



MAPEOS CORPORALES DE LA VEJEZ:
MUJER Y CUERPO RESILIENTE

Laura Camila Muñoz Pérez

MAPEOS CORPORALES DE LA VEJEZ: MUJER Y CUERPO RESILIENTE

Laura Camila Muñoz Pérez

Directora:
Andrea Karina García

Diálogo: Arte, ética y política

Maestría en Arte, Educación y Cultura
Facultad de bellas artes
Universidad Pedagógica Nacional

Bogotá D.C., Colombia

Diseño:
Eimy Gisela Soto



2023

AGRADECIMIENTOS

A las personas mayores quienes han sido mi fuente de inspiración y sabiduría en este viaje, les dedico con gratitud este trabajo de grado. Sus experiencias de vida y pasión por las artes han enriquecido profundamente mi enseñanza y aprendizaje.

A mi amada familia, mi refugio y apoyo inquebrantable a lo largo de este camino. Su paciencia, comprensión y amor han sido el motor que me impulsó a alcanzar este logro.

A la maestra Karina García que con sabiduría, dedicación y aliento guio mis pasos.

A mis amigas y amigos y a todas las personas que brindaron su apoyo.

A mi alma mater la Universidad Pedagógica Nacional, a la Maestría y a los/las docentes que me brindaron un camino de crecimiento.



Imagen 1. Mapa para caminar entre trayectos. Ilustración digital, Laura Muñoz, 2024

MAPA PARA CAMINAR ENTRE TRAYECTOS

A continuación, usted iniciará un recorrido en donde encontrará tres trayectos (libros).

A lo largo de este camino, quiero invitarle a explorar, encontrar y habitar la intersección de la vejez/cuerpo como un viaje único y significativo. Cada página es un recordatorio de que el envejecimiento es una etapa enriquecedora de la vida, llena de historias valiosas y que el cuerpo, es una fuente inagotable de inspiración, experiencia y reflexión artística. Mientras avanza, encontrará el retrato, aquél que traza simbólica y vivencialmente los caminos del tiempo, la reciprocidad, la narrativa y por tanto la belleza en este viaje vital.

- **Primer trayecto:** Inquietud ante el paso del tiempo.

Se encuentra el inicio, la perspectiva, la intención y los antecedentes de este viaje investigativo.

- **Segundo trayecto:** Entendiendo las líneas naturales del cuerpo.

Se sitúan la metodología, los diálogos con autores y las diferentes perspectivas teóricas que acompañan el viaje investigativo.

- **Tercer trayecto:** Mapeando el cuerpo.

Se recogen narrativas, mapeos corporales de las personas mayores, formalización en retratos y hallazgos del viaje.

01

TRAYECTO:

Inquietudes ante
el paso del
tiempo

| | |
|--|----|
| El punto de partida..... | 13 |
| El lugar de la indagación..... | 18 |
| El porqué de este andar..... | 27 |
| En busca de otros viajes que contienen pasos similares..... | 33 |
| Referentes del trayecto andado..... | 51 |

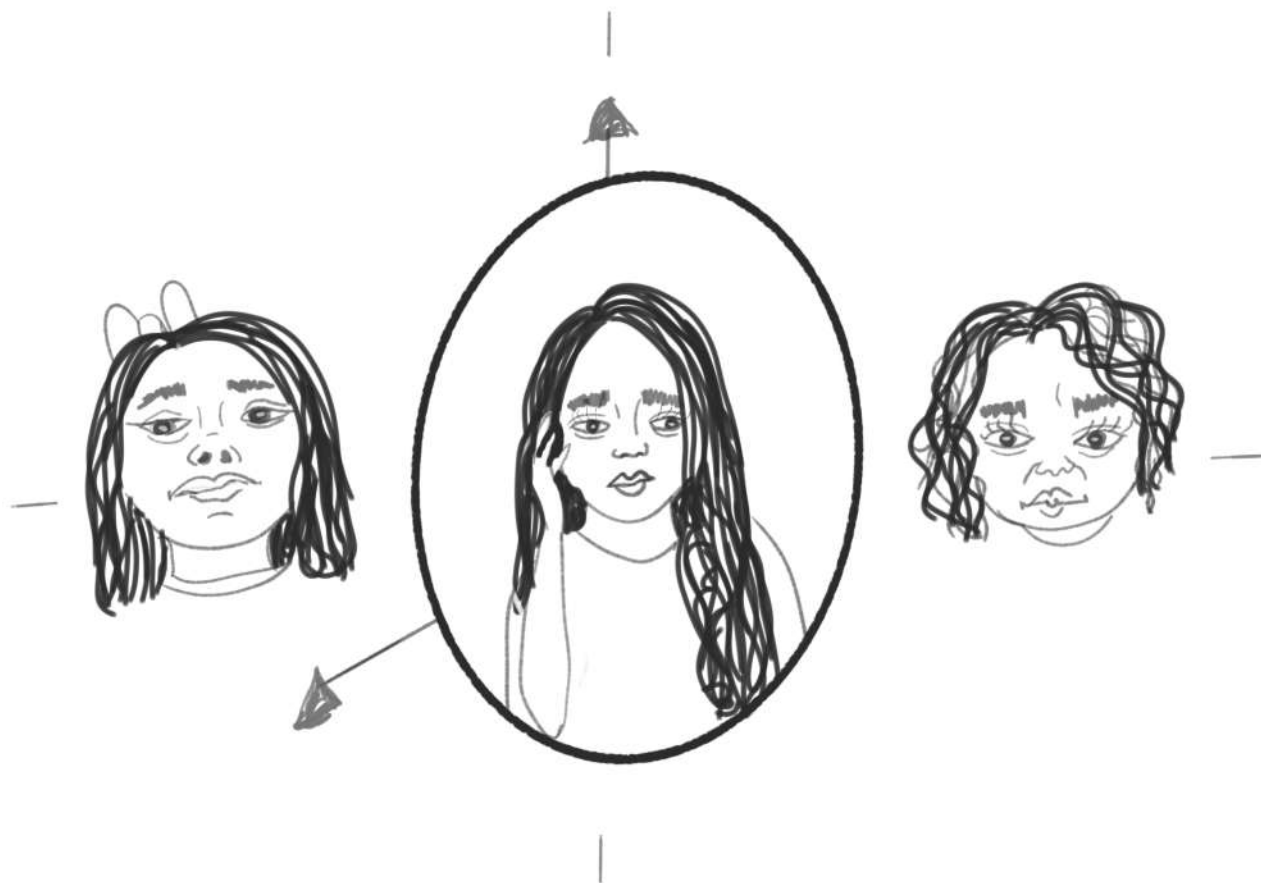


Imagen 2. Inquietud ante el paso del tiempo. Ilustración digital, Laura Muñoz, 2024.

RUTA DE IMÁGENES

- Imagen 1. Mapa para caminar entre trayectos.....6
- Imagen 2. Inquietud ante el paso del tiempo.....10
- Imagen 3. El punto de partida.....12
- Imagen 4. Viaje.....26
- Imagen 5. Pasos similares.....32
- Imagen 6. Me llamo flor.....34
- Imagen 7. Manos.....35
- Imagen 8. Cartografía de una ausencia.....38
- Imagen 9. Palabras de un rosal.....39
- Imagen 10. Signos cardinales.....40
- Imagen 11. El cuerpo en la geografía de una memoria.....42
- Imagen 12. Cartografías del rostro.....44
- Imagen 13. Ellas - ellos parte I conocidos.....46



Imagen 3. El punto de partida. Ilustración digital, Laura Muñoz, 2024.

EL PUNTO DE PARTIDA

Y entonces, ¿qué es la vejez...?

La vejez es una etapa donde empieza el tiempo a contarte las historias del pasado, es como un espejo que ahora nos mira.

Sin duda, es una etapa que está compuesta por cambios físicos, emocionales y sociales significativos. Cambios que trae la vida... eso que llaman cúmulo de experiencias.

Etapa que muchas veces se ignora o pasa a segundo plano en un mundo funcional, donde la vejez se asocia con inactividad y decadencia. Como si la vida en ese punto ya encontrara su fin, sin propósito.

Empiezo el tránsito como autora de esta indagación, creyendo que las personas mayores son sinónimo de memorias e historias, sabiduría, vida, risas, aprendizajes y huellas, más allá de considerarlas como un segmento dependiente y sin valor, en esta sociedad de consumo.

Ellas, son los trazos y recuerdos en los caminos del tiempo que en la piel empiezan a aparecer. Son el lugar de reconciliación, de vivencias que hay que situar, recordar, revivir, honrar y sanar.

Es por esto, que mi interés investigativo nace y se arraiga en preguntas por el cuerpo, las narrativas, el dibujo y la vejez. Ámbitos que, a lo largo de mi vida, se han convertido en huellas que hablan de lo que somos. De un nosotros.

Las huellas son las señales de un cuerpo, aquel que caminó y que guarda miles de experiencias. Rastro de vida, registro, interacción e identidad. Así mismo, son información reflejada en la piel, en el cuerpo. Cicatrices, lunares, líneas de expresión, colores, gestos y palabras. Las huellas, son como un índice de la vida.

Ahora, estas huellas cobran vida cuando se rememora y se formalizan, dibujan o narran momentos vividos. La remembranza se visualiza y se siente en el cuerpo. La imagen del recuerdo se acompaña de pensamiento y sentir al tiempo. Todo se involucra de una manera directa con la historia. La imagen se sitúa en el cuerpo y es el cuerpo a la vez.

Cuando hablo de situar, me refiero a ponerlo colocar en un sitio cierto momento, cosa u objeto, atraparlo, ubicarlo, traerlo al presente,

como una imagen, como un relato o como ambos en reciprocidad. Al hablar de sitio, quiero decir porción de espacio-lugar donde se sitúa ahora ese relato, es decir, el cuerpo. Volviéndolo a la experiencia¹ en un senti/corpo/pensar² vivido. Mientras lo ubico en el cuerpo, mi cuerpo lo vive. Lo vivimos.

Para situar estos momentos, hay que moverse, encontrarse, sentirse y pensarse, mediante un flujo sensible de memorias que van trazando un camino. Es, habitar la huella y ubicarla desde y en el cuerpo como si fuera un mapa.

Es aquí, donde esta investigación se instala. En el suceso y el recuerdo, en el situar, el mapear y en el intercambio sensible formalizado en un retrato. En una co-creación.

Para ubicarles mejor, hablo de encuentros sensibles que permiten situar las diferentes memorias de adultas mayores. Hablo de crear, ilustrar y retratar como mapa ese momento. Hablo de recordar, traer experiencias y vivenciarlas, entendiendo el cuerpo como un archivo vivo que cada persona habita y rehabela.

Hablo de propiciar un momento donde la adulta mayor esté presente y viva, reconociendo lo mucho que tiene para contar/me/se.

Quiero mencionar, además, que mi interés con esta población nace a partir de los momentos vividos con un grupo de personas mayores en mi ámbito laboral. Su día a día y las formas en cómo se relacionaban, me hicieron preguntarme por sus cuerpos invisibilizados, olvidados y estereotipados; en específico, el de las mujeres adultas quienes, al día de hoy, se preguntan por su bienestar, cambios corporales y propósitos en la vida. Mi interés se devela entonces, en diferentes preguntas sobre el cuerpo, sobre los procesos de memoria, las personas, la creación con el otro y sobre la vejez, pensando en la necesidad de propiciar con ellas un encuentro con su yo interior y su cuerpo.

¹La experiencia encarnada es el sustrato para abordar la participación humana en el mundo, por sus experiencias perceptuales y por los modos de presencia y relación con él. (Castro, J., & Cynthia, F., 2014, p.181).

² En el acto de conocer la realidad, se destaca la interconexión entre pensamientos, acciones, emociones, sentimientos, deseos y afectos. La totalidad humana se expresa en una dinámica procesal que se manifiesta en acciones y conversaciones internas y externas (nuestro adentro y nuestro afuera). La propuesta de "senti-corpo-pensar" implica una comprensión más profunda del ser humano en su integridad, reconociendo la inseparabilidad de pensamiento y emoción es/desde un cuerpo. Es acoger el concepto de "sentipensar", acuñado por S. de la Torre (2001), el cual representa un proceso de fusión e integración entre el pensamiento y el sentimiento la cual implica la convergencia de dos formas de interpretar la realidad: la reflexión y el impacto emocional, culminando en un acto de conocimiento que es la acción de sentir y pensar simultáneamente. El "sentipensar" entonces, se considera como la conjunción de dos funciones de un mismo sistema: la emocional y la cognitiva. Aquellas que se habitan en el cuerpo como existencia de la persona.

Durante mi proceso académico y de vida, he pensado que estudiar las artes en articulación con las pedagogías, desarrolla un diálogo que se nutre en constancia, sobre todo si se construye desde la comunidad. Las artes y la educación me han permitido llegar a ser más que maestra, una compañera de escucha y de propuestas que encaminan el valor de la vida. En esa vía, la vejez ha sido un punto de partida que me ha permeado durante los últimos tres años, ya que he trabajado con esta población desde la educación artística de manera importante. En las personas mayores encuentro amigos, recuerdos, familias, semejanzas con mis abuelos, crianzas y territorios. Memorias y saberes. Historias que conjugan lo que somos hoy en día. Lo que ellos han construido y llegado a ser.

Ahora, en mi recorrido con adultas mayores, reconozco la necesidad de movilizar experiencias sensibles en aras de posibilitarles un espacio de percepción, creación, reconocimiento, amor, bienestar y vida, enlazando la memoria, el cuerpo y el arte. Es aquí, donde empiezo a reconocer el vínculo entre el retrato, el relato y el mapeo como maneras para mediar y situar estas experiencias. Momentos donde ellas y yo, estemos construyendo intersensibilidades en pro de reencontrar/se/nos.

Este trayecto sigue su camino, y va formalizando una indagación donde el cuerpo relata, mientras se reencuentra. Un intercambio sensible donde el retrato media la experiencia como posibilidad de sentir y pensar el recuerdo, siendo a su vez, la formalización final de una co-creación que sitúa simbólicamente las memorias de las adultas mayores como representación de su reencuentro, es decir, como mapeos corporales personales. Retrato como mapeo. Retrato como experiencia. Retrato como co-creación sensible.

En vía de profundizar lo anterior, inicia esta investigación. Este viaje.

El lector/a tendrá la posibilidad de caminar por tres trayectos como lo mencioné al inicio.

El primero donde expongo, cómo nace el interés por el encuentro del cuerpo-retrato-recuerdo-experiencia con las adultas mayores. Libro que dimensiona la indagación y justifica el porqué de este andar desde las artes, la educación, la cultura en relación con lo político y lo ético. Al ser un viaje investigativo, también planteo las intenciones que trazan los direccionamientos a donde quiero llegar y reflexionar. A su vez, abordo experiencias que contienen pasos similares, es decir, artistas e

investigadores que han realizado viajes semejantes, prácticas que anteceden esta investigación.

En el segundo trayecto (libro) reúno perspectivas teóricas y metodológicas que apoyan mis argumentos en la investigación. Allí, realizo un diálogo con autores y autoras que desarrollan conceptos como vejez, cuerpo, retrato y memoria. Así mismo, explico las metodologías que utilizo para constituir este viaje. Aquellas que me permiten reunir diferentes pasos de acción en este recorrido, cobijándome desde un lugar de enunciación: la investigación basada en las artes y la artografía.

En el tercer y último trayecto (libro), se pone en evidencia la experiencia sensible, se revelan los mapeos corporales de las mujeres adultas mayores que me acompañan en cada paso, se exterioriza el retrato. Hallazgos y reflexiones donde expongo mi sentir. Nuestro sentir. Nuestra co-creación.

EL LUGAR DE LA INDAGACIÓN

Hablar de la vejez, es reconocer un cuerpo que ha vivido durante muchos años una serie de experiencias. Es el centro, particularidad y apertura de un mundo, de una historia y de un saber. En palabras de Suaya (2015), la vejez se centra en un cuerpo lleno de experiencias que cambia según el mundo que lo rodea y solicita. En esa vía, como ciclo de transformación Inevitable, la vejez es una etapa de la vida humana que se desarrolla atendiendo a su contexto, tránsitos socioeconómicos y ámbitos de experiencia. La vejez como manifestación de un medio y reflexión de un camino. Es el cuerpo archivo.

Desde otra perspectiva, la vejez está en la edad (de sesenta años³ en adelante). Estado de vida que conlleva cambios físicos, psicológicos y biológicos. Lugar en la línea de tiempo que se enmarca en el envejecimiento, atendiendo a una variedad de factores, como la genética, el estilo de vida y las circunstancias individuales. Es la salud, la funcionalidad, la operatividad en declive. Es el cuerpo en ocaso.

Estas perspectivas y otras me ubican en mi ámbito laboral. El trabajar con población de personas mayores, me ha permitido darme cuenta que los adultos tienen estados y comportamientos muy diferentes al envejecer. Algunos de ellos viven su vejez de forma tranquila y feliz, y en otros casos, reprochan su pasado y se juzgan por estar así, viejos, achacosos. Otros son impetuosos. Otras están enamoradas.

Cada uno viviendo y reviviendo su historia.

³Según la política pública nacional colombiana de envejecimiento y vejez de 2022, una persona mayor es una persona de 60 años de edad o más.

Ahora, hay algo que tienen en común, son personas que están relacionadas con los consejos, los aprendizajes, con los saberes y con la experiencia.

Este tránsito nace desde la experiencia docente que tuve en un hogar geriátrico en Zipaquirá. Un sitio que resguarda a doscientas personas mayores, muchos de ellos en situación de vulnerabilidad y discapacidad. Este lugar me generaba muchos cuestionamientos. Por ejemplo, ¿por qué existen estos lugares? Es decir, por qué se ven tantas personas “olvidadas” en un lugar con energía inhóspita y por qué, hay tantos “viejos” allí resguardados sin poder salir⁴, asumiendo una rutina tediosa todos los días.

Debo decir, que este ambiente era algo nuevo para mí. No había tenido antes un acercamiento como docente con personas mayores. A esto se le añade que crecí con la ausencia de mis abuelos paternos y maternos, por tanto, no había visto la dimensión de los aspectos que conllevan envejecer y ser viejo.

Cuando llegué a laborar en el hogar, me di cuenta que los días para las personas mayores eran rutinarios (levantarse, bañarse, desayunar, esperar, almorzar, aguardar, quedarse dormidos, cenar e irse a acostar), a su vez existía una sensación de encierro en el lugar, esta sensación no la sentían solo los ancianos sino también el personal que laboraba allí. Las consecuencias de la rutina y el encierro en las personas promueven a un deterioro físico y psicológico, por ejemplo, el aislamiento social llevaba a una sensación de soledad y depresión en las personas mayores. Así mismo, a pesar de que el personal estaba capacitado para realizar diferentes actividades físicas con el objetivo de que las personas mayores estuvieran activas y pudiesen ejercitar su mente y cuerpo, no era suficiente para mantenerse activos/presentes durante el día, pues carecían de autonomía en las decisiones personales y presentaban reducción del sentido de propósito de vida.

⁴ El hogar geriátrico era de funcionamiento las 24 horas del día, los siete días de la semana con categoría de internos.

En ese sentido, muchos de ellos recalcaban la palabra espera, algunos decían que esperaban en este lugar solo para morir, otros esperaban a que la familia los visitara o los llamara, en otros casos no esperaban nada y solo vivían el día sin importar o tener conocimiento en qué día del año se encontraban. Esa espera hace que los adultos pierdan toda conciencia/ser de su cuerpo, es decir, se desconectaban de toda sensación física y de la percepción de su propio cuerpo, como si estuvieran observándolo desde fuera de sí mismos. Esto puede manifestarse como una sensación de despersonalización, donde la persona siente que su cuerpo no le pertenece, o como una disociación más amplia en la que la mente y el cuerpo parecen separados. Un ejemplo de esto era que muchas veces la posición corporal era la misma, como inanimada, la postura con la que iniciaban el día en la silla de ruedas o en la silla del comedor era la misma durante todo el día.

En esa misma vía de lo corporal, el reconocer su imagen en un espejo era una sorpresa, bañarse ya no era asunto de ellos sino de un cuerpo ajeno, alimentarse se disponía como una mera necesidad natural y los bastones, sillas de ruedas y caminadores ahora eran lo que llevaba su cuerpo.

Partiendo de todas las experiencias que las personas mayores vivían en el hogar, empiezo a trazar mi interés por el tema del cuerpo, su resignificado, su habitar y los cuidados en el adulto mayor como lugar significativo.

En consonancia y demarcando significativamente la ruta, otra problemática que visualice dentro del hogar era el rol de la mujer adulta. Particularmente, percibí desigualdad de género. Un ejemplo de ello, era a la hora del almuerzo durante la distribución de puestos en el comedor. Algunas mesas eran solo ocupadas por hombres, qué en una suerte de dominio impedían que cualquier mujer se sentara con ellos. Así mismo, algunas de las mujeres que presentaban discapacidad cognitiva habían sido abusadas sexualmente por adultos mayores del mismo hogar, evidenciado una vulnerabilidad particular. El trato de algunos varones adultos a las mujeres era totalmente deplorable. Las humillaban, ignoraban o arrinconaban en ejercicios de poder masculino colectivo. Eso sin mencionar, las inquietudes psico-corporo-sociales que muchas mujeres enunciaban y transitaban en tanto ya “no eran suficientes”, porque no podían trabajar la tierra, o porque no habían tenido hijos, o porque ya no podían cuidar a su esposo.

Durante el tránsito de varias reflexiones, reconocí que este tipo de inseguridades y cuestionamientos no son solo eran el resultado de dinámicas lamentables dentro del hogar con las adultas mayores. Si no que, estaban intrínsecamente vinculados a las complejas estructuras culturales que rodean a la mujer, adulta mayor en este caso particular en la zona urbano/rural de Zipaquirá.

Avanzo...

Cuando volví a Bogotá, tuve la suerte de seguir mi experiencia laboral con personas mayores de la localidad de Kennedy. La situación cambió de perspectiva en un ochenta por ciento, debido a que mi nuevo empleo implicaba trabajar directamente con la comunidad conociendo el territorio dentro de cinco barrios populares de la localidad. Esto significaba que en la mayoría adultas mayores, recibían clases y talleres artísticos que yo lideraba. El trabajo se realizaba en un espacio comunal, en donde cada una llegaba desde su autonomía y motivación a los encuentros formativos dispuestos por la alcaldía. Durante este tránsito, mi pregunta por el cuerpo se amplificó hacia la experiencia y el arte como posibilitadores. Debo decir desde mi observación, que las percepciones corporales de las mujeres mayores en la ciudad varían significativamente a las que había reconocido en el hogar de cuidado anterior. En Kennedy, muchas mujeres mayores pueden lidiar con los cambios físicos del envejecimiento, enfrentar estereotipos culturales de belleza y preocuparse por la salud, en la medida que su autonomía y cierta independencia, promueven seguridad, un cuidado de sí y un cuidado e intercambio colectivo importante. Por otro lado, las mujeres mayores en el hogar de Zipaquirá carecían de esa fuerza, relacionamiento, apoyo y amistad. Las interacciones sociales eran mínimas y en su mayoría reguladas por el personal. Esto generaba una suerte de aislamiento fortalecido por los parámetros disciplinares que la misma institución establecía (silencio, disciplina y “tranquilidad”). Desde esa reflexión, reconocí la importancia del intercambio, del movimiento, del vínculo y de la palabra.

Ahora, detrás de la palabra viene los relatos. Durante el desarrollo de las clases en la alcaldía, cada mujer encontraba en sus compañeras un lugar fraterno, de amistad y de apoyo. Haciendo de la clase un lugar seguro, ya que mientras creaban con las diferentes técnicas artísticas también creaban lazos mediante anécdotas. Relatos e historias que tejían resonancias y complicidades.

En varias ocasiones visualicé como ellas se sentían en confianza contándose diferentes aspectos de su vida, algunas experiencias y memorias. Entre mujeres entendían los sentimientos expresados en la palabra. Sonreían, se entristecían, daban consejo. Era un momento donde su palabra tenía valor.

Es necesario mencionar, que las señoras que asistían a las clases estaban entre los 58 y 80 años de edad. Los temas que comúnmente compartían trataban de la soledad que sentían en sus casas, de sus parejas, de sus cuerpos, de sus familias y de su vida en general. Las mujeres mayores tenían una necesidad por expresarse, por contar, por manifestarse, por reflexionar sobre su vida y por dejar una enseñanza. Pienso que contar sus historias les daba un lugar de enunciación.

Mi papel como profesora de artes plásticas de mujeres mayores me ha permitido ser testigo de su resiliencia, su gran conocimiento y su capacidad para redescubrir el aprendizaje a lo largo de la vida. A través de la enseñanza recíproca, establecí una conexión única que trasciende los salones, ayudándolas a encontrar confianza, realización, creatividad, expresión y un sentido renovado de empoderamiento. Al tiempo que compartíamos experiencias, su sabiduría me enseñó visuales de vida importantes. Saber generoso que agradezco infinitamente.

Estos encuentros con ellas los celebro y los integro entonces a mi camino de investigación, consolidando el lugar del encuentro y la narrativa en este trayecto que va cruzando caminos.

Recogiendo el trayecto anterior, consolido los intereses que motivan esta investigación. Este viaje.

Para iniciar, reconocer la vejez desde la perspectiva y experiencia de las mujeres mayores se convierte en la posibilidad de valorar su voz, su vivir y por su puesto darle lugar a la escucha. Es tratar de entender la vejez de la mujer como experiencia, más allá de conceptos aislados, posibilitando espacios de relacionamiento, bienestar, expresión y comunicación profundos. Posibilidad que aprovecha esta indagación para crear y disponer una mediación que promueva diálogos los cuales permitan, nos permitan, reencontrar el ser cuerpo como lugar sensible, creativo, reflexivo y vital.

Esta mediación desde mi saber como docente-artista, me arriesgo a estructurarla y explorarla entonces a partir de las artes plásticas puntualmente desde la práctica del retrato. Una práctica que para este viaje considero debe ser sensible, recíproca, co-creativa y narrativa. Una experiencia entre retratista y retratada, la cual busca en lo posible identificar y movilizar sentires, historias y recuerdos, que, como huellas, podremos situar/habitar en el cuerpo mientras nos encontramos.

Es el cuerpo en la vejez como territorio que se mapea. Es el retrato, el tránsito, situaciones y trazo que formaliza este encuentro.

Reafirmando intereses y motivaciones, emprendo este viaje. Esta investigación-creación que quiere poner en diálogo a la adulta mayor, el cuerpo, el retrato, el recuerdo y la experiencia desde varios lugares: desde la vejez como una noción experiencial, desde el retrato como una experiencia recíproca, desde el recuerdo y la narrativa como posibilidad de situar/habitar el ser cuerpo y desde el encuentro sensible como vía para que lo anterior sea posible.

Ahora, como parte del viaje y en relación con todo lo anterior. La investigación parte de cuestionamientos que me ayudan a dar direccionamiento. Quiero presentarles algunos que impulsan el recorrido: ¿Cómo se puede desafiar la estigmatización de la vejez en la sociedad, reconociendo a las personas mayores como portadoras de historias valiosas y sabiduría?, ¿De qué manera la adulta mayor puede valorar y considerar su cuerpo como un archivo vivo de experiencias?, ¿Cómo el narrar/habitar recuerdos/huellas en el cuerpo puede influir en la vivencia de la vejez?, ¿Cuál es la relación fundamental entre la remembranza, la visualización en el cuerpo y la plenitud de la experiencia en la vejez?, ¿Cómo se puede articular el retrato, la narrativa y el mapeo en una mediación dentro de una investigación que busca reconocer y valorar a las personas mayores, proporcionando

un espacio para contar sus historias y sentirse vivas?, ¿Cómo se manifiestan y se abordan los temas de género en el contexto de la vejez, particularmente para mujeres adultas mayores?, ¿Cómo influye el acto de retratar a personas mayores en la revalorización de sus historias y experiencias de vida?, ¿En qué medida el retrato puede servir como medio para situar y formalizar las huellas de la vejez en el cuerpo, creando una representación simbólica de la memoria?, ¿Cuál es el papel del retrato en el reconocimiento y la construcción de la identidad en las mujeres adultas mayores, especialmente cuando se enfrentan a estereotipos culturales y desigualdades de género?, ¿En qué medida las artes y la pedagogía pueden proporcionar un espacio significativo para las personas mayores, movilizando experiencias sensibles y permitiendo la creación y el reconocimiento?, ¿Cuál es el impacto de la relación entre la retratista y las mujeres mayores en el proceso de investigación y creación, y cómo esta relación puede contribuir al empoderamiento y reconocimiento de ambas?

Es de esta manera que se centra la pregunta central de la investigación:

¿Cómo se puede crear una serie de mapas corporales mediante la co-creación de retratos con un grupo de tres mujeres mayores, a partir de encuentros sensibles con el propósito de situar, habitar y explorar sus memorias a través de sus narrativas de vida, y cómo se establece una experiencia recíproca con ellas durante este proceso?

En vía de facilitar un espacio propicio para la expresión y el diálogo creativo, se busca que las tres mujeres mayores participantes transiten y habiten sus propias memorias mediante la narrativa, la representación visual y el mapeo corporal. Este enfoque no solo pretende crear retratos estéticamente significativos, sino también profundizar en la comprensión de las experiencias individuales de las adultas mayores y su proceso de envejecimiento mientras se mapean.

Ahora, la práctica relacional entre ellas y yo se convierte en un medio fundamental para que las narrativas personales se reflejen de manera subjetiva y vivida en el retrato, estableciendo así una conexión íntima entre el retratista y las participantes a lo largo de este viaje. En este contexto de interacción constante, se busca constituir una práctica relacional sólida a lo largo de todo el proceso de creación del retrato. La representación visual, la narrativa y el mapeo corporal se entrelazan entonces como dispositivos que colaboran, nutren y ayudan a transitar la experiencia sensible permitiendo construir significados compartidos y comprender la riqueza y singularidad de la vejez desde la perspectiva única de cada participante.

Debo decir a propósito, que la co-creación sensible se manifiesta no solo en el resultado estético del retrato, sino en el enriquecimiento mutuo que surge del intercambio continuo entre el retratista y las mujeres mayores, consolidando así un espacio reflexivo donde las experiencias individuales son honradas y valoradas desde su declaración.

Viaje que parte de un lugar personal y va para un lugar colectivo.

Viaje que también me da el permiso de escribir/me/les.

Viaje dispuesto a la exploración...

*Los apartados subrayados acentúan los propósitos del presente trabajo de grado.



Imagen 4. Viaje. Ilustración digital, Laura Muñoz, 2024.

EL PORQUÉ DE ESTE ANDAR

Aunque ya mencioné de manera inicial mis motivaciones respecto a esta investigación creación, quisiera para este tránsito profundizar perspectivas que considero importantes a propósito del porqué de este andar.

En el transcurso de la historia, la comprensión y aceptación del cuerpo ha sido un viaje intrincado y personal para muchas mujeres (incluyéndome), y en particular, para aquellas mujeres adultas mayores que deben vivir sorteando estereotipos, construcciones políticas, sociales y culturales que les exigen una manera de ser y hacer en atención a su edad.

Desde esa contención, me arriesgo a desarrollar encuentros sensibles con 3 mujeres mayores, en aras de propiciar un acto de co-creación exploratorio, dinámico y recíproco que fundamentalmente posibilite una experiencia significativa. Aquella que

nos regale la posibilidad de la palabra y la narración, la expresión, el trazo, el sentir y el habitar como mujeres sin miedo, por un momento. Un lugar seguro. Un lugar de presencia y escucha.

Y ¿por qué entender y apreciar el cuerpo como un vehículo/poblador de experiencias, resistencia y resiliencia? Estamos en un momento histórico que más allá del cartesianismo cuerpo/mente, reconoce el cuerpo como la existencia. De esta manera, respondo como artista/docente/investigadora a este momento y reconozco el cuerpo como lugar de nuestro existir, como territorio. Es por eso que todos los haceres de este viaje, lo entienden (o tratan de entender) desde su complejidad y sin fraccionamientos, constituyendo experiencias, mediaciones y reflexiones que de alguna manera atienden a esta complejidad.

Entonces, ¿por qué posibilitar ese reencuentro con nuestro cuerpo? Volverse a encontrar es necesario porque en nosotros está la vida y sus tránsitos como huellas que nos hablan de lo que fuimos y lo que somos. Tanto las líneas de expresión en la piel (físicamente visibles), como los recuerdos más añorados están presentes en nuestro cuerpo en pensamiento y sentir. Rencontrarse es la posibilidad de verse en amplitud, como seres sentí-corporo-pensantes, dejando a un lado la visión de platónica de un cuerpo separado del alma. Es la posibilidad de sentirnos, querernos y apreciarnos más allá de la forma o estructura.

En esa vía, la exploración y relación con sus propios cuerpos que se posibilita en estas tres mujeres mayores puede convertirse en un acto revelador y profundamente humano. A través de sus narrativas de vida, estas mujeres comparten no solo sus vivencias, sino también los matices de cómo sus cuerpos han sido testigos y protagonistas de sus historias. Esto moviliza un reconocimiento de sí mismas, logrando en un momento el sentirse, verse y presenciarse.

Ahora ¿por qué el retrato? El retrato, como una forma visual de expresión, se convierte en el medio a través del cual estas mujeres con líneas de expresión me permiten revelar y formalizar en el trazo, la riqueza de sus vidas y la conexión íntima que han forjado con sus cuerpos a lo largo del tiempo. El retrato es la situación que convoca la narrativa y la escucha. Soy yo con ellas en un diálogo ampliado donde palabra, cuerpo y trazo tejen significados. Así, el retrato se constituye como un medio vital para empoderar, visibilizar y honrar la singularidad de cada mujer mayor, desafiando estereotipos culturales y contribuyendo a la construcción de una narrativa enriquecedora en torno a la vejez.

En atención a esto, el retrato es la posibilidad que tengo también de deconstruir por así decirlo, una técnica de artes plásticas que generalmente es estática, unidireccional y superficial en su práctica. Es la manera de convocar el arte y ampliar sus prácticas en respuesta a intenciones experienciales, abriéndome camino para nuevas perspectivas de co-creación que vinculan propósitos formativos sensibles, de bienestar, de comunidad y de reconfiguración humana.

Sabiendo lo anterior entra el porqué de los mapas corporales en esta indagación. Aquellos que contribuyen definitivamente al reencuentro, en cuanto a que, la persona que se realiza dicho mapeo, se identifica, se expresa y sitúa, a partir de su propia contemplación. Es decir, el mapa corporal es la representación consciente y en algunos casos inconscientes de su propio yo “de su propio cuerpo” (Silva et. al, 2013).

Quizás en algún momento del día tenemos que buscar el reencuentro con nosotros mismos y mapearnos. Es decir, tomarnos un momento para presenciarnos, para contemplarnos, para identificar y situar. Esto talvez, dinamizaría autorreflexiones que pueden comprender nuestras emociones, necesidades y aspiraciones replanteando o consolidando las decisiones de nuestra vida. Mapearse significa resguardarse en su propio habitar, mapearse es identificar y observar el cuerpo, mapearse es cuidar-nos, mapearse permite crear lugares de comprensión y de reconocimiento que posibilita el entendimiento de nosotros.

En esta perspectiva, comprendí que las mujeres mayores encontrarán en el mapeo una práctica integral para explorar, reconocer y valorar la complejidad de su existencia.

De hecho, realizar este reconocimiento de vida mediante mapeos corporales permite a las mujeres mayores observar y destacar las contribuciones únicas (para sí mismas, para su familia y comunidad) que han hecho a lo largo del tiempo, empoderándolas al identificar y valorar sus experiencias. Al mapearse y explorar su historia de vida, al contar con su voz y desarrollar su narrativa, se arroja luz y entendimiento, proporcionando una comprensión más completa de los desafíos y triunfos que han enfrentado. Hallazgo importante para ampliar su autoestima.

Soy consciente de que llego a este momento con varios porqués impulsando mi camino. Un primer trayecto que me ha ayudado a dimensionar e instalar este viaje de investigación-creación orientándose desde la investigación basada en artes y la artografía, ya que en ellas encontré la posibilidad de articular creación, experiencia formativa e indagación. Ámbitos orientadores que abrazan mi narrativa como artista/docente/investigadora y que, para este viaje, se convierten en herramienta y faro para explorar y avanzar posibles.

Para cerrar esta parte.

El viaje emprendido se inserta en un espacio reflexivo donde el arte se entrelaza con la realidad social, específicamente en la resignificación corporal en la vejez. Siguiendo la perspectiva de Ranciere en palabras de Arcos (2009), se destaca la conexión intrínseca entre estética, realidad, política y ética, ya que la indagación reconoce que, las experiencias sensoriales como lugares estéticos tienen un impacto en la percepción general de la sociedad, convirtiéndose en aspectos que también afectan el plano político y ético de las personas. Esta afirmación subraya que la estética no es simplemente una cuestión de apreciación artística, sino que forma parte integral de los aspectos que rigen la sociedad y afectan su sensorium (pág. 140). La investigación-creación propuesta, al abordar la vejez desde un acto creativo y social, implica un reconocimiento de la función social y política del arte. El arte como mediador de reflexión, sentido crítico y horizontes de realidad. Asimismo, dispone el ámbito ético al considerar fundamentalmente que la creación debe considerarse como un proceso empático, respetuoso, cooperativo y relacional habitado esencialmente desde la alteridad. Desde de allí, se destaca la posibilidad de movilizar un sujeto político, reflexivo, empático y creativo. En este contexto, la investigación se presenta como un espacio donde la estética se convierte en un medio para explorar y comprender la complejidad de la experiencia humana, social y cultural, subrayando su relevancia ética y política.

El camino se consolida entonces hacia la ruta del diálogo entre arte, política y ética dispuesta por la Maestría en Arte, Educación y Cultura de la Universidad Pedagógica Nacional. Diálogo que caminará transversal a este viaje, desarrollando lugares de enunciación y hallazgos importantes.

Seguimos...



Imagen 5. Pasos similares. Ilustración digital, Laura Muñoz, 2024

EN BUSCA DE OTROS VIAJES QUE CONTIENEN PASOS SIMILARES

Para iniciar, encuentro la obra titulada Me llamo flor (imagen 6 y 7), es un cuaderno de dibujos del artista y arquitecto español Óscar Valero, elaborado entre el año 2019 hasta 2022. Este cuaderno de artista contiene una selección de imágenes de los retratos de su abuela Flor durante un periodo de varios años que acabó con su fallecimiento. Durante el desarrollo de la obra Valero fue encontrando que sus dibujos lograron crear una proximidad con su abuela, es decir, el retrato permitió fortalecer vínculos más íntimos y emocionales con su ser querido. Una historia personal que va creciendo con cada trazo hasta convertirse en la narración de una experiencia universal, el camino hacia la muerte.

El artista recorrió junto a su abuela en un trayecto de líneas esta práctica del retrato y a su vez apaciguaba la sensación de abandono y soledad que ella sentía, debido a que Flor se encontraba en un hogar. Valero comenta desde un aspecto sensible e íntimo, que su abuela a pesar de que ya no está en vida, las hojas que ella trazo un día en compañía de él son ahora momentos vividos que recuerdan un momento y un lazo fuerte entre abuela y nieto.



Imagen 6. Me llamo flor. Oscar Valero, 2019-2022. El último día que se vieron ella estaba con los ojos cerrados, no hablaron. Al rse, Valero le preguntó, 'Abuela, ¿sabes quién soy?' 'Mi Óscar", dijo ella.

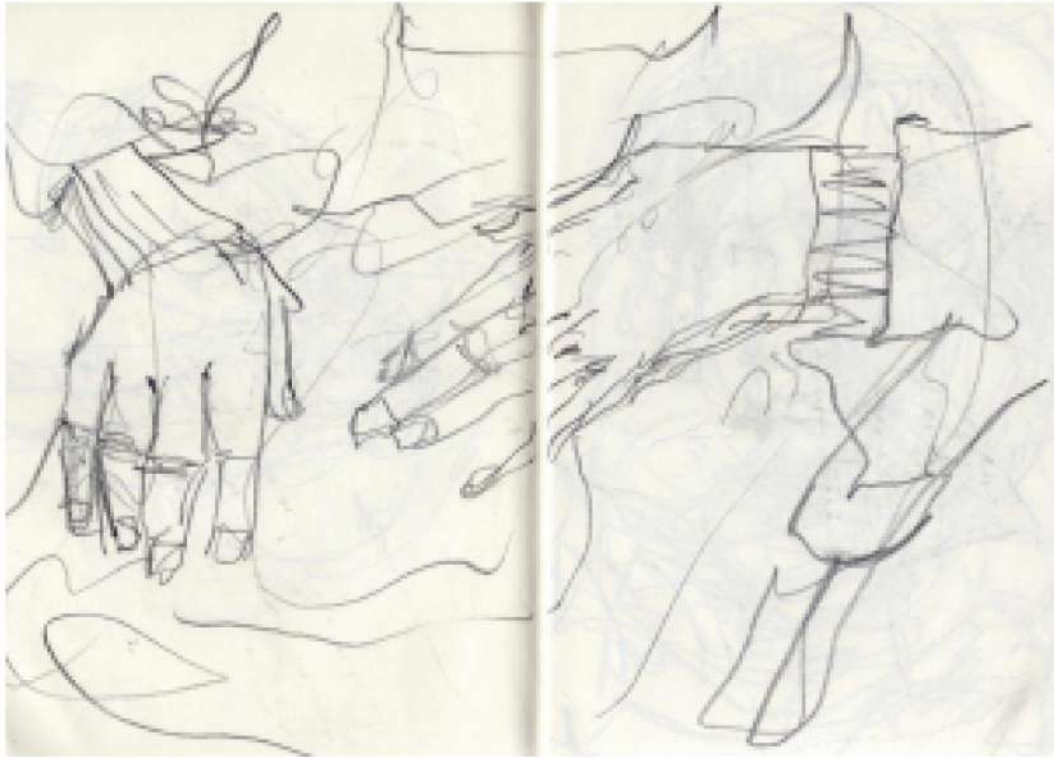


Imagen 7. Manos. Oscar Valero, 2019-2022. Le fascinaban sus manos, cada vez más rígidas por la edad.

Por otro lado, la artista visual Tamara Martínez Cruz, realiza en el año 2023 en el marco de la exposición Memoria expansiva de Arte Joven de Balmaceda que se lleva a cabo en la ciudad de Santiago de Chile, dos obras instalación tituladas Cartografía de una ausencia y Palabras de un rosal, la primera obra que la acompaña (imagen 8) consiste en una colección de telas estampadas que han sido grabadas en linóleo y bordadas. Estos grabados representan planimetrías de diversas ciudades donde vivió el abuelo de Martínez, quien fue una persona desaparecida. El cuaderno que enmarca una serie de poemas realizados en textil bordado (imagen 9) Palabras de un rosal compila los aspectos de migración, exilio, lugares sin identidad y abandono, a través de un continuo cuestionamiento de la memoria personal y la forma de habitar este territorio incierto.

“El objetivo es conectar y mostrar al espectador la fragilidad del recuerdo, evocando que nuestra memoria es un escape al pasado compuesta de huellas que muchas veces se transforman en cicatrices, que la memoria es historia y que cada persona es un pequeño trozo de historia, por lo cual podemos concluir que todos somos memoria”. (Martínez, 2023) El proceso artístico de Martínez se destaca por la reflexión y la crítica que hace de las personas desaparecidas, logrando situar políticamente la intención artística que va ligada con un problema social que ha permeado al territorio latinoamericano por los últimos cuarenta años. Los familiares y personas que no encontraron un lugar para habitar, ahora se cuentan desde las obras arte como denuncia ante hechos como los que paso el abuelo de la artista.

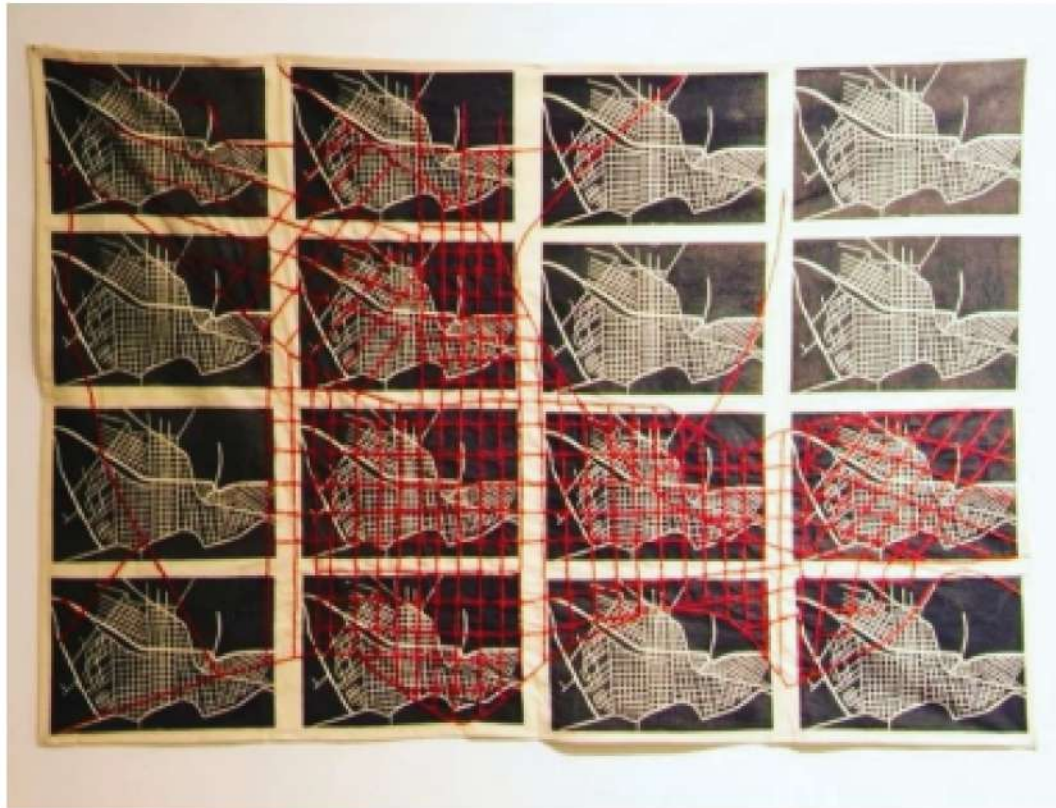


Imagen 8. Cartografía de una ausencia. Tamara Martínez, 2023.



Imagen 10. Signos cardinales. Libia Posada, 2008

En el caso de la obra de Libia Posada (imagen 10) se pueden utilizar los recursos cartográficos de formas singulares para dejar ver lugares, historias, personas. Permiten la manifestación de espacios de confluencia de relaciones afectivas que el observador descuidado pasa inadvertido. A esto Bachelard (2000) dice que:

Creemos a veces que nos conocemos en el tiempo, cuando en realidad sólo se conocen una serie de fijaciones en espacios de la estabilidad del ser, de un ser que no quiere transcurrir, que en el mismo pasado va en busca del tiempo perdido, que quiere “suspender” el vuelo del tiempo. En sus mil alvéolos, el espacio conserva tiempo comprimido. El espacio sirve para eso. (p. 38)

Es decir que, en la obra de Posada, el espacio visibiliza memorias individuales dentro de la memoria nacional que construyen un país distinto, gracias a rasgos, marcas, ritmos expresivos; en definitiva, desde inscripciones o grafos se construye un territorio que no preexiste.

La obra del artista colombiano Carlos Calderón (imagen 11) nos muestra un enorme rostro, el rostro es de la señora Emma. En el retrato, Calderon encontró identificarse en ella, pues más allá de una intención de representación, este rostro describe la relación entre el ser humano, la memoria y su entorno. Además, su percepción subjetiva del espacio es lo que permite encontrarse como artista pues intenta representar y reconstruir su memoria en la niñez.

A partir de la obra de Calderon es posible decir que, desde mi modo de ver, la infancia y la vejez van de la mano, pues me surgen algunas preguntas: ¿quién no tiene un recuerdo de las enseñanzas de sus abuelos?, ¿cómo la paradoja de la vida nos hace mejores amigos entre mi viejo y mi niño interior?

A esto Sabato (2001) añade:

A medida que nos acercamos a la muerte, también nos inclinamos hacia la tierra. Pero no a la tierra en general sino a aquel pedazo, a aquel íntimo, pero tan querido, tan añorado pedazo de tierra en que transcurrió nuestra infancia. Y porque allí dio comienzo el duro aprendizaje, permanece amparado en la memoria. Melancólicamente rememoro ese universo remoto y lejano, ahora condensado en un rostro, en una humilde plaza, en una calle. (p. 37)



Imagen 11. El cuerpo en la geografía de una memoria. Carlos Calderón, 2018

Siguiendo con estos encuentros, diferentes investigaciones académicas dentro del campo de las artes, humanidades y las ciencias sociales también se han preguntado por lo corporal en la sociedad y a esto se le añade la práctica artística como metodología para tratar de mediar estas indagaciones. En Colombia, América Latina y parte de Europa, encuentro investigadoras e investigadores que han desarrollado prácticas y analizado conceptos comunes con este viaje de investigación-creación, lo cuales me ayudaron a reconocer comprensiones y maneras de hacer importantes. A continuación, quisiera mencionar algunos de ellos:

DESDE EL RETRATO



Imagen 12. Cartografías del rostro, María García, 2016

La investigación creación de la artista chilena García-Huidobro, María (2016) titulada “Cartografías del rostro” (imagen 12) es una serie de once pinturas que entran en dialogo con el presente viaje de investigación porque, se encuentra con la práctica de retratar a otras mujeres desde sus vínculos y realidades simbólicas.

Su creación consistía en entrecruzar los rostros de la artista junto con el de las mujeres retratadas, utilizando la cartografía como lugar de mapeo estableciendo una mediación con las otras mujeres desde una crítica feminista, esto también sitúa la posición política de las artes. A esto la autora menciona que “el proyecto reflexiona sobre cómo las nuevas imágenes que se crean en las prácticas artísticas feministas pueden cuestionan las ideas tradicionales del retrato y, así también, el sentido de vivirse como mujeres” (García-Huidobro, 2016). Entendiendo esto, la creación que la artista presenta y entiende en su proceso la importancia de relación con un grupo de mujeres ya que han marcado su vida. Así, en una serie de encuentros se relatan y desde la pregunta ¿qué nos vincula? se reconocen.

El viaje investigativo de María, me resuena porque reúne ámbitos de indagación comunes. El arte como mediador de reflexiones y su función

y política. La población en este caso las mujeres, y su sensibilidad escrita movilizada por una práctica artística desde las artes plásticas.

En esta misma línea, la obra de la artista española Sonia Carballo (Socatoba) titulada “Ellas-Ellos Parte I Conocidos” (2018) reúne una serie de retratos pictóricos, tomando como base de la creación el dialogo personal y el ámbito psicológico de las situaciones que cada persona relataba a Sonia. Esta metodología permite entender que el trabajo de campo posibilitó la creación de unas imágenes que cuentan esos vacíos que cada persona ocultaba en su relato, quizás algunas memorias que quieren ser ausentes, unos sentimientos profundos que se ubican en el cuerpo. Estas memorias ausentes podrían referirse a eventos negativos, traumáticos o incómodos en la vida del sujeto de los retratos. Los retratos (imagen 13) representan a la persona con esas manchas que se suprimen en color negro, se refleja la emergencia del “yo” y la evolución interna del sujeto en los retratos. El trabajo de Carballo defiende el planteamiento del retratar en dialogo situando la representación y la forma en diferentes experiencias y memorias ubicadas y entendidas en el color y la ausencia representada gráfica y pictóricamente. Perspectiva fundamental para mi viaje.



Imagen 13. Ellas - ellos Parte I conocidos. Sonia Carballo, 2018

DESDE EL MAPEO CORPORAL

Encuentro el trabajo de grado de Villalba, Raimundo (2015), titulado “Corporrelatos del yo docente: un inventario de experiencias contenidas en el cuerpo” presentado para la Maestría en Estudios Artísticos de la facultad de artes ASAB de la Universidad Distrital en Bogotá. En este trabajo, Raimundo realiza una indagación sobre el cuerpo del docente en una institución educativa distrital a partir del reconocimiento de marcas corporales que la práctica docente ha dejado en él. “La metodología consistió en escuchar el cuerpo, identificar la marca, recordar la experiencia y acontecer el corporrelato (relato desde el cuerpo) para hilar una narrativa” (Villalba, 2015). Entendiendo esto, la metodología narrativa y auto etnográfica permitió visualizar diferentes narrativas, reflexiones y algunas representaciones que evidencian el objetivo del proyecto, es decir, rol docente en la escuela y como este se evidencia en el cuerpo desde los corporrelatos.

Es así, que el autor aporta a mi viaje una perspectiva de cómo realizar un mapeo corporal (identificar, habitar, situar) desde la escucha y la narrativa biográfica. Mapeos Corporales que reconozco y desarrollo como vía para abordar el acontecer de vida de las tres mujeres mayores que acompaño.

Otro viaje investigativo que me presenta un aporte en este caso teórico y metodológico es el trabajo de Páez, Juan (2017) presentado para la Maestría en Semiótica de la Universidad Jorge Tadeo Lozano titulado “Raíces corporales del dibujo: una mirada a dibujar desde la fenomenología y la tesis del embodiment”. La tesis que plantea Páez se sitúa desde la fenomenología y el concepto de embodiment, argumentando que la experiencia corporal en relación a la práctica del dibujo es amplia en tanto se realiza una acción cognitiva-sensible que emerge de su cuerpo. Es decir, la experiencia del dibujante

(mientras dibuja) dialoga con su entorno físico, contextual y relacional, convirtiendo el acto de dibujar en una situación importante y compleja. Es importante decir que el autor apunta a un análisis semiótico dialogando con los conceptos de esquema e imagen corporal desde diferentes autores. Páez plantea que “dibujar es una forma de pensamiento que depende del movimiento corporal, de los límites de esa corporeidad y la experiencia en el espacio” (p. 2), esta enunciación se relaciona con el presente viaje debido a que lo que se busca es crear un espacio de experiencias reciprocas a través del dibujo, esto implica crear una metodología desde las artes visuales que permita el entendimiento fenomenológico articulando a su vez pedagogías corporales. También aborda a Merleau Ponty para entender la experiencia corporal con el acto gráfico, el concepto de la percepción, la intención y el movimiento del cuerpo con el otro. Ámbito fundamental para mis lugares de enunciación.

Querido lector/lectora: Al finalizar la lectura de este primer trayecto “La inquietud por el paso del tiempo” se ha adentrado de lleno en este viaje, reconociendo cómo nace este proceso de indagación, su planteamiento y sus entendimientos iniciales.

Gracias por acompañarme.

El viaje continúa con un segundo trayecto “Entendiendo las líneas naturales del cuerpo”, donde encontrará diálogos con diversas perspectivas teóricas y metodológicas las cuales respaldan este andar.

Allí exploro conceptos como vejez, cuerpo, retrato y memoria, interactuando con las contribuciones de varios autores y autoras en estos campos.

Además, detallo las metodologías que empleo para dar forma a este proceso de investigación-creación, ensamblando distintos pasos de acción en mi recorrido.

Seguimos...



Retrato de Margarita Reina - Hogar Nazareth, Zipaquirá, 2022

REFERENTES DEL TRAYECTO ANDADO

Arcos, R. (2009) La estética y su dimensión política según Jacques Rancière. *Nómadas*, (31), 139-155.

Bachelard, G. (2000). *La Poética del Espacio*. Fondo de Cultura Económica.

Castro, J., & Cynthia, F. (2014). Hacia un cuerpo de la experiencia en la educación corporal. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 37(2), 179-184.

Dalmau, J., & Górriz, L. (2013). La problemática interdisciplinar en las artes. ¿Son disciplinas los distintos modos de hacer? *On the W@terfront*, (27), 48-58.

Eisner, E. (2004) *El arte y la creación de la mente. El papel de las artes visuales en transformación de la conciencia*. Editorial Planeta.

García-Huidobro Munita, M. R. (2017): "Retratar a otras mujeres y cartografiar nuestros

Planella, J. (2005) *Pedagogía y hermenéutica del cuerpo simbólico*. *Revista de Educación*, (336), 189-201.

Sabato, E. (2001). *Antes del fin*. Seix Barral.

Silva, J. Barrientos, J. & Espinoza, R. (2013). Un modelo metodológico para el estudio del cuerpo en investigaciones biográficas: Los mapas corporales. *Universidad Católica del Norte*. pp. 163-182

Suaya, D. (2015). *El cuerpo de la vejez desde una perspectiva de género*.

Torre, S. (2001). *Sentipensar: estrategias para un aprendizaje creativo*. Mimeo. "vínculos", en *Revista de Investigaciones Feministas* 8(2), 603-618

Años y sueños

En la calma del ocaso, se esculpe el tiempo,
arrugas que narran historias de risas y desvelos,
el reloj del alma marca cada sueño vivido,
en la vejez, la vida se convierte en verso.

Mario Benedetti



02

TRAYECTO:

Entendiendo las líneas naturales del cuerpo

| | |
|--|----|
| Tránsito 1..... | 8 |
| Entendiendo las líneas naturales del cuerpo..... | 8 |
| Diálogo 1. | 9 |
| La vejez como cuerpo resignificado..... | 9 |
| Un diálogo a partir del entendimiento..... | 14 |
| de las teorías del envejecimiento y la vejez | |
| Mujer cuerpo – cuerpo mujer..... | 20 |
| La metamorfosis como poema vivido..... | 26 |
| | |
| Tránsito 2..... | 32 |
| Tránsitos metodológicos para el viaje..... | 32 |
| Diálogo 2..... | 32 |
| El retrato una experiencia recíproca: mapeos corporales y la co-creación sensible | |
| Diálogo 3. | 40 |
| La investigación-creación como un | 40 |
| viaje de desarrollo: encuentros y artografía | |
| | |
| Referentes del trayecto andado..... | 62 |

RUTA DE IMÁGENES Y TABLAS

- Imagen 14. Líneas y cuerpo.....8
- Imagen 15. Metamorfosis.....27
- Imagen 16. ¿Cómo viajar?.....33
- Imagen 17. Dolor.....56
- Imagen 18. Petalos de vida.....57
- Imagen 19. La melodía de los amores.....58
- Imagen 20. Resonando alegrías.....59

- Tabla 1. Teorías del envejecimiento y la vejez.....15
- Tabla 2. Corpografías audiovisuales y educación.....46
- Tabla 3. Preguntas formuladas para la infancia.....51

Le doy la bienvenida a este segundo trayecto, el cual describe dos tránsitos importantes para en el rumbo de este viaje investigativo. En un primer tránsito, se abordarán los diálogos que he tenido con diferentes referentes los cuales fueron situando perspectivas y conceptos fundamentales para cimentar y articular el presente viaje con las adultas mayores. En primer lugar, es importante para mí abordar el concepto de la vejez como cuerpo resignificado, siendo un lugar de enunciación importante para esta indagación. Este diálogo contextualizará ¿qué es la vejez y el envejecimiento, en relación con el ser cuerpo?. Después se hablará del retrato como experiencia recíproca, siendo una importante relación, la cual concibe el retrato desde la del artista como un momento de creación y diálogo de relatos de vida. Ese horizonte instala y refuerza el planteamiento del retrato como estrategia artística-metodológica de co-creación, siendo una construcción fundamental para esta investigación. Como diálogo de cierre se hablará de habitar y transitar las memorias. Esto como un lugar de desarrollo para reconocer la perspectiva de los mapeos en el cuerpo, los cuales hacen parte fundamental de esta indagación desde los procesos de memoria en relación con lo corporal.

En un segundo tránsito, abordaré el cómo se desarrolló la investigación, sus diferentes caminos, modos y planteamientos metodológicos-artísticos los cuales permitieron establecer la ruta del viaje como investigación-creación. Aquí hablaré de la investigación basada en las artes y la artografía, siendo la base investigativa-formativa-creativa de los procesos artísticos y ejercicios sensibles que se llevan a cabo y los cuáles dan el lugar a la realización de este trabajo de maestría.

Seguimos...

TRÁNSITO 1 ENTENDIENDO LAS LÍNEAS NATURALES DEL CUERPO



Imagen 14. Líneas y cuerpo. Ilustración digital. Laura Muñoz. 2024

DIÁLOGO 1: LA VEJEZ COMO CUERPO RESIGNIFICADO

“Pero no es la edad que tengo, ni lo que la gente dice, sino lo que mi corazón siente y mi cerebro dicte. Tengo los años necesarios para gritar lo que pienso, para hacer lo que quiero, para reconocer yerros viejos, rectificar caminos y atesorar éxitos”.

José Saramago

¿Qué es la vejez?, ¿qué es ser viejo?, ¿cómo se ve la vejez? Quizás estas preguntas no las planteaba cuando era niña, mis abuelos paternos y maternos fallecieron mucho antes de que yo naciera. Excepto mi abuela materna (de ella tengo una leve evocación), la recuerdo con ternura, con elegancia y con cariño. Cuando la veía siempre quería que me cargara para verla más de cerca, también tenía un olor diferente como la ropa limpia y siempre permanecía con las manos calientes. A pesar de no recordar su voz, recuerdo siempre pedirle de su comida o de sus onces; ella me compartía secretamente sus alimentos. Encontraba en ella un lugar tranquilo y divertido.

Pasaron los días y aun siendo una niña, un día me percaté que mi abuela ya no frecuentaba el pasillo cerca a la claraboya de mi casa, en cambio, permanecía recostada en su cama. Tiempo después, me di cuenta de que mi abuela tampoco estaba en su habitación, fui creciendo y entendí que había fallecido, para ser sincera no recuerdo el día en que murió. Reconocí que mi abuela no estaba, se podría decir que ya no tenía abuelos, ese rol en mi familia ya no existía.

Los abuelos y abuelas fueron esa relación principal que asocié con una persona vieja, pensaba que todas las personas que tenían el cabello blanco, piel arrugada y un caminar cojo eran viejos. Cuando alguien me decía que tenía 60 años o más, pensaba que era un abuelo¹ muy viejo, es decir, tenía la percepción de que la edad era la que determinaba qué persona era vieja o cuál no lo era. Esto era un estereotipo o prejuicio basado en la edad. Cuando llegué a ser profesora y tuve la oportunidad de encontrar a las personas mayores en el salón de clases entendí que, en realidad una persona que cumple sus 60 años no se podría considerar vieja. La edad deja de ser un indicador rígido de la vejez, y cada persona envejece de manera única, desafiando estereotipos y entendiendo la diversidad de experiencias a lo largo de la vida.

La vejez se define entonces, en palabras de Hesse (2001) como:

El tiempo de transición en el que, en busca de una especie de equilibrio ante los achaques del cuerpo, reactivamos aquel tesoro en imágenes que llevamos en la memoria tras una vida larga, imágenes a las que, al reducir nuestra actividad, damos una dimensión muy diferente a la concedida hasta entonces. Personajes humanos, que ya no están sobre la Tierra, siguen viviendo en nosotros, nos pertenecen, nos proporcionan compañía y nos miran con ojos cargados de vida (p. 2).

Hesse se refiere a un período de transición en la vida en el que las personas, a medida que envejecen y experimentan los efectos del envejecimiento en sus cuerpos, tienden a reflexionar sobre sus recuerdos y experiencias pasadas. Durante este tiempo, se recuerdan y reviven en la mente las imágenes y recuerdos de personas y eventos que han sido significativos a lo largo de la vida.

¹ Es importante aclarar que, para referirse a las personas de edad avanzada o a la población mayor, no se utiliza la connotación “abuelo o abuela” debido a que es un término insuficiente, que no representa a todas las personas mayores, sino sólo a quienes tienen esta relación de parentesco.

Además, sugiere que estas imágenes y recuerdos adquieren una importancia especial durante esta etapa de la vida, ya que las personas pueden estar menos activas físicamente y tienen más tiempo para la contemplación. Los personajes humanos mencionados en la frase, que ya no están vivos, continúan viviendo en la mente y el corazón de la persona que envejece. Estos recuerdos proporcionan compañía y confort emocional, y las personas los mantienen vivos en sus pensamientos y emociones, a pesar de que los individuos en cuestión ya no están físicamente en la Tierra. En esencia, se trata de una reflexión sobre cómo los recuerdos y las personas queridas perduran en la memoria y siguen siendo una parte importante de la vida de alguien a medida que envejecen.

Es necesario entender que la vejez y el envejecimiento son dos palabras diferentes, aunque directamente están vinculadas, por un lado, la vejez conlleva connotaciones sociales y culturales particulares y el envejecimiento es un proceso multifacético que abarca toda la existencia. El envejecimiento “no debe entenderse únicamente como un fenómeno estrictamente orgánico, sino que es un proceso más complejo en el que también interactúan variables sociales y psíquicas” (Ramos et al., 2009).

Es decir, es un proceso diverso que conlleva diferentes factores más allá de lo físico, es el lugar de quiebre o de cambio en un periodo de tiempo, se determina en varios estados tanto el biológico, el de la salud, el status socioeconómico, las ocupaciones, las diferencias y hasta en la personalidad.

De igual manera se puede decir, además que cada definición de vejez se ha construido socialmente durante el día a día, creando las representaciones que tenemos actualmente, puesto que los conceptos van cambiando de acuerdo a los momentos históricos, económicos políticos y culturales donde transitan. Es en la modernidad², por ejemplo, donde la vejez se empezó a relacionar con lo trágico, lo feo, lo desgastado y lo inservible, se convirtió en parte de producto del capitalismo separando el papel importante de la persona mayor dentro de la vida social y política.

² La modernidad en este caso es entendida como un período de la sociedad occidental donde surgen cambios culturales y sociales que se caracterizan por el surgimiento de nuevas formas de pensar, la valoración de la razón, la individualidad y la ciencia. Algunos autores han señalado que la vejez y el envejecimiento no son considerados como sujetos activos en esa sociedad moderna, sino más bien como una carga o un problema. Como diría Patricia Ríos (2018) “el hombre moderno, el cuerpo de los/las modernos/as no envejece. La realidad del envejecimiento no se hace notar ni a nivel del individuo ni a nivel del entramado cultural. Las dinámicas culturales se han deshecho del envejecimiento o bien arrumbándolo en los márgenes de la sociedad, en los no lugares de la cultura o bien encubriéndolo, o, en parte, en las argucias del culto al narcisismo o erotismo incombustibles y cuyo centro es un cuerpo dueño del olimpo y de la juventud” (p. 194).

Por su parte, la juventud se visualizó como la etapa productiva y vital en la vida de un ser humano.

A propósito, Patricia Ríos (2018) menciona que “No hay ninguna sensibilidad para percibir o recibir sus efectos al segmentar el cuerpo (lugar en el cual ocurre el envejecer) del sujeto, hiperbolizando el cuerpo joven y marginando al envejecido. En ambos extremos, el envejecimiento queda oculto. El cuerpo, protagonista de este proceso, nunca es asumido como algo que se agota gradualmente en el camino de su disolución definitiva. Y entre la tranquilidad de una vida cotidiana que transcurre al margen de cualquier signo de envejecimiento y los rituales de potenciamiento, embellecimiento, recuperabilidad y perdurabilidad del cuerpo joven o adulto, el envejecimiento es humo fantasmagórico” p. 195.

Abordar la comprensión de la vejez desde el ámbito moderno en relación con la funcionalidad del cuerpo y su invisibilización, es empezar a reconocer que el sujeto moderno no se percata de su cuerpo y su posesión por decirlo así, y por tanto, tampoco puede percibir que envejece. El dualismo cartesiano, dándole el protagonismo a la razón, motiva un silencio en el cual transcurre el envejecimiento en la experiencia corporal de la humanidad moderna y occidental. Este como un borramiento, como diría Le Breton. Nadie habla de eso. Siguiendo con lo anterior, el cuerpo en la modernidad desde la individualidad y el cartesianismo entra a ser un cuerpo para mantener y personalizar en donde la atención se dirige en particular al deterioro orgánico, de esta manera los tratamientos responden a los procesos biológicos del ser humano de manera fragmentada. Nutrición, cardiopatías, ejercicio físico, acompañamiento fisioterapéutico, etc.

En la actualidad, esto se refleja por ejemplo en la frase y la promoción dentro de las políticas públicas de las personas mayores que es tener “una vejez más activa y saludable”. Todo esto, en pocas palabras, se resume al cuidado del cuerpo como desarrollo orgánico y funcional. Esto determina acciones y prácticas institucionales que van ahondando esa marginación y fragmentación, lo que aleja la comprensión de la vejez desde un marco experiencial, social y cultural.

El cuerpo envejecido es un estigma, que le excluye de toda sociabilidad. La persona envejecida es excluida de manera gradual, hasta que es expulsada del campo simbólico, deja de existir, porque nada puede residir fuera de los tres grandes pilares de la modernidad: la juventud, la belleza y la productividad. (Roldán, 2022, “Reflexiones del cuerpo envejecido”, párrafo 4).

Acogiendo lo anterior, el cuerpo envejecido es un lugar rechazado, que a simple vista trae consigo varios significados, por ejemplo, se asocia la imagen del viejo como sinónimo de enfermedad, debilidad, ternura y muerte. Es entonces donde el cuerpo pasa a ser parte de lo oculto o lo “feo”, tal como los objetos que quedan en el olvido y los arruman, porque ver algo viejo no es parte

de lo que las personas quisieran contemplar. O como cuerpo/objeto que se aprecia y admira si se ha mantenido “bien” o no “parece” de su edad.

Ahora, a partir del entendimiento de la función del cuerpo en la modernidad, es importante decir que el cuerpo en todas sus formas y modos de ser, no debería ser parte del ocultamiento y lo segregado. La vejez marca un lugar en el mundo, más allá de un ámbito fragmentado fisiológico, kinestésico o psicológico. Esta etapa y todo lo que conlleva envejecer es parte de dar valor a lo corporal y al sentido de estar vivos. Las relaciones, la comunidad, el ámbito simbólico cultural y el histórico son comprensiones que deben ser integradas a las maneras de entender la vejez.

UN DIÁLOGO A PARTIR DEL ENTENDIMIENTO DE LAS TEORIAS DEL ENVEJECIMIENTO Y LA VEJEZ

Partiendo de la modernidad, se instalan varias teorías alrededor del envejecimiento y la vejez. Algunas se reconfiguran y otras mantienen posturas. Lo interesante es ver cómo el ámbito teórico logra centrar algunas de las visiones que se tienen de lo que implica ser viejo en la sociedad actual.

Para explicar en grueso el tránsito de cómo se ha visto la vejez, desarrollé un esquema tomando a Robledo y Orjuela (2020) quienes abordan las tres diferentes teorías sociológicas (más allá de lo fisiológico) de Bengston, Burgess y Parrot (1997) sobre el envejecimiento y la vejez. Esta tabla se consolida, a medida que abre un camino para reconocer consideraciones teóricas importantes a propósito del tema.

Tabla 1. Teoría del envejecimiento y la vejez

| <p>PRIMERA GENERACIÓN Segunda mitad del siglo XX entre los años 1949 y 1969</p> | <p>SEGUNDA GENERACIÓN Se encuentra en la década de 1970 hasta 1985</p> | <p>TERCERA GENERACIÓN Inicia a partir de 1980</p> |
|--|--|---|
| <p>Agrupar cuatro teorías:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Actividad: Menciona prácticas y actividades para una vejez más satisfactoria. | <p>Agrupar cuatro teorías:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La teoría de la continuidad de Atchley (1971) sugiere que adultos y personas mayores utilizan estrategias conocidas para preservar sus conocimientos y enfrentar el envejecimiento. | <p>Agrupar cinco teorías:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La teoría del construccionismo social se centra en comprender las realidades sociales del envejecimiento, los procesos individuales en el contexto del envejecimiento y los roles construidos socialmente relacionados con la edad. • La teoría del curso de vida considera que el envejecimiento se ve influenciado por diversas variables, incluyendo trayectorias vitales, contexto, cultura e historia, y sostiene que la vejez es una etapa natural del proceso de envejecimiento que no debe ser estigmatizada ni excluida socialmente, ya que está arraigada en normas y roles sociales establecidos a lo largo del tiempo. • Las teorías feministas del envejecimiento abogan por considerar el género y la edad juntos para comprender cómo las normas basadas en la edad y los cambios fisiológicos afectan la significación social del envejecimiento en hombres y mujeres, incluyendo su identidad, funciones y relaciones de género asignadas. • La teoría de la economía política del envejecimiento examina cómo la distribución de recursos sociales, económicos y políticos afecta las relaciones de poder, autonomía e influencia en la experiencia del envejecimiento. • La gerontología crítica, influenciada por la tradición teórica europea, se centra en teorizar las dimensiones subjetivas del envejecimiento, abordar cambios prácticos como políticas públicas, promover la colaboración entre académicos y profesionales, y generar conocimiento emancipatorio que destaque el poder, la acción y el significado en el envejecimiento social. |
| <ul style="list-style-type: none"> • Desvinculación: La desvinculación posiciona el tema de las personas viejas como obstáculos dentro del sistema social, porque se abre un nuevo pensamiento que menciona la decadencia de la estabilidad de la sociedad. | <ul style="list-style-type: none"> • La teoría de la rotulación social sugiere que la disminución de habilidades sociales en personas mayores no se debe únicamente a la vejez, sino a la etiquetación negativa por parte de familiares o cuidadores debido a crisis relacionadas con la edad avanzada. | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Modernización: Conlleva homogenización en las personas mayores, dado que, se pierde valor social de los individuos en esta etapa. Por ejemplo, la urbanización, la industrialización y la burocratización afectan a las personas mayores. | <ul style="list-style-type: none"> • La teoría del intercambio social de Gubrium Jaber (1973) postula que las relaciones se basan en un cálculo de beneficios; los mayores con recursos limitados pueden perder poder relativo en las interacciones debido a su falta de recursos en comparación con otras generaciones. | |
| <ul style="list-style-type: none"> • El envejecimiento como subcultura: busca comprender como "las personas viejas desarrollan una cultura propia, con normas, valores, patrones de conducta, creencias, intereses comunes y comportamiento específicos por encima de estatus distintivos relacionados con género, raza y clase social" (Robledo y Orejuela, 2020, p. 97). | <ul style="list-style-type: none"> • La teoría de la estratificación por edad de Riley, Johnson y Foner (1972) es influyente al abordar la relación entre personas mayores y cambios sociales, destacando la importancia de la edad en la distribución de poder y la posibilidad de desventajas en la vejez. | |

Fuente: Esquema propio diseñado a partir de la investigación de la teoría de la sociología del envejecimiento y la vejez de Robledo y Orejuela (2020)

Específicamente en Colombia y articulando el tema de la actividad como tejido de sociedad, muchas de las regiones han tejido el envejecimiento como subcultura, y esto se ve reflejado en cada región del país. La tercera edad mantiene viva la identidad de los territorios, los saberes que se han compartido durante generaciones han posibilitado el desarrollo de las familias, los ancianos han creado comunidades y esto ha logrado que también ellos se sientan parte de, donde comparten puntos de vista y situaciones similares. Coloco el ejemplo de los grupos de persona mayor que se van reuniendo en barrios, juegan dominó, realizan actividad física, bingos, etc., convirtiendo la unión en fraternidad. El envejecimiento en vínculos.

Las teorías de segunda generación representaron un avance en la comprensión del envejecimiento y la vejez, ya que abordaron la diversidad de experiencias y comportamientos de las personas mayores, en lugar de centrarse únicamente en aspectos descriptivos o normativos, como las teorías de la primera generación. Además, estas teorías contribuyeron a la identificación de estrategias y mecanismos de adaptación de las personas mayores en la sociedad, lo que ha influido ahora en el diseño de nuevas políticas públicas y enfoques de intervención en el ámbito del envejecimiento.

Estas teorías se centraron en identificar las formas de relacionarse de las personas mayores en la sociedad y en cómo se integraban o no en diferentes contextos y roles. Algunas de las teorías de esta generación incluyen la teoría de la rotulación social, que sostiene que las personas mayores experimentan cambios en sus roles y relaciones sociales a medida que envejecen, y que deben ser "rotuladas" en diferentes contextos y roles para adaptarse a las expectativas sociales. Asimismo, la teoría de la continuidad argumenta que las personas mayores mantienen sus roles y relaciones sociales a lo largo del envejecimiento, y que no experimentan una ruptura entre la vida joven y la vejez. Por otro lado, la teoría de la estrategia de vida sugiere que las personas mayores utilizan diferentes estrategias para adaptarse al envejecimiento y la vejez, como la selección de roles y actitudes hacia el envejecimiento. Estas teorías representaron un cambio significativo en la comprensión del envejecimiento, ya que abordaron la diversidad de experiencias y comportamientos de las personas mayores.

*Robledo y Orejuela (2020) mencionan a los siguientes autores dentro de la segunda generación de teorías: Atchley (1971) indaga la teoría de la continuidad, Jaber (1973) instauro la teoría del intercambio social, Kuypers y Bengston (1973) indagan la teoría de la rotulación social, Riley, Johnson y Foner (1972) exploran la teoría de la estratificación por edad.

Estas teorías amplían entonces las maneras de comprender la vejez más allá de la actividad y el relacionamiento, hablan de experiencia y diversidad, así como de los roles en la sociedad y estrategia.

Respecto a la tercera generación de teorías sobre el envejecimiento, como el construccionismo social, se destaca que las representaciones culturales pueden moldear la experiencia del envejecimiento. Por ejemplo, la idea de que la vejez se asocia con la pérdida de vitalidad es una construcción social que afecta la percepción individual del proceso de envejecer.

Se expande más la comprensión de las personas mayores centrándose en el contexto y los valores del individuo, más allá de comportamientos o pensamientos concretos. Es ver una vida y sus cambios de manera holística, y, no es acomodarlos a la sociedad, es que la sociedad los reconozca y se ajuste a ellos. En ese marco, esta tercera generación posiciona perspectivas críticas en -lo político, lo económico, cultural y social- de esta población en las investigaciones más recientes, dándole importancia a las problemáticas que se centran en la gerontología crítica, la economía política o las teorías feministas del

envejecimiento. Posturas que promueven nuevas maneras de desarrollar ámbitos educativos, laborales, médicos y psico-sociales, en tanto los adultos mayores se reconocen como una población con necesidades particulares. Enfoques de intervención que reconocen su diversidad, contexto y vida.

En conjunto, estas generaciones de teorías reflejan una evolución en nuestra comprensión del envejecimiento, pasando de concepciones más simplistas y unidimensionales a enfoques más complejos e integradores que reconocen la interacción dinámica entre factores biológicos, sociales y culturales en el proceso de envejecer. Perspectivas que para este viaje son fundamentales, en tanto ayudan a establecer una comprensión más amplia del tema.

Ahora, debo decir que resueno mucho con la última generación de teorías, ya que la indagación acoge la vejez desde una perspectiva más ampliada y de género.

Soy consciente que el proceso con las mujeres mayores debe ser responsable, empático, humano y relacional. Los trayectos artísticos como prácticas formativas sensibles también deben constituirse desde ámbitos críticos y correspondientes a este momento histórico. Por eso y desde el comienzo de este viaje, reflexiono sobre las maneras de entender la vejez, de ver y verme en ese acompañamiento. Es grato abrazar teorías que entienden en complejidad estos seres cuerpo.

MUJER CUERPO – CUERPO MUJER

Desde el marco que dispone la última generación de las teorías de la vejez, empiezo esta parte. Para seguir con el viaje, considero importante ubicarme en la vejez desde el ser-cuerpo de la mujer, ya que este trabajo camina con mujeres adultas, sus historias cuerpo en memorias. Por eso es fundamental invitar a caminar a las teorías feministas del envejecimiento, ya que reúnen los diferentes entendimientos de la vejez centradas en el género. Según Yuni y Urbano (2008) estas teorías:

Proponen una revisión profunda que permita establecer los lazos y las rupturas entre los significados socioculturales asignados a la vejez y al envejecimiento y las representaciones sociales que circulan en la trama social, y la continuidad y pervivencia de ciertas creencias, prejuicios y preconceptos sociales. (p. 155 - 156)

Las teorías feministas del envejecimiento han desempeñado un papel fundamental al destacar las desigualdades de género en el ámbito del envejecimiento y la vejez. La teoría de la diferenciación social, por ejemplo, ha proporcionado una lente analítica para comprender cómo las distintas experiencias de las mujeres mayores pueden influir en su vivencia del envejecimiento. Esta perspectiva revela la importancia de abordar las disparidades entre mujeres mayores y cómo estas pueden estar vinculadas a factores socioeconómicos y culturales. La aplicación de la teoría de la estrategia de vida también subraya la diversidad de enfoques adoptados por las mujeres mayores para enfrentar el envejecimiento, resaltando la necesidad de políticas que consideren estas variaciones.

*Bengston, Burgess y Parrot (1997) hacen un llamado a la integración de las categorías de género y edad, desde las teorías feministas del envejecimiento.

La inclusión de la gerontología crítica feminista ha enriquecido el panorama al explorar la intersección entre género y edad. Al centrarse en las construcciones sociales de género y envejecimiento presentes en políticas y prácticas sociales, esta perspectiva ha permitido identificar y analizar las desigualdades que enfrentan las mujeres mayores. La comprensión de cómo estas desigualdades afectan la calidad de vida y el acceso a servicios de salud es crucial para el diseño de políticas públicas inclusivas.

Otro aspecto esencial abordado por las teorías feministas del envejecimiento es la importancia de la participación activa de las mujeres mayores en la sociedad. La teoría de la economía política y la gerontología crítica han examinado cómo las políticas sociales y económicas pueden facilitar o dificultar dicha participación. Reconocer la influencia de estas políticas en la calidad de vida y bienestar de las mujeres mayores destaca la necesidad de enfoques integrados que fomenten la inclusión y la equidad.

Atendiendo lo anterior, abordar la vejez desde una perspectiva feminista permite hablar sobre las mujeres mayores desde ámbitos ampliados, desarrollando en este caso posibles diálogos y reflexiones a partir de procesos artísticos movilizadas más allá de lugares técnicos. La vejez desde este entendimiento permite reconocer y cuestionar a través de la percepción, la creación y la narrativa las inequidades de género que las mujeres mayores enfrentan en distintos aspectos de la vida, como la discriminación, la invisibilidad y las desigualdades económicas. Este enfoque busca sensibilizar a la sociedad sobre las experiencias específicas de las mujeres mayores y promover reflexiones críticas a través de procesos artísticos. La vejez, entendida desde una perspectiva feminista, permite visibilizar y valorar las contribuciones y saberes de las mujeres a lo largo de su vida, desafiando estereotipos y promoviendo una representación más justa y respetuosa en la cultura y el arte. Además, promueve la necesidad de políticas y prácticas artísticas que aborden las preocupaciones específicas de las mujeres mayores, reconociendo su diversidad y promoviendo la igualdad de oportunidades en todas las etapas de la vida.

Por lo anterior, es importante desarrollar desde/para el arte encuentros entre/para mujeres, ya que hablar sobre su vida y su vejez ayuda precisamente a movilizar reflexiones, valorar la voz y las experiencias, debido a que se colocan sobre la mesa temas sobre la discriminación por la edad, el género, las exigencias sociales, los cambios corporales, la sexualidad, la cultura, etc. Temas fundamentales para que ellas se escuchen, se reconozcan, se comprendan, se acompañen, se argumenten y se apoyen. Esto permite generar comunidad, juntanza y expresión.

Por ejemplo, uno de los desafíos a los que se enfrentan el grupo de mujeres adultas, es el proceso de envejecimiento corporal. En el cuerpo de una mujer adulta recaen las representaciones y estigmas negativos que la sociedad impone sobre los cuerpos. Al trabajar en hogares geriátricos pude percibir cuerpos reprimidos en sus comportamientos y formas de ser, también pude ver como se coartan las decisiones sobre el comportamiento del cuerpo, se oprime y violenta borrando muchas veces el lugar de las adultas mayores en el mundo. Como debe de lucir o que deja de funcionar, se convierte en horizontes y preguntas que enmarcan la existencia. Preguntas que pueden ser transitadas y reconfiguradas a través de procesos artísticos.

A propósito de la imposición sobre los cuerpos, Foucault (1999) menciona que los mecanismos de poder están en la sociedad, se ajustan dentro y fuera de nosotras. Esto significa que los cuerpos están mediados por nuestras conductas cotidianas, nuestros comportamientos sexuales y el deseo. Los discursos humanos se vinculan a sistemas de poder³. Al respecto, se dan diferentes formas de poder y violencias contra las mujeres mayores, por ejemplo, la sexualidad en la vejez se ve a menudo relegada a un lugar invisible o incluso ridiculizada, como si la sexualidad fuera exclusiva de la juventud. Este fenómeno refleja cómo las normas sociales y los discursos hegemónicos sobre la sexualidad contribuyen a la marginación de las mujeres mayores en este aspecto crucial de sus vidas.

El poder ejerce su influencia de manera constante en la cotidianidad, permeando diversos ámbitos sociales e institucionales. Este se manifiesta de manera destacada en instituciones fundamentales como la familia, el colegio, la iglesia, los hospitales y otros espacios similares.

³ En el organismo se encuentran arraigados los patrones y comportamientos esenciales para el funcionamiento del sistema, llegando incluso a posibilitar la supervisión del desarrollo y la gestión de las comunidades, concepto que se conoce como biopoder.

En este contexto, el cuerpo humano, en este caso el de ellas, se ve afectado de manera dual: por un lado, experimenta una individualidad marcada por la exclusión en ciertos contextos, y por otro, se ve sometido a la colectividad impuesta por las normas establecidas y ejecutadas en cada individuo.

Las normas establecidas abren paso entonces al punto crítico del género y el deber ser en la vejez, por ejemplo, en la vida de las adultas mayores se encuentran en una posición donde el tiempo y los años juegan una opresión en sus actitudes, emociones y un desafío de aceptar la metamorfosis del cuerpo. Beauvoir (1970) quien realiza y reflexiona el proceso de envejecimiento y sus implicaciones tanto individuales como sociales, enuncia que la vejez representa un desafío existencial y una confrontación con la finitud humana. Así mismo critica los estereotipos y la discriminación hacia las personas mayores, y aboga por la solidaridad intergeneracional y la búsqueda de la autonomía en la vejez.

La opresión se ve ligada directamente a las actitudes hetero patriarcales relacionados con el tema de género, partiendo de cómo se entiende el cuerpo de una mujer cuando llega a la etapa de la adultez. Según menciona Beauvoir (1970), hay desprestigio al cuerpo de las mujeres cuando deciden no tener hijos, esto porque desde la mirada de la propiedad del hombre enuncia “un cuerpo que no sirve”. Esto refleja una norma social arraigada que evalúa la valía de la mujer exclusivamente en términos de su función reproductiva. La perspectiva de la propiedad del hombre sobre el cuerpo de la mujer refuerza aún más esta dinámica opresiva. Cuando el cuerpo de una mujer no se ajusta a la expectativa de ser un vehículo para la maternidad, se le niega la legitimidad como mujer según los estándares patriarcales. Esta mirada instrumentaliza el cuerpo de la mujer, reduciéndolo a una función específica y desvalorizando otras dimensiones de su identidad y existencia.

Es pertinente mencionar que esta opresión desde la perspectiva de género no solo repercute a las mujeres, los hombres pueden enfrentar dificultades al adaptarse a un modelo de masculinidad que valora la productividad y la fortaleza física, características que pueden verse afectadas con el paso del tiempo.

Ahora, en respuesta a los fenómenos mencionados: menopausia, fertilidad, estigmatización, cambios físicos y mentales en las mujeres adultas. Es fundamental promover la participación activa y el empoderamiento de las personas mayores desde una perspectiva de género. Esto implica fomentar la inclusión y la igualdad de oportunidades en todos los aspectos de la vida, desde el ámbito laboral y comunitario hasta la toma de decisiones y la participación política. Además, es esencial desafiar los estereotipos de género y promover una representación diversa y positiva de las personas mayores en los medios de comunicación y la sociedad en general.

La perspectiva de género en la vejez es importante para garantizar un proceso de envejecimiento digno, inclusivo y equitativo. Abordar los roles y expectativas de género, así como la discriminación y desigualdad basadas en el género, es

fundamental para promover una sociedad que valore y respete a las personas mayores, independientemente de su género.

Esto me hace pensar en el compromiso que tengo como docente-artista-investigadora. Definitivamente, abrir espacios de percepción, creación y socialización acogiendo prácticas artísticas críticas y reflexivas, puede lograr impactos importantes en las mujeres respecto al ser/estar en esta sociedad, en este contexto y en el mundo. No es un tema romántico, es una postura, una construcción, una estrategia, un lugar de enunciación que debemos tomar los que trabajamos con esta población propiciando espacios seguros que agencien estos desarrollos.

LA METAMORFOSIS COMO POEMA VIVIDO

“No amo mi vejez.
Ni la rechazo.
Sin darme cuenta
se me instaló en la piel
y en los huesos”.
Claribel Alegría

El cuerpo de la vejez trae consigo miles de interpretaciones que posibilitan diferentes posturas sobre el cómo se ve y el cómo debe tratarse. Como se mencionó antes, la observación del cuerpo en la vejez a menudo está influenciada por normas culturales y sociales arraigadas y fragmentaciones. La sociedad tiende a focalizarse en las manifestaciones físicas del envejecimiento, pasando por alto a veces la riqueza y la complejidad de la experiencia acumulada en el cuerpo a lo largo de los años.



Imagen 15. Metamorfosis. Ilustración digital. Laura Muñoz. 2024

Ahora, cuando se menciona experiencia asociada con la vejez estamos hablando de una parte simbólica y física entramada en el cuerpo, por eso el cuerpo es ese lugar de identidad de un individuo, es ser el hogar y el refugio por así llamarlo donde cada persona donde “guarda” momentos. En esa vía, nuestro cuerpo es la imagen de una vida, lo primero que se forma, desde la célula hasta la ceniza o como diría Mariluz (2022) que se apoya en la definición de Merleau-Ponty “el cuerpo configura la experiencia y por ello no puede considerarse un objeto porque es la posibilidad de nuestra relación con los objetos del mundo y estos advendrán a nuestra conciencia desde el horizonte de nuestra propia experiencia” (p. 3). Los objetos del mundo advienen de nuestra conciencia desde el horizonte de nuestra experiencia configurada por nuestro cuerpo. Por tanto, el cuerpo no puede ser considerado un objeto más, sino que es el medio a través del cual experimentamos el mundo y los objetos que lo conforman.

Suaya (2015) a su vez entiende que: “la vejez descubre un cuerpo que no es mero objeto, superficie donde acontece la decadencia biológica y cognitiva, sino un cuerpo vivido que, al transformarse en un cuerpo viejo, metamorfosea también el mundo que lo rodea y solicita”. (p. 619) Así y a pesar de estas transformaciones, el cuerpo sigue siendo un medio de relación con el mundo y de expresión de la experiencia ya que la percepción sigue siendo influenciada por la experiencia y por cómo se interactúa con el entorno.

Entendiendo lo anterior, el cuerpo de cada mujer adulta mayor es un archivo vivo, un cuerpo de la experiencia que es conjunto entre conciencia y vida, que siente de forma intensa, que se construye desde la acción, el pensamiento y la percepción. Un cuerpo cambiante, mediado por la subjetividad, un cuerpo donde recaen momentos y relaciones con el mundo. Un cuerpo metamorfosis que cambia en virtud de su existencia. Metamorfosis que siento y observo en ellas como un poema vivido.

En sus palabras y recuerdos, se percibe la compleja relación entre el cuerpo como intermediario de la experiencia y la memoria como manifestación viva de lo vivido. Es decir, “el cuerpo siempre ha estado ahí, como intermediario entre el sujeto y la realidad, evidenciando toda experiencia, materializando la memoria, corporalizándola”. (Ratamal, 2017, p. 23)

Este planteamiento destaca el cuerpo en su papel como testigo tangible, revela la variedad de experiencias y materializa la memoria, convirtiéndola en una narrativa corporal que trasciende el tiempo y encarna la esencia misma de la vida.

Ahora, los recuerdos entonces pasan por el cuerpo de manera que la expresión se devela en el gesto del rostro, en las muletillas del habla, en los ojos; es un proceso instintivo que está mediado por la subjetividad, en pocas palabras se habla de la memoria individual de cada individuo. En el poema *Vejez* escrito por José Asunción Silva (1990) se menciona el recuerdo de lo vivido y no expresado como:

Las cosas viejas, tristes, desteñidas, sin voz y sin color, saben secretos de las épocas muertas, de las vidas que ya nadie conserva en la memoria, y a veces a los hombres, cuando inquietos las miran y las palpan, con extrañas voces de agonizante, dicen, paso casi al oído, alguna rara historia que tiene oscuridad de telarañas, son de laúd y suavidad de raso. (p. 23)

Desde esos vestigios, la experiencia visible es esa experiencia que cuenta y que evoca un episodio de nuestra vida, esa vida que es única en su totalidad. Es única porque cada cuerpo es diferente, cada recuerdo encamina surcos que hacen de nosotros un ser particular, una vejez irrepetible. Una mujer adulta irrepetible. El poema *Vivido del cuerpo mujer en metamorfosis*, se devela como el conjunto de momentos del día a día, del año tras año y del tiempo en el tiempo. Es la prosa que habla como lugar simbólico, experiencial y oral, formalizando narrativas sabías que manifiestan un recorrido, una sociedad, una cultura. Un territorio. Un ellas.

TRÁNSITO 2

TRÁNSITOS METODOLOGICOS PARA EL VIAJE

Diálogo 2.

El retrato una experiencia recíproca: mapas corporales y co-creación sensible

Hago de la hoja tu espejo, y con cada palabra te dibujo en ella, se transformó en poema, y tus ojos, y tus labios, y tu pelo, son todos ahora versos infinitos, que se acuestan, plácidamente, entre la blancura de mi cuaderno; y ya la tinta no se derrama en vano, y ya no hay manchas, solo letras y trazos, esos trazos, los de tu sonrisa, que ahora, se desparrama al viento como diciéndome algo, como dándome libertad. Fragmento poema “Te dibujo” por Anónimo (2017).

“El dibujo, a diferencia de la pintura, no es una ventana abierta al mundo, sino, más bien, un dispositivo para la comprensión de nuestro lugar en el universo”.

Walter Benjamin, 1973

Cuando dibujo me encuentro en un estado de tranquilidad, un lugar donde simplemente me dejo llevar del momento, es un trazo sobre una hoja suelta o un cuaderno, aunque las paredes y la arena también me han servido de soporte para trazar algo que mis ojos ven o que simplemente recuerdan y redimensionan a la imaginación. Cuando dibujo y retrato a las personas me inspiran su rostro o sus gestos, los momentos compartidos, las conversaciones y los diálogos. Eso crea en mí un lazo a la memoria, cuando reviso mis cuadernos de dibujo me remito a un recuerdo, a un lugar o a los diálogos que tuve con aquella persona. Intercambio y tránsito entre el lápiz, mi mano y mi senti/corpo/pensar.



Imagen 16. ¿Como viajar?. Ilustracion digital. Laura Muñoz. 2024

En esa vía, acojo el concepto y la acción de retratar como una experiencia, pero en este caso ya no como un lugar único del artista, ni como un lugar de práctica técnica de la anatomía humana. El retrato es el dispositivo (es y dispone la experiencia), la representación y el manifiesto simbólico de los encuentros-diálogos con las mujeres adultas, es decir, la huella de la experiencia del habitar y el transitar memorias. Por tanto, es el medio creativo y a su vez la mediación de la reflexión. Es el camino andado, ubicación, declaración y formalización.

El retrato desde las artes plásticas y visuales se ha entendido durante un tiempo atrás como un concepto que se relaciona con el dibujo, la pintura, la escultura y la fotografía, asociado a la representación visual de los rasgos humanos.

Según Payá (2014) el retrato como género artístico aparece “cuando se pretende representar la apariencia visual de un sujeto, en especial, de un ser humano, teniendo como uno de sus objetivos primordiales dejar para la posteridad la imagen del individuo y vencer, así, a la muerte”. (p.10) En otras palabras, el retrato artístico tiene la intención de inmortalizar la imagen de un individuo y permitir que su presencia y memoria perduren más allá de su propia vida. La creación de retratos a lo largo de la historia ha sido una forma importante de conmemorar a personas y preservar su memoria en el tiempo.

La aparición del retrato en Occidente deja en la historia de la humanidad múltiples definiciones que permite una libertad de interpretaciones de su significado, algunas de estas interpretaciones varían y que se vinculan generalmente con el concepto de imagen, las cuales se articulan directamente con la representación o mimesis. La representación, según Amo Vázquez (1989), se basa en la interpretación de un individuo sobre otro, una acción que abarca la representación gráfica de los rasgos característicos del individuo es una acción netamente representativa. A esto, añade Colorado (2013) que, desde el siglo XV la visión del retrato se centraba en una “representación fiel” (hazaña técnica), del individuo es decir se retrataba la imitación de la figura humana, una representación centrada en la cabeza, rostro o un cuerpo entero.

De acuerdo con Debray (1994), la imagen-retrato tiene una cualidad expansiva y puede ser vista como la mejor parte de uno mismo, una abstracción selectiva e idealizada de la vida del individuo representado, siendo a su vez la posibilidad de existencia eterna. Entonces, la función del retrato en el mundo occidental se desarrolló como una representación visual que inicialmente se convirtió en una expresión de la vanidad, continuidad y el poder.

Esto me lleva a pensar en la relación entre el retrato y la existencia, las personas como mundo espaciotemporal, como foco. Pero más allá de una representación desde los códigos del ego, un retrato como crónica visual y memoria sensorial ampliada. Como un acontecer. El retrato no como idealización sino como realidad. Perspectivas del retrato que vienen y se desarrollan en la contemporaneidad.

También es importante mencionar que el retrato no es una imagen fiel del individuo -hablando gráficamente- y desde su percepción análoga. Esta postura la apoya García (2018) entendiendo que: “un retrato no deja de ser más que una visión personal que hace un individuo sobre otro que va a ser retratado. Por ello, no puede decirse que se trate de una imagen fiel, sino más bien, de una interpretación que realiza el artista sobre esa persona en concreto ya que el artista posee una creación figurativa ante la persona que va a retratar”. (p. 61) Además de esto se añade que, el gesto de retratar trae consigo un proceso de percepción de la realidad, podríamos decir que se abre un diálogo con el espacio retratado. Es decir, una experiencia recíproca del retratista con el retratado, un conjunto de momentos que pasan solo en el momento de creación.

En la acción de retratar lo instantáneo, el acto creativo logra una captura de palabras, quizás pensamientos y en otros momentos un gesto físico del cuerpo o del rostro. El rostro habla, por tanto, se manifiesta mediante la gestualidad y el cuerpo lo acompaña desde sus lenguajes. Gubern (2001) define al rostro como: “un verdadero palimpsesto orgánico, y su movilidad hace que, más que expresiones, resulte pertinente considerar sus resultados como verdaderas frases faciales” (p. 40). El palimpsesto como lo menciona Gubern permite decir que el rostro tiene una suerte de memoria en las capas de la piel, pues ella es la imagen y la representación de una persona viva que tiene historias y recuerdos que se movilizan a través de los años.

Primero, entender el retrato como una experiencia y como un encuentro sensible, me lleva a pensar en el tránsito y desarrollo de esta experiencia. Para esto estructuro y realizo 3 encuentros con las mujeres mayores de manera individual, los cuales se desarrollan como situaciones de relacionamiento, narrativa, reflexión y creación. En esa vía, el retrato se va realizando durante estos encuentros, aquellos que disponen a su vez el desarrollo de un mapeo corporal situado y habitado a partir de intercambios, narrativas, intimidad y expresión.

Al finalizar la experiencia, queda formalizado un retrato final como corpografía (identificación, ubicación, representación, narrativa, reflexión y reflejos de vida). Debo decir que, cuando consideré la manera en cómo se podría desarrollar esta experiencia significativa, pensé en encuentros reflexivos, sensitivos, participativos y adaptables al transcurrir de la situación. Encuentros en donde el relacionamiento, el intercambio y la reciprocidad fueran el horizonte. Prácticas que buscaran afectar a las mujeres, permitiéndoles crear significados, generando conocimiento a través del reconocimiento, la emoción, la deconstrucción y la reflexión como seres cuerpo. Es decir, encuentros como acontecimiento. Encuentros valiosos que buscarán promover intercambios y vínculos importantes. Una experiencia vital como lo enuncia Dewey (2005).

De esta manera, el retrato como práctica artística⁴ de co-creación sensible se convierte en experiencia, medio y fin, aquel que se desarrolla y consolida a través de 3 encuentros con mujeres, siendo a su vez posibilitador de una situación relacional-narrativa que consolida mapeos corporales como lugar que visibiliza, ubica y reflexiona la vida (la de ellas y la mía). De esta manera, los encuentros desarrollados e implementados con una intención co-creativa, de identificación y de diálogo reflexivo, en su trayecto van retratando/mapeando a las protagonistas del viaje (artista/investigadora y mujeres mayores).

⁴ La práctica artística como co-creación “son aquellas que se preocupan por generar, en contextos específicos, experiencias colaborativas y democráticas alrededor del arte, integrando el medio local y a los actores que se encuentran allí; además, apuntan a una reflexión ante lo social y la realidad que da cuenta de la participación directa y activa del espectador, de su capacidad creadora y colectiva, preocupándose por el otro, lo intersubjetivo y su realidad inmediata” (Ramos, 2013, p. 57). En otras palabras, se trata de metodologías que tienen como objetivo crear experiencias compartidas y democráticas relacionadas con el arte en situaciones concretas. Además, se dirigen hacia una reflexión sobre cuestiones sociales y la realidad, destacando la participación activa del espectador-participante y su capacidad para contribuir creativamente en conjunto.

¿Y qué son los mapeos corporales? Los mapas, desde la geografía, se entienden como una representación gráfica de un lugar, una superficie, un terreno; es una representación de la dimensión de un lugar. El mapa cuenta con caminos que posibilitan una ubicación sea de norte, sur, este u oeste, a partir de allí se ubican los puntos a recorrer. Partiendo de esta definición puedo decir que, un mapeo corporal en principio es un recorrido por el cuerpo donde se identifican y ubican pensamientos, emociones y sensaciones. Es la posibilidad de caminar por el cuerpo como territorio de vida, como lugar para reconocer, situar y representar. Como afirma Planella (2022b): “desde una posición vinculada con la geografía se dibuja la idea del trazo, del registro de recorridos corporales por un territorio”. (p. 18-19)

En los encuentros para transitar y caminar por el cuerpo se accionará la palabra mapear haciendo referencia a: recorrer y hablar del cuerpo, para el cuerpo y desde el cuerpo. Desde el recuerdo en el cuerpo. La acción de mapear la realizaremos (ellas y yo) desde el reconocimiento e incorporación de momentos relacionales (transitados durante cada encuentro).

El mapeo es una práctica para derribar barreras y fronteras, y permite encontrarnos en un territorio de complicidad y confianza. Es también una dinámica a través de la cual vamos construyendo y potenciando la difusión de nuevos paradigmas de interpretación de la realidad. (Ares y Risler, 2013, como se citó en García, 2017)

En esa vía y como práctica recíproca, el mapeo permite movilizar, interpretar y crear entre nosotras el tránsito de memorias en el cuerpo, en nuestro cuerpo. Entendiendo que “el cuerpo es un verdadero agente de sentido y a través de él se marcan territorios y fronteras en relación a los otros cuerpos”. Planella (2022b, p. 26)

Ahora, para demarcar los mapeos, acogí la corpografía como la acción que formaliza la representación del mapeo corporal. Es la representación gráfica, el trazo. O como diría Planella (2022b) “la relación entre cuerpo, identidad y representación visual (...) se denomina corpografía “ (p. 20). Por distintos motivos podemos vincular el concepto corpografía con el de cartografía: por una parte, porque en realidad podríamos estar hablando de un cierto mapeado

*Definición tomada del diccionario de la Real Academia Española.

de los registros que realizamos sobre y en el cuerpo; y por otra parte por lo que hemos escrito para pensar, para tomar conciencia del cuerpo vivido (Planella, 2022b, p. 18).

A su vez “las corpografías se erigen como una aproximación adecuada que puede permitirnos llegar a descifrar signos que los cuerpos nos dicen, nos transmiten, escriben sobre sus pieles, narran desde sus entrañas y gritan a través de sus poros”. (Planella, 2022a, p. 415)

Narrar o empalabrar el cuerpo hace parte del tinte biográfico de la presente investigación, ese lugar se traza por las diferentes preguntas que movilizan memorias, de alguna manera el cuerpo es el lugar donde transitan. Este lugar corpográfico “es una forma sencilla y efectiva de mirar atrás y al presente, de tomar conciencia y de decir (a uno/a mismo/a y a los otros) como la vida ha atravesado el cuerpo de la persona que habla, escribe, pinta, dibuja, esculpe, narra, etc.” (Planella, 2022b, p. 18)

La corpografía no se trata solo de representar/analizar los cuerpos desde un punto de vista físico, sino de comprender cómo los cuerpos se relacionan con la cultura y cómo son interpretados a través de ésta. Los cuerpos son más que carne; esto significa que los cuerpos no solo existen físicamente, sino que también están imbuidos de significado y poder político. Por tanto, la lectura de los cuerpos desde lo sociocultural en relación con lo simbólico permite una ubicación de identidad de cada persona mayor en el retrato; la representación y el retrato funciona como dispositivo de mediación de los encuentros entre artista-investigadora y mujer adulta, es un gesto que parte del diálogo y que a su vez se moviliza entre las protagonistas del viaje, es decir empalabrar el cuerpo.

Por eso, es fundamental para mi exponer que retrato y corpografía como práctica son correspondientes, en tanto, van construyéndose al tiempo en cada uno de los 3 encuentros durante el tránsito de la experiencia. De esta manera, vamos teniendo una experiencia significativa acogiendo principios del retrato y la cartografía como prácticas sensibles, recíprocas y reflexivas.

DIÁLOGO 3: LA INVESTIGACIÓN – CREACIÓN COMO UN VIAJE DE DESARROLLO: ARTOGRAFÍA Y ENCUENTROS

Cuando me refiero a esta investigación-creación como un viaje de exploración, entendimiento, reflexión y desarrollo de mapeos corporales, quiero decir que es un reconocimiento corporal, el cuál ubicará, formalizará y reflexionará pensamientos y emociones narradas y trazadas en retrato/corpografías. Identificaciones y localizaciones que se realizarán gracias a los seres cuerpo de las mujeres adultas; cómplices y co-creadoras en esta indagación. Este proceso se desarrollará a partir de metodologías que se van construyendo⁵, en la medida que se ponen en diálogo perspectivas de creación artística como el retrato, las prácticas narrativas, los desarrollos corpográficos, el diálogo y las experiencias sensibles. Desarrollos que van nutriendo y tejiendo el proceso que se ha venido profundizando.

⁵ Precisamente este recorrido investigativo y de creación, reunió elementos que a lo largo de su construcción permitió llegar a esta idea final. Puede descubrir esos momentos de exploración en el siguiente “Padlet” un tablero virtual:



Ahora, en el recorrido que ha guiado la presente investigación desde la concepción hasta su culminación, he aplicado un enfoque artístico/formativo/investigativo particular el cual me acoge como investigadora y me apoya para alcanzar el desarrollo de cada trayecto en este viaje. Desde ahí, presentaré la metodología utilizada en la investigación explorando las herramientas, técnicas y enfoques que he aplicado para esta comprensión del ser cuerpo mujer en la vejez y el mío como retratista sensible. Además, presentaré las razones detrás de las elecciones metodológicas y cómo estas han contribuido al análisis y lugares de enunciación de la investigación. ¡El viaje continúa!

Para empezar, esta indagación “Mapeos corporales de la vejez” se desarrolla dentro de la metodología de investigación basada en las artes, desde un enfoque para la indagación y la creación acogido desde la artografía. Pero ¿de qué se trata la investigación basada en las artes (IBA) y en qué se relaciona con la artografía para alcanzar los propósitos de esta Indagación?

La investigación basada en las artes es una metodología de investigación, que se centra en la exploración y comprensión de cuestiones y conceptos a través de la práctica y la expresión artística. Hernández (2008) aborda el término desde la perspectiva de Barone Y Eisner sosteniendo que “la IBA es un tipo de investigación cualitativa que reúne procedimientos artísticos (literarios, visuales y performativos) para dar cuenta de prácticas de experiencia de los diferentes sujetos partícipes (investigador/a, lector/a, colaborador/a), cada interpretación sobre sus experiencias devela aspectos que no se hacen visibles en otro tipo de investigación” (p. 92). En este orden de ideas, podemos afirmar que la IBA reconoce el valor de las expresiones artísticas en la generación de conocimiento y persigue objetivos similares a los de la investigación convencional, como la exploración de Conceptos, la generación de nuevas ideas, la comprensión de experiencias humanas y la contribución al conocimiento en una determinada disciplina. Esto puede incluir la creación de obras literarias, visuales, musicales, teatrales u otras formas artísticas como vehículos para expresar percepciones, ideas y reflexiones.

Ahora desde esta perspectiva, debo decir que esta investigación se sitúa desde la IBA porque entiende que las artes son una forma de explorar y comprender esos puntos de indagación que inician desde la cotidianidad del individuo. En este caso, el entendimiento de la etapa de la vejez en tres mujeres mayores, en diálogo con un tránsito corporal que se hace visible desde narrativas verbales y simbólicas en un retrato. Además, que, reconoce los procesos artísticos como lugares de enunciación que arrojan experiencias sensibles, formativas, reflexivas y críticas. Por tanto, significativas.

Dentro del territorio de la investigación basada en las artes se encuentra el concepto abordado por Rita Irwin el cual se nombra artografía. Este enfoque nutre, se adapta y fundamenta el camino y la intención inicial de la IBA como metodología. La artografía se define desde el acróstico “a-r-t” del cual se despliegan las siguientes palabras: artista (artista) – investigadora (researcher) – profesora (teacher), y su énfasis inicial como enfoque según Marín-Viadel y Roldán (2019) quienes se apoyan en la definición de Irwin es:

La práctica artográfica es una indagación vital, en dos sentidos: es una investigación que está viva y es una investigación que forma parte de la vida de la investigadora. Esta fuerte implicación personal es una cualidad intrínseca tanto de la creación artística como de la experiencia educativa, y tanto de la persona o personas que enseñan como de las que aprenden. (p. 888)

Este aspecto es importante mencionarlo, porque como investigadora, cuando planteo los retratos, los empiezo a entender como experiencias formativas/artísticas y de indagación en su integralidad, siendo parte fundamental para el desarrollo de la co-creación (entre ellas y yo) como una práctica sensible y de mapeo corporal.

En esa vía, tanto mapeos corporales, como narrativas y como retrato; permiten encontrar en cada trayecto de la experiencia diferentes puntos de vista. El de las mujeres mayores como colegas de viaje y el mío como investigadora, repensando cada vez el lugar de experiencia y la reflexión, en torno al cuerpo y la vida en la etapa de la vejez.

El planteamiento de la metodología desde las artes me posibilita entonces, desarrollar ejercicios de creación-mapeo que detonan las memorias de las personas mayores y reconfiguran la práctica del retrato como experiencia recíproca. En relación con esto, Martínez (2017) argumenta que “la investigación tiene la intención de esbozar un mapa de posibles evocaciones vinculadas a la acción de andar como propuesta de intervención donde práctica artística, investigadora y educativa están unificadas desde la mirada artográfica” (p. 123).

Atendiendo a esto, cada una de las experiencias desarrolladas para este viaje procurarán acoger el lenguaje artístico del dibujo a través del retrato, como un mediador articulador de narrativas que disponen reconocimientos y vivencias corporales sensibles, las cuales provocan reflexiones y enunciaciones importantes en las participantes (yo y ellas) como ámbito de aprendizaje colectivo.

Ahora, y sabiendo la multiplicidad de prácticas, lenguajes y reflexiones que se pueden dar en este recorrido, me recojo también en la artografía porque me permite explorar y dialogar desde lo escritural, desde lo narrativo y desde los modos de hacer (crear-dibujar). Por eso, esta exploración investigativa/-creativa es como una invitación a recorrer, a la ubicación, al reconocimiento y a este llamado del “VIAJE”. Mi viaje, nuestro viaje. Analogía para los tránsitos que se dan durante las experiencias, los mapeos corporales y el desarrollo de los retratos disponibles en este camino.

Es necesario decir que, este viaje tiene como propósito un intercambio de significados enfocados en el contexto de las mujeres mayores y yo como investigadora. Esto se desarrolla basándose en la idea de que el pensamiento humano (el de nosotras) no se produce en un vacío abstracto, sino que está arraigado en situaciones concretas, culturas, entornos y experiencias individuales. De esta manera, esta es una investigación de vida porque se trata de estar atentas a la vida en el tiempo, estableciendo relaciones entre cosas que no parecen estar relacionadas, y sabiendo que siempre hay conexiones experienciales por explorar.

Siguiendo con lo metodológico, también tomo decisiones respecto a las maneras de organizar y acompañar los encuentros y el viaje en general como proceso experiencial artográfico. Por eso, después

de saber qué personas íbamos a ser parte de este viaje, era pertinente definir cómo íbamos a registrar el proceso. Aquí sigue el ámbito clave de la artografía.

Como señala Irwin (2013) la A/r/tografía utiliza ideas y formas de representación proporcionadas por las artes para acercar la investigación en ciencias humanas y sociales a la creación artística. Sus conceptos metodológicos fundamentales son la indagación vital, las metáforas y las metonimias. Esta metodología se puede aplicar en diversas especialidades artísticas, como danza, literatura, música y teatro, y otorga igual importancia al texto y a la imagen en la presentación de la investigación. “Los artógrafos pueden utilizar formas cualitativas de recolección de datos comunes en las ciencias sociales como encuestas, recopilación de documentos, entrevistas, observación participante, etc. y se muestran interesados por historias personales, recuerdos y fotografías”. (p. 108). La artografía explora la percepción y el rol del artista/formador entendiendo la imagen, la representación escénica, el sonido y la pala-

- Grabación de audio: permitirá capturar de manera precisa las interacciones verbales y conversaciones de las mujeres mayores generadas en los encuentros, garantizando la integridad de los datos recopilados. Estas grabaciones me permiten una revisión detallada, lo que facilita el análisis, percepción e identificación y la comprensión profunda del encuentro (respuestas, opiniones, emociones, etc.).
- Bitácora viajera: permitirá registrar el paso a paso del retrato, los pensamientos, ideas, inspiraciones, progresos y observaciones relacionadas con el proceso de creación. Este será desarrollado por mí.
- Narrativa biográfica: Conversaciones desarrolladas en los encuentros desde una base semiestructurada, la cual permite que los relatos se desarrollen de manera más natural y se profundice en acontecimientos de la vida. Así mismo, acogerán las fotografías, objetos y los ejercicios sensibles que medien y movilicen recuerdos.

Para cerrar este trayecto, hablaré a continuación de la constitución de los encuentros. Eventos fundamentales para la estructuración y desarrollo de la experiencia y de esta investigación-creación. Para este diseño experiencial (por decirlo así) de cada encuentro, tuve en cuenta la articulación de los siguientes horizontes:

- Vejez como expresión, reflexión y diálogo creativo.
- Identificación, tránsitos y narrativas personales.
- Posibilidad de habitar y ubicar memorias y emociones.
- Retrato como experiencia recíproca y continua.
- Corpografía como representación.
- Corpografía como práctica y desarrollo (ver tabla 2).



Tabla 2: Tomado y adaptado de Planella, J. et al (2022a) Corpografías audiovisuales y educación.

De esta manera, los 3 encuentros sensibles se convierten en la constitución de una experiencia significativa. Cada encuentro con sus momentos, desde sus horizontes y lugares de enunciación busca crear corpografías mediante la co-creación de retratos, dinamizando con cada mujer mayor el situar, habitar, explorar y reflexionar sus memorias a través de narrativas de vida. Es por eso que, el retrato y el cuerpo logran ir de la mano, debido a que “el cuerpo se sitúa como espacio de representación simbólica y se convierte verdaderamente en una corpografía, en un diseño somático de sí mismo que pone en juego la carne, la persona, la palabra y la imagen” (Planela, 2022b, p. 21).

Así, la implementación de la narrativa corporal en relación con el retrato permite el acontecimiento de los primeros testimonios del cuerpo y su imagen, que serán insumos para los primeros trazos del retrato de cada persona mayor, entendiendo siempre este ejercicio como el lugar del mapeo y bitácora de artista, “ emerge así, otras escrituras que abandonan lo habitual para dar paso a una escritura creativa en donde el investigador se implica, propone otras maneras de narrar la existencia y se responsabiliza de los procesos que describe”. (Villalba, 2016, p. 228)

Por esto, se tiene en cuenta fundamentalmente a la población.

Para la estructuración y desarrollo de los encuentros, se requiere un acercamiento inicial a cada una de las tres mujeres. Para ello se les invita a ser parte de este viaje. La elección de trabajar de la mano con estas tres mujeres en particular, parte de que cada una ha creado un vínculo de amiga, compañera y estudiante conmigo. En cada sesión del taller de arte (realizado con la alcaldía), se encontraron lugares de confianza donde ellas manifestaron desconexiones con ellas mismas, con su cuerpo y su entorno social. Ellas también enuncian la necesidad de tener un lugar/momento para sentirse acogidas, escuchadas, donde sentirse bien y distraerse de los momentos y la rutina del día.

Las mujeres mayores que me acompañan en este proceso son vecinas y amigas del grupo del área de persona mayor en el barrio el Carmelo de la UPZ Gran Britalia, ellas hacen parte de la escuela de formación artística de la localidad de Kennedy. A Maribel, a Cecilia⁶ y a Martha las conocí en febrero del año 2023, entre ellas se conocían anteriormente debido a que hacen parte de diferentes grupos de danza y ejercicios físicos del barrio y la localidad.

Ellas tres se integraron al grupo de persona mayor a mi cargo en el mes de febrero, tratando de encontrar un espacio donde encontrarse y despejarse de las tardes largas y a veces solitarias en su propio hogar. Más allá de esta intención, también estaban en búsqueda de un lugar donde explorar su creatividad en la creación y aprendizaje de diferentes técnicas artísticas, tales como: la pintura, el dibujo, el arte textil y las múltiples formas manuales como el bordado, el tejido en crochet, la pintura en tela y la creación de joyas artesanales. Estos aprendizajes lograron recuperar esos saberes heredados de sus mamás y abuelas, también fortalecieron el círculo de la palabra entre el grupo de mujeres que cuenta con 17 integrantes, creamos comunidad desde las enseñanzas y aprendizajes de este grupo que nace de un barrio popular en la localidad.

Cuando se trabaja en territorio, realizando mediación y formación artística en comunidad se logra crear vínculos más allá de docente-estudiante, el trabajo con las mujeres permite crear lazos de amistad y de vecindad, por otro lado, logró identificarme e identificar diferentes mujeres que han pasado por mi vida y a su vez se evidencia en el trabajo con grupos de persona mayor un entramado de experiencias en común que se relacionan con el contexto, el género y la cultura.

Maribel Pardo (60 años), Martha Rodríguez (65 años) y Cecilia León (65 años) son convocadas entonces desde la fraternidad y la posibilidad de descubrir y reflexionar sobre sí mismas. Como un viaje que se regalan. De esta manera, inicio reconociéndonos y explicando las acciones y tránsitos que tendrá el viaje en general como experiencia. Tomando una decisión concertada de participación, correspondencia y avance.

⁶ El primer nombre de Cecilia es Martha, yo normalmente acostumbro a llamarla Martha. Pero durante todo este trayecto y el resto del trabajo de investigación la nombraremos por su segundo nombre “Cecilia” para diferenciarla de Martha Rodríguez.

Siguiendo con los encuentros, se consolida la ruta para los mapas/retrato, tránsitos de un viaje corporal. Cada uno se estructura para realizarse en el hogar de las tres mujeres, en aras de entrar en un círculo de la palabra íntima y permitirnos abrazarnos desde el relato y lograr encontrarnos en una creación que recoge las diferentes visiones e historias corporales y nuestra percepción durante el recorrido.

Estos encuentros se enrután así:

1. Invitación a ser parte del viaje

En principio, este viaje se da de manera co-creativa (como ya se había mencionado). Implica que, sin las mujeres, sin sus historias y la movilización de experiencias no habría lugar para la co-creación. Es por esto, que el primer paso en el andar se da desde la invitación, para poder convidarlas a estos encuentros. Esta invitación se hará de manera colectiva, una vez hayamos terminado la clase taller de la alcaldía.

2. Inicio de encuentros

Para agendar los días en que nos encontramos (cada encuentro durará máximo dos horas). Escribiré a cada mujer vía Whatsapp, tratando de que los horarios nos queden en la disponibilidad de tiempo y espacio, concretando a su vez las visitas y puntos de encuentro cercanos a sus casas.

GUÍA DE CONVERSACIÓN

Infancia

- ☉ ¿Cuál es su nombre, apellido, sobrenombre?
- ☉ ¿Cómo le gusta ser llamada?
- ☉ ¿Cómo se llaman/llamaban sus padres?
- ☉ ¿Dónde y cuándo nació?
- ☉ ¿Tiene/tenía hermanos y hermanas y cómo se llaman/llamaban?
- ☉ Describa el ambiente en su casa y comunidad.
- ☉ ¿Sus padres trabajan/trabajaban? ¿A qué se dedican/dedicaban?
- ☉ ¿Quién la cuidó mientras sus padres trabajaban?
- ☉ ¿Quién la crió: ¿uno de sus padres, ambos, sus hermanos, abuelos, un miembro de la familia extendida o una familia de acogida?
- ☉ ¿Sufrió problemas médicos o enfermedades infantiles?
- ☉ ¿Cuál es su primer recuerdo de la niñez?
- ☉ Describa la vida en su comunidad cuando era niña.
- ☉ ¿Qué juegos jugaba? ¿Quiénes eran sus mejores amigos/as? ¿Qué canciones y canciones de recuerda?
- ☉ ¿Tenía animales o mascotas en su casa?
- ☉ ¿Quién le preparaba la comida y cuál era su plato preferido?
- ☉ ¿Cuáles eran sus responsabilidades de niña?
- ☉ ¿Qué recuerdos felices o tristes tiene de su primera infancia?
- ☉ ¿Quién la consolaba cuando se sentía triste?

Tabla 3: Preguntas formuladas sobre la infancia . Elaborado por Laura Muñoz

Iniciar un retrato por la silueta del cuerpo es una elección artística que destaca la forma y estructura básica de la persona antes de detallar los rasgos específicos. Al comenzar con la silueta, establezco una especie de lienzo en blanco que invita a la exploración y revelación gradual de la identidad de la adulta. Similarmente, comenzar una conversación sobre la vida desde la infancia puede tener un efecto similar. La infancia es la fase inicial de la vida, y hablar sobre ella proporciona un marco general que luego se puede llenar con detalles y experiencias específicas. De manera simbólica, tanto en el arte como en la conversación, comenzar desde lo básico crea una base sólida para construir capas de complejidad y comprensión más profunda. En ambos casos, es un enfoque que invita a la conexión a medida que se revela gradualmente la complejidad y la riqueza de la persona o la historia de vida.

El ejercicio sensible⁷ que se propone para esta sesión es el ejercicio de los colores, consiste en que mujeres adultas crearán un muestrario de colores sobre un folio con lápices de color. Cada color que escoja tendrá que responder a la pregunta ¿qué significado tiene ese color o con qué asocia ese color? Por ejemplo, el rojo podría simbolizar relaciones personales, el azul logros profesionales, el verde aspectos de bienestar, y así sucesivamente.

⁷ Los ejercicios sensibles que se proponen se realizan en simultáneo a la conversación. Es decir, antes, durante o después del encuentro. Estos ejercicios ayudan a movilizar historias y pensamientos.

Al asignar colores a distintas áreas del cuerpo, cada uno con significados específicos, se proporciona a las adultas una herramienta visual para representar sus trayectorias de vida, funcionando como convenciones en la corpografía.

5. Segundo encuentro, el rostro y el torso - adolescencia y la adultez

Este segundo encuentro la conversación se dirige a parte de su adolescencia y adultez, es por esto que los ejercicios sensibles que se proponen para este encuentro son tres: visualización del álbum de fotografías, el autorretrato y la carta de ellas para ellas. En el álbum de fotos, se busca evocar recuerdos significativos al rememorar momentos importantes de sus vidas a través de imágenes, especialmente durante la adolescencia y la adultez. Este ejercicio puede desencadenar reflexiones profundas sobre la evolución personal y las experiencias que han dejado huella.

El autorretrato actúa como un ejercitador visual y emocional, permitiendo a las mujeres explorar cómo se ven a sí mismas en esta etapa de la vida (la percepción de su cuerpo e imagen). Esto puede contribuir a una mayor conciencia de la propia identidad y aceptación del envejecimiento.

La redacción de la carta permite expresar emociones, reflexiones y mensajes de apoyo personal. Este ejercicio da luces a la autoafirmación y la conexión consigo mismas al verbalizar y enunciar lo que sienten, ofreciendo un espacio íntimo para el diálogo interno y la autoexploración.

Y, por otro lado, continuar el retrato por el rostro y el torso permite empezar a centrarme en los detalles de la existencia de ellas en el lienzo, por ejemplo, agregar detalles más íntimos y personales a la representación de la persona. El rostro, en particular, es una parte esencial de la identidad. Detalles como expresiones faciales, gestos y miradas profundizan la conexión emocional y proporcionan una comprensión más completa de la mujer.

De manera análoga, en una conversación sobre la vida, avanzar hacia la adolescencia y la adultez implica adentrarse en capítulos más complejos y ricos en experiencias. Estas etapas de la vida están marcadas por el desarrollo personal, las relaciones, los desafíos superados y los logros alcanzados. Al igual que la adición de detalles al retrato, explorar la adolescencia y la adultez en una conversación permite una comprensión más profunda de la persona, sus

valores, elecciones y la formación de su identidad a lo largo del tiempo. En ambos casos, se trata de revelar capas adicionales que enriquecen la narrativa y fortalecen la experiencia recíproca.

6. Tercer encuentro, extremidades y cuerpo – la vejez

Abrir el encuentro con la invitación a la lectura de la carta que se escribieron para ellas mismas (cada mujer decide si realiza la lectura o prefiere no hacerlo). El retrato, por su parte, continúa con la finalización de las extremidades y el cuerpo completo, esto permite ofrecer una visión integral y completa de la persona. Este enfoque da contexto y muestra la postura, la movilidad y la expresión corporal, fundamental para capturar la esencia física y la personalidad.

De manera similar, se continúa la conversación sobre la vida en la vejez, se pregunta por diferentes afirmaciones y opiniones de esta etapa. Así mismo, al abordar la vejez, se considera no sólo los eventos y logros, sino también la sabiduría acumulada, las lecciones aprendidas y la reflexión sobre la totalidad de la vida.

Al igual que en un retrato que muestra el cuerpo completo, hablar sobre la vejez proporciona una visión más completa de la persona, destacando la totalidad de su trayectoria y contribuyendo a una comprensión más profunda y enriquecedora. Ambos procesos, buscan capturar la complejidad y la riqueza de la experiencia en su totalidad.

El ejercicio de **verse en el espejo** y detallarse se presenta como una herramienta poderosa para explorar la percepción personal del envejecimiento. Después de haber reflexionado sobre aspectos relacionados con la vejez, este ejercicio actúa como un posibilitador para que las mujeres adultas se enfrenten de manera más directa con su propia imagen reflejada.

Al observarse detalladamente en el espejo, las participantes tienen la oportunidad de asimilar visualmente el paso del tiempo en sus rasgos faciales y corporales. Este ejercicio va más allá de una mera observación física y se convierte en una experiencia reflexiva que puede evocar emociones, pensamientos y aceptación de la transformación a lo largo de los años.

Además, el ejercicio del espejo puede ayudarme a reconocer las partes que las mujeres pueden sentir que faltan en el retrato de sí mismas. Puede proporcionar información valiosa sobre las áreas de su vida, identidad o autoimagen que podrían requerir más atención, comprensión o aceptación. Este proceso de autoexploración puede apoyar significativamente a la comprensión más profunda de las experiencias individuales y colectivas de las participantes en relación con el envejecimiento.

Finalmente, se invita a la adulta a escoger los colores de marcador correspondientes al ejercicio de los colores, con este puede trazar esas líneas de vida, es decir el la corpografía. Este mapeo corporal llega de diversas preguntas como: ¿puedes señalar en tu cuerpo dónde sientes la mayor carga de tus vivencias más queridas? ¿dónde ubicas esos momentos que dolieron? ¿dónde guardas las experiencias que más te marcaron? ¿en qué parte de tu pecho late más fuerte la melodía de tus amores más profundos? ¿dónde están los sentimientos? Si tu corazón fuera un viajero, ¿qué rutas habría recorrido a lo largo de los años? ¿En qué parte de tu ser resonaría más fuerte la risa de tus momentos más felices? ¿la vejez es sinónimo de? Atendiendo lo anterior tenemos entonces un viaje con tres encuentros, conversaciones, ejercicios sensibles, corpografías y retratos. Una investigación-creación abrazada siempre por el andar, la narrativa, la escucha y el trazo.



Imagen 17: Dolor. Ilustración digital. Laura Muñoz. 2024



Imagen 18: Petalos de la vida. Ilustracion digital. Laura Muñoz. 2024



Imagen 19: La melodía de los amores. Ilustración digital. Laura Muñoz. 2024

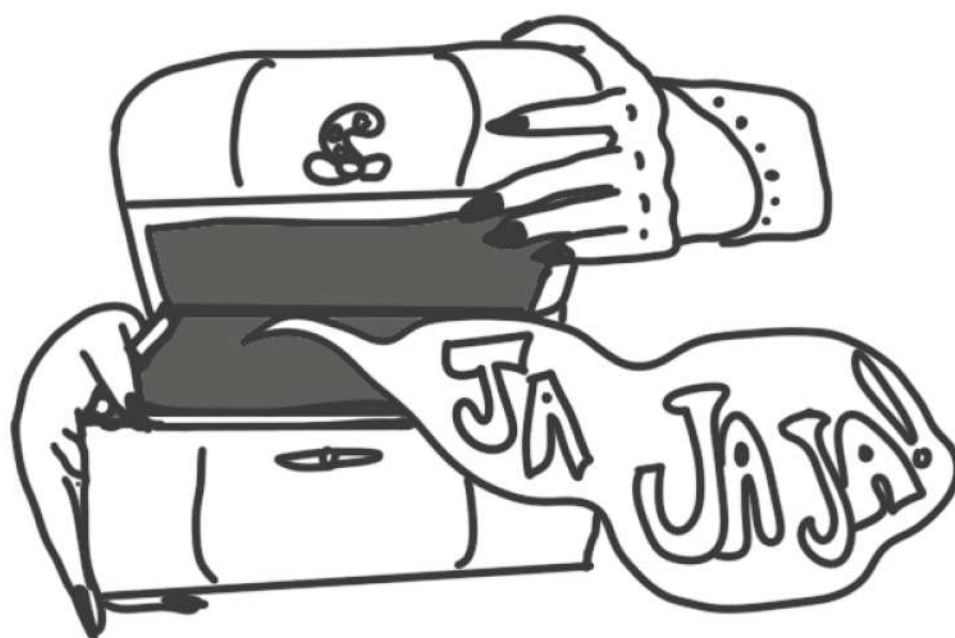


Imagen 20: Resonando alegrías. Ilustración digital. Laura Muñoz. 2024

Cerrando este trayecto...

¿Cómo se presenta la co-creación (retratos, corpografías y los hallazgos)?

Para poder narrar los hallazgos se desarrolla en una primera parte, la voz que tengo dentro de este viaje, como artógrafa. Allí, hay un lugar que es el cuerpo presente dentro del espacio y un lugar interno de pensamiento y conciencia a la hora de retratar y entender las reflexiones de los ejercicios sensibles, por tanto, este primer lugar dentro de los hallazgos atiende a la experiencia por parte de la artógrafa-yo cómo ser cuerpo.

En una segunda parte se describen los momentos de las mujeres, en relación con algunos de los fragmentos de las conversaciones tenidas, estos fragmentos se reúnen en lugares comunes encontrados en las tres adultas, y esto se da según los trayectos trazados, el significado de las palabras y de los colores. Todo esto, corpografía como un mapa con sus respectivas convenciones, eso quiere decir que esta es la parte de la experiencia de las mujeres. Por último, se visualizan todos los retratos/mapeos como creación.

Quisiera decir que este viaje sobre los mapeos corporales de la vejez desde la investigación- creación emerge como un valioso aporte al campo, al fusionar la expresión artística con la experiencia del envejecimiento. Situación que fortalece mi lugar de enunciación como docente/artista de adultos mayores.

También, el diálogo con diversos autores en este trayecto me proporcionó el andamiaje para entender la relación entre la vejez, el cuerpo y el retrato/corpografía como medio y fin, ayudándome a construir experiencias correspondientes para este viaje.

Avanzo...

En el siguiente y último trayecto, usted encontrará las narrativas, corpografías/retratos y hallazgos que se desembocaron en este viaje de co-creación. ¡Nos vemos en el desenlace de este viaje!

REFERENTES DEL TRAYECTO ANDADO

Amo Vázquez, J. (1989). Una teoría sobre el retrato. *Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, 3, 171-176.

Beauvoir, S. (1970) *La vejez*. Buenos Aires: Sudamericana. Colorado Nates, O. (2013). Retrato y fotografía. Oscar en Fotos. <https://oscarenfotos.com/2013/07/27/retrato-y-fotografia/>

Debray, R. (1994). *Vida y muerte de la imagen: historia de la mirada en occidente*. Barcelona: Paidós.

Dewey, J. (2005). *E l arte como experiencia*. Paidós.

Foucault, M. (1999) *Estética, ética y hermenéutica*. Barcelona: Editorial Paidós.

García Romo, C. (2018). *El arte del retrato*. Universidad de Sevilla.

García-Huidobro Munita M. R. (2017). Retratar a otras mujeres y cartografiar nuestros vínculos. *Investigaciones Feministas*, 8(2), 603-618. <https://doi.org/10.5209/INFE.54143>

Gubern, R. (2001). Del rostro al retrato. *Análisis. Cuadernos de comunicación y cultura*, (27), 37-42.

Hernández, H. F. (2008) *La investigación basada en las artes. Propuestas para repensar la investigación en educación*. 5 – Número 2 / julio – diciembre de 2010 5- 8

Irwin, Rita L., “La práctica de la a/r/tografía”, traducido del inglés por Diego García Sierra, *Revista Educación y Pedagogía*, Medellín, Universidad de Antioquia, Facultad de Educación, vol. 25, núm. 65, enero-abril, 2013, pp. 106-113.

Le Breton, D. (1995) *Antropología del cuerpo y modernidad*. Buenos Aires: Editorial Nueva Visión.

Leavy, P. (2014) Introduction. En: *The Oxford Handbook of Qualitative Research*. Oxford: Oxford University Press. pp. 1-6.

Mandoki, K. (1994) *PROSAICA: Introducción a la estética de lo cotidiano*. México: Grijalbo

Mariluz, G. (2022). El cuerpo y el envejecimiento. Una perspectiva filosófica y sociológica. *Perspectivas De Investigación En Educación Física*, 1(2), e012. <https://doi.org/10.24215/29534372e012>

Marín-Viadel, R.; Roldán, J. (2019) *A/r/tografía e Investigación Educativa Basada en Artes Visuales en el panorama de las metodologías de investigación en Educación Artística. Arte, Individuo y Sociedad* 31(4), 881-895

Martínez, M. (2017) "Andar, narrar" ex-periencias a/r/tográficas basadas en el paseo como pro-puesta de intervención en diferentes contextos. *Sophia*, 13(1):122-131.

Méndez Reyes, J. (2008). Memoria individual y memoria colectiva: Paúl Ricoeur. *Agora Trujillo*, 22, 121-130.

Morales, Y. A., & Angulo, X. C. (2021). Bitácora, serendipia y multimedios: Construyendo metodologías creativas en la investigación artística: logbook, serendipity and multimedia: Building creative methodologies in artistic research. *Latin American Journal of Developm* 3(6), 3848-3857. <https://doi.org/10.46814/lajdv3n6-029>

Payá Iborra, S. (2014). El arte del retrato: Dimensión pedagógica y cultural. Universidad de Valladolid.

Planella, J. (2022b). Archivar la memoria corpográfica: apuestas por la masculinidad sensible en el contexto del cuerpo-archivo. En José Jorente, M.; San Segundo, R.; Antonio Frías Montoya, J.; Martínez-Ávila, D.; Alpi Landim, L. (eds.), *Curación digital y género en la Ciencia de la Información*, Salamanca: Ediciones Universidad de Salamanca.

Planella, J., Chiva, O., Salvador, C., & Pallarés, M. (2022a). Corpografías audiovisuales y educación. Diseñando líneas de fuga para nuevas masculinidades docentes desde la pedagogía sensible. *Fotocinema: revista científica de cine y fotografía*, 25, 411-434.

Ramos, D. (2013) La investigación narrativa y las prácticas artísticas comunitarias: algunas posibilidades, encuentros y desencuentros, *Calle 14*, 7 (10), 61-73

- Segovia, P. R. (2018). Modernidad: cuerpos envejecidos, ¿sujetos envejecidos? *Cultura-hombre-sociedad*, 28(2), 187. <https://doi.org/10.7770/0719-2789.2018.cuhso.06.a07>
- Suaya, D. (2015). El cuerpo de la vejez desde una perspectiva de género. *Aproximaciones desde La vejez de Simone de Beauvoir. Cadernos CEDES*, 35(97), 617-627.
- Sullivan, G. (2010). *La práctica artística como investigación: la indagación en las artes visuales*. Thousand Oaks, Estados Unidos
- Ríos Segovia, P. (2018). Modernidad: cuerpos envejecidos, ¿sujetos envejecidos?. *Cultura-hombre-sociedad*, 28(2), 187-200.
- Torres, S. (2023, 02 de mayo). *Identidades, cuerpos y disidencias: retos en educación [Ponencia]*. Cátedra Doctoral en Educación y Pedagogía: Diversidad e inclusión en educación, Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia.
- Villalba, R. (2016, enero-diciembre). *Corporrelato: una experiencia de investigación y creación*. *Revista Corpo-grafías: Estudios críticos de y desde los cuerpos*, 3(3), p-p 224-231. ISSN 2390-0288.
- Yuni, J. A., & Urbano, C. A. (2008). Envejecimiento y género: perspectivas teóricas y aproximaciones al envejecimiento femenino. *Revista Argentina de Sociología*, 6(10), 151-169

Arrugas de la sabiduría

Las arrugas en el rostro, surcos de vida,
dibujan la sabiduría ganada con los años,
como hojas de un libro, cada línea cuenta,
en la vejez, la esencia florece en el tiempo.

Gabriela Mistral

LACHA.24



03

TRAYECTO:

Mapeando/ retratando el Cuerpo

| | |
|--|----|
| El encuentro, la co-creación, la artógrafa y su sentir..... | 9 |
| Encuentros con Maribel..... | 11 |
| Encuentros con Cecilia..... | 28 |
| Encuentros con Martha..... | 41 |
| Maribel, Cecilia y Martha. | 52 |
| Corpografías: diálogo, narrativas, recuerdo y retrato..... | 52 |
| Mapeos corporales de la vejez..... | 66 |
| Carta - Lo que dejó este viaje..... | 79 |
| Referentes del trayecto andado..... | 87 |

RUTA DE IMÁGENES

| | |
|--|----|
| ● Imagen 21. Primer encuentro 15 de agosto de 2023..... | 13 |
| ● Imagen 22. Bitácora viajera. | 17 |
| ● Imagen 23. Ejercicio de los colores realizado por Mari Pardo..... | 20 |
| ● Imagen 24. Segundo encuentro 28 de agosto de 2023 | 21 |
| ● Imagen 25. Autorretrato realizado por Mari Pardo..... | 23 |
| ● Imagen 26. Carta de Mari para Mari..... | 25 |
| ● Imagen 27. Tercer encuentro 01 de septiembre de 2023..... | 27 |
| ● Imagen 28. Primer encuentro 16 de agosto de 2023..... | 30 |
| ● Imagen 29. Ejercicio de los colores realizado por Martha Cecilia León..... | 32 |
| ● Imagen 30. Segundo encuentro 23 de agosto de 2023..... | 34 |
| ● Imagen 31. Carta de Ceci para Ceci..... | 36 |
| ● Imagen 32. Tercer encuentro 02 de septiembre de 2023 | 40 |
| ● Imagen 33. Primer encuentro 18 de agosto de 2023..... | 43 |
| ● Imagen 34. Ejercicio de los colores realizado por Martha Rodríguez..... | 45 |
| ● Imagen 35. Segundo encuentro 24 de agosto de 2023..... | 47 |
| ● Imagen 36. Carta de Martha para Martha..... | 48 |
| ● Imagen 37. Tercer encuentro 01 de septiembre de 2023..... | 50 |
| ● Imagen 38. Relaciones de color..... | 52 |
| ● Imagen 39. Relación de palabras | 54 |

| | |
|---|----|
| • Imagen 40. Maribel fragmento cabeza..... | 56 |
| • Imagen 41. Martha fragmento pies..... | 58 |
| • Imagen 42. Martha fragmento manos..... | 58 |
| • Imagen 43. Cecilia fragmento cabeza..... | 60 |
| • Imagen 44. Mari fragmento pecho..... | 61 |
| • Imagen 45. Martha fragmento cabeza..... | 62 |
| • Imagen 46. Mari fragmento medio cuerpo..... | 63 |
| • Imagen 47. Cecilia fragmento pecho..... | 64 |
| • Imagen 48. Proceso de retrato Mari, día uno y dos..... | 68 |
| • Imagen 49. Proceso de retrato Mari, día tres con mapeo..... | 69 |
| • Imagen 50. Mapeo corporal Mari..... | 70 |
| • Imagen 51. Proceso de retrato Ceci, día uno y dos..... | 72 |
| • Imagen 52. Proceso de retrato Ceci, día tres con mapeo..... | 73 |
| • Imagen 53. Mapeo corporal Ceci..... | 74 |
| • Imagen 54. Proceso de retrato Martha, día uno y dos..... | 76 |
| • Imagen 55. Proceso de retrato Martha, día tres con mapeo..... | 77 |
| • Imagen 56. Mapeo corporal Martha..... | 78 |

TERCER TRAYECTO: MAPEANDO / RETRATANDO EL CUERPO

Se recogen narrativas, mapeos corporales de las personas mayores, formalización en retratos y hallazgos

Debo decir, que este viaje me ha llevado a explorar las profundidades de las artes, la indagación y la formación, acompañada en este camino por las mujeres mayores, sus narrativas, cuerpos, expresiones, imaginarios, maneras de entender la sociedad y la cultura. Desde allí, acogeré este último trayecto de la investigación Mapeos Corporales de la Vejez, donde nos sumergiremos en el corazón de nuestra indagación. En este tercer libro están las narrativas, la creación de los mapeos corporales de las personas mayores y su formalización en retratos y hallazgos.

El libro se divide en tres momentos desde los diferentes protagonistas (yo-mujeres mayores-experiencia recíproca). El primero contextualiza desde mi perspectiva de artógrafa, una narración descriptiva lo que sucedió en cada encuentro durante el viaje con las mujeres, es decir, narro mi lugar dentro de cada experiencia y el lugar creativo del proceso de retratarlas, para distinguir de alguna manera estos dos lugares desde los que hablo y narro los encuentros, se proponen dos colores distintivos: azul y negro. El negro como parte de lo que estaba pasando en ese momento en el espacio y el azul como la introspección sensible que tenía a partir del proceso del retrato.

El segundo momento, se reconocen las narrativas personales de las mujeres adultas, sus recuerdos y como estos se sitúan en el cuerpo. Se toman fragmentos importantes de sus recuerdos y se coloca en la línea de color trazada por ellas. Allí vivencian y reconocen las narrativas personales (pensamientos, reflexiones, emociones y sensaciones), en aras de formalizarlas y hacerlas presente ubicándolas en su cuerpo como territorio. Como un mapeo.

El tercer momento muestra la definición de cada mapeo visualizando el tránsito de los recuerdos, el retrato finalizado y algunos fragmentos que permiten situar la intención de este viaje.

-
gativo que tuve a lo largo de dos años. Lugares que no había contemplado al inicio de esta indagación y procesos importantes que también se acogieron durante cada paso, no sin más, dejar una perspectiva de lo que puede llegar a ser el trabajo con las mujeres, con las personas mayores, con los/las artistas y docentes que se permiten hablar desde el otro como un compañero de viaje, es decir, de experiencias de vida que en lo cotidiano encuentra inquietudes poderosas, que nos mueven como sociedad para seguir apostándole a otro tipo de recorridos a futuro como docentes/artistas/investigadores.

EL ENCUENTRO, LA CO-CREACIÓN, LA ARTÓGRAFA Y SU SENTIR

Cuando comencé este viaje como investigadora, artista y docente, nunca me imaginé que podría reconocer desde la experiencia, tantos momentos recíprocos y sensibles, aquellos que en esta investigación se vivieron en compañía de las mujeres mayores. Debo decir que el papel de artógrafa me otorgó el rol como mediadora de experiencias, tejiendo y dando un lugar a las artes, la enseñanza y a la investigación como banderas que me ayudaron a recorrer las inquietudes que tenía al comienzo de esta travesía. Este viaje, sin duda, me motivó y me sigue motivando a recorrer caminos que muestren diferentes voces, lugares y vidas.

El siguiente apartado dispone entonces, las vivencias que me transitaron como retratista artógrafa, dándole lugar a mi voz, en tanto parte fundamental de ese encuentro recíproco con ellas. Cada encuentro transitó en mí, preguntas, reflexiones y

sensaciones que van demarcando otra parte de aquel mapa que vamos construyendo. Este tránsito se acompañará de narrativas descriptivas y diarios de campo, los cuales dispondrán mi experiencia como mediadora respecto a los encuentros, el retrato como dispositivo y los ejercicios corporales y sensibles, desarrollados.

Estaba expectante de lo qué iba a encontrar. Debo decir, que creer en mi caminar fue lo que al principio me costó. Agosto reinició el año 2023. Realmente estaba muy emocionada por lo que estaba por vivir de la mano con Maribel, Cecilia y Martha. Los encuentros se estructuraron, las preguntas se dispusieron, el lápiz se preparó y la experiencia con ellas comenzó.

Cada encuentro, cada trazo, cada casa era un lugar diferente, cada gesto en el rostro de las mujeres era una memoria, cada recuerdo hallaba un sitio en sus cuerpos aumentando su significado en las formas de narrar su historia... de volverla a sentir. Ambas estábamos sintiendo.

Este viaje inicia cuando me acerco a cada una y la invito a ser parte de este tránsito. Este llamado ocurrió de una manera muy tranquila, después de nuestro taller de crochet el cuál teníamos los lunes y jueves cada semana. Precisamente un jueves en la tarde y con un poco de ansiedad, me reuní con cada mujer y las invité a ser parte del proyecto. Les expliqué el porqué de este viaje, en palabras poco rimbombantes para que ellas lograrán entender que camino íbamos a andar. Cada una a su manera aceptó ser parte de este viaje, emocionadas por el tema del retrato y la acción de contar su vida, aunque el tema del cuerpo para ellas era aún inexplorado, porque nunca habían reflexionado a partir de su cuerpo. Esto generaba una suerte de expectativa en el aire. Para la semana número dos del mes de agosto, empecé a agendar las diferentes visitas con las mujeres. El primer encuentro durante la semana uno se agendó con Maribel, después con Cecilia y finalicé con Martha.

ENCUENTROS CON MARIBEL

Las fechas de los encuentros fueron las siguientes:

Martes 15 de agosto del 2023.

Lunes 28 de agosto del 2023.

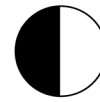
Viernes 01 de septiembre del 2023.

Los audios de las conversaciones, las puede encontrar en el siguiente código QR:





Mientras retrataba



¿Qué pasaba?

El camino que recorrí con Mari se caracterizó por ser un trayecto de desahogo, donde se evidenció la necesidad por contar sus experiencias. Por mi parte, fue un lugar de empatía y reflexión. Cuando ella relataba su vida, sentía que sus momentos eran consejos para mi historia.

Antes de llegar a la casa de Maribel, me percaté de llevar un alimento como cualquier viaje o visita (esto me lo enseñó mi mamá), como sinónimo de compartir. Un ritual que me permitiría crear un círculo de la palabra, de confianza y de creación.

Compré un roscón de bocado recién salido del horno, momento después me dirigí caminando a la casa de Mari con expectativa y varios pensamientos respecto a cómo podría salir el encuentro. Recuerdo que ese día estaba lloviendo bastante fuerte y no encontré su casa fácilmente, la llamé y ella salió a recogerme en un punto cercano.

Cuando me la encontré me emocioné bastante, pues al verla sabía que estábamos próximas a iniciar con nuestro primer trayecto. En ese momento no era consciente de lo que mi cuerpo estaba tratando de decir. Ella me saludó y me dio un abrazo. Me dirigió hacia donde era su casa. Y mostró que no la encontró porque justo la casa estaba en un terreno destapado, siendo la última de la cuadra.

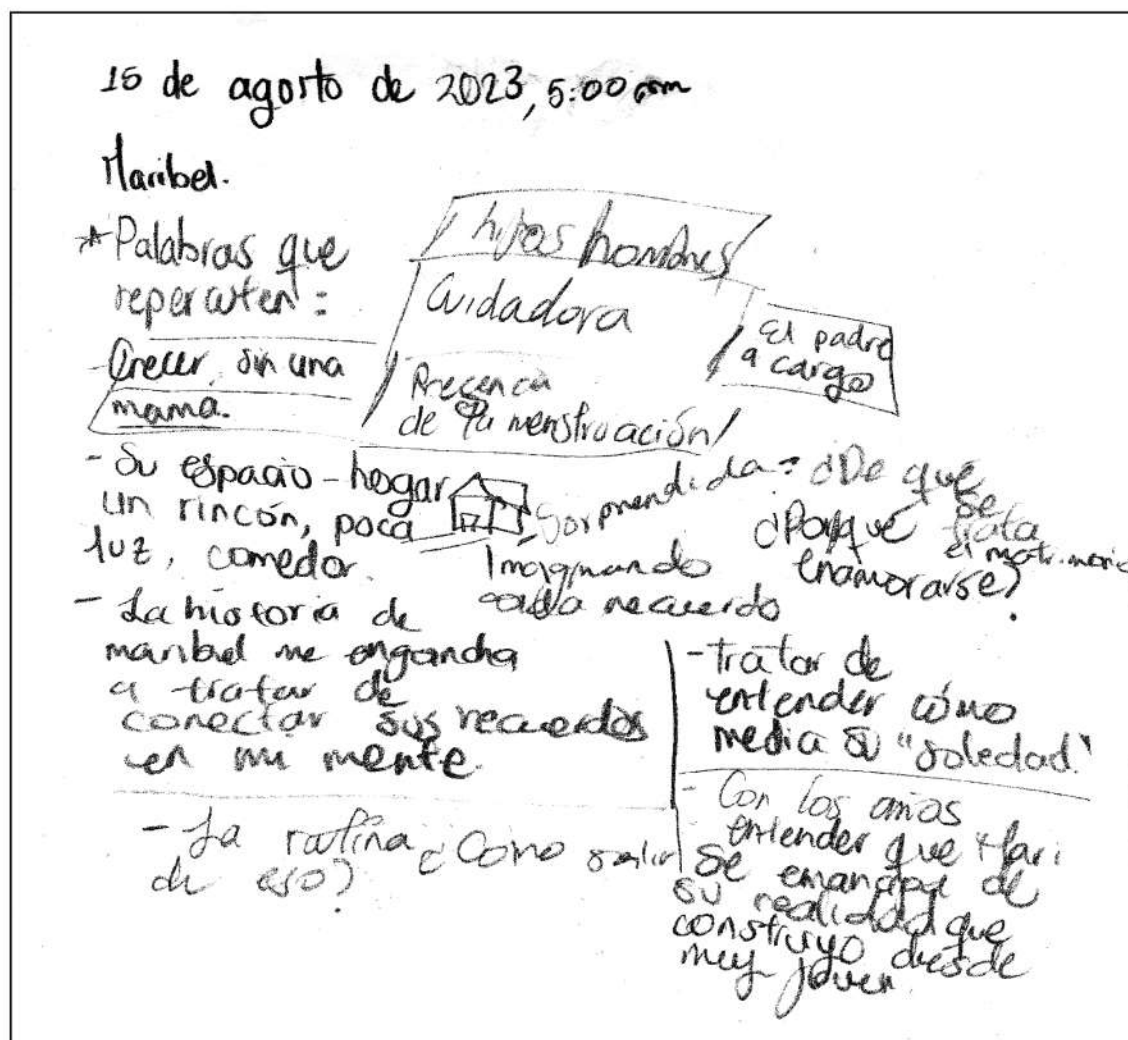


Imagen 21. Primer encuentro 15 de agosto de 2023 - Casa de Maribel. Bitácora viajera - Laura Muñoz "Maribel.

*Palabras que repercuten: Creer sin una mamá, hijos hombres, cuidadora, presencia de la menstruación, el padre a cargo

- ¿De qué se trata el matrimonio? ¿Por qué enamorarse?

- Sorprendida - imaginando cada recuerdo

- Su espacio - hogar. Un rincón, poca luz, comedor.

- La historia de Maribel me engancha a tratar de conectar sus recuerdos en mi mente.

- La rutina ¿Cómo salir de eso?

- Tratar de entender cómo media su "soledad"

- Con los años entender que Mari se emancipa de su realidad que construyó desde muy joven".

Recuerdo que cuando entré a su hogar, el ambiente olía a guardado. Como a muebles viejos. Mi cuerpo entró en una disposición totalmente diferente. En ese momento se dispuso tímido y un tanto curioso y ansioso, ya que era la primera parada de este viaje. Era el primer encuentro y quería que todo saliera bien. Mari me ofreció café, mientras nos sentábamos en el comedor. Salude a su gato, que de manera curiosa pasó, por un lado. Luego Mari se sentó y se quedó mirándome fijamente como a la espera. Pensé que probablemente ella estaba curiosa por mi presencia en su casa, ya que la relación que teníamos en principio era la de profesora - estudiante. Sin duda esa mirada me quería preguntar... ¿qué era lo que yo iba a realizar con ella en su casa? Traté de ser muy sincera, y con tono asertivo le dije que se sintiera tranquila. Le expliqué que era un ejercicio de ella, para ella. Que era una cuestión sobre el cuerpo de los adultos mayores que venía preguntándome durante 4 años. Y que era muy generosa al querer participar del proceso. Yo sabía que Mari tenía una vida con muchas preocupaciones, porque ella lo había mencionado antes en los talleres de crochet.

Vi que había trabajos de los que realizamos en clase encima de la mesa, ella me mostro un bordado de girasol, me dijo que el hilo de color amarillo primario se le había acabado y que por tanto le tocó acabar el bordado con amarillo ocre.

Le sonreí, y le di mi opinión de cómo le había quedado el bordado, resaltando el contraste de los hilos amarillos de diferentes tonalidades. En ese momento presencié un lugar de cercanía con el ejercicio de los colores, saqué de mi maleta una caja de lápices de color doble punta y arranqué una hoja de mi bitácora.

Le di la posibilidad a Mari de escoger los colores que quisiera. Con la premisa de que los colores debían hablar con ella, es decir, que ella los acogiera por gusto, por interés o por preferencia. Le dije que fuera colocando las muestras de color en la hoja, y que fuera pensando con que emoción, sentimiento o cualidad relaciona ese color.

Cuando empezó a realizar el ejercicio lo hacía con bastante libertad, mientras hablaba jugaba con el color girándolo entre sus dedos. Se notaba tranquila en ese momento, en medio de la conversación solo realizaba percibían algunas dudas respecto la elección los colores. Su rostro y postura siempre se mantuvo en un gesto neutro, sonreía de vez en cuando, y acomodaba su postura en la silla.

La bitácora viajera que me acompaño en este caso es una libreta de tamaño media carta, con hojas bond de un gramaje de más de 120 y el lápiz en este caso era un 2B convencional. Me permito decir que la bitácora tiene de todo un poco, me funciona como planeador, como cuaderno de apuntes o de dibujo. Quizás ha tenido más viajes conmigo.



Imagen 22. Bitácora viajera. Libreta utilizada para la creación de retratos y reflexiones.

Soy de esas personas que observan a los ojos cuando alguien me está hablando, aunque a veces mi mirada puede dirigirse a otra parte del rostro. Por ejemplo, algo que me llame la atención, como mueven la boca, la forma de los dientes, las cejas o también observo su lenguaje corporal. Nunca había retratado a nadie mientras teníamos una conversación directamente.

Se complicaba un poco tratar de dibujarla ya que tenía un constante movimiento de su cabeza, decidí preguntarle cómo le gustaría quedar retratada, ella me dijo que le gustaría quedar sentada y con el cabello liso; algo que para mí ya era sorprendente porque su cabello naturalmente no es lacio. Debo decir que, cuestioné esa decisión, ella me respondió que con el cabello liso se veía mucho mejor; yo le respondí diciéndole que iba a dibujar lo que en ese momento estaba viendo, es decir, su cabello crespo.

Lo primero que realicé del retrato fue un boceto a líneas del espacio-silueta de su cuerpo y cabeza. Cuando Mari hacía pausas y me miraba ubique líneas guías para los ojos, nariz y boca. Soy de esas dibujantes que trata de acoger visualmente lo más que pueda, esas líneas me permitieron ubicar la dirección y la posición de otras partes del cuerpo. Sabía, además, que este y los demás retratos eran más de líneas que de valoración¹.

¹ Valorizar, es definir las distintas tonalidades del dibujo, es decir, los distintos matices de gris que comprenderá.

Inicié la conversación preguntando su nombre y cómo le gusta que la llamen, después quise saber de sus padres, de sus hermanos, del lugar donde nació y creció. Con solo preguntar por su infancia, ya tenía para escribir mil historias. Este encuentro recogió las diferentes experiencias que han marcado la vida de Mari, podría decirse, que, solo en el primer encuentro reveló varios temas importantes. Se concentró tanto en nuestro espacio de habla y escucha, que de repente pausaba por varios minutos en el ejercicio de los colores. Lo olvidaba en momentos y volvía y retomaba su ejercicio mientras platicaba.

Había algo particular en el tono y volumen de voz de Mari, si hablaba de su esposo bajaba la voz, si hablaba de su hermana enfatizaba elevando el volumen de su voz, es decir se neutralizaba. Mientras avanzábamos en su infancia y parte de su adolescencia... Yo me sentía como niña asombrada, me imaginaba todo lo que me iba contando, de echo también pause por varios minutos mi avance del retrato, aunque sabía que en esa sesión el objetivo solo era situar a Mari en la hoja, empezar a darle existencia en el dibujo.

Ella tenía muy presente los recuerdos de su niñez, describía cosas muy bien, por ejemplo, que aspecto tenía la casa donde se crió, la edad que

tenía cuando tuvo su primera menstruación, las labores que le correspondía realizar, entre otros recuerdos entrelazados. De vez en cuando, las historias nos llevaban más allá de la intención, por lo que tocaba regresar algunos pasos para seguir con nuestro viaje. Ese día finalizó con un abrazo, dando gracias por el tinto y el pan, por el espacio de conversación y por el rato que Mari se regaló a sí misma. Quedamos de agendar nuestro segundo encuentro...

Pasaron casi quince días después del primer encuentro, sentía que se estaba enfriando nuestro vínculo de confianza que creamos el día uno. Cuando volví a la casa de Mari, entré con grandes expectativas, me emocionaba la idea del ejercicio que estaba planeado para ese día. Mari me explicó que no había podido verme antes porque se le habían presentado varios asuntos personales.

Para este segundo encuentro se realizaron los ejercicios de la visualización del álbum de fotografías, la creación del autorretrato y una carta de ella para ella, fueron esos lugares sensibles, que permitieron empezar a caminar desde la palabra hacia el cuerpo.



Imagen 23. Ejercicio de los colores realizado por Mari Pardo.

Ella me preguntaba si era posible que dos o más colores significaran lo mismo. Le respondí que sí, si era parte de su sentir y decisión.

28 de agosto de 2023 4:30 pm

Maribel

Empezar a ver los recuerdos y fotografías de Maribel me pone a pensar en el aspecto físico de las personas, cada que veía las fotos, y dibujaba, y detallaba a Maribel, tratando de entender cómo su rostro había cambiado. En algunos momentos, la Maribel de las fotos no se parecía a la que estaba frente a mí.

Me daba la sensación de que cuando ella se miraba, se miraba con nostalgia, así ocurrió cuando se retrató.

Me pone a pensar ¿cómo será mi cambio en unos años?

Imagen 24. Segundo encuentro 28 de agosto de 2023 – Casa de Maribel. Bitácora viajera – Laura Muñoz “Empezar a ver los recuerdos y fotografías de Maribel me pone a pensar en el aspecto físico de las personas, cada que veía las fotos, dibujaba, y detallaba a Maribel, tratando de entender cómo su rostro había cambiado. En algunos momentos, la Maribel de las fotos no se parecía a la que estaba frente a mí. Me daba la sensación de que cuando ella se miraba, se miraba con nostalgia, así ocurrió cuando se retrató. Me pone a pensar ¿Cómo será mi cambio en unos años?”.

Por mi parte, antes de cada encuentro con las mujeres mayores, mejoraba el retrato, definiendo la forma y avanzando en su ejecución.

Mari mencionó que hace rato no abría los álbumes, solo de vez en cuando los hojeaba, otras veces simplemente los ignoraba. Las fotografías invitan a las personas a recordar y a contar. Las imágenes que visualizamos hablaban de amor, de recuerdos de pareja, de juventud, vida y familia. Hay algo particular en las historias de amor de las mujeres mayores, en su mayoría hablan de dolor, despecho e infidelidad, este tipo de sentimientos y comportamientos hablan también de un lugar de resistencia, sanación y resiliencia emocional.

La situación de Mari con su esposo es desoladora, yo la sentí de esa manera, me puso nostálgica saber que todos los intentos por amar se iban desvaneciendo cada vez que él volvía al hospital a trabajar. Él trabajaba en un hospital como auxiliar de ambulancia, Mari sabía que estando en la casa no tenía mucho que ganar en la fidelidad. Las fotografías permitieron mover recuerdos, enunciarlos y hasta reflexionarlos. Me daba cuenta de que, en general, todos los álbumes fotográficos que pude ver tienen características en común normalmente siempre empiezan con la fotografía los bebés, de la mujer embarazada, algo relacionado con el bautizo o con el matrimonio; unas páginas más adelante se evidencian asados familiares, paseos de olla campo y ciudad.

La esencia del retrato está en la mirada de la persona, muchas veces eso es lo que cobra vida al dibujo de un rostro, lo mismo pasa con el gesto. Lo que más me costaba era tratar de encontrarle el lugar y la esencia a su mirada. Tuve momentos donde borraba, paraba y volvía, aunque reconocía que eso también era parte de lo que estaba construyendo con ella en ese momento.

Cuando empezamos con el ejercicio del autorretrato, la primera impresión de Mari fue decir: “no sé dibujar” y se quedó pensando cómo dibujarse. Mari mencionaba que las pecas fue lo primero que empezó a aparecer en su piel, las arrugas alrededor de su boca y la flacidez con la que empezaba a lidiar.

Le empecé a preguntar cómo era la forma de su rostro, cómo consideraba que era la contextura de su cuerpo, cuál era la forma de sus ojos, de sus cejas, la forma de su nariz y boca. Vistió a su autorretrato con falda, pues extrañaba utilizarla, a pesar de que en el día a día no las utilice. Se acompleja por sus manchas y porque sus piernas han perdido rigidez. Justamente los pies no están en el dibujo, no los muestra. Pero sí hace una anotación identificando que los zapatos/pies se los hizo al lado izquierdo porque no cabían en la hoja.



Imagen 25. Autorretrato realizado por Mari Pardo.

“Los zapatos se los hice al lado porque no me cabían los pies en la hoja”

LA CARTA

Minutos después inició la carta de Mari para Mari, se le veía pensativa, ya que nunca había hecho un ejercicio de escribirse para ella. Le dije que podía escribirse el mensaje que quisiera y que a su vez podía leerlo en voz alta o simplemente guardarlo y no compartirlo. Tardó en realizar su carta y mientras yo seguía dibujándola, me sentía tranquila en dibujarla, pues cuando se hizo su autorretrato me dio pistas para saber cómo empezar a definir su forma en el retrato, pienso que las pausas ahora fueron claves para mantenernos en calma y en un espacio de confianza.

En cada encuentro las mujeres mayores no tenían la misma ropa. Simplemente las retraté con la ropa del segundo encuentro a cada una. La forma de sus brazos era fácil captarla siempre me han gustado las formas que tienen los brazos y las piernas, pienso que es lo que más resalta el cuerpo de una mujer.

Su carta fue corta, pero fue lo suficientemente íntima al escribirse. Maribel ya no se veía con cara de nostalgia sino con una cara de satisfacción y agradecimiento a ella misma, comprendía que la vida le había puesto muchos caminos por andar y que por eso hoy en esta etapa en la que se encuentra, logró abrazarse todos los días. Identificando que ella es suficiente, que no necesita de nadie para ser feliz y que seguramente va a tener la mejor etapa de toda su vida.

Maribel quiero decir q a pesar de las cosas
que has tenido q vivir desde tu niñez eres
una persona muy fuerte alegre servicial
y esta etapa de mi vida aprendí a quererme
y por eso me siento más tranquila me veo
bonita me siento tranquila y feliz

Imagen 26. Carta de Mari para Mari.

“Maribel quiero decir que a pesar de las cosas que has tenido que vivir desde tu niñez, eres una persona muy fuerte, alegre, servicial y esta etapa de mi vida aprendí a quererme y por eso me siento más tranquila, me veo bonita, me siento tranquila y feliz”.

En la semana del tercer encuentro me impresionaba porque no sabía en qué momento habían pasado tantos días recorriendo momentos con estas mujeres. En este último encuentro hablar de la vejez fue tener cara a cara la experiencia vivificada. Porque en este último encuentro traté de entender cuáles fueron esas visiones que las mujeres tenían a partir de las percepciones de su cuerpo abordando temas como la sexualidad, las formas de vestir, lo físico corporal, el cómo debe “comportarse” una persona mayor, a qué debe atreverse en su vejez y qué significado tiene esa palabra.

El ejercicio del espejo nos permitió adentrarnos a esa parte sensible de visualización de su cuerpo, no quise tomar fotografías en ningún ejercicio pues perdía la esencia de tranquilidad. Cuando le propuse mirarse en el espejo lo primero que me dijo fue: “profe, ¿quiere que me vea vieja?” Eso me hizo recordar a las personas mayores del hogar, siento que muchas personas tienen miedo a verse en el espejo, es como si fuera algo de que asustarse o avergonzarse. Este ejercicio también reflexionó en mí sobre los cambios que he tenido, eso lo he pensado durante todo el proceso. Cada día pasa y envejezco un poco más y me doy cuenta que falta mucho por vivir.

Me gusta la visión que Mari tiene de la vejez como experiencia, me gusta que quiera dejar mostrar sus canas, me gusta que también que se sienta jovial, que haya sanado muchas cosas que vivió y que esté experimentando cosas nuevas que no logró hacer en el pasado. Me invita también a querer divertirme en la vida, que las decisiones hacen parte de vivir y que la belleza está en todo.

A este punto el retrato había llegado a un setenta por ciento, mientras Mari se veía en el espejo logré definir la forma de su cabello, su nariz porque no era muy clara la forma, además, presté atención a sus accesorios y la silla en donde se encontraba sentada, que siempre fue la misma en todos nuestros encuentros. En mi casa finalicé el retrato con todas las valoraciones, luces y contrastes.

Cuando todo terminó la pregunta que seguía era cómo ubicar todo eso que identificamos durante los tres encuentros, esos momentos claves como: la familia, vida matrimonial, violencia, maternidad y vejez. Estos cinco puntos fueron la brújula para empezar a ubicar esos recuerdos que en Mari habían transitado durante toda su vida y que hasta el día de hoy podían encontrar un lugar simbólico para situarlos. .

Para ello utilizamos los colores del primer encuentro. Y empezamos a reconocer esos recuerdos desde los significados y desde los colores, como si se tratase de símbolos convencionales. Más adelante se desarrolla narrativamente el mapeo realizado por Mari.

1 de septiembre de 2023 3:00 pm Maribel.
El ejercicio del espejo, fue emocionante
Maribel empezó a reconocerse en su
reflejo, aunque según lo que me cuenta
ella se ve muy linda.

Escucharla hablar después de varias
sesiones, fue reconfortante, fue voluntad
de hablar de su vida.

El hecho de saber que habían
cámaras y micrófonos, desconfiguró
la confianza del espacio.

Imagen 27. Tercer encuentro 01 de septiembre de 2023 – Casa de Maribel. Bitácora viajera – Laura Muñoz.
“El ejercicio del espejo fue emocionante, Maribel empezó a reconocerse en su reflejo, aunque según lo que me cuenta ella se ve muy linda. Escucharla hablar después de varias sesiones, fue reconfortante, fue voluntad de hablar de su vida. El hecho de saber que había cámaras y micrófonos, desconfiguró la confianza del espacio.”

ENCUENTROS CON CECILIA

Las fechas de los encuentros fueron las siguientes:

Miércoles, 16 de agosto de 2023.

Miércoles, 23 de agosto de 2023.

Sábado, 02 de septiembre de 2023.

Los audios de las conversaciones, las puede encontrar en el siguiente código QR:



Los encuentros con Cecilia me hicieron recordar esa parte familiar, como si estuviera hablando con mi mamá. Además, su casa queda muy cerca a la mía, a cinco minutos caminando. Ya sabía dónde quedaba ubicada, cada vez que nos dirigíamos a los talleres ocasionalmente nos encontrábamos de camino, ella saliendo de su casa o de camino al salón comunal. Nos íbamos o nos devolvíamos juntas. Antes de iniciar este viaje, Cecilia me invitaba a tomar café. También me la encontraba en la iglesia, en semana santa me la encontré visitando monumentos y de vez en cuando la identificaba en el piso de los músicos con su yerno.

Antes de iniciar este viaje con Cecilia, ya habíamos tocado temas de su vida, además, sabía que, una vez iniciáramos este viaje, no íbamos a estar del todo solas en su casa, siempre había personas acompañándola, sus hijos y sus nietos.

Iniciamos adentrándonos a su infancia, un momento de su vida que se caracterizó por ser una etapa de luchas, de infancias interrumpidas y de unión familiar. Empiezo diciendo esto, porque Martha estaba muy emocionada de contar su vida, ese día que iniciamos me ofreció unas onces y nos sentamos en el comedor, [todo alrededor me](#)

[parecía familiar tenía muchas similitudes con mi casa](#). La cocina de Ceci era de esas cocinas que invitan a las personas a quedarse, porque era abierta y se podía hablar desde la estufa con la persona que estuviera sentada en el comedor.

Se notaba que Cecilia quería ser parte de este viaje; se emocionaba contando su vida, tanto que me dijo que podría hacer una novela con tantas historias que tenía. Durante este primer encuentro y a partir de las preguntas que se formularon sobre infancia, que por supuesto, fueron detonantes para ella y lograron mover muchos recuerdos. Tanto así que fue una de nuestras sesiones más largas.

Cecilia, durante el taller de clases, ha tenido esa virtud y ese rol de ser buena estudiante, de ser juiciosa, creativa, de ser espontánea y de querer ayudar los demás. Su familia es totalmente creativa; entienden los lenguajes musicales, los lenguajes de las artes aplicadas, de las artes plásticas y de la danza. Siempre ha sido muy apasionada a crear, y su familia también. Su infancia se desarrolló a partir de eso, donde su papá era un todero y un trabajador del campo; su mamá era ama de casa. Era una familia tradicional con

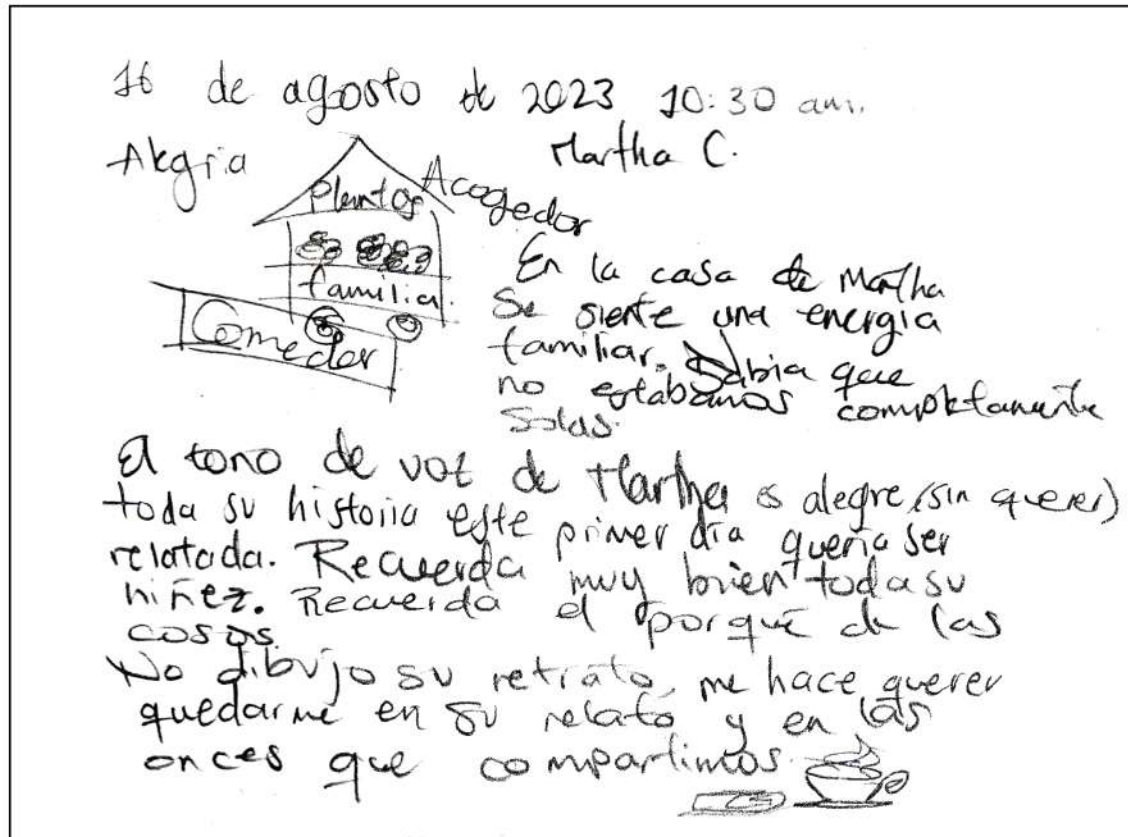


Imagen 28. Primer encuentro 16 de agosto de 2023 – Casa de Cecilia. Bitácora viajera – Laura Muñoz “Alegría

Casa: Acogedor, plantas, familia, comedor. En la casa de Martha se siente una energía familiar. Sabía que no estábamos completamente solas. El tono de voz de Martha es alegre (sin querer) toda su historia este primer día quería ser relatada. Recuerda muy bien toda su niñez. Recuerda el porqué de las cosas. No dibujo su retrato, me hace querer quedarme en su relato y en las onces que compartimos”.

normas católicas muy fuertes que, al día de hoy, Ceci aún tiene muy presente.

Cuando ella contaba su historia, se notaba ansiosa, alegre y con esa intención de querer mostrarme, desde su relato, todos los pequeños detalles que recordaba. Debo confesar que, para este primer día, lo único que hice del retrato fue hacer un círculo; no empecé ni siquiera a ponerla dentro del espacio de la hoja. Cecilia no estuvo mucho tiempo sentada y, cuando lo estuvo, fue frente a mí y no se le veía el cuerpo completo.

La historia que más adelante se va a ampliar en la segunda parte de este libro básicamente reúne desde su cuerpo recuerdos “felices” –como ella les llama–, a pesar de que después me di cuenta de que no todo era felicidad; solo Cecilia quería contar esos episodios que recuerda de manera alegre, el resto quería omitirlos. En algunos apartados de las grabaciones se van a escuchar también mis intervenciones, pues muchas de las cosas que ellas me contaban también repercutía en mí y me “desahogaba” en ese momento y, a veces, pensaba en mi mamá y en mi papá, porque la señora Ceci dice cosas muy parecidas a ellos.

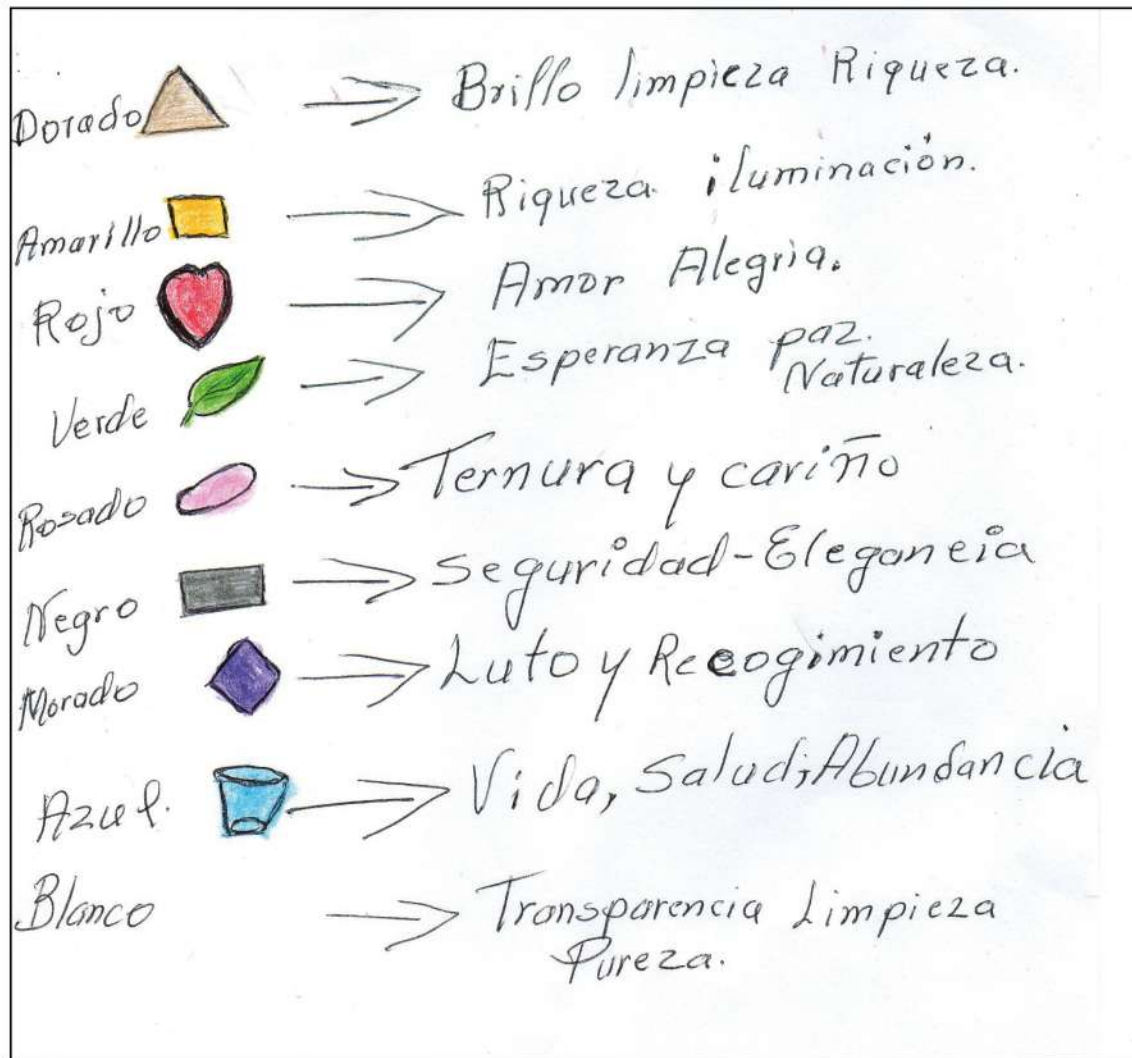


Imagen 29. Ejercicio de los colores realizado por Martha Cecilia León.

Otra de las cualidades que encontraba en Cecilia cuando me contaba sus historias de la infancia era, por ejemplo, cuando iba a la iglesia, el día de su primera comunión, cuáles eran los trabajos más comunes que le tocaba hacer dentro del hogar, el primer día de colegio y cómo le gustaba ser la mejor de la clase; siempre encontraba algún objeto que tuviese que ver con la historia contada, como cuando me mostró sus caballos de juguete que aún los conserva pero los restableció para ponerlos en el pesebre; o los pirotécnicos que hizo cuando era niña. Quería mostrarme todo; alguna cosa no encontró porque estaban acumuladas en cajas; otras sí estaban a la vista.

Este primer día fue hacer un viaje por toda su infancia y por su casa. Que me regalara una planta también fue maravilloso; ese primer día se fue con completa tranquilidad y con ganas de saber mucho más de su historia.

Durante el segundo encuentro y en el ejercicio de la revisión del álbum de fotografías, Cecilia ya tenía listos los álbumes desde la mañana. Estos álbumes fotográficos estaban divididos por etapas de su adultez, como el álbum del matrimonio, el álbum de los primeros pasos de sus hijos y el álbum de variedades. Algo que encontré parecido con Mari fue que las dos se detuvieron en mostrarme una foto en pareja, en este caso, Cecilia me mostró la del día de su matrimonio. Ahí fue cuando me di cuenta que estaba totalmente diferente físicamente, ella me dijo: “yo siempre he tenido las cejas bastante gruesas, eso es lo que a mí me caracteriza”, además, me comentó que el cabello también le había cambiado; antes lo tenía un poco más ondulado y al día de hoy se le había quedado liso, aunque siempre le ha gustado mantenerlo largo. Cuando empecé a retratarla me dijo que no empezara porque no se había peinado, en ese momento, se soltó el cabello, se peinó y me dijo que quería tener ese encuentro en la sala, se sentó en la silla que queda debajo de las escaleras y cruzó su pierna.

Allí continuó mirando los álbumes, y mientras los observaba me mostró partes importantes como: su vestimenta en ese tiempo, cuál fue su primer esposo, como era su mamá y sus hermanas y también algunas partes de esa casa que hasta ahora se construía. Por mi parte pude identificar algunos de sus hijos en las fotografías.

23 de agosto de 2023 5:30 pm.
El álbum fotográfico de Martha
un lugar explorado no tan frecuentemente
(solo cuando hace aseo)
Es raro ver como Martha se ve más joven
actualmente, a comparación de las épocas
pasadas, donde se veía recién casada.
Sus fotos me hacen recordar los álbumes
que hay en mi casa, pienso que los
fotografías son un dispositivo potente
para recordar.

Imagen 30. Segundo encuentro 23 de agosto de 2023 – Casa de Cecilia. Bitácora viajera – Laura Muñoz

“El álbum fotográfico de Martha un lugar explorado no tan frecuentemente (solo cuando hace aseo). Es raro ver como Martha se ve más joven actualmente a comparación de las épocas pasadas, donde se veía recién casada, sus fotos me hacen recordar los álbumes que hay en mi casa pienso que las fotografías son un dispositivo potente para recordar”.

Ella me dijo que a veces le gusta mirar los álbumes porque le traen buenos y malos recuerdos. Ahí fue cuando descubrí que había vivido momentos difíciles, que no todo era color de rosa como me lo había dicho antes.

Lo más interesante fue saber que ella podía encontrar en sus álbumes una parte de ella, fue un ejercicio consciente, no miró las fotos como siempre las miraba, lo hizo sin prisa. Nos detuvimos en algunas y ahí fue cuando se dio cuenta de los cambios que había tenido, de lo que ha construido y a dónde ha llegado. En ese momento le pasé la hoja de la bitácora y le dije que se dibujara como está actualmente, como se ve ahora, como se recuerda con todos esos detalles que vio durante las fotografías y con esos detalles que ahora ve día a día. Le tomó unos minutos concentrarse, la dejé sola para que se sintiera tranquila y en ese instante inicié a retratarla. **Le hice la forma de su cabeza, una cabeza redonda pero con un mentón fino, un cabello suelto, una vestimenta un poco difícil de dibujar, además ese día estaba haciendo mucho calor. Nos entraba directo el sol.**

Los minutos pasaron y Cecilia aún seguía escribiendo, yo paré la grabación y miré la hora, entendí que nuestro encuentro había finalizado. Le dije que, en el tercer encuentro leeríamos la carta (si ella quería), y le mostré como avanzaba el retrato. Me retiré de su casa feliz, pude adelantar todo lo que no había hecho del retrato en el primer encuentro.

Para la primera semana de septiembre llevamos a cabo nuestro último encuentro, pasaron varios días después del segundo encuentro, esto debido a que Cecilia estaba enferma...

El día 02 de septiembre de 2023, por fin pude verla y encontrarme con ella. No fue un saludo fraterno, por lo que aún se encontraba recuperándose, presentaba tos, malestar corporal y resequedad en la garganta. Ella prefirió no abrazarme.

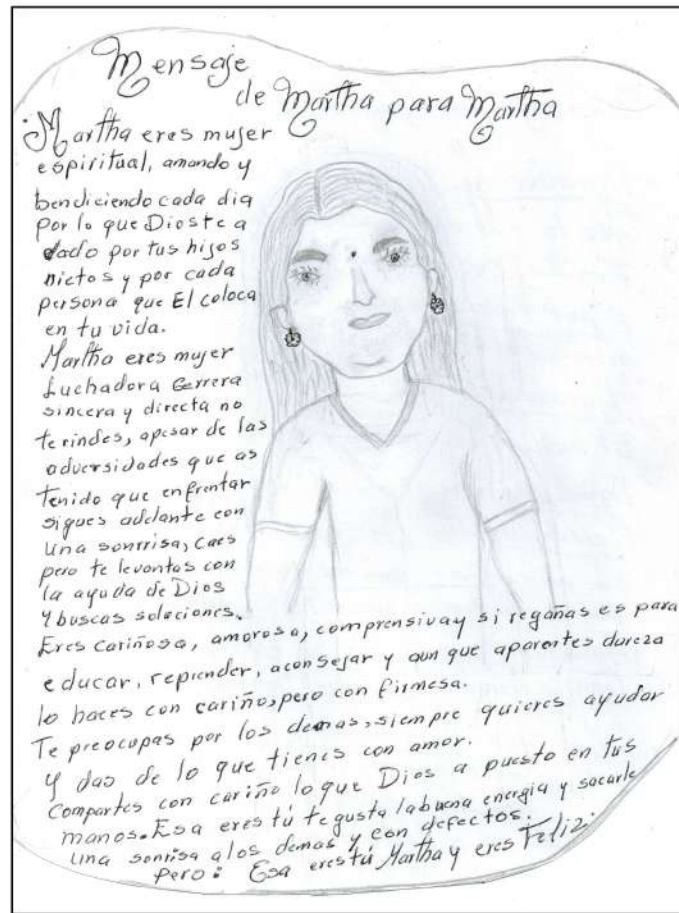


Imagen 31,1 Carta de Ceci para Ceci.

“Martha eres una mujer espiritual, amando y bendiciendo cada día por lo que Dios te ha dado, por tus hijos, nietos y por cada persona que Él coloca en tu vida. Martha eres mujer luchadora, guerrera, sincera y directa. No te rindes, a pesar de las adversidades que has tenido que enfrentar. Sigues adelante con una sonrisa, caes, pero te levantas con la ayuda de Dios y buscas soluciones. Eres cariñosa, amorosa, comprensiva y si regañas es para educar, reprender, aconsejar y aunque aparentes dureza lo haces con cariño, pero con firmeza. Te preocupas por los demás, siempre quieres ayudar y das de lo que tienes con amor. Compartes con cariño lo que Dios ha puesto en tus manos. Esa eres tú te gusta la buena energía y sacarle una sonrisa a los demás y con defectos, pero: Esa eres tu Marta y eres feliz”.

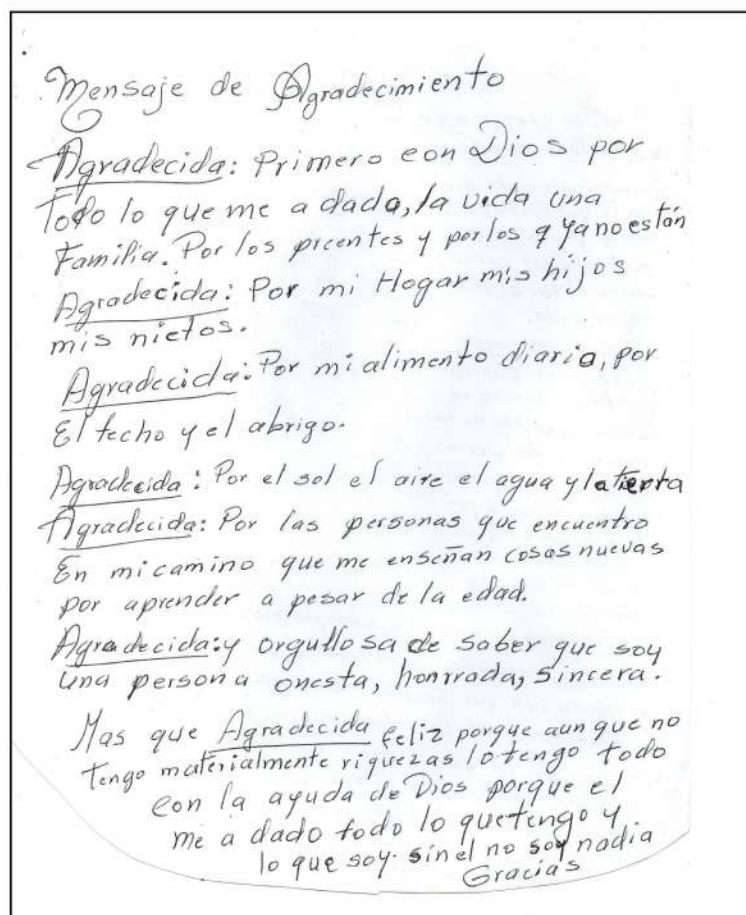


Imagen 31,2 Carta de Ceci para Ceci.

Al reverso...

"Mensaje de agradecimiento

Agradecida: Primero con Dios por todo lo que me ha dado, la vida, una familia. Por los presentes y por los que ya no están.

Agradecida: Por mi hogar, mis hijos, mis nietos

Agradecida: Por mi alimento diarios, por el techo y el abrigo.

Agradecida: Por el sol, el aire, el agua y la tierra.

Agradecida: Por las personas que encuentro en mi camino que me enseñan cosas nuevas por aprender a pesar de la edad.

Agradecida: y orgullosa de saber que soy una persona honesta, honrada, sincera.

Más que agradecida feliz porque, aunque no tengo materialmente riquezas lo tengo todo con la ayuda de Dios porque él me ha dado todo lo que tengo y lo que soy. Sin él no soy nada. Gracias".

Lo primero que hizo fue ofrecerme algo de comer, su familia ya estaba acostumbrada a verme allí de vez en cuando. Entraban a saludar y después cada uno se ocupaba en sus quehaceres. Volvimos a sentarnos en la sala, me mostró la carta y me dijo que le había agregado más detalles a su rostro, le agregó el lunar y acentuó más sus cejas.

Le dije que, si quería compartirme la lectura de su carta, ella me dijo que sí. Y mientras la leía pude notar que Ceci era una persona agradecida a pesar de muchas cosas que pasó, ama su vida, ama tener una familia y ama hacer bien las cosas. No me esperaba que su carta, resaltara las razones de los agradecimientos, pero eso le dio un valor especial, porque tiene razones para ser feliz cada día. Mientras tanto pensaba que Ceci tenía razón, su etapa en la vejez al pasar de los días desembocaba en “¡Gracias!”, en un “Te quiero como eres” y “te admiro hasta dónde has luchado”. Me conmovió mucho.

Le acerqué el espejo que llevaba, le dije que se detallara y me dijo que le ha gustado mucho como se ve actualmente, notó que había adelgazado, que su cabello había cambiado, que se veía rejuvenecida y que siempre ha tratado de vivir una vida sin vicios, ni estrés, más bien me dio un consejo, me dijo que siempre estuviera activa y que siempre agradeciera lo que la vida me daba.

A raíz de eso, empecé a preguntarle sobre la etapa que vivía actualmente, la vejez. Indagué sobre por qué es importante agradecerse, ella remitió esta pregunta al tema de la muerte, de la pérdida de los seres queridos, de las personas que ya no están más en este plano, pues ella mencionaba que es importante recordarlas con amor y alegría. Debido a que la muerte no es algo que debería verse como malo, sino que también hace parte del ciclo de la vida.

Durante este momento, nos adentramos a temas de los cambios de la sociedad y la juventud, hablamos sobre la libertad de expresión y como debería vivirse la etapa de la vejez. Es así que este encuentro termina en diferentes reflexiones, y preguntas que ayudan a realizar el mapeo corporal de Cecilia. Antes de iniciar con el mapeo, me tome unos minutos para ajustar el retrato, a este punto ya había avanzado bastante. Debo confesar que la sala fue un lugar donde mi cuerpo se acomodó muy bien a la hora de dibujar, me sentía un poco impaciente por ver a Ceci tosiendo constantemente, sentía que su voz se le entrecortaba porque se quedaba con la boca seca. La silla donde estaba sentada la describí en un papel aparte para dibujarla en otro momento, tenía cierto nivel de complejidad, y era antigua de las que tiene varias divisiones y formas en las patas.

La profunda conversación con Cecilia reveló una riqueza de experiencias, sabiduría y perspectivas que enriquecieron significativamente mi comprensión del curso de la vida. Sus relatos no solo proporcionaron una visión única de las alegrías y desafíos de su trayectoria, sino que también destacaron la importancia de escuchar esos aprendizajes para preservar y aprender de su invaluable legado. La conexión interpersonal establecida durante esta experiencia subraya la relevancia de compartir historias y fomentar el entendimiento intergeneracional, la ayudó y me ayudó a construir puentes entre las diferentes etapas de la vida.

02 de Septiembre de 2023, 1:34 pm
Cecilia.

Para este último encuentro, Martha se permitió hablar de ella, de lo que estaba sintiendo, con gran valor dijo cosas que nunca había reflexionado. Eso se vio reflejado en el mapeo.

Imagen 32. Tercer encuentro 02 de septiembre de 2023 – Casa de Cecilia. Bitácora viajera – Laura Muñoz

“Para este último encuentro, Martha se permitió hablar de ella de lo que estaba sintiendo, con gran valor dijo cosas que nunca había reflexionado. Eso se vio reflejado en el mapeo”.

ENCUENTROS CON MARTHA

Las fechas de los encuentros fueron las siguientes:

Viernes 18 de agosto del 2023.

Jueves 24 de agosto del 2023.

Viernes 01 de septiembre del 2023.

Los audios de las conversaciones, las puede encontrar en el siguiente código QR:



Este tránsito con Martha inició de una manera diferente. Debido no fue como se había planeado. Martha hace parte de la junta de acción comunal del barrio el Carmelo, su papel en la junta, es la de tesorera. Aunque a veces parece más la presidenta, las personas del barrio la distinguen y saben que ella siempre está pendiente del salón comunal, además que vive muy cerca de allí. Pasando la calle.

Mi cercanía con Martha empezó precisamente desde allí, cuando llegue al barrio a proponer los talleres y a realizar el proceso de convocatoria. Ella estuvo pendiente de cada momento, se inscribió y logró ser esa persona que nos alegraba las clases con sus ocurrencias. Cada día de taller nos abría el salón y el resto de las compañeras la extrañaban las pocas veces que se ausentaba.

El primer y segundo encuentro con Martha se dio en la oficina del salón comunal. En su mayoría de tiempo pasaba el tiempo sola adelantando tareas del salón, contabilidad y atención a la comunidad. Casualmente los encuentros se daban en la mañana o tarde, ese viernes abrió el salón por la mañana.

Por mi parte, también me sentía cómoda estando en la oficina, de vez en cuando me quedaba a hablar con ella después de clases. Aunque también sabía que en cualquier momento alguien nos podía interrumpir.

El día viernes 18 de agosto nos encontramos para iniciar este viaje, la recogí en su casa y nos fuimos al salón, se sentó en la silla que está al lado de la virgen del Carmen que esta puesta sobre un escritorio. Me contaba que a ella siempre le ha gustado hablar de su vida, que le gustaban este tipo de ejercicios donde la dejaban hablar.

18 de agosto de 2023. 10:32 am.
Martha R.

Este día fue diferente a los demás,
no estábamos en su casa. Nos encontramos
en el salón comunal.

Se sentía diferente, en cualquier momento
podíamos ser interrumpidos.

Martha siempre ha sido una mujer con carácter,
que disfruta estar sola, independiente y
eso lo aprendió desde niña.

Su historia durante este encuentro fue
contundente, sus respuestas fueron sinceras
y en completa tranquilidad.

Imagen 33. Primer encuentro 18 de agosto de 2023 – Salón comunal barrio El Carmelo, Gran Britalia, Kennedy.
Bitácora viajera - Laura Muñoz

“Este día fue diferente a los demás, no estábamos en su casa. Nos encontramos en el salón comunal. Se sentía diferente, en cualquier momento podíamos ser interrumpidos.

Martha siempre ha sido una mujer con carácter, que disfruta estar sola, independiente y eso lo aprendió desde niña. Su historia durante este encuentro fue contundente, sus respuestas fueron sinceras y en completa tranquilidad”.

Durante la grabación se escucha el tono de voz de Martha, es un tono de voz que particularmente me gusta cómo se escucha, con seriedad y elegancia, es grave.

Cuando empecé a preguntarle sobre su vida, en específico de su infancia, me di cuenta de que ella siempre ha sido independiente desde pequeña, que su mamá fue un ejemplo a seguir, pues siempre tuvo sus ideales claros, sabía como tenía que ser el trato a una niña, a una mujer. El ejercicio del retrato empezó a hacerse un poco difícil, porque Martha tenía respuestas muy concisas a las preguntas y no me daba tiempo de empezar a trazar su silueta o a prestarle atención a la forma de su cabeza. En ese momento le pasé los colores y le dije que íbamos a colorear juntas, aunque ella sabía que también estaba haciendo el retrato. le dije que escogiera los colores que más le gustaban y que después les pusiera el significado que ella quisiera (una palabra, un momento, un sentimiento). Así lo hizo. Así logré que la historia se activara más y tuviera algo más de narrativa.

Me contaba en completa normalidad su infancia y parte de su adolescencia, le gustaba esa época donde la preocupación era solo estudiar y velar por su mamá. Me contaba sobre el colegio, sobre los juegos, sobre sus hermanos y sobre cómo su niñez y parte de adolescencia esa felicidad que sentía se iba yendo cuando conoció al papá de sus hijos.

Actualmente tiene artritis, esta enfermedad afecta sobre todo a las articulaciones, como las que se encuentran en las muñecas, las manos, los pies, la columna vertebral, las rodillas y la mandíbula. Eso no le impidió ser una mujer muy activa y consciente de su cuerpo, lo cuida bastante, se quiere bastante y manifiesta que nada ni nadie le puede quitarle la felicidad que ella siente con ella y con su entorno.

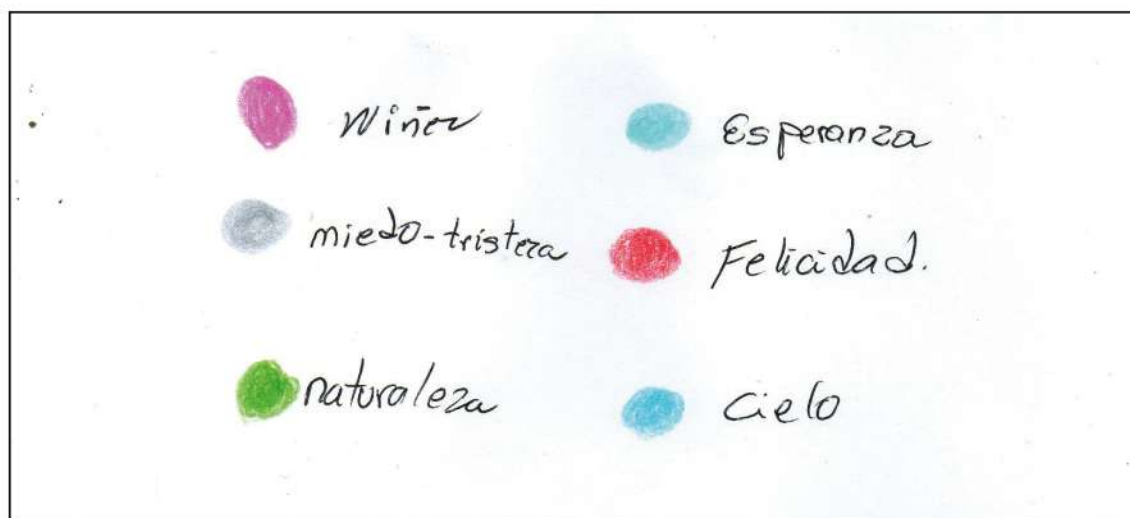


Imagen 34. Ejercicio de los colores realizado por Martha Rodríguez.

El ejercicio de los colores lo hizo bastante rápido, pero analice que fue la única de todas las tres que mencionó el miedo y la tristeza. Dos sensaciones y emociones que siente una persona a lo largo de su vida, y que en su mayoría las personas no quisieran mencionar que alguna vez tuvieron miedo y tristeza. Siempre quieren contar la parte buena, pero a veces esos miedos también nos ayudan a llegar a esos momentos felices.

Para ese momento Martha ya me había contado parte de su historia, en menos de una hora, todo pasó muy rápido. *Alcancé a ver la forma de su cabeza, es un cuerpo mesomorfo² en su apariencia alargado, eso fue lo que intenté realizar en el boceto. Me sentí apurada en ese aspecto, no sentí la acción de retratar de una manera llevadera.*

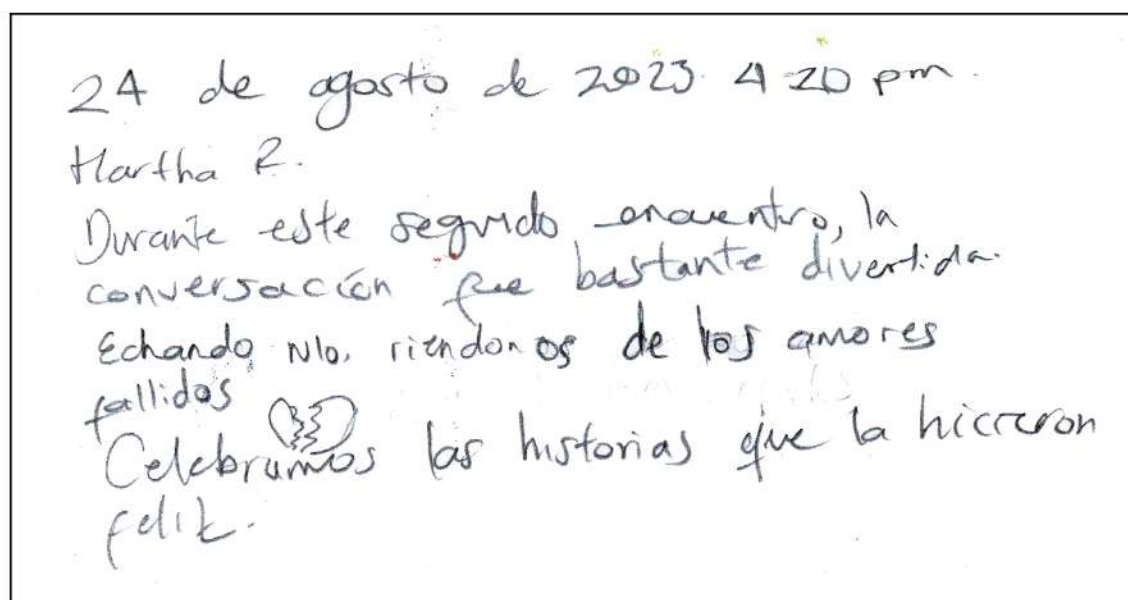
Para el segundo encuentro Martha volvió y me recibió en el salón comunal esta vez le llevaba un pan porque creía que si íbamos a poder encontrarnos en su casa. Al final no sucedió porque pronto tenía un compromiso en el salón. Nos encontramos, ese día me pareció muy interesante porque me contaba partes de su historia como si fuera un podcast. Entre esos momentos estaban las veces que empezó a hacer arbitraje, cómo se hizo respetar del machismo en esa profesión, hablo de sus amores fallidos y cómo perdió la fe en amar de nuevo a un hombre.

El ejercicio del álbum fotográfico no lo pudimos hacer para ese día, eso me colocaba en una posición de poder mediar este encuentro solo desde el recuerdo y la narrativa.

La conversación siguió su rumbo le gustó hablar de su adultez, cuando entramos a esa conversación sobre el amor propio le propuse dibujarse como se ve actualmente, debido a que ella decía que había cambiado mucho su cuerpo. Aun así, se quiere demasiado, admira su belleza. Cuando se empezó a dibujar me dijo: “profe, voy a poner mis manos de esta manera y mis pies así por lo que están chuecos”, no supo dibujarse el peinado, también retrato el tamaño de sus labios y boca y su estilo de vestir.

²Las personas mesomorfas tienen la cintura estrecha y el tronco largo.

Después de eso ella se sentía un poco extraña pues me decía que nunca se había dibujado y yo le dije, pero tampoco te has escrito, quiero que te la escribas, quiero que te notes dentro de esa carta.



24 de agosto de 2023. 4:20 pm.
Martha R.
Durante este segundo encuentro, la conversación fue bastante divertida. Echando rulo, riendonos de los amores fallidos. Celebramos las historias que la hicieron feliz.

Imagen 35. Segundo encuentro 24 de agosto de 2023 – Salón comunal barrio El Carmelo, Gran Britalia, Kennedy. Bitácora viajera – Laura Muñoz

“Durante este segundo encuentro, la conversación fue bastante divertida. Echando rulo, riendonos de los amores fallidos. Celebramos las historias que la hicieron feliz”.

De Martha para Martha.

De la manera más atentamente me dirijo
a mí misma para decirle que aprenda a soltar las
personas que más ama porque usted es la que sufre y
nadie va a estar pendiente de usted.

Aférrese a una persona que no conozca mucho ella le
ayudará en su momento o circunstancia.

Nos amamos así como somos.

Atte

Tu y yo



Imagen 36. Carta de Martha para Martha.

"De Martha para Martha

De la manera más atentamente me dirijo a mí misma para decirle que aprenda a soltar las personas que más ama porque usted es la que sufre y nadie va a estar pendiente de usted.

Aférrese a una persona que no conozca mucho, ella le ayudara en su momento o circunstancia.

Nos amamos, así como somos".

Atte. Tu y yo MyM

Nuestro encuentro quedó hasta ahí porque después nos interrumpieron y se tuvo que ocupar. Al menos logramos terminar parte de los ejercicios, quería que de verdad se sintiera un lugar fraterno, tenía la esperanza de que en el tercero nos expresáramos de la mejor manera estando dentro de su casa. Tranquilas, leyendo esa carta final y viendo los álbumes. La parte del retrato avanzo mientras Martha realizaba su dibujo, es fácil de captar su imagen, la recuerde con bastantes detalles, la luz le daba directamente, el color de piel en escala de grises fue lo que más disfrute dibujar y plasmar.

El tercer encuentro se llevó a cabo en su casa, eso me hacía feliz. Es curioso porque en este tercer encuentro se unieron todas esas emociones de las dos primeras sesiones. Entre a su casa y vi muchas fotos colgadas en su pared, quien salió a saludarme fue Andrés, el nieto de ocho años de la señora Martha.

Ella se encontraba en el comedor, con muchos papeles de la junta y tratando de entender el Excel en su computador. Ella me empezó a decir que tenía mucho trabajo acumulado, que, si le podía ayudar con el programa del computador, le dije que sí y empezamos a hablar. Me decía que

pronto su hijo la iba a dejar sola, y se iba a llevar la única compañía que tenía, su nieto.

En ese momento quiso leer la carta, fue un momento bastante conmovedor. Con la voz entre cortada me decía que tenía que ser fuerte, que a veces la soledad estaba bien. También quede con lágrimas en los ojos. Retomar la energía del lugar en ese momento se sentía difícil.

Hasta para dibujar no había forma de querer retratarla con un gesto triste, con un dolor que no le había visto antes a esa Martha que quiere alegrar a todos.

Fuimos a la cocina por un tinto y empezamos a retomar la conversación, pero esta vez mostrándome sus fotos en la pared. “¿Profe, cual soy yo?” Me decía, para que la identificara en fotos de los torneos de futbol.

Este encuentro se empezó a transformar una vez realizamos el ejercicio del espejo, donde me hablo de su etapa en la vejez, me dijo que se sentía bien con ella misma, que a pesar de su enfermedad había logrado reconocerse como una mujer fuerte. El mapeo, fue el lugar donde ella se sorprendió de verse en trazos a medio hacer pero que evidenciaba que era ella después de las historias.

01 de Septiembre de 2023. 5.06 pm
Martha R.

El inicio de este último encuentro fue un mar de emociones, Martha que había iniciado este viaje, por fin rompió el cascarón, que en los primeros encuentros parecía tener.

En su casa habían fotografías puestas en las paredes y el tinto que compartimos me permitió vernos realizando los recorridos.

Imagen 37. Tercer encuentro 01 de septiembre de 2023 – Casa de Martha. Bitácora viajera – Laura Muñoz “El inicio de este último encuentro fue un mar de emociones, Martha que había iniciado este viaje, por fin rompió el cascarón, que en los primeros encuentros parecía tener. En su casa había fotografías puestas en las paredes y el tinto que compartimos me permitió vernos realizando los recorridos”.

El retrato de Martha quedo con los vacíos necesarios para acabarlo de ajustar en mi casa, este también era parte de un homenaje para todas, una imagen que se quedara con ellas una vez este trabajo se socialice.

Para cerrar...

Los testimonios de estas tres mujeres mayores reflejan una experiencia enriquecedora, donde la reciprocidad conmigo desempeña un lugar importante en la expresión auténtica de sus historias y emociones. La ejecución de ejercicios sensibles ha demostrado ser una mediación eficaz para romper barreras emocionales y fomentar un espacio de confianza mutua.

El vínculo entre retratista-artógrafa y retratada se revela como un proceso profundamente colaborativo y enriquecedor, donde la conexión emocional y la atención a la sensibilidad emergen como elementos esenciales para capturar la esencia genuina de las mujeres mayores en sus retratos. Estos hallazgos destacan la importancia de considerar no solo la destreza técnica del dibujo o de las formas de narrar, sino también la dimensión humana en la práctica artística.

MARIBEL, CECILIA Y MARTHA. CORPOGRAFÍAS: DIÁLOGO, NARRATIVAS, RECUERDO Y RETRATO

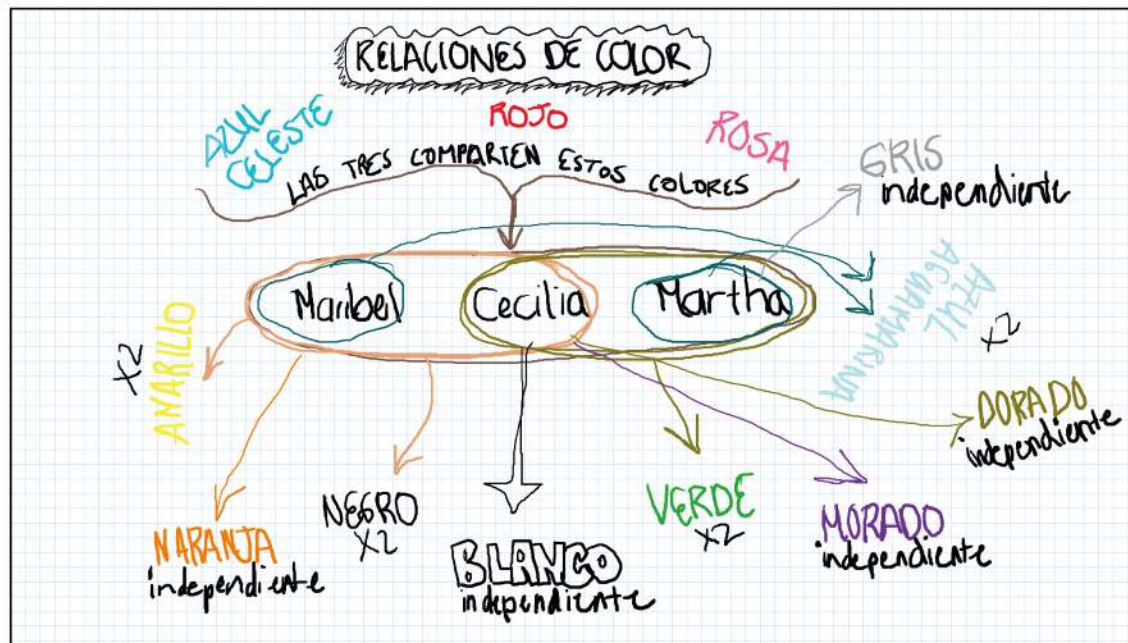


Imagen 38. Relaciones de color – Elaboración propia.

Maribel, Cecilia y Martha comparten tres colores: azul celeste, rojo y rosa. Estos tres colores tienen un significado para cada una, aunque también desembocan en significados en común, que hacen de los primeros trayectos la columna del viaje. Cuando se hace la anotación "x2" en algunos de los colores, hace referencia a que dos de las mujeres compartieron color.

Por otro lado, los colores que tienen la connotación "independiente" hace referencia a que solo alguna de las mujeres escogió ese color, por tanto, no son colores que se comparten entre ellas.

En el tejido de nuestras vidas, cada hilo cuenta una historia única, cada color un recuerdo, y cada forma una experiencia vivida. A partir de estas metáforas, el siguiente apartado muestra el recorrido de los mapeos corporales, explorando las narrativas visuales de tres mujeres mayores que han trazado sus historias en un lienzo físico y emocional. Estas corpografías, donde cada color que ellas eligieron cuenta de manera simbólica su semejanza con sus vidas, como si se tratase de convenciones que relacionan el sentir. Estos trazos de color sirven como pines del trayecto de sus recuerdos y experiencias, buscando comprender la amalgama de momentos que ha dado forma a su vejez.

La elección consciente de cada color revela no solo una conexión estética, sino también un testimonio visual de las alegrías, desafíos, y triunfos que han marcado sus trayectorias.

Las organizaciones temáticas de estos hallazgos fueron identificadas a partir de la lectura y escucha de los audios de los encuentros con cada una, allí se unificaron conceptos y temas (imagen 39), que, cada mujer mayor tenía presente en su historia. Desde las relaciones familiares hasta los momentos de cambio, cada sección temática desentraña capas de significado,

revelando una mirada profunda a las historias individuales y a las conexiones que se forman también en colectivo.

Estas palabras hacen parte de los diferentes significados que arrojó el primer encuentro con el ejercicio de los colores, y que al final del tercer encuentro se situaron en el retrato para identificar esos trayectos de vida de cada una. En este apartado se dividen cinco momentos importantes, unificados dependiendo del significado de los colores y la semejanza entre palabras; por ejemplo, se selecciona el color rosa por su significado entre las tres mujeres, y se refiere a la niñez, a la ternura y el cariño. Hablar de la niñez y buenas emociones, se relaciona directamente con la familia (según los encuentros compartidos).

De esta manera, el conjunto de palabras y significados, se unifican creando estas categorías que permiten hablar de las historias de cada adulta y a su vez conectan los mapeos corporales.

Para identificar cada apartado se recoge el trayecto marcado por Maribel, Cecilia y Martha. Se da desde la conexión de mapeos colectivos según color.



Imagen 39. Relación de palabras – Elaboración propia.

Palabras, colores y significados arrojados a partir del ejercicio de los colores del primer encuentro.

Si el cuerpo lleva la palabra, cuánto cuerpo quise decir y no dije,
cuánto pude evitar y hablé, cuánto cuerpo me dijeron que no entendí
o que sobreentendí. A veces viejo o cansado
mágico sin clave, llevado por el viento,
Sólo palabra.

Susana Kasselmann

En el rincón de las memorias que atesoran nuestras vidas, la categoría de "familia" resplandece como un hilo dorado que teje las experiencias de generación en generación. En esta travesía por los relatos compartidos por Mari, Ceci y Martha nos adentramos dentro del primer mapeo que sitúa las vivencias relacionadas con la niñez, donde la familia se erige como la base de sus alegrías, desafíos y lecciones aprendidas durante esta etapa.

A través de las narrativas personales de estas mujeres adultas mayores, exploraremos los matices de la crianza, las dinámicas familiares y las múltiples facetas que componen el tejido de sus historias familiares.

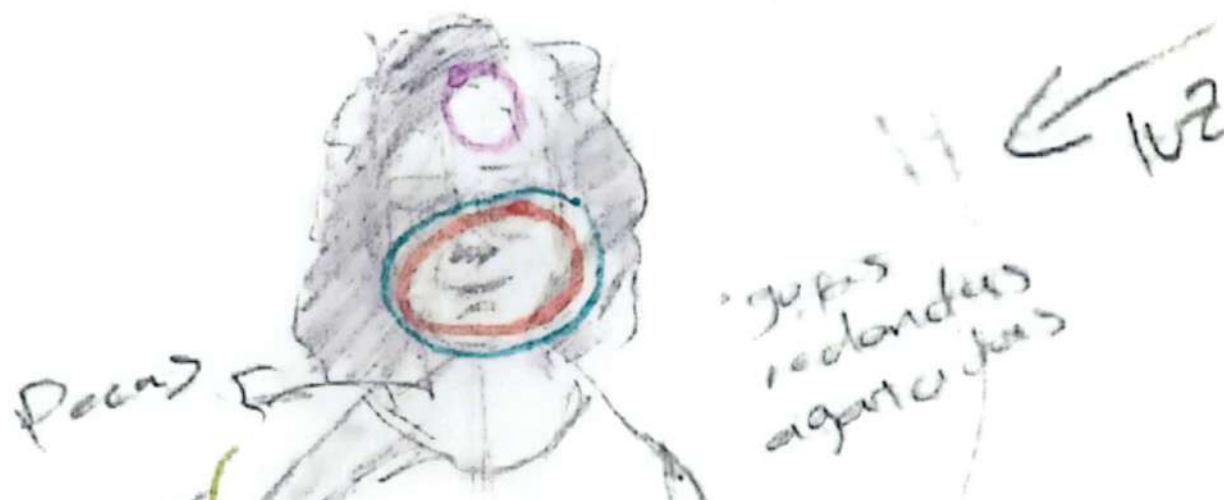
El lugar del mapeo de color rosa agrupa la cabeza, las manos y los pies como lugar de inicio. Cuando se visualiza en cuerpo, normalmente lo ordenamos de manera vertical. Cabeza, hombros, rodillas, pies.

En un primer plano, conocemos a Mari bogotana que residía en una casa del centro de Bogotá, cuya felicidad y afecto están simbolizados por el color **rosa**, ubicado en un óvalo en su **frente**. Su infancia fue diferente, ya que creció en una familia monoparental tras el abandono de su mamá. La ausencia materna la dejó a cargo de su hermana mayor desde una edad temprana, creando un vínculo fuerte y de apoyo mutuo.

"MI MAMÁ SE FUE CON OTRO SEÑOR Y NOS DEJÓ A MIS CUATRO HERMANOS, A MI PAPÁ Y A MÍ. A MÍ ME DEJÓ DE DOS AÑOS. ME DEJÓ CON MI HERMANA MAYOR. ENTONCES PUES YO A MI HERMANA LA QUIERO Harto PORQUE PUES CON ELLA ME CRÍE Y ELLA FUE LA QUE NOS ENSEÑÓ. (...) A MI MAMÁ LA APRENDÍ A QUERER HACE POCO. PORQUE YO A ELLA NO LA QUERÍA, PORQUE NUNCA LA TUVE A MI LADO. (...) YO VOY A DONDE MI MAMÁ Y TODO, YO LA VISITO, PERO NO ME NACE ABRAZARLA". (MARI, 2023)

A pesar de la falta de presencia materna, Mari encontró en su hermana mayor una figura maternal, aprendiendo sobre la crianza desde la perspectiva del acompañamiento y el **amor**.

Imagen 40. Maribel fragmento cabeza



"MI HERMANA NOS ENSEÑÓ A LAVAR, NOS ENSEÑÓ A REMIENDAR. ES QUE YO POR LO MENOS DIGO, HOY EN DÍA NO ENSEÑAN A LAS NIÑAS A HACER NADA, PROFE. PORQUE ES QUE YO ME ACUERDO QUE UNO A LOS 10, 11 AÑOS UNO YA SABÍA LAVAR". (MARI, 2023)

En este caso se entiende la familia como primera institución y la escuela como la segunda. En todos los casos, las mujeres narraban que estudiaron en un colegio para mujeres y dirigido por monjas. Este lugar también hace parte del **aprendizaje** y de fortaleza.

Para Mari el lugar familiar desencadena un mar de emociones, empezando porque ella también ubica el amor de sus hijos dentro del color rosa. Todo lo que trae fraternidad, cuidado y respeto se erige por las emociones que nacen de sus recuerdos.

Por ejemplo, el acto de **amar** también es dejar ir, y aprender de los momentos duros emocionalmente hablando; esto para una niña es algo que no se comprende a primera vista, pero que con el pasar de los años dejó nichos emocionales.

"MI PAPÁ SE MURIÓ, PAPÁ SE MURIÓ DE 62 AÑOS. ÉL VIVIÓ CON NOSOTRAS. DE HECHO, CUANDO MI PAPÁ SE MURIÓ ME DIO DURO, MI HIJO MAYOR TENÍA SEIS MESES CUANDO MI PAPÁ SE MURIÓ". (MARI, 2023)

El hijo mayor de Mari nació cuando ella era una adolescente. Contaba que se fue a vivir con su novio y ahora esposo, muy joven. "Y UNO ACÁ EN LA CASA, SIN PLATA, SIN NADA. Y ES QUE AHÍ ES DONDE UNO YA NO PODÍA ESCAPAR PORQUE YA ESTABA AHÍ COMO ENCERRADA. DEPENDIENDO DE ESA PERSONA". (MARI, 2023)

Pensando que irse con su pareja tan joven era sinónimo de asegurar una vida feliz, la unión de la pareja también fue debido al sentimiento que tenía Mari desde que su papá murió y su hermana ahora tenía su propia familia.

En una situación paralela, Martha bogotana también y criada en el barrio Bonanza. Compartió una experiencia similar, su padre falleció cuando tenía solo tres años, y su madre, Leonilde, quedó viuda. La memoria de su padre se desvanece en la **niñez** (que sitúa en sus pies), es decir, no recuerda nada de él. Solo sabe que su madre, Leonilde, luchó como madre soltera para criar a todos sus seis hijos.

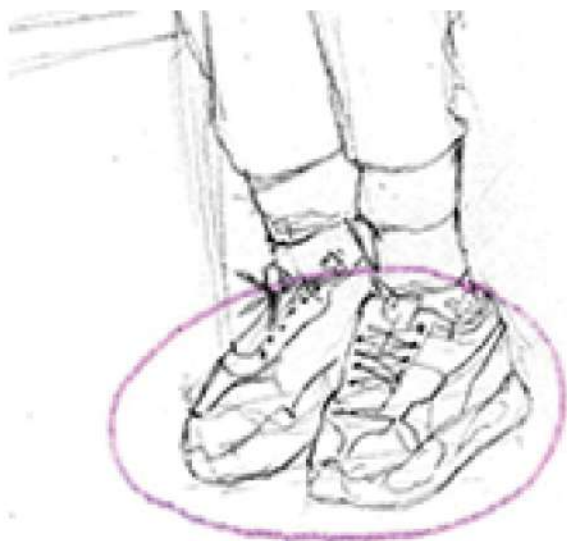


Imagen 41. Martha fragmento pies.

"DE MI PAPÁ NO ME ACUERDO PORQUE DICE MI MAMÁ QUE ÉL FALLECIÓ CUANDO YO TENÍA 3 AÑOS. MI MAMÁ SE LLAMABA LEONILDE RODRÍGUEZ BAUTISTA, MI PAPÁ PUES SABEMOS QUE SE LLAMA ANTONIO, PERO NO MÁS". (MARTHA, 2023)

Martha por su parte relata una historia de completo **cariño** hacia su mamá, una señora de la cual aprendió a ser ella misma, a luchar (manos) por lo que quería y a dar amor de igual manera todos sus hijos.

"MI MAMÁ NOS REPARTIA EL OFICIO MIENTRAS ELLA TRABAJABA. LOS GRANDES NOS CUIDABAN A LOS PEQUEÑOS Y NOS PONIAMOS TODOS A HACER OFICIO". (MARTHA, 2023)

Su mamá falleció hace poco... Martha reconoció por primera vez lo que era la ausencia y el significado de familia.

"MI MAMÁ SE MURIÓ HACE 15 AÑOS, VA A CUMPLIR AHORITA EN DICIEMBRE 15 AÑOS DE FALLECIDA. LAS CENIZAS DE MI MAMÁ ESTÁN EN EL BARRIO BONANZA, POR ALLÁ CERQUITA DONDE VIVÍAMOS, NO VOY A VISITARLA, ME DUELE, PREFIERO EL RECUERDO DE ELLA EN VIDA". (MARTHA, 2023).

Ambas historias destacan la importancia de las figuras maternas en ausencia de los padres, evidenciando la resiliencia y la capacidad de adaptación de Mari y Martha en sus respectivas circunstancias familiares. Estas narrativas ofrecen un vistazo íntimo a la crianza, el amor y la construcción de relaciones familiares en contextos no convencionales.



Imagen 42. Martha fragmento manos.

Al contrario de ellas dos, detrás de la infancia de Cecilia hay un reencuentro con una **niña** alegre que justamente ubica también en la **cabeza**, agradecida con su entorno familiar tradicional, en especial con su mamá María Esther y su papá José Isidoro, dos campesinos que residieron en la vereda La Máquina de Pacho, Cundinamarca. María Esther enviudó quedando con las tres niñas de su primer matrimonio, tiempo después Esther volvió a enamorarse de José Isidoro, la pareja quedó embarazada de un niño muy anhelado, más no pudo nacer debido a una hemorragia que sufrió la mamá. Martha Cecilia fue el único fruto del segundo matrimonio.

La casa de la familia León Rodríguez se ubicaba en la cima de una montaña de aquella vereda en Pacho donde se trabajaba el aserrío, Martha recuerda que su casa era un lugar humilde, que fue construido por su padre a punta de piedras, cemento y madera, pero sobre todo a punta de fuerza, **cariño** y voluntad:

"(...) HIZO UNOS HUECOS Y METIÓ UNAS PIEDRAS GRANDES EN LAS CUATRO ESQUINAS Y EN LA MITAD DE LA CASA. ENCIMA IBAN UNAS VIGAS DE MADERA ESO LAS CORTABAN CON UNA AZUELA. ERA UNA COSA COMO UN AZADÓN PEQUEÑO, SE LLAMA AZUELA Y CON ESO DESBASTABAN LA MADERA Y LAS DEJABAN COMO PLANAS. ENTONCES LAS SENTABAN SOBRE LA PIEDRA Y ENCIMA SENTABAN MADERA Y MI CASA ERA EN TABLAS ANCHAS". (CECILIA, 2023)

Cada parte de la casa de la familia León Rodríguez se caracterizaba por ser un lugar familiar, por ejemplo, la cocina. Este lugar, más allá de ser el sitio donde se cocinan los alimentos, tenía una peculiaridad, pues la cocina era un lugar fuera de la casa y además reunía a la familia en la mañana, tarde y noche; Martha cuenta que en ningún momento la familia se quedaba sin comer, hasta para los invitados o los vecinos había comida (en dado caso de que la necesitaran).

"NOSOTROS NO TENÍAMOS ESTUFA DE CARBÓN Y EL HUMO SE METÍA DONDE DORMÍAMOS. ENTONCES, A LA ESTUFA LA HACÍAN EN UNA PARTECITA BIEN LETOS Y AHÍ EN FOGONES DE PIEDRA, QUE ERAN LO QUE HACÍAN MÁS QUE TODO ANTES, EL FOGÓN QUE LLAMABAN. (...) YA DESPUÉS, QUE YO ESTABA MÁS GRANDE, ME ACUERDO QUE MI MAMÁ SE LLEVÓ UNOS RINES, CONSIGUIÓ UNOS LADRILLOS, NO SÉ, CREO QUE LOS LLEVÓ DEL PUEBLO. PUSO LADRILLOS ACÁ Y LOS RINES ESOS POR ENCIMA Y LAS OLLAS SE PONÍAN AHÍ ENCIMA Y MI PAPÁ HIZO COMO UNA PARRILLA EN HIERRO Y AHÍ SE PONÍAN LAS OLLAS CHIQUITAS PARA QUE NO SE FUERAN A CAER ENTRE EL FOGÓN". (CECILIA, 2023)

Tal como unos ingenieros empíricos los padres de Martha resolvían las necesidades básicas que requería el hogar. La audacia de sus padres, la enseñó a valerse por sí sola. Martha al relatar su historia se recuerda como una **niña** inteligente, aplicada, enérgica, creativa y curiosa.

En todos los casos, Mari, Martha y Cecilia, resaltaron los que hicieron dentro del crecimiento en sus hogares. Por un lado, los deberes de la casa eran distribuidos entre sus hermanos y ellas, por ejemplo, el lavado de ropa o loza en el pozo y por otra, la vivencia del ser niña y los juegos.

TLOS TRES MÁS PEQUEÑOS NOS SALÍAMOS ERA JUGAR. BOLAS, TROMPO, ARO, ARMÁBAMOS CARROS ESFERADOS, NOS ÍBAMOS POR ALLÁ A

RODAR. EN UNA PALABRA, ERA LA LOCA DE LA CASA. YO ERA LA QUE INVENTABA LOS JUGUETES Y LOS JUEGOS". (MARTHA, 2023)

Por ejemplo, Cecilia relata que creaba muñecas con trapos o sacos, jugaba también con los presentes que le traían de la ciudad o los animales del pesebre e imaginaba algunos escenarios de juego en árboles que parecían ceiba. Estos recuerdos que se ubicaron en el cuerpo como territorio y en relación con el tema familia, permiten decir que la cabeza es un lugar de inicio, de los pensamientos más profundos y del desarrollo de la identidad. Por otro parte, los pies y las manos se sitúan corporalmente como lugar de fortaleza, cariño y amor, se asocian las extremidades como los vértices de la vida.



Imagen 43. Cecilia fragmento cabeza

El **amor** y **ser mujer**. Dos lugares que están en dialogo, por un lado, se sitúan los recuerdos asociados con el amor (en términos de pareja e hijos) y el lugar ser mujer que reflexiona diferentes actitudes y recuerdos desde los fragmentos de vida.

Cuando se habla de **amor** también se habla de dolor, todas esas emociones y sentimientos se encuentran en el **corazón** de Mari, un lugar donde la mayoría de nosotros relacionamos el sentir profundamente. La vida matrimonial de Maribel se resume a que los cuentos de hadas no existen, que el amor se acaba...

Pero estar con una persona también conlleva **resistencia**, un proceso lindo al principio, aunque después el amor muestra las verdaderas intenciones.

En este caso, los engaños y sufrimientos de su esposo se narraron con tono nostálgico, pero a su vez tranquilo, era evidente que Mari vivió desamores y aprendió a dejar ir lo que no hablaba de amor. Vivenciar desamores hace que las personas pierdan toda idealización de lo que es este sentimiento y su sentido romántico, pero a la vez forja carácter para saber qué es lo que se espera de amar y ser amado.

* IMAGÍNENSE YO A ESE HOMBRE LO AMABA, LO AMABA CON TODA MI ALMA. CUANDO A MÍ ME CONTARON DEL PRIMER ENGAÑO, ESO FUE... PARA MÍ FUE DURO [...] ÉL TENÍA COMO 23. ERA UN ENAMORADO. TAN ENAMORADO QUE ÉL LE DIJO A ELLA QUE YO NO VIVÍA CON ÉL, QUE YO ME HABÍA IDO Y LE HABÍA DEJADO UN NIÑO PEQUEÑO. [...] YO SIENTO QUE DESPUÉS DEL PRIMER ENGAÑO UNO PIERDE TODA LA FE". (MARI, 2023)

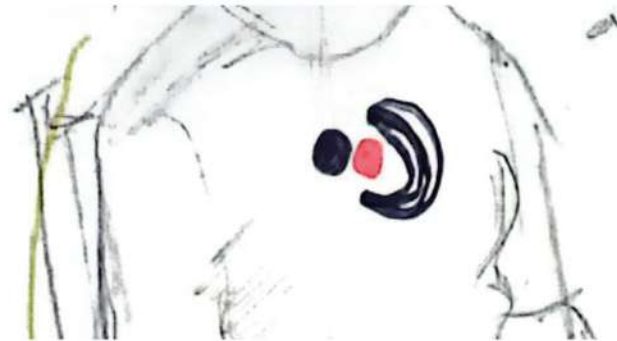


Imagen 44. Mari fragmento pecho

Colocar el **amor** como núcleo del **corazón** es ser consciente de que el amor cesa y se transforma; en Mari había nuevos comienzos en cada trayecto de su vida, esos comienzos en ella deslumbraron **elegancia** para saber decidir sobre cualquier ámbito de su vida.

Precisamente cuando ella hablaba del amor como costumbre, su tono de voz era más bajo de lo normal -también era porque su cuerpo estaba condicionado por las cámaras que estaban instaladas en su casa, me di cuenta después-, ella mencionaba lo siguiente:

"EL AMOR SE ACABÓ, PORQUE ESTO YA SE VOLVIÓ, PARA MÍ ESTO YA ES UNA COSTUMBRE AQUÍ, YO YA NO SIENTO NADA POR ÉL". (MARI, 2023)

Pero esa falta de querer empieza a acabarse, cuando tras desengaños y malos tratos, el amor se desvanece. Este apartado del amor tiene patrones muy similares en las tres mujeres, algunas veces ellas confundieron ese amor de pareja con actos violentos. Ahora que lo han reflexionado, se dan cuenta que había cosas que estaban mal en sus relaciones.

Imagen 45. Martha fragmento cabeza

"CONOCÍ AL PAPÁ DE MIS HIJOS, EN LA CASA DONDE VIVÍAMOS. YO SOY UNA ROMPE DE HOGARES, ÉL TENÍA ESPOSA, PERO ÉL DECÍA QUE NO QUERÍA LA ESPOSA. YO QUEDÉ EMBARAZADA DE LA NIÑA, MI OTRA HIJA. NOS FUIMOS A VIVIR JUNTOS, CUANDO YO TENÍA SEIS MESES DE EMBARAZO. DESPUÉS DE UN TIEMPO, EMPEZARON LAS MALAS RELACIONES, EMPEZÓ ASÍ Y YO ESTABA ABURRIDA POR EL MALTRATO DE ÉL, ME TRATABA FEU (...) UNA VEZ LLEGÓ TODO TOMADO A PEGARME. LE DIJE: "NO ME DEJE DE MI MAMÁ PEGARME Y TAMPOCO DE USTED".

(MARTHA, 2023)



Esto no es amor, es una forma de poder que está presente en las relaciones sociales, y que desde el termino **ser mujer** se entiende que "La víctima percibe las relaciones como amor romántico. El amor romántico se ha inculcado en la educación de las niñas, las adolescentes y las mujeres en general. Desde las telenovelas pasando por los millones de novelitas "rosas" siempre encontramos la misma estructura:



Imagen 46. Mari fragmento medio cuerpo.

conquista, amor deslumbrante, apasionada entrega interrumpida por terribles desencuentros, malentendidos, obstáculos de todo tipo, impedimentos gravísimos y, después de grandes sacrificios y transformaciones, llega el final, donde todo se aclara y se encamina a una gloriosa felicidad". (Deza, 2012, p. 47 – 48)

"YO FUI SUMISA A LO QUE ÉL ME DECÍA. ÉL NO ME DEJABA COLOCAR JEANS, NO ME DEJABA COLOCAR UNA BLUSA QUE SE ME VIERA UN ESCOTE. NO ME DEJABA MAQUILLAR Y FUE EL PEOR PENSAMIENTO. PORQUE YO PENSABA QUE YO ERA FEA Y QUE POR ESO ÉL CONSEGUÍA OTRAS PERSONAS". (MARTHA, 2023)

El testimonio de Martha refleja cómo la influencia del compañero puede afectar la **autoestima** de una persona. La imposición de restricciones en la apariencia personal y la sensación de ser poco atractiva contribuyen a una percepción negativa de sí misma.

Por otro lado, Cecilia no reveló detalles de violencia sobre sus esposos, tuvo la suerte de que fueron amorosos y lograron llevar una relación armoniosa y basada en el respeto. Pero desde niña tuvo episodios que también violentaban con su cuerpo.

"UNO ERA NIÑA Y NO SE IMAGINABA QUE LE IBAN A HACER, PERO YA CUANDO UNO ENTENDIÓ ESO, DIJE: "NO, QUÉ DESGRACIA, ME VA A VIOLAR". SUCEDÍA QUE HABÍA UNA NIÑA MÁS GRANDE QUE YO, ELLA IBA CAMINANDO CONMIGO. [...] LA AGARRO EL NIÑO MÁS GRANDE A LA MUCHACHA, EL OTRO INDIO QUE ERA MÁS BAJITO, ME COGIÓ A MÍ. Y YO ME ACUERDO QUE ERA UN CAMINO DE HERRADURA Y ENTONCES AQUÍ HABÍA PARED DEL BARRANCO Y NOS COGIERON CONTRA ESE BARRANCO. NO ME PODÍA ZAFAR ENTONCES YO NO SÉ CÓMO HICE DICE Y ENCONTRÉ UNA PIEDRA Y SE LA PUSE EN LA CABEZA ".
(CECILIA, 2023)

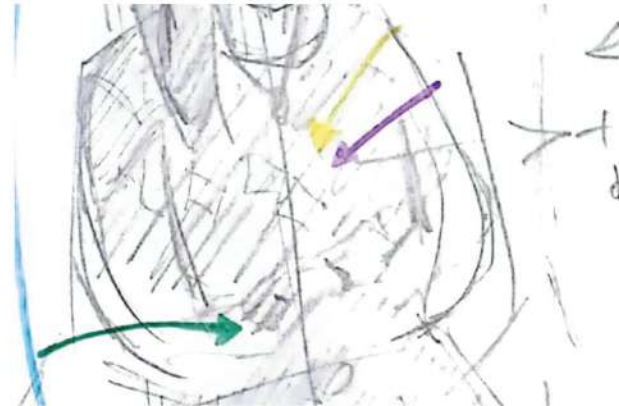


Imagen 47. Cecilia fragmento pecho.

Cecilia ubica en el corazón **el brillo y la iluminación**, como momentos de decisión, en este caso ese fue uno de ellos.

En el tejido complejo y fascinante de nuestro cuerpo, cada persona es un relato único de aprendizajes, saberes y experiencias que dan forma a su viaje a lo largo del tiempo. Desde el mismo umbral de la vida, nos embarcamos en un continuo proceso de descubrimientos, adquiriendo conocimientos no solo desde la escuela, sino también en los innumerables momentos que componen nuestra cotidianidad.

Sus momentos se entrelazan en una red de saberes heredados, desafíos superados, logros alcanzados y las lecciones extraídas de cada uno de estos encuentros. La vida se presenta como un maestro incesante que nos brinda oportunidades para aprender y crecer, y cada experiencia, ya sea pequeña o grande, contribuye a la narrativa única que cada individuo teje a lo largo de su existencia.

Los aprendizajes se extienden a través de las interacciones diarias, las conexiones personales y los desafíos que enfrentamos. Cada conversación, cada elección y cada desafío enfrentado nos brindan la oportunidad de expandir nuestro entendimiento del mundo y de nosotros mismos. Se destilan a través de las alegrías, las penas, las relaciones efímeras y las conexiones duraderas.

El lugar de la vejez es nuestro final de los trayectos andados, el lugar que permite dar cuenta de todos esos esos momentos y experiencias habitadas por cada una de las mujeres. Aquí se empieza a entender que son un conjunto de líneas de vida. De muchos colores, contrastes, formas y derivas.

MAPEOS CORPORALES DE LA VEJEZ

MARIBEL



Imagen 48. Proceso de retrato Mari, día uno y dos

Imagen 49. Proceso de retrato Mari, día tres con mapeo



MARIBEL

Mis amigas me hacen feliz, mi nieta me hace feliz, mis hijos me hacen feliz, vivir esta etapa me ha hecho feliz.

A veces mi nieta me dice "no quiero que te envejecas más abuela", le digo pero voy a envejecer, cada día que tú me vas a ver más viejita. Dice "no, abuela" y ella me estira, me estira la cara.

Me veo bonita, me siento bonita



La vejez es sinónimo de experiencia.
Fuerza y alegría

Ame demasiado, me amaron demasiado, me desamaron.

CECILIA

Imagen 51. Proceso de retrato de Ceci, día uno y dos



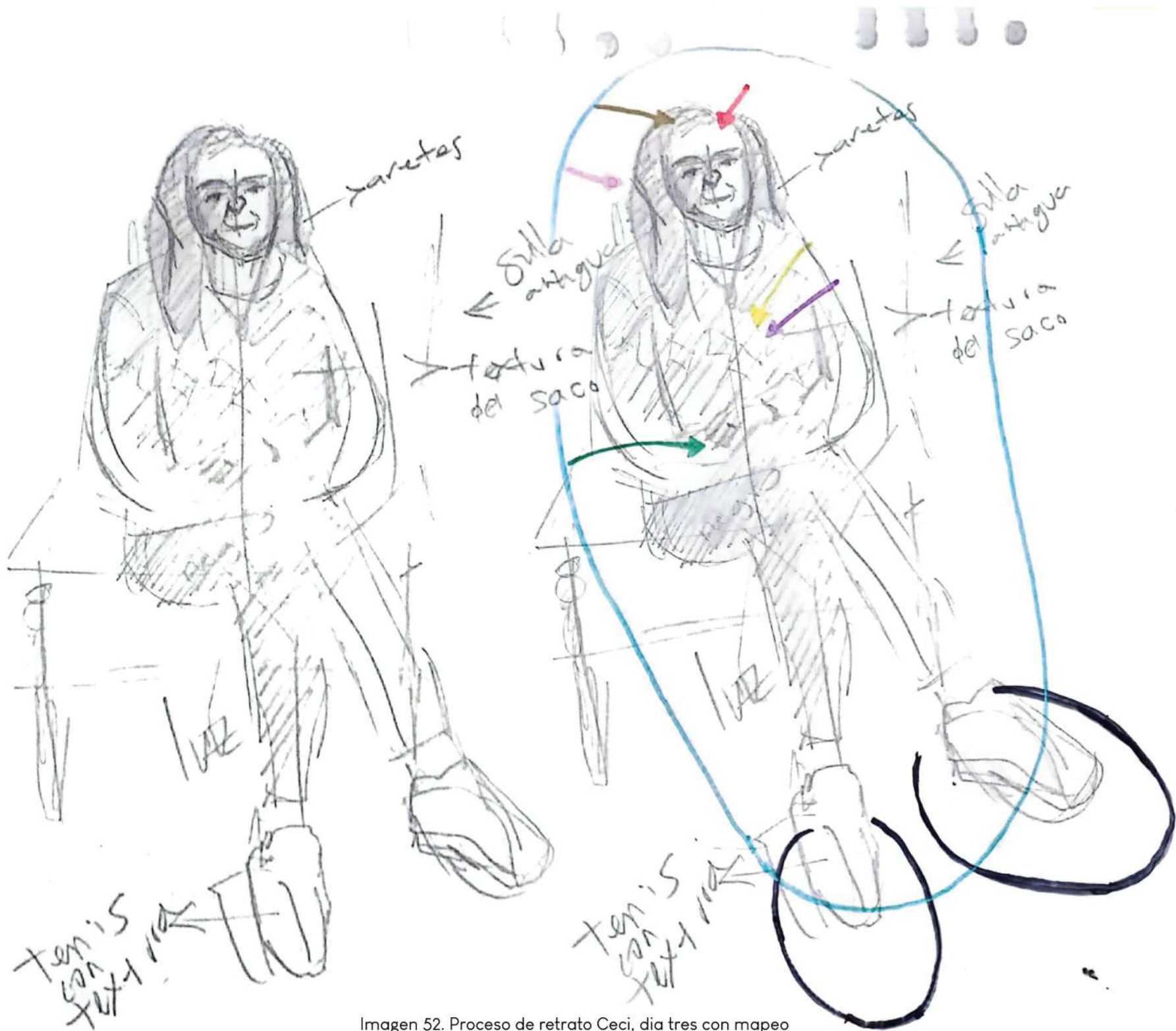


Imagen 52. Proceso de retrato Ceci, día tres con mapeo

La vejez es sinónimo de tiempo. El tiempo vivido cobra cuentas.

CECILIA

Yo le pido a Dios que me dé la capacidad de poder estar activa y no estarme ahí quieta porque eso si me daría tristeza. [...] Que Dios me dé una vejez buena, que no me vaya a postrar en la cama, sino que sea una vejez buena, que me pueda caminar, que sea viejita pero que yo me pueda valer por sí misma.

Uno se cansa de tinturarse las canas, algún día dejaré de tinturarme y me dejaré las canas, así a algunos no les guste esa idea. Venden ahora unos champús, uno se los aplica y eso va ayudando a matizar las canas.

Imagen 53. Mapeo corporal de Cecilia.

MARTHA

Imagen 54. Proceso de retrato de Martha, día uno y dos.

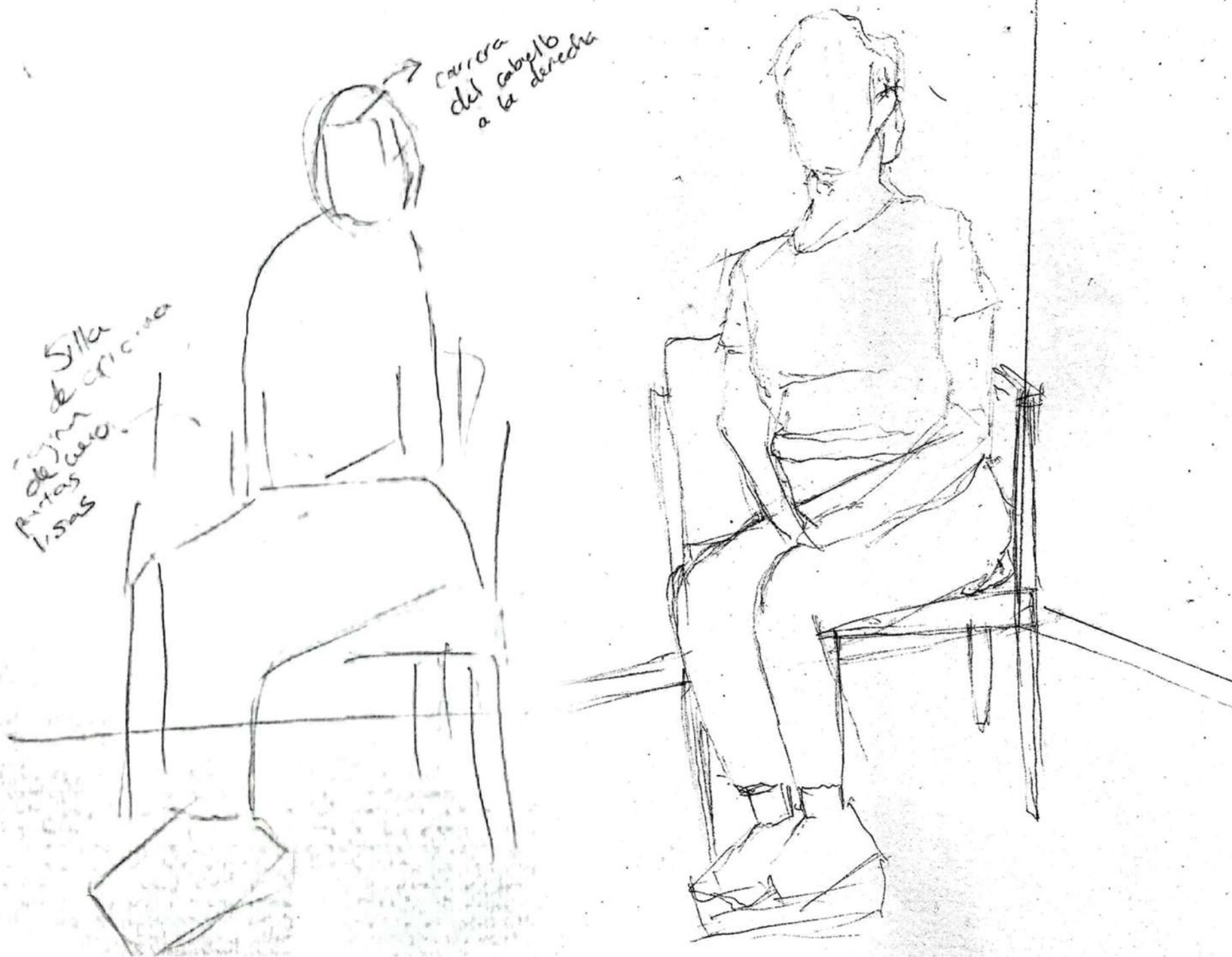


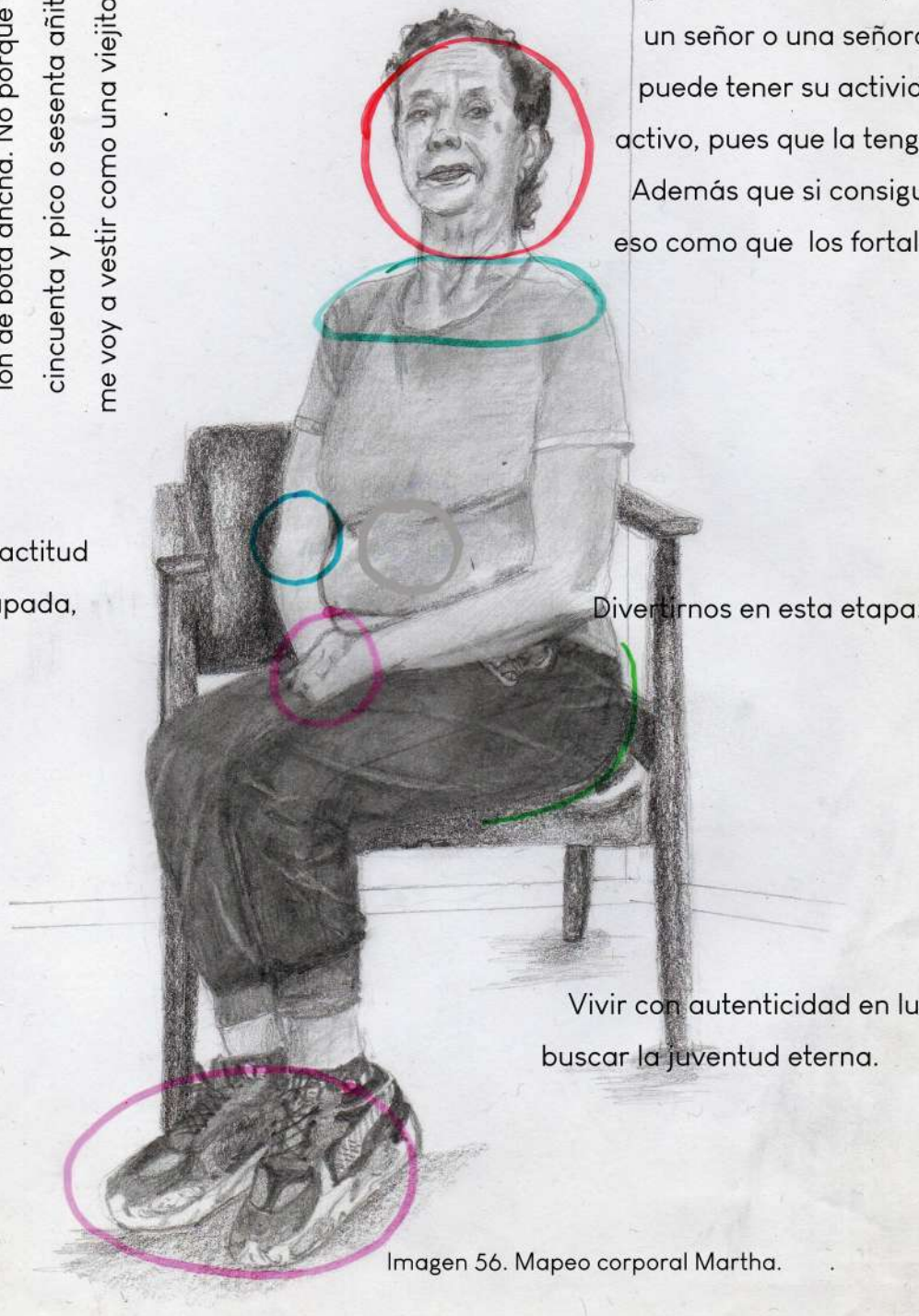
Imagen 55. Proceso de retrato de Martha, día tres con mapeo.



Hay ropa bonita que uno la puede hacer lucir joven, no necesita uno estar con esas faldas hasta acá, yo por lo menos no me pongo falda pero yo me coloco mis licras, mis jeans o un pantalón de bota ancha. No porque tenga cincuenta y pico o sesenta añitos, yo me voy a vestir como una viejita.

Estamos de regreso a una actitud más relajada y despreocupada, similar a la de un niño.

MARTHA



Yo digo que la vida sexual en la vejez es normal, eso como que le da vida a alguien. A mi no me parece malo eso, si un señor o una señora a los 70 años puede tener su actividad sexual y es activo, pues que la tenga, no pasa nada. Además que si consigue alguien joven eso como que los fortalece.misma.

Divertirnos en esta etapa.

Vivir con autenticidad en lugar de buscar la juventud eterna.

Imagen 56. Mapeo corporal Martha.

LO QUE DEJÓ ESTE VIAJE

Bogotá D.C., 20 de enero de 2024, 04:39 pm

Querido lector/lectora:

Gracias por acompañarnos en este viaje, seguramente hay más andadas de aquí en adelante. Quiero hacerle saber que después de todos los hallazgos compartidos, hay muchos aprendizajes y reflexiones que quiero comunicarle. Lo primero que tengo que mencionarle, es que, cuando inicie esta indagación a partir de la vida de las personas mayores, y en específico de las mujeres. Nunca me imaginé el alcance de la investigación. Esta me llevó por caminos que no tenía en mente, en algunos casos me perdí, anduve varios pasos adelante y después me devolví por otro camino, también me detuve por un buen tiempo, retomé el mapa y siempre encontraba diferentes opciones para continuar.

Este trabajo de investigación que inició hace tres años -un año con preguntas que repercutían en mí y los dos restantes escribiendo y creando con las mujeres a partir de la experiencia y mi realidad-. Entendí que la investigación, las artes, la educación y la comunidad, son cuatro lugares indispensables para la creación de grandes ideas. Quizás esas ideas no van en línea continua, sino en un espiral que se extiende, se retrae y se entrelaza.

La esencia de la investigación creación nace desde la experimentación y la creatividad, lo valioso del proceso es colocar en tensión lo que no entiendo, lo que comprendo, lo que opino, lo que realizo, lo que omito y lo que recojo. Ahí es donde se ve reflejado el viaje. En este caso la investigación es viva, invito a la persona que lea este texto, a confiar en esas tomas de decisión, la investigación se construye en los sentimientos del investigador. Precisamente, el dispositivo

escritural que consistió en tres libros (trayectos) me ayudo a entenderlos como los pines del mapa, esas ubicaciones que me permitieron tener una estructura clara y organizada me facilitaron la comprensión de los momentos y la creación de cada parte escritural y creativa.

Las mujeres mayores...

Mari, Cecilia y Martha quienes me abrazaron durante toda la investigación, fueron la semilla del camino andado; viajar juntas les permitió reconocer-se desde su recuerdo, esto le da sentido a vivir la etapa de la vejez. Además, su voz, su existencia y el espacio en cada encuentro le des dio valor e importancia a su palabra. Quizás más de una persona se sienta identificada en sus historias.

Las mujeres mayores emergen como protagonistas de sus propias narrativas, desafiando este-reotipos y revelando una multiplicidad de identidades que trascienden las limitaciones impuestas por la edad. Los retratos no solo documentan el paso del tiempo en sus cuerpos, sino que se convirtieron en testimonios visuales de resiliencia, sabiduría y la riqueza de experiencias acumuladas.

De la investigación-creación desde la investigación basada en artes...

Para llegar hasta aquí tuve que entender varias cosas, una de ellas fue el cómo y desde la apuesta metodológica, que también fue parte de esta creación. Me permitió saber que los lenguajes plásticos y visuales van más allá de la creación de imagen, porque posibilita el dialogo con la cotidianidad. Por eso acogí el termino artógrafa, una palabra que ahora voy a utilizar dentro de mi día a día, es el rol que abarca los tres lugares donde me identifico. La artografía movilizó los encuentros permitió extendernos en el camino, escribirnos, vernos, hablarnos, sentirnos y abrazarnos.

Tener como base la artografía logró que el retrato, la palabra y el cuerpo se conjugaran en un mapa. Por un lado, el retrato se convirtió en mediador de la experiencia recíproca, y los ejercicios sensibles fueron el activador del recuerdo de las mujeres mayores. El cuerpo entonces era camino-lugar y el mapeo lo simbólico, la co-creación y el final. Visualicé los puntos en común, los pasos andados y las líneas de vida que dibujan la imagen de la persona mayor.

¿Qué me queda a mí con respecto al retrato?

El sentido de dibujar en este caso trascendió, dibujar para mí es una catarsis, es un proceso nervioso que reúne todos los sentidos, el dibujo extiende la imaginación a la realidad. Retratar de la manera en que se hizo, reafirmo mi idea de que el dibujo reúne y expande sentires, es mediador de experiencias; eso quiere decir que el dibujo o en este caso el retrato puede ser también parte de las metodologías artísticas, es una invitación a seguir explorando diferentes lenguajes desde mi lugar de docente-artista e investigadora.

¿Y para la maestría?

Precisamente, para la Maestría en Arte, Educación y Cultura y el diálogo arte, ética y política el trabajo de investigación logro tejer desde la línea investigativa una perspectiva artística-visual donde la imagen es el lugar de enunciación simbólico, entendiendo que la creación se da del proceso de pensamientos y acciones. Lo artístico se refleja a su vez en los pasos que se dieron para caminar los trayectos, crear una metodología es parte también de ese proceso artístico. La selección de cómo se retratan a las mujeres mayores, la elección de los elementos visuales y la narrativa visual contribuyen a la construcción de un arte que no solo documenta la realidad, sino que también la reflexiona, la interpreta y la reinterpreta. Entender, entonces, que el arte del retrato puede ser una herramienta poderosa para desafiar las normas y prácticas visuales preestablecidas y fomentar una apreciación más profunda de la belleza y la dignidad en todas las etapas de la vida desde una perspectiva co-creativa y recíproca. Entregar prácticas artísticas como espacio seguro, como diálogo.

Desde una perspectiva ética, el viaje tuvo la intención de destacar la importancia de la vida de las personas mayores. Ver, tratar y relacionarse con los cuerpos desde el ser cuerpo. Al abordar la representación visual de sus cuerpos y vidas, se resalta la necesidad de evitar estereotipos que perpetúen prejuicios y discriminación basada en la edad y el género. La ética inmersa en los mapeos reconoce la individualidad y diversidad de las experiencias de estas mujeres, dentro de un tipo de práctica experiencial subjetiva y valiosa. Además, el reconocer y trabajar con ellas como mujeres mayores, tiene que hacerse con una perspectiva de bienestar, cuidado y respeto. Debo aclarar que no me refiero a infantilizarles, tampoco desde un lugar marginal, sino como personas con opinión, sentir y vidas significativas. En estos intercambios estas mujeres reconocen y se reconocen, se les da palabra y presencia, una historia y reflexión desde el lugar ¿cómo veo y reconozco?

Desde la política, la investigación aboga por la inclusión y la igualdad, desafiando las estructuras sociales que marginan a las mujeres mayores. Mostrar sus historias y la representación de su imagen contribuyen a la construcción de una narrativa social más justa y diversa. La manera en que se les da un espacio a las adultas mayores para poder ser, para poder hablar, para poder habitar un espacio de diálogo, en donde ellas tengan la posibilidad de habitarse-comprenderse en un ámbito político.

Este enfoque busca cuestionar y cambiar las percepciones arraigadas en la sociedad, abogando por un cambio cultural que reconozca y celebre la contribución de las personas mayores. Es además una postura porque está en contra de los lugares que comúnmente se entiende por vejez y que históricamente se le ha dado. Dispone ese lugar que entiende, como las adultas son personas que tienen derechos, y se les da esa posibilidad de entender el mundo desde espacios como los encuentros. El por qué está en reconocerlas, es decir en cómo se entiende el otro/otra.

El campo artístico y educativo se nutre en este sentido porque la clase de artes en cualquier ámbito debe forjar encuentros sensibles, desde cualquier lenguaje, entendiendo que las artes son la disciplina del saber más humana que puede haber. Porque nace del ser. Además, este trabajo puede contribuir a ampliar lo artístico y educativo al ofrecer una perspectiva colectiva, desafiando normas establecidas, empoderar a las mujeres, promover la diversidad y fomentar un enfoque interdisciplinario que enriquezca tanto la creación artística como la experiencia educativa. Prácticas sensibles co-creativas, fuera de ámbitos tradicionales y metodologías ortodoxas. Pensar el arte en la educación como experiencia, como encuentro, como intercambio, como acontecimiento.

Este viaje logró interesarse por ese pequeño sector poblacional, que, a pesar de solo ser tres adultas, hay cosas que comparten con otras mujeres de nuestra cultura, nuestras mamás, tías y abuelas dan manifiesto de muchos desafíos vividos. A su vez, las mujeres se dieron cuenta que su cuerpo es el archivo vivo, que se ha moldeado según sus experiencias y vida. Quizás para preguntas futuras, este modo de enunciar las historias de las personas mayores se implemente con otros grupos de la sociedad.

Lo interesante es que ellas no sabían, que con solo recordar de forma consciente pasándolo por lo corporal, podían repensarse sus nuevas vivencias durante la etapa de la vejez. Sentir, reflexionar, crear, habitar, ubicar.

En prospectiva...

Lo que sigue para este proyecto es encabezar nuevas indagaciones a partir de otras historias de vida, quizás sobre la mía, quizás como lo mencionaba antes con otros sectores poblacionales, colocando en diálogo diferentes identidades, géneros y personalidades, por ejemplo, hombre, mujer, niño, niña, joven, madres solteras o personas mayores de otras regiones del país. Ampliando también la metodología trazada.

Con mi tutora nos dimos cuenta de que este proyecto tiene más frutos que seguir desarrollando, como realizar un libro que permitan hacer esta experiencia recíproca de forma didáctica para las personas que quieren hacer este viaje solos, desde sus casas, desde los hogares geriátricos, en escuelas artísticas y en otros espacios que se interesen por el arte, la comunidad y la vida.

Los viajes continúan.

Nos seguiremos encontrando.

Atentamente,

Laura Muñoz

REFERENTES DEL TRAYECTO ANDADO

Breton, D. L. (2002). Antropología del cuerpo y modernidad.

Munita, R. G. (2017). Retratar a otras mujeres y cartografiar nuestros vínculos. *Investigaciones feministas*, 8(2), 603-618. <https://doi.org/10.5209/infe.54143>

Roldán, L. (2023). Los mapas corporales como técnica de investigación social digital. *Revista Teknokultura, Avance en línea*, 1-19. <https://doi.org/10.5209/tekn.84025>

Schenerock, A. (Coordinadora). (2018). Cartografías ecofeministas para la defensa del Territorio Cuerpo Tierra en contra del extractivismo: Agua y Vida: Mujeres, Derechos y Ambiente AC.

Villanueva, S. D. (2012). ¿Por qué las mujeres permanecen en relaciones de violencia? *Avances en psicología*, 20(1), 45-55. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2012.v20n1.1942>

Oda al crepúsculo

En la tarde dorada de la existencia,
el sol retira su luz con dulce nostalgia,
la vejez es un poema que se escribe en la piel,
donde cada arruga es un verso de amor vivido.

Pablo Neruda