



UNIVERSITAT
POLITÈCNICA
DE VALÈNCIA



FACULTAT DE BELLES
ARTS DE SANT CARLES

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

Facultad de Bellas Artes

de tus manos cojo el pan. Ahondar en los cuidados y la vivencia personal a través de la creación plástica.

Trabajo Fin de Grado

Grado en Bellas Artes

AUTOR/A: Martinez Boluda, Marcos

Tutor/a: Crespo Ricart, María Pilar

CURSO ACADÉMICO: 2023/2024

RESUMEN

de tus manos cojo el pan se propone como una memoria alrededor de los cuidados recibidos, su razón de ser y la relación que mantienen con la biografía de aquella que nos los ha dado: mi abuela.

A través de una práctica artística pluridisciplinar y abierta a la experimentación, aunque tomando como punto de referencia la escultura de carácter instalativo, nos centramos en el espacio de la cocina y la comida como escenario en el que situar el proyecto. Indagamos en la huella que esas comidas han dejado en nosotros y en el papel central que tienen en las actividades domésticas y de cuidados.

Desde un punto de vista personal, el proceso se materializa en una serie de piezas que dan voz a la historia vital de mi abuela, con el fin de entender su identidad más allá de la de mujer cuidadora, de comprender su forma de darse y de cuidarnos, y de guardar su memoria y sus recetas. Jugamos con la poética de los materiales y de los objetos cotidianos en la producción, para finalizar en un proyecto expositivo que dé cuenta del proceso llevado a cabo.

En conjunto, este Trabajo funciona, en acto de agradecimiento y devolución, como un homenaje a aquella que ha dado todo de sí para evitar que los que venimos detrás tuviéramos que pasar por lo mismo que ella ha pasado.

PALABRAS CLAVE: abuela; cuidados; memoria; hambre; cotidianidad; escultura interdisciplinar; libro de artista.

ABSTRACT

you that hand me the bread works as a reflection on the received domestic care, their way of being and the relationship they maintain with the biography of the person that has given us them: my grandmother.

This project is proposed as a multidisciplinary art practice open to experimentation but taking installation art as the main reference. We take the kitchen and food as the setting of this project, as we investigate the mark that those meals have left on us and the main role they play in domestic and care labour.

From a personal point of view, the process materialises in a series of pieces that try to give voice to the life history of my grandmother, in order to better understand her identity, to comprehend the way she gives herself to us and looks after us, and to keep her memory and recipes. We are aware of the inherent poetic significances of materials and everyday objects and we play with them in the production process, to finish in an exhibition project that shows the process that has been carried out.

Altogether, this Project works, in an act of gratitude and return, as an homage to the person that has given herself completely to avoid her family to live the same situations and life experiences she had to go through.

KEY WORDS: grandmother; care activities; memory; hunger; every day; interdisciplinary sculpture; artist's book.

AGRADECIMIENTOS

A mi familia, mami, papi, Natalia, por haberme apoyado en todo momento y haber sido partícipes de mis maquinaciones en la distancia. Gracias por haberme dado la vida, cuidarme y ofrecido todas las oportunidades; gracias por haber estado en los momentos de duda y debilidad, os lo debo todo.

A Alex y Elena por ser mis hermanas y darme la fuerza y cordura, por vuestro granito de arena.

A Neus, Darío y Mer, por las fotografías y la documentación, por la ayuda y el apoyo.

A todos los profes que me han acompañado este curso y los pasados, por vuestra aportación a este proyecto.

A Pilar, por guiarme y ser mentora. Gracias por bajarme a tierra y toda la grandísima ayuda. Gracias siempre por tus palabras y apoyo.

Pero, sobre todo, a mi abuela Natalia Carbonell Soler, que, si no hubiera sido por ella, no sé si habría escrito estas palabras. Siento que tu vida haya sido así, por eso te regalo este Trabajo.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	6
2. OBJETIVOS.....	8
2.1. OBJETIVOS GENERALES.....	8
2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	8
3. METODOLOGÍA.....	9
4. EL VALOR DE LOS GESTOS COTIDIANOS.....	10
4.1. CONSTRUIR HOGAR, COMER Y CUIDAR.....	10
4.1.1. Recuerdos de plato de cuchara.....	12
4.1.2. Devolver los cuidados recibidos.....	15
4.2. TODO LO QUE NOS HAS DADO: EL CORAZÓN DEL TRABAJO.....	17
5. MARCO REFERENCIAL.....	19
5.1. REFERENTES EN EL ARTE CONTEMPORÁNEO.....	19
5.1.1. Mierle Laderman Ukeles.....	19
5.1.2. Natividad Navalón.....	20
5.2. REFERENTES AUDIOVISUALES.....	21
5.2.1. Chantal Akerman.....	21
5.2.2. Roberta Cantow.....	22
6. DE TUS MANOS COJO EL PAN.....	23
6.1. ANTECEDENTES.....	23
6.1.1. maternidad.....	23
6.1.2. ajuar.....	24
6.2. DE TUS MANOS COJO EL PAN.....	25
6.2.1. del buen comer (aceite y sal).....	26
6.2.2. pan para cada comida.....	28
6.2.3. y ha terminado en la mesa.....	29
6.2.4. Sin título (crónica visual) y Sin título (crónica sonora).....	30
6.2.5. La exposición.....	32
6.3. UN GESTO DE CUCHARA.....	33
7. CONCLUSIONES.....	34
8. REFERENCIAS.....	35
9. ÍNDICE DE FIGURAS.....	38
ANEXO I: RELACIÓN DEL TRABAJO CON LOS OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE DE LA AGENDA 2030.....	41
ANEXO II: DE TUS MANOS COJO EL PAN.....	44
ANEXO III: UN GESTO DE CUCHARA.....	65

1. INTRODUCCIÓN

“Cocinamos derrochando dedicación por otros, por los familiares o amigos a los que alimentamos, a los que regalamos nuestro saber o nuestra maña. Recordamos los platos que hemos comido, los que comimos cuando éramos pequeños, y los olores y sabores del pasado se fijan en la memoria; sin saberlo, sin notarlo, marcan aún nuestros gustos en materia de comida”.

César Rodríguez Mateo

Tal y como comenta Rodríguez Mateo ¹, son aquellos primeros platos degustados en la infancia los que dan forma a las preferencias de nuestro paladar y los que recordamos siempre con más nostalgia. Comidas tradicionales que forman parte de nuestras familias durante décadas, de origen humilde. Pucheros a los que hemos llegado gracias a aquellas figuras maternas que nos han enseñado el valor del comer bien. Guardar la memoria de estas comidas es de vital importancia, porque componen la identidad familiar y hablan de la historia de aquellas que nos han cuidado.

La motivación de este Trabajo de Fin de Grado (en adelante, TFG) nace en la distancia, cuando los cuidados que hemos recibido toda la vida faltan. Desde hace dos años, vivo aquí en Valencia mientras mi familia reside en Cartagena. Durante todo este tiempo, la conexión más fuerte establecida con mi familia, más específicamente con mi abuela, ha sido la comida. Esta constante preocupación por mi alimentación y porque aprendiera a cocinar correctamente nos ha hecho darnos cuenta de lo importante que es la relación que mantenemos a través de la comida.

A raíz de esta toma de conciencia comenzamos a interesarnos por la relación que, desde mi infancia, habíamos mantenido con aquella que me había enseñado a disfrutar de los platos de cuchara, mi abuela, y comenzamos a indagar en el origen de su comportamiento en torno a los cuidados, la cocina y ella misma, y así comprender un poco mejor la biografía de mi familia y la razón de ser de su identidad. Por ello nos proponemos contar su historia y generar una forma de interpretar su identidad alejada de aquella tan limitada como es la de mujer cuidadora.

Para nosotros, es importante indagar en la crónica familiar ya que nos da las claves para saber por qué situaciones ha pasado nuestra familia. La familia va más allá del núcleo de personas que conviven en una misma casa, sino que ésta implica, además, una historia y un legado que se transmite de generación en generación. Conocer esta biografía nos salva de estar condenados a repetirla y a entender quiénes somos.



Fig. 1 (arriba). Fotografía del archivo familiar con mi abuela y bisabuela. 2002-2003.

Fig. 2 (abajo). Fotografía del archivo familiar con mi abuela en su 61 cumpleaños. 2006.

¹ Rodríguez Mateo, 2022, pp. 13-14.

El título incluye el pan, cuya simbología es potente, y lo liga a la manera de darse de mi abuela. Pan que quita el hambre, y alimento presente en todas las comidas. La poética del proyecto gira en torno a esos alimentos e ingredientes que son la base tradicional de la comida, comida pobre y de cuchara: pan, aceite y sal. Las manos también son un símbolo muy importante del proyecto, ya que son las que cocinan y cuidan, esa parte del cuerpo con la que cortamos el pan y que rozamos al cogerlo de unos a otros. En cuanto a las minúsculas en los títulos, seguimos la estela de la autora norteamericana bell hooks², buscando centrar la atención en la historia de mi abuela y mantenernos humildes y reflexivos ante ella.

En esta memoria nos dedicaremos a explicar todo el proceso artístico que comprende la ideación, producción y exposición de este TFG. En primer lugar, expondremos la metodología y objetivos que hemos usado para desarrollar nuestro trabajo.

A continuación, expondremos las temáticas que enmarcan este Trabajo. A pesar de tratar un tema eminentemente biográfico y personal, hemos decidido complementarlo con una pequeña reflexión sobre aspectos que nos han ido llevando a centrarnos en la figura de mi abuela. Queremos destacar que ese marco conceptual se ha ido configurando alrededor de la producción y el tema principal, y ha ido modificándose junto al desarrollo de las piezas.

También comentaremos cómo ha sido nuestro proceso de producción, iniciando con unos proyectos anteriores que creemos fueron la chispa que encendió nuestra curiosidad por los temas que tratamos en este TFG, y continuaremos explicando los procesos seguidos para la consecución de las dos piezas finales. Finalmente, y en relación a los resultados, concluiremos la memoria con una reflexión personal que surge al poder revisar todo el proceso en su conjunto al final del éste.

² Al tomar como pseudónimo el nombre de *bell hooks*, la autora estadounidense Gloria Jean Watkins recupera el nombre de su bisabuela en acto de homenaje y reconocimiento a ella. En cuanto a las minúsculas, la decisión radica en alejar de ella misma la atención y centrarla en el verdadero mensaje, que es la de homenajear a las figuras femeninas y su legado. Encyclopedia Britannica. Why did bell hooks spell her name in lower case? <https://www.britannica.com/video/230729/who-was-bell-hooks> [Consulta:16 de junio de 2024]

2. OBJETIVOS

Al iniciar este TFG, y con tal de componernos un plan de actuación para abordar proyecto, establecimos una serie de objetivos generales y específicos que hemos perseguido cumplir durante el proceso.

2.1. OBJETIVOS GENERALES

- Realizar un proyecto artístico que sirva como homenaje a mi abuela para reconocer su trabajo silencioso y constante dentro del hogar y devolver de manera simbólica los cuidados recibidos de su parte.
- Llevar a cabo una investigación en torno a la figura de mi abuela y su historia para comprender su identidad más allá de la cuidadora.
- Construir una poética propia del concepto de cotidianidad apoyándonos en diversos referentes literarios, plásticos y audiovisuales.
- A través del trabajo realizado, componer una metodología propia de trabajo, un proceso creativo que aplicar en proyectos futuros.

2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Crear una serie de piezas que estén relacionadas con diversos objetos cotidianos significativos de la biografía familiar propia.
- Indagar en el espacio de la cocina y su centralidad en las actividades domésticas y de cuidados.
- Generar un espacio que referencie aquellas cocinas mencionadas y las experiencias vividas en éstas.
- Llevar a cabo un proyecto artístico abierto a conjugar diversas técnicas plásticas, permeable a los cambios y fuerte ante lo pensado y lo hecho.
- Experimentar con el recetario y sus posibilidades plásticas llevándolo al formato del libro de artista y del fotolibro.
- Utilizar el proceso de la fundición artística para generar piezas de carácter delicado a pesar del simbolismo de lo pesado que acompaña a esta técnica.
- Servirse de las connotaciones y usos históricos de la cerámica para la realización de una pieza que conecte con el espacio doméstico y la temática principal.
- Aplicar las técnicas de reproducción escultórica para crear una pieza relacionada con nuestros intereses plásticos y temáticos.

3. METODOLOGÍA

La metodología que hemos aplicado para este TFG ha ido metamorfoseando hasta que hemos dado con el tema concreto y la forma de trabajar que más se adecúa a nosotros. El proyecto comenzó desde una visión más general y con el tiempo, y reflexionando sobre los contenidos propuestos, ha ido concretándose.

Lo primero que realizamos fue componer una bibliografía en torno a la comida, la cocina y el valor de lo cotidiano. Empezamos trabajando desde la lectura, ya que nos ofrecía diversos puntos de vista y formas de entender las ideas que teníamos. Fuimos recopilando artículos académicos de interés, libros y diversos materiales, para componer unos ejes conceptuales que rodearan al tema de ese momento. Las lecturas han continuado durante todo el proceso de trabajo, ya que es una base desde la que nos gusta trabajar. En cuanto a los referentes plásticos y audiovisuales, a raíz de nuestra búsqueda e intereses personales, fueron llegando a nosotros conforme los íbamos necesitando y nos fueron proporcionando las soluciones formales que requeríamos.

A continuación, comenzamos a trabajar en algunas piezas. Nuestra principal idea era la de generar toda la producción de este TFG en las asignaturas del Grado, para aprovechar el tiempo, y complementar, más tarde, con otros elementos si hiciera falta. En esta primera fase de producción, comenzamos trabajando en general sobre las mujeres cuidadoras, sin centrarnos aún en mi abuela. De esta fase surgieron un par de piezas que seguimos incluyendo en la producción, ya que encajan con las piezas realizadas posteriormente.

Tras finalizar estas piezas, sentíamos que nos faltaba concreción en la temática. La visión tan general que estábamos abordando no terminaba de decir mucho, por lo que decidimos ahondar más en nuestra experiencia, y buscar un corazón que le diese vida al proyecto. En este momento nos dedicamos a recopilar buena cantidad de material de archivo y teniendo conversaciones con mi familia para dar con aquello que faltaba, apoyándonos en esquemas para sacar conclusiones. El cambio se dio cuando pudimos tener una larga conversación con mi abuela Natalia, propiciando así ese giro temático.

En este punto comenzó una segunda fase de producción, en la que nos centramos en generar una serie de piezas que trabajaran la historiografía familiar, y que compusieran el conjunto principal de la producción. Con ellas, procedimos a montar una exposición que dotara sentido completo al TFG y sacara el mayor partido del proyecto. Se realizó en una Project Room de la facultad y se completó como una exposición al uso, haciendo hincapié en la documentación para poder incluirla en esta memoria.

4. EL VALOR DE LOS GESTOS COTIDIANOS

En este epígrafe componemos los ejes temáticos que enmarcan este TFG. A pesar de hablar de un tema de la autobiografía personal, preferimos ahondar además en puntos conceptuales universales para enriquecer nuestro trabajo práctico y entablar un diálogo con el espectador. Nos centramos en una serie de gestos, lugares y situaciones que vivimos todos los seres humanos; elementos de un día a día vivido en común. Todos éstos componen el hecho cotidiano, y es la realidad más próxima desde la que podemos trabajar.

Así, nos cuestionamos qué valor tiene centrarnos en aquellas situaciones más próximas y cómo podemos trabajarlas en la práctica artística. Desde la cotidianidad, nos preguntamos cuál es nuestra posición frente a ella y qué, de toda nuestra vivencia diaria, ha trascendido tanto como para haber dejado la huella de la que surge nuestro interés.

De esta manera, bajo el primer epígrafe, buscamos revalorizar lo cotidiano y deconstruir el discurso que lo banaliza. Dentro de dicha cotidianidad, nos interesamos por el hogar, el acto de comer y los cuidados domésticos, porque creemos que éstos aún no tienen la trascendencia que suponemos merecen. En segundo lugar, exponemos qué parte específica nos ha lanzado a crear, esa dimensión más personal centrada en mi abuela.

En ningún momento nos proponemos hacer una definición o genealogía del pensamiento filosófico sobre estos temas, sino más bien construir una revalorización poética que aplicar a nuestra práctica. Queremos dar a entender por qué centrarse en las cosas próximas y la propia experiencia son temas más que válidos para trabajar artísticamente.

4.1. CONSTRUIR HOGAR, COMER Y CUIDAR.

La vida diaria sucede, en muchas ocasiones, sin dar demasiada cuenta de ella. No terminamos de ser conscientes del todo del hecho cotidiano porque vivimos en ello: es todo aquello que conforma nuestro día a día y abarca todo nuestro tiempo. Es inmediato a nosotros y tiene presencia universal. Para estudiar el valor que tiene nos apoyamos mayoritariamente en el texto *La resistencia íntima: Ensayo de una filosofía de la proximidad*, de Josep Maria Esquirol. Éste proporciona un punto de vista que nos resulta muy sugerente, y es cercano a nuestra forma de ver el mundo y la cuestión humana.

El hecho cotidiano está directamente relacionado con lo habitual, tratado como rutina, despreciándose por la repetición que conlleva. Para huir de esta rutina, intentamos evadirnos de diversas maneras (entretenimiento, viajes, experiencias diversas...) mediante el constante cambio, lo inhabitual. Sin embargo, dice Esquirol: “Evitemos buscar siempre lo extraordinario,

admirémonos de lo simple y llano y aprendamos a apreciarlo porque, desde cierto punto de vista, es lo más sublime de todo” (2015, p. 55). Centramos la atención en lo cotidiano porque nos parece la realidad más inspiradora, y creemos que merece ser revalorizada.

Lo cotidiano puede parecer algo banal y simple sin mucha profundidad. A nosotros nos interesa trascender esa barrera, ir más allá; rechazamos por completo que lo cotidiano sea ni ‘lo ordinario ni lo banal’³. No son estas las cualidades que nos vienen a la cabeza cuando pensamos en ello. Lo cotidiano merece cierta dignidad, y con ello, todo lo que está ligado a ello. ¿No son, por ejemplo, todos aquellos trabajos de la vida sencilla popular, considerados menores, oficios respetables?⁴. El panadero o el ama de casa, entre otros, son ocupaciones que nos abastecen y sustentan. Es más, son realidades inherentes al ser humano:

“Lo humano no espera manifestarse sólo en la región superior de la acción política o del pensamiento contemplativo, sino que lo hace ya—y con parecida intensidad—en el gesto cotidiano. Hay que andar, pues, con cuidado, para no correr el riesgo de simplificar” (Esquirol, 2007, pp. 74-75).

¿Vamos, entonces, a despreciar aquello que es parte intrínseca de la condición humana? Nosotros conformamos lo cotidiano y, a la vez, el hecho cotidiano nos conforma, da sentido a nuestras vidas y es la base de nuestra humanidad. Es la base sólida que nos proporciona quietud y tranquilidad. Como dice Bégout, “la vida humana es ante todo una vida cotidiana” (2009, p. 18).

De esta vida cotidiana, destacamos un espacio en particular, el espacio de la cotidianidad por excelencia: la casa. Dice Mayol (con De Certeau):

“El territorio donde se despliegan y se repiten día con día las acciones elementales de las ‘artes de hacer’, es de entrada el espacio doméstico, esta vivienda a la que uno desea ardientemente retirarse, porque allí ‘se conseguirá la paz’” (2000, p. 147).

Construimos nuestros hogares para que nos cobijen, siendo tan obvia que damos por supuesta esta condición del hogar⁵. La propia existencia de la casa la hace refugio: es su forma primordial y su razón de ser. Que refugio nos permite una cosa que nos resulta clave: observar el mundo. La casa se convierte en el centro de nuestro mundo y “como centro, hace que el mundo no sea ni caos ni dispersión total; es condición de que haya mundo. [...] El recogimiento, y el

³ Bégout, 2009, p. 12.

⁴ Esquirol, 2025, p.67

⁵ “Es evidente que la casa ‘sirve para...’, pero antes ya es orientación y familiaridad. [...] No es que la casa haga de refugio, sino que, como lo humano, su forma de ser es refugio”. Esquirol, 2015, pp. 44-45.

recogimiento de la casa, es necesario tanto para ‘mirar’ como para ‘observar’ el mundo...” (Esquirol, 2015, pp. 41-42). Nos permite así comprender el mundo.

Volvemos al hogar, lo establecemos como el lugar desde el que entender el mundo que nos rodea; lo tomamos como el espacio que nos ofrece el amparo necesario para comprender nuestro alrededor y plasmar su realidad. Situamos el centro poético en él por la carga simbólica que tiene, debido a que es amparo frente al mundo, refugio próximo y, sobre todo, por ser comunión con el otro⁶.

Pero, dentro del hogar hay un espacio que nos interesa aún más, por su centralidad en las acciones cotidianas y el trabajo de cuidados: la cocina. Si pensamos en tareas diarias, nos vienen a la cabeza la mayoría de las actividades que allí se realizan: cocinar, comer, limpiar, organizar, etc. Vemos que estas “prácticas culinarias se sitúan en el nivel más elemental de la vida cotidiana, en el nivel más necesario y más menospreciado” (Giard, con De Certeau, 2000, p. 159). Son justo la necesidad y el menosprecio los que nos hacen centrarnos en los espacios cocineros⁷ y reivindicar las actividades que allí acontecen. La cocina es para nosotros ese espacio en el que aprendimos a comer y a valorar los alimentos que se nos ponen en el plato. Es, además, el lugar del hogar⁸.

Nos reunimos en la cocina, compartimos momentos y estrechamos lazos. Los cuidados se hacen evidentes en el gesto del otro en la mesa. Nos atrae este espacio, por un lado, porque es el lugar donde hemos comido toda la vida, y donde ha sucedido ese compartir con la familia, y, por otro lado, porque es el espacio de los cuidados, cuidados que queremos reivindicar, por el valor identitario familiar que poseen. Son esos dos temas en los que centramos nuestro interés, porque han sido definitorios en nuestra vida cotidiana y en la identidad de aquella sobre la que trabajamos.

4.1.1. Recuerdos de platos de cuchara

Es la hora de comer, se empiezan a servir los platos y nos disponemos a disfrutar de la comida. En este modesto acto cotidiano, compartimos el alimento preparado con el resto de los comensales. La comida que nos interesa es aquella comida tradicional, los platos de cuchara caseros que cocinan abuelas y madres a diario. Comida de origen pobre y humilde, que ha sobrevivido a diferentes

⁶ Tan es así que la Real Academia Española define, entre sus varias acepciones, la palabra hogar como ‘Familia, grupo de personas emparentadas que viven juntas’. Real Academia Española. Definición de la palabra ‘hogar’. <https://dle.rae.es/hogar> [Consulta: 16 de abril de 2024]

⁷ El término *cocinero* hace referencia a la forma de ser de la cocina como espacio, equipamiento y como centro de trabajo, y se aleja del término *culinario* ya que este último hace más referencia a lo gastronómico o lo alimenticio. Es acuñado por María Carreiro e Inés Pernas en su artículo ‘La cocina’. Carreiro y Pernas, 2016.

⁸ ‘La casa centra el mundo y el hogar centra la casa. El hogar es el fuego de una casa, centro que calienta, en el que se hacía hervir el caldero y alrededor del cual se sentaban los de la casa para calentarse y para conversar. Este centro, no geométrico sino existencial, reúne y orienta’. Esquirol, 2015, p. 42.

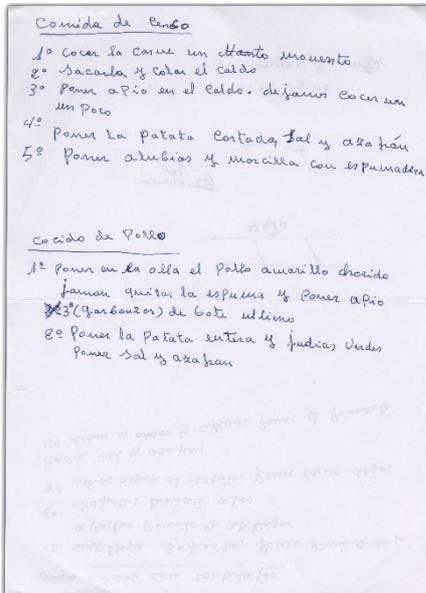


Fig. 3. Recetas manuscritas por mi abuela. Comida de cerdo y cocido de pollo. 2024.

generaciones hasta alimentarnos a nosotros. Esta comida diaria no es algo extraordinario, ni pretende serlo, porque es sublime ya en sí misma, como citamos anteriormente a Esquirol; nos atrae por esa forma de ser sencilla. Lo defiende así el autor Josep Pla:

“Sigue en pie la idea de que la cocina sólo merece la pena cuando es algo extraordinario, cuando en realidad, tendría que ser la cosa más normal y corriente que existe” (1997, p. 39).

Es parte de la cotidianidad que estamos estudiando. Retomando los espacios de ésta, el acto de comer, de casualidad, se da en la cocina, dónde también cocinamos y convivimos. Ese convivir es clave, ya que como muestra la autora Paloma Díaz-Mas), *convivium* es la forma latina de denominar el banquete, original del término *cum-vivere*, que significa vivir con alguien, por lo que “el acto de comer -el banquete o el convite, la comida en común, compartida- es también un acto de convivencia, en el cual nos reunimos en torno a la mesa” (2020, p. 26). Es en la mesa donde nos sentamos todos al mismo nivel, horizontalmente, con las mismas condiciones, y compartimos “palabras y gestos”⁹.

La comida, por tanto, deja de ser sólo alimento que llena el estómago y que comemos por necesidad, y se convierte en algo que va más allá de la simple ingesta. Al reconocer la comida como un contexto donde el compartir con los demás es clave, se la reconoce como una materia más compleja y multidimensional, que depende, entonces, de aspectos sociales, psicológicos, culturales, políticos, etc.¹⁰ De las infinitas dimensiones, destacamos dos en concreto: la emocional y la de memoria.

En el ámbito de la cotidianidad y en un contexto familiar en el que nos situamos, la comida y su preparación son inseparables del componente emocional. Somos seres humanos y en nuestros actos hay sentimientos en juego. Cuando cocinan para nosotros surge una sensación de tranquilidad, porque nos sentimos cuidados y tenidos en cuenta; cuando cocinamos para el resto, sentimos preocupación por que estén cómodos y felices. En nuestro caso, es evidente que hay una capa de amor que cubre este intercambio entre la que cuida y el cuidado, éste se ve influido por los afectos y lo convierte en algo más que un simple dar de comer: “Los que han cocinado para nosotros han hecho algo más que alimentarnos; nos han dado armas para valernos en la vida” (Rodríguez Mateo, 2022, p. 137). El comer es el contexto en el que nos educan y enseñan a vivir, a entender el mundo y dan forma a quienes somos.

⁹ “Renovamos la vida juntos y la fruición de los alimentos sintetiza la dimensión más anímica: sentarse alrededor de la mesa y compartir palabra y gesto. La vida en común depende del comer juntos...”. Esquirol, 2015, p. 8.

¹⁰ Holtzman, J. D., 2006, p. 362.

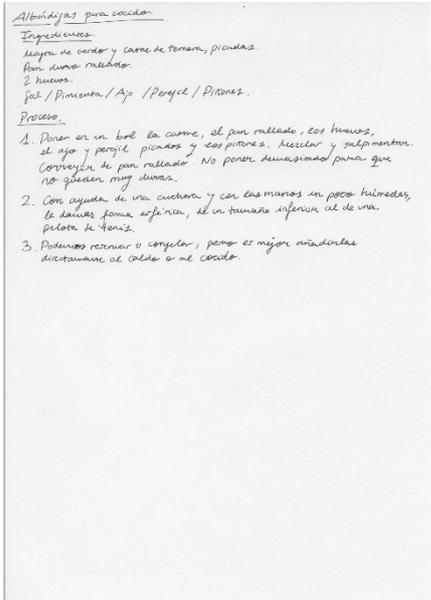


Fig. 4 (arriba). Receta manuscrita por mí. Albóndigas para cocido. 2024.

Fig. 5 (abajo). Mesa dispuesta para comer en la cocina de casa de mi abuela. 02/04/2024

La memoria es también un componente muy importante que rodea a la comida. Es conocido el caso del autor Marcel Proust, que una vez al comer una magdalena mojada en té caliente volvieron a su mente vívidos recuerdos de su infancia, algunos incluso olvidados¹¹. Son estos recuerdos generalmente infantiles, de cuando aún estábamos descubriendo el mundo y teniendo nuestras primeras experiencias. Estas comidas dejan huella en nosotros debido a la novedad que suponen: son sabores que probamos de primeras y marcan nuestros gustos en el futuro¹². Dice Rodríguez Mateo que de “todas las artes, puede que la más nostálgica sea la gastronómica” (2022, p. 13). Estos primeros recuerdos son los que más nostalgia nos traen, porque nos es casi imposible volver a saborear estos platos como la primera vez.

Aparte del recuerdo individual, no deberíamos dejar de considerar la memoria colectiva e histórica que está relacionada con la comida. Estas comidas de las que tratamos están estrechamente ligadas a la historia de nuestras familias y de aquellos alimentos a los que podían acceder. Todas estas comidas “responden a un criterio gastronómico de pura subsistencia” (Rodríguez Mateo, 2022, p. 32) y no a una categoría gastronómica basada en el gusto. Estos platos dependían del contexto territorial en que surgían y de los alimentos a los que se podían acceder. Esa cocina que era el signo distintivo de una familia, el recetario propio que pasaba de generación en generación. Guardar la memoria de estas comidas es guardar la memoria de la familia, de su historia propia y todas esas vivencias que les tocó vivir en el pasado. Como es obvio, hoy en día conocemos versiones de estos platos con muchos más ingredientes y de mejor calidad que los de antaño, pero no hay que olvidar el origen humilde que tienen, de una época en la que reinaba el hambre y se comía lo poco que se tenía.

Sin embargo, estos platos han conseguido sobrevivir al paso de los años y los cambios de la vida, llegando hasta nosotros. Obviamente han cambiado, adaptándose a los nuevos tiempos y a los nuevos productos disponibles en el mercado, pero siguen guardando esa esencia de comida humilde, comida sin pretensiones que busca alimentar a las familias cada día de la semana. Son comidas que hablan de la memoria colectiva de la familia, de los afectos entre sus miembros y de los recuerdos propios, y son aquellas que nos siguen sentando a todos a la mesa cada día y a compartir esa vida en común.

¹¹ En su estudio, Lee resume de manera muy sencilla la anécdota de la magdalena y su posterior implicación en estudios científicos y neurocientíficos, en los que el fenómeno es conocido como *efecto proustiano*. Lee, 2022, p. 2.

¹² “Cuando comemos algo, sobre todo en la niñez, que es cuando más experiencias gustativas nuevas tenemos, en nuestra mente se graba ese sabor y las características de ese plato como una categoría independiente. Cuando volvemos a comer ese plato, nuestra mente compara lo que estamos comiendo y oliendo con la categoría modelo de ese plato”. Rodríguez Mateo, 2022, p.62.

4.1.2. *Devolver los cuidados recibidos*

Esta comida casera y tradicional se ha transmitido de generación en generación, de manera oral en el espacio de la casa. Si ésta ha dejado huella se debe a que siempre ha habido alguien responsable tras ella, alguien ha dedicado tiempo a enseñarnos a comerla. Hemos dado por hecho todo el esfuerzo que esos *alguienes* han desempeñado para poder criarnos, pero ahora nos damos cuenta de lo importante que han sido estas acciones a la hora de construir nuestra forma de actuar. Justo esta toma de conciencia es el origen de este TFG.

Con esos *alguienes*, nos referimos a aquellas figuras femeninas de nuestras familias, mi madre y mi abuela. Son aquellas que han puesto el cuerpo y las manos desde nuestro nacimiento. Nos centramos en ellas porque son las que tradicionalmente se han ocupado de la tarea de la crianza de los hijos. Para las mujeres, en muchas ocasiones, no ha existido otra opción de vida. Es decir, la única posibilidad que podían contemplar para realizarse como personas ha sido a través de formar y atender una familia. Esta situación es común a muchísimas mujeres de la generación de nuestras abuelas. Que las mujeres no tuvieran otra posibilidad que dedicarse al hogar y la familia reside en la naturalización histórica del trabajo doméstico¹³. Se ha supuesto éste como algo innato a los instintos femeninos, parte de la personalidad de las mujeres, convirtiéndose en una característica más de la psique femenina¹⁴. De esta naturalización deviene un grave problema, que es la falta de atención que se le da a este trabajo, llegando a incluso no considerarlo como tal. Se da por hecho que esta labor se ha de hacer, y por eso no adquiere más trascendencia.

En nuestra experiencia, los cuidados han sido mucho más que un mero trámite familiar, sino que nos han dado forma, e identificamos en ellos verdadera preocupación por nosotros. Todo el tiempo invertido en todas estas tareas, ya fueran materiales o afectivas, se han hecho siempre para cubrir las necesidades básicas. Ahora que tenemos que cuidar de nosotros mismos, descubrimos la importancia de éstos. Vemos que de la “invisibilidad y discreción depende su éxito en tanto que los cuidados se hacen visibles cuando algo falla, cuando faltan o no se cubren adecuadamente...” (Martín Palomo, 2008, p. 33). Se han hecho notorios ahora que están lejos y que no se dan diariamente. La huella se

¹³ En el capítulo introductorio de su libro *El trabajo de cuidados: historia, teoría y políticas*, las autoras Cristina Carrasco, Cristina Borderías y Teresa Torns elaboran una breve historiografía del trabajo doméstico y sus cambios durante toda la historia, ahondando desde la industrialización. En este resumen podemos ver como la naturalización del trabajo doméstico es relativamente reciente, y está estrechamente relacionada con el avance de la industrialización. Carrasco, Borderías y Torns, 2011.

¹⁴ “La diferencia con el trabajo doméstico reside en el hecho de que este no solo se le ha impuesto a las mujeres, sino que ha sido transformado en un atributo natural de nuestra psique y personalidad femenina, una necesidad interna, una aspiración, proveniente supuestamente de las profundidades de nuestro carácter de mujeres. ... Si hacer determinadas tareas es natural, entonces se espera que todas las mujeres las lleven a cabo e incluso que les guste hacerlas...”. Federici, 2018, p. 37, 39.

evidencia por la falta ahora de éstos. Viviendo lejos de la familia, nos sorprendemos reproduciendo los gestos de aquellas que me han cuidado.

Por ello, nos proponemos un objetivo: devolverlos a aquellas que nos lo han dado en primer lugar. Como aún no disponemos de los medios económicos para hacerlo, y aprovechando que nos educamos en el arte, lo hacemos de manera simbólica y poética a través de nuestra producción. Tal y como propone la autora Luce Giard (con De Certeau) en un pasaje conmovedor:

“¿Por qué estar tan deseosa y tan urgida de inscribir en las acciones y en las palabras una misma fidelidad a las mujeres de mi linaje?

Mujeres condenadas sin término a los trabajos del hogar y a la producción de lo viviente, mujeres apartadas de la vida pública y de la comunicación de los conocimientos, mujeres educadas en la generación de mis abuelas, y de quienes quisiera conservar una memoria viva y verdadera. A continuación, soñé con practicar una escritura pobre, de *escribiente público* al que no le pertenecen las palabras, cuyo nombre propio se borra, una escritura que busca su propia pérdida, que repite, a su manera, este humilde servicio al prójimo del que estas oscuras mujeres (ya nadie sabe su nombre, su fuerza o su valentía) hicieron a lo largo de generaciones las acciones elementales, siempre encadenadas, presionadas por la indefinida repetición de labores domésticas, en la sucesión de las comidas y los días, en la atención dada al cuerpo del prójimo” (2010, p. 156).

Queremos darnos a ellas al igual que ellas lo han hecho con nosotros. Todo el tiempo que ellas han invertido en criarnos merece ser devuelto, al igual que toda la implicación amorosa y afectiva. Sabemos que ni en toda nuestra vida podremos saldar una deuda como ésta, porque la dedicación que han puesto a través de su cuerpo y su mano excede nuestras capacidades. Queremos devolver a esas manos los mismos cuidados que nos han proporcionado. Como propone la autora Matxalen Legarreta Iza, los cuidados tienen un tiempo de devolución, ya que en ellos se supone reciprocidad, por lo que es nuestro deber devolver aquello que durante muchos años se nos ha dado:

“De la misma forma se puede afirmar, que hay un tiempo para el don en el ámbito doméstico; hay un tiempo para dar, recibir y devolver tiempo de trabajo doméstico y de cuidados. El don implica reciprocidad y, en este sentido, crea una lógica que ‘ofrece un circuito que se cierra sobre sí mismo’ y requiere unas reglas sobre cómo dar, recibir y devolver; ...” (2008, p. 64)¹⁵.

¹⁵ En este artículo, la autora nos propone un acercamiento nuevo para estudiar el tiempo que se dedica al trabajo doméstico y los cuidados en los hogares siguiendo la *lógica del don* propuesta por el autor francés Marcel Mauss. Una de las características claves del don en *Ensayo sobre el don* de este autor es la obligatoriedad de la devolución, y en esta misma característica se hace hincapié en el artículo citado y la que nos es de más interés para nuestro proyecto.

De esta reciprocidad con las que nos han cuidado surge nuestro afán de darles ahora nosotros su parte, de cuidarlas ahora a ellas.

4.2. TODO LO QUE NOS HAS DADO: EL CORAZÓN DEL TRABAJO



Fig. 6 (arriba). Fotografía del archivo familiar con mis padres y abuelos maternos. 2006.

Fig. 7 (abajo). Fotografía del archivo familiar de una Nochebuena. 2005.

Bajo los anteriores epígrafes se han explicado las coordenadas conceptuales de este TFG. Pero, como hemos comentado, hay un componente personal que es central, y es desde el que hemos partido en la creación. Lo hemos denominado el corazón del trabajo. Hemos sido sensibles a los afectos y a los sentimientos que tenemos por aquellas que nos cuidan, y por eso no hemos querido ser ajenos a ellos. Dicho corazón es la figura de mi abuela materna, Natalia Carbonell. De pequeño, solía ir a comer a diario a su casa, y el gusto que he construido por la comida es en gran parte gracias a sus platos¹⁶. Ella ha estado siempre presente en nuestros cuidados cuando se ha precisado y ha sido una figura clave en mi desarrollo personal. Por esta misma razón, tomamos este TFG como un homenaje a todos los cuidados que ha dado, tanto a mí como a sus hijos, madre y marido.

Mi abuela Natalia nació en el año 1945, en la posguerra, en una familia muy humilde y con escasos recursos. De pequeña no tenía mucho para comer y recibió una educación escolar escasa. Las condiciones en su casa han sido siempre complejas, como era común a muchas familias de nuestro país en aquellos años. El suyo es un relato común a muchas mujeres en la época de la posguerra, cuyas posibilidades se vieron mermadas por el contexto humilde de sus familias en aquellos años. Estas circunstancias, lógicamente, definieron su forma de actuar, y la relación que guardaría en un futuro con la comida, la familia y los cuidados. Cuando empezamos a ir a comer a su casa durante la semana escolar, mi abuela reproducía gestos influenciados por su experiencia al crecer. Obligarnos a comernos todo el plato porque era una suerte inmensa poder comerlo, agasajarnos con comida en exceso o pedir perdón cuando el pan se ponía duro y había que tirarlo son algunos de todos los comportamientos que hemos podido identificar que están definidos por el hambre y la falta. La pobre escolarización y la consecuente falta de cualificación de la que poseía le impedía aspirar a cualquier trabajo que no fuera industrial. Esto, y debido a su estricto régimen familiar, la única opción que mi abuela tuvo disponible para salir de su casa fue la de casarse, y en los dos años siguientes, tener a sus dos hijos. Es cierto que estuvo trabajando unos siete años en la empresa Hilaturas del Sureste, pero, en cuanto tuvo a su primera hija, lo dejó para dedicarse de lleno a su crianza. Ya desde bien joven, a los 24 años, mi abuela empezó a dedicarse a tiempo completo al cuidado de la familia y al trabajo doméstico.

¹⁶ El trabajo de mi madre ha sido también principal en el desarrollo de mi gusto culinario, pero el gusto por la comida más tradicional, el plato de cuchara y la comida pobre es gracias a mi abuela. Además, ella reconoce haber conseguido con sus nietos el enseñarnos a disfrutar con esas comidas, algo que, con su hija, mi madre, fue mucho más difícil, al igual que con su marido.

Esta dedicación constante al hogar y la familia durante tantos años y desde tan joven ha terminado por definirla. Nos hemos dado cuenta de que los cuidados han construido una gran parte de su identidad y ha acabado sintiéndose muy identificada con ellos, hasta tal punto que han dado significado a su vida. Cuando se murió su marido, su madre y nosotros dejamos de ir a comer con tanta asiduidad, sintió que ya no tenía nada más que hacer, que había perdido el porqué de su existencia. Mi abuela ha dado todo su tiempo y trabajo a su familia y su hogar, sin tener demasiado tiempo para construirse a sí misma una identidad propia a parte de la de madre o cuidadora. Sin embargo, ella, al darlo todo a sus hijos, pretendía una sola cosa: que ellos no tuvieran que pasar por lo mismo que tuvo que pasar ella. En ese darse, mi abuela también nos ha proporcionado la posibilidad de desarrollarnos como personas, de poder estudiar y tener más oportunidades en la vida de a las que ella pudo haber aspirado nunca. Al “sacrificar” su identidad ha permitido que nosotros sí podamos construirnos con total libertad y decidir nuestro camino en la vida. Como identifica la artista Natividad Navalón: “Sin embargo, la relación de la madre hacia la hija desvela un intento de identificación, a veces un intento obsesivo de que su hija cumpla los sueños que ella nunca alcanzó” (2009, p. 75). Esto mismo es lo que pretendía mi abuela, que nosotras pudiéramos conquistar esa meta a la que ella no pudo aspirar. Ésta es la herencia que mi abuela me ha dejado, legada activamente a través de sus cuidados y la manera de formar a su familia.

Por esta misma razón, creemos más que conveniente dedicar nuestro trabajo artístico a reconocer, devolver y homenajear todo el trabajo que durante tantos años ha llevado a cabo, trabajo sin reconocer y en apariencia improductivo. Sin embargo, de improductivo nada, porque, con su esfuerzo, han conseguido que estemos aquí ahora mismo escribiendo y trabajando sobre ella y su dedicación. Mi abuela siempre quiso que yo fuera médico, me decía, para curarla cuando fuera mayor, pero mediante el arte estoy manteniendo viva su historia y su sacrificio para que no se olvide todo lo que nos has dado.

5. MARCO REFERENCIAL

El paso de los cursos y los contenidos de las asignaturas cursadas, nos han permitido ir construyendo un archivo de artistas, exposiciones y diversas manifestaciones artísticas que nos han ayudado a crear un lenguaje plástico y visual personal. Nos han abierto las miras a las diversas posibilidades de los materiales en nuestra producción y las soluciones formales a las temáticas que nos proponemos trabajar.

Bajo los siguientes epígrafes, comentaremos la producción y los acercamientos temáticos de varias artistas plásticas y directoras de cine que nos han ayudado a ampliar nuestra visión de lo realizable y lo relatable en relación al concepto de las piezas de este TFG.

5.1. REFERENTES EN EL ARTE CONTEMPORÁNEO

5.1.1. Mierle Laderman Ukeles



Fig. 8. Mierle Laderman Ukeles: *Hartford Wash: Washing, Tracks, Maintenance: Outside*, 1973.

Documentación de la performance.

Si tenemos que hablar de manifestaciones artísticas en torno a los cuidados, es obligatorio hablar de Mierle Laderman Ukeles (Denver, Colorado, EEUU, 1939). Tras el nacimiento de su primer hijo en el año 1969, la artista se vio enfrentada a una doble dimensión laboral: por un lado, su producción artística, y por otro, el gran trabajo doméstico que supone cuidar de un hijo. Esto la lleva a redactar, el mismo año, su *Manifiesto for Maintenance Art, 1969!*, en el que reconoce lo duro que es el trabajo doméstico y propone una forma de relacionarlo con el arte a través de diferentes acciones llevadas a cabo en un espacio museístico. De esta manera, sugiere pasarse una temporada viviendo en el museo y realizar tareas propias del hogar, como fregar los suelos, limpiar el polvo o cocinar, elevando estas acciones a la categoría de arte y extrayéndolas del espacio privado de la casa para ponerlas en el ojo público:

“Now, I wil simply do these maintenance everyday things, and flush them up to consciousness, exhibit them as Art. [...] The exhibition area might look “empty” of art, but it will be maintained in full public view. My working will be the work”¹⁷.

Estas propuestas se llevan a cabo en el año 1973 bajo el nombre de *Maintenance Art Performances* en el Wadsworth Athenaeum de Connecticut. La razón por la que incluimos a Mierle Laderman Ukeles como referente es más que obvia: la inclusión de los cuidados en el discurso artístico. Llevar el trabajo

¹⁷ “De ahora en adelante, simplemente haré estas cosas cotidianas de mantenimiento, y hacerlas evidentes, exponerlas como Arte. [...] El espacio expositivo podría parecer ‘vacío’ de arte, pero estará siendo mantenido a la vista del público. Mi trabajo será la obra”. Extraído de la pieza Laderman Ukeles, M. (1969). *Manifiesto for Maintenance Art, 1969!* [Cuatro páginas escritas a máquina, cada una de 8,5x11 pulgadas]. Ronald Feldman Gallery de Nueva York. <https://feldmangallery.com/exhibition/manifiesto-for-maintenance-art-1969> [Consulta: 26 de mayo de 2024] (Traducción propia).

doméstico al espacio de la galería lo legitima como producto artístico y, en general, como un componente activo y presente de la sociedad. Se le da el valor y la atención de los que ha carecido tradicionalmente y lo hace visible. De esta forma, la artista genera un debate en torno a la tensión que existe entre las esferas público-privado y pone el foco sobre la centralidad de los cuidados en nuestras vidas. Es más, los renombra bajo la categoría de *mantenimiento*, dando cuenta de la invisibilidad a la que están relegados cuando realmente son actividades importantísimas en nuestro desarrollo colectivo como humanos. De esta artista nos llevamos la visión crítica frente a la invisibilidad del trabajo de cuidados y la legitimación de éste como tema de interés para la práctica artística. Los cuidados se hacen visibles si los llevamos al debate público y los introducimos en el campo del arte.

5.1.2. *Natividad Navalón*

En diciembre de 2009 se inaugura en el Institut Valencià d'Art Modern (IVAM) la exposición *La maleta de mi madre* de la artista Natividad Navalón (Valencia, 1961) comisariada por Barbara Steffen. En ella, Navalón habla sobre la relación entre madres e hijas, la construcción de la identidad y, sobre todo, el legado que las primeras dejan a las segundas. La exposición se divide en cinco instalaciones compuestas en cinco espacios distintos que narran la experiencia de vida de una mujer en relación a su madre, poniendo el foco de atención en cada espacio en una de las etapas vitales.

La muestra pretende abordar cómo las hijas van configurando su identidad frente a la de su madre, cómo comienzan buscándolas entre sus objetos, evidenciando las tensiones que surgen en la adolescencia entre ambas, llegando a un estado de transición cuando la hija se hace adulta e identifica todo aquello que configura la identidad de su madre, la maleta en la que guarda todo. Al final de la vida, sucede ese paso del testigo y la hija se convierte en madre y ha de cuidar a su progenitora y a sus propias hijas, para aprender a enfrentarse a la muerte de la madre. La búsqueda de la madre (en nuestro caso, la figura de la abuela), de entenderla, comprender su historia, recibir su legado y aprender que las tablas tornarán en el futuro y nos tocará a nosotros ser madres, son elementos que resuenan con nuestra creación. En cuanto a los materiales nos gustaría destacar el uso que se hace de ellos. Encontramos un contraste entre los materiales textiles, blancos, que remiten a esa feminidad y a lo doméstico, frente a los diferentes metales, que son sólidos y que hablan de la fuerza. Son esos materiales más delicados que remiten a la habitación de la madre, y su tratamiento los que nos llaman la atención. La pulcritud que los caracteriza remite al legado puro que se traslada de la madre a la hija, y es la segunda que ha de aprender qué significa ese legado y aprender a usarlo.

Incluimos a esta artista en nuestro archivo de referentes por lo que supone su obra para con la búsqueda de la figura materna. Poner el centro de atención en



Fig. 9. Natividad Navalón. Detalle de la instalación *La maleta de mi madre*, 2009. Fotografía de la exposición homónima en el IVAM.

esa relación, en cómo la hija se identifica con la madre y mediante un proceso de introspección buscar cuál es la huella que la primera ha dejado en la segunda ha sido clave en nuestro proceso. Además, nos llevamos el tratamiento material de las piezas y el blanco como protagonista y como un personaje más que simboliza el legado que recibimos y que tenemos que aplicar en el futuro.

5.2. REFERENTES AUDIOVISUALES

5.2.1. Chantal Akerman



Fig. 10 (arriba). Fotograma de la película *Jeanne Dielman, 23, quai du Commerce, 1080 Bruxelles* (1975).

Fig. 11 (abajo). Fotograma de la película *No Home Movie* (2015).

Dentro del campo del cine, una directora que desde siempre ha trabajado la cotidianidad, la intimidad doméstica y un punto de vista en femenino ha sido Chantal Akerman (Bruselas, Bélgica, 1950). Sus películas han alcanzado gran reconocimiento, siendo su película *Jeanne Dielman, 23, quai du Commerce, 1080 Bruxelles* considerada en 2022 como la mejor película de la historia¹⁸. Lo que más nos interesa de sus piezas es la búsqueda de la figura de la madre y dejar constancia de su historia. Su madre, Natalia Akerman, estuvo recluida en un campo de refugiados durante la Segunda Guerra Mundial, y más tarde, fue trasladada al campo de Auschwitz-Birkenau, donde murieron sus padres; ella sobrevivió y fue liberada, pero esta vivencia dejó una huella tan traumática que fue incapaz de hablar de ello el resto de su vida¹⁹.

De esta directora destacamos tres películas, la ya mencionada *Jeanne Dielman* (1975), *News From Home* (1976) y su última película, *No Home Movie* (2015). En estas películas, muy alejadas de la normatividad formal, advertimos un constante interés por representar el tiempo de la cotidianidad, tiempo lento, y las actividades que en él se desarrollan, aburridas y rutinarias, como en las secuencias largas de *Jeanne Dielman*. También, buscar la conexión con su madre, con la que comparte el trauma identitario de la guerra. Toma a su madre como su musa y mayor preocupación, y ahonda en sus gestos y la relación que mantienen. Pero, sobre todo, en dar voz, a través del lenguaje cinematográfico, y no verbal, a la historia de su madre, con la intención de entender y sanar esa herida común. Guarda su memoria a través de sus películas, y las de todo un grupo de población que sufrió el genocidio y la guerra.

Incluimos a esta directora como referente precisamente por esa constante necesidad de hablar de su madre, de narrar su biografía. Directa o indirectamente, su madre está en el centro de sus preocupaciones, ya que intenta poner las palabras que su madre no puede pronunciar por el grave

¹⁸ Fue la revista *Sight & Sound* que tras realizar una encuesta a más de mil seiscientos críticos, programadores y académicos internacionales relacionados con el mundo del cine concluyó galardonando a la película con este reconocimiento histórico. Museo Reina Sofía. Actividades. Chantal Akerman: *Jeanne Dielman, 23 quai du Commerce, 1080 Bruxelles*. <https://www.museoreinasofia.es/actividades/akerman-jeanne-dielman> [Consulta: 11 de abril de 2024]

¹⁹ Díaz García, 2022, p. 10.

trauma que sufre. Otro aspecto que nos interesa es como, la propia directora, a través de la figura de su madre, habla de sí misma, y de cómo la relación con su progenitora la ha marcado tanto, demostrando un gran amor y humildad por ella.

5.2.2. *Roberta Cantow*

Si lo cotidiano y las actividades domésticas podrían considerarse arte, es el corto *Clotheslines* (1981) de la documentalista estadounidense Roberta Cantow (Cleveland, Ohio, EEUU, 1954) un gran ejemplo de ello.



Fig. 12. Fotograma del cortometraje *Clotheslines* (1982).

A lo largo de esta pieza de 32 minutos de duración, se entrevista a una veintena de mujeres alrededor del tema de la colada (lavar la ropa), sus voces se entremezclan con diversos sonidos que resultan en un paisaje sonoro que muestra la variedad de opiniones que tienen respecto a esta tarea. De fondo, se muestra una sucesión de imágenes, la mayoría grabadas por Cantow en la ciudad de Nueva York, de largas cuerdas de las que tienden blancas sábanas, ropa recién lavada y calcetines colgados de uno en uno. También, clips de mujeres dedicadas por completo a la labor de la limpieza de los textiles del hogar, en su gran mayoría, a mano. La pieza genera un mundo común entre todas estas mujeres, y ofrece un gran surtido de emociones respecto a esta actividad del hogar con las que más de una persona se sentiría identificada. Algunas de ellas se enorgullecen de exponer su ropa limpia en el espacio público, como piezas museísticas, y encuentran placer en ello; otras se quejan del carácter casi sisífico ligado a este trabajo y expresan la aversión que les causa. Además, ilustra una forma de trabajar en el hogar que actualmente se podría considerar extinta, el trabajo doméstico en analógico que ocupaba mucho más tiempo y esfuerzo que el automatizado actual.

Incluimos a Roberta Cantow y su pieza *Clotheslines* como referente por dos principales razones. Por un lado, por la capacidad de dar voz a aquellas mujeres para que narren sus experiencias y sentimientos sobre una labor que les ha sido impuesta. Se centra en esas amas de casa y les brinda la oportunidad de dar su opinión, de decir aquello que sienten frente a este trabajo. Por otro lado, por ser un potencial documento de registro de esta tarea doméstica, porque guarda la memoria de un grandísimo número de mujeres cuyo trabajo ha sido despreciado y silenciado, y porque, a través de ello, lo eleva a la categoría de arte. Por centrarse en este trabajo, lo dignifica y le da el valor que merece.

6. DE TUS MANOS COJO EL PAN

“Cuánto esfuerzo y cuánto sacrificio hay colocados encima de esta mesa ante la que me dispongo a comer. Y, ahora que he reflexionado un poco, qué respeto me produce hacerlo”²⁰.

En este epígrafe nos dedicaremos a explicar cuál ha sido todo el proceso de producción de las piezas de este TFG. En primer lugar, comentaremos unos ejercicios realizados con anterioridad que pensamos ya apuntaban una curiosidad por los temas que hemos trabajado aquí. Y, en segundo lugar, nos centraremos en los dos resultados principales de este Trabajo, el proyecto expositivo y el recetario-libro de artista, que juntos conforman la totalidad del proyecto que hemos decidido llamar *de tus manos cojo el pan*.

6.1. ANTECEDENTES

Durante los diferentes cursos del grado, hemos ido llevando a cabo una serie de trabajos que, de alguna forma u otra, ya mostraban una cierta curiosidad por las temáticas en que nos centramos en este TFG. Creemos que nos ayudaron a concretar nuestras inquietudes y construir un discurso alrededor de los conceptos de lo cotidiano, la identidad y la familia. Incluimos estos ejercicios porque son parte del camino que nos ha llevado hasta aquí y han dado forma a nuestros gustos estéticos, que se perciben en los resultados de este proyecto.

6.1.1. maternidad

maternidad (2022) es un proyecto desarrollado en la asignatura *Escultura II*, en segundo curso, con los profesores Raúl León Mendoza y Ximo Ortega Garrido. Este ejercicio fue evolucionando durante unos 5 meses, concibiéndose como un proyecto artístico completo, desde las primeras ideas hasta el resultado final. Este proyecto tuvo como punto de partida la forma del altar y fue evolucionando hasta culminar en la realización de una pequeña pieza-instalación. La pieza final consistía en un baúl realizado desde cero en madera y pintado, en cuyo interior se mostraban pequeñas figuras cerámicas y otros objetos, todo ello dispuesto en forma de ofrenda, acompañado de flores y velas.

El proyecto giraba en torno al concepto de la maternidad, y cómo ésta se ve truncada en ciertas identidades de género y sexuales. Por tanto, la ofrenda se realizaba a un hijo futuro, de cuya existencia no se está seguro, pero que, mediante la llama de la esperanza, se espera poder conocer. Se construye un baúl para albergar todas aquellas cosas que el niño habrá de utilizar en el futuro (juguetes, sábanas, mantas) a modo de preparar su llegada. Se retoman experiencias de mi pasado y se convierten en objetos, que ayudarán a ese niño a entender y aprender de lo que he vivido, a la vez que con ello construyo parte



Fig. 13-14. marcos boluda. *maternidad* (2022). Madera, manta textil, cerámica esmaltada, peluches, velas, flores secas y conchas. 50x70x45 cm.

²⁰ Díaz-Mas, 2020, 12.



de mi identidad: tomo lo pasado y lo transformo en mi presente. La lectura de la pieza es doble: por un lado, de esperanza hacia el futuro, pero, por otro lado, un cierto sentimiento funerario de sueños frustrados.

Incluimos este proyecto como antecedente ya que, en primer lugar, advierte una preocupación por el hecho de la maternidad y sus cuidados. En segundo lugar, porque pone el foco en la identidad, en cómo las experiencias de nuestra vida nos definen, lo que, aunque este ejercicio trata de nosotros, hemos podido extrapolarlo a alguien diferente, como es mi abuela.

6.1.2. *ajuar*

ajuar (2023), aún en proceso, nace en la asignatura *Taller Interdisciplinar de Materiales*, en tercer curso, impartida por Pilar Crespo Ricart y Sara Vilar García.

El ejercicio consiste en una sábana y un mantel, cosidos y bordados a mano. Éstas conforman un pequeño *ajuar*, que entendemos, en este contexto, como el conjunto de objetos que tomamos para acompañarnos en una transición, en un cambio de estado vital (*ajuar* de bodas, *ajuar* funerario). En este caso, se toma el *ajuar* para una transición tanto de género como de edad: son aquellos objetos que hago con mis manos, para acompañarme tanto en la nueva edad adulta como en mi transición de género. Además, la labor textil es empleada como la analogía entre hacer y hacer-se: coso la sábana-me coso a mí; bordo el mantel-me bordo. Mediante la construcción del *ajuar*, construyo mi nueva identidad y re-entiendo mi cuerpo y quién soy yo. Y, también, recupero el trabajo femenino silencioso y dejado de lado, aquellos espacios domésticos dedicados a los cuidados, y homenajeo a madres y abuelas por todo lo que su dedicación en casa supone. Estas dos piezas van también acompañadas de una pequeña video-acción en la que se muestra, primero, el planchado y doblado de la sábana, y segundo, la sábana siendo usada. El planchar remite directamente a los cuidados del hogar, a cuidarse a una misma y amarse, al igual que el amor y los cuidados pone de manifiesto el interés que ahora mismo mantenemos por lo cotidiano y lo doméstico, por la revalorización de éstos y la importancia de los cuidados en nuestro desarrollo personal. Este proyecto nos ayudó a establecer una forma de trabajar propia e inició el proceso de investigación en torno a estas preocupaciones que son las que nos han llevado hasta este TFG.



Fig. 15-17. marcos boluda. *ajuar* (2023). Tela, lana y abalorios. Bordado, cosido a mano y a máquina, y ganchillo. Dimensiones variables

6.2. DE TUS MANOS COJO EL PAN



Fig. 18 (izquierda). marcos boluda. *pan para cada comida* (2024). Detalle.

Fig.19 (derecha). marcos boluda. *de tus manos cojo el pan* (2024).



de tus manos cojo el pan es el nombre con el que hemos nombrado al proyecto artístico que proponemos en este TFG. Desde el comienzo del proceso, tuvimos muy claro que queríamos que éste se dividiese en dos partes: una instalación y un libro de artista. También, decidimos que queríamos realizar la mayoría de piezas en las diferentes asignaturas que escogiéramos este curso, para así aprovechar el tiempo de trabajo. De esta manera, elegimos las diferentes asignaturas que nos enseñaran las técnicas que nos interesaba trabajar en el proyecto con el fin de llevar a cabo los dos resultados que nos planteamos.

Cada pieza ha tenido un proceso de ideación propio, ya que cada una habla de un trocito específico del tema general. Como ya hemos comentado, principalmente trabajamos sobre mi abuela, entender quién es ella mediante su biografía y así realizarle un homenaje y devolverle todo el trabajo que ha realizado durante toda su vida. El proyecto nació desde nuestro punto de vista, buscando la huella que los cuidados habían dejado en nosotros. Sin embargo, este planteamiento se nos agotó bastante pronto, dejándonos bloqueados. El punto de inflexión, como hemos comentado en la 'Metodología', llegó con una conversación-entrevista que tuve con mi abuela materna, Natalia, sobre su vida, su familia y la relación que mantiene con la comida. A raíz de este encuentro entendimos que el punto de vista general carecía de interés y que contar la historia de mi abuela no era solamente más sugerente, sino que tenía un fuerte valor para ella. Nos dimos cuenta de que era nuestra responsabilidad contar su experiencia para cumplir nuestro propósito: devolver todo lo que ella nos había dado, y cerrar así esa herida que ella ha sufrido, la falta y el hambre.

En cuanto a los resultados, cumplimos realizando lo que nos proponíamos: una exposición, llamada de la misma forma que el proyecto, *de tus manos cojo el pan*, y un libro de artista, *un gesto de cuchara*, al cual nos dedicaremos en un capítulo aparte. La razón de separarlos radica en la diferencia formal entre ambos, también por cierto interés, ya que, a pesar de ser los componentes de un todo, funcionan cada uno como piezas individuales, aportando dos puntos de vista diferentes sobre un mismo tema.

6.2.1. *del buen comer (aceite y sal)*

Fig. 20. marcos boluda. *del buen comer (aceite y sal)* (2024).



del buen comer (aceite y sal) (2024) son dos piezas que surgen en la asignatura *Proyectos de fundición artística* impartida por Carmen Marcos Martínez. Son dos piezas fundidas en latón mediante el procedimiento de cera perdida. Consisten, en su forma más básica, en un salero y aceitera tradicionales, y en principio, útiles.

Estas son las dos primeras piezas que realizamos, por lo que aún tratan el tema de manera muy general. Con ellas, pretendimos reapropiarnos de los objetos de la cocina y elevarlos a pieza artística, hacerlos ornamentales y darles un nuevo contexto fuera de lo simplemente útil. Emplean imágenes y símbolos que hablan del formar una familia y hacer hogar a través de la comida, mientras retoman el aceite y la sal como los dos ingredientes base de nuestra cocina, y manifiestan el valor que tienen en la historia.

La conexión más directa con la historia de mi abuela está en la aceitera. Las iniciales que hay colocadas en ella, JN, son las de mis abuelos maternos, Juan y Natalia, y son las mismas iniciales que se encuentran en las diferentes piezas de su ajuar, que compraron juntos cuando se casaron. Identificamos en ese ajuar,

Fig. 21 (izquierda). Fotografía de proceso. Pieza *del buen comer (aceite)* realizada en cera.

Fig. 22 (derecha). Fotografía de proceso. Pieza *del buen comer (sal)* realizada en cera.



representado por las iniciales, esa necesidad de formar un hogar, esa solución que encontró ella para poder empezar su vida fuera de casa de sus padres.

En cuanto al salero, tiene en su frontal un dibujo que hemos llamado *Alegoría del buen comer*, representada por una imagería personal. Los pajaritos hacen un nido, se encargan de dar de comer a sus crías; mi abuela a través de sus comidas nos alimenta, pero también hace hogar, pasa su legado y les da a sus hijos todas las oportunidades del mundo, para que puedan volar alto y ser lo que quieran.

Ambos son objetos visualmente pesados, que se distinguen del resto de las piezas que hemos creado, que son más delicadas. Pero nos interesaba ese contraste: cómo algo pesado y recio puede ser a la vez algo tan sensible para con la historia de mi abuela. Además, nos parecía curioso emplear una técnica como es la fundición para hacer unas piezas cuyo diseño y forma no se adecúan del todo a dicho proceso.



Fig. 23 (izquierda). marcos boluda. *pan para cada comida* (2024). Detalle.

6.2.2. *pan para cada comida*



Fig. 24 (derecha). marcos boluda. *pan para cada comida* (2024). Detalle.

pan para cada comida (2024) nace en el contexto de la asignatura *Técnicas de reproducción escultórica*, impartida por Rocío Garriga Inarejos. Con esta pieza, tratamos lo que mi abuela da y lo que ella se queda. El pan se convierte en la figura central, ya que nunca falta en las comidas. Ella nunca come pan, pero siempre se guarda tímidamente la punta que queda de la barra para cenar ese día. Lo mismo sucede con la comida: si sale poca, ella se echa menos para que nosotros podamos comer más. Esto nos choca, ya que no le importa dar lo suyo a pesar de haber tenido poco para comer en el pasado. En ningún momento queremos estetizar este hecho, solo mostrarlo como sucede, es más, le reprimimos que siga haciéndolo, a pesar de ser un comportamiento que tiene muy arraigado.

La pieza se materializa en 5 reproducciones huecas de una barra de pan sin la punta y otras 5 reproducciones del pico, ambas en barbotina de colada y cocidas. Se realizaron usando moldes rígidos de escayola de dos partes. Las barras de pan se instalan colgadas de la pared, llenas de migas de pan. Los picos se presentan al lado, dispuestos sobre una peana, sobre trozos de papel de cocina, como si se estuvieran desenvolviendo de un paquete. El conjunto se acompaña con otro trozo de papel de cocina arrugado y abierto, con unas pocas migas de pan, evidenciando que ahí se ha comido pan.

Nos interesaba trabajar con las migas del pan, ya que evidencian que en la mesa se ha comido. Para nosotros, simbolizan lo pequeño, lo ínfimo. Las barras las llenamos de migas porque es lo que mi abuela nos ha dado: lo poco que ella tiene, nos lo da siempre, nos agasaja con ello para que estemos satisfechos y nos llena. Los picos es lo que se queda ella, vacíos porque mi abuela no se ha



Fig. 25. Fotografía de proceso. Secando el molde y la reproducción al sol para poder desmoldear.

podido dar a ella misma, priorizando a su familia, para evitar que tengan que pasar por lo mismo que ella. Los picos se acompañan de palabras grabadas en sonido, que explican por qué ella no ha podido darse tiempo a sí misma siendo su vida la que la conforma.

6.2.3. y ha terminado en la mesa



Fig. 26 (izquierda). Fotografía de proceso. Escribiendo sobre los azulejos cerámicos.



Fig. 27 (derecha). Fotografía de proceso. Algunos azulejos cerámicos preparados y pruebas para luego realizarlos en pan.

y ha terminado en la mesa (2024) surge en la asignatura *Cerámica y creación interdisciplinar* impartida por Daniel Tomás Marquina y Leo Gómez Haro. Desde el comienzo, tuvimos claro que una de las piezas a realizar tendría que ser una mesa. No queríamos que fuese una mesa sin más, sino que tuviera un cierto protagonismo y carga poética.

La mesa nos parecía de vital importancia porque es el terreno de juego de los cuidados, ahí donde se evidencian, cuando nos disponemos a comer. Nos gusta como lo defiende el colectivo artístico *nyamnyam*: la mesa como celebración del hecho cotidiano de juntarse y de compartir²¹. De la mesa también nos llamó la atención el mantel, que es el que la dispone para comer, para comer lento. Sobre el mantel caen las manchas y muchas de ellas se quedan incrustadas para siempre, dejan su huella.

Decidimos usar a nuestro favor toda la simbología que rodea a la mesa y el mantel, y poner literalmente sobre ellos la historia de mi abuela. Para ello, teniendo de referencia el mantel que usábamos en su casa a diario, decidimos jugar con la huella de las palabras y el texto. Como queríamos que hablara del espacio de la cocina, rechazamos directamente realizar una pieza textil y elegimos la cerámica como técnica. Terminamos optando por llevar a cabo un mantel cerámico simbólico formado por azulejos, recordando al alicatado de las paredes tradicionales de la cocina.

²¹ Nyamnyam y Mayol, L. (Eds.). (2019). *Potes en laire*. Consorci de Museus de la Comunitat Valenciana. <https://www.dropbox.com/scl/fi/b8nex34mxf7h5u36sn37z/A-cuatro-potes.pdf?rlkey=gt3zy8uvswri5v9iq97z9b3s3&e=1&dl=0>



Fig. 28 (izquierda). marcos boluda. y ha terminado en la mesa (2024). Detalle.



Fig. 29 (derecha). marcos boluda. y ha terminado en la mesa (2024).

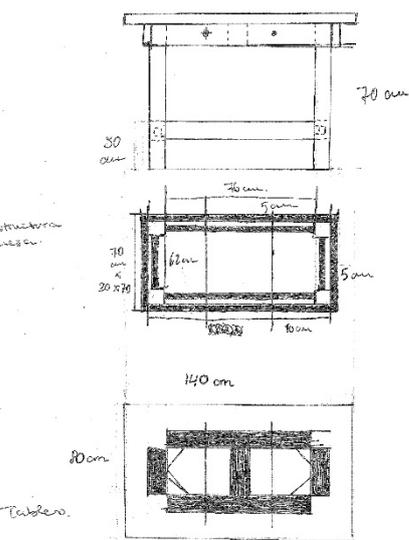


Fig. 30. Fotografía de proceso. Boceto para realizar la mesa. Al final quedó descartado.

Para los azulejos cerámicos, empleamos pasta PA blanca de baja temperatura, que cocimos y esmaltamos con un esmalte transparente mate, también de baja. Éstos los realizamos con un molde de madera, en forma de marco, para que salieran iguales. Luego, escribimos en ellos frases y expresiones de la conversación que tuve con mi abuela, y marcamos dibujos de flores del mantel original con unos sellos caseros de escayola y la huella de platos, vasos y cubiertos. Las palabras se disponen sobre el mantel a modo de conversación, de un extremo a otro, dotando de varios puntos de vista a la pieza. Los azulejos cerámicos los complementamos con otros realizados en masa, a base de harina, sal y agua, que secamos en el horno. Nos parecía que este material tenía una carga simbólica muy fuerte y que encaja a la perfección con la cerámica y la poética del proyecto. Finalmente, salieron 15 azulejos cerámicos y 13 de pan, componiendo un mantel de 28 azulejos cuadrados de 20x20cm. La pieza la completamos colocando en las juntas entre los azulejos migas de pan, para que dialogara con las otras piezas de la muestra y que denotara que en esa mesa se había comido, se habían dejado migas. Diseñamos una mesa para construirla en madera, pero debido a que el precio del material era muy elevado, decidimos realizar solamente el tablero y acompañarlo de unos caballetes, ya que, finalmente, la pieza clave terminó siendo el mantel y no la mesa como tal.

6.2.4. Sin título (crónica visual) y Sin título (crónica sonora)

(En el Anexo II incluimos enlaces para acceder a visualizar y escuchar ambas)

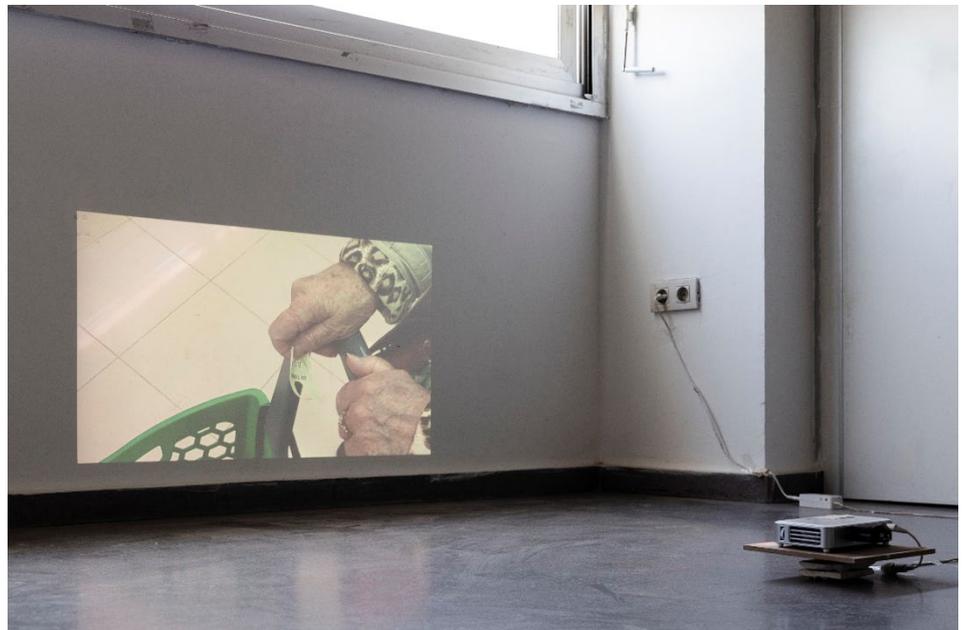
Estas dos piezas, visual y sonora, no se realizaron en el contexto de ninguna asignatura, y responden a la necesidad de emplear directamente todo el material recogido en la fase de cambio y de complementar el resto de piezas en

el espacio expositivo. Además, creemos que ayudarían a comprender mejor la historia y dan voz directa a mi abuela, la hacen estar presente.

En cuanto a *Sin título (crónica visual)*, es un vídeo de 4 minutos y 21 segundos de duración que muestra unas imágenes de mi abuela comprando, cocinando, comiendo y recogiendo la mesa, actividades eminentemente de cuidados. Se grabaron en el transcurso de varios días, en los que pude estar con ella y volver a comer en su casa. No se muestra su cara, solamente sus manos, por un lado, por petición suya, y en segundo lugar, porque no creemos que haga falta. Necesitamos entender su forma de darse, su historia y su vivencia, y para ello no es necesario tener un retrato físico suyo, más bien pararse y entenderla.

Sin título (crónica sonora) es una grabación de audio de 36 minutos y 49 segundos de duración. Es una selección de momentos extraídos de la conversación-entrevista original, ya que duró 1 hora y 30 minutos. En ella se puede escuchar a mi abuela, con alguna intervención mía, narrando diferentes partes de su vida, los sentimientos que guarda hacia su familia y la comida, y cómo cree que le ha afectado todo esto a ella. La pieza la colocamos sonando cerca de los picos de pan, para complementar ambas piezas, dando a entender que, a pesar de aparentar estar vacíos, ese pan que se queda lo llena su historia y su vivencia.

Fig. 31. marcos boluda. Instalación de la pieza *Sin título (crónica visual)*, 2024.



6.2.5. La exposición

(En el Anexo II incluimos más fotografías del resultado final y documentación de la hoja de sala y del cartel)

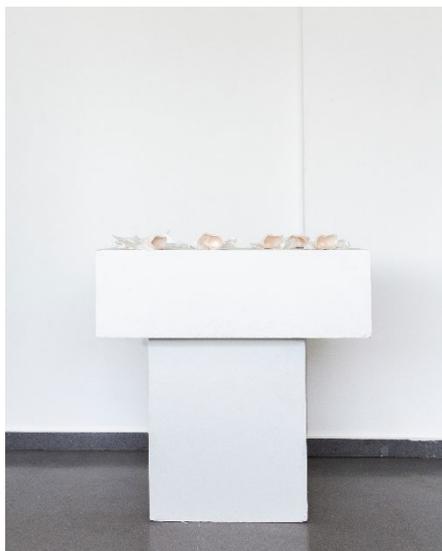


Fig. 32 (izquierda). marcos boluda. *de tus manos cojo el pan* (2024) Detalle de la exposición.

Fig. 33 (derecha). marcos boluda. *de tus manos cojo el pan* (2024) Detalle de la exposición.



Con todas las piezas finalizadas, nos parecía pertinente exponerlas juntas, con el fin de dotarlas de unidad y darles sentido completo. La realizamos en una Project Room de la Facultad por su fácil accesibilidad.

Al entrar a la sala, frente a nosotros visualizamos el vídeo, reproduciéndose en loop. Si damos un par de pasos, a la derecha, encontramos una peana con el libro de artista, disponible para ser ojeado y leído. En el centro de la sala se encuentra la pieza-mesa, alrededor de la cual se puede caminar para leer todos los textos, ofreciendo un recorrido de la sala circular en sentido antihorario. En la esquina opuesta a la entrada, sobre otra peana, están situadas las piezas de fundición, cerca de la ventana, lo que les confiere una luz especial. Finalmente, en la última esquina de la sala encontramos instalada *pan para cada día*. Todo el rato, la sala está inundada por las palabras de la pieza sonora, aunque se pueden escuchar con claridad al acercarse a la peana de los picos.

El resultado fue una exposición sobria, no demasiado dramática o lacrimógena, que trata con respeto y humildad la historia de mi abuela. Es más, le da voz a ella misma y dejamos al espectador que conecte directamente con ella, y nuestra acción es dar el espacio para que suceda.

Aunque la exposición estuvo montada y abierta al público durante una sola mañana, quisimos que fuera como una exposición al uso. Por ello, la acompañamos de un cartel y de un texto de sala, que diera las claves para entender en su totalidad el conjunto. Ambos se incluyen en el Anexo II. Debido a que estuvo tan poco tiempo, nos mantenemos abiertos a repetirla en otros espacios, con el fin de que no sea una única exposición para el TFG.

6.3. UN GESTO DE CUCHARA

(En el Anexo III incluimos la reproducción completa del libro)



Fig. 34 (izquierda). marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024). Detalle de unas páginas.

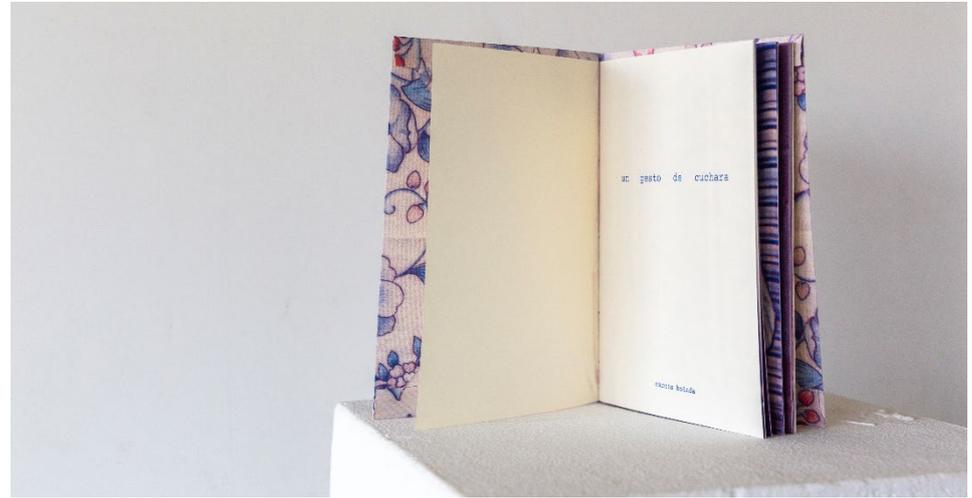


Fig. 35 (derecha). marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024). Detalle del título.

un gesto de cuchara (2024) es el segundo resultado principal de este TFG. Es una publicación de artista que combina las posibilidades del libro de artista y el recetario tradicional. Nace en la asignatura *Libro de artista, grabado y tipografía móvil* impartida por Antonio Alcaraz Mira y Alejandro Rodríguez León.

Consiste en una edición de 15 ejemplares numerados y firmados. Está impreso en risografía a dos tintas, Azul Medio y Rojo Brillante, sobre papel Fedrigoni Arena Rough Ivory de 90 gramos y papel reciclado de 120 gramos. Se compone del libro, encuadernado mediante costura francesa y una cubierta desplegable impresa, y un desplegable de tamaño A3. Elegimos la técnica de risografía porque nos permitía sacar muchas copias del libro muy baratas y cómodamente, y porque la factura de la impresión deja una impronta que realza la condición evocadora del libro.

Al hablar con mi abuela, nos dimos cuenta de que sus recetas no se habían escrito nunca, haciendo que no dispusiéramos de un recetario familiar. En nuestra misión de mantener su memoria, vimos que éramos responsables de recogerlas y escribirlas, para que perduraran en el tiempo. Las combinamos con fotografías del archivo familiar que dieran cuenta del hogar que había formado mi abuela y las cocinas en que habían sucedido los cuidados descritos. Mediante el gesto de escribirlas a mano e incluirlas en el libro, demostramos ser conscientes ante esas comidas y la historia de nuestra familia.

El resultado ha sido un fotolibro, en el que el texto se convierte en imagen, complementado con la memoria visual que proporcionan las fotografías. Para que las recetas pudieran reproducirse diseñamos el desplegable mencionado, que en el anverso tiene las recetas escritas a máquina y en el reverso, una fotografía de las manos de mi abuela, haciendo de éste una pieza útil en la conservación de las recetas.

7. CONCLUSIONES

Echando la vista atrás al proceso de consecución de nuestro TFG, creemos que hemos logrado cumplir con los objetivos propuestos, gracias a un trabajo constante y consciente. Nos sentimos francamente contentos tanto con los resultados obtenidos como con nuestro proceder en todo el proceso.

Lo más destacable es que hemos aprendido a gestionar un proyecto artístico completo y a desarrollar todas sus fases, desde la idea hasta la elaboración de una memoria final que recoja todo el desarrollo. Nos enorgullecemos de haber atendido a las necesidades que el trabajo ha precisado en cada momento, haciendo del proceso una propuesta abierta y permeable a los cambios y mejoras, y a ser capaces de solucionar de manera efectiva aquellos problemas que han ido surgiendo.

Hemos podido poner en práctica todos aquellos conocimientos previos que teníamos de cursos pasados, que, sumados al aprendizaje de nuevas técnicas y estrategias, han ampliado nuestro bagaje de herramientas personales que poder aplicar para proyectos futuros. El poder acercarnos a procesos y formatos como la cerámica y el libro de artista han enriquecido nuestro lenguaje plástico y han ampliado nuestro imaginario de lo realizable, aumentando así nuestras posibilidades en la producción artística.

Sentimos que el proceso nos ha hecho madurar, como artistas y personas, manteniéndonos humildes ante la biografía ajena e identificando en qué medida somos capaces de emplear lo que hacemos para un bien externo, y no sólo individual, enseñándonos a tener una creación honesta y coherente con aquello que estamos contando

En cuanto a las oportunidades del proyecto, sentimos que, por ahora, ha llegado a su fin. En este momento, no encontramos más hilos de los que tirar y preferimos dejarlo cerrado hasta que surja, si se da el caso, una nueva ocasión de proseguirlo. Esto no quiere decir que lo rechacemos, al contrario, nos sentimos tan satisfechos con él que preferimos no continuarlo para evitar arruinarlo y que pierda su sentido original. Es un proyecto al que tenemos mucho cariño y creemos que tal y como está ahora es justo como precisa ser.

De todo, nos quedamos con lo que ha significado tanto para nosotros como para mi abuela. Sentir su orgullo y su felicidad es lo que hace darnos cuenta de que el propósito del trabajo se ha cumplido y que la huella que ella dejó en mí ha sido devuelta.



Fig. 36. Mensaje de mi abuela recibido por el grupo de WhatsApp familiar. 20/06/20204

8. REFERENCIAS

BIBLIOGRAFÍA

- Carrasco, C., Borderías, C., y Torns, T. (2011) Introducción. El trabajo de cuidados: antecedentes históricos y debates actuales. En Carrasco, C., Borderías, C., y Torns, T. (Eds.), *El trabajo de cuidados: historia, teoría y políticas* (pp. 13-95). Libros de la Catarata.
- Carreiro, M. y Pernas, I. (2016). La cocina. En M. Carreiro y C. López (Eds.), *La casa: Piezas, Ensamblajes y Estrategias* (pp. 81-125). Recolectores Urbanos.
- De Certeau, M., Giard, L., y Mayol, P. (2010). *La invención de lo cotidiano. 2, Habitar, cocinar* (Nueva ed. rev. y aum.). Universidad Iberoamericana.
- Colwin, L. (2023). *Una escritora en la cocina*. Libros del Asteroide.
- Díaz-Mas, P. (2020). *El pan que como*. Anagrama.
- Edicions de la Mostra Internacional de Films de Dones de Barcelona. (2017). *Chantal Akerman: un gest, vincles i espais*. <https://publicacions.mostrafilmsdones.cat/index/>
- Esquirol, J. M. (2015). *La resistencia íntima: ensayo de una filosofía de la proximidad*. Acanalado.
- Federici, S. (2018). *Revolución en punto cero: trabajo doméstico, reproducción y luchas feministas* (2ª ed.). Traficantes de sueños.
- Molesworth, H. (1999). Cleaning Up in the 1970s: The Work of Judy Chicago, Mary Kelly and Mierle Laderman Ukeles. En Newman, M. y Bird, J. (Eds.), *Rewriting Conceptual Art* (pp. 107-122). Reaktion Books.
- Navalón, N., y Steffen, B. (com.) (2009). *La maleta de mi madre* [Catálogo de exposición]. IVAM. Institut Valencià d'Art Modern.
- Nyamnyam y Mayol, L. (Eds.). (2019). *Potes en laire*. Consorci de Museus de la Comunitat Valenciana. <https://www.dropbox.com/scl/fi/b8nex34mxf7h5u36sn37z/A-cuatre-potes.pdf?rlkey=gt3zy8uvsrwri5v9iq97z9b3s3&e=1&dl=0>
- Pla, J. (1997). *Lo que hemos comido*. Destino.
- Rodríguez Mateo, C. (2022). *La cocina de la memoria*. Publicacions de la Universitat d'Alacant.
- Rosler, M. (2019). *La dominación y lo cotidiano: ensayos y guiones*. consonni.
- Verdú, V. (2014). *Enseres domésticos: amores, pavores, sujetos y objetos encerrados en casa*. Editorial Anagrama.

ARTÍCULOS

- Bégout, B. (2009). La potencia discreta de lo cotidiano. *Persona Y Sociedad*, 23(1), 9-20. <https://doi.org/10.53689/pys.v23i1.172>
- Díaz García, L. (2022). Todo sobre mi madre y yo: género, memoria e identidad en el cine de Chantal Akerman. *Revista Latente*, 20, 9-52. <https://doi.org/10.25145/j.latente.2022.20.01>

- Hanisch, C. (1970). The Personal is Political. *Notes from the Second Year: Women's Liberation. Major Writings of the Radical Feminists*. 76-78. <https://idn.duke.edu/ark:/87924/r33x35>
- Holtzman, J. D. (2006). Food and Memory. *Annual Review of Anthropology*, Vol. 35 (2006). 361-378. <https://doi.org/10.1146/annurev.anthro.35.081705.123220> Recuperado de <https://www.jstor.org/stable/25064929>
- Lee, K.-S. (2022). Cooking up food memories: A taste of intangible cultural heritage. *Journal of Hospitality and Tourism Management*, Volume 45. 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.jhtm.2022.11.005>.
- Legarreta Iza, M. (2008). El tiempo donado en el ámbito doméstico: Reflexiones para el análisis del trabajo doméstico y los cuidados. *Cuaderno de Relaciones Laborales*, 26(2), 49-73. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2913578>
- Molesworth, H. (2000). House Work and Art Work. *October*, Vol. 92 (Spring, 2000), 71-97. <https://doi.org/10.2307/779234>
- Martín Palomo, M. T. (2008). Los cuidados y las mujeres en las familias. *Política y Sociedad*, 45(2), 29-47. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2880775>

TRABAJOS ACADÉMICOS

- Balaguer Ruiz, S. (2023). *Una cambra pròpia: influència de la dicotomia públic-privat sobre el gènere i la seua perpetuïtat a través de l'urbanisme* (Trabajo de Fin de Grado, Universitat Politècnica de València). <http://hdl.handle.net/10251/195175>
- Carbonell Payá, L. (2022). *Herencias panaderas: del pan a la materia artística* (Trabajo de Fin de Grado, Universitat Politècnica de València). <http://hdl.handle.net/10251/184073>
- Linares Antolinos, I. (2019). *Eso pesa mucho: prácticas artísticas en torno al ajuar* (Trabajo de Fin de Grado, Universitat Politècnica de València). <http://hdl.handle.net/10251/130179>

WEBGRAFÍA

- Brisbane Institute of Modern Art. (2014). Mierle Laderman Ukeles Maintenance Art Works 1969–1980. <https://www.ima.org.au/exhibitions/mierle-laderman-ukeles-maintenance-art-works-1969-1980/>
- Encyclopedia Britannica. (9 de junio de 2023) Why did bell hooks spell her name in lower case? <https://www.britannica.com/video/230729/who-was-bell-hooks>
- Killian, N. (8 de diciembre de 2021). Roberta Cantow's Intimate NYC Portraits. *Metrograph*. Recuperado de <https://metrograph.com/roberta-cantows-intimate-nyc-portraits/>

- Museo Reina Sofía. Actividades. (2023) Chantal Akerman: *Jeanne Dielman, 23 quai du Commerce, 1080 Bruxelles*. <https://www.museoreinasofia.es/actividades/akerman-jeanne-dielman>
- Orange, M. (8 de junio de 2020). Mother Lode: Chantal Akerman's Maternal Portraiture. *The Criterion Collection*. Recuperado de <https://www.criterion.com/current/posts/6973-mother-lode-chantal-akerman-s-maternal-portraiture>
- Real Academia Española. Definición de la palabra 'hogar'. <https://dle.rae.es/hogar>
- Sinergias Arte Visual y Escénico. (26 de enero de 2024). *Natividad Navalón. Este camino lo estamos recorriendo solas* [archivo de vídeo]. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=QifsAWhr6w&ab_channel=SinergiasArteVisualyEsc%C3%A9nico
- The Film-Maker's Cooperative. (9 de julio de 2021). *Panel Discussion with Roberta Cantow, and Elena Rossi Snook* [archivo de vídeo]. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=NFDZdRMv3Wk&ab_channel=TheFilm-Makers%27Cooperative
- Yohannes, N. (28 de enero de 2021). The Art of the Chore: Roberta Cantow's Feminist Classic *Clotheslines*. *The Criterion Collection*. Recuperado de <https://www.criterion.com/current/posts/7252-the-art-of-the-chore-roberta-cantow-s-feminist-classic-clotheslines>

FILMOGRAFÍA

- Bonnett, E. (productora), Coixet, I. (productora) y García-Lacht, B. (directora). (2022). *Maruja* [cortometraje]. España: Playlab Films y Miss Wasabi Films.
- Cantow, R. (directora y productora). (1982). *Clotheslines* [cortometraje documental]. Estados Unidos: Buffalo Rose Productions.
- Cavagnac, G., Dahan, A., de Kermadec, L., Jénart, C., Paul, E., Vecchiali, P. (productores) y Akerman, C. (directora). (1975). *Jeanne Dielman, 23, quai du Commerce, 1080 Bruxelles* [película]. Bélgica: Paradise Films y Unité Trois.
- Dahan, A. (productor) y Akerman, C. (directora). (1976). *News from Home* [película]. Francia y Bélgica: Paradise Films, Unité Trois y Institut National de l'Audiovisuel.
- Dumont, M. (productor) y Bosch, J. (director y productor). (2020). *Endlessness* [cortometraje]. España: Antiestático.
- Quinet, P. (productor), Zeitoun, S. (productor), Akerman, C. (directora y productora). (2015). *No Home Movie* [película]. Francia y Bélgica: Liaison cinématographique y Paradise Films.
- Subirós, S. (directora). (2022). *La cuina del homes* [documental]. España: Cornelius Films

9. ÍNDICE DE FIGURAS

- Fig. 1. Fotografía del archivo familiar con mi abuela y bisabuela. 2002-2003.
- Fig. 2. Fotografía del archivo familiar con mi abuela en su 61 cumpleaños. 2006.
- Fig. 3. Recetas manuscritas por mi abuela. Comida de cerdo y cocido de pollo. 2024.
- Fig. 4. Receta manuscrita por mí. Albóndigas para cocido. 2024.
- Fig. 5. Mesa dispuesta para comer en la cocina de casa de mi abuela. 02/04/2024
- Fig. 6. Fotografía del archivo familiar con mis padres y abuelos maternos. 2006.
- Fig. 7. Fotografía del archivo familiar de una Nochebuena. 2005.
- Fig. 8. Mierle Laderman Ukeles: *Hartford Wash: Washing, Tracks, Maintenance: Outside, 1973. Part of Maintenance art Performance Series, 1973-4. Performance at Wadsworth Atheneum, Hartford, CT, 1973.* https://monoskop.org/File:Ukeles_Mierle_Laderman_1973_Washing_Tracks_Maintenance_Outside.jpg Documentación de la performance.
- Fig. 9. Natividad Navalón. Detalle de la instalación *La maleta de mi madre*, 2009. Fotografía de la exposición homónima en el IVAM. <https://www.behance.net/gallery/3977865/NATIVIDAD-NAVALON-La-Maleta-de-mi-Madre/modules/31065745>
- Fig. 10. Fotograma de la película *Jeanne Dielman, 23, quai du Commerce, 1080 Bruxelles* (1975). <https://assets.mubicdn.net/images/artworks/667319/images-original.png?1708088590>
- Fig. 11. Fotograma de la película *No Home Movie* (2015). <https://assets.mubicdn.net/images/film/131017/image-w1280.jpg?1601643353>
- Fig. 12. Fotograma del cortometraje *Clotheslines* (1982). <https://criterion-production.s3.amazonaws.com/kLeSxXaPsVly9R1i2qPU2dj7IU3J8C.jpg>
- Fig. 13. marcos boluda. *maternidad* (2022). Madera, manta textil, cerámica esmaltada, peluches, velas, flores secas y conchas. 50x70x45 cm.
- Fig. 14. marcos boluda. *maternidad* (2022). Madera, manta textil, cerámica esmaltada, peluches, velas, flores secas y conchas. Detalle
- Fig. 15. marcos boluda. *ajuar* (2023). Tela, lana y abalorios. Bordado, cosido a mano y a máquina, y ganchillo. Dimensiones variables.
- Fig. 16. marcos boluda. *ajuar* (2023). Detalle.
- Fig. 17. marcos boluda. *ajuar* (2023). Detalle.
- Fig. 18. marcos boluda. *pan para cada comida* (2024). Detalle.
- Fig. 19. marcos boluda. *de tus manos cojo el pan* (2024).
- Fig. 20. marcos boluda. *del buen comer (aceite y sal)* (2024).
- Fig. 21. Fotografía de proceso. Pieza *del buen comer (aceite)* realizada en cera.
- Fig. 22. Fotografía de proceso. Pieza *del buen comer (sal)* realizada en cera.
- Fig. 23. marcos boluda. *pan para cada comida* (2024). Detalle.
- Fig. 24. marcos boluda. *pan para cada comida* (2024). Detalle.

- Fig. 25. Fotografía de proceso. Secando el molde y la reproducción al sol para poder desmoldear.
- Fig. 26. Fotografía de proceso. Escribiendo sobre los azulejos cerámicos.
- Fig. 27. Fotografía de proceso. Algunos azulejos cerámicos preparados y pruebas para luego realizarlos en pan.
- Fig. 28. marcos boluda. *y ha terminado en la mesa* (2024). Detalle.
- Fig. 29. marcos boluda. *y ha terminado en la mesa* (2024).
- Fig. 30. Fotografía de proceso. Boceto para realizar la mesa. Al final quedó descartado.
- Fig. 31. marcos boluda. Instalación de la pieza *Sin título (crónica visual)*, 2024.
- Fig. 32. marcos boluda. *de tus manos cojo el pan* (2024) Detalle de la exposición.
- Fig. 33. marcos boluda. *de tus manos cojo el pan* (2024) Detalle de la exposición.
- Fig. 34. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024). Detalle de unas páginas.
- Fig. 35. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024). Detalle del título.
- Fig. 36. Mensaje de mi abuela recibido por el grupo de WhatsApp familiar. 20/06/20204
- Fig. Anexo II 1. marcos boluda. *de tus manos cojo el pan* (2024). Vista general de la exposición.
- Fig. Anexo II 2. marcos boluda. *de tus manos cojo el pan* (2024). Vista general de la exposición.
- Fig. Anexo II 3. marcos boluda. *de tus manos cojo el pan* (2024). Detalle de la exposición.
- Fig. Anexo II 4. marcos boluda. *de tus manos cojo el pan* (2024). Detalle de la exposición.
- Fig. Anexo II 5. marcos boluda. *del buen comer (aceite y sal)* (2024).
- Fig. Anexo II 6. marcos boluda. *del buen comer (aceite y sal)* (2024).
- Fig. Anexo II 7. marcos boluda. *del buen comer (sal)* (2024).
- Fig. Anexo II 8. marcos boluda. *del buen comer (aceite)* (2024). Detalle
- Fig. Anexo II 9. marcos boluda. *pan para cada comida* (2024). Vista general de la pieza.
- Fig. Anexo II 10-21. marcos boluda. *pan para cada comida* (2024). Detalle.
- Fig. Anexo II 22. marcos boluda. *y ha terminado en la mesa* (2024).
- Fig. Anexo II 23. marcos boluda. *y ha terminado en la mesa* (2024).
- Fig. Anexo II 24-29. marcos boluda. *y ha terminado en la mesa* (2024). Detalle
- Fig. Anexo II 30. marcos boluda. *Sin título (crónica visual)* (2024). Instalación de la pieza.
- Fig. Anexo II 31. marcos boluda. *Sin título (crónica visual)* (2024). Instalación de la pieza.
- Fig. Anexo II 32. marcos boluda. *del buen comer (aceite y sal)* (2024). Detalle cogiéndolas.
- Fig. Anexo II 33. marcos boluda. *y ha terminado en la mesa* (2024). Detalle.

Fig. Anexo II 34. Cartel de la exposición. *de tus manos cojo el pan*, 14/06/2024.

Fig. Anexo II 35. Hoja con texto de sala. *de tus manos cojo el pan*, 14/06/2024.

Fig. Anexo II 36. Cartelas. *de tus manos cojo el pan*, 14/06/2024.

Fig. Anexo III 1-25. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024).

Fig. Anexo III 26. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024). Detalle del título.

Fig. Anexo III 27. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024). Detalle del texto introductorio.

Fig. Anexo III 28. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024). Detalle de la dedicatoria.

Fig. Anexo III 29-30. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024). Pasando páginas.

Fig. Anexo III 31-33. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024). Desplegable de recetas.

Fig. Anexo III 34. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024). Desplegable de recetas. Detalle.

Fig. Anexo III 35. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024). Desplegable de recetas. Parte posterior

ANEXO I: RELACIÓN DEL TRABAJO CON LOS OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE DE LA AGENDA 2030

ANEXO I.
**RELACIÓN DEL TRABAJO CON LOS OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE
DE LA AGENDA 2030**

Anexo al Trabajo de Fin de Grado y Trabajo de Fin de Máster: Relación del trabajo con los
Objetivos de Desarrollo Sostenible de la agenda 2030.

Grado de relación del trabajo con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS).

Objetivos de Desarrollo Sostenible	Alto	Medio	Bajo	No procede
ODS 1. Fin de la pobreza.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 2. Hambre cero.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 3. Salud y bienestar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 4. Educación de calidad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 5. Igualdad de género.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ODS 6. Agua limpia y saneamiento.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 7. Energía asequible y no contaminante.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 8. Trabajo decente y crecimiento económico.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ODS 9. Industria, innovación e infraestructuras.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 10. Reducción de las desigualdades.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 11. Ciudades y comunidades sostenibles.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 12. Producción y consumo responsables.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 13. Acción por el clima.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 14. Vida submarina.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 15. Vida de ecosistemas terrestres.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 16. Paz, justicia e instituciones sólidas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 17. Alianzas para lograr objetivos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

Descripción de la alineación del TFG/TFM con los ODS con un grado de relación más alto.



**Anexo al Trabajo de Fin de Grado y Trabajo de Fin de Máster:
Relación del trabajo con los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la agenda 2030.**

En cuanto a la relación de nuestro TFG con los 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible, nos resulta difícil encontrar conexión con alguno debido a que nuestro Trabajo es eminentemente personal y ligado a la experiencia propia familiar. Sin embargo, en su base, este proyecto goza de un par de reivindicaciones que sí que tienen que ver con dos de los ODS.

En primer lugar, nuestro TFG tiene un alto grado de conexión con el ODS 5: Igualdad de Género. Con nuestro proyecto, buscamos una mayor presencia y reconocimiento de la mujer en el mundo y la esfera pública. En nuestro caso, tomamos el punto de vista del trabajo doméstico y la naturalización histórica de éste, por lo que reivindicamos que se proporcionen más oportunidades de vida a las mujeres, y que no tengan que verse abocadas a una vida de reclusión en el hogar. A través de nuestra práctica, buscamos empoderar a aquella que nos ha criado, que no ha tenido mucho a lo que aspirar en la vida, y queremos hacerle ver que, a pesar de ello, su trabajo es igual de válido que cualquier otro empleo, y que sirve para mucho más de lo que se piensa.

A raíz de esto, también encontramos cierta conexión con el ODS 8: Trabajo decente y crecimiento económico. En nuestro caso, nos centramos en las tareas de cuidados domésticos que se dan entre las familias y aquellas llamadas amas de casa. Dando un espacio en el que reflexionar sobre esta dedicación, queremos darle el reconocimiento que se merece y legitimarlo como empleo. Es un trabajo que está completamente invisibilizado, dándose por hecho. Creemos que es muy importante que aquellas que trabajan en el hogar a tiempo completo se las reconozca como trabajadoras, o que aquellas trabajadoras domésticas en domicilios no propios tengan una condiciones de trabajo y sueldos dignos, respetándolas como empleadas que son. Aspirar a estas situaciones llevaría al concepto de trabajo decente que defiende la Agenda 2030.

Respecto al resto de ODS, nuestro Trabajo se encuentra muy lejos de estar relacionado de alguna forma. Creemos que los dos más cercanos son los que hemos comentado y son los que también se acercan más a nuestra producción y agenda ética propia.

ANEXO II: DE TUS MANOS COJO EL PAN

Enlace para visualizar *Sin título (crónica visual)*:

https://drive.google.com/file/d/1_h4AkzxrGAEzADCUYD-GXiBoG7mQaPc2/view?usp=drive_link

Enlace para escuchar *Sin título (crónica sonora)*:

<https://drive.google.com/file/d/1Rwuzxph3pCBqFulfpBRAFOoEdKZ2wsn8/view?usp=sharing>

Las fotografías presentadas a continuación están tomadas por la compañera Neus Miras.

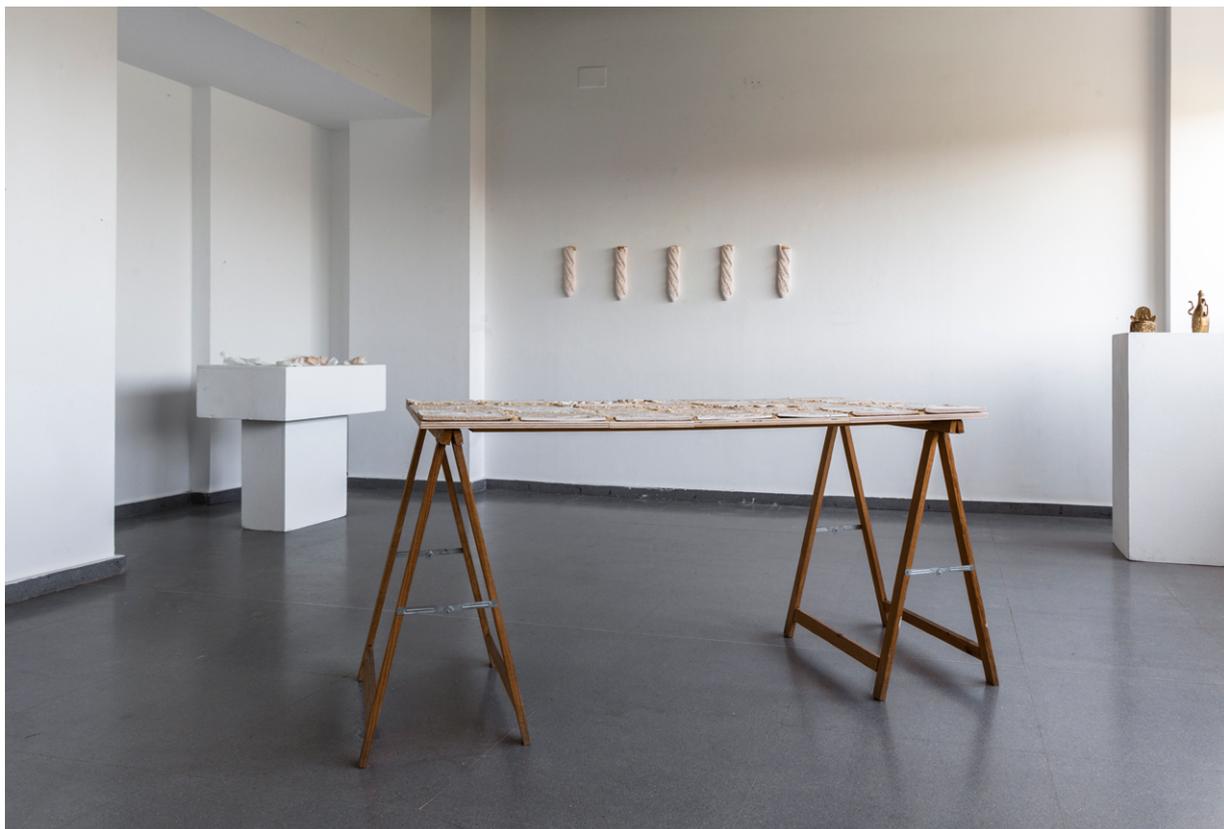


Fig. Anexo II 1. marcos boluda. *de tus manos cojo el pan* (2024). Vista general de la exposición.

Fig. Anexo II 2. marcos boluda. *de tus manos cojo el pan* (2024). Vista general de la exposición.

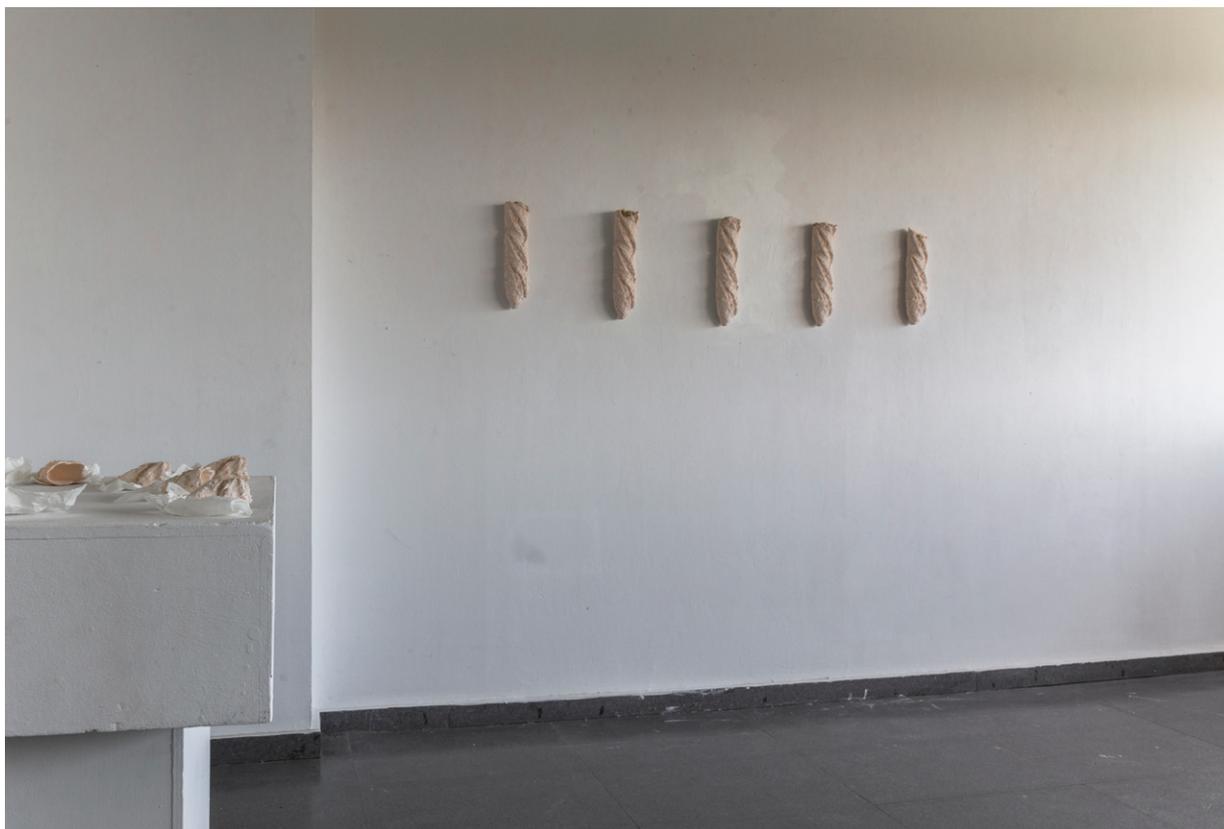


Fig. Anexo II 3. marcos boluda. *de tus manos cojo el pan* (2024). Detalle de la exposición.

Fig. Anexo II 4. marcos boluda. *de tus manos cojo el pan* (2024). Detalle de la exposición.



Fig. Anexo II 5. marcos boluda. *del buen comer (aceite y sal)* (2024).

Fig. Anexo II 6. marcos boluda. *del buen comer (aceite y sal)* (2024).



Fig. Anexo II 7. marcos boluda. *del buen comer (sal)* (2024).

Fig. Anexo II 8. marcos boluda. *del buen comer (aceite)* (2024). Detalle

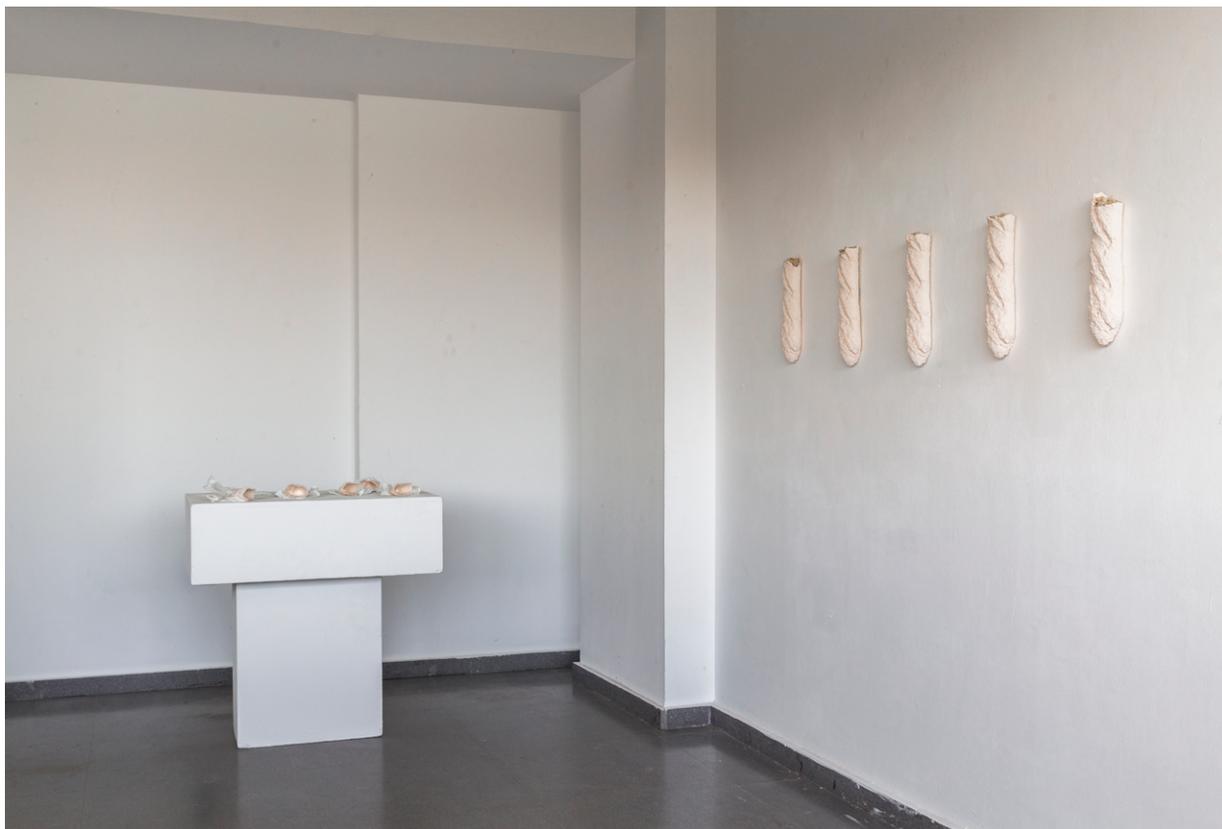


Fig. Anexo II 9. marcos boluda. *pan para cada comida* (2024). Vista general de la pieza.

Fig. Anexo II 10. marcos boluda. *pan para cada comida* (2024). Detalle.



Fig. Anexo II 11. marcos boluda. *pan para cada comida* (2024). Detalle.

Fig. Anexo II 12. marcos boluda. *pan para cada comida* (2024). Detalle.



Fig. Anexo II 13. marcos boluda. *pan para cada comida* (2024). Detalle.

Fig. Anexo II 14. marcos boluda. *pan para cada comida* (2024). Detalle.



Fig. Anexo II 15. marcos boluda. *pan para cada comida* (2024). Detalle.



Fig. Anexo II 16. marcos boluda. *pan para cada comida* (2024). Detalle.

Fig. Anexo II 17. marcos boluda. *pan para cada comida* (2024). Detalle.



Fig. Anexo II 18. marcos boluda. *pan para cada comida* (2024). Detalle.
Fig. Anexo II 19. marcos boluda. *pan para cada comida* (2024). Detalle.



Fig. Anexo II 20. marcos boluda. *pan para cada comida* (2024). Detalle.

Fig. Anexo II 21. marcos boluda. *pan para cada comida* (2024). Detalle.



Fig. Anexo II 22. marcos boluda. y ha terminado en la mesa (2024).

Fig. Anexo II 23. marcos boluda. y ha terminado en la mesa (2024).



Fig. Anexo II 24. marcos boluda. *y ha terminado en la mesa* (2024). Detalle
Fig. Anexo II 25. marcos boluda. *y ha terminado en la mesa* (2024). Detalle



Fig. Anexo II 26. marcos boluda. *y ha terminado en la mesa* (2024). Detalle
Fig. Anexo II 27. marcos boluda. *y ha terminado en la mesa* (2024). Detalle



Fig. Anexo II 28. marcos boluda. *y ha terminado en la mesa* (2024). Detalle
Fig. Anexo II 29. marcos boluda. *y ha terminado en la mesa* (2024). Detalle

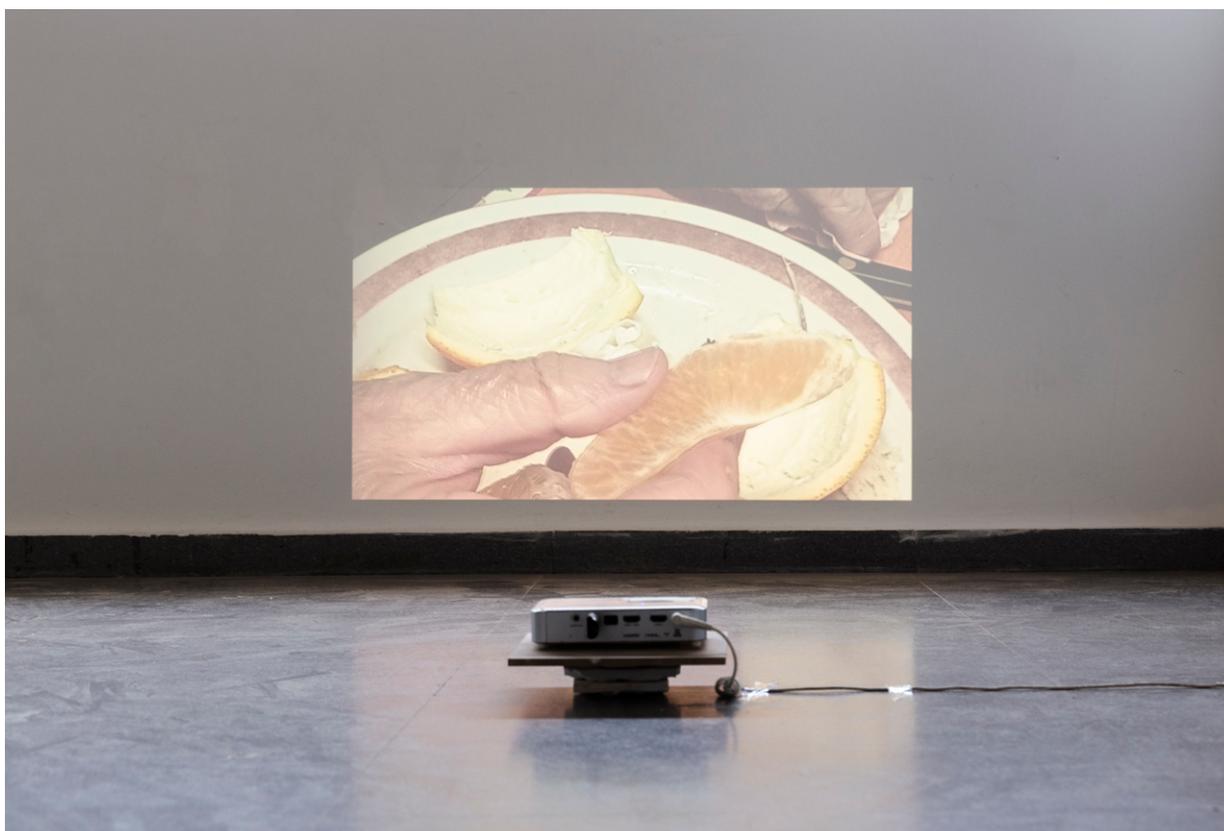


Fig. Anexo II 30. marcos boluda. *Sin título (crónica visual)* (2024). Instalación de la pieza.
Fig. Anexo II 31. marcos boluda. *Sin título (crónica visual)* (2024). Instalación de la pieza.

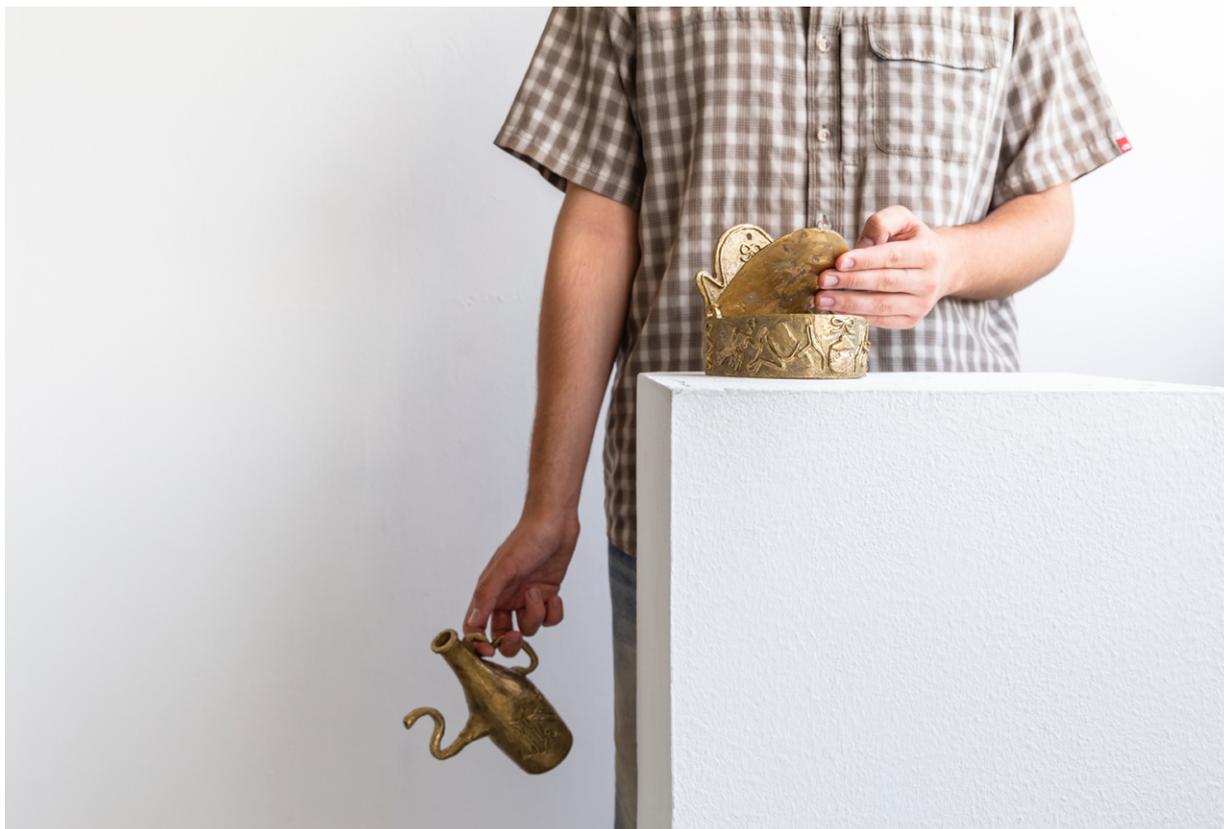


Fig. Anexo II 32. marcos boluda. *del buen comer (aceite y sal)* (2024). Detalle cogiéndolas.

Fig. Anexo II 33. marcos boluda. *y ha terminado en la mesa* (2024). Detalle.

de tus
manos
cojo el

marcos
boluda

pan

DÍA 14 DE JUNIO
AULA A-2-11
10H - 14:30 H
FACULTAD DE BELLAS ARTES
UPV.

Fig. Anexo II 34. Cartel de la exposición. *de tus manos cojo el pan*, 14/06/2024.

de tus manos cojo el pan

‘Cuánto esfuerzo y cuánto sacrificio hay colocados encima de esta mesa ante la que me dispongo a comer. Y, ahora que he reflexionado un poco, qué respeto me produce hacerlo’
Paloma Díaz-Mas

La mesa está puesta, la comida espera caliente en la olla a ser servida y se pone el pan que se ha comprado en la mañana. No se percibe a simple vista, pero la base de ese puchero es el trabajo, el tiempo y el amor de aquellas que cuidan. Alargas las manos y de ellas cojo el pan, pan con que rebaño el plato en señal de agradecimiento. Tú misma me has enseñado a comer y a disfrutar de la cuchara, aunque no creo que fuera a propósito. Educación en silencio, a base de gestos, no palabras, radicada en la sencillez y en lo hermoso del día a día. Gestos que marcan, que repito, que me acercan a tí y a entender un poco más su porqué, su origen.

Origen que no ha de olvidarse, narrar la historia que nunca se ha contado, la historia que pasa desapercibida. El relato del hambre, de la humildad y la falta de amor, relato común. Me siento en el deber de contarla, es mi responsabilidad. Al fin y al cabo, no estaría donde estoy si no fuera por tí. Tú, que te has sacrificado a tí misma, que has dado aquello poquito que tenías para que nosotros no tuviéramos que vivirlo. ¿No me debo yo a tí como tú te has debido a mí? Pongo tu relato sobre la mesa, y las palabras quedan para siempre, como la mancha de aceite que nunca salta.

Pan, aceite y sal. Pan que no pudiste comer de pequeña. Las migas que deja el pan al comerlo. Lo mínimo que le da forma. Aceite y sal, base de las comidas, base desde la que se construye la tradición. Pan que quita el hambre, sal y aceite que le dan sabor. La comida con la que me has cuidado, son tus platos sólo una pequeña parte de todo lo que has dado, de cómo te nos has dado. Esto es por tí, porque te sientas realizada, para darle valor a tu trabajo, por decirte que sí ha servido para algo.

Recuerdo ahora que me decías, cuando yo era pequeño, cuando no entendía lo que significaban las palabras, que cuando escribiera, que escribiera un libro sobre tu historia, que lo tuyo era para contar, para que no se repitiese. Escribir para sanar, para cerrar la herida, para saciar ese hambre que dentro tenías.

marcos boluda, València, 2024.

***del buen comer (aceite)*, 2024**

Latón fundido
19,5 x 14,8 x 6,5 cm

***del buen comer (sal)*, 2024**

Latón fundido y sal
13,2 x 10,4 x 13,5

***pan para cada comida*, 2024**

Cerámica sin esmaltar, migas de pan
y papel de cocina.
5 piezas con medidas 33,8 x 7,5 x 5,6 cm
5 piezas con medidas 9,5 x 8,7 x 5,3 cm

***un gesto de cuchara*, 2024**

Publicación de artista. Impresión en risografía
sobre papel Fedrigoni Arena Rough en color Ivory
de 90 gramos en colores Rojo Brillante y Azul Medio.
Costura francesa con hilo de bordar rojo.
21 x 14,4 cm

***y ha terminado en la mesa*, 2024**

Cerámica esmaltada, masa de sal,
miga de pan y madera.
140 x 80 x 75 cm

***Sin título (crónica visual)*, 2024**

Vídeo sin sonido en loop
4'21"

***Sin título (crónica sonora)*, 2024**

Grabación de audio editada en loop
36'49"

ANEXO III: UN GESTO DE CUCHARA

Las fotografías presentadas a continuación están tomadas por la compañera Mer (María Calvo).



Fig. Anexo III 1. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024).

Fig. Anexo III 2. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024).



Fig. Anexo III 3. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024).

Fig. Anexo III 4. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024).

Fig. Anexo III 5. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024).Fig. Anexo III 6. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024).



Fig. Anexo III 7. marcos boluda. un gesto de cuchara (2024).

Fig. Anexo III 8. marcos boluda. un gesto de cuchara (2024).



Fig. Anexo III 9. marcos boluda. un gesto de cuchara (2024).

Fig. Anexo III 10. marcos boluda. un gesto de cuchara (2024).

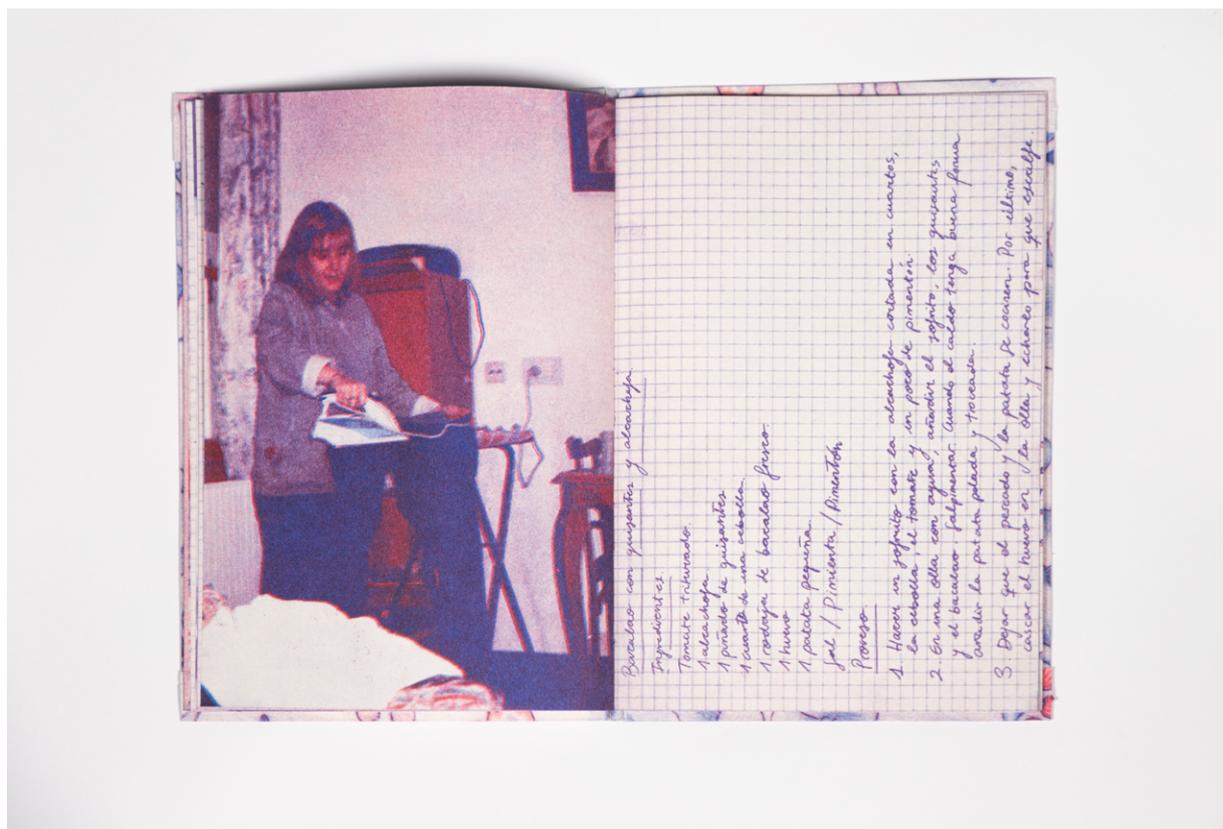


Fig. Anexo III 11. marcos boluda. un gesto de cuchara (2024).

Fig. Anexo III 12. marcos boluda. un gesto de cuchara (2024).



Fig. Anexo III 13. marcos boluda. un gesto de cuchara (2024).

Fig. Anexo III 14. marcos boluda. un gesto de cuchara (2024).



Fig. Anexo III 15. marcos boluda. un gesto de cuchara (2024).

Fig. Anexo III 16. marcos boluda. un gesto de cuchara (2024).

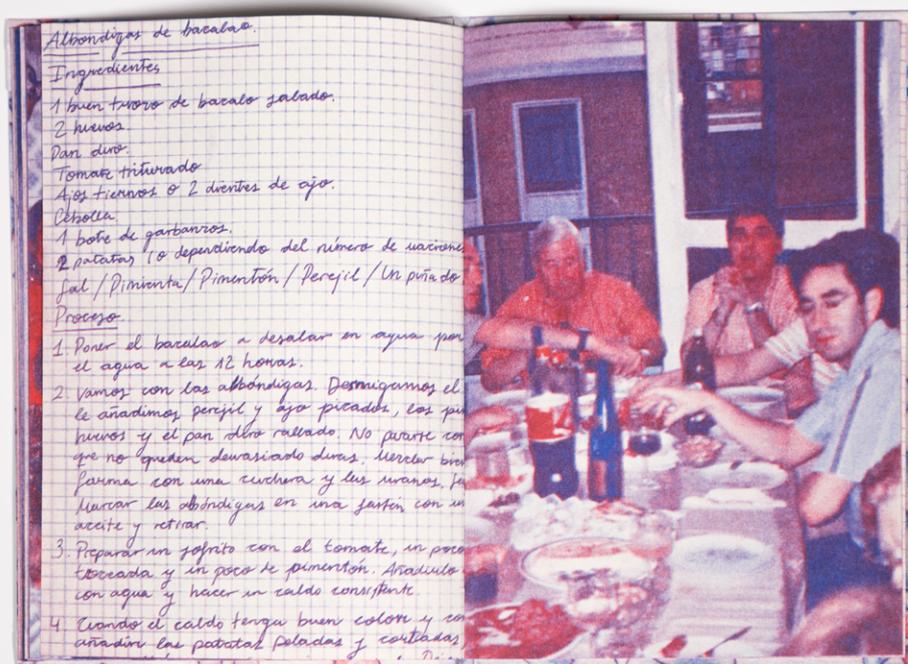


Fig. Anexo III 17. marcos boluda. un gesto de cuchara (2024).

Fig. Anexo III 18. marcos boluda. un gesto de cuchara (2024).



Fig. Anexo III 19. marcos boluda. un gesto de cuchara (2024).

Fig. Anexo III 20. marcos boluda. un gesto de cuchara (2024).



Fig. Anexo III 21. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024).

Fig. Anexo III 22. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024).

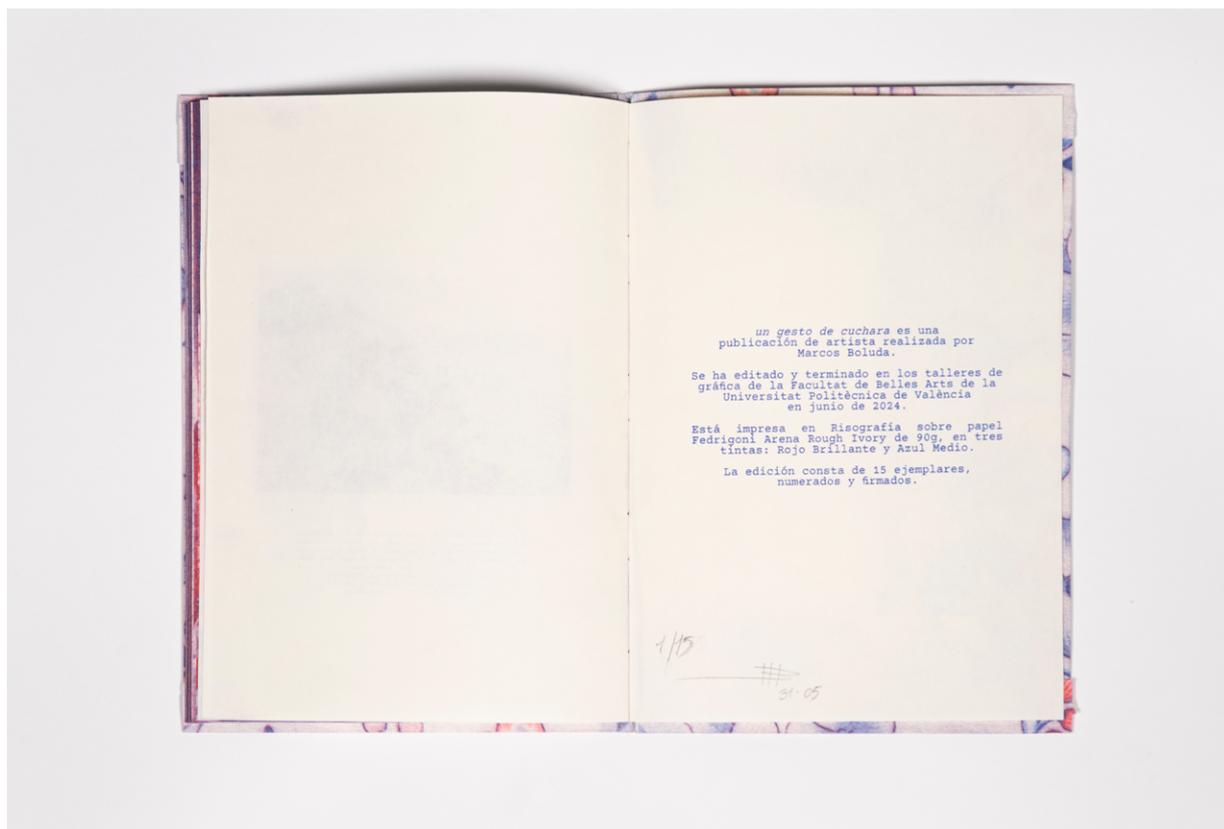


Fig. Anexo III 23. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024).

Fig. Anexo III 24. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024).



Fig. Anexo III 25. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024).

Fig. Anexo III 26. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024). Detalle del título.



Fig. Anexo III 27. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024). Detalle del texto introductorio.

Fig. Anexo III 28. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024). Detalle de la dedicatoria.

Fig. Anexo III 29. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024). Pasando páginas.Fig. Anexo III 30. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024). Pasando páginas.



Fig. Anexo III 31. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024). Desplegable de recetas.
Fig. Anexo III 32. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024). Desplegable de recetas.



Fig. Anexo III 33. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024). Desplegable de recetas.
Fig. Anexo III 34. marcos boluda. *un gesto de cuchara* (2024). Desplegable de recetas. Detalle.

Caldo de pescado**Ingredientes**

1 pimiento rojo
1 tomate
1 rodaja de pescado
(estornino, jurel)
1 patata
sal / ajo / pimienta /
cominos / perejil

Proceso

1. Asar el pimiento rojo al fuego, sino, al horno.

2. En una olla, añadir agua y hervir el tomate, cortado en cuatro. Cuando esté cocinado, retirar y añadir a un mortero junto a unos cominos, un diente de ajo y perejil fresco. Machacar y añadir al caldo del tomate.

3. Salpimentamos y añadimos la patata pelada entera. Cuando esté casi hecha, añadimos el pescado y el pimiento, sin piel y cortado a tiras. Cocinar el pescado sin que se pase, que quede tierno.

Comida con carne de cerdo**Ingredientes**

espinazo de cerdo
2 manitas de cerdo
1 rabo y una oreja de cerdo
1 poco de tocino
1 morcilla (de sangre y cebolla)
1 bote de habichuelas
1 patata
2-3 dientes de ajo
sal / pimienta
colorante o azafrán

Proceso

1. Dejar a remojo la carne y enjuagar y limpiar muy bien. Retirar trozos de grasa y huevos que sobre. En las manitas, limpiar conscientemente y a fondo.

2. Poner la carne a hervir en una olla a presión por unos 20 minutos. Tras este tiempo colar el agua.

3. En otra olla, poner agua limpia y añadir la carne y los ajos. Salpimentar y dejamos hervir hasta que la carne termine de cocinarse. aquí añadimos el colorante o azafrán.

4. Añadir las habichuelas y la patata pelada y troceada. Cuando la patata esté casi hecha, se añade la morcilla. Se deja unos 5 minutos y se sirve.

Lentejas con jamón y chorizo**Ingredientes**

1 bote de lentejas
1 trozo de jamón para guisar
1 trozo de chorizo
1/4 de cebolla
1 patata pequeña
tomate triturado
sal / pimienta / laurel

Proceso

1. Poner en una olla con agua el jamón y el chorizo y hervir.

2. Preparar, aparte, un sofrito con cebolla y tomate. Añadirlo al chorizo y al jamón. Agregar un par de hojas de laurel.

3. Cuando el caldo esté consistente, añadir las lentejas y la patata. Salpimentar y cocinar hasta que se haga la patata.

Albóndigas para cocido**Ingredientes**

carne de cerdo y carne de ternera,
a partes iguales, picada
pan duro rallado
4-6 huevos
sal / pimienta / perejil /
piñones

Proceso

1. Poner en un bol la carne, el ajo y el perejil picados, los piñones, los huevos y el pan rallado. Mezclar y salpimentar. Corregir de pan rallado. No poner demasiado para que no queden muy duras.

2. Con ayuda de dos cucharas, damos forma esférica, de un tamaño inferior al de una pelota de tenis.

3. Podemos reservar o congelar, pero es mejor añadirlas directamente al caldo o al cocido.

* Estas son las albóndigas mencionadas en la receta del cocido de Navidad.

Cocido de pollo**Ingredientes**

1 pollo campero (de los amarillos),
troceado
1 trozo de jamón de guisar
1 trozo de chorizo
1 puñado de judías verdes
1 patata
1 puñado de fideos (000)
1 bote de garbanzos
sal / pimienta

Proceso

1. Poner en una olla con agua el pollo, el jamón y el chorizo. Poner a hervir e ir retirando la espuma que flota a la superficie.

2. Cuando la carne esté tierna, añadir las judías, la patata y los garbanzos. Salpimentar. Dejar que se cocine a fuego medio-alto, sin que burbujee demasiado.

3. Cuando esté todo cocinado (recordar ir desespumando), añadir los fideos y tras 5 minutos, servir.

* En el paso nº2 se pueden añadir las albóndigas, pero se suelen comer solamente en el cocido de Navidad.

Arroz con habichuelas**Ingredientes**

tomate triturado
ajos tiernos o un par de dientes de ajo
1 trozo de pimentón rojo
1 alcachofa pequeña
1 bote pequeño de habichuelas
1 puñado pequeño de arroz
1 patata pequeña (opcional)
sal / pimienta / pimentón

Proceso

1. Hacer un sofrito con el tomate triturado, los ajos tiernos y un poco de pimentón. Apartar. Marcar, en la misma sartén, una alcachofa pequeña cortada en cuartos y un trozo de pimiento cortado en trozos pequeños.

2. Añadir a una olla con agua el sofrito, el pimiento y la alcachofa. Dejar que hierva.

3. Cuando el caldo tenga buen color y consistencia, añadir las habichuelas, el arroz y la patata (opcional). Salpimentamos. Dejamos cocinar hasta que hayan cocinado el arroz y la patata.

Olla gitana**Ingredientes**

1 pera pequeña
1 puñado de judías verdes
1 tomate
1 patata
1 bote de garbanzos o
habichuelas
sal / pimienta /
azafrán o colorante

Proceso

1. Añadir a una olla con agua la pera cortada y pelada, las judías verdes y el tomate cortado en cuatro y llevar a ebullición.

2. Cuando el caldo esté consistente y tenga fondo, añadir la patata pelada y cortada a la mitad y las legumbres siegadas. Salpimentar y añadir un poco de azafrán o colorante. Cocinar hasta que se haga la patata.

Albóndigas de bacalao**Ingredientes**

1 buen trozo de bacalao salado
4 huevos
pan duro rallado
tomate triturado
ajos tiernos o 2 dientes de ajo
1/4 de cebolla
1 bote de garbanzos
1 patata
sal / pimienta / pimentón /
perejil / un puñado de piñones

Proceso

1. Poner el bacalao a desalar en agua por 24h. Cambiar el agua a las 12h.

2. Vamos con las albóndigas. Desmigamos el bacalao y le añadimos perejil y ajo picados, los piñones, los huevos y el pan rallado. No pasarse con el pan para que no queden demasiado duras. Salpimentar. Mezclar bien y darles forma con una cuchara y las manos. Marcar las albóndigas en una sartén con un poco de aceite y retirar.

3. Preparar un sofrito con el tomate, un poco de cebolla troceada y un poco de pimentón. Añadirlo a una olla con agua y hacer un caldo consistente.

4. Cuando el caldo tenga buen color y consistencia, añadir la patata pelada y cortada, los garbanzos y las albóndigas. Corregir de sal. Dejar cocinar hasta que se haga la patata.

Callos con garbanzos**Ingredientes**

1/2 kg de callos de ternera
2 manitas de ternera
morro de ternera
1 cebolla
1 tomate
1 bote de garbanzos
2-3 dientes de ajo, pelados
1 trozo de chorizo
1 trozo de jamón
tomate triturado
sal / pimienta / pimentón /
hierbabuena

Proceso

1. Limpiar muy bien la manita de callos con agua, incliniendo muy bien en todos los huecos. Hacer lo mismo con el trozo de morro. Limpiar y con una cuchilla afeitar cualquier pelo de las manitas.

2. Poner los callos, el morro y las manitas en una olla con agua y dar un hervor. Cuando hayan hervido un poco, retirar el agua y volver a llenar con agua nueva.

3. Volver a hervir y añadir una cebolla, un tomate y los dientes de ajo, el jamón y el chorizo.

4. Cuando el caldo vaya cogiendo fondo, sacar la cebolla, el tomate y los ajos, triturarlo y añadirlo a la olla. Preparar un pequeño sofrito de tomate triturado y cebolla con un poco de pimentón y añadir.

4. Añadir los garbanzos, un poco de hierbabuena (fresca mejor) y salpimentar. Dejar cocinar hasta que la carne esté tierna.

Fig. Anexo III 35. marcos boluda. un gesto de cuchara (2024). Desplegable de recetas. Parte posterior