



2021 - 2022

Mención: Artes Plásticas

Título: UMBRAL

Estudiante: Paula Pérez Laudenia

Director: David Vila Moscardo

Palabras clave: Sentimientos, Arte postal, escritura, compartir, comunicar, autoconocimiento y colaborar.

Resumen:

La escritura me enseñó a decir aquello que tenía oculto, me ayudó a conocerme más y a profundizar en mis sentimientos. Mediante este proyecto se pretende llevar a personas al azar la oportunidad de conocer los beneficios de escribir y de pasar tiempo con ellos mismos.

Índice

Propuesta y objetivos-----	3
Referentes-----	4
Justificación de la propuesta-----	7
Proceso de producción-----	9
Resultados-----	14
Bibliografía-----	17



PROPUESTA Y OBJETIVOS

Estamos en una época donde todo va muy deprisa, no tenemos tiempo para nosotros mismos, y no paran de ocurrir acontecimientos que trastocan nuestra vida. Cada vez somos más individuales, más fríos y distantes.

Mediante este trabajo de fin de grado en Bellas Artes se pretende poner en las manos de gente al azar la oportunidad de ser ellos mismos, de reflexionar acerca de sus vidas, y salir de su zona de confort.

Escribir sobre nosotros es una forma de tomar conciencia de que somos alguien, somos un cuerpo pensante con emociones y circunstancias que nos hacen ser quienes somos hoy y quienes seremos mañana. Tomar conciencia nos hace más libres, nos hace entendernos a nosotros mismos y comprender cómo somos.

Con este trabajo se pretende compartir con todas las personas que se pueda lo que puede llegar a ayudar la escritura, y dedicar tiempo a uno mismo y a sus pensamientos.

Después de varios acontecimientos malos en mi vida, tenía claro que necesitaba retomar la escritura y exteriorizar todos esos sentimientos que me ahogaban. La idea es escribir cartas contando lo que me ocurre y enviarlas a buzones al azar. Así compartir mis vivencias con personas desconocidas que pueden estar pasando por circunstancias parecidas a las mías y darles también la oportunidad de que ellos me respondan contándome lo que quieran.

Para concluir con todo este proceso, agruparé todas las cartas en una obra final, una puerta de madera forrada con las hojas de contestaciones que reciba.

OBJETIVOS

- Hacer reflexionar al lector de mis cartas.
- Dar a conocer la importancia de dedicarnos tiempo a nosotros mismos.
- Compartir con otros como me siento y que compartan conmigo.
- Que personas que no se hayan planteado que la escritura les puede ayudar, que se lo planteen.
- Agrupar las cartas en una obra final.

REFERENTES

Referentes conceptuales:

El libro *Ser o no ser (un cuerpo)* de Santiago Alba Rico fue el principio de todo. El que me hizo cuestionarme quién era yo, que debía ser consciente de mi existencia y pensar en mi realidad. El que me hizo poner todos esos sentimientos en todas esas cartas, porque así llegaría a afrontar quien era y lo que era.

Santiago Alba Rico
Ser o no ser (un cuerpo)



Fig.1. *Ser o no ser (un cuerpo)*, ilustración de la portada del libro de Santiago Alba Rico.

La película *Una Carta para Momo* (Hiroyuki Okiura), la cual narra la historia de Momo que tras la muerte de su padre se muda de

ciudad, encuentra una carta de este medio acabada y se plantea una serie de cosas.

La película te hace reflexionar acerca de todas esas cosas que callamos y nos gustaría decir pero no podemos y como el escribirlas nos puede ayudar a sentirnos mejor.

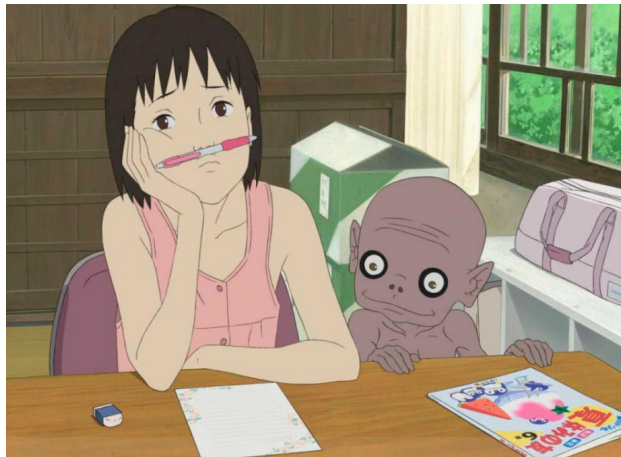


Fig.2. Fotograma de la película *Una Carta para Momo* de Hiroyuki Okiura.

El libro *Umbrales. Un viaje por la cultura occidental a través de sus puertas* de Óscar Martínez, el cual te invita a viajar a través de puertas y umbrales. Te ayuda a comprender el tránsito de las puertas y el poder simbólico que estas conllevan.

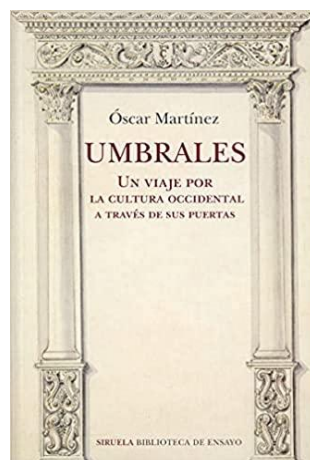


Fig.3. *Umbrales, Un viaje por la cultura occidental a través de sus puertas*, ilustración de la portada del libro de Óscar Martínez.

Craig Drover, un pescador de Terranova que se dedica a tirar al mar botellas con mensajes esperando una respuesta del lugar de donde lleguen. Su motivación es ver a qué zonas y países llegan esas botellas y que le lleguen respuestas. Hasta ahora ha recibido 77 contestaciones de diferentes partes del mundo.

"Aunque he recibido numerosas respuestas, cuando recibo una nueva es tan emocionante como la primera".



Fig.4. Fotografía de John Leonardel pescador de Baltimore que encontró el mensaje de Craig en una botella.

Referentes visuales:

***Elsewhere*, Stefaan De Croock es un mural de madera reciclada obra del artista belga Stefaan De Croock, realizado con puertas viejas, dando otra vida a elementos desechados.**



Fig.5. Fotografía del mural *Elsewhere* de Stefaan De Croock.

JUSTIFICACIÓN DE LA PROPUESTA

Tras leer el libro *Ser o no ser (un cuerpo)*, de Santiago Alba Rico me di cuenta de que es cierto que intentamos salir constantemente de nuestro cuerpo. Pero también creo que hay personas que nos refugiamos en él. El cuerpo como cárcel de la cual no queremos salir. En mi caso creo que utilizo al cuerpo como barrera con la realidad. Oculto mis sentimientos en una fachada para intentar que estos no salgan al exterior. El cuerpo me protege y a su vez es mi enemigo.

Mi intención era huir del cuerpo, exteriorizar esos sentimientos que tenía ocultos en mi.

Una persona me incitó a que escribiera todas las noches como me sentía durante el día, yo nunca me había puesto a escribir, a pensar en mis sentimientos y mucho menos a dedicarme tiempo a mi misma. Cuando lo hice descubrí cosas que pensé que ya había superado y pude profundizar en problemas que tenía. Y ahí estaban escondidos, eran tan dolorosos para mi que prefería hacer como que no existían.

Estudiando el cuerpo entendí que este es necesario, pero que en ese momento lo que yo necesitaba era huir de él, dejar que mis sentimientos fueran libres, volarán, y creo que escribir

es una buena forma de hacerlo. Pero no escribir para mi, escribir para otros, escribir para gente completamente desconocida. Como he dicho anteriormente necesitaba salir del cuerpo, y escribiendo esas cartas, desahogándome salía. Pero entonces descubrí que no salía yo, salían esos sentimientos que necesitaba sacar, esos sentimientos que no quería dentro de mi. Y yo quedaba dentro de mi cuerpo, más libre.

Es cuando descubrí que es un error querer dejar atrás a nuestro cuerpo, lo que tenemos que dejar atrás son todas esas cosas que nos hacen querer huir de nosotros, porque al fin y al cabo nosotros somos un cuerpo.

Entonces fue cuando decidí que quería que otros experimentaran la escritura, porque yo descubrí algo que no imaginaba y quería que otros pudieran experimentar esa sensación.

Quería que en este mundo que cada vez es más individual, la gente se dedicara tiempo de calidad a si mismos y luego escribieran para una desconocida, compartiendo así nuestros sentimientos.

Tenía claro que después de todo este proceso, quería agrupar las cartas de alguna forma. Quería dejar constancia, hacer visible esa unión entre desconocidos. Y tras leer *Umbrales. Un viaje por la cultura occidental a través de sus puertas* de Óscar Martínez decidí colocar todas las cartas en una puerta, la cual tendría un marco para que esta estuviera entreabierta. Según el escritor de este libro las puertas representan un viaje, un comienzo y una nueva aventura. Y eso era precisamente este intercambio de cartas, todas aquellas personas que contestaron, estaban comenzando algo, estaban saliendo de lo cotidiano, estaban abriendo una puerta, una puerta hacia ellos mismos, hacia mí, y hacia la escritura.

PROCESO DE PRODUCCIÓN

Comencé por la escritura de las cartas, yo quería enviar cuantas cartas posibles mejor ya que no sabía cuánta gente iba a contestar.

Al día escribía de dos a tres cartas escribiendo como me sentía, eran cartas de todo tipo, en algunas se repetían sentimientos y emociones, había cartas más profundas y cartas en las que solo contaba mi día.

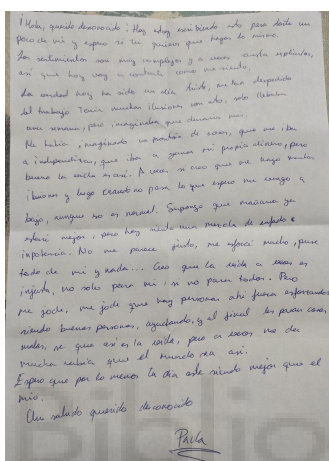


Fig.6. Ejemplo de carta escrita por mi.

Todas las cartas estaban escritas a mano y seguían la estructura de, saludo, cuerpo de la carta, despedida y firma. La firma no era mi firma de verdad, si no mi nombre solo. Decidí poner mi nombre en cada carta, ya que como dice Santiago Alba en su libro, el nombre es impuesto y es lo único que perdura sin variar en nuestro ser (a no ser que nos lo cambiemos). Además el nombre suele ser lo primero que decimos al presentarnos y es lo que menos dice de nosotros. Por eso decidí poner mi nombre al final de cada carta, ya que preferí empezar con mis sentimientos los cuales cambiarán pero dicen mucho de mi y acabar con mi nombre el cual estará siempre igual pero no me define.

Las cartas las metía en un sobre junto con otro papel, en este ponía una serie de preguntas y respuestas para ayudar al lector a entender que estaba leyendo. Las preguntas responden a quien era yo, que era esa carta, el porque y como me podían

ayudar ellos. Esta hoja informativa estaba escrita a ordenador.

¿ QUIÉN SOY ?

Hoja, soy Paula, tengo 21 años y estudio 4º de Bellas Artes. Podría decirte cuales son mis gustos, el tipo de música que escucho, y mi comida favorita, pero creo que eso no diría mucho de quién soy yo.

Soy mis miedos , mis alegrías , mis tristezas , soy las cosas que digo y todas las que callo. Soy mis pensamientos que no me dejan dormir de madrugada y las lágrimas que recorren mis mejillas. Soy toda esa mezcla de sentimientos que muchas veces me cuesta exteriorizar.

¿ QUÉ ES ESTO ?

Esta carta que acabas de recibir forma parte de mi Trabajo de Fin de Grado (TFG). El cual consiste en repartir cartas al azar a diferentes personas , en estas cartas yo expreso lo que siento en ese momento y mi intención es que la persona que le llegue el sobre haga lo mismo.

¿ POR QUÉ ?

Creo que la escritura es un medio para comunicarnos y expresarnos que puede ayudar a todos a sobrellevar momentos difíciles. Por eso quiero que todo el mundo que reciba esta carta pueda experimentar la escritura y lo mucho que puede ayudar esta. Creando así una unión entre todos los que me contesten .

¿ QUÉ PUEDES HACER TU ?

Contestar esta carta de la forma más sincera posible. Las cartas serán anónimas por lo que hay total libertad de expresión. No hay límites, puedes escribir lo que quieras , incluso dibujar, poner una frase, un poema, escribir 10 hojas, todo será bien recibido.

Muchas gracias por participar.

Fig.7. Hoja explicativa que mandaba junto con las cartas escritas a mano.

Tras 30 cartas escritas comencé a repartir por mi pueblo, El Altet, recibiendo a día de hoy solo una respuesta.

Entonces hablando con familia y amigos me dijeron que la mayoría de ellos no abrirían una carta que no va dirigida a ellos, otros que no se iban a molestar en ir a por sellos y enviarla y otros que la leerían pero no contestarían. Entonces me di cuenta que recibir contestación sería difícil. Por lo que pensé en poner las cosas más fáciles a los lectores. Y me centré en un grupo de personas en concreto, la gente que está en los hospitales. Los pacientes, los enfermeros, médicos, limpiadores, todos están pasando por situaciones desbordantes, por un mezclote de sentimientos que serían interesantes que contaran al mundo.

Escribí al final un total de 40 cartas y con ayuda de mi madre que es enfermera, pero en ese momento se convirtió en carterera, fue repartiendo cartas a la gente del hospital.

Ahora contestar sería más fácil, solo tenían que al terminar de escribir dar la carta a mi madre o dejarla en recepción.

Por ahora llevo 16 contestaciones, y para mi es gratificante, cada carta es una gran ilusión y siento que mi trabajo vale la pena. Lo que me pone a pensar en qué otros sitios puedo enviar cartas, como en residencias de ancianos, institutos y ver cómo contestan en determinados lugares.

Es curioso cómo la gente que me ha contestado, mucha me habla por mi nombre, pero varias personas me llaman desconocida. Hay gente que también pone su nombre al final, y muchos su firma, y gente que no pone nada. Otro dato que me resultó interesante es que 14 de las 16 contestaciones han sido escritas a mano y una a ordenador, también se me hace curioso el papel en las que los escriben o que todas menos tres me hayan devuelto las cartas en el mismo sobre que dejé. Y que dos personas me hayan devuelto mi propia carta, pero el resto se la hayan quedado.

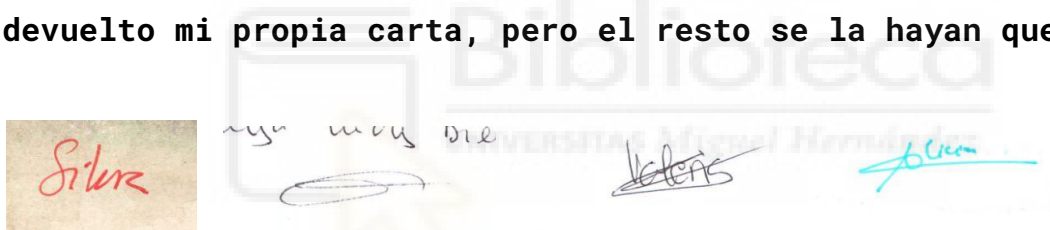


Fig.8. Recorte de algunas cartas en las cuales las personas han decidido poner su nombre o su firma.

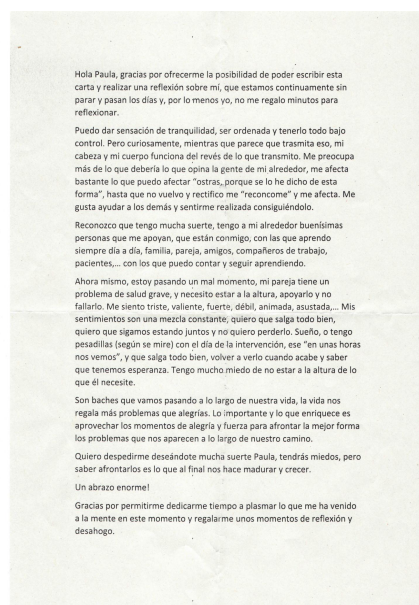


Fig.9. Única carta escrita a ordenador.

También ha sido muy gratificante ver cómo en cada carta me dan las gracias, porque les he dado la "excusa" de dedicar tiempo de reflexión, y eso me hace feliz porque veo cómo se cumplen los objetivos de este TFG.

Cuando recibí las primeras cartas comencé a buscar puertas para la obra final, tenía claro que no quería una puerta comprada, sino darle una nueva vida a una puerta inservible para otros.

Al final encontré una puerta y decidí pintarla de blanco ya que tenía unos arañazos en la parte de abajo, durante el proceso pensé en usar el color blanco ya que representa la reflexión, el crecimiento, la apertura y la paz.

Pero mientras la estaba pintando sentía que le estaba dando capas de pintura para tapar la verdadera puerta, con la finalidad de hacerla más estética, y esto rompía con la armonía de mi trabajo.



Fig.10. Imagen de la puerta siendo pintada de blanco.

Las cartas representan esos sentimientos, esas partes de las personas que no se ven a simple vista que están ocultando tras su cuerpo y con las cartas liberan esa parte, pueden ser ellos mismos sin ser juzgados.

Además, a la puerta le estaba dando una falsa fachada solo para ponerla más bonita según los criterios de la sociedad, así que decidí quitar la pintura que estaba dando y dejar la puerta tal y como la encontré.

Después busqué una manera de aguantar la puerta y enmarcarla para que esta no se callera y además diera la sensación de estar abierta, para ello se creó un marco capaz de sujetarla. El marco decidí pintarlo de blanco para darle importancia a la puerta, ya que el marco es un soporte que enmarca la obra final.



Fig.11. Imágenes del montaje de la puerta.

Luego fui colocando las cartas en la parte interna de la puerta, ya que considero que las personas se estaban abriendo hacia mí; por eso solo las cartas en la parte interna, porque es lo que no se ve en el exterior, pero en este caso sí que se ve porque ellos lo han querido.

Las coloque con chinchetas, aunque en un principio pensé en pegarlas, pero estos sentimientos que la gente ha descrito son pasajeros y van cambiando; por eso opte por utilizar las chinchetas, porque estas se pueden quitar fácilmente.

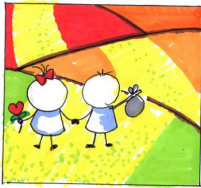
Resultados



El Amor es capaz de hacer cosas imposibles en la vida... Todo se puede hacer con Amor!



El Amor es una bellísima flor que hay que cuidar todos los días...!



El Amor es un viaje, un lugar de salida... "la mirada"... Luzar de llegada... "el corazón".



Adriano 22

Me llamo Alvaro tengo 48 años, soy casado y tengo una hija de 17 años.
 Si hecho la vida atrás creo que podría haber hecho las cosas de otro forma, no me malinterpretes, soy una persona feliz, tengo un hijo a la que adoro, una casa, trabajo fijo y mi preciosa hija, que es una niña espectacular, pero respecto a mi trabajo lo podría haber hecho mejor, cuando me despidieron, pero no me dedico a ello, tuve un tiempo trabajando pero las circunstancias de aquel entonces me hicieron desistir por el trabajo que tengo, es algo de lo que me arrepiento y tengo esa espinita clavada, no fui valiente, me fui a la final y cuando y aunque aún me lo planteo sigo sin ser valiente, la seguridad de tener un sueldo fijo en casa me hizo echarme para atrás y eso es algo de lo que sigo me angustia al pensar de esto como te he dicho soy feliz, no sé si puedo mejorar.
 Mi mayor preocupación es de lo que voy a que mi familia esté bien y que mi hija vea sus sueños cumplidos porque se lo merece, es muy inteligente. Es curioso que dicen que estoy escribiendo esto me hace pensar en las riquezas que tienes cuando eres más joven, las expectativas, los ilusiones

Fig.12. Ejemplo de dos cartas recibidas.



Fig.13. Imagen de la puerta y el soporte



Fig.14. Imagen puerta con cartas

Conclusiones

Al comenzar con el proyecto pensé que no iba a cumplir mis objetivos ya que no recibía respuesta alguna y el único objetivo que había cumplido era el de expresar mis sentimientos, pero a medida que fui recibiendo cartas y las iba leyendo, fui dándome cuenta que estaba consiguiendo lo que quería. En realidad fue cuando leí la carta y me di cuenta que había llegado a una persona, la cual se sentía agradecida conmigo por hacerle dedicarse un tiempo de reflexión a sí misma y aunque fuera solo una persona, sentí que había cumplido mis objetivos.

Hice reflexionar a los lectores, los cuales me demostraron en sus cartas cuando hablaban acerca de sus vidas; se dedicaron tiempo a ellos mismos ya que escribieron las cartas pensando en cómo se sentían; compartimos reflexiones íntimas, algunas

alegres pero en la mayoría de las cartas dolorosas; yo les escribí a ellos y ellos a mí, aunque en realidad nos estamos escribiendo a nosotros mismos.

También creo que la gente que me ha escrito se han sentido cómodos con la escritura porque así me han hecho saber algunos, pero no podré saber si siguen con ello o no, ya que eso no está en mis manos.

Finalmente, he podido agrupar las cartas en una sola obra, por lo que me siento satisfecha con todo el proceso y con el final, ya que siento que he cumplido mis objetivos.

Te doy las gracias, porque a pesar de mis lágrimas, he podido algo de lo que siento.

Buena Paula, gracias por darme la oportunidad de volver a mover mi pluma, a dedicar unos minutos de reflexión en este mundo tan estresante. Hacía años que no sentía más que apuntas de opresiones.

Gracias por esta experiencia Paula, creo que es un proyecto muy bonito y espero que mi sinceridad, aunque todo sea un poco negativista, te ayude en tu tfg. Aquí me ha ayudado bastante, así que Gracias de nuevo.

Saludos ♥

Gracias por permitirme dedicarme tiempo a plasmar lo que me ha venido a la mente en este momento y regalarme unos momentos de reflexión y desahogo.

Gracias por tu relato y gracias por dejarme expresar lo que hoy y ahora tenía en la cabeza. Creo que esputaré a hablar más a menudo 😊

Fig.15. Ejemplo de agradecimientos escritos en las cartas que recibí.

Agradecimientos

Quería agradecer a todas las personas del Hospital General de Alicante que han depositado toda su sinceridad en las cartas que me han enviado, en especial a las personas de la 4º planta.

Gracias a mi madre porque además de ser enfermera durante unos días también se convirtió en cartera.

Gracias a mi padre por ayudarme en la búsqueda de la puerta y en la construcción de soporte.

Sin vosotros este trabajo de fin de carrera no se hubiera podido realizar.

Bibliografía



Fig.1. *Ser o no ser (un cuerpo)*, ilustración de la portada del libro de Santiago Alba Rico.

<https://www.planetadelibros.com/libro-ser-o-no-ser-un-cuerpo/239064>

Fig.2. Fotograma de la película *Una Carta para Momo* de Hiroyuki Okiura.

<https://www.senalcolombia.tv/cine/anime-carta-para-momo>

Fig.3. *Umbrales, Un viaje por la cultura occidental a través de sus puertas*, ilustración de la portada del libro de Óscar Martínez.

<https://www.casadellibro.com/libro-umbrales-un-viaje-por-la-cultura-occidental-a-traves-de-sus-puertas/9788418708275/12288671>

Fig.4. Fotografía de John Leonardel pescador de Baltimore que encontró el mensaje de Craig en una botella.

<https://www.southernstar.ie/news/craigs-message-in-a-bottle-travels-1900-miles-from-newfoundland-to-baltimore-4148735>

Fig.5. Fotografía del mural *Elsewhere* de Stefaan De Croock.

<https://www.contemporist.com/stefan-de-croock-creates-mural-in-belgium-from-discarded-wood/>

Pdf *La investigación artística Un espacio de conocimiento disruptivo en las artes y en la universidad* de Natalia Calderón García Fernando Hernández y Hernandez

<https://octaedro.com/wp-content/uploads/2019/05/16149.pdf>

Película completa *Una Carta para Momo* de Hiroyuki Okiura.

<https://www.facebook.com/Nihonshusoku/videos/pel%C3%ADcula-una-carta-para-momosinopsis-momo-tiene-que-irse-a-vivir-con-su-madre-a-/813036605523673/>