existió y ahora no reconstruye sino que construye por primera vez y en primera persona la vida de Kawase”(Johanna, 2017, p.214). Esta cineasta es el referente más importante del proyecto ya que gracias a su filmografía que evidencia una constante búsqueda por quien es y por su identidad se logra entender la importancia del audiovisual como construcción de una identidad desde la exploración cinematográfica y autobiográfica. Entender a Kawase es fundamental para construir la búsqueda principal del proyecto por la necesidad de comprender la ausencia.

## **Referentes**

**Embracing (1992) Naomi Kawase.**

Con 23 años la directora emprende un viaje en la búsqueda de su padre, ella fue criada por sus abuelos desde que sus padres se separaron, este documental refleja una búsqueda que en cierto modo es de su infancia, de sí misma y un modo de entender y filmar el documental.

La búsqueda que se representa en el documental es muy interesante porque se siente una transformación de la directora de empezar con unas preguntas y tratar de resolverlas con su familia y tener claro que quería encontrar a su padre, y es el proceso el que le da las respuestas que tal vez ya tenía pero que era necesario evidenciar. Para Soltar-sé esa búsqueda es un referente ya que se trata un tema fuerte con mucha sutileza y es algo que se quiere cuidar en el proyecto, también la exploración visual de Embracing se convierte en una inspiración ya que es una forma sutil y de exploración para un tema tan íntimo.

Soltar-sé busca una exploración interior que se refleje en una búsqueda audiovisual por lo que son dos formas de buscarse y esto es lo que representa Embracing, por esto se convierte en el referente principal, un punto de partida que ayuda a enfocar el proyecto.

**Matilda** (1996) *Danny DeVito*.

Matilda Wormwood es una niña encantadora y una genio en ascenso, cuyos padres, Harry y Zinnia Wormwood y su hermano mayor Michael son irresponsables con ella; están tan ocupados en su trabajo y en sus frívolas vidas que apenas notaban que tenían una hija. Constantemente la desatienden y cuando le hacen un poco de caso es para intentar que se aficiona a estar continuamente viendo la televisión en vez de leer libros, qué es lo que ella prefiere.

Uno de los puntos centrales del proyecto es evidenciar que causa la ausencia de una madre en las diferentes etapas de la vida, es por esto que Matilda es un referente ya que sus padres si estaban presentes físicamente pero eran ausentes para su crianza, ese abandono de la madre de Matilda desde pequeña tiene el efecto en ella de volverse más independiente y eso me llama mucho la atención porque es una forma de asimilar que es diferente a lo que he vivido pero que me ayuda a entender las maneras de representación que puede tener un tema

y mirar una película que me acompañó en mi infancia desde otro punto de vista, analizando lo que hace en la protagonista el comportamiento de sus padres es una ayuda a esa búsqueda personal que se concentra en que resuena como actuó mi mamá y como respondí ante eso en mi infancia.

### **Correspondencias Fílmicas**

Es una exposición que reúne el intercambio de cartas filmadas entre seis parejas de cineastas. Desde varios lugares del mundo, directores cinematográficos muy experimentados comparten opiniones con otros compañeros de profesión. Estas correspondencias fílmicas son referente por la forma en que se cuenta, la carta es un ejercicio muy personal, en esta el director se confronta consigo mismo sin la disposición y protección que brinda una producción más grande como una película, lo que permite una mayor experimentación, estas cartas llamaron la atención para el proyecto porque fueron las que dieron vida a la forma de cómo contar, la conexión que brinda este formato, por ser espontáneo y honesto es lo que deseo lograr en el proyecto ya que cuando uno observa estas cartas le genera curiosidad cada director porque se están enfrentando a mirar su trabajo de una forma más íntima y a experimentar con la imagen lo que puede representar más que todo las sensaciones que desean transmitir.

### **Memorias por correspondencia**

Veintitrés cartas escritas entre 1969 y 1997 por Emma Reyes a su amigo Germán Arciniegas, las cartas destacan por la honestidad ya que describe las adversidades que vivió durante su infancia en Colombia a comienzos del siglo XX, cuando fue abandonada junto a su hermana Helena en un convento de monjas en el que la explotación laboral, la mala alimentación y su condición de analfabeta hasta la adolescencia, también se destaca sus metáforas sobre ese ausente seno materno.

Este libro es una muestra de cómo se puede transmitir un sentimiento con una carta y es el objetivo principal de Soltar-sé ya que primero se debe reflejar en la epístola escrita antes que en la audiovisual y la delicadeza de la escritora para contar momentos traumáticos de su

infancia y de crear memoria con ellas es fascinante, logra llevar al lector por un viaje muy íntimo haciendo sentir que las cartas son para el.

Después de mirar varias películas, cartas filmicas, consultar sobre la teoría del color y entender cómo quería que se vieran las cartas se llegó a los siguientes referentes para la parte visual de las epístolas. El referente para el color de las tres cartas es la paleta de colores del siguiente fotograma de la película Forrest Gump (1994). Esta combinación de colores refleja una cierta nostalgia, lo cual está muy ligado a los recuerdos y es a lo que más se desea hacer referencia en las piezas.

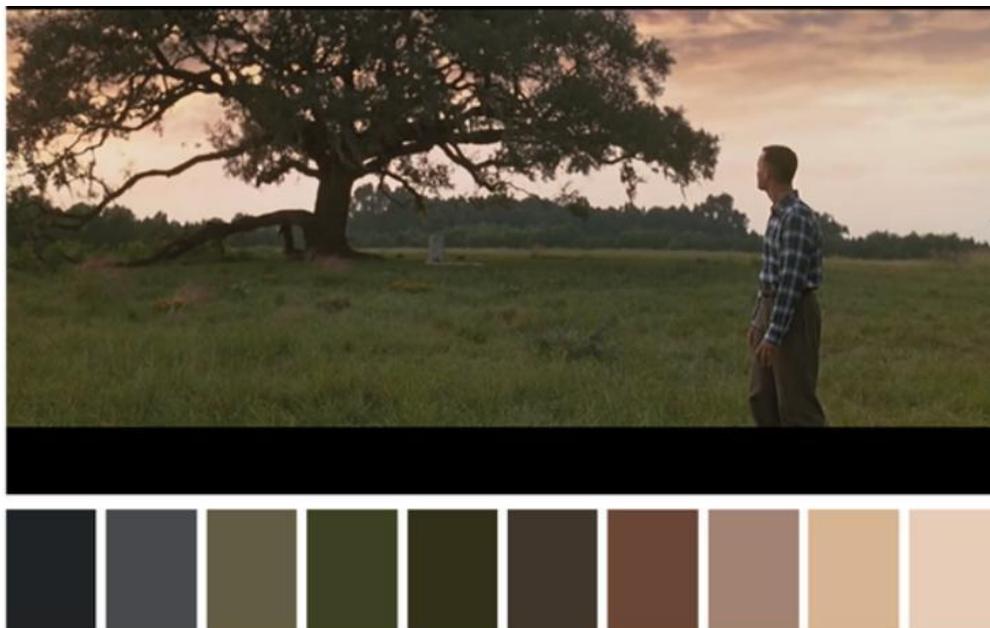


Imagen tomada de Forrest Gump (1994)

En la primera carta los niños son importantes para la parte visual, mostrar niños jugando y felices, también los objetos que más utilizan como lo son sus juguetes, esta misiva es combinada con imágenes de archivo de cuando era bebé. Para esto se tienen como referentes los siguientes fotogramas de Matilda donde se ven a los niños jugando, la forma en que se ven refleja la diversión tanto de los que están atrás como la alegría de Matilda que se encuentra en primer plano, también como se muestran los objetos me parece muy interesante, ya que su protagonismo es notorio para dar a entender la importancia de ellos.

De la serie de cartas de los cineastas se encuentra una imagen muy bonita de niños jugando con unas hojas, lo que me transmitió mucho de lo que para mí significa ser niño por eso también se encuentra en esta serie. De Embracing como se trata el material de archivo es esencial para el proyecto ya que al inicio no se tenía contemplado, pero al ir descubriendo

que existían algunas fotografías que desconocía, se despertó el deseo por enseñarlas y darles la importancia que han tomado para mí en esta búsqueda.



Imágenes tomadas de Matilda (1996)



Imágenes tomadas de Embracing (1992)

En la segunda carta la Ausencia se ve reflejada por medio de los pequeños detalles de ser una joven adolescente y de los cambios por los cuales se atraviesa en esa etapa de la vida por eso uno de los referentes es las vírgenes suicidas 1999 donde los detalles de ser joven son tan importantes.



Imágenes tomadas de Las virgenes suicidas (1999)

En las cartas anteriores hay un complemento que son los caminos que he recorrido para llegar a las cartas y los que he caminado en mi vida, cuando era niña recuerdo mucho estar en el bus de camino a donde mi padre y de regreso a casa de mi madre observando por la ventana, en la adolescencia recorrer mi pueblo para escapar de los problemas de adolescente y ahora vuelvo a estar de la ciudad al pueblo así que en las tres cartas estas imágenes van a estar muy presentes y para ello están como referentes la serie de correspondencias filmicas donde los cineastas recorren algunos lugares con sus cámaras y Embracing; lo que más me llamó la atención de esto son las sombras y los reflejos que son interesantes para ese componente de recuerdos borrosos que se convierten con el tiempo en historias vistas desde otro punto de vista. Esta última carta busca explotar estas imágenes en mayor intensidad ya que es lo que queda de la búsqueda emprendida en el proyecto.



Imágenes tomadas de Correspondencias filmicas (2011)

## **Metodología**

" Las autoetnografías son altamente personalizadas, textos reveladores en los cuales los autores cuentan relatos sobre su propia experiencia vivida, relacionando lo personal con lo cultural" (Richardson, 2003,p. 512). La metodología del proyecto Soltar-sé consiste principalmente en la investigación de mi vida personal con mis familiares, en fotos y documentos, luego por etapas se saca un recuerdo detonante que es el que da la base para la escritura de la carta, también se investiga en el audiovisual como se han realizado las epístolas y el tema de la ausencia. Esta es la primera etapa del proyecto basada en la investigación que da como resultado un relato autoetnográfico.

Una segunda etapa del proyecto consta de experimentación, después de tener escritas las cartas se pretende explorar la imagen grabando recuerdos, basados en el material de archivo que se tiene y creando nuevo grabando principalmente en el pueblo que me vio crecer y en la ciudad que también hace parte de mi historia. Esta etapa también es una búsqueda de la forma al igual que del tema por eso esta es un poco abierta a lo que se va presentando en el camino.

A continuación, hay una lista de tareas puntuales que ayudan al cumplimiento de la metodología planteada y a lograr todo lo que se espera del proyecto.

- Investigación retrospectiva de mi vida en cuanto a lo que ha interferido en mi crianza la ausencia de mi madre.
- Investigación de cómo han sido las “malas madres” representadas en el cine.
- Investigación de las epístolas audiovisuales.
- Buscar historias de personas de diferentes edades con madres ausentes, en libros, poemas, cine, televisión.
- Escribir las tres cartas audiovisuales.
- Exploración de una estética visual y sonora.
- Un recuerdo detonante, consiste en tener un recuerdo base de cada etapa de mi vida para la carta que corresponde.
- Grabar imagen y sonido con ayuda de amigos cercanos.

## **Epístolas**

## **Inocencia**

**Entrerriós, 2021**

Hola mamá...Hace mucho tiempo no digo esa palabra ni me dirijo a ti pero llevo unos días pensando en el futuro y eso me ha hecho pensar en mi pasado y allí te encuentras tú.

Sentada en la acera de la abuela paterna comienzo a preguntar por ti, todas las historias traen un poco de dolor para todos porque en este lado de mi familia nadie entiende el por qué de tu abandono ni el trato que me dabas. Esa conversación me despierta interrogantes que he tenido guardados durante mi vida y voy a mi casa hablar con mi padre sobre ti, me cuenta lo difícil que fue pelear contigo por mí; después de esto quedo con muchas más preguntas e indagar en los papeles que tengo sobre mi custodia, en estos hay cosas muy interesantes de conversaciones con un psicólogo, yo solo una niña de 6 años quería alejarme de ti, algo que me llamó mucho la atención, si bien mis recuerdos de mi vida contigo no son muchos me cuestiono que le hace sentir a una alejarse de la primer persona que uno ve al nacer.

Te preguntarás por que te digo estas cosas, y por qué después de tanto tiempo decidí desenterrar todo lo que pasó y creo que no tengo una respuesta sino mil preguntas que quiero resolver entendiendo un poco mi pasado y mi pequeña vida contigo.

Dicen que los primeros años de vida definen mucho a la persona que serás en un futuro y que tus padres ayudan a formarte, tú estabas presente en esos años y no logro recordarlos, mi cabeza trata de armar un rompecabezas con pocas fichas. Mis primeros seis años de vida son recuerdos de largos viajes entre la casa de mi padre y la nuestra, de ti recogíendome en la escuela, estos son los recuerdos que creo que me pertenecen sin intervención de nadie, demasiado vagos para contar mi vida contigo. Me gustaría tanto sentarme contigo a tomar algo y armar el rompecabezas de las cosas bonitas, tener buenos pensamientos sobre nosotras. Creo que aún soy una niña que sueña con estar con su madre, que sueña llegar a casa y contarte lo que aprendí en la escuela, que los fines de semana estemos en un parque comiendo helado, que los recuerdos de mi infancia están llenos de ti.

Si es cierto que hay hechos en la infancia que nos marcan para toda la vida, tendré que decir que el día que comí mucha sal, ha estado en mi cabeza todo el tiempo, es increíble como los recuerdos pueden convertirse en heridas que no puedes cerrar y que cada vez sangran más, recuerdo del día que se te olvidó ir por mi al jardín o cuando me parabas en la poceta a “esconder” mis morados.

Dicen que la infancia te marca y para mí el no tener claridad de ti es lo que me ha marcado, tener tantos recuerdos feos contigo ha hecho que se desvanezcan y que no confie ni en mis pensamientos sobre ti.

Mi infancia está llena de vacíos y momentos lúcidos es increíble que no recuerde un beso, un abrazo, o yo diciendo mamá, es increíble que tú no hayas querido ser mi madre porque así suena cliché una madre no solo es la que da a luz sino la que cría aunque bien me criaste por 6 años, no muy bien, o bueno es lo que recuerdo porque la mitad del tiempo solo esperaba una llamada que me sacara de esa pequeña casa y de tu vida.

## **Ausencia**

### **Entrerriós 2021**

La adolescencia es una de las etapas más difíciles de la vida, es donde el cuerpo empieza a cambiar, las ideas no son claras, los sentimientos están a flor de piel y el descubrir el mundo de mil formas es un gran atractivo. En esta etapa de mi vida, ver a mis amigas con sus madres me hizo preguntarme ¿por qué no estabas conmigo? esta duda surgió cuando mi cuerpo empezó a cambiar y necesitaba consejos de una mujer al no encontrarte en mí creció un rencor por ti.

Es increíble que uno sienta rencor por la persona que más debería amar y respetar pero tú no te ganaste nada de eso y en esa etapa de mi vida no entender porque me abandonaste y me trataste tan mal no ayudaban a que mi relación con tu recuerdo fuera buena. Mi adolescencia es más lúcida y mis recuerdos de ti son una llamada donde me preguntaste ¿Cuántos años tienes?, yo solo colgué y mis cachetes se pusieron rojos de la ira de que mi propia madre no supiera mi edad.

Otro recuerdo es de un día que fui a visitar a mi abuela yo entre para darle la sorpresa y me encontré contigo solo me miraste y ni un hola salió de tu boca, estos son todos los momentos que compartimos en la adolescencia y no sé como sentirme frente a eso, solo se que el rencor ya se fue.

Por último en esta etapa la palabra mamá no se encontraba en mi vocabulario y tener que explicar a las personas que no estabas en mi vida era muy difícil, aunque siempre intentaba hacerme fuerte para que creyeran que no te daba importancia. Ahora te escribo y te doy importancia porque lo hago por mí por entender tu recuerdo y saber que tu ausencia se impregnó en mí y que de a poco explotaba en diferentes emociones.

## **Realidad**

### **Entrerriós 2021**

La actualidad ha sido lo más difícil para afrontar tu ausencia, se me ocurrió la grandiosa idea de enfrentarme a todo lo que creía resultó contigo y no fue así, siempre creí que te podría nombrar como mi madre pero después de todo lo que he descubierto solo puedo decir gracias

por haberme dado a luz y lo demás es una gran sombra negra que me acompaña donde voy, pero también agradezco por ello porque por eso soy como soy.

La decisión de decidir sobre cosas importantes atraviesan primero mis recuerdos contigo ¿que quiero ser? ¿porque lo quiero?. No deseo ser madre, me da miedo ser como tú o no responder como se debe a ese miedo de no ser tú, es en lo que más has influido en esta etapa de mi vida, a parte de todo lo que me ayudado escribirte y enterrarte en estas letras.

Escribiendo esto recuerdo el camino que he recorrido, las veces que he querido encontrarte, entender tu desapego, tus acciones. Mis recuerdos más lúcidos contigo en esta etapa son de cuando me pidieron los papeles para entrar a la U, solo tenía mi registro civil donde pude sacar tus datos pero fue extraño que necesitara algo de ti así fuera tu nombre. Otro momento fue cuando visitaba a mi abuela y yo estaba sentada en la sala con la puerta abierta y tú saliste de una casa de al lado a colgar una ropa solo me miraste y te entraste para la casa sin decir ni una palabra.

Y ahora que por querer escribirte revolví toda mi vida, me encontré con que no había cerrado mi vida contigo, esta vez pase por la desilusión, la ira y finalmente la aceptación de que así eres y que mi destino era vivir esto contigo, ahora solo deseo que en mi camino no te vuelvas a cruzar y que estas letras sean la mejor despedida.

### **Reflexión**

Soltar-sé navega entre el pasado y el presente lo que ha logrado una introspección muy interesante en mi vida y en mi descubrir como realizadora, sí bien no logre culminar las cartas filmicas, todo el proceso de investigación y de escritura fue muy enriquecedor, el conocernos es algo que como ser humanos evitamos con frecuencia y el hablar de la ausencia más grande que he pasado durante mi vida me ayudado a crecer como persona, el reconocer que se vive en frente de una situación no muy agradable hace que me conozca en mi presente y me pueda proyectar de una forma más completa desde mi ser.

El audiovisual es una forma de expresión personal, esto se ve en los documentales y en los nuevos formatos como la carta filmica y el ensayo audiovisual donde el realizador habla de un aspecto íntimo de su vida y muchas veces le sirve como catarsis, como una ayuda para sacar todo lo que llevamos dentro, esto es de lo que más aprendido a valorar en el proyecto y como aspirante al título de comunicadora audiovisual y multimedial aprecio mucho la

libertad de creación que ayuda a enfrentarse con lo aprendido durante la carrera y los nuevos retos que representa un trabajo de grado.

La experiencia del trabajo de grado desde la metodología de los laboratorios personalmente no me funciono mucho pero siento que esto se debe a la naturaleza del proyecto ya que para mi fue muy difícil enfrentarme al tema y la situación de la pandemia me encerró mucho más que físicamente, el proyecto me llevó por un viaje de introspección que fue muy complejo sacar de mi cabeza y concretar en el papel y la cámara y aunque no logre mis objetivos de entregar el proyecto completo si me sirvió para conocer muchas cosas de mi como persona y como realizadora lo cual agradezco mucho y me quedo con los momentos difíciles y con los agradables donde el teclado del computador sonaba en armonía con mis pensamientos y la cámara corría al ritmo de mis pasos. Soltar-se encontró un ritmo en medio de su contexto de trabajo de grado y me dejó mil agradecimientos con la academia y con mi vida.

### Referencias

Duncan, N. (2007). Trabajar con las Emociones en arteterapia. *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 2, 39 - 49. Recuperado 17 de marzo de 2022, de <https://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/article/view/ARTE0707110039A>

Caplliure, J. (2017). Escrito sobre la piel. La memoria tatuada en la obra autobiográfica de Naomi Kawase. *Daimon Revista Internacional de Filosofía*, 211–216. <https://doi.org/10.6018/daimon/268991>

Blanco, Mercedes. (2012). Autoetnografía: una forma narrativa de generación de conocimientos. *Andamios*, 9(19), 49-74. Recuperado en 17 de marzo de 2022, de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1870-00632012000200004&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-00632012000200004&lng=es&tlng=es).

Català Domènech, J. M. (2019). Formas de aparición. La carta filmica como enigma. *Área Abierta*, 19(3), 267-286. <https://doi.org/10.5209/arab.61942>

REAL ACADEMIA ESPAÑOLA: *Diccionario de la lengua española*, 23.<sup>a</sup> ed.,  
[versión 23.5 en línea]. <<https://dle.rae.es>>

Reyes, E. (2014). *Memoria por correspondencia* (1.<sup>a</sup> ed.). EDITORIAL ALMADÍA.