

Descripción del curso o taller: Memoria, Cotidianidad y Resiliencia

***“Si cambiamos nuestra actitud hacia la salud mental, cambiamos el mundo.
Es hora de pasar a la acción en favor de la salud mental”
António Guterres, 2018
Secretario General de Naciones Unidas***

La resiliencia se define como la capacidad para adaptarse frente a situaciones adversas con resultados positivos o sino, logrando salir aun más fortalecido. Un ejemplo es la planta del bambú, que a pesar de los vientos fuertes a los que se expone, regresa a su estado natural sin romperse.

Este taller aborda esencialmente el tema de la resiliencia, que es importante y sobretodo actual por la cantidad de duelos que estamos atravesando a partir del Covid19. Creo que la participación en este taller sobre la práctica misma de la resiliencia, abrirá consciencia de nuevos caminos rescatando la fuerza interior y creativa de cada participante. Este taller esta inspirado y alineado con la agenda 2030 de la UNESCO donde se destacan cómo actividades sugeridas talleres sobre resiliencia.

Es además un taller teórico-práctico; teórico, porque al principio de cada sesión aprendemos un poco de historia del arte y/o el recuento

de la historia de algún(a) artista que haya sido resiliente a pesar de las circunstancias en su vida, y práctico, porque el participante creará obras aprendiendo la habilidad misma de ser resiliente.

Por mi parte, gracias al arte, he superado con resiliencia los desafíos a los que me ha invitado la vida. Mi proceso creativo está muy entrelazado con la construcción y "deconstrucción" de uno mismo. Si quiero reinventarme, también necesito "deconstruirme" (Deconstruir es un término del filósofo francés Derrida donde se analiza y se replantea el fondo sin destruirlo). Así, me he reintegrado de cuatro crisis desde que fui diagnosticada Bipolar. Después de tantos años, he aprendido a reconocer la enfermedad como una bendición. Todo buen artista se descubre a sí mismo a través de su propia creatividad, aceptándose y reinventándose en todas y cada una de sus épocas de vida. Este proceso resiliente, si bien me ha ayudado a confrontar mis creencias, recuerdos, sueños, también ha sido apoyo para superar adversidades.

Mi propósito es entranar la esperanza y motivar la superación de las dificultades. Es mas, una parte importante de ser resiliente es compartir conocimiento, sabiduría, experiencia. Entonces me gustaría compartir mi propia experiencia y transmitir mi proceso creativo a

través de este taller de arte que conduce tanto a la resiliencia como al camino de recuperación.

El taller también se sustenta en la premisa de que los recuerdos de un evento significativo nos persiguen a lo largo de nuestra vida para ser reconocidos, honrados y resignificados. En el caso específico de los bipolares, casi siempre existe un evento traumático que detona la manifestación de la enfermedad. Se trata de un proceso largo, pero aun así la memoria nos ayuda a darle un lugar particular en nuestra historia y con ello una presencia a nivel consiente para desde ahí, integrarlo a ella.

Tanto la memoria como la resiliencia son parte de mi proceso creativo y de mi propuesta como artista. Dibujo y pinto para luego “deconstruirlo”. Busco con los retazos, reinventar un nuevo espacio pictórico a través del uso del collage; a través de la contraposición de diferentes momentos y memorias que ocurre al entrar a espacios de introspección, me permite la construcción de nuevos significados. Es a partir del uso de lo roto que reestructuro los pedazos, o mis memorias, en una nueva secuencia y equilibrio.

El taller se propondrá en diferentes foros tanto públicos como privados, y en fundaciones a favor de la salud mental. El taller está dirigido a adolescentes y adultos a partir de los 16 años. Es para personas que siempre han sido muy sensibles a los acontecimientos de

su vida o que hayan vivido alguna pérdida importante ya sea económica, familiar, o en forma de proyecto. Parte esencial del proceso al que se van a enfrentar es el reconocimiento de la pérdida. Aunque la idea del taller es reconfortar, también y principalmente es superar desde el fondo, llamando a la fuerza interior y creativa de cada uno.

A los participantes se les pedirá económicamente lo que las mismas instituciones nos requieran, y si no es el caso, se les pedirá una cuota mínima de recuperación para poder continuar con el proyecto y seguir beneficiando a otros. También se incluirá un proceso de selección de becas para aquellos que no puedan afrontarlo económicamente.

Ruta de trabajo y metodología

El taller se basa en la filosofía de Deconstrucción de Jack Derrida, donde el estudiante y el docente a partir de un acto de absoluta humildad permite “deconstruir, no destruir, pues al destruir, perdemos forma y fondo, mientras que al deconstruir, ganamos nuevas formas al revisar y replantear el fondo.”

Se busca generar resignificados de memorias, ideas, o emociones. También busca activar un proceso creativo de retomar materiales que se consideran simbólicamente del pasado para generar algo nuevo en el presente. El taller encamina al participante a integrar su pasado reutilizando memorias para dignificarlas y darles un nuevo contexto. Así la resignificación abre caminos y nuevas formas de verse a uno mismo y su propia vida.

Es entonces que a través de este taller propongo el uso de la creatividad para forjar la habilidad de la resiliencia a través de la búsqueda del fondo o el análisis de la verdad en los recuerdos recurrentes que finalmente es metaforizada a través del material y la obra que el participante crea.

Cada sesión respetará la siguiente estructura:

1. Presentación del artista o época dentro de la historia del arte con diapositivas que ayuden a entender la actividad a realizar.
2. Reglas e Instrucciones para la actividad
3. Breve Meditación
4. Calentamiento
5. Actividad

6. Mostrar la obra de cada quien y platicar sobre que ven sus compañeros
7. Conclusión, cerrar con algún aprendizaje sobre la sesión recibido del grupo.

Temario por sesión (8 sesiones en total)

1. Introducción a la Resiliencia y Cotidianidad.

Artista o época: Gabriel Orozco y su caja de zapatos. Arte conceptual.

Objetivo: Introducción al taller y al termino de resiliencia. Reconsiderar el significado de los objetos cotidianos en nuestra vida a través de ejemplos de diferentes artistas conceptuales uno de ellos es Gabriel Orozco.

Escribir sobre diferentes objetos de la cotidianidad, dibujarlos, pintarlos para después recortarlos y darles un nuevo contexto o espacio ya preparado previamente.

Pedir al participante: Coleccionar papel de colores que signifique algo o sea interesante para él para usarlo en las siguientes 7 sesiones, meterlos en una caja.

Técnica: Lápiz, Sharpies, acuarela, collage (papeles varios, Resistol).

2. Naturaleza Muerta y Viva

Artista o época: Braque y sus collage, época cubista + Matisse y sus recortes

Objetivo: Realizar dos collages sobre objetos. Uno a partir de la memoria con objetos y recuerdos del pasado y otro con objetos en el presente que le serán presentados en clase. La idea es darles vida a los objetos que nos recuerdan a alguien o algún momento en el pasado, pero también transmitir alguna memoria o emoción a los objetos en la clase presentes.

Técnica: Lápiz, Sharpies, acuarela, collage (papeles varios, Resistol).

3. Paisaje: Un Paisaje con Toque de Esperanza.

Artista o época: William Turner y Romanticismo

Objetivo: Retomar aquellas características que encontrabas en ti que te llevaron al plan de vida al que te encuentras hoy. Reencontrar tus sueños y darles una nueva visión a través de un paisaje.

Definir 3 características que tienes hoy con ciertos colores meterlos en el agua de tu paisaje. Ahora qué quieres reflejar? Dale un color a otras 3 características que quisieras encontrar en ti y que quisieras reflejar.

Técnica: Lápiz, Sharpies, acuarela, collage (papeles varios, Resistol).

4. Diseña un Nuevo Autorretrato.

Artista o época : La épocas de Picasso y sus retratos

Objetivo: Reconocer la versatilidad de nuestros sentimientos y emociones y redefinirse con ciertas características positivas en un nuevo autorretrato. Reconocer las diferentes épocas de vida en uno mismo y ponerles color.

Técnica: Lápiz, Sharpies, acuarela, collage (papeles varios, Resistol).

5. Encuentra tu Casa

Artista o época: Edward Hopper: Realismo Americano

Objetivo: Dibujar tu casa y sus objetos con alguna escena que transmita la emoción que existe en ella. Dibujar ahora una casa y sus objetos con el sentimiento que te gustaría encontrarla.

Técnica: Lápiz, Sharpies, acuarela, collage (papeles varios, Resistol).

6. Un Canal hacia tu Héroe Interior.

Artista o época: Stan Lee y sus cómics.

Objetivo: Crear y escribir la historia de un héroe en plena Juventud pero también en alguna Pausa, y si éste resurge o no. Diseñar y dibujar tu propio héroe.

Escribir ciertas características, elementos y poderes que son parte del héroe. Darle un nombre que envuelva su concepto. Después darle color según el concepto y reflejarlo todo en un dibujo.

Técnica: Lápiz, Sharpies, acuarela, collage (papeles varios, Resistol).

7. El Inconsciente y sus bondades

Artista o época: René Magritte y el Surrealismo

Objetivo: Usar el inconsciente y la escritura automática como inspiración o un método de creatividad para crear una obra personal.

Técnica: Sharpies, acuarela, collage (papeles varios, Resistol).

8. Memoria y Resiliencia.

Artista o época: Kurt Schwitters

Objetivo: Provocar recuerdos a través del dibujos rítmicos, después desgarrar esos dibujos y usarlos junto con todo el papel que sobró durante las 7 sesiones anteriores. Crear varias obras abstractas según sus recuerdos.

Técnica: Lápiz o carboncillo, acuarela, collage (papeles varios, Resistol).

Material solicitado a usuarios:

1. Block de hojas blancas
2. Block Marquilla
3. Block de cartulinas de colores
4. Lápices de colores de acuarela
5. Lápices y/o carboncillo
6. Sharpies negros y de colores
7. Acuarelas,
8. Pinceles
9. Papel de china de varios colores
10. Traer de casa papeles de colores que encuentren que les parezca interesantes para sus collage, recuerdos, fotos, etc...
11. Resistol blanco
12. Caja para guardar papel rasgado durante el curso