

Jaime Bernal Corral
Lucia Regidor Gómez

LA NOCHE OSCURA DEL ALMA

Donde el arte encuentra la voz de la **salud mental**,
Esculturas que dan forma a las emociones
silenciadas.



Primera edición: julio 2025

ISBN: 978-84-09-74958-4

Impresión y encuadernación: Jaime y Lucía.

© Del texto: Jaime Bernal Corral, Lucía Regidor Gómez.

© Traducciones: Nerea Martín Rubio / Pacientes de Rehabilitación

© Diseño: Jaime Bernal Corral, Lucía Regidor Gómez.

© Maquetación: Roberto García para Ediciones GÁRGOLA.

© Imagen de cubierta: Jaime Bernal Corral.

Editor  Hospital Universitario
del Sureste

Impreso en España

Prohibida la reproducción parcial o total de esta obra sin
consentimiento de los autores.

Derechos reservados bajo la protección de la
Propiedad Intelectual.

MADRID-SPAIN 2025

Cómo citar:

Bernal J, Gómez L.

La Noche Oscura del Alma. Arganda del Rey (Madrid):

Hospital Universitario del Sureste

2025



AGRADECIMIENTOS





Este libro es un recorrido emocional a través de esculturas creadas por personas que han vivido profundas experiencias personales. Cada busto transmite, sin necesidad de palabras, emociones intensas y auténticas. Además, muchas de las esculturas incluyen códigos QR que permiten acceder a vídeos en los que se interpreta en lengua de signos la obra que se está contemplando, haciendo el contenido más accesible e inclusivo para todas las personas.

Obras realizadas por personas que se encuentran en la Noche Oscura del Alma.

**LA NOCHE
OSCURA
DEL ALMA**



LA NOCHE

O S C U R A D E L A L M A

Una forma de **humanizar** y dar **visibilidad** a la **salud mental**.

A través del **arte**, encontramos un camino para expresar emociones reprimidas y dar voz a lo que a menudo queda oculto en nuestro interior. Esta exposición presenta bustos humanos, modelados con mimo y dedicación por personas que transitan por algún estadio de su propia "noche oscura del alma".

Son bustos de hombres y mujeres, todos iguales y, sin embargo, todos distintos. Cada uno revela las emociones más profundas y sinceras de quien lo creó, como un espejo de su alma. Estas esculturas, elaboradas de forma manual y artesanal, nos invitan a detenernos y reflexionar: detrás de cada uno de estos rostros podría estar cualquiera de nosotros, en algún momento de la vida.

La serie propone un viaje a través de las emociones humanas, donde la vulnerabilidad se convierte en arte y la empatía florece. Nos recuerda que, aunque a veces nuestras luchas se viven en silencio, todos compartimos la misma humanidad.

COL
ECC
IÓN

2023

LA
NOCHE
OSCURA
DEL
ALMA

En esta escultura realizada en telas pintadas por diferentes personas. Hace referencia al propio equilibrio que debemos tener con nuestras propias emociones.

La propia escultura ya en sí, rompe los cánones del equilibrio y de los estándares normalizados.

VIDA



En su interior se pueden ver plasmadas diferentes dibujos que hacen referencia a las diferentes emociones y de como nos sentimos en ocasiones más tristes representados en la base de la escultura con colores más oscuros, como cuando pasamos por diferentes fases y esas emociones se cambian a emociones de alegría representados con colores más vivos y más cerca del corazón.

Y como todas las emociones cobran VIDA en perfecta armonía dentro de cada ser.

VIDA



Esta escultura está cargada de simbolismos y lleva implícito de igual modo una carga emocional del Artista y creador de las obras Jaime Bernal. Ya que se dejó modelar por los usuarios para la realización de la escultura poniéndose en sus manos para crear la obra.



SHINE

En su interior encontramos un fondo azul oscuro que indica y hace reflejar ese proceso de oscuridad por el que alguna vez pasamos en nuestra vida. Cabe destacar el corazón que cuelga a la altura del pecho de pan de oro. Hace referencia a la importancia de trabajar con y desde el corazón, si así lo hacemos BRILLAMOS con luz propia, y este brillo se irradia hacia el exterior y nos hace brillar.



**S
H
I
N
E**



NIÑO INTERIOR

En esta escultura se está representando nuestro niño interior plasmado en diferentes objetos naturales traídos de la playa de Bolonia de Cádiz para no perder esa concesión con la naturaleza y como podemos de alguna manera transformar los recursos que ella nos suministra.

Consta en primer plano de tres Cantos rodados del mar pintados de un color vivo y vibrante como es el rojo pasión, que juegan a ese equilibrio que en ocasiones debemos tener con nuestro niño interior que quiere salir hacia fuera y expandirse. Esto viene representado por el palo alargado pintado del mismo color simbolizando ese camino hacia el exterior de nuestro cuerpo. En el extremo final alrededor del palo se encuentra un alambre de espinos que nos limita, aunque está muy bien adornado de color oro, este hace referencia a la sociedad que en ocasiones nos limita y oprime y no nos deja expandir.



NI
ÑO

IN
TE
RI
OR

Busto femenino con hojas realizadas en tela y diferentes recubrimientos para dar forma y textura a la estructura. Pintura con acrílico.

Esta es la única escultura que sale de la propia escultura e invade todo el exterior. Simboliza esa explosión que en ocasiones sucede en nuestro interior dejando fluir nuestras emociones y sentimientos. Es la concesión con nuestro lado más salvaje.

Las mariposas son las que hacen referencia a esa transformación que debemos hacer en ocasiones al encontrarnos en situaciones desagradable.

Esa transformación de crisálida que se encuentra en la fase de desarrollo en la que experimenta esa Metamorfosis para convertirse y renacer como un ser nuevo convertido en Mariposa.



META
M O R F O S I S



META

M O R F O S I S



NUDO DE EMOC IONES

Nos hace reflexionar de la importancia de tener una armonía de nuestras emociones, en algún momento pueden brillar y en otro momento permanecer dentro de nosotros. y es en este momento cuando las retenemos en nuestro interior generando ese nudo emocional que nos lleva a estar mal.

NUDO DE EMO CIO NES



Tocado al Corazón



En ocasiones hay una mano de fuera que viene y nos toca el corazón y es ahí cuando nos hace reaccionar y darnos cuenta que todos somos vulnerables, Dejemos que esas manos toquen nuestras entrañas y nuestro corazón. Por más escondido que este. Para sí, de este modo, poder conectar con la esencia del AMOR, que es la fuerza que nos mantiene vivos.



A sculpture featuring a hand in a red glove pointing towards a blue heart-shaped object inside a hollowed-out wooden shell. The shell is mounted on a white cylindrical base. The text "Tocado al Corazón" is overlaid in red on the sculpture.

Tocado al Corazón

C
o
l
e
c
c
i
ó
n

Con esta escultura se ha querido reflejar los diferentes **ciclos vitales** por los que pasa el ser humano, desde el **nacimiento, juventud y vejez** y como están relacionados entre si permitiendo una evolución como ser único.

Como Nuestro ser va evolucionando y transformándose nuestro exterior, manteniendo nuestra verdadera esencia. Recordando el brillo interior de ese niño que llevamos dentro.

**ED
AD
ES**



EDADES



SOLO

T **Solo todos**, es un acercamiento mediante los “grafitis” con nombres, a la gente joven, para que reflexione de la importancia de la salud mental. A esos momentos en los que pensamos, a mí no me va a pasar. Y en realidad todos en algún momento de nuestra existencia pasaremos por esa noche oscura del alma. En cualquier momento podemos ser uno de nosotros. Cuidemos nuestra **salud mental**.



SOLO

TODOS

ANSIE DAD

Hay momentos en los que uno se hace pequeño, pero aún así sin darte cuenta vas a tener una mano amiga que te va a acompañar en el proceso ayudándote a salir de este, por más duro que parezca.

ANSIE DAD



La importancia de la salud mental es un aspecto fundamental en la vida de cada individuo. Todos atravesamos momentos desafiantes, momentos en los que la mente se ve sometida a presiones y tensiones que pueden afectar nuestro bienestar psicológico. Reconocer la importancia de la salud mental es el primer paso para cultivar un equilibrio emocional y una vida plena.

Es crucial comprender que no estamos solos en este viaje. La presión laboral, las relaciones interpersonales, las pérdidas y otros desafíos de la vida pueden afectar negativamente nuestra salud mental. Es en estos momentos cuando se hace necesario recordar que buscar ayuda no es una muestra de debilidad, sino un acto valiente y sabio.

El estigma asociado a los problemas de salud mental a menudo impide que las personas busquen el apoyo que necesitan. Luchar por salir de una situación difícil implica no es solo reconocer la necesidad de ayuda externa, sino también comprometerse activamente en el proceso de autocuidado. La salud mental es un viaje continuo de autodescubrimiento y crecimiento, y todos merecen el apoyo necesario para superar los desafíos y alcanzar una vida emocionalmente saludable.

La escultura representa un simbolismo que captura la lucha interna y la búsqueda de liberación emocional. En el centro de la obra, una figura en tono marrón y posicionada fetalmente simboliza la vulnerabilidad y la sensación de estar atrapada en una posición defensiva y cómoda, pero a la vez melancólica. Esta postura encapsula la experiencia humana de enfrentar momentos difíciles, donde la comodidad aparente puede esconder un sufrimiento interno.

El elemento más destacado de la escultura es el torso realista que sirve como armazón, revelando un oscuro y frío espacio interior. Este detalle sugiere el conflicto emocional y el vacío que a menudo experimentamos en lo más profundo de nosotros mismos. La elección de utilizar tu propio torso como parte de la escultura refuerza la conexión personal con el arte.

La mano blanca, abierta y poderosa, emerge desde el interior del torso oscuro. Esta mano simboliza la fuerza interior, la determinación y la capacidad de superación. Su color blanco contrasta fuertemente con la oscuridad circundante, representando la luz que puede encontrarse incluso en los momentos más sombríos. La posición elevada de la mano sugiere un acto de rescate, un esfuerzo por sacar a la figura marrón de su posición fetal, como si estuviera guiándola hacia la liberación y la esperanza.

El alambre que conecta la mano con la figura marrón representa la atadura emocional y el dolor asociado con la lucha interna. La tensión del alambre destaca la dificultad de liberarse de las sombras internas, y al mismo tiempo, subraya el dolor que supone tirar hacia arriba para liberarse.

En conjunto, esta escultura evoca una reflexión sobre la lucha contra la oscuridad interna y la capacidad de encontrar la fuerza necesaria para liberarse. La obra invita a contemplar un viaje emocional y a reconocer la importancia de la autoaceptación y la salud mental.

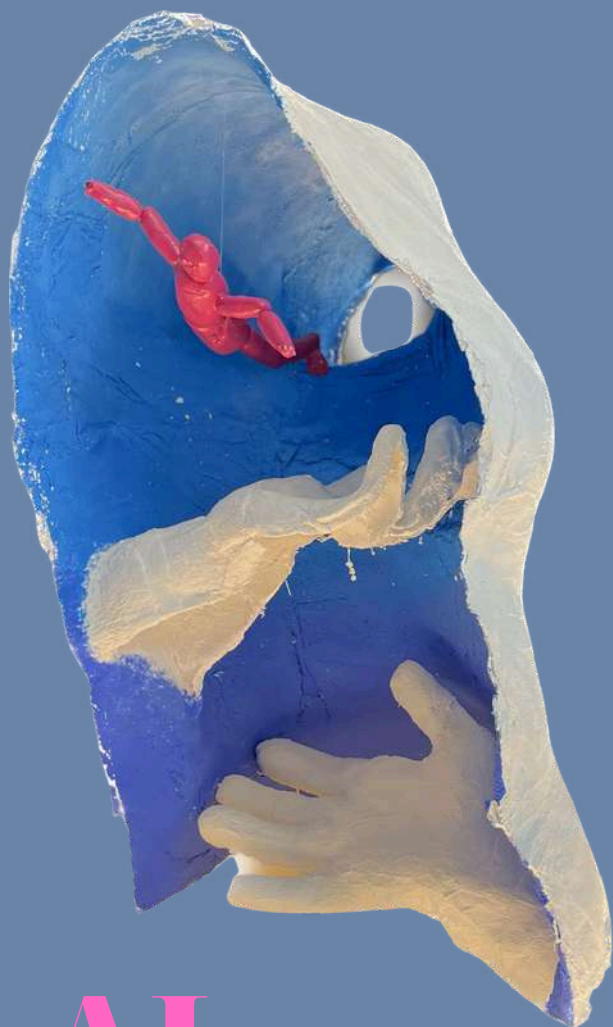
A.F.B.

Sentimiento de saber que estás **cayendo** hasta lo más hondo y aunque no lo creas siempre, encontrarás a alguien que te sostenga.

AL VACÍ O



Al Vacío



AL
VACI
O

RENACER

A L

A M A N E C E R

Hay veces que nos sentimos encadenados a uno mismo **encerrados** sin poder salir y **necesitamos** que una **mano** que nos **ayude**, de un oído que nos escuche e incluso el conocerse a uno mismo para salir a un nuevo amanecer.

RENACER



A
L
A
M
A
N
E
C
E
R

vuelo enjaulado

El vuelo libre de nuestras emociones.
En ocasiones se encuentran limitadas,
enjauladas. No pudiendo ser uno
mismo. El interior de cortezas de pino
representan las capas internas que
nos vamos creando y la
luz resurge desde
dentro.



vuelo
enjaulado



HE RID AS

A veces, es el **dolor** el que despierta en nosotros la luz que habíamos olvidado. Son los golpes de la vida los que, paradójicamente, hacen resplandecer ese **brillo** íntimo que siempre llevamos dentro, como si el alma, herida, recordara de pronto su verdadera fuerza.



DESTELLOS

DEL INTERIOR

Hace reflexionar de la importancia de dejar salir al exterior ese brillo que nos caracteriza.

En ocasiones nosotros mismos, aferramos dentro de nosotros ese brillo y no lo dejamos salir al exterior. Lo ocultamos.

DESTELLOS

DEL
INTERIOR



Hace una metáfora a las personas que con un nivel cultural, tienen que salir de sus países y embarcarse en un viaje para buscar el destino soñado. Que en ocasiones se frustra y no llega a su fin.

Restos de naufragios traídos de las costas de **Cádiz**.

NÁUFRAGOS DEL DESTINO

NÁUFRAGOS DEL DESTINO



Colección

2025

EN
JA
UL
AD
OS

ENJAULADOS

Esta obra es una metáfora profunda del alma cuando habita la Unidad de Psiquiatría.

Nueve bustos se alinean en el interior de una jaula. No son solo figuras: son presencias. Cada uno representa una habitación, una historia detenida en el tiempo, un cuerpo que respira mientras dentro algo duele y se transforma. En esa jaula no hay barrotes de hierro, sino de miedo, de angustia, de silencio. Es el encierro invisible que no siempre se ve desde fuera, pero que dentro pesa como una losa.

Y fuera... **Roto**.

No lleva un nombre por azar. **Roto** es la escultura que habita el después. Es lo que queda cuando la puerta del hospital se abre hacia la calle. Es el espejo en el que nos miramos cuando ya no hay batas blancas ni pastillas a las horas en punto.

Roto está compuesto por fragmentos. Trozos pegados con esfuerzo, a veces torcidos, otras con huecos que nadie supo llenar. Representa ese momento en que tratamos de recomponernos, de encajar las piezas aunque ya no seamos los mismos. Y no, no todos los pedazos regresan. Algunos se quedaron por el camino: en una lágrima que nadie vio, en una conversación sin final, en una mirada que pedía ayuda.

Roto no busca compasión. Solo verdad.

Nos recuerda que salir no siempre es sinónimo de estar bien. Que sanar, muchas veces, es aprender a caminar con lo que duele sin que nos arrastre.

Que ser humanos también es romperse... y, aun así, seguir.







**Exposición en “Casa del Rey”
Arganda del Rey. Madrid. España.
Junio 2025**



NO ESTAR

Cuerdo

NO ESTAR CUERDO

Todos tenemos unos sueños que aspiramos a cumplir y estos en momentos se frustran y no llegan y tenemos que cambiarlos y modificarlos.



TRAS TOR NA DO

Agobio. atrapado. falta de libertad por la contención, ausencia de poder sobre tí. pierdes la cordura, pierdes la libertad. Estás asustado, luchas contra tí mismo y se te aísla.



PUTA
LOCA

PUTA LOCA

Puta Loca que se quiere mostrar como es. Todos forman parte de un planeta formado por cosas tan diferentes que pueden generar sensación de que por ello es malo. La mujer “Histeria” de la historia.



ANSIOSO

ANS IOSO

Ansiedad de
plasmar el arte que
lleva dentro. Pros y
contras de la vida.
Miedo a
enfrentarse al
mundo porque no
sabes lo que hay
más allá.



ME DAS MIEDO

**Cuando la vida duele,
quieres vivir pero te
cuesta.**



NOR MAL

Somos como una
cebra. Quizás
tengamos distintos
patrones de rayas,
pero no por ello
dejamos de ser todos
lo mismo.



BIPOLAR

Todos en nuestra
vida somos
BIPOLARES para
nosotros. El planeta
tierra ha pasado
diferentes fases que
forman parte del
todo. Ha sufrido
varias etapas en su
formación trastorno
de identidad
disociativa.



Diagnostico Medico
Todos Estemos
LOCOS

No hay dos personas iguales. Lo diferente asusta. Normalidad, nadie es perfecto. No hay un ideal de persona cuerda. Todos estamos incompletos.

LOCOS



INTE RE SA NTE

Libertad recogida. El
hombre viviendo en el
mundo. Todos conviviendo
juntos, el caos de la
libertad. Parte de un
ecosistema complejo todos
luchando por vivir.



RO TO

Todo encaja si le
brindas la
atención y el
cuidado
necesario.



Experiencias
Vividas



“Falta de visibilidad a los problemas de salud mental en la sociedad”

Del 23 de junio
al 6 de julio de 2025

Centro Cultural Casa del Rey

Arganda del Rey

De lunes a viernes de 18:00 a 21:00 h
Domingos y festivos de 11:00 a 14:00h
y de 18:00 a 21:00 h

LA NOCHE OSCURA DEL ALMA

Donde el arte se convierte en la voz de la **Salud Mental**
a través de **esculturas** que dan forma a emociones silenciadas

Comisariado por **Jaime Bernal**
Autores: **pacientes** de Salud Mental

“Libertad
recogida. El
hombre
viviendo en el
mundo. Todos
conviviendo
juntos, el caos
de la libertad.
Parte de un
ecosistema
complejo
todos
luchando por
vivir”.



Del 23 de junio
al 6 de julio de

Centro

al Casa del Doj
Arganda del Rey
del centro de salud y de la
y de agosto a 2021

LA NOCHE OSCURA

DEL

Nunca dejes de Brillar
como la estrella que eres

"BRILLA"



**“Los sentimientos que me
transmite.”**



“Liberación
a través
del
arte”



“El arte es una forma
fantástica de expresar y
transmitir”



**“Todos pasamos por este
proceso, no siempre nos
sentimos bien”**



**“Cuidado
personal”**



**“Todo el mundo tiene su
arte. Lo único que hay
que hacer es sacarlo a la
luz con lo que cada uno
siente”**



Proyecto realizado con y desde el Corazón

Este proyecto se realizó con el apoyo de la Fundación de las Artes y las Letras de la Universidad de Zaragoza, el Ayuntamiento de Zaragoza y el Gobierno de Aragón. El proyecto se desarrolló en el marco del programa de actividades culturales de la Universidad de Zaragoza, con el objetivo de promover la cultura y el arte en la ciudad de Zaragoza.

El proyecto se desarrolló en el marco del programa de actividades culturales de la Universidad de Zaragoza, con el objetivo de promover la cultura y el arte en la ciudad de Zaragoza.

**“Un corazón
rodeado
de más
CORAZONES”**



“Recorrido
emocional”







Del 22 de junio
al 6 de julio de 2025

Centre Cultural Casa del Rey
Arganda del Rey

LA NOCHE OSCURA DEL ALMA

Dirigida por Pedro Alarcón en el marco de la Sesión Especial
a beneficio de la Asociación de Amigos del Hospital de Arganda del Rey

Compañía de teatro independiente





**Diario de
ARGANDA**



www.diariodearganda.es



"La noche oscura del alma": el arte como vehículo para visibilizar la salud mental en Arganda

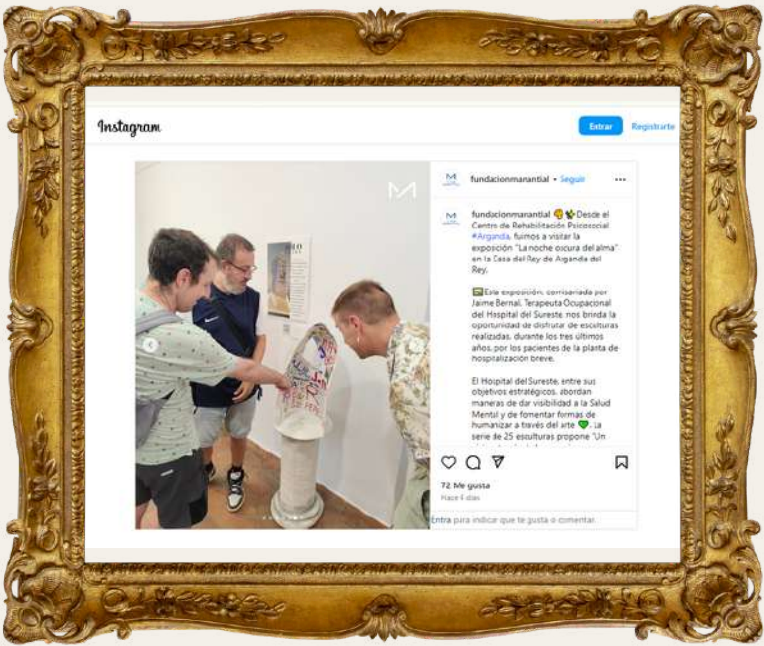
Óscar Rubio | Jun 23, 2025



Inauguración de la exposición 'La noche oscura del alma' (foto: Diario de Arganda)



FUNDACIÓN
MANANTIAL



Instagram

Estar Registrarte

fundacionmarantial • Seguir



fundacionmarantial Desde el Centro de Rehabilitación Psicocecial #Argenda, fuimos a visitar la exposición "La noche oscura del alma" en la Casa del Rey de Argenda del Rey.

Este exposición, coordinada por Jaime Bernal, Terapeuta Ocupacional del Hospital del Sureste nos brinda la oportunidad de disfrutar de esculturas realizadas, durante los tres últimos años, por los pacientes de la planta de hospitalización breve.

El Hospital del Sureste, entre sus objetivos estratégicos, aborda maneras de dar visibilidad a la Salud Mental y de fomentar formas de humanizar a través del arte. La serie de 25 esculturas propone "Un

72 Me gusta

Hace 4 días

Entrar para indicar que te gusta o comentar.



Universidad
Rey Juan Carlos







**ARGANDA
DEL REY**
AYUNTAMIENTO



ayto.arg... y educacion_cultura...
Audio original

ayto.arganda 📍 Inauguramos la exposición *La noche oscura del alma* en la Casa del Ray de Arganda. Una muestra única realizada por los pacientes de la unidad de Salud Mental del Hospital del Sureste y comisariada por el terapeuta ocupacional Jaime Bernal.

La muestra se podrá visitar del 23 de junio al 6 de julio de lunes a sábado de 10 a 21 horas. Domingos y festivos de 11 a 14 horas y de 10 a 21 horas.

2 sem

📍

📍

198 Me gusta

23 de junio

Entra para indicar que te gusta o comentar.



“El arte
de sanar
desde
el corazón.”

“Este proyecto ha sido mucho más que una intervención terapéutica, ha sido un viaje profundo por las emociones, tanto para los pacientes como para nosotros como terapeutas ocupacionales.

Cada obra fue una parada en ese recorrido emocional, un acto de valentía y expresión.

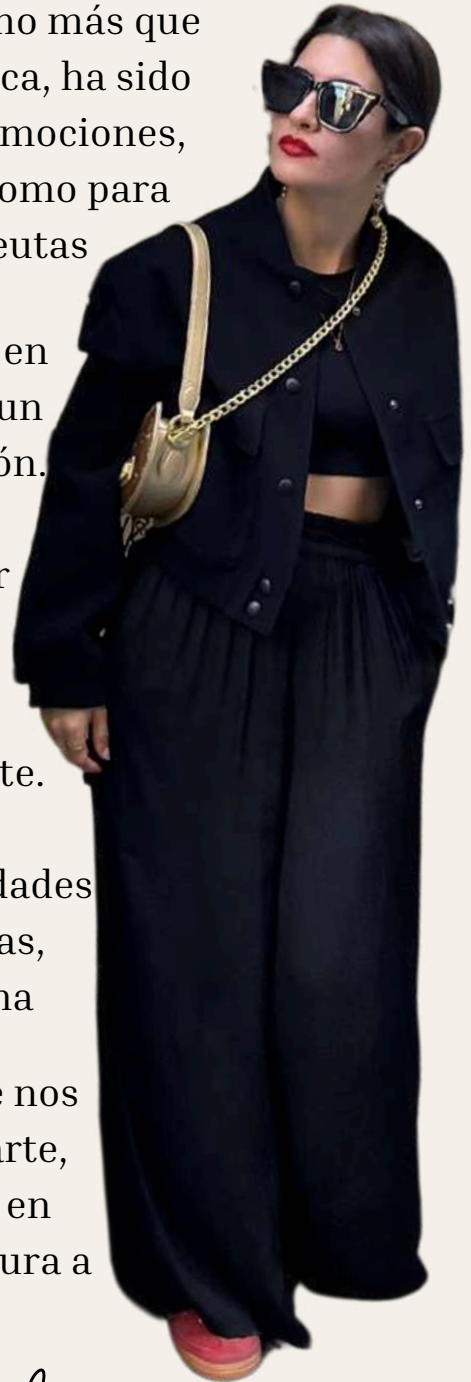
Sentimos cómo esas esculturas hablaban por todos y para todos.

El apoyo recibido nos conmovió profundamente.

Este proyecto no solo ha dado visibilidad a realidades muchas veces silenciadas, sino que también nos ha transformado.

Acompañar este viaje nos ha recordado que el arte, cuando se convierte en terapia, también nos cura a nosotros.”

Lucía y Jaime



Este libro es un viaje al corazón de la vulnerabilidad humana. A través de esculturas creadas por personas que han atravesado su propia "noche oscura del alma", descubrimos rostros que hablan sin palabras y emociones que nos tocan profundamente. Cada busto es un reflejo sincero del alma, un testimonio de lucha, de arte y de esperanza. Una obra que nos invita a mirar con empatía y reconocer que, en algún momento, todos podemos ser ese rostro.

