

Recibido: Noviembre 2024 Aceptado: Agosto 2025

Cita (APA): Boitelle E. (2025). El uso del autorretrato fotográfico y la performance como introspección a través de la cámara, el tiempo y la imagen. *Revista Arte y Diseño A&D*, 11, 18 - 32.
<https://doi.org/10.18800/ayd.202501.002>

Relato Visual

El uso del autorretrato fotográfico y la *performance* como introspección a través de la cámara, el tiempo y la imagen

The use of photographic self-portrait and performance as introspection through the camera, time and image

Eloïse Boitelle

Resumen

¿Por qué nos produce fascinación nuestro propio retrato? Partiendo de escritos que describen la imagen, intento explicar, tanto experimental como teóricamente, el impacto físico y emocional que puede tener la experiencia del autorretrato. Pero, también, cómo el acto de fotografiarse a sí mismo es una actuación y puede desempeñar un papel en la introspección.

Palabras clave: retrato, fotografía, *performance*, imagen

Abstract

Why does our own portrait fascinate us? Starting from writings that describe the image, I attempt to explain, both experimentally and theoretically, the physical and emotional impact of the experience of self-portrait. Moreover, how the act of photographing oneself is a performance and can play a role in introspection.

Keywords: portrait, photography, performance, image



Fig. 1

FIGURA 1. *Autorretrato en el frente marítimo.* El encuadre es amplio para que la silueta se pierda en el paisaje. Tomado por una amiga, 2024.

Introducción

Un autorretrato es un «retrato de una persona realizado por ella misma» (Larousse, 2023, def.1), por lo que se trata de una definición amplia que abarca varias aplicaciones.

Con la democratización de la *selfie*, el propósito de los autorretratos se ha ampliado; pueden ser introspectivos, pero también, sociales. En su artículo «La imagen gestual: la *selfie*, la teoría de la fotografía y la sociabilidad cinestésica», Frosh se refiere a la *selfie* como «una imagen gestual y que no debemos entender su estética únicamente en términos visuales. Más bien, las *selfies* integran de manera conspicua imágenes fijas en un circuito tecnocultural de energía social corporal que llamaré “sociabilidad cinestésica”» (Frosh, 2015, p.2), con lo cual vincula la cultura digital con su dimensión social. En la sociabilidad cinestésica, analiza la conexión que el fotógrafo crea con el espectador al actuar directamente en su imagen, invitándolo a participar en su movimiento en internet y reaccionar a la imagen publicada.

De otra parte, este artículo se centra en la dimensión de compartir retratos y saber que serán vistos, ya sea por una audiencia o por el fotógrafo, lo que conduce a la actuación a través de la conciencia de la toma y su existencia como objeto. Realizo, por tanto, una acción en mi imagen para transmitir un mensaje.

En este texto, me gustaría analizar y describir el aspecto más performativo de los autorretratos, sean *selfies* o no. Tomarse una foto a uno mismo es un acto que requiere implicación: encontrar un encuadre, posicionarse, hacer la foto (con el temporizador o al instante), comprobar si la imagen es buena y volver a empezar si no lo es. Según el diccionario, una *performance* en el mundo artístico es sinónimo de acción, que es «el acto o la capacidad de actuar, de expresar la propia voluntad mediante la realización de algo» (Larousse, 2023, def.1). En este caso, el objetivo de la *performance* es permanecer natural frente a la cámara. Desnudarse simbólicamente ante la cámara no es tarea fácil; requiere dejarse llevar y ejercer el autocontrol para no distorsionar la verdadera naturaleza de uno mismo, al igual que en la meditación. Del mismo modo que con un retrato, para capturar una actitud natural, lo mejor es ocultar la cámara. Aquí se trata de un encuentro cara a cara y de una deconstrucción de la visión intrusiva de una lente.

También me gustaría mencionar el uso del autorretrato como herramienta para la introspección a través del acto de posar. Es una forma de tomarse el tiempo necesario, ritualizando el proceso y enfrentándose a uno mismo. Wessel escribe en una entrevista concedida al periódico *The Guardian*: «Tomo una fotografía cuando me faltan las palabras para describir una experiencia» (Andreasson, 2022, p.1). Entonces, la fotografía puede utilizarse como una experiencia introspectiva para domesticar la propia imagen. Al igual que *El Principito*, de Antoine de Saint-Exupéry (1943), me doméstico a mí mismo a través de la cámara, como el Zorro que, poco a poco, con el tiempo y la repetición, se deja convencer.



Fig. 2

FIGURA 2. Autorretrato en un jardín. Fotografía tomada con temporizador, 2024.

Por tanto, propongo explorar la introspección del autorretrato utilizando la cámara y la actuación como herramientas. Para ello, desarrollaré dos partes distintas: el enfrentamiento con la propia imagen y el lugar del tiempo en el papel del modelo, antes de concluir.

La imagen

Según el diccionario, una imagen en fotografía es una «reproducción de un objeto material mediante fotografía o una técnica relacionada» (Larousse, 2023, def. 2), ya sea física o digital, y, por lo tanto, es una reproducción de sí misma.

Benjamin escribe sobre la confrontación de un sujeto con su propia imagen como objeto:

Quienes contemplan una imagen así sienten inevitablemente la necesidad irrefrenable de buscar la pequeña chispa de azar, de inmediatez, con la que la realidad ha penetrado de alguna manera [...] en el carácter de la fotografía, para encontrar el punto insignificante en el que el futuro aún se acurruca hoy en la realidad aparente de ese minuto ya lejano (1931, p.24).

El que contempla puede ser el fotógrafo que se ha fotografiado a sí mismo y que se mira en una imagen, lo que implica un encuadre y una acción de algún tipo. El modelo busca una realidad que le gustaría capturar. En la actuación y la acción de colocarse voluntariamente frente al objetivo puede entonces escrutarse a sí mismo en su doble para ver su «yo real», el que ve el mundo exterior. Sabiendo que la cámara reproducirá su imagen, no puede permanecer impasible. En su libro *La chambre claire*, Barthes escribe:

Quiero ampliar este rostro para verlo mejor, comprenderlo mejor, conocer su verdad [...]. Lo que Marey y Muybridge hicieron como operadores, yo quiero hacerlo como espectador: lo descompongo, lo amplío y, por así decirlo, lo ralentizo para tener tiempo de conocerlo finalmente (1980, p.154).

Esto es exactamente lo que ocurre cuando nos enfrentamos a la cámara o a su imagen: el deseo de conocer su verdad y, por lo tanto, la introspección.

Antes del objeto de la imagen como autorretrato, está el objeto del espejo y el encuentro cara a cara con nuestra imagen en movimiento que experimentamos habitualmente. En el libro *Las etapas del reconocimiento de uno mismo ante el espejo*, de Boulanger-Balleyguier, leemos:

Nunca somos indiferentes a nuestra imagen en el espejo. Proyectamos en ella gran parte de los sentimientos que tenemos hacia nosotros mismos. [...] El espejo nos permite ponernos en el lugar de otra persona y observarnos desde su punto de vista; de ahí su interés, que nunca decae a lo largo de la vida humana (1967, p.2).

El reflejo en el espejo como imagen nos permite vernos tal y como nos ven los demás, si nuestro doble está lleno de sentimientos, porque «no solo vemos nuestro exterior, sino también nuestro carácter» (Freund, 2011, p.55). El autorretrato como imagen es un intento de fijar esta reproducción hasta que se vuelva tan familiar como un reflejo.

Sin embargo, la imagen también puede revelar lo que el modelo, en el contexto de un autorretrato, puede proyectar sobre su propia persona. El crítico de arte Régis Durand dice lo siguiente:

Su capacidad [refiriéndose a la fotografía] para revelar, en quienes la utilizan o la miran, áreas de dolor secreto, diversos síntomas. [...] Nos enfrenta a un fragmento de la realidad (no solo la realidad externa, sino nuestra realidad más íntima, que se compone de una oscura suma de emociones y deseos inconscientes) (1994, p.226).

No debemos olvidar que tenemos una relación personal con una imagen, que implica lo que proyectamos en ella, así como nuestras experiencias y recuerdos. La visión que tengo de mí mismo en un autorretrato está distorsionada en relación con lo que verán los demás; revela la relación y la crítica que tengo hacia mi cuerpo y mi mente, lo que también alimenta la introspección en las preguntas que pueden surgir al enfrentarme a esta realidad.

El dispositivo que produce la imagen es una máquina. En su texto, Benjamin teoriza sobre la mirada de la lente y la denomina «inconsciente óptico». Al respecto, De Sutter y Zilio escriben:

Lo espiritual se transfirió al interior de la máquina, dotándola de un poder que ahora se ha retirado de la mirada humana. Al pasar por el prisma de la máquina, la naturaleza se enriquece con un halo que amenaza el aura, pero cuyo resplandor duplica la realidad al extenderse más allá de ella (2018, p.28).

El concepto se refiere a la mirada de la máquina como verdad absoluta, capaz de revelar un inconsciente frágil y humano. Al conectar esta idea con el autorretrato como imagen, podemos decir que vernos a nosotros mismos en la fotografía nos devuelve a nuestro inconsciente, o al yo interior que buscamos. Benjamin señala que «La persona en cuestión solo conoce la existencia de este inconsciente óptico a través de la fotografía, del mismo modo que el inconsciente instintivo se conoce a través del psicoanálisis» (1931, p.25). Así, a través de la reproducción y la mirada del objetivo, trato de verme y comprenderme a mí mismo, como si la cámara pudiera revelar aspectos de mí que aún no conozco. Lo que me intriga de fotografiarme a mí mismo, en mi práctica de la imagen, es poder capturar ese microsegundo del aura de uno (o poder definirme a mí mismo en una forma de autoanálisis perpetuo) que podría surgir al observarme. La cámara es, por lo tanto, una puerta de entrada a la imagen, un apoyo para la comprensión y la curiosidad sobre uno mismo.

Considerarse a uno mismo como un objeto-imagen es una cosa; sin embargo, en la segunda parte, me gustaría volver al acto de posar frente a la cámara y proponer un enfoque experimental sobre el efecto del tiempo en la pose del modelo.

El tiempo

Benjamin profundiza sobre los antiguos procesos fotográficos que exigían a los modelos posar durante varios minutos frente a la cámara:

El proceso en sí mismo animaba a los modelos a no vivir el momento, sino a entrar en él; a lo largo de estas sesiones, se integraban orgánicamente en la foto, formando un marcado contraste con las apariencias que vemos en las instantáneas (1931, p.30).

Aquí entendemos que una imagen de larga exposición contiene varios minutos de una persona en lugar de una centésima de segundo. La integración orgánica puede caracterizarse por la forma en que pensamos sobre nosotros mismos y cómo nos representamos cuando se toma la fotografía; la frase «no vivas el momento, entra en él» puede abarcar todo lo que sucede durante el lapso de tiempo que implica la fotografía, tanto psicológica como físicamente. Así pues, con el fin de experimentar con las condiciones reales de un modelo en la fotografía analógica no instantánea, quise posar para un autorretrato con dos tiempos de exposición diferentes: una exposición de 0,20 segundos y otra idéntica de 15 segundos. Busqué centrarme en mis sensaciones físicas y psicológicas, con el objetivo de entrar en el momento y explorar lo que una exposición prolongada puede aportar a un modelo, tanto como actuación como introspección.

En un experimento que dura más de 15 segundos, en comparación con una instantánea, podemos observar las siguientes diferencias visuales:

Tiempo de exposición de 0,20s

- Expresión neutra e impasible
- Una imagen plana
- Un fondo sin ninguna sensación de profundidad
- Una mirada cerrada, ligeramente retraída

Tiempo de exposición de 15s

- Una expresión animada y relajada
- Una imagen borrosa y un rostro menos definido
- La sensación de haber cambiado la profundidad de campo
- Una mirada intensa



Fig. 3



Fig. 4

FIGURA 3. *Autorretrato en Samarcanda con temporizador.* Es una pose corta y neutral de 0,20 segundos. Postal de corta exposición, 2023.

FIGURA 4. *Autorretrato en Samarcanda con temporizador.* Es una pose larga y neutral de 15 segundos. Postal de larga exposición, 2023.

Así que en la fotografía puedo ver el aura del tiempo que pasé posando, que queda impresa en mi expresión facial. Los 15 segundos están impregnados en la imagen por la impresión de vida que emana de mi mirada. Añadiría que podemos distinguir tres etapas distintas en mi experiencia personal durante esos 15 segundos de mirar fijamente a la lente: la espera, la mirada y el cuerpo.

En primer lugar, está la anticipación y la conciencia del tiempo de exposición: 15 segundos. Sabiendo que este tiempo es limitado y que la exposición terminará, comienza una cuenta regresiva inconsciente. Esto crea tensión con el tiempo, a la vez que acentúa la conciencia de su peso. Contar los segundos, uno por uno, revela la existencia de un pasado, un presente y un futuro, con el ultimátum de 15 segundos en el horizonte. Entonces comprendo plenamente su duración y entro en el momento.

Luego está el acto de mirarse fijamente. La mirada de la figura 2 es mucho más viva porque me tomé el tiempo de mirar fijamente a la lente y en esta fotografía se capturan 15 segundos de mirada fija. Sobre este punto, Durand escribe:

Quizás haya algo sagrado, aterrador, en un rostro, en una mirada. Es precisamente por eso que una mirada directa a los ojos es un signo de agresividad en todos los seres, tanto animales como humanos. Mirar fijamente, a menos que sea por amor compartido, es apoderarse indebidamente de una parte del alma de la otra persona, robar su presencia (1994, p.208).

La mirada se centra en el centro de la imagen; cuando miramos una fotografía y una figura mira directamente a la lente, transmite una emoción. Cuando miro fijamente a la cámara, me miro a mí mismo, la miro, pero también me enfrento a mí mismo. Al mirarme después a través de la lente del objeto-imagen, pero también, al estar solo frente a la lente.

Por último, hay que ser plenamente consciente del propio cuerpo durante un breve periodo de tiempo. Durante esos 15 segundos, no me pongo tenso, intento estar lo más cómodo posible, siendo consciente de cualquier tensión e intentando mantener el rostro neutro. Al igual que los modelos del siglo XIX, tengo que moverme lo menos posible. Consciente de esta limitación, solo puedo pensar en ello y asegurarme de permanecer quieto. Esta aparente inacción puede compararse con la práctica de la meditación. André señala: «Meditar significa detenerse. Dejar de hacer, de moverse, de inquietarse. Dar un paso atrás, distanciarse del mundo. [...] Hemos entrado en nosotros mismos, de verdad» (2011, p.16). Así, al experimentar la quietud, trato de despejar mi mente y dar un paso atrás. La meditación es una forma de conectar el cuerpo y la mente, de modo que, a través de la conciencia de mi presencia física y temporal en el espacio y en la imagen, puedo mirar dentro de mí mismo.

Posar durante varios segundos frente a una cámara puede convertirse así en una puerta de entrada a la introspección. Sin embargo, me gustaría volver a la conciencia que tenemos de congelar un momento en el tiempo, de una manera tangible y concreta, así como a la relación que tenemos tanto con el acto de posar como con la imagen resultante.

En su ensayo sobre la fotografía, Barthes escribe sobre su madre: «Ella no luchaba con su imagen, como yo lo hago con la mía; no se asumía a sí misma» (1980, p.55). La expresión «luchar con la propia imagen» transmite con precisión la conciencia de inmovilizar un fragmento de uno mismo y hacerlo concreto al tomar una fotografía. Asimismo, sugiere un dilema: dejarse capturar por la mirada de la cámara o, por el contrario, negarse a revelar una parte de uno mismo permaneciendo cerrado; porque entregarse a la cámara significa entregar una parte de su tiempo a los demás y a uno mismo, a través de la imagen que se verá. Una exposición prolongada es, por lo tanto, varios segundos o minutos de plena conciencia ofrecidos al mundo o a uno mismo. Si consideramos el autorretrato como una performance, entonces experimentar con diferentes tiempos de exposición es una forma de resaltar este peso y esta duración. Porque la performance es una forma de amplificar la acción, de darle sentido. Así, al experimentar con el paso del tiempo, puedo darme cuenta plenamente de él y tomar conciencia de lo que estoy ofreciendo a la imagen.

Me gustaría hacer un pequeño inciso para presentar el concepto de la teoría de los espectros desarrollado por el escritor Honoré de Balzac, descrito de la siguiente manera por el escritor Nadar:

Según Balzac, todos los cuerpos de la naturaleza están compuestos por una serie de espectros, superpuestos en capas infinitas, foliados en películas infinitesimales, en todas las direcciones en las que el ojo percibe el cuerpo. Dado que el hombre nunca puede crear, es decir, a partir de una aparición, de lo intangible, constituir una cosa sólida, o hacer una «cosa» de la «nada», cada operación daguerriana sorprendía, separaba y retenía una de las capas del cuerpo objetivado al aplicarse a él (1899, p.6).

En otras palabras, explica que, cuando se fotografía a la modelo, una fina película se desprende de su cuerpo y se adhiere a la imagen producida, porque si un objeto existe durante la toma —es decir, la imagen—, no se ha creado, sino que ha transformado parte de la modelo —es decir, esta película—. Esto es, metafóricamente, lo que ocurre cuando se toma un autorretrato o un retrato: un momento de inmediatez del yo se desprende, se inmortaliza y se adhiere físicamente a la cámara. La renuencia popular de Balzac a ser fotografiado por temor a entregar parte de sí mismo a la placa sensible se refleja hoy en día en la dificultad de aceptar que se conserve una imagen de uno mismo en un medio físico.

Para concluir esta sección, me gustaría mencionar el concepto de escultura viviente de Régis Durand, descrito de la siguiente manera «quien vio [refiriéndose al autorretrato y la

performance] en la fotografía la posibilidad de capturar estados momentáneos de identidad, esos acontecimientos rápidos o lentos del cuerpo de un sujeto que se observa y se construye a sí mismo como una “escultura viviente”» (1994, p.211). Así, al fotografiar o actuar, el cuerpo marca un estado temporal y se utiliza como una forma consciente o inconsciente de señalar un momento en el tiempo. Cuando me fotografió y luego miro la imagen, me veo envejecer. La actuación de posar es, por lo tanto, también una acción «duradera», existe de forma prolongada; sé que se verá en el futuro. En un pasaje de su película *Los espigadores y yo*, Agnès Varda filma sus manos de vieja dama y dice: «Soy una bestia que no conozco» (2000). A través de la imagen y la cámara, utiliza el inconsciente óptico para demostrarse a sí misma que el tiempo pasa y, por lo tanto, que está envejeciendo. Se ve a sí misma como testigo de la vejez, como una escultura viviente, filmándose a sí misma e intentando reconocerse al instante, pero también, cuando vuelve a ver el video. El autorretrato, con la cámara y el cuerpo como sesgo concreto, es, por lo tanto, también una prueba tangible de la realidad y la temporalidad.

Esta forma de ver el cine, pero también la cámara, está cerca de la filosofía del director Andrei Tarkovsky, quien aborda el cine como un lienzo y una herramienta del tiempo para el escultor, es decir, el director (Tarkovsky y Hunter-Blair, 1989). Así, al tener una duración fijada, el director puede crear una conexión con el espectador al utilizar el tiempo como un medio para llevarlo a un estado de introspección. Al utilizar la narración y la edición en lugar de la interpretación, el director crea una influencia similar en el espectador a la introspección de un modelo frente a una cámara; a saber, estar plenamente consciente del tiempo, cuestionándose a sí mismo, al mundo y la memoria. Para concluir, me gustaría continuar con el ejemplo del director Andrei Tarkovsky trazando un paralelo entre nuestro tema y un extracto de la película *Solaris* (1972).

Conclusión

En *Solaris*, podemos ser testigos de este diálogo entre Harey, una copia humana creada por el planeta Solaris, dirigiéndose al Dr. Kris Kelvin:

HAREY: No me conozco en absoluto. No recuerdo. Cuando cierro los ojos, no puedo recordar mi rostro. ¿Y tú?

KRIS: ¿Qué?

HAREY: ¿Te conoces a ti mismo?

KRIS: Como todos los humanos.

Harey construye sus recuerdos y comportamiento en función de las acciones y palabras de Kris. Con su memoria y pasado, tiene una fuerte influencia personal en el desarrollo de Harey. En este diálogo, Harey se encuentra frente a un espejo pero no se reconoce a sí misma. Cuestiona su identidad y cómo se percibe a sí misma. En la película, Harey es, por extensión, parte del planeta Solaris, por lo que no es humana pero está intentando convertirse en una. En sus películas, Andrei Tarkovsky busca cuestionar la memoria, el futuro, el pasado y el presente.

Al cuestionar a Harey sobre su identidad, cuestiona la reflexión y la reproducción de un ser vivo con el planeta, o la máquina, como mediador. El autorretrato está vinculado al hecho de que vivimos con nuestros cuerpos y nuestra imagen, tratando de entenderla y compartirla. El planeta busca crear un ser humano en toda su complejidad pero lucha por reproducir la autenticidad. La búsqueda del yo en un autorretrato es también una búsqueda de autenticidad (como Harey cuestionando su realidad) o de ese centésimo de segundo inmortalizado que nos hace humanos. Así, Harey puede ser la encarnación del modelo que, al verse constantemente en imágenes y ser consciente de la mirada de la cámara, busca crear recuerdos y existir como un objeto-imagen, pero también, como un ser verdaderamente vivo. A través de la acción y el intento de reproducir a Harey a lo largo del tiempo, el planeta Solaris es, de alguna manera, la puesta en escena del modelo (que cuestiona sus errores, su temporalidad y su existencia) y la mirada de la cámara; y Kris es el espectador, o la mirada posterior del modelo sobre su propia imagen, que se reconoce a sí mismo pero aporta una visión introspectiva y personal a la reproducción.

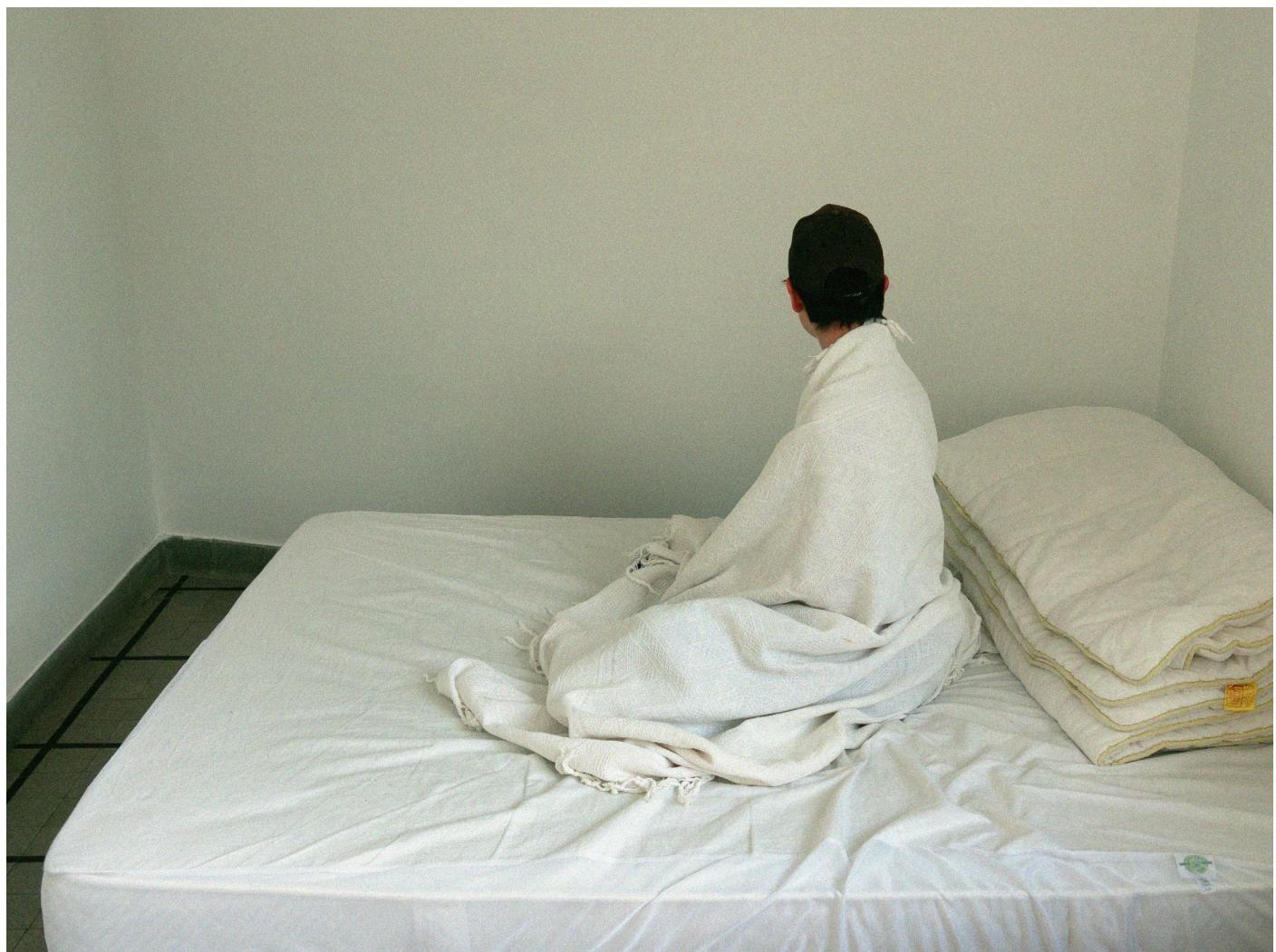


Fig. 5

FIGURA 5. Autorretrato en Rennes. Fotografía tomada con temporizador en casa de mis padres, 2023.

Referencias

- André, C. (2011). *Méditer, jour après jour: 25 leçons pour vivre en pleine conscience*. Iconoclaste.
- Andreasson, K. (19 de octubre de 2022). Henry Wessel's best photograph: a mystery in a California garden. *The Guardian*. <https://www.theguardian.com/artanddesign/2014/aug/06/henry-wessel-best-photograph-mystery-california-garden>
- Barthes, R. (1980). *La chambre claire: note sur La photographie*. Gallimard. <http://ci.nii.ac.jp/ncid/BA00932089>
- Benjamin, W. (1931). *Petite histoire de la photographie*. Éditions Payot.
- Boulanger-Balleyguier, G. (1967). Les étapes de la reconnaissance de soi devant le miroir. *Enfance*, 20(1), 91–116. <https://doi.org/10.3406/enfan.1967.2410>
- De Saint-Exupéry, A. (1943). *Le Petit prince*. Reynal & Hitchcock.
- De Sutter, L. y Zilio, M. (2018). *FaceWorld: Le visage au XXIe siècle*. PUF.
- Durand, R. (1994). *Habiter l'image: essais sur la photographie, 1990-1994*. Marval.
- Freund, G., Corpet, O., & Thieck, C. (2011). *Gisèle Freund: l'oeil frontière, Paris 1933-1940*. RMN.
- Frosh, P. (2015). Selfies| The Gestural Image: The Selfie, Photography Theory, and Kinesthetic Sociability. *International Journal Of Communication*, 9, 1607-1628. <https://ijoc.org/index.php/ijoc/article/view/3146/1388>
- Larousse. (2023). *Dictionnaire Larousse poche*.
- Montier, J.-P. (2017). *L'écrivain vu par la photographie: Formes, usages, enjeux*. PUR.
- Nadar, F. (1900). *Quand j'étais photographe*. Ayer Publishing.
- Tarkovski, A. (Director). (1975). *Solaris* [Película]. Mosfilm.
- Tarkovsky, A. y Hunter-Blair, K. (1989). *Sculpting in Time: Reflections on the Cinema*. University of Texas Press.
- Varda, A. (Director). (2000). *Les Glaneurs et la Glaneuse* [Película]. Ciné-Tamaris.

Autora

Eloïse Boitelle

ESCUELA EUROPEA DE ARTES VISUALES (Angulema, Francia)

Eloïse Boitelle nació en 1999 en Tours, Francia. Obtuvo el Diploma Nacional Superior de Expresión de Artes Plásticas de la Escuela de Bellas Artes de Angulema en 2024 y escribió una tesis de investigación y creación sobre la historia del autorretrato fotográfico. En 2024, realizó un cortometraje titulado *Afrosiab o determinismo en la resiliencia*, rodado en Uzbekistán y que aborda el concepto filosófico del determinismo. Actualmente trabaja en Francia y su práctica artística se centra en la edición, la poesía y la fotografía. Hoy en día, sus principales temas de interés son los árboles y la vida cotidiana.

