



Zurciendo la vida: Exploraciones desde la Pedagogía Sensible.

Yuri Carolina Silvera Villalobos.

Universidad Pedagógica Nacional.

Facultad de Bellas Artes.

Licenciatura en Artes Visuales.

Tutor: Óscar Giovanni Monroy.

Bogotá D.C.

2025

Dedicatoria

“Y sobre todas estas cosas vestíos de amor, que es el vínculo perfecto”

(Reina Valera, 1960, Colosenses 3:14)

“Y todo lo que hagáis, hacedlo de corazón, como para el Señor”

(Reina Valera, 1960, Colosenses 3:23)

Al Arquitecto del Universo: Gracias por colocar en mi camino las herramientas adecuadas para poder compartir de tu amor con las demás personas. Amén.

En memoria de mi hermano Jonathan Steve Silvera Villalobos y mi abuelita Sara Ramos Meneses, les amo para siempre.

En honor a mi mamá: Elsa María Villalobos Ramos, por su ejemplo de fortaleza, aguante, lucha; pero también por su gran amor, apoyo y soporte. Y a mi hija: Elizabeth Rodríguez Silvera, para que te permitas sentir y hacer las cosas aún con miedo. Gracias porque su amor me brinda vida y su existencia me desborda de amor.

En agradecimiento a las personas que conformaron este proyecto:

A mi profe don Óscar por el acompañamiento y guía, por cada café y libro compartido, por cada enseñanza y palabras llenas de sabiduría, por entenderme incluso en los momentos en que ni yo lo hacía.

A cada persona que participó en el grupo de Zurciendo Heridas:

Mi hermana Paola Peña, mi hermano Santiago Silvera, Fernando Mora, Brayan Riaño, Johan Ramírez, Andrés Cifuentes, Ricardo Avendaño, doña Nasmille Peña, Juan David Roncería, doña Melba Preciado.

Porque la vida es más que lo que nos establecen, porque nuestra alma sensible es un regalo; gracias por confiar, por los abrazos, las palabras, las sonrisas, el lugar seguro, el disfrute, la esperanza, el amor, el tiempo, por todo el intercambio y conexión que nos ha permitido resignificar la vida. Gracias por continuar re-existiendo.

Gracias a Camilo Rodríguez. Y a papá, Óscar Vicente Silvera de los Reyes.

Resumen.

Este proyecto de investigación artística explora formas de acompañamiento a personas con ideaciones suicidas desde la pedagogía sensible. Se busca propiciar experiencias que permitan resignificar el sentido de vida a través de prácticas que le abran camino a la resonancia y el cuidado mutuo.

Se construye desde tres ejes: *cartarsis*, juntanza y conversación, que se nutrieron a través de la práctica de la escritura introspectiva, el bordado, y el *parche*, entendidos como espacios cotidianos de afecto, vínculo y presencia. Estas acciones conforman una corpografía colectiva que, desde el cuerpo y lo sensible posibilita exteriorizar lo que muchas veces permanece silenciado, anestesiado.

Lo estético se manifiesta como forma de estar y ser en el mundo con otrxs. Se establece que la pedagogía sensible permite generar espacios de cuidado y que el acompañamiento, como la disposición de cobijar y ser cobijadxs, reconoce la potencia de lo afectivo. Desde el vínculo se transforma, se sostiene y se ofrece ese acompañamiento para zurcir la vida.

Palabras clave.

Pedagogía sensible, saber, experiencia, estesis, resonancia, vínculo.

Línea de profundización.

Pedagogía Artística Visual.

DECHADO: Contenido

(Muestrario de distintas puntadas de costura o bordado)

Dedicatoria..... 3

Resumen. 4

Aclaraciones..... 8

Cartarsis a mí investigación..... 11

ENHEBRAR: Introducción 14

PESPUNTE: Antecedentes 16

 Un relato de mi duelo:..... 17

 Reconsiderar; Re-conocer; Reflexionar; Re-parar; Resignificar 20

HILVÁN: Justificación 38

 Entre el cuerpo, el mundo y el otro. 40

 Entre la educación y el sistema: las huellas que dejamos. 41

 Tejiendo el vínculo. Encendiendo el fuego. 44

NUDO: Pregunta 46

PROPÓSITOS: Objetivos 47

 ¿Cuál es mi intención detrás de todo esto? 47

 ¿Cómo? 47

CAJA DE COSTURA: Metodología.....	48
Resignificación IC	48
Ejes estratégicos:	51
Cartarsis (carta + catarsis).....	51
Juntanza: “Parchar”	53
Conversación.....	55
OBRAR SENSIBLE.....	57
Entretejendo recuerdos.....	58
Bordando y transformando	61
Red de apoyo: El vínculo, la unión, la encarnación, lo compartido.....	66
TE COBIJO CON LO QUE SOMOS.....	69
CO-SER Y COCER: Socialización.	79
SOBRECOSTURA: Marco Teórico	83
Reflexionando el saber y el conocimiento.....	84
Cartarsis a la pedagogía:.....	90
Cartarsis para que sumercé reflexione:.....	96
Poner en relación la sensibilidad con la pedagogía	100
Estética y arte	103
Experiencia y realidad.	105

PUNTO ESCONDIDO O INVISIBLE: Tejiendo acerca de la PS	110
El Cuidado Colectivo	111
Cartarsis a la muerte, el sentido de la vida:	119
Cartarsis a los pensamientos intrusivos.....	129
ZURCIDO: Conclusiones	132
Referencias	144

Aclaraciones

Apreciado(a) lector(a):

Deseo que la presente le encuentre bien.

*(Y digo apreciado(a), aunque probablemente piense que ni le conozco, pero no estaría escribiendo todo esto de no ser porque me he cuestionado y planteado sobre mí lugar lleno de amor para ofrecer) **Presento mis comentarios, cuestiones y algunas aclaraciones en letra cursiva. También destaco algunas palabras o ideas en negrita para resaltar atención.** La organización del contenido la encontré haciendo uso de algunos de los términos del oficio de costura para acercarme a las ideas, hace parte de mí estrategia para concederle una estructura y/o lógica a la presente carta.*

Para iniciar la lectura es necesario ubicarnos desde una mirada informal, tranquila, pues estoy teniendo contacto a través de estas palabras que no son expertas, pero que no dejan de lado el esfuerzo de al menos saber de lo que estoy hablando, y bueno, escribiendo. Y digo que es necesario porque no encuentro otra manera de llevar esto, no puedo dejar mi lado humano sólo porque el rigor académico me presiona o porque una voz de autoexigencia en mí cabeza me dice que esto tiene que ser la innovación de los proyectos en la historia de los proyectos; además no hallo otra manera de llevar algo tan personal, más que desde esta mirada, llena de miedos, dudas, pero con la seguridad de que a algún lado tendremos que llegar.

Te quejas de que es poca la pulcritud de las cartas que te dirijo ¿Quién, de hecho, habla con pulcritud sino el que pretende hablar con afectación? Como mi conversación, si juntos estuviéramos sentados o caminando, resultaría sencilla y ágil, tales quiero que sean mis epístolas en las que nada hay de rebuscado o falso. (Séneca, 1989, pp. 440-441)

Quiero mencionarle que éste no es sólo un proyecto de grado, es una carta escrita con todo el amor, esfuerzo, dolor, lágrimas, frustraciones, cuestionamientos que puedo expresar. Una carta en la que quiero dejarle algo que, de alguna manera, le pueda servir a sumercé (*y me tomo el atrevimiento de hacer este tratamiento apelando a la afectación de esta palabra, para lograr el contacto o la cercanía. Tómelo como mi manera de conectar con sumercé. Además, tiene la cualidad de comprender cualquier identidad de género*).

“Vuestra merced”, “Su merced”, “Sumercé”. Existe una transformación y resignificación en esta palabra. Su merced se utilizaba en la época colonial, donde era muy importante demostrar sumisión a los españoles; hoy en día esta palabra en Colombia trascendió hacia el afecto, respeto y cercanía. Podría extenderme dándole el significado de la palabra, la historia, el uso, pero prefiero hacer las cosas más íntimas: Mi abuelita, quien era de Boyacá, solía decirme “sumercecita linda” y yo sentía su amor en aquellas palabras; mi deseo es que sumercé también sienta el amor que le brindo.

Dentro de esta carta vamos a encontrar una serie llamada “el hilo enredado” con *cartarsis* que me han ayudado a identificar ideas y me han dado la libertad de reflexionar, cuestionar y cuestionarme acerca de diferentes asuntos a lo largo del presente proyecto.

EL HILO ENREDADO. La serie de **cartarsis**: (carta + catarsis) La **carta** está pensada como un medio flexible, desde el que se establece un encuentro directo con ciertas reflexiones a partir de la palabra; reivindicando y dándole sentido al medio epistolar. La **catarsis** tiene lugar a través de la escritura que me facilita liberar emociones, procesar sentimientos y compartir mis sensaciones y percepciones, para darle un lugar a mi experiencia de vida y posibilitar la exploración y exteriorización del sentir.

Por lo tanto, *cartarsis* son cartas que me ayudaron a descargar mi sentir y pensar en un momento que estuve afectada por determinadas situaciones. Desde inquietudes que me generaban angustia, bloqueos emocionales, mentales o creativos, situaciones que no entendía, hasta heridas que se hacían presentes, ataques de pánico, miedos y todo lo que me permití sentir. **Las vamos a lograr diferenciar porque están guardadas en hilo azul y tienen otro tipo de fuente. Esto para lograr reconocerlas y facilitar su lectura.**

EL HILO ENREDADO

Cartarsis a mí investigación:

Pongámonos frente a un computador y hagamos una investigación: ¡Tarán! No se me ocurre nada.

Enfrentarse a una hoja en blanco muchas veces blanquea la mente. De infinitas posibilidades de ocuparla, automáticamente se hace difícil ver y escoger una... y no es que no tengamos el conocimiento o capacidad para desarrollar algo, todo está ahí. Es que no encontramos un modo de iniciar, nuestra mente opera de una forma humana, ¿cómo empezar algo que ni siquiera puedo visualizar del todo? ¿Cómo organizar algo que está en un sinfín de posibilidades? Este proyecto es un gran reto, no sólo porque es un trabajo de grado con toda la carga que esto ya tiene; también porque he estado planteándome algo que sirva, que no quede en una página de repositorio en el olvido.

En este punto en el que me encuentro he podido percatarme de la similitud de cuando estaba en grado 11, que no sabía qué hacer con mi vida. Sorpresivamente era una sensación común con muchas otras compañeras y compañeros, vivíamos replanteándonos “¿Para qué diablos sirvo?”. Desde muy pequeña ha habido un constante cuestionamiento de la propia existencia: ¿Para qué existo? ¿Qué es lo que vengo a hacer a este mundo?

Buscarle un sentido a algo de lo que no se tiene total certeza, es como buscar una aguja en un pajar, es frustrante... Pensamos en estrategias, dividimos el pajar en grupos pequeños, revisamos montón por montón, pero luego vemos el montón de montones y nos percatamos de que será un trabajo de nunca terminar, ¿nos damos por vencidos? Y si continuamos, entramos en gran cantidad de eventualidades humanas, los ojos se cansan, las manos astilladas,

el cuerpo se entumece, nos frustramos, queremos un respiro; pero y si a eso se le añade el tiempo, un tiempo que no es propio, hay que entregar la aguja en unas cuantas semanas... Si no, no habrá recompensa... A quién carajo le importa una recompensa cuando me estoy astillando las manos buscando, al final voy y compro una aguja y ya ¿cuál es el sentido? Pero obtenerla no se sentiría igual, no es lo mismo una aguja prestada, ajena; el sentido de todo está en encontrar con el propio esfuerzo esa aguja que está perdida.

Plasmar algo en una hoja en blanco, como si fuera toda una académica, fingiendo que no es mi primera producción "intelectual" importante y que no tengo ni idea de cómo llevarla a cabo ¿Cuál es la recompensa? Un título que, catastróficamente pensando, no garantice mi éxito profesional.

Hallar el sentido de este trabajo fue un tanto difícil, muchas veces no le encontramos el sentido ni a nuestras propias vidas. ¿Cuál es el sentido cuando lo único que tengo es una hoja en blanco con infinitas posibilidades de ocuparla? Pues bien, mi experiencia.

Esta es mi forma de ocupar un montón de hojas en blanco, con un montón de estrategias, en un montón de ideas organizadas según mis modos, que son la mejor manera que encontré, humanamente, en un infinito universo lleno de posibilidades de ocupar hojas, pero con un importante sentido que continúa en expansión.

Y como todo proceso en el que hay que confiar, confío en que sumercé confíe en él, así como yo confío en desenredar poco a poco los hilos para dar un sentido por medio de estas palabras y palabras de otras personas más serias e ilustradas que yo le voy a ir comentando... Para hacer de esto una *investigación artística* bien cachetuda.

Nota: Sumercé, le pido me dispense, pero me veré envuelta en la reiteración de la palabra ***experiencia***, que es importante, ya que todo en la comprensión y creación depende de ella.

Introducción

ENHEBRAR

(Introducir el hilo por el ojal de la aguja para comenzar a coser)

Para nadie es un secreto el mundo en el que vivimos: uno cambiante, que a veces se siente puntiagudo, sabe dulce y amargo, huele a podrido, pero también tiene algunas notas agradables. Y es que eso somos, seres con todos nuestros sentidos abiertos, habitando un lugar lleno de lo que nuestro contexto nos ha permitido aprender, formados a través de nuestras experiencias y, por supuesto, educados en un sistema económico y político. Vivimos rodeados y en ocasiones bombardeados por medios tecnológicos y digitales, que siempre buscan la comunicación, pero también responden a dicho sistema económico y político. Estamos inmersos en una cultura que nos afecta de muchas maneras, lo que nos afecta hablando desde aquello que nos acontece y nos resuena en nuestra experiencia de vida. Estas experiencias son lo que nos hacen ser y nos llevan a actuar de determinada manera, siendo conscientes o inconscientes de ello... Y probablemente esto es lo que debemos aprender a conocer para aprender a vivir ¿realmente sabemos que vivir es algo que se aprende y se enseña?

¿Cómo le enseñaron a sumercé a vivir? ¿Se ha preguntado por qué y para qué existimos en este vasto universo?

Ya se ha teorizado un montón sobre el sentir, el sentido y la vida misma; ya varios personajes han escrito y publicado, pero... Entre tanto, por qué aún vemos un panorama tan ajeno, distante... *(o yo por lo menos lo percibo un poco así)*. Puede recordar cómo fue su paso por el colegio y demás instituciones

educativas, cómo enseñaban los docentes, cómo respondían a sus necesidades de aprendizaje y compare, si tiene alguna referencia, cómo es hoy en día...

Bueno, me tomo el atrevimiento de hablar desde mi experiencia, la que he escuchado de algunas personas, la experiencia en mis prácticas profesionales, incluso en la experiencia de mi hija (*una nueva generación que expresa lo mismo*). Aunque muchas cosas han cambiado (*no quiero demeritar el progreso y todo lo que se ha luchado por mejorar*) y existen maestros que se esfuerzan por dar lo mejor de sí; puedo percibir que las fuerzas de poder también van cambiando y evolucionando con los años, al mismo tiempo que nosotros... Y a pesar de toda la teoría escrita y publicada que se lee maravillosa, en la práctica se dejan de lado muchas cosas.

Entre tanto que me he puesto a pensar ¿qué se puede hacer? Recuerdo una historia que Óscar, mi maestro y tutor de proyecto, me relató una vez. Se trataba de un colibrí que en medio de un incendio en el bosque volaba hacia el fuego, todos los demás animales asombrados le decían que si acaso estaba loco; el colibrí estaba tratando de apagar el gran incendio con el agua que alcanzaba a acarrear en su pico y mientras los demás le decían que eso no servía de nada, que él solo no podría lograrlo nunca... El colibrí les respondió que tenían razón en que no podría hacerlo solo, pero él estaba haciendo su parte. Esas pequeñas gotas de agua, ese esfuerzo, esa determinación de cumplir un propósito, de ayudar, de mejorar puede que sea ir contra corriente, pero siento que es mí parte. ¿Y cómo comienza esa parte? ¿Cómo comienza un proceso creativo? ¿Cómo ubicamos una corazonada con un sentido que cumpla un propósito y la aterrizamos en este plano terrenal?

Antecedentes

PESPUNTE

(Puntada continua que se hace volviendo la aguja hacia el punto de atrás y de regreso hacia adelante para formar una puntada más firme y resistente)

Pero, sumercé, hablando de procesos creativos, primero es necesario ubicar el ¿por qué inicia?

Déjeme contarle que el detonante principal para desarrollar este proyecto fue mi afectación por el duelo, el dolor, la pérdida, el quebranto.

Algunas de las cuestiones que me han emergido, nacieron en torno a las diversas situaciones que afrontó mi hermano, quien trascendió de la vida a raíz de la leucemia. De allí es que se manifiesta mi necesidad de indagar por lo sensible y la reparación a través de la pedagogía artística. Pues a partir de esta ausencia surge mi inquietud **por el alcance o influencia que tenemos las personas en la vida de alguien más**, la pregunta del qué podemos hacer por quienes apreciamos cuando están atravesando por una adversidad de vida y la impotencia de no lograr hacer lo suficiente por hacer que su dolor “desaparezca” *(entre comillas porque sería maravilloso tener una varita mágica para que así sea, pero lamentablemente no es posible).*

La experiencia con mi hermano, ver su dolor y cómo su vida se apagaba lentamente, sus ganas de vivir arrebatadas por una enfermedad que lo consumía me hicieron pensar una y otra vez **¿qué tanto podemos hacer por alguien?** Sumado a ello, la impotencia por respetar su deseo de mantener distancia **¿Qué es lo más ético en un momento en el que se requiere ofrecer apoyo?**

A continuación, un relato de mi duelo, la experiencia desde mí sentir:

La Noticia:

Cuando la familia se enteró del diagnóstico, Jonathan Steve Silvera Villalobos, mi hermano, se encontraba en una habitación del hospital recuperándose de la extracción de una masa al lado izquierdo del cuello. Mis padres se acercaron al médico quien les habló que era imperativo iniciar un proceso quimioterapéutico, ellos estaban desconcertados, pues mi hermano había ocultado todo el proceso que hay antes de extraer un tumor canceroso. *¿Por qué ocultó todo y afrontó un proceso tan delicado él solo? ¿Cuál es la razón del silencio de la persona que está sufriendo?* No quería preocupar a la familia, pienso yo, pero el resultado fue todo lo contrario. Mi mamá es enfermera, entendía mejor lo que estaba sucediendo después de hablar con el médico, fue una noticia muy triste para todos. La acción de mi hermano no funcionó, sólo aplazó revelar algo que se iba a saber tarde o temprano *¿qué sintió él cuando le dieron la noticia y por qué ocultarlo fue tan importante para él?*

Sin embargo, lo vi paseando, conociendo lugares, haciendo deporte, comiendo todo lo que le gustaba, yendo a conciertos y partidos de su equipo favorito, compartiendo con la familia, sus amigos, haciendo trabajo social, llevando a cabo más que nunca todo lo que quiso, todo lo que pudo y estuvo a su alcance... *¿Encontró un sentido, aun conociendo aquello que sólo él sabía en ese entonces?*

El Proceso:

El proceso para los pacientes con cáncer comienza (*con suerte y privilegio*) desde que detectan la enfermedad. Se inician una serie de protocolos de

atención médica inmediata (esto si el paciente tiene buen seguro de salud *¿Qué pasa si un paciente no lo tiene?*). Inician las quimioterapias y se dan una serie de recomendaciones a los pacientes y a los familiares, se habla de los efectos secundarios de las terapias (*que son una tortura*), “a veces asustan” describía mi hermano, pero él igual continuaba con el tratamiento *¿decidió hacer el tratamiento pensando en la familia o en él? ¿qué lo motivaba a seguir sufriendo los efectos del tratamiento?*

Es frustrante ver a un ser amado sufrir y no poder evitarlo, y sé que nada se compara con todo lo que él sintió y tuvo que soportar.

Mi hermano siempre tuvo el cabello largo, a la altura de su cintura, era una de las principales características de su identidad. Al iniciar el tratamiento oncológico, tuvo que enfrentarse al corte de cabello, lo cual representó un gran cambio y la pérdida de una parte de él. Sin embargo, no demostró el dolor que era válido haber sentido *¿por qué? ¿Acaso era necesario reprimir su sentir?*

Tuvo que dejar su trabajo, donde se sentía bien ejerciendo su labor, era muy apreciado por sus compañeros *¿Qué sintió con su cambio de cotidianidad?*

Con estos y muchos otros procesos, la depresión, frustración, rabia y tristeza, se hacían visibles por su actitud hacia los demás; mi mamá, se mostraba muy interesada en estar muy cerca de mi hermano, estar pendiente con sus cuidados, su tratamiento, entre otras cosas, pero él a veces era odioso en sus palabras, a veces se desesperaba *¿ayudaba en algo el apoyo y acompañamiento que recibía de parte de la familia o cómo le hacíamos sentir realmente?*

A los pacientes diagnosticados con cáncer los remiten para acompañamiento psicológico y él no fue la excepción, pero él alguna vez me dijo que no le gustaban los psicólogos, ya había tenido terapias en su infancia *¿sentía*

conexión con los métodos del profesional que lo atendía y su sentir? ¿la atención psicológica ayudó en algo? ¿podía expresarse total y abiertamente?

El Sufrimiento:

Él ocultaba lo que sentía, en parte influenciado por el pensamiento machista que mi papá le expresó en ciertas ocasiones: que él era un hombre y los hombres no lloran. O las típicas frases de “aliento” que las personas suelen escupir: que él era fuerte y debía seguir fuerte, que no se sintiera mal, que debía tener paciencia.

¡Sentir tristeza, rabia, frustración no es malo! ¡es necesario expresarse para transformarse!

Cuando se agravó tuvo que instalarse mucho tiempo en el hospital, él manifestaba que odiaba estar ahí, no quería estar solo ahí.

Los dolores del cuerpo *¿Tiene sentido soportarlos?* Los dolores del alma *¿tiene sentido soportarlos?* Los procedimientos médicos *¿Cuál es el verdadero sentido de todo esto, realmente ayudan?*

¡Por qué no puedo hacer nada!

Las Llaves:

Después de muchas intervenciones médicas a lo largo de casi dos años, en un proceso tortuoso y difícil, la última vez que pude verlo me dijo: Tráeme las llaves del carro, nos vamos... *(no teníamos carro)* sólo le seguí la idea, una vez vi en algún documental que el mecanismo del cerebro para enfrentar el dolor es encontrar el confort en los sueños... *¿Cuáles son esas llaves?...* Mi hermano falleció días después de ese encuentro, completamente solo porque las visitas eran restringidas, en un hospital en el que no quería estar, con un aspecto totalmente deteriorado con el que no se sentía bien.

El Trascender:

¿fue plena su vida? ¿qué la hizo plena o carente de sentido?

Él logró ir más allá de sus propios límites, tuvo la necesidad de hacer perceptible lo que no podía explicar o expresar, demostró las ansias por continuar en este mundo, dejó todo un legado de enseñanzas. Es a partir de esta experiencia que pude entender el significado de trascender y es precisamente lo que me motivó a pensarme este proyecto no como meta académica, si no como una oportunidad para ayudar, conectar con lo sensible, aprender, acompañar y (¿por qué no?) trascender.

Para ello, dividí en momentos las acciones a través del tiempo, los sucesos importantes como la conformación del grupo y exploraciones durante el proyecto.

A continuación, el relato de cada momento clave del proyecto:**Momento: Reconsiderar.**

Permítame contarle un poco del contexto emocional que yo atravesaba; para el año 2021, en pleno aislamiento por la pandemia de COVID, donde la cercanía no era una opción, enfrenté grandes duelos en mí vida, la pérdida de dos seres amados, porque al poco tiempo de fallecer mi hermano, mi abuelita materna también falleció, al mismo tiempo estaba pasando por una separación y enfrentando la dificultad económica que la pandemia trajo consigo.

En la virtualidad académica no había más contacto entre personas que el de las clases mediadas por Teams.

Continué cursando mi pregrado tratando de cumplir como podía, porque sentía la obligación de no detenerme, de no fallar, de no seguir perdiendo. Entré en una

desconexión completa con el mundo exterior. El pensamiento que más rondaba por mi cabeza era: Dejar de sentir... De una vez por todas... *Este no era la primera vez que aparecía, he cargado con la herida y el dolor de una infancia traumática, así que las formas de apreciar la vida no eran muy sanas. De hecho, la cercanía no era algo que me permitiera a lo largo de mi vida.*

Fue a inicios del año 2022 que comenzó la presencialidad, era curioso que la única referencia que teníamos para identificarnos entre nosotros eran nuestros apodos y las fotografías de los perfiles. Sin embargo, siendo seres sociales, rápidamente se formaron los grupos con quienes trabajamos en equipo durante aquella virtualidad, todo se fue "normalizando" (*entre comillas porque no era normal, seguíamos afectados por las dificultades que enfrentábamos cada uno*). Con el pasar del tiempo, las interacciones generaron vínculos; las rutinas creaban una simulación de la normalidad.

Debo confesarle algo a sumercé, al inicio pensé dirigir este proyecto a personas diagnosticadas con cáncer. Sentía un inmenso dolor y una terrible impotencia por todo lo que tuvo que pasar mi hermano. Cuando comencé a reflexionar acerca de este tema no podía evitar sentir un enredo en el corazón, como que algo me decía que no era lo correcto; sentía que me estaría aprovechando de un dolor ajeno, aunque mi duelo era válido, ese "**algo**" no me permitía ir más allá. Me cuestioné gran cantidad de tiempo, mientras buscaba personas en esta situación, escribía algunos mensajes, pero sinceramente no podía decirles que les entendía, me encontré hablando desde un privilegio, no me sentía con el derecho de inmiscuirme en la vida de alguien que tenía una batalla interna que yo, por más empática que fuese, no podría entender. Concluí que sería una falta

al duelo por el que las personas estaban pasando, a mí propio duelo e incluso a mi propia ética. Entré en crisis, aparte de todo lo que sobrellevaba por aquel momento, se sumaba esta gran responsabilidad que no sabía cómo llevar. Exploré para entonces a la carta como medio de acompañamiento y también de reflexión propia. Al principio contaba con la limitación de la poca disponibilidad de las personas con cáncer, por ello pensé la carta como un medio flexible con el que podía establecer contacto sin ser tan invasiva para con sus procesos. A medida que analizaba los recursos que iba generando, supe que no elegí las cartas porque sí, desde pequeña he mostrado interés por el ejercicio epistolar; caí en cuenta de que este es un hábito heredado, mi mamá comunicaba su sentir y pensar a través de cartas dirigidas a mis hermanos y a mí. En este entonces fue cuando surgió el juego de palabras *Cartarsis*.

Momento: Re-conocer.

Y entre tanto para finales del año 2023, un amigo de facultad, Brayan Riaño, decidió hablarme: "he estado pensando en matarme"... El vacío que sentí en mi estómago, en mi corazón, mis manos temblando al escuchar tales palabras, sólo pude responder: "¿Y cómo has pensado llevarlo a cabo?".

Y no le cuento esto para producirle una mirada lastimera, quiero que sumercé entienda cómo llegué a cambiar mi enfoque, cómo se fue conformando el grupo de acompañamiento (*el parche*) y sepa a donde me ha llevado todo este tiempo mi corazón.

Luego de esa conversación tan cercana e impactante, nos despedimos. Sentía mucha inquietud, de nuevo impotencia, hablé incluso con mi maestro don Óscar.

Recuerdo sus palabras y entre ellas una frase que guardo con cariño: “Una angustia compartida es más llevable”.

Entonces llegué a mi casa, me recosté y me quedé pensando ¿Qué está pasando? Entendí perfectamente su sentir, entendí que cada uno lleva un proceso del que nunca habla, lleva cargas pesadas en su existencia, continúa su camino con heridas vivas. Entendí que un abrazo no sana un trauma, pero el amor, el vínculo, lo hace más llevadero.

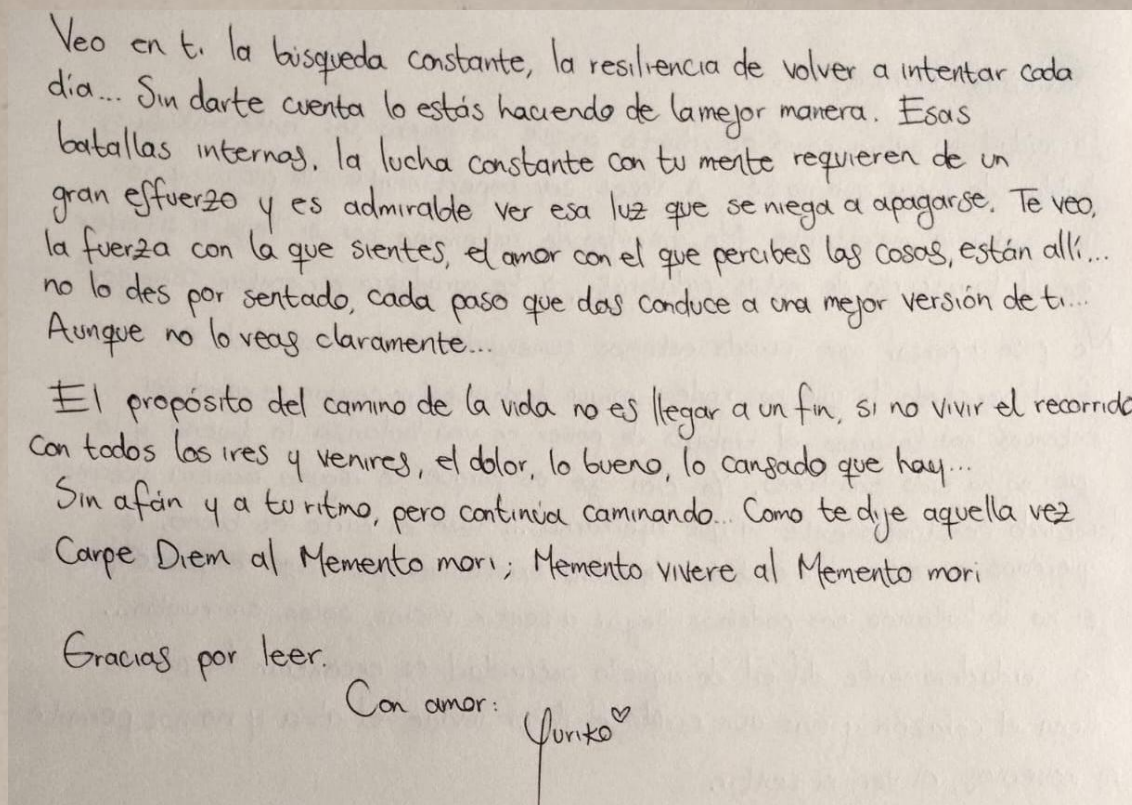
Así que giré mi mirada, la inminencia hacia la muerte era algo que traía desde mi exploración inicial, el dolor, las heridas, la adversidad... Junto con el acompañamiento, las cartas y lo humano.

Continué compartiendo y hablando con Brayan, es una persona con la que se puede conectar fácilmente, es ingenioso y su habilidad para el dibujo es maravillosa. Escribimos algunas cartas y entre videojuegos, clases, salidas, me contaba de su situación familiar, sus heridas, lo que le dolía, entendía que yo no podía hacer nada más que escucharlo y estar ahí para él, acompañar y validar su sentir.

Conjuntamente yo reflexionaba acerca de mi propia situación familiar (*que era algo complicada*), me fijé, por una parte, en que había estado evadiendo mis propios dolores y, por otra parte, en que tener la mente abierta a la intención de querer reparar y reconstruir abría poco a poco mis sentidos. La sencilla, pero poderosa, acción de hablar o de nombrar lo que sucedía en mi vida me ayudaba a identificar qué aspectos eran aquellos que más pesaban para comenzar a desenredarlos.

Eso justamente era lo que estábamos haciendo, una especie de transición conjunta; pero en aquel entonces yo no era del todo consciente de lo que estaba

sucediendo hasta que comencé a identificar ideas entre conversaciones, cartas, notas, lecturas, tintos, comidas, costuras, recuerdos y memorias fotográficas, que iban sucediendo a medida que transcurría el tiempo.



Carta escrita por mí, Yuri Silvera (2023).

Momento: Reflexionar.

Sumercé para serle sincera la incertidumbre ha sido una fiel compañía en este proceso, aprender a aceptar la deriva y la frustración que ella trae no es sencillo. La necesidad de no equivocarse hace ver los errores como algo que se debe evitar a toda costa; la incesante búsqueda de la perfección se convierte en una carrera por alcanzar un espejismo, en miedos, en un diálogo interno que ataca, en dureza que desencadena insatisfacción, ansiedad y nubla la posibilidad de percibir oportunidades, ideas, salidas. Este sentir me ha acompañado todo el camino; personalmente, la única manera de contrarrestarlo ha sido la aceptación

y con ella: el perdón; a sumercé tal vez puede parecerle esto discurso motivacional, pero conforme avancemos en este proceso podremos ir comprendiendo mejor.

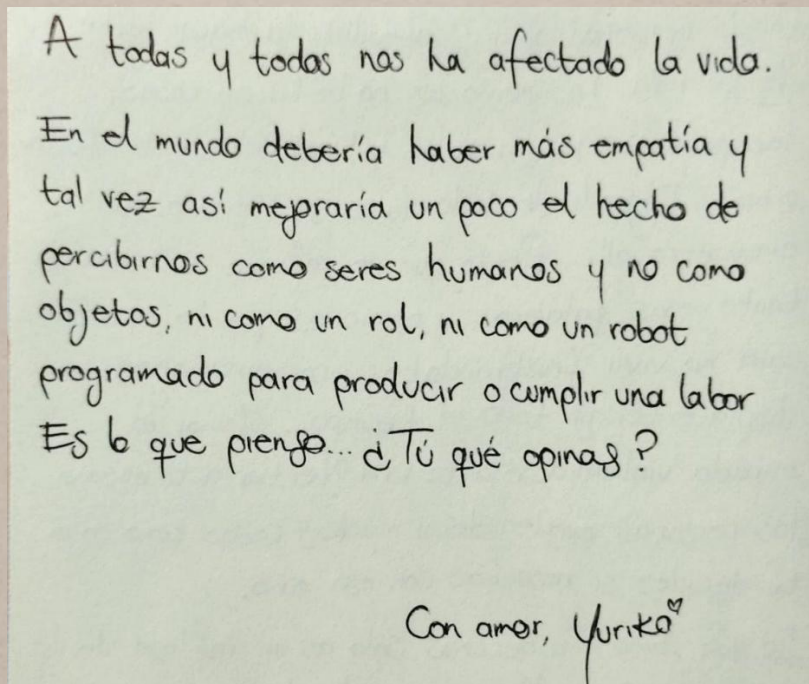
A medida que interactuaba en la facultad, para esas mismas épocas pude identificar que Brayán y yo no éramos los únicos *cansados de la vida*. Nos vinculamos entonces con Johan Ramírez entre conversaciones cotidianas en el trayecto de la universidad a casa, usando el servicio de transporte Transmilenio. Él es un poco introvertido, pero destaca con sus artefactos creativos ya que su ingenio es admirable. Conectamos hablando de aspectos de la vida, heridas y asuntos familiares. Cada conversación iniciaba con dilemas de la vida cotidiana, giraba a ideas para emprendimientos o vincularnos al mundo laboral y terminábamos hablando de un factor común que unía al grupo: La comida.

Sinceramente sentía que no tenía idea de nada, la solución que encontré fue disponerme a leer para hacerme de información que pudiese ayudar de alguna manera, además de continuar cursando el pregrado; tenía la percepción de que no me alcanzaba el tiempo, como si un reloj salvaje estuviese a punto de asesinarme con sus manecillas (*imagínese sumercé una escena así*).

Para inicios de 2024 con la mente abierta a la escucha, la comprensión, la disposición, elegí dar un paso hacia el amor, el perdón y la reparación. Quise reparar el vínculo con mi hermana Paola Peña, que de años atrás estaba roto.

Ella es una persona extrovertida, soñadora, tiene gran facilidad para socializar y decir lo que piensa. También le escribí algunas cartas y, para aclarar, no lo hice pensando en este proceso académico, más bien fue algo que eventualmente se fue dando, a partir de la reflexión de mis heridas y la afectación de mi mamá

frente a esta difícil confrontación que llevábamos. Quitarnos la armadura, volver a confiar, dejar a un lado la defensa, el orgullo, no es un proceso fácil; implica aprender a des-aprender; romper aquellas murallas construidas para resguardarnos, protegernos, pero que en ocasiones termina aislándonos; implica tomar la decisión consciente de dejar ir el resentimiento, la rabia que existe para defendernos; implica soltar aquellas actitudes y rencores hacia las personas o situaciones que nos han causado daño, e incluso entre esas personas incluirse a uno mismo. El perdón no significa que debemos olvidar, más bien es la aceptación de las circunstancias, el reconocimiento del sentir propio para darle un lugar y eventualmente soltar o dejar ir lo que no nos hace bien. También vale la pena añadir que no siempre es necesario restaurar el vínculo, si no estamos listos o si es algo dañino, basta con aceptar la realidad que se habita en el presente. Claro que no es un proceso fácil, no necesariamente se siente bien al principio, requiere mucho esfuerzo, constancia y consciencia.



A todas y todos nos ha afectado la vida.
En el mundo debería haber más empatía y
tal vez así mejoraría un poco el hecho de
percibirnos como seres humanos y no como
objetos, ni como un rol, ni como un robot
programado para producir o cumplir una labor
Es lo que pienso... ¿Tú qué opinas?

Con amor, Yuriko

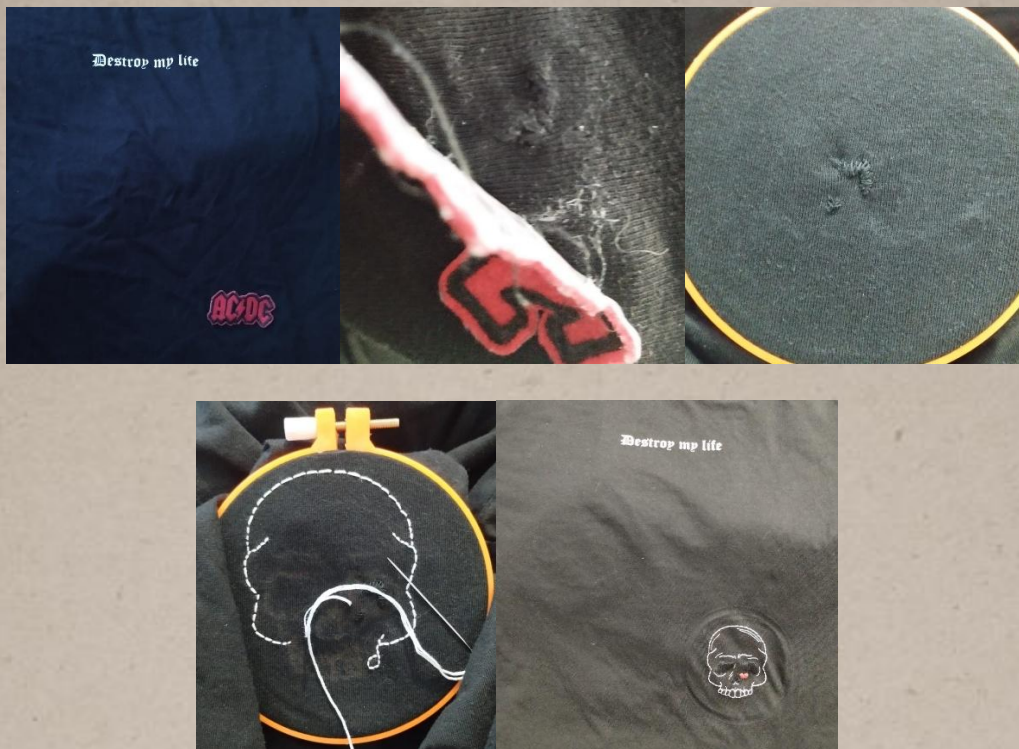
Carta escrita por mí, Yuri Silvera (2023).

Para este tiempo, me hicieron una cirugía en la que tuvieron que coserme puntos, contarle esto es importante porque quisiera que nos fijemos en las acciones alrededor de **coser y cuidar una herida profunda**: Los cuidados externos, la costura, la medicina, la debida limpieza, el apoyo o recibir ayuda de alguien cercano es importante para la recuperación; pero el cuidado no sólo es una acción externa, no sólo debemos poner pañitos de agua tibia, mientras por dentro aún está lastimado y doliendo; es necesario tomar medidas propias que posibiliten una sanación idónea, descanso apropiado, alimentación adecuada, darle atención plena y tiempo al cuerpo para su proceso de curación. De manera que estas acciones en conjunto propician que la reparación sea óptima y llevadera.

Para mitades del año 2024, mientras trataba de organizar la información y herramientas que tenía, me encontraba muy baja de ánimo, entendía en ese entonces que los procesos dolorosos no son lineales; un día podremos estar tranquilos y al día siguiente tocando fondo, no se encuentra una salida, una solución puntual, una forma de terminar con las obligaciones para no sentir esa presión con el tiempo. Para mitigar esa sensación decidí pintarme el pelo de colores, puede que para sumercé no tenga mucho sentido, pero personalmente para aliviar las ideas atacantes de la cabeza debo tomar otras medidas que no resulten tan perjudiciales para mí misma. Simultáneamente intentaba no aislarme, hablaba con mis amistades, entre aquellos vínculos está Fernando Mora, quien es una persona muy amable, brillante y tiene una amorosa capacidad de escucha; nos conocimos en una salida a jugar paintball y desde entonces pudimos conectar, nos hemos acompañado en los momentos que

necesitamos, hablamos de las cosas que nos afectan, nos conmueven, nos indignan; nos hemos escuchado hasta en las situaciones más vergonzosas. En la acción de juntarnos, caí en cuenta de que después de cada encuentro la energía cambiaba; pasar de estar ansiosos, tristes o con emociones poco placenteras a sentirnos con un poco de tranquilidad. Teníamos la oportunidad de apoyarnos, conectar y expresar aquello que nos afligía, había en cada juntanza y conversación una especie de transformación.

También compartiendo con Andrés Cifuentes, quien es una persona generosa, atenta, con gran flexibilidad para hacer cambios en sí; tomamos consciencia de que el dolor es parte de la vida, pero lamentablemente nos acostumbramos a evadirlo para sobrevivir y nos desarrollamos entonces a partir del miedo, de ocultar el dolor, lo cual nos genera heridas. Y vivir con heridas sin tratar, ocultándolas, silenciándonos, no es la vida que merecemos. Por supuesto que algunas de las conductas aprendidas fueron para sobrevivir a situaciones difíciles, pero no significa que sean conductas sanas y debemos tener especial cuidado con ello; como ese especial cuidado de cuando mi abuelita reparaba las medias rotas poniéndolas en un bombillo y uniendo con el hilo punto a punto. Exploré el zurcido para entonces. Andrés al ver que estaba explorando esta acción, me pidió arreglar el parche (*que había mandado a poner y no le gustó como lo cosieron*) de una camisa que él apreciaba, pero tenía una rotura. Aquí volví a fijarme en el proceso de reparar, no basta con parchar sin antes haber zurcido la rotura; porque seguirá el roto y posiblemente empeorará. Así mismo en la vida, no basta con parchar o juntarse para distraerse, la herida va a persistir en el fondo, va a generar malestar y hasta puede empeorar. Es necesario gestionar las heridas y las roturas con especial atención, cuidado y tiempo.



Proceso de Zurcir y Parchar. Prenda de Andrés (2024).

Momento: Re-parar.

Para finales del año 2024 tuve que volver al nido, con el sentimiento de fracaso, culpa, vergüenza; pero viendo el amor en los brazos de mi mamá y los ojitos de amor de mi hija, aquellos sentimientos se desvanecían. La motivación por restaurar mi núcleo familiar se vio reflejada en la terapia familiar que decidimos iniciar juntas con mi mamá y mi hermana.

Comencé a explorar el bordado como aquella analogía del reparar ¿sumercé recuerda la reflexión de la herida profunda?

Conjuntamente acompañé a mi mamá en su oficio de costura (*ella es enfermera y le gusta la costura*), allí encontré el vínculo entre los hilos, el tejido, el bordado, la costura, no es algo que llegó a mí aleatoriamente, viene de saberes maternos, que a su vez viene de los saberes de mi abuela.



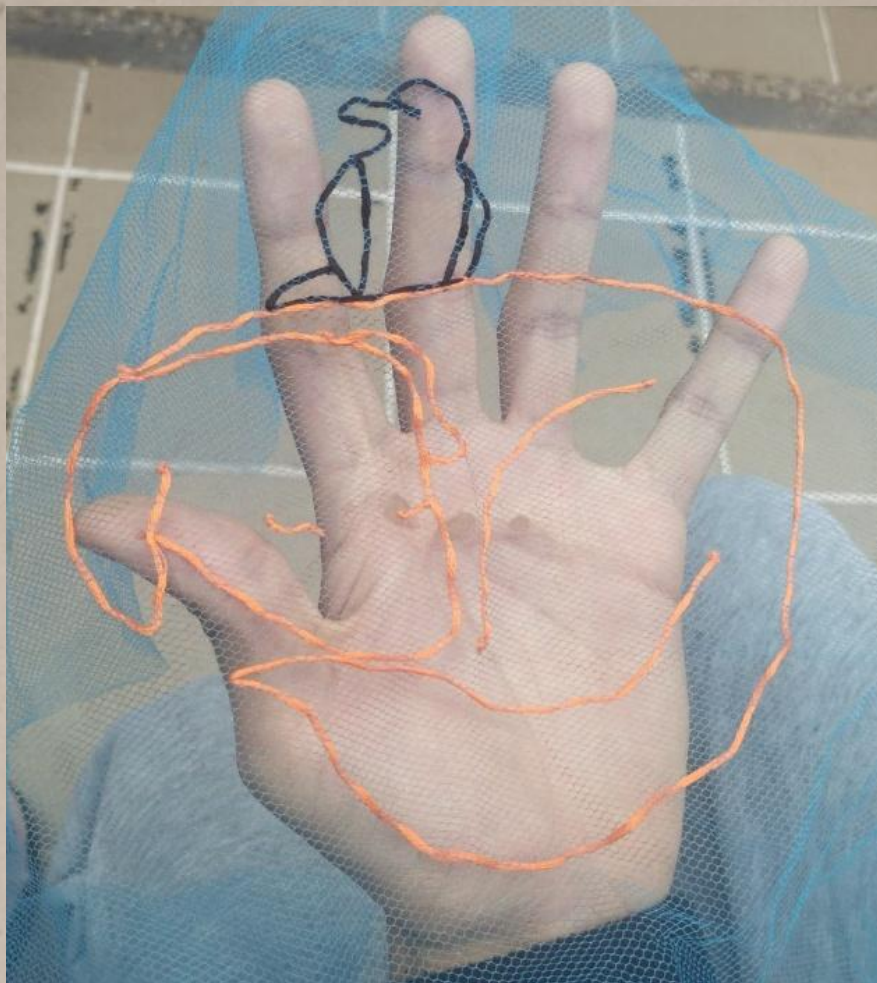
Mi mamá confeccionando una falda. Yo acompañándola en el proceso (2024).

En este punto comencé a compartir más con mi mamá, en terapia logré entender sus heridas, logré conectar con su dolor, logré ver a mi mamá como mujer vulnerable, como la persona que hizo lo que pudo con las herramientas que tuvo. El proceso fue doloroso, pero lleno de amor, de intención de mejorar; remendar el vínculo requería abrir la mirada, comprender, perdonar.

En medio de este proceso doloroso, nuevamente para calmar la ansiedad de la manera menos perjudicial, decidí raparme. Esta acción fue importante porque en ella me descubrí. Cuando era pequeña mi mamá me rapaba completamente

porque en el colegio me contagiaban de piojos, a mí me afectaba mucho porque debido a eso tenía que enfrentarme todo el tiempo a burlas. Volver a ese miedo por decisión propia y deshacerme de una parte importante de mí, fue obligarme a reinventarme, a conectar conmigo misma, a adquirir un poco de confianza, a renunciar a las expectativas de lo que se supone que ya debería ser. Fue liberar una gran tensión que llevaba y transformarla en un acto de afirmación propia y valentía.

Por esos días supe que mi hermano, Santiago Silvera, había intentado quitarse la vida. Las visitas en la clínica de salud mental eran limitadas; como opinión, era un poco contraproducente encerrar y limitar el contacto a alguien que necesitaba acompañamiento y afecto. Mi hermano mostraba su gratitud en cada visita, no es mucho de permitir el contacto, sin embargo, mostraba interés en recibir abrazos y afecto; hablábamos de su sentir, de la familia, la soledad, las expectativas, la muerte. Mostraba su dolor por la muerte de su perro Orroz. Era triste ver su mirada perdida y distante, los efectos de los calmantes y antidepresivos. Fue un momento en el que las reflexiones que había construido, las exploraciones que había hecho se me vinieron abajo, de nuevo no sabía qué hacer frente a esto. Me di cuenta de que cada decisión que uno toma es un acto de valentía, un salto de fe o desasosiego; llevar a la consciencia de que cada acción nos enfrenta a una nueva realidad y ello implica que constantemente estemos de cara a la incertidumbre, fue conjeturar que no estamos lo suficientemente preparados para afrontar la vida, sólo hemos sido demasiado valientes.



Bordado que hice de Orroz. Vemos la mano de mi hermano Santiago sosteniéndolo (2024).

Entre encuentros y reflexiones, juntanzas y conversaciones, sentía había algo importante que necesitaba comunicar, algo que quería que expresara porque estaba atorado aún en el corazón. Mientras descubría qué era ese algo, exploré el bordado con mi cabello. Sinceramente lo hice sin pensar si saldría bien, si alguien más lo habría hecho o si tendría algún sentido; como si una parte de mi subconsciente supiera lo que estaba pasando, pero mi consciente sin tener idea de lo que sucedía. No sé si es normal sentirse así la mayor parte del tiempo.



Tejido... Palabras

Bordarme... Desbordarme

Esbozar... Es-voz-art

Vida... Sustracción



Exploración de bordado con mi cabello. Proceso del duelo (2024).

Momento: Resignificar.

A inicios del año 2025 me dispuse a hablar con mi papá, con quien no he tenido una buena relación. Cité a mi mamá y papá para hablarles acerca de las heridas que había cargado desde la infancia; esto por supuesto fue un acto tan difícil que me temblaba hasta la voz, lo único que hice fue hablar con el corazón, sinceramente no sé de dónde saqué la valentía que tuve. Estaba llena de miedos, mi papá no ha sido un vínculo cercano y dar la oportunidad de mostrar mi vulnerabilidad por primera vez me hacía pensar que me estaba equivocando; pero no fue así, sorpresivamente fue la segunda vez que lo vi llorar, recibí un sentido abrazo con el que suspiré con tal profundidad como si literalmente me hubiese deshecho de una gran carga que me ha pesado durante toda mi vida. En cuanto a mi mamá, quien ha acompañado mi camino, después de todo el proceso vivido hemos logrado construir un lugar seguro, sabía que ella me entendería y apoyaría desde el principio. Pude atreverme, pude hacer algo importante aún con miedo, llena de pánico y con los imaginarios catastróficos que la mente suele imponer tal vez para evitar un dolor que todavía no existe.

Para ese entonces conocí a Ricardo Avendaño en una electiva de la universidad. Es una persona solidaria, abierta a mostrar su vulnerabilidad, con él es posible conectar y hablar con gran facilidad. Entre partidas de ajedrez, comida, conversaciones acerca de la vida, la religión y concepciones sobre el amor, confirmé que mostrar la propia fragilidad no es sinónimo de debilidad, todo lo contrario, es clave para construir un vínculo confiable; el reconocernos como seres sensibles posibilita la comunicación desde el afecto y la apertura hacia

nuevas maneras de ver la vida. En la interacción con las demás personas podemos descubrirnos a nosotros mismos.

Al poco tiempo, hubo un encuentro con Doña Nasmille Peña y su hermano Juan David Roncería; son bastante amables; ella una mujer amorosa que ha salido adelante a pesar de las dificultades; él un hombre trabajador y elocuente. También participó doña Melba Preciado, una señora muy alegre y conversadora. Eran invitados de mi mamá, quien les había hablado acerca del proyecto, ellos se mostraron interesados, aunque no disponían de mucho tiempo. Logramos un encuentro, yo estaba nerviosa porque quería que todo saliera bien y ellos se sintieran a gusto. Todo el “discurso” que había organizado se me borró de la mente; quise plantearles la juntanza como un espacio para conectarse con el presente; la conversación giró en torno al cansancio que una vida ajetreada trae consigo, que muchas veces las obligaciones y preocupaciones no nos permiten una pausa, un momento para uno mismo. Compartimos la comida entre risas, la oportunidad de desahogarse conversando de las situaciones complejas de la vida, hablaron de sus vínculos familiares y han coincidido en lo difícil que ha sido esta relación para cada uno.

Para mí es importante hablar de sus virtudes, porque en aquellos vínculos existe una valiosa oportunidad para aprender algo, para hacer un intercambio, para transformarnos. Obviamente todas y cada una de las personas poseemos muchas otras cualidades y las reflexiones no se limitan exclusivamente a cada persona pues iban sucediendo en conjunto; pero cabe resaltar que, compartiendo con cada uno, caía en cuenta de particularidades que me hacían ver aspectos que antes no podía. Es hermoso y gratificante darse cuenta de las

bellas personas con las que se habita la vida, vincularse, resonar y crecer con ellas.

Simultáneamente me dispuse a explorar el bordado en fotografías, pues estuve pensando en el bordado como el diálogo entre diferentes miradas y lenguajes de expresión. A su vez en las fotografías como una huella de lo acontecido.



Exploración y proceso de bordado en una fotografía de mi autoría (2025).

Ocurrió entonces la exploración con una sábana creada por mi abuelita como representación de un tejido que nos vincula y quise asociarlo simbólicamente como un lugar seguro donde se resguardan las memorias de lo que vivenciamos a lo largo del proyecto. Hice la debida restauración de la sábana y la exploración del tejido; allí puse una prenda mía para reforzar un zurcido, con esta acción me di cuenta de que estaba zurciendo y reparando mi duelo...



Sábana hecha por mi abuela y yo en proceso de restaurarla (2025).

Quisiera destacar que luego de esta exploración sentí que debía ir más allá, explorar ya no solo desde la memoria, sino desde la experiencia vívida, por ello abrí un espacio de encuentro para encarnar el tejido, la red, la unión. Luego en la reflexión, surgió la idea del cobijo. Comencé con la recolección de prendas para transformarlas, este elemento cotidiano que representa un refugio, el calor, el acompañamiento, un espacio seguro; la unión de cada prenda en conjunto se creó un tejido y con la participación de cada persona del grupo generamos una red de apoyo. Este ejercicio simbólico fue una acción de intercambio, transformación y un obrar que da cuenta de todo el proceso a lo largo del proyecto. Pero de esto hablaremos más adelante, sumercé

Justificación

HILVÁN

(Punto de costura que une provisionalmente o marca una guía para lo que se ha de coser más adelante)

Las vicisitudes (*altibajos*) generadas a lo largo de los procesos de mi vida me permitieron ver lo agobiante que puede llegar a ser el hecho de tener que considerarse constantemente el sentido de la vida, el impacto en el bienestar por no tener un acompañamiento efectivo que ayude a liberar la carga que se maneja en el diario vivir, adversidades que hacen repensarse la vida y sus comprensiones, los ejercicios de poder institucionales, entre otras muchas reflexiones que le expongo a sumercé.

Para este punto, con todas esas reflexiones, se me generó la inquietud por cuál es el papel de la educación artística en el bienestar.

¿Qué es todo esto a lo que nos estamos acercando?

Considero que debemos reflexionar (*pensar y analizar para comprender algo*) acerca de los procesos de enseñanza aprendizaje en la educación para generar espacios seguros y propuestas que encaminen al bienestar de la población que acompañamos. Algo que se me ha quedado en la mente (*de tanto que mis docentes en la carrera lo han repetido*) es que a la pedagogía le interesa responder el ¿qué enseñó? ¿cómo lo enseñó? ¿por qué? ¿para qué? Todo esto para la construcción de saberes y experiencias que promuevan el conocimiento; es decir, lograr un aprendizaje de una manera bien organizada y con un sentido. Pero qué pasa cuando no se enseña para la vida, cuando el conocimiento se queda solo en la palabra y no hay una convergencia entre conocimiento, la

experiencia y el bienestar; por ello se me hace pertinente evidenciar que desde la propia experiencia sensible podemos acompañar aquellos puntos de inflexión en la vida de las personas. El ¿cómo lo haremos? Esa es la gran pregunta.

(Si sumercé se pregunta qué es un punto de inflexión, en matemática es el punto donde la gráfica de una función cambia en su dirección, simbólicamente sería ese punto de la vida donde se experimenta un cambio de sentido, por alguna situación o experiencia que nos ha afectado).

Siguiendo el hilo, sumercé y yo primero vamos a entender por qué es importante deshacernos de la idea de una educación establecida para generar productos funcionales escupidos a una sociedad que se aprovecha de cualquier aspecto de la existencia, para luego lograr actuar a partir de una educación pensada desde las mismas personas a las que nos dirigimos y comprender que muchas veces se encuentran limitadas por las adversidades de la vida *(y que nuestro compromiso sea no dejar esto en la teoría).*

Tengo la noción de que la pedagogía es capaz de abordar y atravesar a las personas desde su proceso de formación y la artística desde lo simbólico-sensible. Y es alrededor de la Pedagogía Sensible que vamos a esclarecer un poco dicha hipótesis o idea. Sumercé, hemos hablado de que en la pedagogía se busca lograr un aprendizaje de una manera bien organizada y con un sentido; bueno, ahora hablemos de lo simbólico-sensible...

Entre el cuerpo, el mundo y el otro.

Para esto es importante tener en la mente el tejido de la experiencia:

Uno: Ante todo somos humanos, con **cuerpo**, con memoria, con historia, y eso es lo que nos convierte en personas vulnerables, sensibles; esto para nada es una debilidad, de hecho, es algo que nos une. (*aclaro esto más adelante*).

Dos: Para hacer más sencillo explicarme, vamos a imaginarnos dos mundos: un mundo interior y otro exterior. Pero no los imaginemos como dos esferas separadas, sino como dimensiones que se conectan por medio del cuerpo.

En el **mundo interior** habita todo lo que compone el “Yo”, llamémoslo: **lo subjetivo**, nuestro cuerpo, las percepciones propias, nuestro sentir y pensar.

El **mundo exterior** es el medio en el que vivimos y nos formamos, lo externo, lo que vemos, tocamos y compartimos.

Ahora bien, en este mundo exterior habita **la otredad**, otros “Yo” con su propio cuerpo, percepciones, sentires, pensares, memorias. Podría decirse: **la alteridad**, el otro.

Cuando estos mundos **se entrelazan** se crea algo más grande, un **tejido** vivo, una **comunidad**; algo llamado: **inter-subjetividad**.

Tres: Estas conexiones entre personas y su relación con el mundo abre paso a la Experiencia, entendiéndola como lo menciona don Jorge Larrosa (2003): *Ese algo que nos pasa*.

Veamos lo que significaría por partes:

Algo, también puede ser *alguien* o cualquier otro agente exterior.

Nos, refiriéndose a **nosotros** como subjetividad expuesta a la vida y abierta al mundo.

Pasa, como eso que pasa, el tránsito de acontecimientos, el recorrido, lo impredecible e incluso la voluntad, las decisiones, sentires, acciones.

Dentro de todo lo que sucede en el mundo, la experiencia es ese algo que nos pasa. *Sumercé, imaginemos que estamos en una guerra medieval y que, en una lluvia de flechas nos atraviesa una. De todas las flechas que llovieron y pasaron, esa que nos llegó y nos atravesó representa una experiencia.*

Entre la educación y el sistema: las huellas que dejamos.

Con lo anterior podemos decir que:

El mundo interior no sólo nos pertenece, también se forma en relación.

El mundo exterior no sólo nos rodea, también nos habita.

Y el cuerpo no sólo encarna lo que somos, también vincula ambas dimensiones, percibiendo, recibiendo, interpretando, transformando lo que nos pasa.

En ese proceso relacional, el arte y la pedagogía pueden actuar como potentes mediadores. No para imponer significados o ejercer control, sino para abrir la posibilidad de sentir distinto, darle un lugar al cuerpo, reconocernos afectantes y afectados por el mundo; encarnar un tejido relacional que nos acompañe a resonar con el mundo, conectar con un sentido.

Esto dialoga con lo que expone don Bajtín (2000), un teórico ruso:

El mundo es, pues, el territorio en el cual se desarrolla nuestra actividad, concebida siempre en una estrecha interacción con el otro. Así cada quehacer nuestro tendrá el carácter de un encuentro con el otro basado

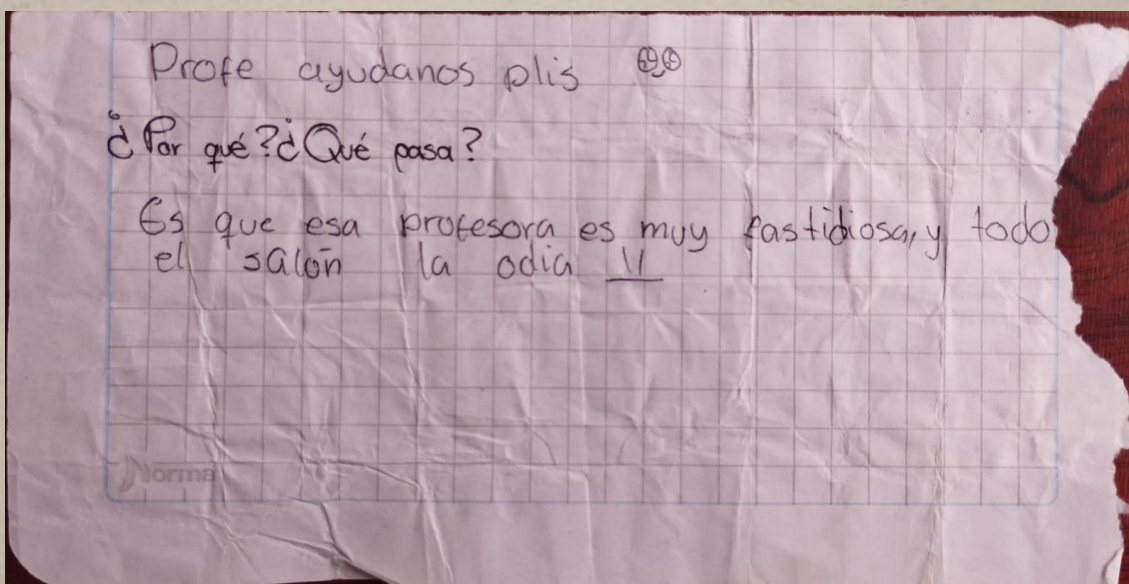
en una responsabilidad específica que la relación con el otro genera: debido a mi posición única e irrepetible en el espacio y el tiempo, yo soy la única persona capaz de realizar mis actos concretos, que repercuten de una manera concluyente en el otro, pero, antes que nada, que están hechos “para el otro”, buscando su mirada y su sanción. Lo que sucede entre nosotros es, entonces, un “acontecimiento del ser”, un suceso dinámico abierto, que tiene carácter de interrogación y respuesta a la vez, y una proyección ontológica: el “acontecimiento del ser” es un ‘ser juntos en el ser’. (p. 18)

Situados en un **rol educativo** podemos evidenciar la gran influencia e impacto que un docente tiene en la vida de sus estudiantes y viceversa. Por ello debemos fijarnos en que ni la existencia, ni este oficio se debe dar por hecho, se requiere de un gran esfuerzo de autorreflexión (*pensar y analizar sobre nosotros mismos*), de consciencia y conexión; es decir, debemos pensarnos si lo que hacemos está beneficiándonos y aportando de la mejor manera; si tenemos un sentido que conecte con nuestro ser y con la otredad, pues en la interacción dejamos huella en los otros, la forma en que hacemos sentir a los demás puede dejar una marca permanente, hay que prestar especial cuidado en qué tipo de marca dejaremos. El aprender a reconocer y reconocerse, hace parte de esa pedagogía sensible en la que quiero sumergirnos.

Y, hablando de comunidad y sociedad, vivimos en un sistema que exige velocidad, productividad y rendimiento, incluso en los espacios educativos. Desde mi experiencia, es un modelo que forma cuerpos-útiles, es como si estuviera pensado para robots perfectos, lineales, automatizados, sin contradicciones, sin cansancio; pues hay escaso margen para la pausa y la

vulnerabilidad. Como si las personas tuviesen que adaptarse a una lógica que prioriza la eficacia por encima del cuidado, la expresión o el sentido.

En el campo educativo, esto podría traducirse en un modelo por competencias donde se forman personas “aptas” para cumplir funciones determinadas en el mercado laboral. En la educación artística también ha influido esta dinámica, se espera que aprendamos a producir obras “bellas”, útiles, innovadoras o eficientes; pero rara vez nos preguntan cómo nos sentimos creando, qué es lo que nos mueve a hacer arte o qué sentir estamos procesando cuando creamos. En mis prácticas profesionales, por ejemplo, mientras algunos estudiantes veían en las artes un escape, o un momento para “no hacer nada”, otros no querían estar allí por la frustración de no lograr crear algo “bonito”. Estas ideas dejan de lado la oportunidad de aprendizaje y afectan algunas dimensiones humanas como la autoestima, el deseo, el cuerpo como lugar de experiencia, la sensibilidad y la posibilidad de potenciarla.



Nota que me escribió un estudiante en clase porque ese día no pude intervenir.

(Durante mi práctica profesional. 2023).

La pedagogía sensible, parte de reconocer estos sentires para desde esta mirada no quedar en la teoría y actuar, sentir, explorar, recordar, sanar, conectar. Propiciar el reconocimiento del ser propio, del otro y de lo otro, y con ello devolver el deseo por el aprendizaje.

Tejiendo el vínculo. Encendiendo el fuego.

Pienso que el primer obstáculo es que nos enfrentamos a un sistema capitalista pensado para la producción en masa y consumo desesperado; esto lleva a que para algunas de las personas la vida se convierta en una carrera por conseguir un sustento y una eterna lucha por realizar sueños. Y entre incontables mareas de “ires y venires” estamos propensos a ahogarnos en el cansancio, la frustración, el abandono, la soledad, el dolor... Que puede ser muy normalizado en la vida cotidiana, pero surcar estas mareas por un tiempo prolongado es tan perjudicial como peligroso para nuestra química cerebral y nuestro bienestar. El grupo que conformamos durante el proyecto tenemos eso en común, habitamos la vida con cargas dolorosas, ansiedades desbordantes e ideaciones suicidas. Quiero contarle que el grupo iba creciendo a medida que navegaba esta exploración, lo cual fue entre preocupante y esperanzador.

Por el lado preocupante, saber que somos personas llenas de heridas, donde nos duele la vida, la existencia propia y el fuego interior se apaga; y por el lado esperanzador, el tomar acción, pensarnos qué podríamos hacer para remendarnos, avivar la llama y hacer la vida más amena en colectivo.

Las adversidades de la vida generan un impacto en el desarrollo interior propio (*sumercé, recuerde lo que hablamos de los puntos de inflexión*), no sólo porque cambian las cotidianidades, también las percepciones que influyen en el sentido de vida e incluso, en la noción de la muerte.

Y con todo esto no me refiero a que este proyecto ofrezca soluciones definitivas, rápidas o vaya a salvar vidas usando la pedagogía, las artes o la pedagogía sensible. Pero si se busca estar, crear espacios para cobijarnos, acompañarnos, cuidarnos, habitar la vida, zurcir las heridas, vivir el proceso.

Pregunta

NUDO

A lo largo de este proceso, surgieron muchas preguntas, además de miedos y una gran necesidad de saber qué hacer, de nuevo esa inquietud: ¿Qué tanto podemos hacer por alguien? Y paso a paso dar cuenta de que en ese alguien también debía incluirme.

Quise acercarme a las artes como herramienta de reparación, pero algo me frenó en seco de nuevo... No sabía cómo abordar algo que desconocía:

¿Cómo la pedagogía sensible puede vincularnos para aportar en el bienestar emocional de personas con ideaciones suicidas?

Objetivo**PROPÓSITOS****¿Cuál es mi intención detrás de todo esto?**

Crear una red de apoyo emocional entre personas con ideaciones suicidas, donde el encuentro y la creación colectiva encarnen una *pedagogía sensible* basada en el afecto y cuidado mutuo.

Objetivos Específicos**¿Pero cómo?**

(No como una técnica sino como un modo de estar con el otro)

Entretejiendo algunas conexiones entre la estética y la vida, explorando el modo de sentir y pensar.

Explorando y reinterpretando algunas experiencias de vida a través de la cartarsis, como proceso de expresión, alivio y reflexión.

Tejiendo vínculos afectivos que se fortalezcan mediante juntanzas y conversaciones, donde la palabra, el cuerpo y el cuidado se entrelazan.

Acompañándonos para que no se apague nuestro fuego, sosteniéndonos en lo colectivo, en el calor del encuentro y en la potencia de lo sensible.

CAJA DE COSTURA

(Contenedor de las herramientas necesarias para coser)

Resignificación IC

Sumercé, este proyecto se desarrolla dentro de una metodología cualitativa, porque lo que buscamos es comprender ideas, creencias, emociones, sensaciones de quienes participamos en él, al mismo tiempo que nos vinculamos y generamos interacciones desde el afecto. Todo este acontecimiento sensible permite vincularnos con el mundo e incluso generar experiencias para nutrir nuestros procesos de transformación de la realidad que habitamos.

El proyecto, que ha tomado diferentes formas y ha tenido gran cantidad de cambios, está ubicado en el enfoque de investigación creación.

Primero permítame desarrollar algo: Generalmente cuando hablamos de investigación se nos viene a la mente una persona con bata blanca agitando un matraz o algo parecido relacionado con la ciencia. Y cuando hablamos de creación tal vez nos remitimos a “hermosos” cuadros de pintura. Ese imaginario surge a partir de una fragmentación (*división*) histórica del conocimiento, que ha dividido la razón de la sensibilidad, el conocimiento de la experiencia. Esta separación ha producido oposición, una dualidad entre razón y sensibilidad, ciencia y artes, mente y cuerpo, entre el mundo interno y el mundo externo. Desde mi perspectiva, es importante reconocer que el conocimiento implica una relación con el cuerpo como mediador de la experiencia. En este sentido, la investigación y la creación no deben verse como un enfrentamiento o como una intensión de integración (I+C), porque ya están estrechamente vinculadas. Se

trata entonces de una aclaración y, ya que se está aclarando, también se tendría que colocar el enfoque artístico. Es decir que la investigación ya es un proceso creativo pues en la acción de investigar se está creando conocimiento desde la experiencia y la sensibilidad; esto implica a la investigación con y desde el cuerpo. Y en ese orden de ideas, lo que se debe visibilizar es el enfoque artístico.

Esta noción tuvo lugar en mi reflexión sobre el saber, el conocimiento y la experiencia que comento más adelante; pero mientras estuve indagando acerca de la investigación creación coincidí con lo que dijo el profe don Miguel Rojas Gómez en un coloquio de la Universidad Pedagógica Nacional. Hablando de la resignificación del término, él menciona que la creación no es un ámbito privativo de las artes, por lo tanto, debería denominarse investigación creación artística; y nos dice que un aspecto importante de la investigación creación es que va a generar o aumentar un conocimiento a partir de un proceso (Universidad Pedagógica Nacional, 2024, 10m10s).

Ya que como existen múltiples maneras de generar conocimiento y creación, bien podríamos utilizar el término *investigación creación artística* como lo menciona el profe; sin embargo, y personalmente, las palabras *creación artística* me dirigen al mundo del arte entendido desde la idea de producción; pues desde mi experiencia en el campo artístico he sentido como si la regla y finalidad fuera necesariamente generar un producto u objeto contemplativo que reduce el arte a una mercancía, no digo que sea malo; pero me lleva a preguntarme ¿cuál es el lugar de la creación que no limita la sensibilidad a la producción? Considero que la creación no debe limitarse o terminarse en el producto final, el lugar debe darse en la experiencia más que en el producto u obra, en el vínculo más que en

la exhibición, en la memoria más que en la técnica, en el proceso más que en el resultado; pues la experiencia como espacio sensible y compartido no está sólo para ser contemplada, está para ser vivida conscientemente.

Por lo tanto, la *investigación artística* nos puede ampliar el panorama para que se puedan visibilizar los otros modos de construir conocimiento y crear las realidades como parte de la vida y del conocimiento cotidiano, tal como nos menciona doña Sonia Castillo (2016). Hay que generar conocimiento a partir de otras actividades que tejan la vida para hacer de la IC (*para mí investigación artística*)

Una experiencia de resignificación de la línea de continuidad de la vida, donde los pensamientos, las obras, las imágenes y los conocimientos que allí emergen no constituyen un producto final cosificado, sino un proceso del siguiente nivel de la experiencia que se torna vivencia. (Castillo, 2016, p.25)

Este proyecto nació y se desarrolla desde esas experiencias que han sido pensadas, sentidas, encarnadas. Aquí crear es investigar; cada palabra, cada conversación, cada puntada, cada gesto, cada encuentro ha sido una forma de conocer; la creación se convirtió en el camino para tejer sentidos, para habitar preguntas que se resuelven con el cuerpo, el afecto, el hacer conjunto. Y la práctica artística, que constantemente se transforma, ha permitido explorar preguntas sobre el cuidado, el duelo, la sensibilidad, la potencia de lo colectivo, a través de la apertura de lo sensible. En este sentido, la *investigación artística* ha sido una forma de re-existir en la lógica instrumental y de productividad del conocimiento y la creación, apostando por un saber que se genera del vínculo y la sensibilidad.

Ejes estratégicos:

En ese orden de ideas, las siguientes fueron las maneras de percibir, pensar, aprender, compartir a lo largo del proyecto:

Cartarsis (carta + catarsis)

Como sumercé se ha podido dar cuenta, este proyecto contiene cartas abiertas informales propias que permitieron que fuese posible un acompañamiento desde el ejercicio reflexivo. En ellas se pueden evidenciar pensamientos, sentimientos e inquietudes a partir de la propia existencia, las heridas, el contexto y la crítica hacia un sistema económico que no es considerado con las personas con las adversidades a las que continuamente nos enfrentamos. Estas reflexiones catárticas generadas a lo largo del proceso están pensadas para abrir un espacio flexible de liberación emocional, que se derivaron de mi introspección, juntanzas y conversaciones. En ellas se permite la expresión de las experiencias que han marcado la vida, el cuerpo, el propio sentir, por medio de palabras como ejercicio de organización mental. Y en su reflexión se posibilita descifrar también, de alguna manera, cómo siendo agentes externos podemos ser un lugar seguro para generar prácticas ayudándonos de la potencia que desde la sensibilidad nos podemos permitir y abordar un acompañamiento a partir de la pedagogía sensible hacia las personas que lo requieran.

Tal vez sumercé se ha preguntado por qué hago alusión al **tejido**. Bueno, aparte de que es un saber que mi abuelita nos heredó a mí mamá y a mí; encontré que la escritura también tiene relación con este saber. Texto proviene del latín *textus* que significa tejido o entrelazado (Real Academia Española, s.f., definición 1). Entonces, un texto es una composición donde se entrelazan hilos de ideas,

formando así un tejido de texto. Quien escribe no sólo está organizando sus ideas en signos, está tejiendo, está creando.

La relación entre la **escritura y lo sensible** lo encuentro como un medio personal. Cada vez que dispongo en palabras lo que siento, lo que pienso. Cuando mi mente se activa y mi cuerpo se dispone para exteriorizar por medio del tejido de ideas escritas. Cuando escribo acerca de lo que me afecta, me conmueve, me inquieta. Cuando puedo transformar lo que no es visible y conectarlo con el mundo material. Cuando comparto lo íntimo de mi ser en un lenguaje cotidiano, amable, sin dejar de lado la afectación que contiene y logro conectar con las demás personas. Cuando le doy palabra a mi pensamiento y le doy importancia a mi ser, porque escribo conforme a lo que soy.

La relación entre el **tejido y lo sensible** cobra significado cuando nos fijamos en que la acción de tejer implica entrelazar hilos. Hablando simbólicamente somos aquellos hilos que se vinculan creando una gran red afectiva. Dichos vínculos se gestan cuando nos abrimos al mundo, cuando nos sostenemos en momentos, emociones, experiencias de la vida; compartiendo y fortaleciéndonos en lo colectivo, con los otros y con lo otro. Esa acción de tejer es toda una experiencia sensorial y de resonancia que requiere de tacto, atención, esfuerzo, tiempo; y así mismo es como construimos y nutrimos el vínculo tanto con nosotros mismos, como con las demás personas.

Juntanza: “Parchar”

Alguna vez le han dicho a sumercé: ¿vamos a parchar? Aquí en Colombia es común oír este término para referirse a la juntanza, reunirse a pasar un momento agradable juntos.

Bueno, aquí parchar no sólo es la acción y efecto de juntarnos o reunirnos, también tenemos en cuenta que es el medio perfecto para la resonancia y entrar en reflexión sobre aquellas adversidades que enfrentamos.

Son espacios pensados para salir del peso rutinario, tomar un respiro y rescatar así aspectos que sean relevantes para brindar una experiencia que aporte bienestar. En dicho espacio las personas nos damos a la oportunidad de conectar con el momento presente, enmarcados en el proceso de re-existencia y entendiendo que la vida es más que vivir en una carrera contra el tiempo.

Al no detenernos generamos agotamiento físico y emocional, además reforzamos esa idea de que descansar es un lujo, un privilegio, y no una necesidad humana. Reinventamos la vida en el momento en que paramos a tomar un respiro de la fuerza que ejerce el sistema de productividad a nuestros estilos de vida y que condiciona nuestros comportamientos. Hay que recuperar el control sobre nuestra propia vida con acciones incluso pequeñas que se opongan a la aceleración: Comer algo rico saboreando cada bocado, caminar tranquilamente, admirar el atardecer, compartir un café o unas onces en casa, hablar de aquello que nos duele, respirar conscientemente, permitirnos sentir; ir en contra del tiempo que nos presiona, detenernos ante el ajetreo diario, darle un momento al cuerpo, una pausa necesaria. Entender que, aunque no podamos sanar las heridas de los demás, si podemos hacer que sean más llevaderas incluso con pequeños actos; en lo cotidiano también habita lo extraordinario. Con

esto, además de que se refuerza el vínculo, se establece un contacto que afianza la red de apoyo y se enriquecen las experiencias, oportunidad para abrirnos al mundo, al saber, a la reflexión.

Al explorar la acción del parchar, en el sentido literal de la palabra, caí en cuenta de que cuando hay un roto y se coloca un parche sólo cubriendo, como tapando algo que no queremos ver, realmente no estamos arreglando la rotura, sólo sobreponiendo algo y haciendo caso omiso al daño. Es necesario que se zurza la rotura a modo de reparación para que ese daño no persista o no se agrande. O como cuando cubrimos una herida con un curita o vendaje que con el tiempo se deteriora y si no se trata la herida puede ser contraproducente para nuestra salud.

En este caso el parche es la juntanza en el sentido de unir los hilos con especial cuidado para re-parar-nos, cuidar-nos y en el encuentro reforzarnos, parcharnos.

Conversación

La conversación surge de la afección y nos transforma.

Cuando estamos afectados por algo es a través de la palabra que nos comunicamos, aunque no sólo las palabras... también existe un lenguaje no verbal con el que vinculamos lo que pensamos y sentimos para expresarnos. Un gesto con los ojos, la nariz, la boca, la frente o entrecejo; un abrazo en medio de la incertidumbre; las lágrimas que sin miedo surgen y aquellas que por miedo son reprimidas; las sonrisas apenas esbozadas, las carcajadas escandalosas; mover las manos mientras se habla para amplificar y ejemplificar las palabras; el rostro sonrojado por lo que se dice, por lo que se omite o por sentirse vulnerable; mirar o no mirar a los ojos...

La conversación implica escucha, presencia, atención, intención, conexión, contacto, horizontalidad, ser un lugar seguro, un refugio a los estímulos de una vida acelerada. Es allí donde se halla la riqueza de los encuentros, en la validación, dándole un lugar al sentir, un espacio para estar en el mundo, permitiéndonos vulnerabilidad, evitando la alienación. Y es difícil porque podríamos estar acostumbrados a reprimirnos, a no permitirnos hablar; a veces no sabemos comunicarnos o nos sentimos incómodos con nuestro sentir o el de los demás. Abrirnos a la conversación supone un proceso de transformación que vale todo permitirnos, porque cuando conversamos se logra un intercambio de perspectivas que nos refresca, nos permite reconocernos o nos nutre de nuevas formas de ver. Es en el silencio donde desaparecemos, nos encerramos; cuando callamos nos enfermamos, acumulamos dolores, pesares, cargas, resentimientos, conflictos sin atender.

Cuando alguien está pasando por un momento difícil, como acompañantes podríamos caer en esa perspectiva de mantener regulado todo: “no llores”, “no estés triste”, “no es para tanto” y esto invalida el sentir de la otra persona. Debemos saber que no es nuestra responsabilidad solucionar los conflictos o problemas de los demás, los procesos de vida son propios, personales; sólo hay que estar **presentes**, acompañar desde el amor.

Hablar aclara, alivia, descarga, conecta, construye, divierte, acerca, nutre, sana. La respuesta a la pregunta ¿qué podemos hacer? puede ser un poco decepcionante porque la mayoría de las personas estamos acostumbradas a que todo debe estar regulado y bajo nuestro control para que alguna circunstancia no se convierta en peligro o dolor: **simplemente hay que estar**. No está bajo nuestro dominio lo que le acontece a los demás, pero sí podemos brindar el calor de un gesto lleno de atención, intención y amor; puede que para algunos no sea mucho, pero es nuestro mayor alcance. Esta aceptación representa un duelo, porque en nuestra preocupación por las demás personas queremos que nada les pase, que estén bien todo el tiempo, incluso hasta cargar con sus penas, pero existe un límite. No podemos cargar pesos que no son nuestros porque terminaremos hundiéndonos; por más que queramos “ayudar”, “salvar”, sólo podemos llegar hasta un punto y no por egoísmo, no es sano curar heridas ajenas, ya que esto podría generar heridas propias (hablando simbólicamente), así como tampoco es sano que nada le pase al otro. Es desde la medida de nuestras posibilidades, haciendo uso de las herramientas que tengamos en ese momento, que podemos unir fuerzas para hacer el devenir más llevadero.

OBRAR SENSIBLE

Sumercé, aquí no hicimos una obra, aquí obramos. Los gestos anteriormente abordados se dieron simultáneamente a medida que compartíamos e intercambiábamos; le fuimos dando un lugar a lo intangible: creamos red, sentido, memoria; sabiendo que el pensamiento, los saberes y la sensibilidad nos vinculan con el mundo a través de las experiencias. Y que, como personas dotadas de dichas capacidades, podemos conocer de distintas y variadas maneras, a través y con el cuerpo; mediante las percepciones, los afectos, el encuentro y el intercambio que nos permiten interpretar el mundo. Es viviendo, permitiendo la afectación, habitando y relacionándonos en el mundo que generamos conocimientos y tejemos nuestra existencia.

Se entiende que no todo es susceptible de hacerse ver, de volverse presentación; sin embargo, dentro del marco de los requisitos institucionales donde es necesaria una obra que pueda ser registrada y expuesta para validar la existencia de un proceso, tuve en consideración un artefacto, no como un producto final, sino como **gesto sensible**, encarnado tanto en el cuerpo, como en el momento presente; un medio en el que lo sensible da cuenta del proceso de vinculación de la experiencia y el aprendizaje con y desde el cuerpo, un proceso de co-creación.

Sumercé, comencemos por hablar de proceso y ese artefacto sensible, que no pretende ser la obra en sí, sino una manera de resaltar el obrar, una acción desde lo sensible; el entretejido de vínculos y memorias que, más allá de la exigencia de mostrar algo, sostuvo la experiencia sensible que nos une.

Entretejiendo recuerdos.

Cuando estábamos en proceso de exploración y co-creación, la resonancia fue protagonista de cada momento compartido. Esa conexión especial nos permitió abrirnos, vincularnos entre nosotros para habitar la vida en confianza plena de ser vulnerables. Nos conmovimos, nos afectamos mutuamente, nos entregamos a lo incierto: comunicándonos, confiando en el momento, fortaleciendo la unión; simplemente existiendo, siendo lo que somos, sin prisas, sin afán de encajar; sin ser juzgados, vigilados o presionados.

Por eso mi decisión de no convertir el parche en grabaciones para evidencia o las conversaciones en entrevistas para sistematización. Varias situaciones, gestos, emociones que emergían no podía sujetarlas a un registro porque podía alterar su naturaleza o incluso afectar el sentir de la otra persona.

Esta decisión me resuena con una teoría de la física cuántica, llamada paradoja de la medición, de allí viene del principio de incertidumbre de Heisenberg (1958). El simple acto de observar una partícula colapsa su comportamiento, lo que causa que cambie el resultado de la medición. Observar afecta aquello que es observado; es decir que observar no es una acción neutral, al observar estamos participando, al medir estamos interviniendo. El observador está afectando y siendo afectado. Esto incluso coincide con la teoría del panóptico de don Foucault (2002), donde el hecho de sentirse vigilado también condiciona el comportamiento. Con esto en mente, me doy cuenta de que cada vez que tomo una fotografía existe un intercambio, estoy mirando y soy mirada; estoy participando e interviniendo.

Y no es sólo teoría, lo vivimos cotidianamente; por ejemplo, generalmente cuando alguien dice: ¡*Selfie!* Hacemos gestos graciosos o si no estamos de

humor sonreímos forzosamente, tratando de quedar bien en las fotos; otro ejemplo bastante común es cuando nos están mirando hacer algo y sentimos tanta presión por hacerlo bien que trastabillamos y lo que decimos es: “No me mire que me pongo nervioso(a)”. Esto significa que, con el hecho de sentirnos observados, cambiamos ciertos modos de actuar que naturalmente se darían cuando nos sentimos en total tranquilidad. Por eso, si intento conectar con alguien de forma afectiva y presente e interrumpo con un dispositivo para grabar o estoy más atenta a tomar nota que de lo que sucede, para sistematizar, estas serían acciones que modifican el encuentro, el comportamiento y la disposición. Y no sería muy acorde con la atención plena, la observación afectiva y contacto que busco lograr. Entonces se abre la puerta a otra forma de intercambio, no desde el control o vigilancia, sino desde la resonancia y la experiencia vivida.

Ahora bien, la idea de *Entretejiendo recuerdos* nace de esa apuesta por simbolizar un espacio donde se vive el cuidado, el afecto, el vínculo. Se da como gesto de exploración para el artefacto sensible que se iba construyendo en el camino. La cartarsis, el parchar o juntanza y las conversaciones fueron los intercambios que nutrieron esta exploración y lo convirtieron en una manera cercana y respetuosa a la representación de aquellos momentos tan significativos.

Debo relatarle el proceso de esta exploración para que sumercé esté al tanto de cómo se gestó nuestro artefacto sensible:

Bordando y transformando.

El bordado, que anteriormente había explorado, se convierte entonces en un gesto de atención, cuidado y tiempo. Pero la acción de bordar en una fotografía transforma la manera en la que se plasma el hilo en una superficie, que normalmente es de tela, el bordado en este caso trasciende la potencialidad de la imagen y le entrega un nuevo significado al momento y a la percepción.

Aquí no sólo la memoria cuenta una historia, sino que también cada puntada nos puede manifestar otra mirada. En este caso la exploración fue maravillosa porque da cuenta del proceso de transformación cuando convergen las distintas maneras de ver: mientras la fotografía representa mi mirada, el bordado es la perspectiva de las personas que participaron en el encuentro; entonces se genera una nueva imagen. Cada uno transformó este lenguaje de expresión conforme a sus sensaciones particulares y fue cosiendo aquellas huellas que nos vincularon, no sólo en la deriva del momento, también en la experiencia de recordarlo y resignificarlo.

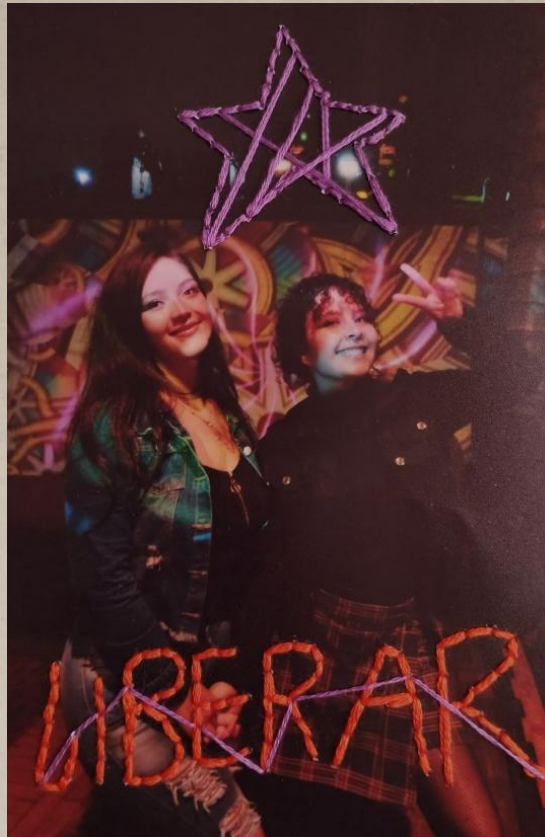


Intervención hecha por: Ricardo Avendaño (2025).



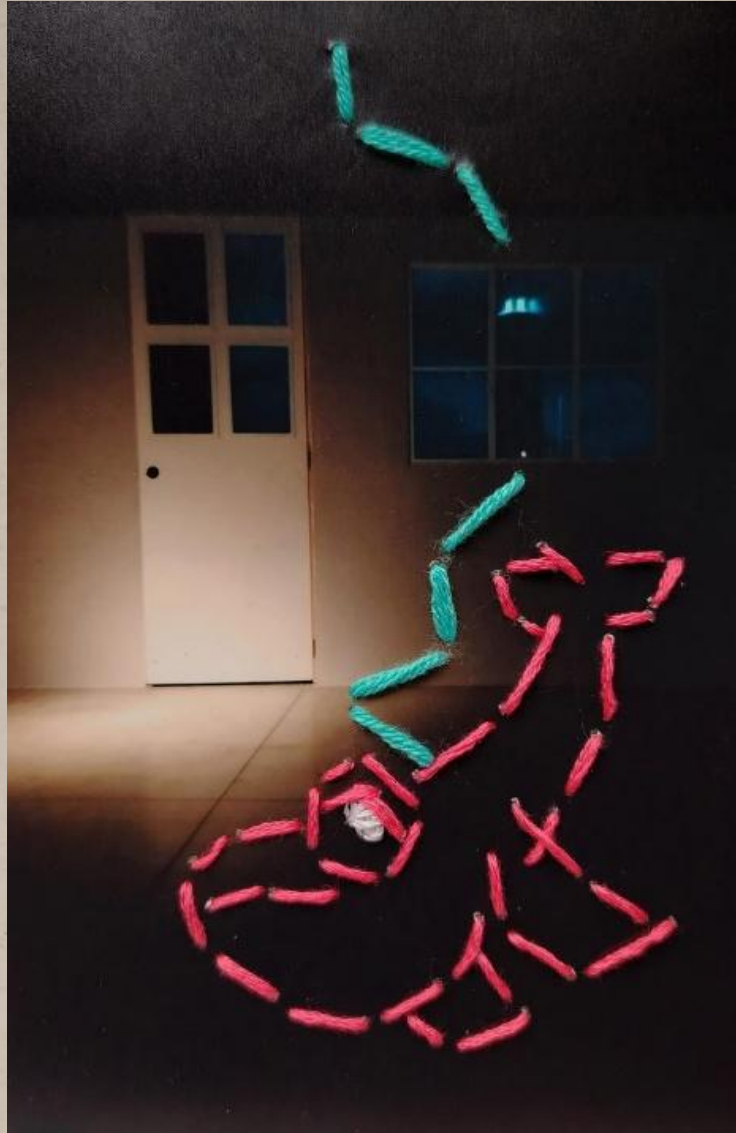
Intervención hecha por: Johan Ramirez (2025).

Intervención hecha por: Paola Peña (2025).



Intervención hecha por: Elsa Villalobos (2025).

Conmemoración a Jonathan Silvera (2025).



Intervención hecha por: Brayan Riaño (2025).

Poner en diálogo distintos lenguajes, la imagen, el hilo, la memoria, el cuerpo y donde se explora, se vincula, se interviene, se comparte, se entrelaza, se crea y convergen perspectivas; fue otra manera cercana para ubicar la existencia de todo un proceso en un artefacto que dé cuenta de la riqueza de un obrar sensible. Éste no busca ser una obra terminada, sino un contenedor de vínculos, de memorias entrelazadas, de ese obrar que se construye en lo común y aún continúa en expansión.



Explorando los Vínculos. Uniendo memorias.

Puntada tras puntada se entretrejieron formas de existencia, saberes, sensibilidades, se unieron diferentes maneras de ver el mundo; resonamos tanto en el ejercicio de bordado que implica atención plena, como con la memoria que supone que fuimos conmovidos en un lugar y momento de nuestra vida. En la interacción damos lugar a un gran tejido de vínculos que no son un producto, ni obra, ni mercancía; si no una red que nos une, nos soporta. Esa reflexión me llevó al siguiente acto, como una necesidad de ver literalmente el vínculo y lo que ello implica.

Red de apoyo: El vínculo, la unión, la encarnación, lo compartido.



Exploración encarnando el vínculo. Significando la red (2025).

Al enlazarnos con la lana, se unieron afectos, historias, maneras de ser y de ver el mundo, heridas y cicatrices, sentires, duelos, complicidades. Esta acción también tuvo la intención de mostrarnos que no estamos solas, ni solos; que existe una red que nos puede sostener, un hilo que nos recuerda que habitamos el mundo en relación.

Don Planella, es un pedagogo que nos habla de pedagogía sensible. En su libro *Pedagogías sensibles, sabores y saberes del cuerpo y la educación* (2017), nos expone la importancia de habitar desde la sensibilidad, desde un cuerpo que no sólo es físico, sino simbólico y afectivo. Nos menciona el concepto de *corpografía*, “grafiar desde, con o en el cuerpo” (p.42); es decir, escritura corporal, algo así como que las huellas, gestos, acciones que el cuerpo va dejando en la experiencia, esa memoria que nos configura como sujetos. Entonces, se trata de reconocer el cuerpo como el lugar donde la experiencia se escribe, donde el aprendizaje se genera desde lo que sentimos, lo que nos afecta, lo que compartimos.

Esta acción de entrelazarnos marca esa experiencia sensible a la que quiero acercarnos. El sólo hecho de estar ahí, sentir el hilo rozando la piel, de mirarnos, conectarnos ya era una escritura en el cuerpo; al movernos, reír, sentirnos, estamos escribiendo con el cuerpo. Aquí se encarna el vínculo, evidencian complicidades y con ellas, la presencia del cuerpo y la mente en un momento preciso. Al momento de enlazarnos y crear el vínculo por medio del hilo podemos ver cómo desde el yo, conecto con el otro. También, al momento de desenredar el hilo, presenciamos la ayuda mutua y este es el símbolo del soporte que entre la red se establece. Cuando pasamos la madeja entre nosotros, cada uno iba analizando la manera más cercana de solucionar el embrollo como si se tratara de gestionar un momento de enredo de la vida e incluso de acompañar a que cada uno solucione su propio enredo: estoy aquí para mí y para el otro.

Esta fue forma de decir: existo contigo, me atraviesa tu historia, me conecto contigo. Hay una huella que dejamos y un gesto que recibimos. Y en contextos donde muchas veces las palabras no alcanzan, el cuerpo puede hablar de otras

formas, podemos crear espacios para comunicar. Aquí en nuestra dimensión sensible nos convertimos lenguaje, compañía, cuidado, **cobijo**.

TE COBIJO CON LO QUE SOY... CON LO QUE SOMOS.

Cobijo: Amparo, protección. (Real Academia Española, s.f., definición 2).

Cobijar: Amparar a alguien, dándole afecto y protección. (Real Academia Española, s.f., definición 2).

El gesto de cobijar entreteje un acto de presencia, un abrigo simbólico.

A partir de todas las exploraciones a lo largo del proyecto y la acción de la red de apoyo es que el obrar se transformó y gestó este cobijo hecho a mano.

El artefacto sensible está inspirado a partir de la sábana cosida por mi abuelita (*la que ya le había mencionado antes, sumercé*); ella solía coser a mano cobijas, sábanas, almohadas con retazos de telas y prendas en desuso. Al sentir la sábana, ver detenidamente sus puntadas, no sólo me conecto con su memoria; también me reconozco afectada, entretejida por el recuerdo y afecto. Descubro que esos hilos no sólo sostienen la tela, sino también la historia, el cuidado que en vida ella nos ofrecía al crear, coser, cocinar, conversar; no eran simples acciones u objetos cotidianos, era amor, esfuerzo, amparo, refugio.

Así como el hilo une las telas, este proceso unió cuerpos y formas de estar en el mundo. Para este artefacto sensible cada persona del grupo entregó una prenda personal; éstas guardan gestos, aromas, momentos, historias, fragmentos de vida. Al unir las, creamos un cuerpo, un cuerpo colectivo afectado por cada historia que lo compone. Las puntadas fueron hechas con el cuerpo, desde el cuerpo, en una acción sensible de entrega y presencia.

Sumercé retomemos a don Planella, ¿en este artefacto sensible en dónde se ubica la escritura del cuerpo?... Desde mi propia experiencia, por ejemplo, en los saberes que heredé de mi abuela y de mi mamá (*como la costura, la escritura, cocinar* y muchos más) y en la acción de llevarlos a cabo; en mis duelos, mis

heridas, en los vínculos entrettejidos y el afecto que me moviliza; en todas las experiencias que me han afectado, me han formado y transformado; en el gesto de coser este cobijo y ofrecer cobijo. Esa escritura del cuerpo tiene lugar en lo cotidiano, aquello que deja huellas a partir del contacto con las demás personas, con el mundo y con uno mismo.

Entonces, el cobijo encarna esas huellas del hacer con las demás personas, marca el paso del tiempo compartido, la disposición a sostenernos, el cuidado y compañía que se ofreció. Hubo una afectación mutua y una transformación recíproca, pues el cuerpo no sólo recibe, también habla, toca, recuerda, hiera y sana; cada acción deja una marca en la vida, que influye en quienes la viven.

Veamos de quienes se compone:



“El amor, el cuidado, el esfuerzo, la herencia, las enseñanzas puntada a puntada”.

- Elsa.

Sábana de mi abuelita: Sara Ramos.

Prenda de Ricardo Avendaño.



“Es una parte de mi historia, trascendió de ser ropa de vestir, a ser parte de limpieza de las cosas que me gustan. Para después ser algo más grande”.

- Ricardo.

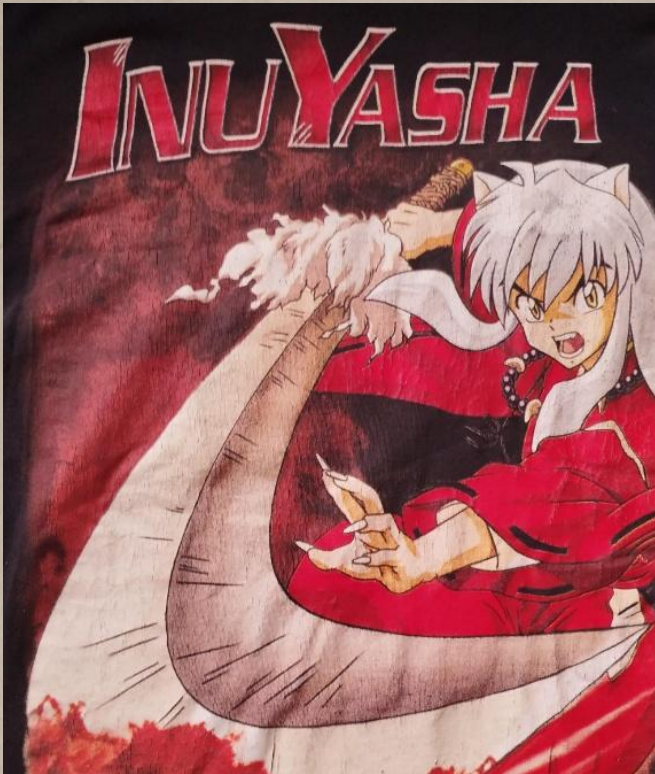


“Ese pañuelo lleva encima las señales de múltiples trabajos, representa todo un mundo de creaciones”.

- Johan.

Prenda de Johan.

Prenda de Brayan.



“Fue la camiseta que más usé cuando estaba saliendo casi del colegio y le tenía cariño porque es de Inuyasha, anime que veía en mi infancia con mis hermanos, es de las prendas que más recuerdo de los últimos años de colegio. También era la camiseta por la que me llamaban la atención en el colegio por no llevar uniforme”.

- Brayan.



Prenda de Fernando.

“Esta prenda hace parte de un pasado no tan remoto, un período de transición entre lo que considero fue la peor versión de mí y una mejor versión aún en construcción y constante trabajo. Hace referencia al proceso de edificación de una mejor persona cada día, cada instante; soltando lo que hay que soltar y conservando lo que hace bien a mi vida y, por ende, hay que conservar”.

- Fernando.

Prenda de Nasmille.



“La camiseta de mi nieta, que le compré cuando me enteré de que venía en camino, me sentí muy feliz con su llegada. Hace 12 años de su nacimiento y ha sido un ser que ha llenado mi vida de felicidad, además se parece mucho a mí”.

- Nasmille.



“Significa mi amistad contigo (refiriéndose a mí), me acompañaste a comprarla y me gusta porque me hacía sentir bien”.

- Andrés.

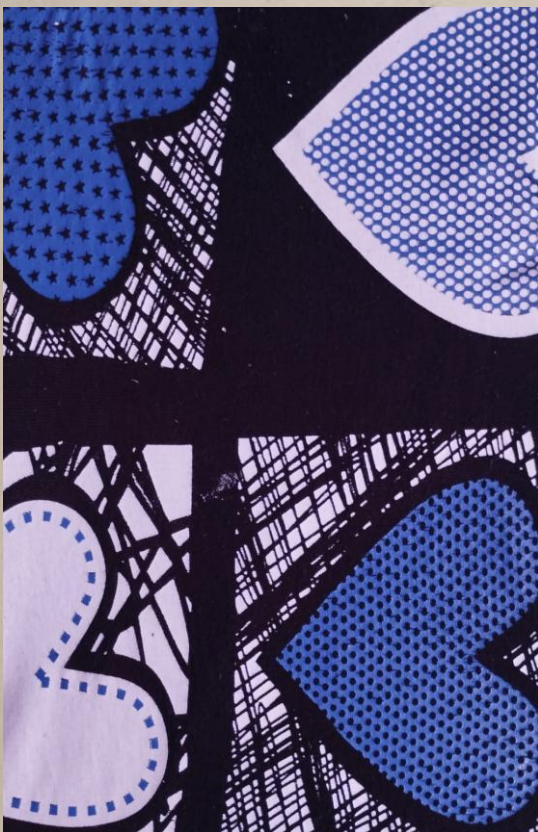
Prenda de Andrés.

Prenda de mi hermana: Paola.



“Esta prenda era algo que siempre quise, pero por mi cuerpo siempre tenía problemas para conseguirla porque en la sociedad sólo hacen cosas para las personas del estereotipo. Me tocó mandar a hacerla para poder sentirme cómoda. Es una prenda importante”.

- Paola.



“Significa el amor, el dolor, la ausencia, sobrevivir y encontrar un rayo de esperanza para subsistir lo que queda de vida”.

- Elsa.

Prenda de mi mamá: Elsa Villalobos.

Prenda de mi hermano: Jonathan Silvera.



“La camiseta de mi gran amor significa para mí toda la pasión, la lucha, el esfuerzo, el amor”.

- Elsa.



“Nos deja ver cómo pasan los años de rápido”.

- Elizabeth.

“Significa el amor, el tiempo que transcurre y el crecimiento que viene con él, el tránsito de aprendizaje y vivencias que nos han nutrido”.

- Yuri.

Prenda de mi hija: Elizabeth.

Prenda mía: Yuri Silvera.



“Es una parte de un tapabocas que usaba durante la pandemia. Significa esos duelos que llevaba conmigo, pero que me esforzaba por no exteriorizar porque debía continuar. Es ese tránsito de acontecimientos que me han hecho lo que soy”.

- Yuri.

Curiosamente me dí cuenta de que el color azul era un común entre nosotrxs, por ello la elección del color del hilo que nos vincula.



Mi mamá cosiendo. Se pueden ver las marcas que ha dejado la aguja en su cuerpo

(2025)



Doña Nasmille cosiendo. Se puede ver el movimiento de su cuerpo (2025).



El Cobijo (2025).

Este cobijo guarda dos años de un proceso, de saberes, historias, experiencias, acompañamientos, palabras, risas espontáneas, llantos necesarios, gestos de afecto; es cuerpo común, vínculo, resonancia, actos de re-existencia. Un gesto que humildemente se tejió para cobijar, para sostener, resignificar el dolor y recordarnos que no estamos solas, ni solos.

Sumerché, estas exploraciones y gestos no buscan ser perfectos o acabados, porque como la vida misma, que es cambio, transformación e incertidumbre; así mismo los sentires y la propia experiencia. Por lo cual continuaremos explorando, percibiendo y creando, permitiéndonos habitar el proceso con afecto, apertura y escucha, dejando que cada huella revele lo que aún desconocemos.

Nos transformamos en la cotidianidad. Creamos significados en colectivo.

Socialización

A CO-SER Y COCER.

Debido a la naturaleza del proyecto, el obrar sensible no fue pensado como un producto final para la contemplación distante; fue concebido como un proceso compartido, afectivo y cotidiano. Así mismo, la socialización de esta experiencia no es una exposición, ni una sustentación tradicional; está pensada como una juntanza, un espacio y momento íntimo y colectivo que da continuidad al sentido profundo del proceso.

La idea es compartir en un asado como forma de socialización, no es casual, en este gesto cotidiano donde se enciende el fuego, se comparte el alimento, se habilita la palabra, hay una intención de convertirnos en un nosotros. Y personalmente es, casi siempre, la manera en que nos juntamos en familia; es la *excusa* que nos convoca al encuentro para celebrar, felicitar, agasajar. En este caso, es una conmemoración por nuestros duelos y reconocimiento por nuestros esfuerzos; un momento de esparcimiento que abre un espacio perfecto de apertura, escucha, conexión y disfrute.

Encender el fuego, avivar la llama, juntxs.

Alrededor del fuego, compartiendo alimento.

Fuego, Calor, Cobijo.



En un asado, reunión Familiar (2025).

La juntanza da cuenta del diálogo de saberes que nacen del cuerpo, del encuentro y del sentir. Como esta estrategia ha sido pensada a modo de transformar la estructura tradicional de sustentación, significa que la socialización se llevó a cabo en un lugar diferente a la institución. No hay pared blanca, ni tarima: Hay fuego, comida, cuerpos, afecto y presencia, que evoca la experiencia, el conocimiento, los gestos corporales, la mirada que nace del intercambio, del encuentro y nos implica, nos afecta, nos transforma.



Mirador de Ciudad Verde, Soacha.

Este es un lugar muy significativo para mí y para algunas personas del grupo, es territorio afectivo donde hemos compartido tiempo y experiencias. Es un espacio que invita a habitar el cuerpo sin rigidez, con tranquilidad. Está ubicado en Ciudad Verde, en el municipio de Soacha, Cundinamarca.

Así como se enciende el fuego para compartir el alimento y evocar el intercambio; también se entrelazan los hilos para compartir memoria; por ello durante el encuentro, el cobijo que construimos juntos nos cubrió uno a uno mientras transcurrió la experiencia. La idea es que, inicialmente, yo cubrí con cuidado y amor a una persona del grupo; luego de un momento, cuando esa persona lo consideró prudente, cobijó a alguien más también en un gesto de afecto. Y así continuó el tránsito del cobijo, como si cada entrega fuera una puntada que va hilando nuestra experiencia compartida. En este acto de cobijar hay algo más profundo que el abrigo físico, es una manera de decirnos: te veo, te sostengo, me implico; es un gesto de ida y vuelta, que no se agota en el dar, porque también se transforma quien cobija. Se trata de, como menciona don Bajtín (2000), "ser juntos en el ser" (p.18), donde cada cuerpo se vincula y se implica con otros cuerpos y sus grafías.

De esta manera se encarna la pedagogía sensible, donde se sostiene la vida compartida.

La mediación estuvo guiada por la dinámica conversacional, confiando en la potencia de la sensibilidad para conectar profundamente con la experiencia. Aunque los nervios y la incertidumbre me acompañaron, como en cada paso del proceso, no quise ver este momento como una defensa, sino como una socialización coherente con lo vivido: honesta, cercana, horizontal y con la esencia que el proyecto merece.

SOBRECOSTURA

(Cuando se cose sobre una costura que ya existe para que sea más fuerte)

Como sumercé podrá notar en todo este recorrido, ha estado presente lo experiencial y el vínculo tanto con las demás personas, como conmigo misma. Bien dice el dicho: “Somos un museo de todo lo que hemos amado” (*aunque yo cambiaría la palabra museo, pongámosle memoria*), y yo llevo en mi mente y mi corazón gran cantidad de enseñanzas, aprendizajes, saberes de los que hago uso para aportar a la edificación de algo más allá del resistir. Porque como nos dice don Adolfo Albán (2022), resistir implica soportar, aguantar ante las formas de dominación en una dinámica desgastante y que nos mantiene en la disputa, en la fuerza, el aguante; aunque todo esto sí es importante, sólo es el inicio para la liberación; entonces si vamos más allá del resistir, de reclamar la dignidad y al mismo tiempo propiciar prácticas liberadoras, estaríamos hablando de la re-existencia. Re-existir es “reinventar la vida más allá de lo que el sistema nos determina” (Historia de la educación UNLZ, 2022, 5m08s).

Y entre todos estos vínculos y memorias de afecto, quiero mencionar también a mi abuela materna, Sara Ramos, quien me ha heredado gran cantidad de saberes, como coser (*oficio que ha sido muy importante en este proyecto*), que en parte me han formado como persona.

Ella solía repetirme cada vez que me enseñaba algo: “Aprenda pa’ cuando yo me muera” y aunque me surgía un temor inmenso al hecho de ya no tenerla en

mi vida cada vez que me lo decía, entendí que la enseñanza con amor es el camino correcto y que con ese amor me estaba dando herramientas para la vida. A ese punto quiero llegar, el aprendizaje para la vida.

Tal vez si mi abuela no me hubiese llevado al mercado con ella y me hubiera enseñado que *equis* cantidad de papa de más o menos *tal* tamaño hacen una libra y cuestan *ye* cantidad de pesos; yo no hubiese entendido la relación entre masa y peso tan fácilmente; me estaba dando una introducción a la física... Mi abuela... Quien apenas cursó hasta tercero de primaria, no tuvo que decirme que el peso es la fuerza de gravedad que actúa sobre un objeto y que esa fuerza es proporcional a la masa que tenga dicho objeto. Ella tuvo que aprender en su realidad y así mismo logró enseñarme.

Reflexionando el saber y el conocimiento

Así es como funciona la vida, la física, la matemática, la química, todo el conocimiento está ahí; así como las artes, que no se limitan a la visita de un museo o ver cuadros de artistas del pasado, como si se tratara de acumular un capital cultural (*o séase del que sabe más o el que conoce cualquier cantidad de información habida y por haber, porque tiene toda la posibilidad de acceso a ello*).

El saber viene a nosotros a través de la experiencia. Es la habilidad de relacionar lo que percibimos (lo que nos pasa) y la práctica (lo que hacemos con eso que nos pasa). Está asociado a la vida, a la sensorialidad del cuerpo y a cada experiencia que produce transformación en nosotros, por ello es algo personal. El saber no puede transmitirse porque la experiencia es única para cada persona. Cuando exteriorizamos nuestro saber, para la otra persona se convierte en conocimiento, una herramienta, información obtenida del exterior, pasa al

intelectivo mundo de las ideas. Y esa otra persona tiene la capacidad de transformarlo en su propio saber y así sucesivamente. *Algo así como jugar al teléfono roto, el conocimiento es la información que se transmitió; pero es cada persona que percibe la información, la relaciona, la transforma y la manifiesta, lo que vendría siendo el saber.*

Con esto no intento separar, ni poner en conflicto estos conceptos; más bien poder entenderlos y comprender cómo se relacionan.

Desde mi experiencia, he vivenciado cierta tendencia a concebir el conocimiento como algo que se idolatra y se guarda en el cerebro como en una vitrina de museo, como una reliquia inalterable. En contraste, una persona ignorante es aquella que carece de conocimiento, que no tiene o le falta eso que no conoce. Vaya problema porque se puede generar una idea de carencia en la que somos recipientes vacíos que necesitan ser llenados. Y claro, eso genera miedo, inseguridad, sensación de carencia y hasta afecta la autoestima.

Si hubiese entendido que un conocimiento, un elemento conceptual, se comprende mejor cuando pasa por el cuerpo, por nuestras estructuras mentales a través de la experiencia, cuando se vuelve vivido; quizás había sentido más libertad para pensar, más tranquilidad para preguntar, más confianza para intentar. Porque la mejor manera para lograr conectar y comprender un conocimiento, es abriendo nuestros sentidos al mundo, dándole paso a la experiencia, dejar que entre en diálogo con lo que somos.

Lo que quiero exponerle a sumercé es que he vivido viendo cómo en el escenario de la educación formal donde me he relacionado, separan los contenidos de conocimiento de la experiencia de quien aprende, como si lo importante fuera

memorizar algo, más que comprender cómo ese algo dialoga con el cuerpo, con el entorno o con una situación concreta.

$1 + 1 = 2$ porque el valor simbólico lógico de un objeto es uno y sumado otro objeto pues son dos objetos; hay una lógica precisa que ha sido construida y validada colectivamente. Pero también me pregunto ¿qué tal si dijera que uno mas uno es igual a un vínculo? No para negar o invalidar las matemáticas, sino para abrir un espacio donde lo simbólico sensible también tenga cabida. Porque cuando dos cuerpos se encuentran desde el sentir, ocurre algo más que una suma, aparece una trama, una red invisible que nos une y nos transforma en un cuerpo colectivo. No se sumarían individualidades aisladas, sino que se crea un nosotros situado; ese nosotros ya es una forma de re-existencia, una práctica que al nombrar lo que duele, al abrazar la herida, transforma la experiencia en un conocimiento encarnado. Porque desde la mirada *corpográfica* que vimos con don Planella (2017), el cuerpo no es un simple recipiente, sino un territorio donde se escriben y se comparten historias. Entonces, cada cicatriz, cada gesto corporal es memoria y cuando esas memorias se tejen, como se hila una puntada con otra, aparece el vínculo ese espacio relacional donde la experiencia, el lenguaje y la cultura hacen del cuerpo un agente político.

No es que la razón esté reñida con la sensibilidad, ni el conocimiento académico con el saber cotidiano, se trata de entretejer estos conceptos.

Espero que sumercé no me malinterprete, claro que la educación formal es importante. Necesitamos ser instruidos con ciertos códigos, conocimientos y comportamientos para integrarnos a la sociedad, lo cual conforma una comunidad civilizada. Parte de esos códigos son impartidos en la academia, pues bien pasamos nuestros primeros años de vida formándonos en ella;

adquirimos desde conocimientos formales, hasta la experiencia de la convivencia en un grupo. Pero quisiera resaltar el hecho de que el conocimiento ya está en nuestra realidad, sólo nos hace falta percibirlo dentro de nuestra experiencia para transformarlo. No somos recipientes vacíos, ni hojas en blanco que hay que llenar con gran cantidad de información que luego no podremos relacionar, ni conectar; somos personas con nuestros sentidos abiertos al mundo y complejos neuronales dispuestos a conectar frente al estímulo de nuestra estructura mental.

Sumercé, desde sus vivencias en la academia ¿Qué es lo que más se acuerda de ella? ¿Los innumerables teoremas, fórmulas, fechas exactas, definiciones? ¿o sus experiencias de vida, ese aprendizaje que le brindó relacionarse con el mundo, lo que se volvió cotidiano, la interacción con el otro? Porque tal vez aprender sea eso: transformarnos en el intercambio.

A lo que quiero llegar con todo esto es que no vemos el mundo tal como es, sino como nuestra mente nos permite verlo de acuerdo con nuestras experiencias en el entorno que habitamos. Si bien las personas nos nutrimos de conocimiento en las instituciones, en mi paso por la academia, sentí que me estaban educando para una realidad generalizada, para un imaginario que no percibía como propio; en ese marco, me costó apropiarme del todo mi existencia y la experiencia parecía reducirse a lo que ya estaba **establecido**; como si el camino ya estuviese definido por un imaginario: Ser mano de obra productiva.

Bien se nos indica en la ley general de educación que “la educación es un proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana de su dignidad, de sus

derechos y de sus deberes” (Ley 115/94, art. 1). Para mí, la educación sería la relación entre instrucción y conocimiento.

El aprendizaje no es algo exclusivo de las instituciones, sino que es un proceso que se da continuamente en la interacción con el entorno. Es decir, es la relación entre experiencia y saber; constantemente estamos aprendiendo porque habitamos un gran espacio lleno de la información que percibimos, interpretamos y transformamos.

Generalmente escuchamos que la educación es un derecho, pero en Colombia está concebida como un servicio educativo que tiene como fin puntos que se leen maravillosos, en pocas palabras: fomentar conocimientos, aptitudes y valores con los cuales las personas podamos desarrollarnos para la vida y a lo largo de ella. Quienes prestan este servicio son las instituciones sociales educativas del estado o privadas que establezcan las normas y reglamentaciones del gobierno nacional. Sabiendo esto, me pregunté al observar cómo operan algunas instituciones ¿realmente responden a esos ideales? Están enfocadas a la teoría que ponen en sus fines: que adquiramos comprensiones críticas, consciencia, saberes, que tengamos pleno desarrollo para crear un sentido de vida propio; o a lo que en realidad he vivenciado: adiestrarnos en función del sistema; esto anestesia la percepción.

El problema es que cuando la escuela simula la realidad desde un único marco, como el del modelo productivo capitalista, puede apartar la posibilidad de la experiencia transformadora; y dirigirnos a la productividad, consumo, eficiencia, competencia, obediencia, el cumplimiento de metas por encima de un sentido propio. Y sin darnos cuenta podríamos acostumbrarnos a privilegiar la

memorización y repetición de información sobre la apropiación y transformación, para que no se nos vaya el tiempo en otras cosas que no sean productivas.

¿Sumercé recuerda cuál es el ciclo de la vida? Me hicieron memorizarlo en la primaria: Nacer, crecer, reproducirse, envejecer y morir... Pero me pregunto de qué manera... Más allá de ser un ciclo: ¿qué contiene esa vida? ¿Qué conlleva a que muchas personas consideren no continuar ese ciclo? No basta con aprender de memoria algo y que se nos evalúe por ser competentes, si realmente no comprendemos qué estamos memorizando; y más importante ¿para qué? A veces parece que se tratara de sostener un estándar, una lógica de rendimiento, donde importa más un número que el propio aprendizaje ¿valgo más por una calificación perfecta? Si se ponen los resultados por encima de los procesos ¿dónde queda el espacio para la creación?

EL HILO ENREDADO

Cartarsis a la pedagogía:

¿Qué es la pedagogía? Creí que tenía claridades, pero entre más observo, mientras más trabajo en aquello, más dudas me genera... ¿de qué se trata la pedagogía y cómo se relaciona en la vida de las personas? He estado reflexionando acerca de aquellas prácticas docentes que me han rodeado a lo largo de mi vida... La expresión “muchísima teoría y poca práctica” toma todo el sentido cuando observo el panorama lamentable de algunos docentes que parece que hicieran las cosas de mala gana, como si hacer por simplemente cumplir sirviera para algo, o más bien sí: para hartar a las personas, para generar fastidio, resentimientos y hasta traumas... Por qué buscamos huir de las matemáticas, la geografía, astronomía y demás asignaturas de las ciencias “duras” (me incluyo porque se me trató de *estúpida* al no saber que 7×8 da 56, porque se me trató de ignorante al no aprenderme de memoria los países y capitales del mundo, me hicieron quedar en ridículo por no hacer correctamente una maqueta del sistema solar. Hago parte de la generación de: “la letra con sangre entra”. Para mí, la solución fue alejarme de algo que se convirtió en una tortura, y como tenía que seguir respondiendo académicamente, resulté haciendo el mínimo esfuerzo). Es un principio básico en el que el cerebro se disocia, reduciendo así el impacto de lo que considera hostil o lo está exponiendo al dolor: Se “desconecta”. Así, fácilmente es como las personas se alejan del aprendizaje, ya no les interesa sentirse agredidos, al cerebro no le interesa esforzarse en algo que no genera gusto. El entusiasmo por el aprendizaje se ha destruido. Durante años he escuchado la expresión “la escuela te prepara para la vida” ¿cómo es eso? Diciéndote que eres un irrespetuoso e irresponsable por llegar tarde a una clase de seis de la mañana y

que no puedes justificar que llegas tarde, porque serían simples excusas, “es lo que hay”, “madrugue más” y si no le gusta pues “ahí está la puerta”, “todos tenemos las mismas 24 horas” ... Claro, pero no las mismas condiciones personales, familiares, las eventualidades de la vida, no todos tenemos los mismos privilegios. Los sentimientos emocionales que permean el cuerpo no son escuchados, no importan. Se nos enseña a dejar las situaciones en las situaciones y continuar como si nada, “las cosas de la casa se dejan en la casa y las cosas del trabajo se dejan en el trabajo” ¿Por qué fragmentarnos? Cuando una situación afecta, ¿no lo afecta a uno completamente? Eso es más bien: no me incomodes con tus problemas, déjalos allá porque no me interesa, la vida sigue y te necesito produciendo. Sí, como preparando embutidos de un conocimiento que muchas veces no se ajusta a las necesidades de las personas. Pero “así es la vida”, “hay que producir” y si no eres productivo no le sirves al sistema. Entonces recuerdo unas palabras de un sujeto que nadie quiere: “trabajar, trabajar y trabajar” porque “a Colombia la está matando la pereza”. Ya veo para qué vida prepara... Una violenta, cansada, desmotivada vida; donde el producto es uno y no se valora lo que se aprende, ni las experiencias.

Cuando veo el escenario de algunos docentes, es desalentador. Algunos creen que por hablar con términos extraños se es más docente o que cuando le dicen “profe”, automáticamente se convierte en un buen “profe”.

En la universidad, ¿realmente están enseñando a enseñar? Se habla de gran cantidad de pedagogos que han dejado un mundo de teorías, pero ¿dónde se deja la práctica? ¿los maestros realmente han aprendido a ser maestros simplemente leyendo? En mi práctica profesional me vi enfrentada a la situación de enseñar a dibujar... Y en la universidad me enseñaron a dibujar círculos con volumen, a manejar la escala de grises para dar luz y sombra; pero, cómo diablos enseñé a alguien más a dibujar, y más importante, ¿para

qué les sirve a otras personas el aprender a dibujar? De eso se encarga la pedagogía; sin embargo, sigo sin saber qué responder, porque para mí esas técnicas son medios, herramientas que utilizamos para facilitar o hacer posible algo, en este caso para llegar a un aprendizaje y ojalá uno que sirva para la vida. De qué sirve que alguien represente gráficamente algo, cuando se siente tan ajeno a su propia realidad y al mundo..

Imaginemos el campo del conocimiento académico. Desde mi perspectiva puede llegar a ser muy “cuadrículado”, este campo cuadrículado además de ser estructurado es inmenso; ahora, si lo llevamos a un extremo dominante, donde sólo vale lo que ya se sabe, lo que ya está escrito, documentado, lo que se puede comprobar, contar y ver, se convierte en un campo puntiagudo, soberbio. Donde si no se entiende algo, se siente como si no pertenecieras allí o como si no te esforzaras lo suficiente para comprender ese algo o, en el peor de los casos, si propones algo simplemente estás especulando y tratando de “inventar el agua tibia” ... Como si ya todo estuviera creado y sólo tuviéramos que limitarnos a ser receptores y replicadores de información.

En la academia muchas veces nos sumergimos en términos y teorías difíciles de entender y es hasta angustiante ser un ignorante (*un fallo de conocimiento*).

Hay un libro que se llama La Lámpara Maravillosa y en una parte el autor, don Ospina (2012) dice que: “La creencia de que el conocimiento no es algo que se crea, sino que se recibe, hace que olvidemos interrogar el mundo a partir de lo que somos, y fundar nuestras expectativas en nuestras propias necesidades” (p. 27), y esto lo conecto con la idea de lo limitante que puede llegar a ser una doctrina. Si bien veo este campo como algo inmenso, de repente se hace pequeño al pensar que ya todo está dicho, impuesto y es inalterable porque no se es quién o no se es lo suficientemente “competente” para aportarle algo. Pero, por algo se empieza, ¿no?

Considero que no es que seamos faltos de conocimientos, es que nos falta considerar nuestra humanidad.

Porque entre tanta competencia, cansancio, ajeteo, se nos olvida que somos humanos entre humanos en un mundo hecho por humanos (y, *sin embargo, no para cualquier humano*).

Con “lo humano” me quiero referir al hecho de que somos personas con sensibilidad: emociones, sentires, percepciones que se construyen a través de un contexto social (*todo lo que nos rodea y todo a lo que estamos expuestos*) que nos permea (*nos atraviesa*), nos afecta y muchas veces nos define. En pocas palabras la sensibilidad expone nuestra humanidad. Pero no se termina ahí porque en toda esa experiencia de sensibilidad también se suman las decisiones y actitudes que tomamos a lo largo de la vida. Es decir, no sólo somos receptores pasivos, la sensibilidad no sólo es lo que nos pasa, no sólo es la vulnerabilidad; es también lo que hacemos, cómo nos afecta y cómo afrontamos la vida.

Problemáticamente nos encontramos sumergidos en un mundo donde el valor está dado por la capacidad de funcionamiento o producción de cada persona; un mundo donde lo más importante es mantener un estatus (*una posición o condición de las cosas en un determinado momento*), un mundo en el que abundan los prejuicios y las personas “normales” son quienes están en la “virtuosidad”, “idoneidad”, “facultad”, “posibilidad” de ser funcionales. Como lo mencioné hace poco, he llegado a considerar que el mundo está diseñado para humanos capaces de moverse y valerse por sí mismos, pero no para pensar por sí mismos y presuntamente sea porque eso no le conviene a un sistema capitalista con biopolíticas y fuerzas de poder que nos ven como máquinas de producción y consumo. (*Sumercé, entendamos la biopolítica, según don Foucault (2007), como las prácticas y discursos que se centran en la gestión y*

control de la vida en la población, a través de estrategias utilizadas por los gobiernos y las instituciones para regularizar aspectos biológicos y demográficos de la vida social).

Entonces ¿Qué pasa con alguien a quien se le ha reforzado continuamente la idea de estar vacío o que le hace falta algo? Pienso que esto puede ocasionar una desconexión de la realidad propia, ya que se genera una necesidad de rellenarse embutiéndose a manos llenas cosas que generen plenitud a un vacío imaginario y puede que, por más que consuma, nada compense dicho vacío.

EL HILO ENREDADO

Cartarsis para que sumercé reflexione:

El capitalismo se ha apoderado de la emocionalidad y la sensibilidad. Hoy en día las relaciones están siendo consumidas (incluso la relación con uno mismo) por esa urgencia de poseer y de mantener un control, que algo nos mantenga controlados o nos llene un vacío. El mercado se aprovecha de ello, hoy en día vemos gran cantidad de material para "ser exitosos ", mientras para alguien con depresión levantarse de la cama ya es un gran éxito. ¿Cómo se está midiendo el éxito en la actualidad, acumulando capital económico, cultural, manteniendo el estatus? ... ¿Sumercé considera que ha tenido éxito en la vida?

Personalmente pienso que abrir los ojos cada día lo es... ¿Para sumercé lo es?

A veces caemos en creencias que nos hacen cada vez más daño, porque medimos el éxito con objetos, cosas que nos eleven en estatus, que nos inflen el ego y sí no lo conseguimos nos vamos al lado antónimo de la palabra... ¿Fracaso? No pertenecemos a este mundo, no somos algo valioso. Y yo me pregunto por qué está mal visto el fracaso, el perder, la derrota, quedar de últimas, el no levantarse a las 5am a comenzar una jornada. Muchas veces he pensado que somos corredores en una carrera que no es una propia, perseguimos sueños ajenos, la casa, el carro, la carrera más rentable, ganar mucho dinero porque el dinero da felicidad. Pero considero que eso es falso... Da estatus y del estatus a la felicidad hay una gran distancia.

¿Cómo medimos el amor? Ramos de rosas y demás regalos, citas, viajes, objetos de lujo... Y el valor de una palabra, un abrazo,

el tiempo, ese tiempo que por esta época es tan limitado, ese que "vale oro" ¿está contemplado?

Ese ejercicio de poder donde permitimos que controlen nuestras percepciones, nuestra emocionalidad... "No debo llorar porque debo ser fuerte", no dejarnos afectar y vivir en un caparazón sólo ocasiona que nunca nos pase nada, ni siquiera la brisa del atardecer... ¿Cuándo fue la última vez que se permitió sentir esa brisa?

Cuando nos hablan de amor y preferimos responder que el que se enamora pierde... Como si perder estuviera mal, como si el amar estuviera todavía más mal... Nos refugiamos en ese blindaje que deja la vulnerabilidad como una debilidad, pero eso sólo se convierte en una protección donde pasan muchas cosas, pero ninguna nos pasa y si nada nos pasa, si nada nos acontece, no se crece.

Culturalmente hemos interiorizado ciertas creencias, ciertos códigos, ciertas conductas que han sido creadas y moldeadas a lo largo de la historia. Cómo no nos vamos a sentir ajenos al mundo si estamos inmersos en una actualidad donde nuestra vulnerabilidad es tachada de debilidad, donde tenemos que encajar, donde mediáticamente nos llenan de complejos internos y de identidad, donde nuestro sistema de recompensa cerebral está siendo estimulado por la cantidad de *likes* en redes sociales o el constante consumo de contenido audiovisual muchas veces sin sentido, donde vemos que el éxito se mide en cantidad de dinero, donde las metas estándares son los viajes, carros de lujo, casas minimalistas que demuestran que se están perdiendo hasta los colores. Es preocupante que nos hagan ver el gran valor de la vida a través de ideales ajenos, convirtiendo la vida en un producto y alejándonos de nuestra propia realidad.

Hemos vivido clasificándonos en estructuras para encajar o pertenecer a algo; y, en consecuencia, quien no se ajuste a ciertos parámetros podría estarse exponiendo a la humillación y ahora con más alcance en esta era de las redes sociales. Somos más vulnerables a la exposición y con ella la vergüenza, la culpa, el miedo a equivocarnos, a sentir, a no encajar. Yo conjeturo que esa fuerza de poder ha venido evolucionando con el avance tecnológico para someternos, mantenernos sumisos, callados, reducidos, con miedos, en nuestra propia sombra. Toda esa fijación de la sociedad por una perfección, por cumplir con ideales y estándares, nos lleva nuevamente a esa sensación de que debemos llenar vacíos imaginarios, a creer que la adquisición nos genera confort, porque “si tenemos más, es mucho mejor todo”. Y entre tanto ¿Sabe

sumercé qué pasa cuando una persona no encaja en el debido funcionamiento de un sistema social? Ahí si como dijo don Planella en Pedagogía Sensible:

¿Qué hacer con un cuerpo, con unos cuerpos que molestan y preocupan? Oprimir, apretar fuerte, desgarrar, estrujar la piel, descorporeizar —es decir, intentar que en la medida de lo posible dejen de ser cuerpos—. Ejercer algún tipo de acción que se sitúe en el orden de la contención (atarlos, encerrarlos, aislarlos, castigarlos, negarlos, ningunearlos, marcarlos, estigmatizarlos, etc.). (Planella, 2017, p. 55)

Esto refuerza la idea en mi mente sobre lo mucho que nos afectan esas fuerzas de poder a las que estamos expuestos por el simple hecho de pensar, hacer o sentir diferente a lo que es “normal”, lo que está culturalmente bien visto o aquello que debería ser funcional.

Entonces ¿Qué se podría hacer con una persona que constantemente piensa en no seguir viviendo? Yo personalmente no quiero ser parte del problema que minimiza, niega, ningunea o estigmatiza; porque conozco en carne propia el dolor y sufrimiento que conlleva a este tipo de ideaciones, porque me cansé de que lo normal sea esconder las heridas y continuar por la vida como si nada (*pero por dentro como si todo*), porque quiero hacer algo al respecto y no se me hace justo que el dolor del alma tenga que ser medicado, dormido o aislado para que no incomode. ¿Alguna vez le han dicho que no llore porque eso no resuelve nada? “no hay que llorar sobre la leche derramada”, nos minimizamos con esa idea, cuando realmente no lloramos para solucionar algo, sino porque **sentimos** algo que nos afectó o nos conmovió, y eso es lo más **humano**.

También por esto resolví escribir de la manera más amena, amable, digerible, “aprendible” y todos los términos posibles que se le puedan venir a la cabeza

para las palabras: *Pedagogía Sensible*. Porque desde mi experiencia esas heridas sangrantes necesitan el amor, el cuidado, el acompañamiento y la fortaleza colectiva.

Como ya lo hemos hablado, la pedagogía nos ayuda a encontrarle un sentido a los procesos educativos y se me dificultó un poco relacionar lo educativo y la vida cotidiana, precisamente porque he encontrado una ruptura entre estos dos ámbitos, **nos pintan una educación para la vida, pero en realidad es una para la producción**, una vida productiva... ¿Qué hay de una vida equilibrada? Para mí, la educación y el estar inmerso en el ejercicio docente, debe implicar una pedagogía sensible y relacional (*ya que es en el encuentro con las demás personas que nos vinculamos en un espacio de sensibilidad*); donde paso a paso cada persona va tejiendo una red que entrelaza experiencias, conocimientos, saberes, que nos unan y se creen nuevas formas de comprender la vida. Porque somos un tejido, donde todos participamos, nos encontramos, nos relacionamos y le damos un sentido a nuestra existencia. La transformación puede darse en la unión, en la construcción de significados; enlazándonos para crear, para comunicar, para nutrirnos.

Poner en relación la sensibilidad con la pedagogía

(Sumercé, vayamos apropiando entonces la Pedagogía Sensible)

Concentrémonos ahora en la unión de algunos conceptos...

Personalmente veo la práctica en artes como medio de transformación de experiencias ya que un docente influye en los procesos de formación de quienes acompaña y puede fomentar el desarrollo del pensamiento reflexivo, sensible y crítico en todos los aspectos de la vida.

Permítame llevarnos a abordar la pedagogía a partir del cuerpo y adicionalmente abramos un camino para comprender que cada persona está expuesta a que le sucedan cosas; esto nos amplía el panorama para entender que nuestra existencia va más allá del cuerpo físico. Y aclarando, me quiero referir a lo corporal no solo como un aspecto anatómico, fisiológico o cárnico, el cuerpo no es sólo un “contenedor”. Afortunadamente se han desarrollado ya bastantes discusiones e investigaciones frente a la idea que se tiene acerca del cuerpo. Lo humano no sólo se limita a lo físico: tener un cuerpo; también entra lo que el cuerpo nos permite: sentir, percibir y sumado a ello vincularnos simbólicamente a partir de nuestras experiencias. Como bien nos describe don Planella (2017): “El cuerpo es el trazo de nuestras relaciones, de nuestros gritos, de nuestros goces, de nuestros golpes, de nuestros vicios, de nuestros suplicios, de nuestros placeres; es el trazo de nuestras vidas, sin más” (p. 59).

Ya sabemos que la vida no es sólo ese agente externo de lo que nos pase, también se une lo que nos hace sentir esto que nos pasa, lo que pensamos, lo que percibimos, cómo lo percibimos y cómo actuamos frente a ello.

Por lo tanto, es necesario que nuestra humanidad sea aceptada no sólo en nuestra vida cotidiana, también es importante ubicarla en la institucionalidad.

Detenerse no debería ser un privilegio, hay que re-parar-se

Con el capitalismo, hemos estado sometidos a una estructura que por años nos ha moldeado a cumplir los intereses de unos pocos; que no responde a un carácter humano, por el contrario, la deshumanización, el consumo de cuerpos, de conciencias, de incluso el espíritu, se ha convertido en el diario vivir en nuestra sociedad contemporánea. Para desprendernos un poco de este bombardeo deshumanizante es muy necesario e importante comprender nuestra

sensibilidad. Todos tenemos un cuerpo que se cansa y toma su tiempo para adaptarse, para conocerse, para despertar; la supresión, minimización, el hipercontrol sólo nos aleja y nos devuelve a un ejercicio educativo donde el poder del docente está basado en el miedo y no en el respeto por los demás, a quienes acompañamos.

Es ahí, desde el respeto y la aceptación de nuestra vulnerabilidad, que debemos empezar a considerar a la pedagogía sensible.

Eso causa una inquietud por encontrar una estrategia que no esté encaminada al sobre explotarnos y adicional a eso, una que lleve a la pedagogía artística visual a poner en práctica la estesis (*hablo de ella más adelante*).

Don Planella (2017) nos habla de la pedagogía sensible a partir de lo corporal, con todo lo que lo corporal contiene. Menciona que abordarla es pensarnos un proceso de acompañamiento que rompa las barreras de poder sobre el yo, que nos han impuesto a lo largo de la historia en la educación y llegar a entender que no podemos minimizar la cuestión corporal en cualquier práctica social, ya que en este espacio se crea un entramado de relaciones físicas y simbólicas vinculadas entre sí. Es necesario para el acercamiento con las demás personas entender lo corporal porque de allí surgen determinadas cuestiones sociales, antropológicas, psicológicas, educativas, etc., para ofrecer un proyecto de acompañamiento (Planella, 2017).

Sumercé se preguntará a qué viene todo esto... eso qué conecta, qué une, qué significa.

¿Pedagogía sensible en artes?

Estética y arte

A partir de estas concepciones es que se me hace pertinente **vincular** la pedagogía sensible, aquella que considera el cuerpo, a la persona y sus experiencias a la **pedagogía artística**, ya que por medio del arte nos podemos permitir darle un lugar al cuerpo al encontrar allí medios para expresar ideas, emociones, tomar un respiro, conectar la mente y el cuerpo; pero es a través de la sensibilidad (*aspecto que va más allá del arte*), que podemos resonar con la vida. Esta noción vendría siendo para mí “la pedagogía sensible en la sensibilidad”. Aunque suene redundante, tal vez patético, en este momento no puedo obviar uno u otro concepto; por el contrario, es importante mencionar, dar una palabra para explicar la existencia de una idea o una noción y hasta un sentir. Quisiera explicarle y advertir que aquí me veré envuelta en una repetición de la palabra sensible y sensibilidad, que vale la pena permitir, ya que estos componentes son claves en este punto.

Doña Flasspöhler (2003) es una filósofa alemana que nos acerca a entender sobre lo sensible y la sensibilidad; lo primero define a la persona (*ser sensible*) que es susceptible, receptiva, que se conmueve y empatiza con otros seres; lo segundo es la capacidad de perceptibilidad corporal, psíquica, ética y estética. Como ya hemos hablado de la pedagogía sensible como las acciones de enseñanza-aprendizaje a partir del cuerpo y con el cuerpo; podemos decir que desligar lo físico y simbólico del cuerpo sería una práctica deshumanizante. Ahora, es importante entender y ahondar en el componente de la sensibilidad que a través del arte se puede potenciar.

Sé que he mencionado un par de conceptos anteriormente: La estética y estesis, y es necesario hablar de esto para ligar y fortalecer la noción que estamos creando de pedagogía Sensible.

Doña Mandoki (2006) nos habla concretamente de los estudios estéticos y quiero traerla aquí ya que se me hace demasiado importante para comprender del todo a lo que quiero llegar. En Estética Cotidiana ella nos habla de la estética como el estudio de la condición de la estesis, siendo esto último la sensibilidad o condición de abertura, permeabilidad o porosidad del sujeto al contexto en que está inmerso. Comprender esto es demasiado importante, ya que nos acerca a entender la diferencia entre lo sensible y el arte.

Generalmente cuando hablamos del arte o algo que es estético nos adentramos al mundo de la institución artística, de lo bello, el producto artístico u obra, tal vez la Historia del arte a lo largo del tiempo, la idea del arte como un ejercicio de creación con una serie de reglas o técnicas prodigiosas necesarias para lograr producir una obra maravillosa digna de ser contemplada en un gran muro, vitrina o lugar importante: Las bellas artes, que se han apoderado de la sensibilidad y la han limitado. Como ya lo hemos mencionado, la sensibilidad es una capacidad humana, la estesis es una condición de todo ser vivo que consiste en estar abierto al mundo, no es exclusiva del mundo del arte y se presenta también en lo cotidiano, lo común, lo ordinario. Ahora bien, el artefacto es el producto de la exploración sensible y es en el mundo del arte donde se categoriza este objeto según la realidad y el contexto en el que estamos inmersos. Le hemos atribuido al arte capacidades o habilidades, “habilidad de crear”, “habilidad de expresar”, “habilidad de comunicar”, “habilidad de sanar” ... Cuando la habilidad es perteneciente a las personas. Estas potencialidades humanas atribuidas al arte

o al objeto encasillan al “artista” como ese ser prodigioso, iluminado e inalcanzable y al espectador como receptor pasivo de un objeto que tal vez ni lo mueve, ni lo conmueve y se limita toda la potencialidad de la experiencia. Como nos dijo doña Mandoki: El arte no es expresión de emociones; es el espectador quien percibe e interpreta una expresión de emociones y genera otras a partir de su experiencia con tal objeto (Mandoki, 2006, p.21). Es la persona quien se expresa por medio del arte.

Esto responde a una de mis preguntas: ¿el arte cura? No, este es sólo un medio para dicha cura. Es a través de las herramientas artísticas que como seres sensibles encontramos la manera para tramitar nuestro sentir y así mismo transformar la herida (simbólicamente hablando).

El arte como campo de conocimiento:

Experiencia y realidad.

Me leí un artículo llamado Pensamiento Visual y Pedagogía, de don Javier Gil, donde nos expresa algo muy importante: “una afección se da en cualquier momento y lugar: Un suceso, un detalle, un instante, algo inesperado y que escapa a nuestro control pueden provocar la sensibilidad”, es decir que “Al artista se le ocurren cosas porque le ocurren cosas” (Gil, 2016, p. 136).

Algo que nos sacude y nos afecta le da fuerza al pensamiento, lo que puede desembocar en procesos de creación que no necesariamente surgen de una pregunta o razonamiento lógico; las experiencias que ya sabemos que están ligadas al saber y la realidad, generan conocimientos desde la percepción.

Pero con todo y con esto ¿qué sentido tiene tomarme el tiempo y esfuerzo en desarrollar estas nociones? Para mí, es desde el hacer colectivo que generamos

aprendizajes y construimos sociedad, por ello es importante abordar a la pedagogía como acompañamiento desde la compasión, el cuidado propio y del otro, para abrir paso a repensarnos la educación con una mirada más sensible a partir de las experiencias que afectan la realidad propia. Y al cuerpo con toda su sensibilidad abierta al mundo que nos permite captar información a partir de lo que sentimos, lo que nos acontece y nos afecta, incluso eso que apenas es una corazonada, para asociarlo y convertirlo en una idea o concepto susceptible a la creación.

Entonces, me refiero a la Pedagogía Sensible como la unión entre la perceptibilidad del cuerpo y el acompañamiento, que sería el vínculo simbólico; con el carácter de estesis y resonancia para potenciar el ser sensible y fortalecer la capacidad creadora.

Es potenciando lo sensible y enseñando en sensibilidad.

Y no es que sea un momento de “relajo”, es un espacio donde se le debe dar prioridad a la experiencia, al reconocimiento del ser propio, del otro y de lo otro, de acuerdo la lectura del contexto en el que nos desenvolvemos.

Tal vez sumercé se pregunte:

¿por qué hablo de pedagogía sensible y no de pedagogía artística visual?

Una problemática que he vivenciado dentro del campo de la educación artística visual a partir de mi paso por algunas instituciones educativas es la desconexión entre los discursos pedagógicos que promueven la estética (*recordemos lo que doña Mandoki nos ayudó a entender*) y las condiciones reales en las que ocurre

la práctica educativa. Si bien hay una lucha intelectual por cambiar los modos tradicionales (como privilegiar la perfección de una técnica, el resultado o producto final, y lo que es peor: el hacer por hacer, sólo por cumplir), en la práctica se evidencia la dificultad que hay en desligar la educación artística al fenómeno de lo bello, pues en el escenario artístico e incluso en las escuelas donde me he ubicado lo que se ha promovido es el desarrollo de talentos, que no está del todo mal, pero siento que esto alimenta el imaginario de producción de obras para la contemplación y que se ajusten al mercado. Siento que hay como un desfase temporal, entre lo que se propone en la teoría y lo que sucede en la práctica; a pesar de que se habla de lo sensible, lo comunitario o lo situado, muchas veces la estructura escolar sigue replicando modelos rígidos, centrados en la técnica o en un ideal normativo del arte, distanciado de la vida; pocas veces se resuelve cómo involucrar la experiencia en el aula.

Bien nos lo menciona don Imanol Agirre (2005), un pedagogo reconocido, en su libro de Teorías y prácticas en educación artística: Ideas para una revisión pragmatista de la experiencia estética:

La denominación “educación artística” puesta en cuestión por el postmodernismo, no sale reforzada si se observa desde una posición pragmatista, ya que el énfasis de esta orientación en la inmediatez de la experiencia y la proximidad de la experiencia artística con la experiencia vital empujan más a referirnos a ella como educación estética que como educación artística. Aproximaciones al arte y la experiencia estética, que inciden precisamente en esta disolución de lo artístico en lo estético -a la que nos adherimos-. Todo ello tiene, sin embargo, serias repercusiones

en la consideración del arte y, desde luego, en la ubicación disciplinar de la educación artística. (p.337)

Y aquí quisiera hacer un paréntesis y es que, doña Mandoki nos habla también acerca de los mitos de la estética y pude notar que don Agirre cae en uno. Permítame desarrollar; Mandoki (2006) nos menciona que toda experiencia es estética, y que por lo tanto la expresión “experiencia estética” es una redundancia. Esto debido a que lo estético es una dimensión propia de la experiencia misma porque, como ya sabemos, estamos constantemente involucrados con el mundo a través del cuerpo, los sentidos, los afectos y los significados. Quiere decir que lo estético no se limita a las artes instrumentalizadas, la sensibilidad abarca mucho más. (dice que no toda experiencia es artística) y por eso hablar de “experiencia estética” es redundante y yo quisiera comentar que, por lo tanto, también se estaría instrumentalizando la sensibilidad. Entonces, **se habla de lo sensible, pero todo queda condicionado a un producto final.**

La educación artística no depende únicamente de las acciones en la institución, con la creciente integración de medios y nuevas tecnologías en la actualidad se están creando nuevas formas de interactividad, de percepción e incluso de lenguajes; y por ello es tan necesario encontrar formas conscientes, reflexivas y críticas de relacionarse con el mundo, hay que abrirnos a prácticas que posibiliten una responsable conexión de las personas con el mundo y su realidad. Porque, sumercé, cómo vamos a encasillar todo un proceso de transformación en un producto que terminará en la contemplación ¿Y después de eso qué? Yo no sentiría que fuese lo correcto. Por eso me he tomado el tiempo para encontrar

una estrategia que dé cuenta del proceso para que la atención se ubique en el tiempo, en dicho proceso, en las personas, en la conexión, la relación con la vida; no en un producto.

Un acompañamiento por parte de la pedagogía artística visual en la institución aún debe encontrar el equilibrio entre la teoría y la práctica, orientando el accionar a desafiar las estructuras para transformarlas y humanizarlas; ofreciendo un lugar para ser, para expresar en interacción segura consigo mismo, con los otros y lo otro, rompiendo con el espacio de las aulas, potenciando el ser y nutriendo la sensibilidad, que no es exclusiva de la artística y sus técnicas. No quisiera que me malinterprete, no digo esto para rechazar la pedagogía artística visual, sino para dialogarla, **entenderla desde otra mirada**, profundizarla y si es posible transformarla.

La pedagogía sensible, establece una relación con el mundo fuera de la institución y se desarrolla desde la mirada reflexiva, esto nos permite tener consciencia sobre los procesos de creación que corresponden a la vida y no al sistema. A partir de esta visión consciente podemos apuntar hacia la reivindicación de la educación artística en la institución, aceptando e integrando nuestra humanidad, vulnerabilidad o sensibilidad; no para crear objetos merecedores de contemplación y artistas merecedores de idolatría, sino para involucrarnos, abrirnos y conectarnos al mundo en atención y presencia plena, dándonos un lugar diferente a lo establecido, considerando poner a la potencia creadora y transformadora de la sensibilidad por encima de los afanes productivistas y consumistas.

¡Que la escuela nos prepare por y para la vida!

Tejiendo acerca de la Pedagogía Sensible

PUNTO ESCONDIDO O INVISIBLE

(También se le llama zurcido invisible o costura mágica, se usa para unir o cerrar costuras de una manera interna)

Ahora bien, ya planteamos el concepto de la pedagogía sensible como un propulsor clave para el proyecto. Tal vez sumercé se pregunte de qué sirve entender todo esto...

Podemos ubicar a la pedagogía sensible en una mirada que no separa la razón del cuerpo, ni la enseñanza de la experiencia sensible. Se trata de una pedagogía que abre camino a la escucha, el con-tacto y que habita los vínculos más allá de los contenidos de conocimiento; como nos lo señala don Planella (2017) al proponer una educación que reconozca la integralidad de los cuerpos y sus contextos, envolviéndolos en el proceso. Al tener esto presente, el arte se integra para transformarse a través de nuestra sensibilidad, sin limitarla; se convertiría entonces en medio para explorar, aprender, acompañar, cuidar, transitar, gestar nuevas experiencias, y fin para la construcción de vínculos, potenciar el sentir y fortalecernos en colectivo.

Un espacio que permite visibilizar lo invisible, dar voz, dar lugar, articular lo fragmentado y convertir la experiencia en una forma de conocimiento que no se impone desde un saber experto, sino que se genera de la vivencia, la reflexión, del deseo de compartir, conectar con el mundo y con las demás personas. Siendo así, en nuestra práctica no nos limitaríamos a enseñar técnicas o conceptos, sino que pondríamos en el centro de todo el cuidado, la experiencia sensible y la posibilidad de construir sentido a partir de ella.

En ese orden de ideas, el cuidado no se entiende como algo que se da individualmente, sino como una construcción colectiva, donde cada palabra escrita o dicha, cada gesto de acompañamiento y cada hilo entrelazado o bordado, participa en la restauración de los lazos, en la creación de una red y en memoria compartida.

El Cuidado Colectivo

Con todo esto me surgió la pregunta ¿cómo me vinculo con las demás personas? ¿cómo le damos un lugar a la vida común, sin imponernos o sacrificarnos a nosotros mismos? Este cuidado colectivo es una forma de estar juntas y juntos desde la vulnerabilidad, la palabra, el cuerpo y la escucha, esto se convierte en un intercambio que transforma tanto a la persona que acompaña, como a quien es acompañado.

Los humanos somos seres sociales y es a través de la interacción con el otro donde compartimos ideas y experiencias. Es decir que la pedagogía se construye con el otro, de manera horizontal. Hay un pedagogo muy famoso por sus aportes a la pedagogía que se llama Freire, él en Pedagogía del Oprimido, pone en tensión esta relación dialógica con el otro y promueve la construcción conjunta del conocimiento. Este acto de diálogo y colaboración entre las personas es una relación activa donde se comparte horizontalmente enseñanzas y aprendizajes en un espacio en el que la reflexión y el empoderamiento se promueve constantemente. Don Freire (1968) nos habla de la pedagogía del opresor como forma de violencia simbólica, ya que niega la voz de las personas

y las ve como receptoras pasivas de información; como ya lo habíamos visto, esto sólo promueve las relaciones de poder.

Es importante mencionar lo anterior porque la noción que se desarrolla aquí se construye a partir de dinámicas liberadoras de las fuerzas de poder y muchos constructos sociales que se nos han instaurado a través de la cultura moderna, que son ejercidas sobre el cuerpo y la consciencia. También es valioso hablar del acompañamiento que puede hacer un docente, a través de la experiencia sensible, ese acercamiento desde lo humano y lo ético.

Lo anterior me da pie para compartirle a sumercé mi lugar de enunciación y así abrimos a la práctica de todo lo que hemos aprendido. En este contexto yo soy una persona que acompaña, que escucha, que comparte ciertos conocimientos y a su vez, recibe enseñanzas de las personas a quienes se dirige. Como ya lo vimos, la enseñanza-aprendizaje no es unidireccional (*que va en un solo sentido*) y se desarrolla constantemente desde que nacemos, hasta nuestro último día.

Al principio, en mí reflexión del por qué estoy interesada en trabajar este tema, lo primero que pensé fue: *“¿A quién le interesa un docente cuando estoy a punto de morir? es lo último que puede pasar por mi mente en una circunstancia adversa como esta, me va a enseñar a morir”*. Después de todo el camino recorrido y de entender que el ser humano está en un constante aprendizaje, me pude percatar de que a mí me interesa llegar a ese punto de introspección de la propia existencia y acompañar para lograr una liberación.

Comprender y desarrollar la pedagogía en este contexto no es tan fácil ¿qué y cómo se enseña? ¿cómo se aprende? ¿cómo es posible crear ambientes sensibles para la catarsis de las personas a quienes se acompañe? ¿qué es lo que uno, como persona aparte, puede aportar? ¿y hasta qué punto puedo llegar?

Fíjese que en un texto llamado Tecnologías del yo, de don Foucault; se habla de la existencia de

Prácticas que permiten a los individuos efectuar, por cuenta propia o con la ayuda de otros, cierto número de operaciones sobre su cuerpo y su alma, pensamientos, conducta, o cualquier forma de ser, obteniendo así una transformación de sí mismos con el fin de alcanzar cierto estado de felicidad, pureza, sabiduría o inmortalidad. (Foucault, 2008, p.48)

Y analizando esto: las prácticas y el otro, pongo a la pedagogía sensible en marcha, la pienso y la ubico incluso más allá de una institución.

Ahora, **¿cómo un docente acompañante puede ayudar?** Fue otra pregunta que me surgió, qué es lo que aporta un docente que alguien con estudios en psicología no... Aunque las comparaciones son odiosas...

Primero hablemos de eficacia simbólica. Para eso le traigo a sumercé a don Strauss (1987), él nos da a entender entre rituales chamanísticos, que hay una cura para lo que nos afecta que “consiste en volver pensable una situación dada en términos afectivos, y hacer aceptables para el espíritu los dolores que el cuerpo se rehúsa a tolerar” (p. 211), esto es fundamental para responder aquellas preguntas pues, en pocas palabras, la manera en que interactuamos y llegamos a las personas tiene cierta eficacia en mover las estructuras conscientes o inconscientes que afectan y conmueven para que la persona pueda generar una catarsis de su dolor o aquellas heridas que se desean gestionar. El caos que llevan consigo las personas con ideaciones suicidas lo podemos acompañar, y crear dinámicas de tal manera que se pueda confortar lo que afecta en determinada situación, es decir que como acompañantes podríamos impulsar el abordar ese caos para ubicarlo en una realidad y así poder

reorganizarlo, darle un sentido a lo que sucede. A mí me gusta llamarlo fácilmente dar “el orden del caos”, sumercé; pero en psicoanálisis se llama: Abreacción, donde “el propósito es llevar a la consciencia conflictos y resistencias inconscientes para disolverlos mediante una experiencia específica que dé orden y lleve a un desenlace” (Strauss, 1987, p. 211). Y es aquí, valiéndonos de las experiencias donde nos vamos a enfocar a la acción. Es decir, es a través de la reflexión de las experiencias que le vamos creando o encontrando un sentido a la vida.

Y soy consciente de que una licenciada en artes visuales no es una psicóloga; pero también soy consciente de que no se necesita un título para ser red de apoyo, ni pasar por rigurosos estudios para acompañar, ofrecer un abrazo o un hombro para llorar.

¿De lo contrario, dónde estaría lo humano que tanto hemos defendido?

Considero que la vida no debe ubicarse en una batalla de “ese no es mi trabajo”, si no: “es parte de nuestra responsabilidad social”. O sea, si podemos hacer algo por los demás, hay un sentido de responsabilidad que nos debe mover a hacerlo.

A mí me gusta llamar a ese sentido de responsabilidad: Amor.

Aunque hoy en día se habla mucho de la empatía, pero considero que debemos pensarnos bien este término, pues la empatía tiene límites y en función de un mundo lleno de visiones diversas no contiene una moral clara (*una distinción entre lo “correcto” o “incorrecto”*).

Doña Flasspöhler (2003) nos habla de la empatía como la capacidad de comprender el sentir del otro. Y quisiera traerle a sumercé ciertos aspectos que ella menciona a lo largo de su libro sobre algunos momentos claves que llevan a la empatía a un límite:

Cuando el sufrimiento ajeno causa placer, y a mí me gustaría añadir cuando ese sufrimiento es indiferente (*se ha vuelto algo normal*). Es decir, se comprende el sentir de la otra persona, pero se disfruta con el dolor ajeno o, en cuanto a la indiferencia, hay una total anestesia hacia este dolor.

Cuando el sufrimiento mantiene a las personas en un papel de víctima, esto nos conduce a adoptar una actitud maternal o paternal para con los demás, lo que lleva a querer evitarle experiencias con la excusa de proteger.

Cuando puede haber pérdida de la perspectiva propia, esto significa que uno mismo se ha reducido tanto a las opiniones o emociones de los demás, que se prohíbe una postura propia y se es incapaz de construir una.

Y otro límite es que nadie puede entender del todo cómo es ser otro; esto tiene que ver con el carácter subjetivo de la experiencia, ¿sumercé recuerda que dijimos que cada persona vive su experiencia única enmarcada en una realidad, tiempo y espacio? Bueno, por mucho que nos esforcemos no podremos ver el mundo con los ojos de la otra persona, no somos el otro, así que debemos tener cuidado o podemos caer fácilmente en la trivialización del dolor de la otra persona. Solo podemos acercarnos desde nuestra propia orilla, reconociendo al otro, y en ese intento de comprender sin invadir, de escuchar sin borrar, se abre la posibilidad de un encuentro. Doña Flasspöhler lo considera como visión aloécéntrica, el hecho de hacer propia la perspectiva del otro, sin dejar de lado el yo y desde lo mejor para la persona y su bienestar. Y también es lo que Bajtín (2000) nombra endopatía, cuando por ejemplo acompañamos a una persona que pasa por un momento de dolor o ideación suicida, que podemos sentir con esa persona. Pero también necesitamos mantener un espacio desde donde responder con cuidado, sin dejar de ser nosotros mismos, lo que llamó exotopía.

Con estas reflexiones se hace evidente que sí se necesita saber de límites en la interacción cotidiana teniendo en cuenta el autocuidado y el cuidado para con las y los demás. ¿Cuál sería entonces la manera más afectiva y entre tanto efectiva de acercarnos a alguien? Enmarcados en un periodo donde el distanciamiento destaca y la individualización se ha inculcado tanto, es difícil no ver a la cercanía como una amenaza. Entre tanta frialdad, encierro, dolor, nos parece imposible que el amor tenga que ver con nosotros; pero tiene que ver, incluso de una manera sorprendente. Me gustaría aclarar que habitar el amor va mucho más allá de un vínculo romántico, sexual o pasional; vale la pena deserotizar esa idea que culturalmente nos han instaurado, para entender lo relacional y el vínculo desde el gozo y la conexión. Y debo confesarle a sumercé que para mí ha sido demasiado complejo desaprender y reestructurar una visión acerca de esto, ya que crecí con una idea del amor desde la carencia, tenía esa percepción de estar vacía y necesidad de buscar desesperadamente en el exterior algo que ya habita en mí.

A lo largo de la historia se ha moldeado por la cultura una idea romántica de él, ese amor que es sufrido, incondicional, indestructible o que se usa como excusa para esclavizar a la mujer en el hogar. Necesitamos entender que el amor no le pertenece a una sola persona, no es sólo para quien miramos al despertar en la misma cama, no se mide en la cantidad de suspiros, latidos del corazón o mariposas que sentimos en la panza. Está en los gestos, lo que ofrecemos porque nos surge el cuidado, compasión y consideración para ello; habita en la vida, en los vínculos, incluso puede viajar por el tiempo y el espacio a través de las memorias o anhelos, huellas que nos marcan la existencia.

En un libro que me leí llamado Todo Sobre el Amor de doña Bell Hooks (1999), una importante escritora, se nos habla del amor como la voluntad del Yo para el crecimiento de uno mismo y de las demás personas. Esa voluntad propia para procurar el crecimiento propio, de los otros y de lo otro. Además, nos menciona algo muy importante, y es que “el amor implica: Intención, como propósito o compromiso de hacer algo. Acción, como el hacer para materializar la intención. Y elección, como lo que se escoge o se prefiere para un fin determinado” (Hooks, 1999, p.23).

Todos vemos el mundo de formas muy distintas y hay tanta diferencia que parece imposible entendernos entre nosotros, pero el lenguaje que se presenta a través del amor hace posible el contacto, el cuidado, la intención, acción y elección en una relación sensible consigo mismos, los demás y con el mundo.

Ya sabemos que cada persona es un ser sensible y con sensibilidad; pero ahora hablemos de la conexión con el mundo, con los otros y con lo otro, la naturaleza, la diversidad, todo aquello que nos rodea. De esto nos habla Hartmut Rosa (2019), un filósofo que nos explica acerca de la conexión entre una persona y el mundo. Nos dice que, a través de la afección y la emoción, el interés íntimo y la expectativa, nos conmovemos y a la vez nos transformamos mutuamente... Toda una experiencia de Resonancia... Y como toda experiencia que es incierta, “la resonancia es un proceso de apertura mental y corporal hacia el mundo, en la acción de dejarse conmover, volverse vulnerable y abrirse a un nuevo horizonte, incluso sin saber cuál será el resultado” (Rosa. 2019, p.227).

Esto me recuerda uno de tantos procesos que tuve... Tal vez sumercé en algún momento ha escuchado la frase “El amor está en el aire” (Love is in the air), personalmente no entendía esa frase y renegaba del amor, hasta que un día

respiré y me di cuenta de que **vivir es un acto de amor**; y esto para nada se dio de un momento a otro, ocurrió con un largo historial de experiencias que me conmovieron significativamente, me conectaron con mi propia existencia y transformaron mi forma de ver el mundo.

¡Respiración automática desactivada!

¿De repente sintió que debía respirar “por su cuenta”? Ese amor que nos mantiene respirando, es el mismo que nos hace conscientes de la importancia del estar presentes y de conectar. Entrar en contacto con alguien o con algo es fundamental para nosotros porque buscamos hacer parte de algo, pertenecer; este contacto es el espacio perfecto para abrirnos a nuevas formas de ver y nutrirnos en colectivo. Es en el encuentro entre lo que somos, lo que nos moviliza, la relación con el otro y lo otro, que se establece un vínculo con el mundo y la realidad propia, **creando un sentido**, aquello que nos permite continuar respirando, sintiendo, viviendo.

Pero entonces ¿Qué es el sentido? ¿El amor da sentido a la vida?

El sentido, La muerte, El trascender (Dándole sentido al trascender y lo que se hace con ello).

EL HILO ENREDADO

Cartarsis a la muerte, el sentido de la vida:

Querida muerte... a veces no tan querida... a veces muy deseada... Eres el fin, o para las mentes optimistas y discursos motivacionales, eres el principio de todo porque del caos, lo desconocido, surge la vida y el pensamiento... No sé cómo deberíamos relacionarnos contigo, aunque hablando de la vida, ya eres inherente a ella, eres esa dualidad que aqueja a cada persona. Siempre te había visto lejana, nunca me detuve a pensar que yo también tengo varias muertes en mi camino. Una muerte que me acompaña como la vida que pasa cada vez que respiro. Tuve y tendré muchas muertes en ese camino, nunca lo había considerado; eres el final de los ciclos, te llevaste lo que he sido, memorias dolorosas que recuerdo con gran nostalgia, te has llevado miedos, te has llevado sueños que he tenido, algunos de ellos que murieron para darle paso a otros tantos sueños "con más cordura" ... Pero también te has llevado a seres queridos, muy queridos... Y junto con ellos, la esperanza de que mágicamente y por milagro mejorarían... Me concediste el deseo de que dejaran de padecer, pero trajiste con eso un padecimiento para mi alma, esas ausencias duelen. En un principio no entendía a dónde te los llevaste, ni por qué, te odié (y a veces te odio) por ello. No encontraba un por qué ¿por qué eres el fin? ¿por qué dueles tanto?... Después de todo un proceso solitario, he llegado a preguntarme por el sentido de la vida (aunque me he dado cuenta de que ha sido algo que me ha permeado por muchos años, incluso mucho antes de alejar la cuchilla de mis venas, acurrucada en el baño de mi casa a los ocho años). Vaya inquietud existencialista... ¿Cuál es el sentido de la vida? Pero para comenzar ¿Qué es el sentido?

Sentido, dirección, camino...

...Sentido, sentir, sentimiento...

...Sentido, motivación...

¿Qué nos mueve diariamente a seguir respirando? Personas, cosas, sueños, ¿tú, querida o no tan querida muerte?

En mi niñez vivía porque me enseñaron a eso, a que debo seguir, que si me caigo tengo que levantarme y ni modo, me aguanto el dolor; estuve en modo automático por mucho tiempo, con un cuerpo como una maquina automatizada que afortunadamente ha cumplido bien sus funciones vitales... Una maquina que ha sido permeada por múltiples situaciones sociales, por diferentes personas, por cantidad de sentires y heridas...

Continué, porque se me había metido en la mente la idea de ser fuerte a pesar de las adversidades, de los golpes, los abusos, porque "algún día" todo sería mejor...

Continué, porque me dijeron que tenía que seguir viva... No por ti, ni por miedo a ti.

Desde muy temprana edad me preguntaba ¿por qué seguir viva? Sólo porque no quería morir o porque el miedo a lo desconocido, también se me había generado, enseñado, inculcado, metido en la cabeza de alguna manera...

Esto es lo que somos... una constante lucha, querida muerte, es acaso que amas tanto a la vida que quieres siempre llevarla contigo... ¡Cuánta obsesión!... Es ahora una batalla a muerte irónicamente, tú nos quieres quitar algo preciado y algunos de nosotros no queremos que te lo lleves... Pero siempre ganas, siempre has de ganar... Y vaya que duele...

Tomémonos un respiro, ¿le parece, sumercé?

(Inhalemos...1...2...3... Exhalemos... 1...2...3)

Una vez, en alguna parte escuché que “Había que imaginar a Sísifo feliz”.

Quisiera tomarme el tiempo de contarle un mito griego que recuerdo de una clase de historia, sobre el castigo que obtuvo Sísifo por quererse pasar de listo engañando a los dioses. Sísifo era un tipo ambicioso y demasiado hábil para los engaños, se las arregló incluso para liberarse y burlar a la muerte en dos ocasiones. Cuando Sísifo al fin murió ya de viejo, luego de una vida tan llena de mentiras y chanchullos que todos los dioses estaban ofendidos con él, Hermes (el dios mensajero) se lo llevó a una montaña en lo más profundo del inframundo donde había una roca grande. Allí le propuso elegir entre ir a los campos Elisios a descansar en paz o empujar dicha roca hasta la punta de la montaña y conseguir dejarla estática en el pico para que los dioses le permitieran convertirse en uno de ellos y así poder vivir en el Olimpo. Sísifo, ambicioso, obviamente eligió ser un dios y vivir en el Olimpo. Entonces comenzó su reto empujando la roca con gran esfuerzo, la colocó en la punta de la montaña y al retirar sus manos de la piedra... ésta rodó por el otro costado de la montaña. Hermes ya sabía lo que iba a suceder ¡todo era un engaño! pero aun así lo motivó a seguir con lo que era el castigo de los dioses ofendidos. Sísifo volvió a intentarlo, pero la roca cayó por el otro lado... continuó una y otra vez, sin lograr su propósito... Entre tanto Hermes ya se había ido contento por haberlo engañado, así como Sísifo lo había hecho en vida con sus colegas. Cuentan las malas lenguas que esta es la hora en que Sísifo continúa empujando la roca, pero nunca ha visto esto como un castigo, él está motivado por convertirse en un dios y descansar en el Olimpo.

¿Qué le pareció el mito? **¿Puede sumercé imaginar a Sísifo feliz?**

Así mismo, cuando nos aferramos a un sentido, un propósito que dirige la vida, empujamos la roca, una y otra vez, motivados por lo que queremos lograr.

Don Camus (1951), un filósofo del siglo pasado nos plantea en El mito de Sísifo que la constante búsqueda del sentido de la vida es absurda y que, quien ha querido encontrarle un sentido a la vida no lo logra porque la vida no tiene sentido. Dice que lo que podemos hacer es aceptar ese absurdo tal y como es. Considero que esta aceptación no debe ser vista como conformidad; más bien como el hecho de tomarle la importancia a lo que resuena con nuestra vida para llevar a cabo una mejor existencia y soltar lo demás; pues como nos da a entender don Camus son nuestras creencias las que nos liberan. Es decir que lo mejor que podríamos hacer es aceptar la vida en toda su incomprendibilidad, pero transformando esa incertidumbre en un camino que valga todo por transitarlo.

La muerte es un proceso que viene por el hecho natural de tener vida, pero ganamos simplemente existiendo, dándole el valor a la vida, haciéndola gustosa para nosotros y amable para los demás. Levantarnos cada día ya es lograr algo importante y no es algo fácil, principalmente porque enfrentar lo desconocido nos carga de miedos, prevenciones, frustraciones y demás percepciones que nos mantienen habitando en la pesadez de la existencia.

¿Por qué hablo de esto?

Por la potencia creadora y de transformación que tenemos.

La inminencia hacia la muerte es un tema que genera gran inquietud en las personas con ideaciones suicidas, esa pregunta por lo desconocido y todo aquello que representa. ¿Por qué no logramos comprender y aceptar del todo lo absurdo? No es que la vida ya venga con un sentido configurado de fábrica, algo ya preestablecido; sino que es desde nuestra propia experiencia y formación que buscamos uno. Muchas veces en ese ejercicio de búsqueda nos perdemos, entre tantas cosas que acontecen el sentido también muere, y crear uno desde cero puede costar tanto porque **implica desaprender** lo que nos condiciona y nos mantiene aislados, implica liberarnos de caparzones o armaduras pesadas para permitirle a nuestra sensibilidad conectar con el exterior, implica confiar y actuar, aunque tengamos miedo, implica lidiar con el aburrimiento. La capacidad que tiene el ser humano para aprender, poder relacionar las cosas y representar, significar, imaginar, manifestar, tiene que ver con la capacidad de creación. Las personas a través de las experiencias, vínculos y modos de ver el mundo desencadenamos procesos transformadores y creativos que se quedan camuflados en la cotidianidad.

De esto nos habla don Efland (2004) en Arte y Cognición “la flexibilidad cognitiva es la capacidad para cambiar estrategias a medida que nos vamos haciendo conscientes de las exigencias estructurales de cada ámbito, y la capacidad de activar los medios apropiados para afianzar el significado o la comprensión” (p. 215). Don Efland (2004) nos explica que las artes son cognitivamente importantes porque en situaciones cotidianas promueven la capacidad para construir interpretaciones de las circunstancias de la vida que son inciertas o poco claras, y con estas comprensiones podemos llevar a cabo una acción. Es decir, nos damos cuenta de que lo que estamos haciendo no funciona y con esas

nociones que hemos percibido, estamos en la capacidad de reajustar nuestra manera de pensar y actuar, para adaptarnos a una nueva situación.

Pero qué pasa cuando nuestra estructura mental ha estado expuesta al dolor, la tristeza, la soledad, la frustración durante tal tiempo o circunstancia que no percibimos más que dicha información para construir interpretaciones y actuar. Por ello es que estas ideaciones son protagonistas en los potenciales suicidas. ¿Sumercé, ha escuchado la frase “respirar por la herida”? Pues bien, algunas personas estamos cargadas de heridas, que no hemos tratado (simbólicamente hablando); entonces parte de lo que somos, de nuestras conductas y pensamientos, también es por aquellas heridas o experiencias no tan agradables. Así que vivimos protegiéndonos ante todo aquello que nos pueda afectar o hacer daño, incluso a tal punto de querer renunciar a la vida para dejar de sentir dolores indescriptiblemente insoportables.

Por estos tiempos donde la idea de la muerte muchas veces es tan de miedo que tratamos de alejarla lo más posible de nosotros. Reprimir esa idea y creer que a nosotros no nos va a suceder, intensifica la necesidad de encontrar la manera para prolongar nuestro tiempo o el de las personas más cercanas a nosotros, casi que a cualquier costo. Pero es inevitable, “la muerte es un problema de los vivos” (Elias, 2010, p. 12). No hemos resuelto todo lo que conlleva el hecho de morir, todo esto ha sido un asunto del que poco se habla. “¡Calle esos ojos!” suelen decirnos nuestras madres, porque es una imposibilidad pensar que en cualquier momento podemos dejar de existir. Y es que, ante la fragilidad de la vida, se le construyen armaduras para fortalecerla, empezando

por la idea de negar algo inherente (*inseparable*) a nosotros como la muerte o el dolor.

Esos blindajes actúan como un mecanismo de defensa ante la incertidumbre y la otredad. (*Yo me pongo a conjeturar acerca de esa fuerza de poder y control evolucionada*) No es coincidencia que actualmente el discurso individualista esté teniendo gran alcance, y nos hayan estado relegando a espacios de confinamiento tanto externo, como interno, casualmente los espacios que habitamos se van reduciendo conforme avanza el tiempo. De repente nuestra vida se reduce en un pequeño dispositivo móvil que no podemos dejar de ver. Como dice mi mamá: “Andan metidos en ese aparato” (señalando el celular). Y no es que esté satanizando a los dispositivos, claro que son herramientas útiles; pero quisiera abrir un paréntesis aquí, sumercé, y es que estos *aparatos* ya no son sólo medios de comunicación. Se han convertido incluso en una extensión de nosotros mismos y nuestra realidad. Podemos ser afectados no sólo desde el alcance de existencia material, ahora también virtual. Ese “*metidos*” es un hecho. El avance en dispositivos digitales, plataformas, realidades virtuales e inteligencias artificiales son indiscutiblemente importantes, poco a poco nos llevan a una existencia fácil, cómoda, sin el esfuerzo si quiera de pensar por nosotros mismos, pues cualquier experiencia e información está al alcance de un toque; pero corremos el riesgo de desconectarnos con la realidad material, de que la proximidad se reduzca a las pantallas. Sería triste que el único calor que recibamos sea el del procesador de dichos *aparatos* y que el único referente de la palabra contacto que tengamos sean los números telefónicos. Cierro paréntesis.

Ahora la represión está siendo llevada a la interioridad: la auto-represión. Nos hemos impuesto tantas armaduras que condicionan el distanciamiento, el contacto, y así es como vamos por el mundo cada vez más alienados, creyendo que estamos solos en la vida y que no pertenecemos a este mundo. Don Hartmut Rosa nos explica la alienación como la contraparte de la resonancia. “Es la desconexión con uno mismo y con el mundo; pero esa desvinculación en la que ya nada nos conmueve, nada causa un interés y las percepciones del mundo suelen convertirse en algo frío, rígido” (Rosa, 2019, p.240). Somos más susceptibles de caer en la depresión. Cuando nuestra emocionalidad está en desconexión, podemos habitar el mundo, pero nada nos va a satisfacer. **Ese vacío del que tanto hemos hablado no es más que la alienación (desconexión) que nos anestesia la sensibilidad.**

Al comenzar esta exploración, leí un libro llamado La Soledad de los Moribundos, de don Elías (2010). Aquí él echa un vistazo a cómo se concebía la muerte en distintas épocas. Antiguamente la muerte era algo natural e incluso motivo de orgullo por ello de las batallas de gladiadores, medievales y demás, se acompañaba al moribundo en su lecho de muerte, había rituales o prácticas distintas para la disposición del cadáver; pero con el tiempo se fue higienizando esto en todo sentido. Con el avance de la civilización se ha visto una individualización de la muerte, los rituales han cambiado drásticamente. Se debe tener cierta asepsia, pero ahora se maneja como si fuese algo de lo que nos debemos alejar. Nos hemos visto ante una instrumentalización biopolítica. Esta higienización ha provocado soledad porque nos distancia, reduce el contacto con el enfermo, el viejo o el moribundo, y yo quisiera nombrar a la persona con ideación suicida.

Si bien en las instituciones que brindan una atención médica o psicológica, de cuidado físico o psiquiátrico, piensan para el tratamiento del paciente que a fin de cuentas vuelva a ser alguien funcional o “no se mate”; pero no consideran todo lo que este sufriente alienado tiene que soportar, en términos emocionales, mentales y corporales. La relación entre la persona y su cuerpo debe ser pensada como un espacio donde se potencie la propia existencia y el vínculo; no uno de exclusión o aislamiento. Considero que es violento y contraproducente que se genere esa problemática. *(Mi hermano y mi abuela fallecieron solos en un hospital. Mi hermana y otro de mis hermanos estuvieron internados en psiquiátricos de los cuales no tienen referencias agradables en sus métodos).*

Generalmente un suicida suele ser ocultado, le llaman cobarde, antiguamente hasta decían que “no merecía un entierro bajo las leyes de Dios”, entonces este tema causaba terror y estigmatización.

Una persona con ideaciones suicidas muchas veces no habla de ello porque no quiere preocupar a su círculo cercano, no quiere “incomodar”, a veces piensa que **no está siendo lo suficientemente fuerte o resiliente**. Y aún hay personas que se escandalizan o incluso pueden llegar a juzgar duramente porque: *“Sólo quiere llamar la atención”*. Ver a la muerte como una salida de por sí da cuenta del gran dolor que carga quien piensa en ello. Esto me hizo inferir a una persona que piensa en acabar con su vida como moribundo, ya que cada esperanza, cada ilusión, cada sueño está muriendo lentamente cada día. Estas ideaciones llevan a estar muy cerca de la muerte, hablar con ella a menudo.

Tener que poner en una balanza y elegir si acabar la vida o si existen las posibilidades de re-parar-la; sumado a que se siente culpa con los seres queridos por pensar en lo que implica no continuar con la vida para ellos, porque la muerte

cuesta para los vivos, hablando emocional y económicamente (hasta la muerte está siendo capitalizada).

Sumercé, no hablaré de cifras; no quisiera traerle un promedio de las personas que logran suicidarse porque siento que estaría desviando la preocupación por una problemática a un número. Quisiera resaltar el hecho de que el dolor interno, ese del que a veces no nos atrevemos a hablar o no le prestamos la debida atención, se convierte en **autodestrucción**. Ese es el centro de todo.

EL HILO ENREDADO

Cartarsis a los pensamientos intrusivos

Sólo me pregunto: ¿por qué?

¿Qué es eso que duele tanto?

Y lo único que entiendo es que no es fácil lidiar con la mente, no es fácil hablarle a la muerte, considerarla... Como si fuese la única que nos escucha... Qué es lo que nos hace desearla tanto: ¿la piedad? ¿la paz? ¿el fin?

¿Es una guerra interna? ¿Por qué la muerte sería más cálida?

Queremos darle la mano como entregando una tregua, una fría y solitaria bandera blanca... Contemplamos la idea, seguimos viendo a la muerte, como si fuera la única que se alegraría de tenernos en sus brazos, como si nada más fuese suficiente, pero continuamos por la vida como queriendo rellenar un agujero negro... Sintiendo que no pertenecemos a ningún lugar, a ninguna persona, ni siquiera a nosotros mismos... Tan ensimismados, tan cerrados, tan solitarios, tan enredados, tan cansados. Estando y no estando, con la presión en el pecho que impide una respiración adecuada y el nudo en la garganta, que no nos permite ni hablar...

Hay un dolor difícil de sobrellevar, es persistente y a veces ni siquiera sabemos dónde está, de dónde viene, es un dolor que se alimenta de todo lo que no ha salido bien, todo lo que se supone que deberíamos ser, todas las heridas del pasado, esas que han sanado mal, que creemos que el tiempo ha curado (por aquello de que el tiempo todo lo cura). Pero todo pesa, cada carga es un algo que ataca por todos lados y a veces lo evadimos para protegernos, sin percibir que con ello nos hacemos más daño.

Al menos una herida física la podemos ver, la podemos tratar e igual va a sanar... el cuerpo todo el tiempo está regenerándose,

casi automáticamente sabe qué hacer... Tal vez por eso compensamos el dolor emocional con el dolor físico; para centrar la mente en ese dolor que es obvio al sangrar, es mejor que nuestro cerebro se ocupe de lo que sí pueda ver y entender. ¿Es esta la respuesta? Poder ver lo que duele, entenderlo.

¿Qué significa Trascender? Practicar el amor por la vida, por la existencia.

Trascender... Tránsito...

No es a dónde vamos, es lo que hacemos y lo que dejamos.

Cuando una persona está pensando en suicidarse o está sufriendo por dentro, lo que menos necesita son discursos de superación personal, comparaciones de que hay peores situaciones, juzgamientos, consejos de lo que debería o no hacer. Lo único realmente indispensable es el amor, compasión y consideración. Nadie se salva solo, ese concepto individualista con el que crecimos donde la vida es una competencia donde sobrevive el más fuerte, nos tiene aislados, retraídos, orgullosos, desconectados de nosotros mismos y del mundo. Por ello es importante aprender a detenernos, abrir nuestros sentidos, amar, relacionarnos, aprender a convivir en colectivo, acompañarnos a zurcir las heridas de la vida.

Todo esto nos ha llevado a remendar el vínculo: Zurcir la vida.

Conclusión

ZURCIDO

(Reparar con hilos una rotura, remendar o reforzar un tejido)

Sumercé, cuando hablo de zurcir recuerdo a mi abuelita con una bombilla de tungsteno dentro de una media, uniendo cuidadosamente los hilos para reparar el roto de la prenda. Aquí encuentro muchos puntos a resaltar que comparo simbólicamente con la vida:

Hoy en día es más fácil desechar una prenda que está rota, que tomarnos el trabajo de repararla. Esto puede ser porque no tenemos el tiempo de hacerlo, porque no tenemos las herramientas para hacerlo, porque no sabemos hacerlo o porque simplemente nos da pereza. En esta época enmarcada por el consumo, el acto de reparar es un acto valiente. Y así mismo sucede hoy en día con los vínculos, vemos las relaciones como agentes transaccionales, de conveniencia, buscamos amor desde la carencia, como si fuésemos recipientes vacíos que se deben llenar con lo que nos ofrecen los demás, antes que mirarnos a nosotros mismos; muchas veces preferimos desechar antes que tener una conversación incómoda u ofrecer una disculpa, preferimos el rencor, el orgullo o vamos con tanto miedo a ser lastimados que resolvemos distanciarnos de cualquier contacto ¿Cómo aprendemos a convivir si lo que hacemos es aislarnos o negarnos a vincularnos? Aprender a vincularnos sanamente y sostener el vínculo no es algo sencillo, pero es un proceso importante para cuidar-nos y no ver a las personas como objetos de desecho. Este proyecto fue también una forma de explorar cómo cuidar lo que está roto, **cómo acompañar sin imponerse, ni suprimirse.**

Por otra parte, unir cuidadosamente los hilos y las puntadas para reparar la prenda, es un proceso que llevaba tiempo, paciencia. A veces algunas puntadas se desprenden, algunas otras veces es necesario deshacer y volver a rehacer el remiendo; para con amor y paciencia seguir cosiendo. Esto da cuenta del proceso de creación e incluso el proceso de vida. En la era de la inmediatez es muy común caer en la desesperación, la ansiedad, el estrés, al no lograr conseguir las cosas rápidamente. En nuestra autoexigencia nos sentimos fracasados pues existe una presión por el tiempo que se acaba, ese tiempo que vale oro, ese tiempo en el que se debería estar haciendo y logrando algo productivo. Explorar la pedagogía sensible, entender el cuerpo, la sensibilidad, la resonancia; me enseñó eso: no oprimir, no obligar, no fragmentar, más bien habitar el tiempo que cada proceso necesita. Aprender desde el cuerpo, no desde la prisa.

Nos podríamos ver sometidos por un sistema económico que se adueña del vivir, que ocupa y preocupa nuestra mente. **La verdadera productividad es permitir que un proceso tome el tiempo y el espacio necesario**, esto para nada debería ser un lujo o privilegio.

Luego está la necesidad de perfección, cuando reparaba las prendas, no necesitaba que quedara perfecto como si una máquina programada lo hubiera hecho; la intención es reforzar la prenda, al coserla o repararla esta queda con un gesto y hasta estilo único, lo que es mucho mejor que tener que comprar otra prenda. ¿A sumercé le suena esto familiar? La idea de crear algo perfecto, incluso de nosotros ser perfectos, nos lleva a una parálisis creativa y a la frustración. Yo personalmente me paralicé por miedo a fallar, miedo a *no estar a la altura*, miedo a equivocarme, y esto me alejaba del hacer. Pero hasta el error

tiene un sentido, es parte del proceso y el aprendizaje no viene del control, sino de la entrega, de permitirnos explorar, aunque no sepamos lo que va a pasar. Nos autoexigimos tener el control todo el tiempo, e incluso ante situaciones y momentos que no están bajo nuestro control nos sentimos culpables al no lograr hacer algo al respecto. Pensamos tan excesivamente acerca de una idea que nos privamos del sentido mismo de la experiencia, nuestra mente se enfoca más en el futuro de lo que está por venir, y lo que ya está aconteciendo se pierde, pasa desapercibido. Entonces, por una parte, cuando algo no sucede como planeamos nos sentimos fracasar (este pensamiento prolongado y recurrente nos puede llevar incluso a la depresión). Y, por otra parte, cuando sucede como lo planeamos, estábamos tan enfocados en el resultado, que nos perdemos de permitirnos disfrutar de todo un proceso. Aunque está muy bien proyectar, planear; debemos estar abiertos a la experiencia, a la incertidumbre y a lo complejo de equivocarse. Es en la acción y aceptando la incertidumbre donde podemos permitirnos aprender, percibir, pensar.

¿Sumercé recuerda lo que hablamos de la resistencia? Que es mejor reinventar nuevas formas de existencia para no mantenernos en el aguante de lo que sea. Bueno, reinventar la vida implica un proceso de resonancia, estar presente en un vínculo profundo con el mundo, esto no es algo sencillo, y más en nuestro contexto colombiano.

Hay una frase que escuché de una película llamada El Olvido que Seremos: “En Colombia la vida vale muy poco”. Ese “vale muy poco” pesa porque hemos estado sumergidos en la violencia durante mucho tiempo, guerras donde son las vidas inocentes las que apagan, voces empoderadas a las que acallan, organizaciones de personas inconformes a las que persiguen. Pero lo que no

vale muy poco es la lucha, muchas de esas vidas han dejado huella, han generado saberes, movimientos, consciencias. Y en ese sentido pienso **que la vida no es lo que se va, es todo lo que queda**, lo que nos deja quienes se van, lo que trasciende de ellos, una herencia de lucha por el amor, la verdad, por la justicia, por conseguir una llama interior más potente y una voz que nadie calle, un dolor que se convierta en empoderamiento... No es que la vida valga poco, pues de no ser por ese legado, no tendríamos un sentido, esas vidas también nos han dado sentido. Y duelen las ausencias, duele el horror, el sufrimiento que vivieron, porque amamos a esas personas que ya no están o porque en algo nos identificamos con sus experiencias. Pero algo que sí sé es que su vida si hubiese valido muy poco, si nos quedamos sin hacer nada, si esa persona no hubiese trascendido en nosotros, si sus saberes se hubiesen ido también, si las historias no se recordarían para mejorar cada vez, si su recuerdo se borra y sus ganas de re-existir no se valoran. Le damos el valor a la vida quienes quedamos, dándole un sentido que nos conecta a muchos.

Esta experiencia me mostró el esfuerzo profundo y muchas veces doloroso por desestructurar ese modelo de vida de productividad que nos consume, se aprovecha de la desconexión y nos lleva a la depresión, la ansiedad, al exceso para alcanzar plenitud, a abusar de los placeres. Ese imaginario de que venimos a este mundo a *ser alguien*, estudiando, trabajando, ascendiendo; ese que nos empuja al vacío de lo que *debería ser*, a la ansiedad de cumplir con un ideal de éxito; como si no bastara ya estar aquí, con todo lo que sentimos. Existir ya nos hace alguien.

Sumercé, por qué atormentarnos sometiéndonos a un ideal del capital que nos borra toda señal de consciencia y atención plena, que nos vende una forma de

vida de agotamiento y nos somete a una lógica de crecimiento económico y de consumo masivo donde los objetos son los protagonistas de la vida, donde lo que poseemos tiene más valor que nuestro lugar en el mundo, donde la vida gradualmente pierde su sentido. Sabiendo que la vida está llena de riqueza, que nuestra existencia y su infinidad de matices ya nos hace alguien; nuestra humanidad llena de sentires y pensamientos tiene una gran potencia creadora ya de por sí.

Allí se encuentra la respuesta, en la re-existencia:

Para la vida: El amor, la resonancia, la sensibilidad, el vínculo y contacto, lo colectivo; estar abiertos a la adversidad y la sabiduría que genera el dolor, el miedo, el perdón.

Para la experiencia: Permitirse sentir cada situación, el dolor, el placer, el caos... sin presionarse, manteniendo un equilibrio.

Los pesares que crean cercanías: El abrazo, el calor, las lágrimas, la compañía.

Hay momentos y situaciones que marcan un antes y un después de aquello a lo que nuestro corazón se aferra; nuestro cerebro hace algo que la ciencia no ha podido: nos transporta en el tiempo. Somos como viajeros de recuerdos, de sueños, de instantes, de ilusiones, de sensaciones, del pasado y del futuro. Ese poder del que muchas veces no tenemos consciencia forja una esperanza, un sentido; y aún sin tener certezas de un destino, seguimos viajando. Qué es el amor si no eso, la no renuncia a lo que nos mantiene en este plano, un algo que nos mueve, nos inspira; aunque a veces nos derrumbemos. El presente que tenemos es habitar el día a día con fortaleza, siendo en conjunto, abriendo los sentidos al mundo, permitiéndonos ser.

Cuando comencé este proyecto no encontraba una salida, no entendía para donde iba, no sabía cómo hacer las cosas y así es como nos enfrentamos a la vida, no sabemos cómo abordarla; pero si nos permitimos confiar encontraremos la manera, una que no es igual a la de otros. Lo colectivo también me sostuvo. Nos reunimos, cosimos, comimos, conversamos; intercambiamos palabras, gestos, alimento, memorias. Acompañamos duelos, escuchamos ideas suicidas sin imponer juicios, dimos espacio al dolor sin acelerarlo, sin corregirlo. Las sesiones fueron pausadas, amorosas. No buscamos soluciones inmediatas, ofrecimos presencia constante. Formamos una red, un cuerpo colectivo.

La pedagogía sensible, me permitió explorar esa otra mirada desde la amplitud de la sensibilidad. Comprendí que el conocimiento no nace sólo de los libros, también de lo que duele, de lo que se ama, de lo que se vive. Algo que noté es que no siempre los encuentros terminan en una producción de obra, sino que hay un obrar en uno mismo, una transformación propia; desde este lugar podemos ver a la pedagogía sensible encarnada y situada. Este proyecto demuestra que cuando la pedagogía y el arte se piensan al servicio del cuidado y lo sensible, es posible construir otras formas de estar con el otro desde el afecto, la escucha y el cuerpo; que son formas más suaves, más lentas, pero más humanas. Así es como la pedagogía sensible puede vincularnos para aportar en el bienestar emocional de personas con ideaciones suicidas. Y esto transforma la manera en que entendemos la educación, la salud mental y la vida misma. No se quiere imponer, sino escuchar, acompañar y cobijar. Lo sensible, es el tejido de la vida y la vida toma tiempo, el cuerpo toma tiempo e implica

presencia y conexión. Así podremos acompañar estando cerca sin minimizar, ni minimizarnos a nosotros mismos.

Desde el principio le aposté a algo que sirviera, pero dudaba, tenía miedo, porque luchaba incluso contra mis propias creencias, mi propia manera de concebir la existencia; no tenía certeza alguna en ningún sentido. Me sentía como navegando en una tormenta con grandes olas, pensé que se trataba de eso: lograr algo grande y significativo para el campo del conocimiento y sentía desconexión hacia este, así como hacia otros aspectos en mí vida, porque habitaba en modo supervivencia por estar continuamente haciéndole frente a la hostilidad del mundo desde mis heridas.

Y todo esto es importante porque en este mundo violento, acelerado y deshumanizante, necesitamos reivindicar a lo sensible, a lo común, al intercambio. Esta investigación propone una pedagogía que no busca formar sujetos productivos, sino personas que sienten y piensan, capaces de acompañar y dejarse acompañar desde el afecto y el vínculo.

La importancia de este proyecto no está solo en lo que se tejió sino en lo que se puede seguir tejiendo para zurcir la vida.

Ahora viendo en retrospectiva: Si logré algo grande y significativo, a pesar de estar en una carrera contra el tiempo, aprendí... No sólo conceptos y teoría... Aprendí de la vida, aprendí de las demás personas y con las demás personas, y seguimos aprendiendo; el aprendizaje no se detiene porque vivimos en continuo encuentro con el mundo.

“He visto un cambio en mi forma de pensar acerca de la muerte, es decir, he visto un cambio en mi relación, en mi modo de ver el fin de mi vida. Solía asustarme sobremanera el hecho de pensar que en algún momento voy a desaparecer, a morir, y con ello dejar de existir.

Luego del proceso que hemos realizado, he logrado dar unos varios e importantes pasos en el camino de hacer las paces con mi naturaleza mortal, con el hecho irremediable de que en algún momento no seré, dejaré de ser. He hallado que es más bello y provechoso hallar y dar sentido en cada día de vida, vivir cada día con todo lo que traiga, con cualquier emoción o sentimiento que venga, evitando darle el calificativo de positivo o negativo, sino sencillamente sintiéndolo, gestionándolo de la mejor manera posible sin recurrir a la supresión emocional”.

- Fernando (2025).

“Siento que como seres sociales es muy difícil sobrevivir a uno mismo cuando estar deprimido lo único que grita es aislarse del mundo, entonces compartir con el otro para mí ha sido fundamental para estar mejor por decirlo así y es algo que pasaba por alto antes, pero gracias a ti y otras personas pude amenizar y llevar mi camino de estar vuelto *kk*. Los vínculos son importantes para *todo*”

- Brayan (2025).

“Reflexionando un poco, con la ayuda de mucha música y yo con yo, sigo con esos pensamientos *pendejos*; pero de manera más seria, el pensar que todo se arregla con acabar con la vida, empezó a aparecer como la salida más fácil a un problema.

El estar en el aquí y ahora deja descansar la mente de buena manera, mitigar las caídas y los dolores haciendo diversas cosas ayuda mucho a silenciar pensamientos”.

- Johan (2025).

“He visto que si es mejor con los encuentros ya que es un espacio donde puedo hablar de mis problemas sin sentirme juzgada y sin sentir que soy una carga para las demás personas”.

- Paola (2025).

“Me siento orgullosa del proceso, del esfuerzo. A pesar de las luchas personales, siempre tenemos a alguien allí”.

- Elsa (2025).

En esta reunión aprendí bastante, sobre todo a entender que la depresión es un trastorno que aunque no se vea esta presente en muchas personas, que no se debe guardar silencio, sino al contrario, hay que buscar ayuda y que si hay redes de apoyo para poder solucionar o al menos saber como afrontar esta situación

Reflexión de Nasmille (2025).

La depresión se torna un tema muy polémico en una sociedad donde la salud mental está de lado, sus causas son tan variadas desde una química cerebral desbalanceada generada por desordenes alimenticios, hábitos poco saludables, algún tipo de trauma, la genética, etc.

El objetivo es aprender a tener resiliencia, aceptar y comprender la verdad de las situaciones de la vida y aceptarla, tener la suficiente madurez emocional para afrontar y tomar decisiones en base a la razón, no en base a una emoción esporádica.

Mensaje de Juan David (Parte 1) (2025).

Comprender que es el campo de influencia, es decir cambiar lo que está en posibilidad de cambiar y aceptar los hechos que ya son irremediables.

Las emociones las defino como esos espectros hambrientos que se alimentan de pensamientos y enfoques.

Cuando una emoción es negativa es momento de cancelarlo y quitarle esa energía la cual es la atención que se le da.

Mantener ese enfoque en la esperanza y actuar de acuerdo a ese sentimiento.

Las herramientas son la superación, el trabajar en sí mismo, enfocarse en lo que a largo plazo construye y definitivamente ignorar lo que no sirve.

Mensaje de Juan David (Parte 2) (2025).

Esta experiencia me ha dejado quizá lo más valioso: crear y ser vínculo, amar y hacer las cosas con miedo. Es en el espacio colectivo donde crecemos, porque allí es donde suceden cosas, allí es donde la experiencia sucede.

Personalmente, remendé el vínculo conmigo misma, con mi mamá, mi papá, mi hermano, mi hermana, mis duelos, el amor, la vida. Y aún continúo, abriendo mis sentidos, expandiéndolos, dándome lugar para sentir, amar, aprender, crecer.

Agradezco profundamente a quienes me acompañaron en este proceso, a quienes cosieron y cocieron conmigo, a quienes compartieron sus historias, su tiempo, su energía, su todo.

Gracias por creer en una pedagogía sensible que cuida, que destaca el aprendizaje desde el sentir y que transforma. Gracias por tejer conmigo este cierre que no es un fin, sino un tránsito.

Recordemos que la juntanza también es re-existencia, que el afecto también es pedagogía, que el arte es más que un producto final, y que habitar la vida, incluso en sus heridas, es un acto de amor y valentía.

Todo esto junto ya es la mejor recompensa y conclusión.

Gracias por leerme, sumercé.

Deseo que resuene, que viva, que ame.

Un abrazo.

Con amor, Yuri Carolina Silvera Villalobos.

Referencias

- Agirre, I. (2005). *Teorías y prácticas en educación artística. Ideas para una revisión pragmatista de la experiencia estética*. Octaedro Editorial.
<https://annas-archive.org/md5/8a4b99a59d0dc91a0c063850b7539209>
- Bajtín, M. (2000). *Yo También Soy*. Taurus.
https://www.academia.edu/41846001/Bajtin_Mijail_Yo_tambi%C3%A9n_soy
- Camus, A. (1951). *El mito de Sísifo*. Alianza Editorial.
- Congreso de la República de Colombia. Ley 115/94 [Ley general de educación], Diario Oficial No. 41.214 de 8 de febrero de 1994.
- Efland, A. (2004). *Arte y cognición*. Octaedro.
- Elías, E. (2010). *La soledad de los moribundos*. Fondo De Cultura Económica.
- Flasspöhler, S. (2003). *Sensible*. Herder Editorial.
- Foucault, M. (2002). *Vigilar y castigar: nacimiento de la prisión*. Siglo XXI Editores.
- Foucault, M. (2007). *El nacimiento de la biopolítica*. Borrow, and Streaming.
- Foucault, M. (2008). *Tecnologías del yo y otros textos afines*. Paidós.
- Freire, P. (1968). *Pedagogía del oprimido*. Siglo XXI Editores.
- Gil, J. (2016). *Pensamiento visual y pedagogía*.
<https://mitote.org/2016/09/28/pensamiento-visual-y-pedagogia/>
- Heisenberg, W. (1958). *Physics and Philosophy: The Revolution in Modern Science*. <https://archive.org/details/ost-physics-heisenberg-physicsphilosophy/page/n24/mode/1up>

Historia de la educación UNLZ. (26 de octubre de 2022). *Conversatorio con Albán Achinte | Hacia una pedagogía decolonial de la re existencia*. [Archivo de Video]. YouTube.

[https://www.youtube.com/watch?v=4ZQx6iDC_Kc&t=29s&ab_channel=Historia de la educaci%C3%B3nUNLZ](https://www.youtube.com/watch?v=4ZQx6iDC_Kc&t=29s&ab_channel=Historia%20de%20la%20educaci%C3%B3n%20UNLZ)

Hooks, B. (1999). *Todo sobre el amor*. Ediciones Paidós.

Larrosa, J. (2003). *Entre las lenguas*. Laertes.

Mandoki, K. (2006). *Estética cotidiana y juegos de la cultura*. Prosaica Uno.

Niño, S. Castillo, S. Camacho, S. et al. (2016). *Diálogos sobre investigación-creación. Perspectivas, experiencias y procesos en la Maestría en estudios Artísticos Facultad de Artes ASAB*.

Ospina, W. (2012). *La Lámpara Maravillosa*. Literatura Random House.

Planella, J. (2017). *Pedagogía Sensible, sabores y saberes del cuerpo y la educación*. Ediciones UB.

Real Academia Española. (s.f.). Cobijar. En *Diccionario de la lengua española*.

Recuperado el 2 de agosto de 2025 de, <https://dle.rae.es/cobijar>

Real Academia Española. (s.f.). Cobijo. En *Diccionario de la lengua española*.

Recuperado el 2 de agosto de 2025 de, <https://dle.rae.es/cobijo>

Real Academia Española. (s.f.). Texto. En *Diccionario de la lengua española*.

Recuperado el 15 de mayo de 2025 de, <https://dle.rae.es/texto>

Rosa, H. (2019). *Resonancia: Una sociología de la relación con el mundo*. Katz Editores.

Séneca. (1999). *Epístolas Morales a Lucilio*. Borrow, and Streaming.

Strauss, L. (1987). *Antropología estructural*. Borrow, and Streaming.

Universidad Pedagógica Nacional. (24 de septiembre de 2024). *15 años Praxis*

Visual: Coloquio Investigación-Creación. [Archivo de Video]. Youtube.

[https://www.youtube.com/watch?v=gyG67VGDBaM&t=2235s&ab_channel=Uni](https://www.youtube.com/watch?v=gyG67VGDBaM&t=2235s&ab_channel=UniversidadPedag%C3%B3gicaNacional)

[versidadPedag%C3%B3gicaNacional](https://www.youtube.com/watch?v=gyG67VGDBaM&t=2235s&ab_channel=UniversidadPedag%C3%B3gicaNacional)