

Entre el ser y el hacer

[ENSAYO VISUAL]

(ella) **Pamen Pereira** [Investigadora independiente, SP]

(ENG) Between Being and Doing

ReCIA – Revista del Centro de Investigación en Artes

MONOGRÁFICO 2 >> septiembre 2025

RAW MATTER #MATERIA EN CRUDO. Investigaciones y discursos artísticos sobre los Estados de la

Materia: líquido, sólido, efímero, inmaterial

ISSN 3045-7769 recia.umh.es cia.umh.es



Licencia ttribution NonCommercial-ShareAlike
CC BY-NC-SA 4.0

Resumen: *Entre el ser y el hacer* es una reflexión sobre el origen y el quehacer de la expresión artística. Considerando el arte como forma de conocimiento para el artista, la expresión artística es el diálogo con la materia, con el espíritu, con la emoción, con la ciencia y con el humanismo, y lo más importante, junto con la interacción, es el compartir. Para la creación se ponen en sincronía cerebro, corazón y cuerpo, y ante cualquier nueva experiencia hay que escuchar y desarrollar la atención. ¡Cuántas neuronas se ponen en movimiento por todos los circuitos posibles ante la experiencia creativa, la experiencia artística y la experiencia estética! Además, en la creación, en la contemplación, en la experiencia estética, y en las experiencias meditativas, el corazón y el cerebro entran en comunicación en la medida justa. Eso nos permite percibir más allá de nosotros mismos, no tan condicionados por nuestra percepción del yo. Si pudiéramos sentir que todo y todos formamos parte de algo tan grande y complejo, abriríamos muchas barreras a nuestra capacidad de interpretar el mundo y sería más fácil establecer las relaciones entre las cosas. Ese vínculo indisoluble entre lo efímero y lo eterno, entre lo sólido y lo ligero, lo pesado y lo ingrávulo, dan vueltas constantemente en mi quehacer. A través de la alquimia entre el pensamiento y los materiales que logran esa vinculación, podemos reflexionar sobre cuál es la capacidad y el papel del arte en la visión e interpretación del mundo.

Palabras clave: Ser y Hacer, Arte, Materia, Humanismo, Neurociencia, Inteligencia emocional, Creatividad, Meditación, Conciencia colectiva, Poética

Abstract: *Between Being and Doing* is a reflection on the origin and purpose of artistic expression. Considering art as a form of knowledge for the artist, artistic expression is a dialogue with matter, with the spirit, with emotion, with science, and with humanism, and most importantly, along with interaction, it is sharing. In creation, the brain, heart, and body are synchronized, and in the face of any new experience, we must listen and develop attention. How many neurons are set in motion through all possible circuits in the face of creative, artistic, and aesthetic experiences! In creation, in contemplation, in aesthetic experiences, and in meditative experiences, the heart and brain communicate in just the right amount. This allows us to perceive beyond ourselves, less conditioned by our perception of the self. If we could sense that everything and everyone are part of something so vast and complex, we would open many barriers to our ability to interpret the world, and it would be easier to establish relationships between things. This indissoluble connection between the ephemeral and the eternal, between the solid and the light, the heavy and the weightless, constantly revolves around my work. Through the alchemy of thought and the materials that achieve this connection, we can reflect on the capacity and role of art in our vision and interpretation of the world.

Keywords: Being and Doing, Art, Matter, Humanism, Neuroscience, Emotional Intelligence, Creativity, Meditation, Collective Awareness, Poetics

Introducción. Arte y estados de la conciencia

Quiero aprovechar la ocasión para plantear, muy brevemente, el arte como un estado de la conciencia que se mueve entre el ser y el hacer. Vamos a partir del planteamiento de que el ser no tiene forma propia; toma forma a través de las cosas. Para casi todos nosotros, el arte es nuestra forma de conocimiento, y para que esto sea así, dialogamos con la materia, con el espíritu, con la emoción, la ciencia y, sobre todo, con el humanismo. Creo que la expresión artística está estrechamente unida al compartir. Tanto en su creación como en su exhibición, lo más importante es siempre la interacción.

Recientemente, escuché una conferencia de la neurocientífica Nazaret Castellanos que me inspiró en relación con la creación artística. Ella contaba que una de las palabras más asociadas a sus experimentos es "compartir", la importancia de compartir. Dice la neurociencia que nuestro cerebro está habitado por células nerviosas independientes, las neuronas, pero para que estas sean capaces de procesar información, necesitan conectarse, comunicarse.

Cualquier experiencia supone un compartir de nuestras neuronas; estas necesitan recibir y mandar información. Si proyectamos este comportamiento en nosotros, los humanos, que nos creemos individuos independientes, comprobamos que, al igual que los procesos neuronales, para procesar información hacen falta las conexiones, el compartir. (Castellanos, 2022).

La alquimia entre el pensamiento, la espiritualidad y los materiales

Para la creación se ponen en sincronía cerebro, corazón y cuerpo, y ante cualquier nueva experiencia hay que escuchar y desarrollar la atención, como podemos observar en *Oído en tierra* (2020) (p. 273), creada con una raíz, tierra y un cráneo de escayola recubierto de pan de oro, y *Sunken Roots* (2020) (p. 272), que representa un mapa de África realizado con raíces de manglar. ¡Cuántas neuronas se ponen en movimiento por todos los circuitos posibles ante la experiencia creativa, la experiencia artística y la experiencia estética!

Quisiera compartir otra de las ideas que mencionó Castellanos (2022) en su conferencia, que me resultó reveladora sobre la relación entre el cerebro y el corazón: el cerebro necesita escuchar a todo el cuerpo para saber lo que tiene que hacer, pero tiene que responder muy especialmente al corazón. Para ello, hay un grupo de neuronas encargadas de recibir ese estímulo del corazón y de responder al latido cardíaco. Gracias a su interacción, nos enteramos de lo que pasa "fuera de nosotros", en el mundo exterior.

Si estas zonas no responden al latido del corazón, estaríamos completamente desconectados del mundo. Como el corazón tiene tanto que ver con la idea del yo, cuanto más responde el cerebro a los latidos cardíacos, más pensamos en nosotros mismos. Esto es: mi vida, mi cultura, mis experiencias... yo, yo, yo. Dice Castellanos que, si el corazón interactúa con demasiada presencia con el cerebro, vemos las cosas no como son, sino como somos. "A través de nuestra conciencia del yo, vemos

todo desde nuestra perspectiva. Con cada latido, percibimos el mundo, y así, de manera constante, como una coreografía, el corazón marca el ritmo, y todo el cuerpo sigue la danza" (Castellanos, 2022).

Según estas investigaciones, si esta conexión corazón-cerebro sucede en exceso, contaminamos nuestra percepción. Haciendo una analogía entre la experiencia artística y la meditación, se podría decir que, si conseguimos que la relación corazón-cerebro encuentre un delicado equilibrio, la percepción del "yo" disminuye, se amplía nuestro campo de percepción y podemos entrar en contacto con las energías más sutiles.

Sirva esto para ver cuál es la capacidad y el papel del arte en la visión e interpretación del mundo. Es decir, en la creación, la contemplación o incluso la experiencia estética, así como en las experiencias meditativas, el corazón y el cerebro entran en comunicación en la medida justa. Eso nos permite percibir más allá de nosotros mismos, no tan condicionados por nuestra percepción del yo.

Aquí entra en juego la inteligencia emocional o espiritual, esa que nos explica muy bien Francesc Torralba en la ponencia *La inteligencia emocional en la vida cotidiana* que impartió en 2025 de la Universidad Popular de Logroño en el III Foro de Espiritualidad: La sorpresa de lo cotidiano. Torralba nos habla de *intus leyere*, leer dentro, una inteligencia que no se queda en la superficie, que no se queda en la fachada o en la apariencia, y busca más allá de lo inmediato, capaz de leer en lo que no está a primera vista. Nosotros, como artistas, cultivamos esa capacidad de ver lo que atesora una mirada profunda sobre lo inmaterial y lo artístico.

También me gustaría establecer la analogía de algunas intervenciones artísticas con otra definición de inteligencia que también describe en la mencionada ponencia: *inter-eliyere*, elegir entre. En los procesos creativos, igual que en la vida, debemos elegir y nos encontramos, en palabras del Torralba, "ante el vértigo de las posibilidades".

Esta facultad nos sirve para deliberar, elegir, valorar y decidir, aun sin saber lo que va a pasar después. Nos ofrece la capacidad para hallar soluciones a situaciones complejas, y nos ayuda a encontrar estímulos para el desarrollo de estas múltiples formas de percibir en comunicación con lo otro, con la debida distancia de nuestro yo. (Torralba, 2015)

Considero que el arte trabaja con estas dos pautas: el *intus leyere* y el *inter-eliyere*, y el resultado es que encuentra una manera de incorporar la información del mensaje espiritual en la materia. Es la integración plástica, o formal, de una idea en un material físico o virtual, al que el receptor puede retraducir desde un nivel ideal el contenido transmitido. La búsqueda de un camino, de una orientación, se concreta en la instalación *Por aquí no hay camino* (2022) (p. 273), donde las formas sinuosas de una barandilla se desvanecen en el aire.

El arte tiene la capacidad de hacernos conscientes de esta inteligencia espiritual o emocional, de cultivarla y de compartirla a través de la experiencia estética o la experiencia artística. Y se produce de nuevo un compartir con lo que sucede más allá de nosotros mismos.

Volviendo a Castellanos (2022), ella nos explica que los cerebros se contagian; hay una sincronización en la fase intercelular. Cuando nos escuchamos con atención, nuestros cerebros se están pareciendo. La enorme plasticidad del cerebro permite

esto y puede que nos explique muchos comportamientos humanos, ya sea en grupos familiares o de otra índole, incluso como especie.

Pero ¿el cuerpo acaba en la piel? ¿Somos individuos? ¿O somos, como dice ahora la neurociencia, holobiontes, seres vivos que de una manera global interaccionan entre sí constantemente?

Según los neurocientíficos, los corazones se sincronizan con extraordinaria facilidad. Sucede de manera automática; basta una mirada para establecer esta comunicación, que podríamos considerar involuntaria. Esto nos hace plantearnos la importancia de quién nos rodea y también qué es lo que comunicamos. (Castellanos, 2022)

Y así entra en juego la conciencia. Es todo el cuerpo el que da lugar a la conciencia. Tras escuchar la conferencia de Castellanos, la teoría que más me convence es que:

La conciencia es una propiedad física del universo, igual que la masa o la gravedad. Hay algo que algunos científicos llaman PHI, que equivaldría a la conciencia, que se comparte y es producto de la interacción de todos los seres, lo que vemos y lo que no vemos; entra en nosotros y lo transformamos, y así sigue transformándose. (Castellanos, 2022)

Yo quisiera ver desde el arte esa humanidad compartida: la disolución del arte en lo cotidiano, con cada individuo constituyéndose en una obra en sí mismo, y muy especialmente compartir la propia vida, que, cuando se expresa con total libertad, sin dejar nada fuera, incluidos el azar y la búsqueda de lo irracional, se vuelve una composición artística. A la vez, quiero hacer esta traducción de la humanidad, juntando pensamiento y materia, porque juntos se reactivan, se alquimizan y se hacen bellos desde la candidez del juego y no desde la imposición de ninguna regla conocida: la instalación *The Second Wind* (2016) (p. 274), lo sintetiza en ese caos de muebles y objetos diversos, volando aleatoriamente, como en una explosión congelada en el tiempo.

La percepción y el desarrollo de la atención llegan a veces a lugares inaccesibles a cualquier razonamiento. Por eso, me muevo dentro de un concepto de arte que propone al espectador ir un poco más allá de una experiencia estética y sensorial: una puesta en escena al servicio de la poesía, lejos de lo que uno puede formular verbalmente. Un espacio de silencio donde uno pueda mirar más allá de sí mismo y despertar a una presencia activa que consiga enlazar el mundo visible con el invisible. Esto facilita el proceso de interiorización y transformación que necesitan las cosas para realizar su identidad y su alteridad: ser en lo otro. ¿Qué es dentro y qué es fuera?

Somos afortunadas de poder desplegar todos nuestros sentidos y explorar los límites que se despiertan en nuestro campo de experiencia, aumentando de esta manera nuestro campo de conciencia ante lo que descubrimos. Si pudiéramos, por un instante, sentir que todo y todos formamos parte de algo tan grande y complejo, podríamos abrir muchas barreras a nuestra capacidad de interpretar el mundo y sería mucho más fácil establecer las relaciones entre las cosas, por disparatadas que estas puedan parecer. Entonces, y sólo entonces, nos sentiríamos como peces que salen de la pecera y descubren el inmenso océano, como podemos ver en la video proyección *Tampoco el mar duerme* (2015) (p. 275). Nada existe por separado ni desconectado de lo demás; la gran realidad de la vida lo abarca todo sin exclusión: libre en su movimiento, pero absolutamente interdependiente.

Según las enseñanzas de Ramana Maharashi¹ y de la tradición Zen, la materia es un estado de transición entre el nacimiento (el día) y la muerte (la noche), entre lo presente y lo ausente, siempre en un proceso abierto y dinámico. ¿Y si es verdad que la existencia no es nada más que un sueño? En *El fuego y el reposo* (2022) (pp. 276 y 277), donde vemos una cama ardiendo, proponemos que los tres estados de conciencia más conocidos —la vigilia, el dormir con sueños y el dormir profundo— forman un largo sueño. Un cuarto estado de la conciencia sería “el despertar”, es decir, “el final del sueño”, más profundo que el dormir profundo y más despierto que la vigilia. Un estado donde no interviene la conciencia cognitiva, se detiene la actividad del yo y se despliega todo el brillo del Ser. Ser en todo. Ahí se produce un movimiento evolutivo al fondo de uno mismo, en el que cada instante concreto tiene la cualidad de infinito, de lo eterno, y contiene la esencia de lo que nos mantiene vivos.

Así, entramos en ese mundo que no puede ser percibido por los sentidos ni definido por los conceptos y que, sin embargo, es tan real como el mundo visible: es un mundo arquetípico, intuitivo y transindividual, habitado por energías sutiles. Creo que el arte se maneja bien descubriendo el vínculo entre la materia y estas energías sutiles; la imaginación es una puerta para ello. “Siempre hay que poner la razón al servicio de la imaginación, porque la razón por sí sola no crea; no puede crear, su trabajo es hacer posible lo que la imaginación propone” (Pereira, 2023). La pieza *Gabinete de trabajo* (2001) (p. 278) creada con mesa de madera, grasa y alfombra, refleja cómo el trabajo constante convierte al taller en un lugar de creación.

Respirar con la plena conciencia de cómo un instante recoge toda la eternidad. Tiempo y espacio en una sola cualidad de las cosas. En términos filosóficos, quisiera hablar de una dimensión del tiempo que apunta a la experiencia, no a un concepto puramente teórico: es Kairós, el momento perfecto, delicado, crucial; la fugaz coincidencia de tiempo y lugar que crea la atmósfera oportuna para la acción, las palabras o el movimiento. Es el tiempo de Dios. Creo que el arte, la experiencia artística, suceden en Kairós, como se percibe en la instalación *La doma del buey* (2017) (p. 279), donde vemos una corona de cuernos de vaca y toro, un espejo de obsidiana y acero dialogando con Pales, diosa del ganado, obra de mármol de Carrara realizada por Giuseppe Lazzarini en 1850.

En la idea de la muerte, la impermanencia y la transformación sin fin, el espacio-tiempo está presente, igual que en la idea de génesis, de crecimiento y regeneración. Nada es permanente, salvo el propio cambio y la continua transformación; todo lo sólido se desvanece en el aire, y luego el aire también se desvanece, tal como sucede en la pieza *Nada, nada, nada* (2022) (p. 280), una vitrina de madera que contiene diferentes objetos en un vano intento de aprender las formas para que no se disuelvan en la nada.

En un escenario indisoluble de espacio-tiempo se manifiesta un mundo constituido por la diversidad: cada piedra, cada planta, cada animal o cada persona somos meras formas de una sustancia común que, agitada por la emoción, es susceptible de transformarse en algo diferente. La materia parece estar encerrada en su carcasa, pero todo puede disolverse y convertirse en otras cosas. Así parecía comprenderlo bien Ovidio en *La metamorfosis*, solo hay que disolver esa opacidad que parecen tener las cosas. La transformación de la materia, de la carne, de lo efímero de la vida,

¹ Las enseñanzas de Ramana Maharashi, a través del texto de Ramiro Calle, y los textos del Shobogenzo del Maestro Zen Eihei Dogen traducidos y comentados por el Maestro Zen Dokushô Villalba me han servido para ahondar en este tema.

la vemos en *Genesis. Vanitas* (2016) (p. 281), realizada con huesos, cristal y plomo.

Ese vínculo indisoluble entre lo efímero y lo eterno, entre lo sólido y lo ligero, lo pesado y lo ingravido, dan vueltas constantemente en mi quehacer, como reflejo en *S/T, alas de plomo* (2017) (p. 282), con el contraste entre la ligereza de las alas vencidas por el material, el plomo. La conciencia de lo efímero es lo que mejor nos habla de la eternidad. Como dice Borges en el verso del poema *La noche cíclica*, "vuelve a mi carne humana la eternidad constante" (Borges, 1996, p. 34).

El mundo tangible y sensible es la manifestación de la gran cadena del ser, el poso residual de una larga progresión de grados cada vez más sutiles de la materia. Recogemos unas reflexiones de diferentes autores sobre el tema que nos concierne: Bergson (2004) decía que la realidad última sólo es comprensible por intuición. Whistler (1890), el pintor americano, decía que el arte sucede. Borges (1997) decía que el arte sucede cada vez que leemos un poema.

Una obra de arte debería hacer justamente esto: suceder cada vez que alguien o algo toma conciencia de ella. La obra no es nada en sí misma hasta que es experimentada por su receptor; exige un contacto íntimo entre ambos. Cuando nuestra atención se afina, el escenario deviene nuevo en cada momento, y el descubrimiento gozoso es que todo se vuelve mucho más interesante. Igualmente, cuando el escenario es nuevo, aumenta nuestra actividad neuronal y nuestro nivel de percepción es más agudo e intenso, así lo vemos en la obra *Ecuanimidad* (2015) (p. 283), donde la vela encendida, goteando sobre el sombrero, simboliza esa actividad creativa.

Confieso que hay un espíritu anárquico que me mueve con tanta naturalidad como si las normas o convenciones no fueran conmigo, con poco respeto a la autoridad, y con la firme convicción de la ausencia de límites. En la esencia de mi trabajo está presente la importancia de trascender los modos convencionales de mirar, de pensar las cosas y la existencia. Uno de los encuentros que impartí en el Máster Universitario en Arte, Idea y Producción en la Facultad de Bellas Artes de la Universidad de Sevilla lo titulé: "Amor, Arte y Anarquía".

Anarquía entendida como la lucha por la completa libertad individual frente a toda ética y moral dogmática socialmente impuesta, y frente a toda autoridad institucional o espiritual. Porque, siguiendo las reflexiones de Ernst Bloch, el pensamiento utópico es el pensamiento realmente evolutivo en la historia humana y se mueve en la poética de la esperanza (Bloch, 2007). Se trata de la esperanza de alcanzar la armonía del individuo en y para la sociedad. De ahí deducimos lo importante que es el autoconocimiento en el desarrollo del individuo para dar lugar a una moral propia, guiada por el principio y fundamento de la única circunstancia que hace posibles y válidos todos los movimientos: el Amor.

El Amor, porque es lo que mantiene la motivación, la entrega y el propósito último, capaz de empatizar y fundirse en lo otro. Arte o Poesía, porque es lo que formula y da forma a esa entrega y a ese propósito. Podemos ver la entrega del yo con el otro, y como afecta a la conciencia que despierta en una coreografía de pájaros de cerámica volando sobre una cuna de hierro suspendida en el aire en *Life, I'm your lover* (2019) (p. 284.)

A modo de conclusión, diré que universo e individuo no son cosas diferentes, ya que

ser en el no ser es la naturaleza verdadera de las cosas. Querer y aceptar lo que eres, arte y parte de un universo compuesto en su totalidad por ínfimas partículas de la misma sustancia, es una de las maestrías necesarias para encontrar esa serenidad frente al mundo. La plena conciencia de nuestra existencia temporal, el saberse mortales, liberados del miedo a Dios y a la muerte, es el gran paso para sentir el destino en nuestras propias manos: autónomos y capaces de perseguir un propósito (Lucrecio Caro, 2012).

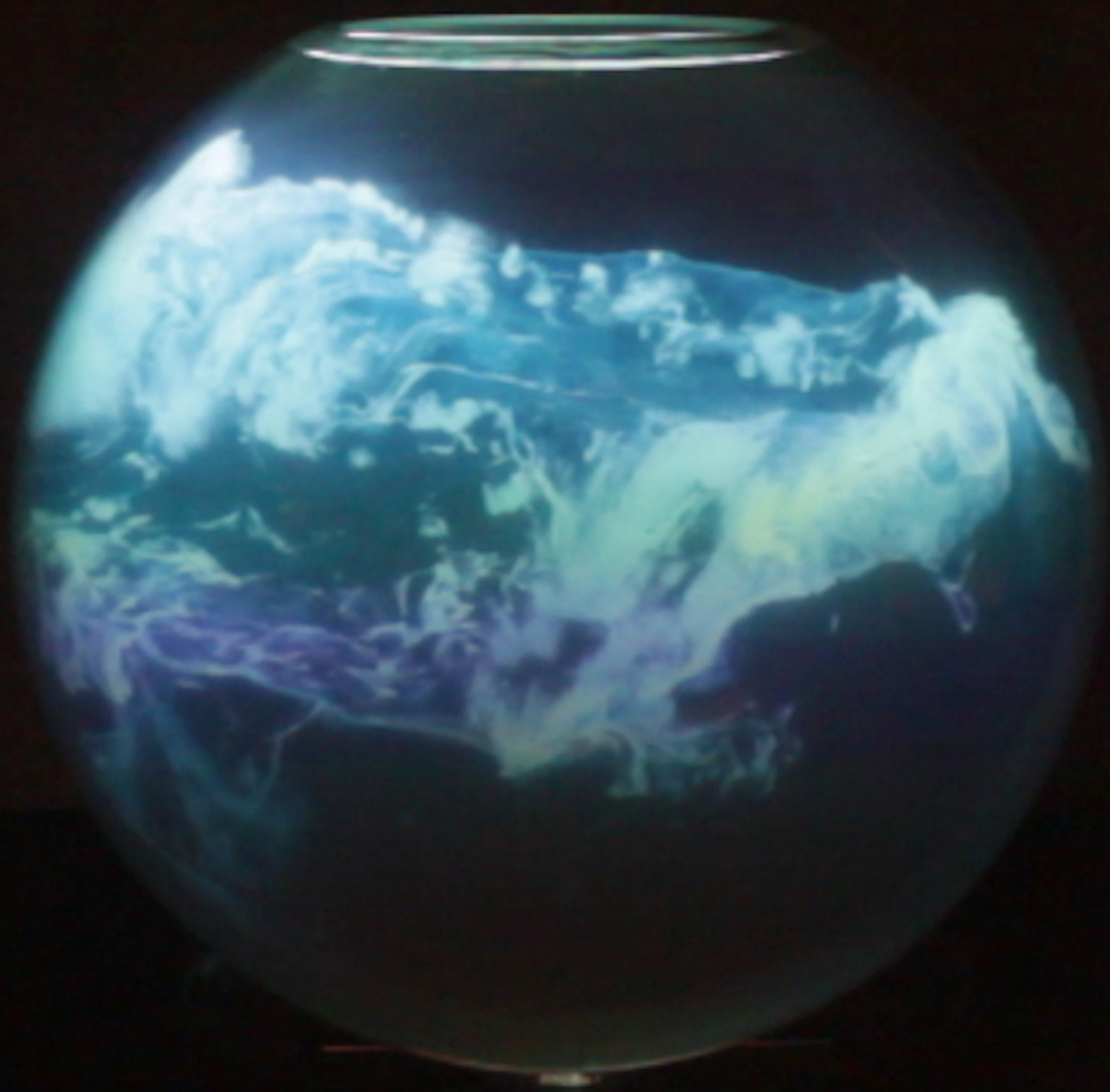
Propondría, si supiera cómo, el no hacer como acción; una compenetración con la materia del ser, porque, como he dicho al principio, el ser no tiene forma propia, toma forma a través de las cosas y mi principal quehacer es darle forma para que





























estas nos puedan revelar su significado más profundo (Pereira, 2023).

Imágenes (pp. 271- 284): Pamen Pereira, p. 271, *Oído en tierra*, 2020. Fotografía: Tono Arias, Jorge Sarmiento, Juan Silvar y Josep Plaja Borrell; p. 272, *Sunken Roots*, 2020. Fotografías: Tono Arias, Jorge Sarmiento, Juan Silvar y Josep Plaja Borrell; p. 273, *Por aquí no hay camino*, 2022. Fotografía: Tono Arias, Jorge Sarmiento, Juan Silvar y Josep Plaja Borrell; p. 274, *The second wind*, 2016. Fotografía: Josep Plaja Borrell; p. 275, *Tampoco el mar duerme*, 2015. Fotografía: Lola Guerrero, Efrain Pinto y David Gonher; p. 276 y p 277, *El fuego y el reposo*, 2022. Fotografía Pepe Caparrós; p. 278, *Gabinete de trabajo*, 1998. Colección Centro Galego de Arte Contemporáneo (C.G.A.C.). Santiago de Compostela; p. 279, *La doma del Buey II*, 2017. Fotografía: Josep Plaja Borrell; p. 280, *Nada, nada, nada*, 2022. Cortesía de la artista; p. 281, *Genesis. Vanitas*, 2016. Fotografía: Artur Ramon; p. 282, *Alas de plomo*, 2017. Cortesía de la artista; p. 283, *Ecuanimidad*, 2015. Cortesía de la artista; p. 284, *Life, I'm your lover*, 2019. Fotografía: Pedro Pinto y Pamen Pereira.

Referencias

- Bergson, Henri (2004). *Introducción a la metafísica* (Trad. de Manuel García Morente). Porrúa. (Trabajo original de 1903).
- Bloch, Ernst (2007). *El principio esperanza* (Trad. de Felipe González Vicén). (Vols. 1-3). Trotta. (Trabajo original de 1954-1959).
- Borges, Jorge Luis (1996). *El otro, el mismo*. Emecé. (Trabajo original de 1964).
- Borges, Jorge Luis (1997). *Siete noches*. Emecé.
- Calle, Ramiro (2001). *Ramana Maharashi: Su vida y sus enseñanzas*. Colección Luz de Oriente. Edaf.
- Ehei Dogen (2015). *Shobogenzo. La preciosa visión del Dharma verdadero* (Trad. y notas de Dokushô Villalba). Editorial Kairós. (Trabajo original de 1200- 1253).
- Lucrecio Caro (2012). *De Rerum Natura. De la Naturaleza* (Trad. Eduard Valentí Fiol). El Acantilado 261. (Trabajo original del 50 a.C.).
- Castellanos, Nazareth (2022, 29-30 de enero). *Más allá de nuestro cuerpo* [Ponencia]. X Foro de Espiritualidad: Humanidad compartida. Universidad Popular de Logroño. La Rioja. <https://youtu.be/3oSCGVtCClw>
- Ovidio (2015). *Las metamorfosis* (Trad. de Antonio Ramírez de Verger). Alianza. (Trabajo original del siglo I d.C).
- Pereira, Pamen (2023, 27 de mayo). *Demasiado cerca, demasiado lejos*. Discurso de ingreso en la Real Academia Galega de Bellas Artes, Auditorio del CGAC, Santiago de Compostela.
- Pereira, Pamen (2022, 7 de febrero). *Amor, arte y anarquía*. Encuentro con Pamen Pereira. Máster Universitario en Arte, Idea y Producción. Facultad de Bellas Artes. Universidad de Sevilla.

Torralba, Francesc (2015, 31 de enero-1 de febrero). *La inteligencia emocional en la vida cotidiana*. [Ponencia]. III Foro de Espiritualidad: La sorpresa de lo cotidiano. Universidad Popular de Logroño. La Rioja. <https://youtu.be/OttSoxy2Vlo>

Whistler, James McNeill (1890). *The Gentle Art of Making Enemies*. William Heinemann.

Cómo citar: Pereira, Pamen (2025). Entre el ser y el hacer. *ReCIA – Revista del Centro de Investigación en Artes*, (2), 263-286. <https://doi.org/10.21134/83m0se88>