

La oreja de Van Gogh

escrito por Daniel Restrepo

Van Gogh fue un pintor holandés que se volvió famoso por haber realizado alrededor de 800 cuadros y 1.600 dibujos y, además, por haberse cortado su oreja izquierda en un momento de demencia o afectación en su salud mental, lo que lo llevó a instalarse en un hospital psiquiátrico y utilizar el arte como un método para tratarse. Como se expone en su museo en Amsterdam: *“él continuó creyendo en el poder sanador de la pintura”*.

La oreja de Van Gogh y, en particular, la historia de este artista es un referente que debemos tener en cuenta a la hora de analizar y estudiar la salud mental. Van Gogh vio en el arte una forma de expresión de sus emociones; posiblemente fue una persona a la que le costaba expresarse de manera natural y debía recurrir al arte.

Cada vez es más creciente la preocupación por la salud mental: se han iniciado políticas, se han buscado y explorado diferentes herramientas, canales de atención y, en general, se ha empezado a desembarcar un importante nivel de conversación alrededor del mundo sobre estos temas. Lo importante de Van Gogh fue que descubrió una herramienta para gestionar su salud mental: el arte y, a su vez, decidió buscar ayuda a través de la psiquiatría.

Ojalá todos fuésemos Van Gogh, ojalá todos pudiéramos encontrar una manera de comunicar nuestras emociones, pudiéramos buscar la solución y acudir a un experto (sea cual sea). Claro, entiendo que el lector podrá decir que Van Gogh se cortó una oreja o que vivió diferentes situaciones traumáticas que se alejan de nuestra realidad, sin embargo, logró encontrar su camino: el arte + psiquiatría.

Muchas de las personas que hoy en día sufren trastornos en su salud mental han sufrido una “cortada de oreja”, cada uno la ha vivido de una manera particular y, seguramente, ha sido tan dura y dolorosa como pudo haber sido la cortada de la oreja del artista. Sin embargo, muchos guardan en secreto ese dolor y no lo expresan, no lo hablan ni siquiera

con su círculo más cercano, no tienen pasatiempos, hobbies u otras maneras que les permitan expresarlo o sacarlo de su cuerpo.

Eso, sin duda, puede ser más doloroso. Por eso, debemos estar atentos a las señales de las personas que nos rodean, que tal vez no la están pasando bien y que ignoramos cuál es su situación actual. Una conversación, una palabra de aliento e incluso, de empatía, puede destrabar la situación y permitir que se corte la oreja. La cortada de oreja serviría, en cualquier caso, para iniciar la transformación.

Hoy por hoy, nosotros podemos acudir a diferentes espacios para tratarnos: psicólogos, psiquiatras, médicos alternativos, la religión, el deporte, el arte, todos estos son apoyos que existen para tratar nuestra salud mental. Tomemos el caso de Van Gogh como un símbolo y encontremos cómo podemos fortalecer nuestra salud mental.

Otros escritos de este autor: <https://noapto.co/daniel-restrepo-2/>