

TFG

**PROYECTO SOM:
CATARSIS Y METAMORFOSIS A TRAVÉS
DE LA VIDEOPERFORMANCE EN EL ARTE
CONTEMPORÁNEO**

**PRESENTADO POR BEATRIZ PÉREZ LISTA
TUTORA: MARÍA DESAMPARADOS CUBELLS CASARES**

**FACULTAT DE BELLES ARTS DE SANT CARLES
GRADO EN BELLAS ARTES
CURSO 2020-2021**



**UNIVERSITAT
POLITÈCNICA
DE VALÈNCIA**



**UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA
FACULTAT DE BELLES ARTS DE SANT CARLES**

RESUMEN

Este trabajo de investigación analiza y profundiza en la temática de la catarsis y la metamorfosis y su trascendencia en el ámbito artístico contemporáneo. Explorando la carga psicológica desde el punto de vista genético, social, familiar y cultural.

El arte una herramienta de la superación de una carga invisible, heredada o autoimpuesta que impide a la persona el desarrollo de sí mismo. Esta carga invisible se deriva en la idea de liberación a través del ritual. Como han demostrado en el ámbito del arte contemporáneo artistas como: Gunter Brus, Gina Pane, Marina Abramovic, Patty Chang, etc. Como ya es sabido el arte ha demostrado ser una herramienta idónea de comunicación entre las personas que también sirve para hacer de vehículo de liberación de la carga y de las experiencias traumáticas, abriendo las puertas de uno mismo para poder llegar al resto de personas, el colectivo.

El ser humano tiende a instigarse y a recrearse en el dolor y la culpa, por eso el arte se convierte en una herramienta de testimonio y liberación, para romper el círculo vicioso que tiende a repetirse en la psique del individuo. De este modo el arte interdisciplinar y la video-performance se convierten en una herramienta conductiva en la necesidad de la aceptación de los hechos, las emociones y las incertidumbres que oprimen al individuo y al artista de manera psíquica. Siendo el arte contemporáneo un elemento fundamental en la comunicación con el espectador y en la liberación del sentimiento de carga.

Palabras clave: video-performance, psique, dolor, carga, catarsis, metamorfosis, introspección.

ABSTRACT

This research work analyzes and delves into the subject of catharsis and metamorphosis and its importance in the contemporary artistic field. Exploring the psychological burden from the genetic, social, family and cultural point of view.

Art is a tool for overcoming an invisible, inherited or self-imposed burden that prevents the person from developing himself. This invisible charge is derived from the idea of liberation through ritual. As artists such as: Gunter Brus, Gina Pane, Marina Abramovic, Patty Chang, etc. have shown in the field of contemporary art. As is already known, art has proven to be an ideal communication tool between people that also serves to act as a vehicle for releasing the burden and traumatic experiences, opening the doors of oneself to be able to reach other people, the collective.

The human being tends to instigate and recreate in pain and guilt, that is why art becomes a tool of testimony and liberation, to break the vicious circle that tends to repeat itself in the psyche of the individual. In this way, interdisciplinary art and video-performance becomes a conductive tool in the need to accept the facts, emotions and uncertainties that oppress the individual and the artist in a psychic way. Contemporary art being a fundamental element in communication with the viewer and in the liberation of the feeling of burden.

Key Words: videoperformance, psique, burden, punish, catharsis, metamorphosis, introspection.

Índice

RESUMEN	2
ABSTRACT	3
INTRODUCCIÓN	5
1. OBJETIVOS Y METODOLOGÍA	6
2. CATARSIS Y METAMORFOSIS.....	8
2.1 La carga	10
2.2 Catarsis.....	12
2.3 Metamorfosis	14
3. REFERENTES ARTÍSTICOS: LOS LÍMITES DEL DOLOR Y EL CUERPO EN EL ARTE	15
3.1 Accionismo Vienés.....	15
3.3 Gina Pane	17
3.4 Marina Abramovic	18
3.5 Patty Chang	20
4. PRODUCCIÓN ARTÍSTICA: PROYECTO SOM	27
4.1 Performance.....	28
4.2 Antecedentes artísticos	29
4.3 Preproducción	32
4.3.1 Elementos de la performance	33
4.4 Producción	38
4.4 Postproducción	40
5. CONCLUSIÓN.....	42
Bibliografía.....	43
5. ÍNDICE DE IMÁGENES	45

INTRODUCCIÓN

Este proyecto SOM comenzó a gestarse en el inconsciente durante mediados de carrera. El “Proyecto Som” comenzó con la mirada hacia el propio interior, creando una reflexión identitaria y utilizando la video-performance como herramienta conductora artística.

Fundamentalmente consistió en percibir la carga que arrastra el ser humano; siendo un peso invisible del inconsciente que nos inmoviliza, obstaculiza y aísla. Reflexionando sobre esta carga heredada, generacional, o autoimpuesta, muchos artistas de la década de los 60 y 70 buscaron aliviar el peso que sentían tras la gran masacre que supuso la Segunda Guerra Mundial. Surge así el Accionismo Vienés, para denunciar las atrocidades cometidas por los nazis, y liberarse de la carga histórica y sentimientos de culpa a través del dolor.

Una vez nombrado y reconocido este peso psicológico, dejó de ser invisibilizado, y por tanto se convirtió en algo tangible y reconocible, con lo que poder trabajar en busca de una liberación y catarsis.

La catarsis es el proceso purificador que recoge una experiencia vital profunda y la transforma. De ella surge un efecto liberador que nos aligera nuestro camino vital. Esa superación y cambio de nuestro ser, nos lleva a la metamorfosis, el cambio de un individuo de un estado a otro. Aquellos individuos incapacitados por sus miedos en un comienzo, interactúan mediante la acción performativa, resolviendo de este modo sus conflictos psicológicos y consiguiendo la estabilidad y la armonía.

En este proyecto se utilizó como medio la video-performance, debido a su alta capacidad comunicativa entre el público y el artista. Reivindicando el video no solo como herramienta de trabajo, sino como herramienta artística y terapéutica, buscando generar unos fuertes sentimientos a través de la acción.

1. OBJETIVOS Y METODOLOGÍA

Objetivos:

Objetivo General: El Proyecto SOM se centra en la exploración del concepto de la carga psicológica en el arte performativo, la catarsis, la metamorfosis y la necesidad de liberación, siendo latente la empatía existente entre el performer y el público. Utilizando la video-performance como un proceso de resiliencia ante los estados internos del individuo, que se convierten en una carga invisible, y afectan tanto al bienestar físico como mental, reflexionando sobre la catarsis como un estadio de purificación, liberación y transformación interior, suscitado por una experiencia vital profunda, liberando cuerpo y mente, derivando en una metamorfosis artística conceptual-formal-espiritual. Partiendo de este objetivo general se generan los siguientes objetivos específicos:

- Revisar el concepto “cuerpo” desde un punto de vista histórico-artístico, y así entender su evolución en el tiempo y en diferentes modelos culturales.
- Profundizar en la relación cuerpo-mente durante la performance.
- Reflejar el proceso de metamorfosis a través de la catarsis.
- Reflexionar sobre la carga psicológica y la necesidad de liberación en el arte.
- Transmitir el peso de la carga psicológica, invisible y emocional en el mundo de la performance y en la video-performance y testimoniar su liberación mediante la ejecución de un ritual performativo.
- Crear lazos de empatía entre el espectador y el artista.

Metodología:

La presente investigación es una revisión teórico-práctica de carácter empírico sobre la catarsis y la metamorfosis, y su trascendencia en el ámbito artístico contemporáneo, más concretamente en la video-performance.

En el capítulo 2 reflexionamos sobre la importancia de la liberación de la carga psicológica mediante la utilización del arte. El marco teórico justifica como los estados mentales afectan tanto a la psique como al cuerpo de manera negativa y cómo se puede liberar a través de la catarsis. Se realizó una búsqueda a través de la web, debido a los problemas surgidos por la distancia y el Covid. Para ello realizamos una investigación y prospección de artículos y libros, señalando a los teóricos más significativos que han abordado esta temática tales como: Psicología y mente.

El capítulo 3 investiga artistas que han trabajado el tema de la metamorfosis y la catarsis en el arte, y los medios utilizados para representar sus experiencias. Entre estos referentes destacan el Accionismo Vienés, Gina Pane, Marina Abramovic y Patty Chang, cuyo arte habla de expiación a través del dolor. Enfocaremos esta investigación al estudio de la metamorfosis a través de la catarsis.

El capítulo 4 es la parte práctica, en que se expone y profundiza nuestro Proyecto Som. Desarrolla cómo a través de lo que refleja el cuerpo puede crearse un vínculo artista-espectador. Las filmaciones posteriores han sido realizadas en el entorno natural de Galicia, concretamente en la playa de Cabañal. Allí tuvieron lugar varias acciones performativas tituladas: Mar y Tierra, que inciden sobre el tema de la carga.

Finalmente en la bibliografía hemos enumerado numerosas fuentes bibliográficas especializadas en estos temas. Destacaría el trabajo de Arranz Raso y Ekaterina Trofimova, y la tesis doctoral Trauma a través del Arte Contemporáneo de Universitat Politècnica de València dirigida por Marina Pastor en el 2012. También hemos consultado páginas webs especializadas y en artículos publicados.



2. CATARSIS Y METAMORFOSIS

Introducción:

El ser humano nace como un lienzo en blanco que, a lo largo de su vida, será condicionado por un entorno social, económico, genético y familiar. Este lienzo se va pintando con las experiencias, positivas y negativas, hasta desarrollar un concepto de individuo en sociedad que tiene control sobre nosotros mismos como entidad identitaria. Cada individuo es único así como el carácter, siendo erosionado por las propias vivencias del individuo.

Evidentemente el cuerpo puede condicionar al individuo, diferenciando entre condición física y la condición social. El cuerpo nos condiciona socialmente, tendemos a unirnos por similitudes físicas y psicológicas, creado a un ideal abstracto, el concepto de sociedad, que es la suma de individuos de unos ciertos rasgos en común. Por otra parte la condición física es la parte más visible del individuo, aquella que es externa e inherente a él y conforme a la cual se le clasifica en un grupo o etnia. Y como bien dice Adorno, aquellos con menor número y representación social (minorías), se convierten en seres susceptibles de recibir discriminación y agresiones provenientes de los grupos mayoritarios; tal y como ocurre en los casos de racismo social y la discriminación hacia discapacitados y enfermos.

Todos somos un conjunto de vivencias y acciones que se van amontonando como pequeñas piedras a lo largo de la vida, y poco a poco van determinando quién somos. Parte de esta carga proviene de la herencia cultural, familiar y de las circunstancias económicas, políticas y socioculturales que nos ha tocado vivir.

A modo de defensa, el ser humano tiende a negar o incluso eliminar los malos recuerdos, quedándose con las experiencias positivas y creando la ilusión de que todo lo anterior fue mejor. Este es un mecanismo de defensa que tienen los seres humanos donde prevalece la supervivencia. Pero invisibilizar y negar la existencia de estos sentimientos puede agravar los problemas.

Según Bardeen, Tull, Stevens, & Gratz, 2015; Orsillo & Batten, en 2005 afirman que uno de las consecuencias del trastorno por estrés postraumático es la evitación experiencial, es decir, cuando la persona desarrolla conductas evitativas para rehuir el evento traumático.

Aún así, estas experiencias negativas o traumáticas se acumulan y maceran en el subconsciente del individuo durante años, hasta que debido a una situación o factor detonante, la acción se desborda.

Para deshacernos de estas cadenas invisibles de negatividad y pesadumbre, el ser humano de todos los tiempos y culturas ha realizado rituales a modo de terapias. El ritual siempre ha servido para aceptar una situación y sobrellevarla. Hablamos ya de catarsis, la liberación que transforma y libera de cargas y condicionamientos, permitiéndonos ser nosotros mismos.



La carga emocional.

2.1 LA CARGA

Anteriormente mencionamos que el individuo era el resultado de sus vivencias. Una experiencia positiva siempre será un aporte sano. ¿Pero qué sucede con las vivencias negativas? Estas pueden transformarse en una carga invisible capaz de impedir su correcta evolución, reproduciendo a lo largo del tiempo los mismos supuestos errores.

Dentro de la carga heredada me refiero a los estereotipos y roles de género, a las expectativas que la sociedad nos impone. Nuestra carga y frustración proviene del peso del género, la sexualidad, la economía, la religión, los ideales políticos, la tradición histórico-cultural que nos envuelve, e incluye las expectativas parentales sobre nosotros mismos, expresando sus frustraciones. “Cuando odiamos a alguien, odiamos en su imagen algo que está dentro de nosotros.” (Hesse, 2011)¹ Esta carga se vuelve más liviana a medida que la persona desarrolla una consciencia del mundo que le rodea y de sí misma, atreviéndose a elegir lo que le gusta y lo que no. Todo individuo necesita conocerse a sí mismo y pasar por diversas fases. Cuando estas fases se ven frustradas por terceros, surgen sentimientos de rechazo hacia uno mismo y

¹ Hesse, H. (2011). *Demian*. Alianza Editorial.

hacia el resto, generándose sentimientos de impotencia, miedo, inseguridad e incluso odio. Recordemos que la frustración es una respuesta emocional que todos experimentamos cuando se nos manifiesta un deseo, un impulso, una necesidad, y como sentimos ira y decepción si no conseguimos satisfacerlo, cuanto mayor sea el obstáculo a nuestro deseo, mayor será el grado de frustración, produciéndose un estado de vacío, insatisfacción y desasosiego.

Las cargas emocionales permanecen en nuestros recuerdos aunque pretendamos dejarlas atrás y nos impiden sentirnos equilibrados y tranquilos anímicamente. Tanto las situaciones del pasado y del presente nos pueden generar ansiedad, angustia, miedo. La magnitud de lo sucedido es completamente subjetivo y no depende de la importancia del suceso, sino como este es percibido por la persona, y la trascendencia de estos hechos para él. Algunas manifestaciones de estas cargas emocionales en el cuerpo son: manifestaciones nerviosas como el estrés, el insomnio, bloqueos, apatías, depresiones, y afecciones de carácter cardíaco o respiratorio, entre muchas otras.

Este tema está muy bien tratado por la película *Inside Out* (Docter, 2015)². Una niña experimenta una serie de cambios en su vida que afectan al nivel emocional al que estaba acostumbrada. La trama de la película versa sobre cómo imponemos erróneamente el criterio de felicidad como meta y la única emoción válida, suprimiendo el resto de sentimientos negativos. La sociedad crea la meta de la felicidad constante y ve con malos ojos expresar la tristeza, la ansiedad y otras emociones negativas.

El cerebro suprime los recuerdos negativos como mecanismo de protección, lo que hace que se acumulen emociones negativas de manera inconsciente que afectan al día a día. Estas emociones pueden llegar a explotar tras un factor detonante, destapando recuerdos, frustraciones y traumas ocultos. La carga emocional puede llegar a controlar por completo la vida de una persona afectando a su vida laboral, sus relaciones, su salud e incluso hasta el propio hecho de realizar las tareas más cotidianas. Una canción que expresa perfectamente este estado es *Another Love* (Odell, Tom, 2013)³ en donde por muchos deseos que tenga, aparece repetidamente la idea contrapuesta que impide realizarlas.

² Docter, P. (Dirección). (2015). *Inside Out* [Película].

³ Odell, Tom (2013). *Another Love*. West Sussex, Reino Unido.



El ritual

2.2 CATARSIS

La palabra griega catarsis expresa purificación y es utilizada en psicología para explicar el proceso de liberación de las emociones negativas. Este término se popularizó a nivel psicoterapéutico gracias al psicoanálisis y a la figura de Sigmund Freud. La catarsis se define por la purificación mental, emocional y espiritual. Define la liberación emocional que se produce con el método de asociación libre. En la teoría psicoanalítica, esta liberación emocional se produce al purgar los conflictos inconscientes. Josef Breuer creó el método de asociación libre o método catártico y Freud lo desarrolló como parte de su teoría psicoanalítica

La catarsis es la liberación de una carga emocional negativa. Busca transformar a las personas desde el interior, librándolas de sus cadenas invisibles. Esta liberación puede realizarse mediante el ritual, el arte terapia y la introspección. A través de la catarsis rompemos las cadenas invisibles que nos atan a la carga emocional que acarreamos, permitiéndonos conectar con nuestro yo interior.

Mediante los rituales, la introspección y el arte se puede llegar a la catarsis. Según la teoría psicoanalítica, “esta liberación emocional se refiere a la “purgación” de los conflictos inconscientes. El método de asociación libre o método catártico fue creado originalmente por Breuer, un amigo de Freud, pero este último lo desarrolló como parte de su teoría psicoanalítica.” (García-Allen, s.f.)⁴

⁴ García-Allen, J. (s.f.). *Psicología y Mente*. Obtenido de

<https://psicologiymente.com/psicologia/catarsis-liberacion-emocional>

Esta liberación puede llevarnos a un estado de éxtasis y amor propio que nos reconcilia con nosotros mismos. La batalla de la catarsis es un duelo con uno mismo para aceptar el problema y adquirir la voluntad de dar un paso al frente para librarse de las cadenas.

Tendemos a asociar los rituales a la religión, cuando en realidad el ser humano se aferra a pequeñas ceremonias en su día a día. El ritual es usado para darle un significado, validarlo y aceptarlo. ¿Qué es realmente una boda si no un ritual de intercambio de sentimientos? En definitiva, es la forma que tiene el ser humano de ponerle forma a los sentimientos abstractos.

El Accionismo Vienés utilizaba el arte como un ritual para llegar a la catarsis y así poder liberarse de la fuerte presión social, la carga del terror, y el sentimiento de culpabilidad genocida que tenían los alemanes y austríacos, tras los horrores de la Segunda Guerra Mundial del holocausto al pueblo judío.

El ritual era evocado como parte de un inconsciente colectivo que hundía sus raíces en un comportamiento animal ligado a nuestras funciones básicas. Su práctica en el seno de la sociedad moderna pretendía ser una reactualización del tronco común sobre el cual todas las culturas han escenificado sus rituales. (Torres, 1997)⁵



1Franz Kafka. Die Verwandlung, 1916.

⁵ Torres, D. (1997). La Vigencia oculta de la performance. (132).

2.3 METAMORFOSIS

El término **metamorfosis** proviene del latín *metamorphosis*, que a su vez deriva de un vocablo griego que significa transformación. La metamorfosis es el proceso de cambio de un estado a otro. La mariposa es un ejemplo claro de la metamorfosis a pasar parte de su vida como un gusano hasta que se encierra en un capullo y se transforma en la mariposa. Podemos encontrar este cambio de diferentes formas. Ovidio fue uno de los primeros en escribir sobre la metamorfosis en los dioses que eran una semejanza del ser humano. En su libro *Metamorfosis* (Nasón, 8 d.C.)⁶ Ovidio nos relata un mundo lleno de transformaciones que van desde a lo físico como al alma como el mito de Apolo y Dafne.

Evidentemente el relato más contemporáneo que contempla el léxico de la frustración, rabia e incapacidad del protagonista, para enfrentar su nuevo estado, es sin duda alguna *La Metamorfosis* de Franz Kafka. **“La metamorfosis”** (Kafka, 2011)⁷ es un relato del autor Franz Kafka, publicado en 1915, con el título original de **“Die Verwandlung”**. Esta obra hace referencia al sentido de frustración, soledad, y culpabilidad del protagonista. Que sufre una alteración física inexplicable (se convierte en escarabajo), bajo esta mutación se ve incapaz de interactuar con las fuerzas que lo controlan. El personaje sufre de esta alteración inexplicable, los demás se alejan paulatinamente de él sumiéndolo en la incomunicación. Esto le lleva a un círculo de soledad y frustración del cual el protagonista no puede escapar, la muerte aparece como la única vía de escape.

Sin embargo en *Orlando* de Virginia Woolf⁸, expone la biografía ficticia y paródica a través de cuatrocientos años (desde el siglo XVI) era Isabelina, hasta el presente (siglo XX); en el que se escribe la obra. Ella describe al protagonista como ser excepcional que asiste en todos esos tiempos y a los inevitables cambios sociales que comporta cada época. Pero hay una peculiaridad, el personaje principal Orlando sufre una metamorfosis que le hace cambiar de cuerpo y de identidad sexual, fluyendo de ser hombre a ser mujer y así sucesivamente a lo largo de los siglos y plasmar en su libro sus experiencias no solo de clase socio-económicas, sino las alteraciones íntimas y emocionales que sufre su cuerpo.

⁶ Nasón, P. O. (8 d.C.). *Metamorfosis*. (A. P. Vega, Trad.)

⁷ Kafka, F. (2011). *La Metamorfosis*. (A. H. GARCÍA, Trad.) Alianza Editorial

⁸ Wolf, V. (1928). *Orlando*. EDHASA.

3. REFERENTES ARTÍSTICOS: LOS LÍMITES DEL DOLOR Y EL CUERPO EN EL ARTE

A lo largo de la historia del arte hemos visto como este se convirtió en una herramienta para expresar la complejidad del dolor físico y emocional, desde los tenebrosos martirios de la época barroca, hasta en las obras de las vanguardias artísticas en las que contemplamos como artistas como Edvard Munch con su emblemático cuadro *El Grito*, visibiliza su ansiedad constante ante la muerte y la enfermedad en su familia, o como Frida Kahlo, que testimonia el dolor y el sufrimiento diario de su cuerpo y su metamorfosis, en su extensa producción artística, pictórica y fotográfica.

A finales de la década de 1950 surgieron, en el contexto del *Arte de Acción*, movimientos como el *Accionismo Vienés*, *el grupo Gutai* y el movimiento *Fluxus*. Estos se valían de la acción y la performance, no solo extrapolar los sentimientos al espectador, sino en busca de la reacción del público. El dolor empieza a ser habitual en estas manifestaciones artísticas, tanto en forma de expresión, como en el estudio de hasta qué punto, el cuerpo puede soportar el dolor.

3.1 ACCIONISMO VIENÉS.



2Günther Brus Aktionsmalerei
1962

El Accionismo Vienés es un movimiento artístico que surgió entre 1960 y terminó en 1970 en Viena, de la mano de artistas como: Günther Brus, Otto Muehl, Hermann Nitsch y Rudolf Schwarzkogler. Este fue en un movimiento colectivo de protesta de la época a través del arte de acción. Para hablar de este movimiento es necesario ubicarlo histórica y políticamente. El Accionismo Vienés surgió en la posguerra de la Segunda Guerra Mundial en Viena, país considerado como víctima del conflicto. Para el accionismo vienés ser víctimas de conflicto, significaba disfrazar la verdad de lo ocurrido, quitarse la culpa, negando su participación en los crímenes de la segunda guerra mundial en Europa. Sus artistas representaban su desprecio por la sociedad que les rodeaba.

Dicho movimiento surgió por una crisis de identidad. El movimiento promulgaba la búsqueda del yo y la ruptura de las cadenas a través del empleo de la violencia y el uso de los instintos más primitivos. Su finalidad era convertir el arte en un regulador del sentido catártico y de autoliberación, mediante la realización de acciones dolorosas, agresivas, automutiladoras o cargadas de connotaciones sexuales e incluso pornográficas.

Para el accionismo vienés el sexo y el dolor son acciones primitivas que los acercan hacia el ser primigenio. Günter Brus buscaba una pulsión entre la muerte y los instintos sexuales primitivos. En el caso de Brus su fuerte estrechez entre el dolor y el sexo terminaba con una batalla de muerte y de liberación sexual. Con Otto Muehl, en cambio, el impulso sexual es la llave para la liberación, que se enfrenta y sale victorioso ante la muerte. Hermann Nitsch, utiliza la muerte y la liberación sexual como las dos caras de la misma moneda. Y finalmente para Rudolf Schwarzkogler, la muerte fue la única vía de absolución, concluyendo como pieza final en su propio suicidio.

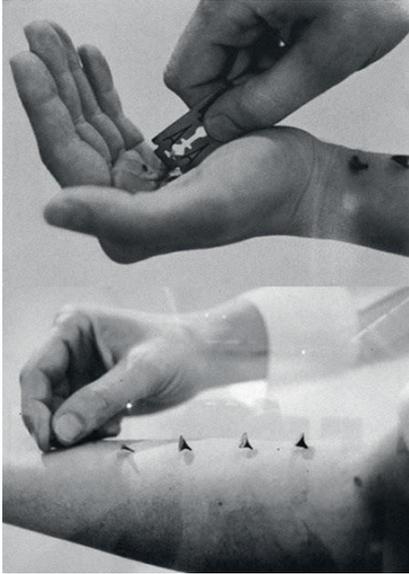
Desde un comienzo este proyecto se vio influenciado por este movimiento debido a su línea redentora. Pero si bien el accionismo vienés fluyó por una vía muy radical, este proyecto se encaminó hacia la superación, donde imperaba la búsqueda del yo. Ajeno a la intención de carga sexual el accionismo vienés, lo que más reclamo la atención fue el proceso de liberación, connotado de una lucha interna entre el sufrimiento y la búsqueda de la libertad.

El Accionismo Vienés creía en la liberación a través de los fluidos corporales como la orina, los excrementos y el semen entre otros. La aportación más significativa de este movimiento a nuestro proyecto ha sido buscar la vía más experimental con el yo, asociada con la idea del uso del arte como método de absolución. “[...] sus acciones tenían una finalidad curativa y terapéutica, tanto a nivel individual como social” (Parceridas, 2004)⁹ así lo recogía Pilar Parceridas, comisaria de la exposición *Cuerpo y Acción*.

Los accionistas veían el arte y el lenguaje empañados por la corrupción de la sociedad. De este modo Günter Brus veía más atractivo el acto de pintar, que el propio resultado en sí de la obra. El lenguaje se veía empañado y la única manera de acercarse al yo anterior, era a través de las formas más primigenias como los gruñidos, silbidos y el acto de tragar. Hubert Klocker recogía en su texto sobre el Accionismo Vienés / *Body Politics* que el arte había fabricado nuevos estilos de comunicación, haciendo partícipe al espectador. Los cuerpos se transformaban en los portadores del significado del discurso, mediante experiencias directas, produciendo una comprensión y un acto de valores revolucionarios.

⁹ Parceridas, P. (2004). *Cuerpo y Revolución*. En *Accionismo Vienés Günter Brus Otto Muehl Hermann Nitsch Rudolf Schwarzkogler* (pág. 15)

3.3 GINA PANE.



3Gina Pane, Espinas y
azucenas:azione sentimentale, 1974

Gina Pane (1939-1990) fue una artista francesa de performance, que desechó la idea de la pintura y la escultura tradicional, para enfocarse en un arte conceptual. Gina Pane utilizaba su propio cuerpo como el medio de lenguaje para conectar con el público. Para la artista era importante usar el arte para despertar la conciencia social, en un mundo alienado por el confort y las comodidades. Pane hacía un psicoanálisis del contexto político en sus obras, centrándose en las guerras y sus efectos colaterales.

Pane expresaba su determinación en el deseo de cambiar la sociedad a través de su arte. Sus performances eran provocativas y animaban y desafiaban a desobedecer a la autoridad. Para ello, Gina Pane desarrolló un lenguaje a través de su cuerpo. Para la artista el cuerpo era la manera de conectarse con el resto de las personas, por la conexión empática. Ante la pregunta formulada: “¿Es tu cuerpo mío?”. Gina Pane respondió: “Yo soy el de los demás” (Pane, *Lettre à un(e) inconnu(e)*, 2003)¹⁰. Gina Pane utilizaba el dolor como hilo conductor y como lenguaje, ante el cual todos sentimos mediante la empatía, que genera compartir la misma fisiología. La propia artista escribía “Dolor contra cualquier tipo de anestesia moral” (Pane, *Lettre à un(e) inconnu(e)*, 2003)¹¹

Gina Pane utilizaba la dualidad en sus obras. La relación entre el cuerpo del artista y del espectador, pero también utilizaba esa dualidad en los objetos que incorporaba a sus acciones. A menudo jugaba con la idea de lo nutriente y el dolor, otorgándole simbólicamente los colores blanco y rojo. En su obra *La Lait Chaud* (Pane, *La Lait Chaud*, 1972)¹² hacía un símil entre la leche blanca como nutriente para el organismo y el periódico blanco como sustento de la mente, la búsqueda de información, sin embargo al rojo le otorga característica del dolor, debido al color de la sangre.

Para Gina Pane la performance no terminaba únicamente en la acción en sí, también estaba el tema de como testimoniar la obra. La utilización de fotos y vídeos no era para Pane, una simple forma de compilación de su obra, sino que era parte integral de su trabajo. Todo el trabajo previo: los bocetos de la obra, las fotografías y los textos, los consideraba como una continuidad de la obra a la par de su acción.

¹⁰ Pane, G. (2003). *Lettre à un(e) inconnu(e)*. Paris: École Nationale Supérieure des Beaux Arts. (pág. p. 85).

¹¹ Pane, G. (2003). *Lettre à un(e) inconnu(e)*. Paris: École Nationale Supérieure des Beaux Arts. (pág. p. 155).

¹² Pane, G. (1972). *La Lait Chaud*. Jean et Mila Boutan.

3.4 MARINA ABRAMOVIC

Marina Abramovic es una artista de la performance conocida por explorar el límite de su cuerpo, poniendo a prueba la resistencia de este ante la audiencia y testimoniando el dolor. Ella construye un fuerte lazo entre el espectador y el artista a través de un lenguaje sin palabras. Para Abramovic “la performance es una construcción física y mental que el artista hace en un específico espacio y tiempo en frente de una audiencia y luego aparece un dialogo de energía, la audiencia y el artista juntan todas las piezas” (Abramovic, *Un Arte Hecho de Confianza, Vulnerabilidad y Conexión*, 2015)¹³. Mediante sus performances, ella hizo que los espectadores sintieran la conexión generada por los cuerpos. La unión y el dialogo no sonoro, entre los espectadores y la artista, comenzó desde sus primeras obras; al igual que ponía de manifiesto la exploración de los límites del dolor.



4Marina Abramović. Rhythm 0, 1997.

Desde sus inicios artísticos Marina Abramovic se expuso ante el público deshumanizándose, tratándose como un objeto y dando carta blanca al público, mostrando su vulnerabilidad, cosificando su cuerpo y empoderando al espectador, eximiéndolo de toda responsabilidad. En su obra *Rhythm 0* (Abramovic, *Rhythm 0*, 1974)¹⁴ Marina Abramovic puso a disposición del público una mesa con un total de 72 objetos, entre los cuales la mitad servían para dar

¹³ Abramovic, M. (Diciembre de 2015). *Un Arte Hecho de Confianza, Vulnerabilidad y Conexión*.

¹⁴ Abramovic, M. (1974). *Rhythm 0*. Nápoles, Italia

placer y la otra mitad para ejercer daño. En un principio la performance se desarrolló con gestos amables, como que le dieran a beber de un vaso de agua o la peinasen, pero pronto comenzó a degenerar en que le cortaran la ropa, la piel e incluso que llegaran a apuntarle con una pistola cargada.

Si bien su obra exploró el límite de su propio cuerpo, abordando la importancia que afecta al ser humano y cohibe su respuesta ante la presencia de otros; Marina Abramovic asentó la base de representar a un ser humano roto, atraído por la tiranía, la dominación y el sentido de superioridad. Así surgió la inseguridad, pero también la necesidad de confiar en otro ser humano.

En la performance *The Lips of Thomas* (Abramovic, *The Lips of Thomas*, 1975)¹⁵ Marina Abramovic exploró los límites del dolor entre el cuerpo y la mente, autolesionándose y permaneciendo inmóvil sobre bloques de hielo. Hasta que los espectadores entraron en contacto con la performance, para liberar los bloques y con ello el dolor de Abramovic. Con esta performance la artista exploró dar forma a sus experiencias alegóricas y biográficas sobre su niñez en una Yugoslavia comunista. Mediante esta performance los expía a través del dolor, los libera, tanto desde el punto de vista del peso de la víctima como del verdugo, que ella misma representa.



5 Marina Abramovic. Balkan Baroque. Junio 1997.

¹⁵ Abramovic, M. (1975). *The Lips of Thomas*. Krinzinger Gallery, Innsbruck.

3.5 PATTY CHANG

Patty Chang es una artista interdisciplinar de la performance, el videoarte y la instalación. Desarrolla temas como la identidad y el impacto de la humanidad en la naturaleza. Chang desarrolla un trabajo muy amplio en cuanto al estudio del “yo”. Tiene una clara mirada que emite desde el discurso de la identidad de género, teniendo una perspectiva concisa sobre el trato hacia la mujer en la tradición cultural y la sociedad actual. En ese “yo” entra también como parte de su identidad su procedencia chino-americana. Ella habla abiertamente y de la inmigración desde oriente a occidente y del choque cultural. Así como realiza una despiadada crítica en su obra de cómo la mujer asiática se convierte en un objeto de deseo sexual y de explotación laboral.



6Gina Pane. Fountain, 1999.

La artista utiliza sus performances para denunciar y mostrar el impacto social en el que viven las mujeres en un mundo patriarcal. Chang se centra en la inmigración asiática en los Estados Unidos, debido a su propia experiencia personal, y así nos abre la puerta hacia al feminismo asiático, a través de su discurso histórico. Patty Chang nos presenta un marco contrapuesto entre el deseo y el poder patriarcal. Ella remarca la visión que tienen de su cuerpo, como una objetivación racial, que genera una reacción, y desde ella denuncia las normas sociales, que subrayan las diferencias culturales, raciales y sexuales.

Al mismo tiempo, el cuerpo se convierte en la forma de conectar con su inconsciente. Una vez más, el cuerpo es el lenguaje que logra conectar entre el

espectador y el artista. Para Patty Chang las reacciones que se manifiestan en el cuerpo son un reflejo del peso cargado por el inconsciente. En su obra “*Alter Ego*” (Chang, *Alter Ego*, 1997)¹⁶ se ve reflejado el desorden alimenticio, como una señal de repulsión hacia uno mismo. A través de esta performance, Patty Chang nos hace pensar si la idea de uno mismo, así el otro podría ser catalogado y examinado en términos de cuán valioso es el cuerpo femenino.

Jane Chin Davison decía qué Patty Chang utilizaba el cuerpo como una evocación visceral contra las normas sociales, mientras que al mismo tiempo, el cuerpo significa el desorden del conflicto interior (Davison, 2004)¹⁷.

Otra de sus obras que influyeron en mi trabajo fue “*Fountain*” (Chang, *Fountain*, 1999)¹⁸. Esta es una performance recopilada en un vídeo de seis minutos, en donde Patty Chang interactúa con la imagen de su yo sobre un espejo. La acción nos lleva al mito griego de Narciso, el hombre que se enamoró de sí mismo y murió por no poder separarse de su propio reflejo. Chang expone la idea de la imagen que proyectamos y que se vuelve irreconocible. Ella trabaja la aceptación de ella misma tal y como es, tanto del exterior como del interior. Esta performance es un diálogo íntimo consigo misma.

¹⁶ Chang, P. (1997). *Alter Ego*. Exhibición colectiva Terra Bomba, New York.

¹⁷ Davison, J. C. (2004). *Performing Filial Piety: The Virtue of Self-Rejection*. Universidad de Manchester. Recuperado el 28 de enero de 2021

¹⁸ Chang, P. (1999). *Fountain*

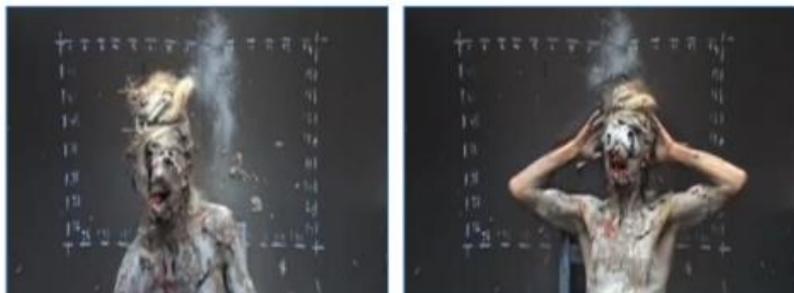
3.6. CATARSIS Y METAMORFOSIS EN EL ARTE ACTUAL.



Jana Sterbak, *Condición*, 1995.

Ya hemos visto como numerosos artistas utilizan la catarsis y el dolor como elemento liberador y purificador. Recordemos la definición del término catarsis a los que los griegos definían como un estado del alma del ser humano para purificar las pasiones y las emociones. Mediante ella el ser humano consigue liberarse de los recuerdos que alteran su mente y su equilibrio nervioso. Mientras que la metamorfosis es la transformación de algo en otra cosa, siendo un proceso biológico de algunos animales o criaturas mitológicas que consiste en la alteración estructural y fisiológica.

Ello nos ayudara a comprender la producción artística y video-performativa de algunas figuras destacadas, por ejemplo Jana Sterbak en *Condición*, 1995. Ella desarrolla una prótesis metálica en forma de cola de larva, que un individuo arrastra como una carga y al mismo tiempo como un testimonio de su metamorfosis. Ello nos remite a otra pieza que es una serie fotográfica Kodak 5052 TMX, donde ella misma emerge de un capullo y que es testimoniada paso a paso.



Olivier de Sagazan. *Transfiguration avec surmodelage du crâne et du visage*, 2008.

En las primeras representaciones en vivo, el proceso comenzaba aplicándose una venda que le cubría toda la cabeza, aunque posteriormente Sagazan prescindió de esta etapa. El siguiente paso consistía en aplicar sobre brazos, torso, rostro y cabello una fina capa de arcilla con la que cambiaba el color de su piel, para pasar luego a su rostro, donde aplicaba una mayor cantidad de la misma arcilla con lo que lograba hacer desaparecer todo signo de identidad. Debido al grosor de esta capa, el artista se ve obligado a practicar con violentos gestos algunos cortes y aberturas a la altura de su boca que le permitan respirar y con los que consigue dotar a esta suerte de máscara de la expresión, por grotesca José R. Cumplido 262 que sea, que antes había eliminado. Algunas de estas etapas reciben efectos de aceleración o ralentización de la imagen, con los que se consigue enfatizar los movimientos que Sagazan realiza a modo de gestos extraídos de una danza ritual.

3.7. La mujer en la Video-performance, evolución y actualidad.

Desde el mismo instante de la aparición de las nuevas tecnologías aparece la video-performance. Al comienzo el video se utilizó como una simple herramienta de registro de las acciones, teniendo este un carácter testimonial. La crítica de arte francesa Anne-Marie Duguet en 1981 acuña el término vídeo-performance aunque todavía conservaba su carácter documental.

La vídeo-performance, propone al artista una actuación o acción desarrollada con el cuerpo y entorno a él establece una reflexión. La presencia de la cámara de vídeo al testimoniar estas acciones convierte la imagen en forma de expresión. Tras esta simbiosis e interacción entre la performance y el video expone el carácter procesual de la acción, y acaba siendo asimilado por el público como un elemento más, de la propia obra performativa.

A raíz de este hecho se abren toda una serie de autorretatos videográficos de carácter performativo que evidentemente exploran el video como herramienta discursiva y artística pero que sobre todo establecen un dialogo íntimo con el cuerpo y la psique del artista. De este modo las vídeo-performances se constituyeron en obras que implican una relación estricta con la imagen electrónica.



9 Carolee Schneemann. *Meat Joy*, 1964

Carolee Schneemann es una de las artistas más significativas que utilizaron la video-performance para exponer el cuerpo y sus conflictos de una manera abierta y sin tapujos. En el primer Festival de libre expresión en París, 1964 estrena su polémica performance *Meat Joy*. En ella un grupo de jóvenes en ropa interior, retorcián sus cuerpos los unos contra los otros, al mismo tiempo que desarrollaban una orgía interactuando con alimentos: pescado, pollo, salchichas, ensalzando el eros en su cuerpo. La performance fue duramente criticada por su sensualidad explicita, rozando lo erótico, todo ello a modo de ritual ancestral y orgiástico.



10 Martha Rosler. *Semiotics of the Kitchen*, 1975.

En esta emblemática Video-performance Martha Rosler frente a la cámara realiza una performance donde pone en evidencia todos los instrumentos culinarios. A medida que los muestra a cámara desde la A la Z (a modo de alfabeto). Esta acción se convierte en un léxico de frustración que muestra a la mujer circunscrita al ámbito doméstico y sin representatividad de la sociedad.



11 Lorena Wolffer. *Mientras dormíamos*, 2002-2004

Lorena Wolffer es una artista y activista. Una de sus performances más incisivas es sin duda alguna *Mientras dormíamos (el caso Juárez)* de 2002-2004. En ella Lorena utilizó su cuerpo para recrear mutilaciones, golpes, y heridas de las cincuenta mujeres muertas en ciudad Juárez (en aquel entonces). Para ello se sirvió de archivos policíacos y marcó su cuerpo con cada uno de los puntos en que las 50 mujeres sufrieron diferentes agresiones físicas. Construyendo un mapeo realista en su cuerpo expuesto, recreando un depósito de cadáveres.



12 Mayra Bonard. *Mi Fiesta*, 2018.

En *Mi Fiesta*, 2018 de Mayra Bonard. La artista explora el historial del placer, haciendo un recorrido desde las experiencias de su infancia a la actualidad. Bonard expone abiertamente en esta video-performance a una mujer que comenzaba a sentirse deseada. Esta performance compila desde las cálidas vivencias, hasta las más crudas. Mi fiesta se convierte así en un acto de corporalidad y performance teñida de catarsis.

4. PRODUCCIÓN ARTÍSTICA: PROYECTO SOM

En este apartado hemos desarrollado el proyecto Som. Para exponer la intencionalidad que tiene este proyecto debemos comenzar por explicar su nombre “Som” significa “somos”. Este proyecto comenzó como una introspección personal que terminó estableciendo una conexión con un grupo de personas. Abordando el amplio crisol establecido desde el yo al nosotros. A través de este proyecto, hablo del negativo peso emocional que cargan las personas, así como de la importante decisión de soltarlo, en dicho tránsito de liberación (catarsis) y transformación (metamorfosis) liberarse de la carga emocional supone convertirse en una nueva persona.

El proyecto Som trata de crear un lazo entre el artista y el público a través de la asociación visual. En los apartados anteriores hemos hablado extensamente de la carga emocional y su vertiente más negativa y de que cómo esta puede limitar a las personas, afectando a su vida. Este proyecto se centra fundamentalmente en recoger esa carga que creemos que es parte de nosotros mismos y soltarla y así testimoniar la utilización de la catarsis en el arte y el videoarte performativo. La decisión propia que escogemos nos llevará al estado de liberación y a la metamorfosis del ser.

A través de esta video performance se conecta con el espectador, transmitiendo por pasos las distintas fases por las que el individuo ejecuta su catarsis y metamorfosis: la sensación de ansiedad, el frenesí, el peso de la carga, la lucha psicológica interna, la decisión de si soltarla o no, y finalmente el dolor contenido, la liberación y la metamorfosis.

Este proyecto de investigación se compone fundamentalmente de dos video-performances tituladas: Tierra / Mar. La video-performance Tierra profundiza en las cicatrices del pasado y en la necesidad de quitarle el poder sobre nosotros mismos. La obra habla de dar el paso a curarse y quererse a uno mismo. Un proceso íntimo que para mucha gente es imposible de realizar. Por otra parte la video-performance Mar sigue una línea intimista, en dónde se expone una carga emocional a la que se le da forma de maleta, y que al mismo tiempo testimonia la dura elección de tener que desprenderse de ella, de solarla para poder avanzar.

4.1 PERFORMANCE

La Performance es un arte que apareció sobre la mitad del siglo XX. Cuando hablamos de performance debemos apartar la concepción antigua del arte de ser expuesto y admirado como un objeto. *“La intención de la Performance no es decir, si no hacer sentir”* (Féral, Ibid)¹⁹ dijo Josette Féral. Entendemos por Performance la obra de arte o muestra artística que surge a través de las acciones realizadas por uno o más artistas. Pueden ser representadas en vivo o documentadas a través de video, fotografías y escritos. La performance sostiene cuatro elementos básicos: el tiempo, el espacio, el cuerpo y la relación entre el artista y el público.

La performance busca crear una experiencia en el espectador. Bartolomé Ferrando escribe en su libro:

“La performance no es lógica. Deshace lo normativo. Desarticula el discurso. Descontextualiza en ocasiones sus componentes. Subvierte la sintaxis de los acontecimientos, y a veces es molesta, pues no tiene fácil encaje en la lógica de la convención ni del discurso artístico, ni pretende ser grata al público que la contempla” (Ferrando, 2007)²⁰

Volviendo a los elementos que conforman la performance podemos hablar de la importancia del tiempo, tanto de la duración de la performance como en la muestra de repeticiones y bucles que ejecuta, creando una temporalidad diferente. Respecto al espacio en donde se realiza la obra, forma parte en sí de esta misma. Así mismo debe integrarse en la acción, siendo este un factor importante, ya que todo objeto y cuerpo se desenvuelven en un espacio. También el cuerpo se vuelve parte de la obra, como un elemento más que sirve de conexión entre los elementos y el público, generando un lazo empático. A través de este lazo empático se crea y establece la relación entre el espectador y el artista. Fundamentalmente una performance trata de hacer sentir la experiencia en el público, tanto invitándole a mirar, como a participar en ella. Incluso Duchamp llegó a decir que la cooperación entre artista y público consuma un acto creativo, y donde ambos contribuyen al proceso creativo, interpretando realidades y descifrando connotaciones íntimas. (Duchamp, 1975)²¹

¹⁹ Féral, J. (s.f.). Ibid., (pág. 177).

²⁰ Ferrando, B. (2007). El Arte de la performance: Elementos de creación. Valencia: Ediciones Mahali.

²¹ Duchamp, M. (1975). El proceso creativo. Barcelona.

4.2 ANTECEDENTES ARTÍSTICOS



13 Beatriz Pérez Lista. "Ya'aburnee", 2015.

A lo largo de mi experiencia académica fui desarrollando una línea intimista e introspectiva a través del arte. La primera obra realizada fue "Ya'aburnee" que significa "Tú me entierras". Una instalación artística realizada durante mi erasmus en Porto, Portugal en la ESAP. "Ya'aburnee" habla del diálogo interior entre la enfermedad y yo. Fue el primer paso para darle forma a los sentimientos y validar su existencia. Las acuarelas fueron usadas como un proceso de diálogo interno entre el yo y la enfermedad. La decisión de convertirlo en una instalación artista al colocarlas en la cara interior de un baño público fue la puerta de entrada al espectador para entrar en el mundo común en la enfermedad de Crohn.



14 Beatriz Pérez Lista. "Ya'aburnee", 2015.



15 Beatriz Pérez Lista. "Eu", 2019.

Más tarde realice "Eu" esta pieza fue una videocreación realizada durante mi estancia en la UMH en 2019. La acción del videoarte consistía en la aparición en cámara del plano de dos manos de mujer que despellejaba simultáneamente para liberarse de los insultos inscritos en ellas (a modo de tatuajes), estableciéndose frotamientos y forcejeos para arrancarse esos insultos, para librarse de la marca que dejan en uno. Para la realización la técnica empleada fue la utilización de la cola blanca en las manos para simular la piel. Por encima de esa película estarían escrito insultos con un rotulador permanente negro.

La idea proviene del juego infantil de colocar cola en las manos por el simple gusto de establecer la similitud de que te estás arrancando la piel. Un juego infantil y de juventud que en la adultez pasa a extrapolarse en ocasiones, el simulacro de hacerse daño a uno mismo, para aliviar la ansiedad. En definitiva, los insultos quedan como una marca definida que podemos creer que es cierta. El hecho de arrancar los insultos implica algo externo ubicado en nosotros, colocado y que debemos quitar, porque no nos define. Así surgió la idea de “Eu” que significa yo en gallego. Una mirada en video sobre la identidad introspectiva que inicialmente me encaminaría hacia el proyecto Som.

Enlace:

https://www.youtube.com/watch?v=Sg6mbKMqUZE&list=PL2uY_MC1FRc2ghl4NY1tZLfKlqGuQwQ-s&index=3

4.3 PREPRODUCCIÓN

El objetivo de la idea principal consistía en materializar el concepto de la carga a través del ritual y así poder sentir la transformación, una vez llegada la catarsis. Con esta premisa se desarrolló un esquema inicial sobre cómo debían producirse las video-performances. Parte de la preproducción como artista consistió en encontrar la localización perfecta para filmar el video. Recordemos que toda performance consta de una parte inicial ciertamente planificada y otra de libre intervención del performer en la escena y el hecho que acontece, recogida visualmente. A continuación procedemos a indicar las palabras claves que describen dichas acciones performativas.

Acción Mar

Descalzarse — abrir maleta vieja — llenar poco a poco de arena— cerrar maleta — arrastrar maleta hasta el mar — hundirse — soltar maleta — Fin.

https://www.youtube.com/watch?v=nYpv8-DHIFk&list=PL2uY_MC1FRc2ghl4NY1tZLfKlqGuQwQ-s&index=3

Acción Tierra

Colocar tierra — añadir agua — formar barro — vendar brazos — cubrirse de barro — abrazo — Fin.

<https://www.youtube.com/watch?v=Sg6mbKMqUZE>

4.3.1 Elementos de la performance

Para la realización de la performance se necesitaron una serie de requisitos imprescindibles tales como encontrar la localización adecuada y los elementos que interviniesen en ellas: tierra, vendas, maleta, arena, agua, etc.

4.3.1.1 Localización

La localización juega un factor muy importante a la hora de realizar la performance, ya que se integra el entorno con la acción. Ambas acciones Tierra y Mar fueron creadas con la idea de que tuvieran un fuerte vínculo con la naturaleza. La acción Tierra era versátil dado que podía hacerse tanto en el exterior como en el interior. La localización escogida finalmente para la acción Tierra fue el exterior de un jardín. El elemento natural de la tierra juega un factor fundamental indispensable en las distintas escenas, así como el medioambiente natural, verde y frondoso que marca un carácter de añoranza complejo, debido a la pérdida del entorno natural por el ser humano, imbuido en la productividad sin límites en el sistema capitalista. Melancolía, dolor, desarraigo, son alguna de las consignas que la video-performance desata en el espectador.



16 *Beatriz Lista. Cabanas, 2020*

Para llevar a cabo la acción Mar, la localización debía ser indiscutiblemente en Galicia. Debido a la huella emocional producida en mí, al ser el lugar donde transcurrió mi niñez. El mar siempre significó la confrontación entre quedarse ante los problemas en tierra -o enfrentarse a lo desconocido, tener una

oportunidad de vivir de nuevo. Los pescadores e inmigrantes están acostumbrados a enfrentarse a un medio hostil para sobrevivir, para poder traer comida a tierra, sin saber si volverán o no. El mar es simbólicamente, el medio incontrolable en el que vivimos y la marejada emocional.

La arena simboliza los choques emocionales y rupturas que sufrimos a lo largo de nuestra vida. Al igual que la roca se erosiona hasta ser arena, la tensión, el estrés, el desasosiego y la contención de experiencias dolorosas acumuladas, muestran nuestra propia erosión personal.

El tercer elemento fundamental para la performance era el factor meteorológico. La acción debía realizarse entre otoño e invierno, el momento del año en que antiguamente la tierra se volvía hostil; evocación del momento del año en que las dificultades nos hacen reflexionar. Este fue el factor más preocupante al realizar la acción. Debía realizarse en época de tormentas, con oleaje, pero sin ponerme en peligro. Además, el agua debía estar a suficiente temperatura para aguantar dentro durante la acción. A título informativo en Galicia, el agua en invierno suele estar aproximadamente a 13 grados.

La video performance se llevó a cabo el día veintiocho de octubre del 2020, el día en que entraba la marejada más fuerte de todo el año. La playa seleccionada para la video-performance fue Cabanas. Fue necesario estar alerta con las mareas. En Galicia las mareas son muy significativas, seis horas pueden significar una distancia de más de cuatro metros de diferencia sobre el terreno. Durante las marejadas, pueden llegar a “comerse” toda la playa. Finalmente se decidió que la obra se realizaría por la mañana, visibles aún los efectos de la marejada pero sin proclamarse aún la alerta roja. Solo se pudo efectuar la grabación ese día, debido al cierre de los municipios a causa del Covid19.

4.3.1.2 Objetos



17 Beatriz Lista. Maleta, 2020

Fue necesaria también una previa preparación en cuanto a los elementos que iban a ser utilizados. Aquí debemos establecer una separación entre ambas performances: para la realización de la acción Tierra, los elementos centrales eran la tierra y el agua. La tierra tiene un significado ahonda en la búsqueda de estabilidad y seguridad, y se ve mezclada con el agua, simbólicamente la fuente de vida, el subconsciente y el carácter emocional. Mezclando ambos elementos se representa la búsqueda de cariño y la estabilidad negada.

Otro objeto fundamental fueron las vendas sobre el brazo. Estas de por sí tienen un carácter curativo. Su importancia reside en su colocación en el cuerpo de la protagonista: se venda la parte del antebrazo, la zona más vulnerable a ser herida cuando las personas buscan acabar con su vida.

Para ambas acciones la vestimenta fue escogida con el mismo criterio: un vestido negro, con calcetines y zapatos del mismo color. Una vestimenta sencilla para no distraer la atención del espectador. Se escogió el color negro por su neutralidad y también por la simbología negativa que en la cultura occidental lo asocia al duelo reflejando el estado de ánimo que se refleja en la obra. Simboliza los pensamientos intrusivos que llevan a la obsesión y a los sentimientos negativos.

Escogimos un objeto protagónico la maleta, una pequeña maleta de mano roja. El tamaño debía ser pequeño para soportar el peso de la arena tanto en tierra como en el mar, en donde su peso de vería multiplicado por el agua. El escoger una maleta de mano proviene de su relación con el viajero, mostrando así las circunstancias imperecederas. El color rojo representa la vida y el amor, pero también una cierta connotación de violencia contenida. El amor hacia nosotros mismos que se ve inundado por el desgaste de las emociones negativas. El negro junto a otro color inhabilita cualquier significado positivo:

“El amor es rojo, pero el rojo acompañado de negro caracteriza lo contrario del amor, el odio. El aumento del odio conduce a la brutalidad y a la violencia, [...]” (Heller, 2000) ²²

La utilización de esta dualidad de colores y el empleo de estos objetos fue una inspiración basada en la artista Gina Pane. Ella utilizaba el color blanco como fuente de nutriente y el rojo como igualador del dolor. En su performance “Le

²² Heller, E. (2000). *Psicología del color: Cómo actúan los colores sobre los sentimientos y la razón*. Pag. 131.

lait chaud" (Pane, Action Le lait chaud, 1972) ²³utilizaba la leche blanca como vida, pero al mismo tiempo la tumba blanca era como la muerte.

4.3.1.3. La interpretación Psicológica.

Una gran parte del mundo del arte trabaja los estados emocionales. Cuando comencé a desarrollar el proyecto, centré la atención en la carga emocional y su identificación. Esta carga está basada en mi propia experiencia personal como mujer, como enferma crónica, como asexual y como víctima de un abuso narcisista durante años. El hecho de comenzar a reconocer de dónde provenía ese peso psicológico me ayudó a enfocarme, a adquirir identidad y comprender la marca imborrable que nos deja memoria. Reconocer la carga implica compartir el dolor y la soledad que todo el mundo padece: uno se convierte en todos y todos en uno, conectando así en esta acción performativa

A partir de ese punto de inflexión se desarrolló la idea de liberación, comenzando por visibilizar una carga incorpórea y darle forma, esto hizo que fuese tangible y real. Materializar el peso (arena) y su contenedor (maleta) hizo que ese objeto tangible se convirtiese en real. Así se inició el proceso inconsciente y videográfico para liberarse del peso.



18 Beatriz Lista. Tierra, 2021.

Para representar la carga emocional se siguió un criterio para visualizarla en forma de ataduras sin nombre a las que empecé a categorizar. Al igual que Marina Abramovich en numerosas obras, la carga es algo impuesto socio-culturalmente dado por nuestra cultura judeo-cristiana y su férreo sentimiento

²³ Pane, G. (1972). *Le lait chaud*.

de culpa, nosotros apenas tenemos responsabilidad sobre ella; pero desde niños se nos enseña a transportarla, a convivir con este sentimiento de frustración.

A la hora de abordar la investigación y el desarrollo del proyecto SOM, se testimonió como en realidad esa carga es gran parte, un peso autoimpuesto. Esa carga es un cúmulo de sentimientos negativos que se aglomeran y que no está socialmente aceptados, por lo cual tendemos a esconderla y en esa otredad le concedemos más poder. Soltar la carga, tanto la que nos imponen como la que nos autoinfljamos, determina tener control sobre la situación y decidir por nuestro bienestar y estabilidad psicológica bajo la forma de la liberación.

A través del Proyecto SOM se emprendió la búsqueda de la identidad a través del rito del arte para encontrar liberar la carga propia y la del espectador, debido a la empatía. En este ritual comenzamos con la acción de descalzarse, mostrando la confianza en el yo y la conexión con la naturaleza y el espectador.

En la performance Mar, la arena da forma a la carga dentro de la maleta roja. La protagonista se adentra con ella en el mar, comenzando una batalla entre el fuerte oleaje contra su cuerpo y la maleta, que se hace más densa con el peso del agua. Una batalla interna entre seguir adelante aferrándose a una carga y hundirse, o la decisión de soltarla y liberarse.

Esta lucha personal no está exenta de temor, ansiedad, desconcierto ante lo que pasará. El propio esfuerzo y dificultad de arrastrar la carga se vuelve visible y hace al espectador partícipe del proceso. Este fenómeno de llevar al espectador a sentir lo mismo que el artista es una de las peculiaridades innatas del arte performativo. El peso de la maleta pasa de ser una carga propia a identificarse con la carga de los demás. Así se crea una conexión íntima y sincera con el espectador.

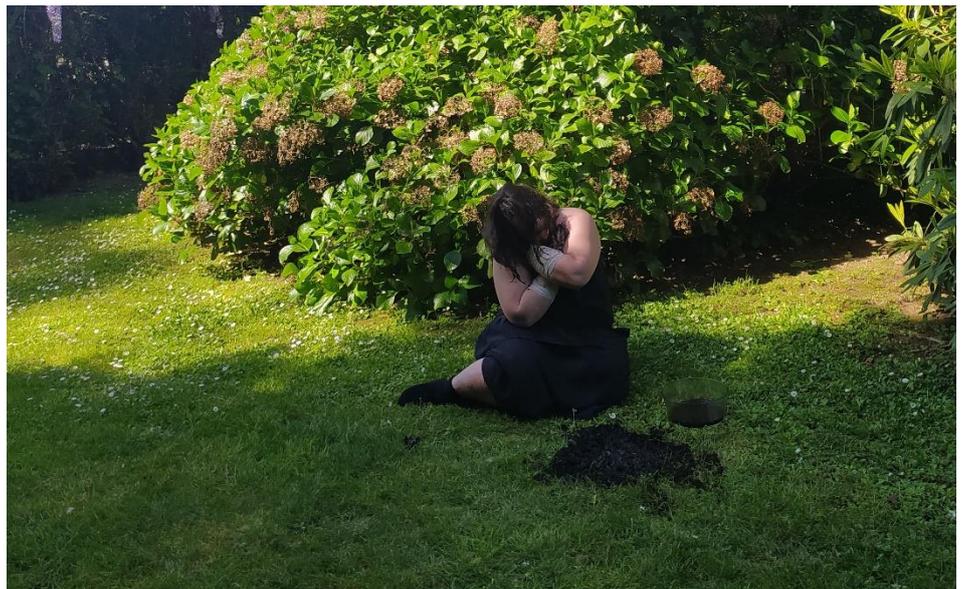
Mediante la performance, el performer se convierte en otro yo, en una página en blanco que puede continuar su vida, libre del peso que acarrea. La catarsis se produce como una explosión de libertad interior que otorga ligereza y confianza.

Se optó por un final abierto donde el espectador decida lo que pasará a continuación, como una decisión personal que deberá tomar. Dado que performer y espectador se hacen coparticipes de la carga durante el acto performativo, este hecho confluye en un punto de inflexión y reflexión.

4.4 PRODUCCIÓN

Grabación

La grabación de las acciones se utilizó una cámara Nikon D3200 y un trípode ESDDI. Los planos seleccionados fueron filmados desde un punto de vista fijo y se estableció realizar un plano secuencia. El audio empleado para las obras es el audio natural del entorno. En un inicio sopesé la idea de grabar la acción desde diferentes ángulos y filmar distintos planos, para poder utilizar más imágenes diversas en la edición digital del video. El problema radicó fundamentalmente en que tanto la acción performativa como la grabación debía ser realizadas por mí. Así pues, ante dicha complejidad descarté la idea de filmar desde varios puntos de vista y tomé la opción de adoptar un planteamiento más conceptual, basado en un punto de vista único.



19 Beatriz Lista. Tierra 2021

Debido a esto, se procedió a la mejor opción, hacer la grabación desde un único punto fijo en ambas piezas. Se utilizó un trípode semienterrado en la arena en el caso de la acción Mar para inmovilizar la cámara tanto del desnivel de la playa como del viento. En ambas grabaciones se buscó el encuadre perfecto previamente en donde se desarrollaría el marco de la acción y ajustaron los balances y valores de la cámara: diafragma, profundidad de campo, foco, velocidad, iluminación, color, etc.



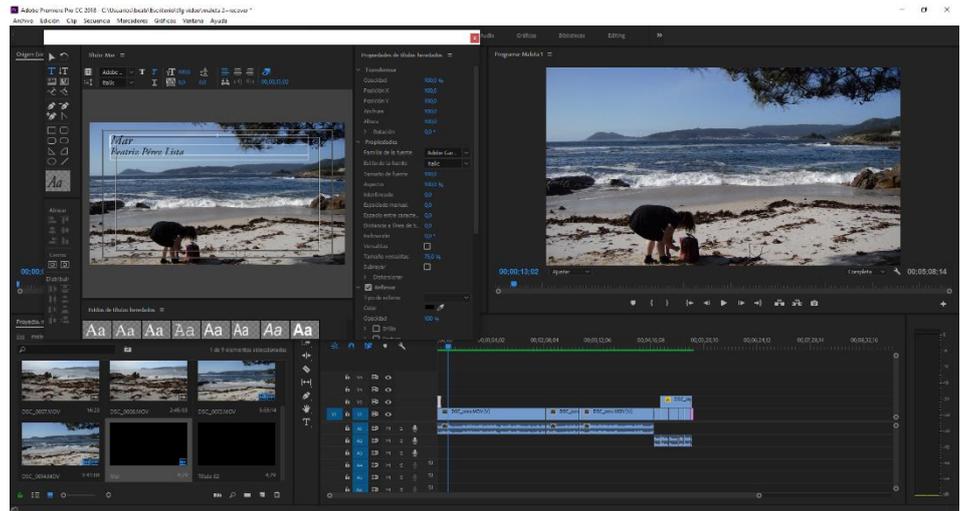
20 Beatriz Lista. Mar, 2020

La acción solo podía ser realizada una única vez, por ello se planifico la acción meticulosamente. La parte incontrolada de la performance es aquella en donde me introduzco en el mar, numerosas incógnitas surgieron en ese momento que eran imposible descifrar: si podría recuperar la maleta una vez introducida en el agua, el riesgo a la hipotermia, lo impredecible de las fuertes corrientes, añadieron un factor de peligro y de lo incontrolable a la acción.



21 Beatriz Lista. Mar, 2020.

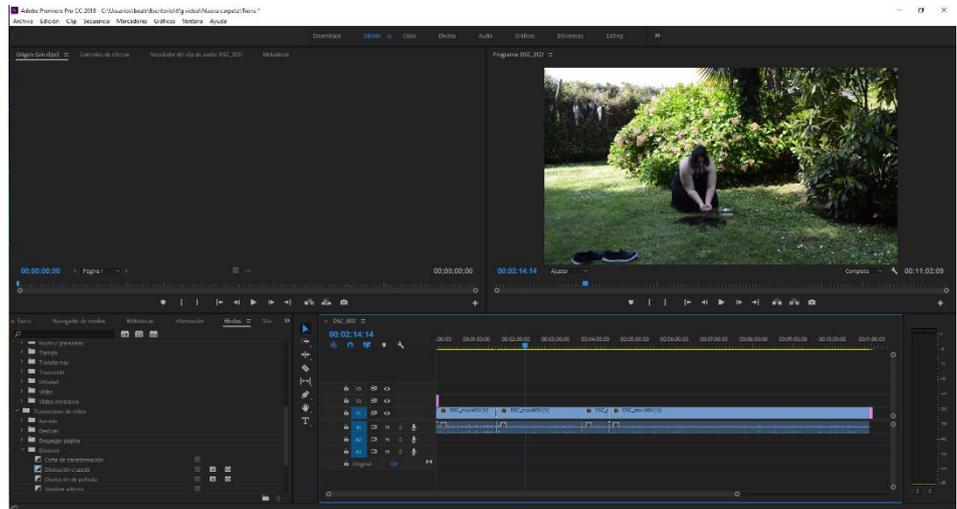
4.4 POSTPRODUCCIÓN



22 Vistas del Programa de Edición de Video Digital Adobe Premier Pro 2018

Una vez realizadas las grabaciones se examinaron estas detenidamente. El programa utilizado para editar los vídeos fue Adobe Premier Pro 2018. Debido al intenso trabajo previo a la hora de grabar, no hubo necesidad de modificar la luz en ninguno de los vídeos filmados. El encuadre se ajustó a la planificación previa, adecuándose a dónde la protagonista femenina debía moverse para realizar las acciones.

En la acción “Mar” se realizaron algunas modificaciones hacia el final del largometraje. Pero tanto el color como el enfoque estuvo perfecto, así que no necesitaron ser retocados. En la primera parte no hubo ningún tipo de modificación de velocidad. La grabación es la misma hasta casi al final de la cinta. Más tarde superpuse otra grabación de las olas, sobre la grabación del plano general de la acción; para así general un final abierto y favorecer la auto-interpretación. Para ello introduje un fundido para acoplar las imágenes sin que se notara diferencia alguna del cambio. Finalmente corté en secciones el vídeo y fui añadiendo velocidad a los fotogramas, a la par de que bajaba el sonido; para generar un ruido blanco hasta que llegase el fundido a negro. Por último, añadí los títulos y los créditos con la herramienta de título heredado y usando la tipografía Adobe Garamond Pro.



23 Vistas del Programa de Edición de Video Digital Adobe Premiere Pro 2018

“Tierra” fue una grabación desde una misma toma. A la hora de editarla se siguió los mismos requisitos que la acción “Mar,” para conseguir una coherencia estética. En ella se colocó un título heredado al inicio de la grabación, empleando la tipografía Adobe Garamond Pro en blanco. Hubo la necesidad técnica de realizar un par de cortes durante la edición del video y juntarlos nuevamente con un efecto de transición llamado disolución cruzada (fundido encadenado). Al Final se añadió el logo correspondiente de la UPV.

Hemos intentado mantener una coherencia narrativa y visual de ahí el punto de vista único de filmación y la sencillez de los elementos que interviene en la performance. De este modo hemos querido establecer un contrapunto audiovisual de tensión entre la escena y su significación. Los elementos metafóricos en la escena mar (inconsciente), tierra (raíces), la arena (peso y sentimiento de culpa), maleta (contenedor de emociones, carga), oleaje (lo incierto de las circunstancias, lo que permanece fuera de nuestro control), el paisaje natural (la renuncia a las raíces del ser humano), la lucha (el deseo de desprenderse de peso), las vendas (la herida), etc. La acción de los dos videos y todos estos elementos que entran en escena contienen una gran carga de violencia psicológica latente, en su punto más álgido (crisis) el movimiento de la acción se fusiona con la catarsis y la consecuente metamorfosis desprendida de ella. Dos videoartes *Mar* y *Tierra* en apariencia sencilla, que conmueve y socaban en nosotros los temas abismales: los límites, el daño, la carga, la autolesión, el deseo de venganza, la muerte, la decepción, la huella y la pérdida del rastro, el antes y el después. Som es un proyecto artístico que reflexiona sobre la identidad, la catarsis y la metamorfosis a través de la video-performance en el arte contemporáneo y en la vida misma.

5. CONCLUSIÓN

El Proyecto SOM explora la carga psicológica dentro del arte performativo, y busca la empatía del espectador a través de los temas de la catarsis, la metamorfosis y la necesidad de liberación.

El mundo performativo ayuda a resolver conflictos sociales e identitarios. Esto nos ha movido a investigar sobre la temática de la carga psicológica y la del video performance como vehículo de liberación.

Nuestro objetivo principal ha quedado atestiguado mediante numerosos artistas de la performance como el videoarte y la videoperformance se convierten en herramientas que testifican y resuelven problemas identitarios y sus conflictos derivados.

Hemos demostrado como desde sus inicios desde el territorio performativo al final de la década de los 60 y 70 el performer usaba su cuerpo como vehículo en el conflicto catárquico artístico y ha reflejado los dolores comunes y propios. Destaca la actividad performativa de artistas feministas como: Gina Pane, Marina Abramovich, Carolee Schneemann, Martha Rosler, etc.

También hemos demostrado como a partir de la década de los 80 y los 90 la video-performance pasa de ser una herramienta meramente testimonial de la performance a tener un carácter propio. Abriéndose en la década del 2000 a la video-edición como recurso expresivo artístico usando efectos y otros materiales audiovisuales.

Mediante esta investigación hemos reivindicado la revalorización de esta forma de arte, el arte performativo y la video-performance a lo largo de la historia del arte contemporáneo.

Hemos hecho énfasis referente a que debe existir un dialogo entre el arte y la sociedad, entre artista y audiencia. Presentándose la video-performance como un arte de prospección psicológica e identitario que sin duda alguna puede aportar un territorio muy interesante dentro de las terapias artísticas: arteterapia y fortalecer el carácter resiliente del individuo.

Tras esta investigación artística en el área performativa y la materialización del proyecto SOM hemos adquirido una experiencia vivencial que ha dejado patente el comienzo de una trayectoria artística de exploración identitaria que marcará sin duda alguna nuestro futuro artístico e investigador.

BIBLIOGRAFÍA

- Abramovic, M. (1974). *Rhythm 0*. Nápoles, Italia.
- Abramovic, M. (1975). *The Lips of Thomas*. Krinzinger Gallery, Innsbruck.
- Abramovic, M. (1997). *Balkan Baroque*. Bienal de Venecia.
- Abramovic, M. (Diciembre de 2015). *Un Arte Hecho de Confianza, Vulnerabilidad y Conexión*. Obtenido de TED: https://www.youtube.com/watch?v=M4so_Z9a_u0
- Chang, P. (1997). *Alter Ego*. Terra Bomba, New York.
- Chang, P. (1999). *Fountain*.
- Davison, J. C. (2004). *Performing Filial Piety: The Virtue of Self-Rejection*. Universidad de Manchester. Recuperado el 28 de enero de 2021, de https://static1.squarespace.com/static/57a3a21859cc68cdfbc0c9d/t/58e79bc32994cae672b775f1/1491573700227/2004_Performing+Filial+Piety-+Chin+Davidson.pdf
- Docter, P. (Dirección). (2015). *Inside Out* [Película].
- Duchamp, M. (1975). *El proceso creativo*. Barcelona.
- Féral, J. (s.f.). Ibid., (pág. 177).
- Féral, J. (s.f.). *La performance i els media: la utilització de la imatge*.
- Ferrando, B. (2007). *El Arte de la performance: Elementos de creación*. Valencia: Ediciones Mahali.
- García-Allen, J. (s.f.). *Psicología y Mente*. Obtenido de <https://psicologiaymente.com/psicologia/catarsis-liberacion-emocional>
- Heller, E. (2000). *Psicología del color: Cómo actúan los colores sobre los sentimientos y la razón*. Munich, Alemania: Gustavo Gili, SL.
- Hesse, H. (2011). *Demian*. Alianza Editorial.
- José Galindo, R. (s.f.). *Regina José Galindo*. Recuperado el 01 de 06 de 2020, de <http://www.reginajosegalindo.com>
- Kafka, F. (2011). *La Metamorfosis*. (A. H. GARCÍA, Trad.) Alianza Editorial.
- Marina Abramovic, U. (1980). *Rest Energy*. Amsterdam.
- Nasón, P. O. (8 d.C.). *Metamorfosis*. (A. P. Vega, Trad.) Obtenido de <http://www.cervantesvirtual.com/obra-visor/metamorfosis--0/html/ff8ccec6-82b1-11df-acc7-002185ce6064.html>
- Odell, Tom (2013). *Another Love*. West Sussex, Reino Unido.
- Pane, G. (1972). *Action Le lait chaud*.
- Pane, G. (1972). *La Lait Chaud*. Jean et Mila Boutan.
- Pane, G. (2003). *Lettre à un(e) inconnu(e)*. Paris: École Nationale Supérieure des Beaux Arts.
- Parceridas, P. (2004). *Cuerpo y Revolución*. En *Acionismo Vienés Günter Brus Otto Muehl Hermann Nitsch Rudolf Schwarzkogler* (pág. 440). Barcelona: Junta de Andalucía Consellería de Cultura.

- Ramsesminbe. (s.f.). *Arte vs Poder*. Recuperado el 01 de 06 de 2020, de REGINA JOSÉ GALINDO: LA DENUNCIA EN GUATEMALA: <https://activismolucha.wordpress.com/2015/02/20/regina-jose-galindo-la-denuncia-en-guatemala/>
- Regarder, B. (s.f.). *Psicología y mente*. Obtenido de <https://psicologiaymente.com/clinica/liberar-el-lastre-emocional>
- Torres, D. (1997). La Vigencia oculta de la performance. (132).
- Wolf, V. (1928). *Orlando*. EDHASA.
- Rubio Portolés, F. (2016). *Introspección. Performance y video-acción*. Proyecto de Final de Grado (TFG). Valencia. Universitat Politècnica de València.
- Sedeño Valdellós, A. (2010). Nómadas. Revista Crítica de Ciencias Sociales y Jurídicas. Málaga, Universidad de Málaga. Revista.

5. ÍNDICE DE IMÁGENES

1 Franz Kafka. Die Verwandlung, 1916.	13
2 Günter Brus Aktionsmalerei 1962.....	15
3 Gina Pane, Espinas y azucenas: azione sentimentale, 1974.....	17
4 Marina Abramović. Rhythm 0, 1997.	18
5 Marina Abramović. Balkan Baroque. Junio 1997.	19
6 Gina Pane. Fountain, 1999.	20
7 Jana Sterbak, Condición, 1995.	22
8 Olivier de Sagazan. Transfiguration avec surmodelage du crâne et du visage, 2008.	22
9 Carolee Schneemann. Meat Joy, 1964	24
10 Martha Rosler. Semiotics of the Kitchen, 1975.	25
11 Lorena Wolffer. Mientras dormíamos, 2002-2004	25
12 Mayra Bonard. Mi Fiesta, 2018.	26
13 Beatriz Pérez Lista. “Ya'aburnee”, 2015.	29
14 Beatriz Pérez Lista. “Ya'aburnee”, 2015.	29
15 Beatriz Pérez Lista. “Eu”, 2019.....	30
16 Beatriz Lista. Cabanas, 2020	33
17 Beatriz Lista. Maleta, 2020	35
18 Beatriz Lista. Tierra, 2021.	36
19 Beatriz Lista. Tierra 2021	38
20 Beatriz Lista. Mar, 2020.....	39
21 Beatriz Lista. Mar, 2020.....	39
22 Vistas del Programa de Edición de Video Digital Adobe Premiere Pro 2018	40
23 Vistas del Programa de Edición de Video Digital Adobe Premiere Pro 2018	41