

# ¿Está usted aquí?

Vulnerabilidad y  
emociones en el  
ámbito artístico  
contemporáneo

Sara Donoso

# ¿Está usted aquí?

Vulnerabilidad y emociones en el ámbito artístico contemporáneo.

# Está usted aquí?

Vulnerabilidade e emocións no ámbito artístico contemporáneo.

*¿Está usted aquí?* se pregunta por el estado emocional del individuo en la sociedad actual, jugando con el sentido de la frase “Usted está aquí”, presente en los carteles de señalización para indicar un posicionamiento geográfico. Al contrastar un intento de ubicación en el espacio físico frente a la realidad de nuestros pensamientos y emociones dispersos, que nos sitúan en diferentes escenarios mentales, se plantea un interrogante acerca de nuestra verdadera presencia y conexión con el momento actual. Crear en la era de la inmediatez apura el desafío de la productividad y conduce al naufragio del deleite en el proceso. Por ello, este proyecto se reivindica como la búsqueda de la quietud y la conmoción estética en estos tiempos de pensamiento acelerado. Una propuesta que permitirá asomarse a

*Está vostede aquí?* pregúntase polo estado emocional do individuo na sociedade actual, xogando co sentido da frase “Vostede está aquí”, presente nos carteis de sinalización para indicar un posicionamento xeográfico. Ao contrastar un intento de ubicación no espazo físico fronte á realidade dos nosos pensamentos e emocións dispersas, que nos sitúan en diferentes escenarios mentais, xurde un interrogante acerca da nosa verdadeira presenza e conexión co momento actual. Crear na era da inmediatez apura o desafío da produtividade e conduce ao naufraxio do deleite no proceso. Por iso, este proxecto reivindícase como a procura da quietude e a conmoción estética nestes tempos de pensamento acelerado. Unha proposta que permitirá asomarse

algunas de las reacciones, plásticas y conceptuales, capaces de dibujar los contornos de una sociedad que oprime las energías bajo el auspicio de la autoexigencia y la hiperproducción. También es una apelación a la necesidad de hablar y compartir, de gritar nuestras miserias ocultas bajo un bucle de imágenes entusiastas que engrosan los perfiles de las redes sociales, de desnudar la mente para dejarla ser.

Habitar el refugio colectivo para difuminar la sombra del *yo*, para enfrentar de alguna manera la angustia de la expectativa. Comunicar y celebrar lo débil, lo humano, la carne. A través de las imágenes de Leila Amat, Abel Azcona, Costa Badía, Rosendo Cid, Eva Díez, Olalla Gómez Valdericeda, Omar Janaan y Santiago Talavera recorreremos trabajos que se muestran con sinceridad, que arañan, cada uno a su manera, la lógica de la velocidad productiva. Acompañadas por un texto breve y por los comentarios que cada artista ha ido respondiendo en torno a un cuestionario común, nos asomaremos al latir del arte desde preguntas que resuenan intermitentes entre todas las profesiones creativas: ¿Es posible la conciliación? ¿La inestabilidad nos hace vulnerables? ¿Qué sucede si nos

a algunhas das reaccións, plásticas e conceptuais, capaces de debuxar as contornas dunha sociedade que oprime as enerxías baixo o auspicio da autoexigencia e a hiperproducción. Tamén é unha apelación á necesidade de falar e compartir, de gritar as nosas miserias agochadas baixo un bucle de imaxes entusiastas que engrosan os perfís das redes sociais, de espir a mente para deixala ser.

Habitar o refuxio colectivo para difuminar a sombra do *eu*, para enfrontar dalgunha maneira a angustia da expectativa. Comunicar e celebrar o fráxil, o humano, a carne. A través das imaxes de Leila Amat, Abel Azcona, Costa Badía, Rosendo Cid, Eva Díez, Olalla Gómez Valdericeda, Omar Janaan e Santiago Talavera percorrere-mos traballos que se amosan con sinceridade, que rabuñan, cada un á súa maneira, a lóxica da velocidade produtiva. Acompañadas por un texto breve e polos comentarios que cada artista foi respondendo en torno a un cuestionario común, asomarémonos ao latir da arte desde preguntas que resoan intermitentes entre todas as profesións creativas: É posible a conciliación? A inestabilidade fainos vulnerables? Que ocorre se baixamos da roda?

bajamos de la rueda? ¿En qué punto se cruzan el arte y la vida?

Siendo la creatividad un espacio que requiere de una atención profunda, de una mirada *micro*, un *tempo*, una emoción... ¿estamos ante un sistema que cuide nuestra salud emocional? Desde lo mínimo, este proyecto busca presionar el botón de la pausa y resituar el foco. Descubrir que es posible, o tal vez urgente, asumir el arte como una realidad tan íntima como interconectada, como un arma sustentada en la piel y no en la superficie.

En que punto se cruzan a arte e a vida?

Sendo a creatividade un espazo que require dunha atención profunda, dunha mirada *micro*, un *tempo*, unha emoción... estamos ante un sistema que coida da nosa saúde emocional? Desde o mínimo, este proxecto busca premer o botón da pausa e resituar o foco. Descubrir que é posible, ou tal vez urxente, asumir a arte como unha realidade tan íntima como interconectada, como unha arma sustentada na pel e non na superficie.

**“Este proyecto busca presionar el botón de la pausa y resituar el foco”**

**“Este proxecto busca premer o botón da pausa e resituar o foco”**

¿ESTÁ USTED AQUÍ? / ESTÁ VOSTEDE AQUÍ?	10
--	----

---

## ARTISTAS

Leila Amat	62
Abel Azcona	78
Costa Badía	98
Rosendo Cid	118
Eva Díez	134
Olalla Gómez	150
Omar Janaan	164
Santiago Talavera	180

---

APÉNDICE	199
----------	-----

---

BIOGRAFÍA SARA DONOSO	207
-----------------------	-----

---

# ¿Está usted aquí?

Vulnerabilidad y emociones en el ámbito artístico contemporáneo.

# Está vostede aquí?

Vulnerabilidade e emocións no ámbito artístico contemporáneo.

En muchos sectores, como el cultural, el trabajo se funde con la vida. Es maravilloso y agotador a un tiempo, pero sobre todo cínico. Hemos asumido un rol de interacciones donde los intereses se cruzan con lo lúdico y el compromiso adquiere una imagen festiva. Contemplamos la vida desde la inercia de ir y venir. Pero a veces necesitamos la pausa. Y eso nos espanta y paraliza; nos deja en fuera de juego, como si el respiro siempre estuviese lejos de nuestro alcance. Este texto se presenta como un recorrido entre lo autobiográfico y las inseguridades compartidas, un modo de revisar cuestiones como la frustración, el miedo, la sensación (y la certeza) de querer multiplicar tu cuerpo y tus tareas y no llegar a tiempo a todo. Es como un ejercicio de autoexploración que, para comprender(se), precisa ojear su alrededor. Pensar con los sentidos, ir a las fuentes de la filosofía, escudriñar obras de arte y compartir pensamientos para continuar planteando preguntas que posibiliten nuevas vías de escape. Desde diversas ópticas, los y las artistas que colaboran en esta publicación contribuyen a desanudar la maraña de ideas que habitan nuestra mente, abriendo diferentes vías para explorar la creación contemporánea en un entorno plagado de exigencias.

En moitos sectores, como o cultural, o traballo fúndese coa vida. É maravilloso e esgotador ao mesmo tempo, pero sobre todo cínico. Asumimos un rol de interaccións onde os intereses crúzanse co lúdico e o compromiso adquiere unha imaxe festiva. Contemplamos a vida dende a inercia de ir e vir. Pero ás veces necesitamos a pausa. E iso espántanos e parálanos; déixanos fóra de xogo, como se o respiro sempre estivese lonxe do noso alcance. Este texto preséntase como un percorrido entre o autobiográfico e as inseguridades compartidas, un modo de revisar cuestións como a frustración, o medo, a sensación (e a certeza) de querer multiplicar o teu corpo e as túas tarefas e non chegar a tempo a todo. É como un exercicio de autoexploración que, para comprender(se), precisa ollar ao seu redor. Pensar cos sentidos, ir ás fontes da filosofía, escudriñar obras de arte e compartir pensamentos para continuar a expor preguntas que posibiliten novas vías de escape. Desde diversas ópticas, os e as artistas que colaboran nesta publicación contribúen a desatar a maraña de ideas que habita na nosa mente, abrindo diferentes vías para explorar a creación contemporánea nun entorno colmado de esixencias.

## LA PARADOJA DE LA PRODUCTIVIDAD

*He confundido la autogestión con la autoexplotación (Omar Janaan)*

Todo lo que nos rodea parece intentar establecer un punto de referencia: los relojes, los calendarios, las citas, las cifras, el número de seguidores, los itinerarios... como si el tiempo y el espacio (la vida) se redujeran únicamente a mediciones cuantitativas. Sin embargo, mientras nos aferramos a diversas herramientas para estructurar nuestros ritmos, las dinámicas actuales nos someten a una hiperactividad agravada por las difusas fronteras entre lo real y lo virtual, estimuladas por las tecnologías de la comunicación. Este constante bombardeo induce a nuestra mente a encontrarse en múltiples lugares al mismo tiempo; a querer estar en el *entre* y multiplicar así nuestra presencia, tareas, obligaciones... Surge entonces un interrogante acerca de nuestra naturaleza fragmentada, que nos aborda y desorienta desde el impulso de la pluralidad. Como apuntaba Gilles Deleuze, en las *sociedades contemporáneas de control* el poder opera de una manera más difusa que en las anteriores sociedades *disciplinarias*, descritas por Foucault<sup>1</sup>. Actualmente, los flujos de

## O PARADOXO DA PRODUTIVIDADE

*Confundín a autoxestión coa autoexplotación (Omar Janaan)*

Todo o que nos rodea parece intentar establecer un punto de referencia: os reloxos, os calendarios, as citas, as cifras, o número de seguidores, os itinerarios... como se o tempo e o espazo (a vida) se reducisen unicamente a medicións cuantitativas. Con todo, mentres nos aferramos a diversas ferramentas para estruturar os nosos ritmos, as dinámicas actuais sométennos a unha hiperactividade agravada polas difusas fronteiras entre o real e o virtual, estimuladas polas tecnoloxías da comunicación. Este constante bombardeo induce á nosa mente a atoparse en múltiples lugares ao mesmo tempo; a querer estar no *medio* e multiplicar así a nosa presenza, tarefas, obrigas... Xorde entón un interrogante acerca da nosa natureza fragmentada, que nos aborda e desorienta dende o impulso da pluralidade. Como apuntaba Gilles Deleuze, nas *sociedades contemporáneas de control*, o poder opera dunha maneira máis difusa ca nas anteriores sociedades *disciplinarias*, descritas por Foucault<sup>1</sup>. Actualmente, os fluxos de comunicación, o

comunicación, el crecimiento de la red de estímulos y la hiperconexión logran una deriva hacia la sugestión. Hay un efecto de disgregación social que se alimenta paradójicamente de consensos, códigos éticos e ideologías construidas.

Cuando se incrementan nuestros procesos cognitivos añadimos presiones mentales y una insatisfacción derivada de la imposibilidad del control absoluto. Nuestro paisaje cultural es frenético y fragmentario y abriga una constante exigencia que termina provocando graves desajustes psicosociales. Pero ¿cómo hacer frente a esta drástica aceleración del pensamiento?, ¿desde qué escenarios puede el arte provocar un cuestionamiento ante ritmos a menudo autoimpuestos?

La autoexplotación, disfrazada con frecuencia de autorealización, se ha convertido en un síntoma del siglo XXI, donde la esfera de la macroproducción entreteje las formas de poder e impacta en las relaciones. El trabajo atomiza la vida personal, a veces de forma buscada y otras como consecuencia de las circunstancias externas y del difícil equilibrio entre las demandas laborales y el control

crecemento da rede de estímulos e a hiperconexión logran unha deriva cara á suxestión. Hai un efecto de disgregación social que se alimenta paradoxalmente de consensos, códigos éticos e ideoloxías construídas.

Cando se incrementan os nosos procesos cognitivos engadimos presións mentais e unha insatisfacción derivada da imposibilidade do control absoluto. A nosa paisaxe cultural é frenética e fragmentaria e abriga unha constante esixencia que termina provocando graves desaxustes psicosociais. Pero, como facer fronte a esta drástica aceleración do pensamento?, desde que escenarios pode a arte provocar un cuestionamento ante ritmos a miúdo autoimpostos?

A autoexplotación, disfrazada con frecuencia de autorealización, converteuse nun síntoma do século XXI, onde a esfera da macroproducción entretece as formas de poder e impacta nas relacións. O traballo atomiza a vida persoal, ás veces de forma buscada e outras como consecuencia das circunstancias externas e do difícil equilibrio entre as demandas laborais e o control

**“La autoexplotación, disfrazada con frecuencia de autorealización, se ha convertido en un síntoma del siglo XXI”**

**“A autoexplotación, disfrazada con frecuencia de autorealización, converteuse nun síntoma do século XXI”**

interno. Para el artista **Abel Azcona** la relación arte-vida es un binomio indivisible. En este caso, su autobiografía atraviesa su práctica artística y ésta, a su vez, acciona una voluntad catalizadora desde la que asomarse a la complejidad del mundo. Sin dejar de asumir lo complicado de controlar los tiempos y velar por el autocuidado, entiende el arte como instrumento de reconocimiento: “Cuando mezclas vida y obra mucho, como es mi caso, sí se genera un acelere. Pero mi estabilidad ya es poca y he aprendido a construir mi vida a través de mi obra y a utilizar el arte como esa herramienta a través de la cual mirarme como si fuera un espejo”. Son los miedos y las vivencias traumáticas del pasado una herida que sutura en su piel y se exorciza mediante el cuerpo para constituir experiencias (desde dentro hacia afuera). La actividad performativa de Abel

interno. Para o artista **Abel Azcona** a relación arte-vida é un binomio indivisible. Neste caso, a súa autobiografía atravesada a súa práctica artística e esta, á súa vez, acciona unha vontade catalizadora desde a que asomarse á complexidade do mundo. Sen deixar de asumir o complicado de controlar os tempos e velar polo autocoidado, entende a arte como instrumento de recoñecemento: “Cando mesturas vida e obra moito, como é o meu caso, si se xera un acelere. Pero a miña estabilidade xa é pouca e aprendín a construír a miña vida a través da miña obra e a utilizar a arte como esa ferramenta a través da cal mirarme coma se fose un espello”. Son os medos e as vivencias traumáticas do pasado unha ferida que sutura na súa pel e se exorciza mediante o corpo para constituir experiencias (desde dentro cara a fóra). A

<sup>1</sup> Deleuze, Gilles. *Conversaciones (1972-1990)*. Editorial Pre-textos. Valencia, 1999.

Azcona consigue desestabilizar los códigos de conducta normativizados zarandeando los estándares sociales a partir de una práctica en ocasiones llevada al extremo. Desde estos límites, una interesante reflexión sobre la autoexplotación la encontramos en *La mercancía* (2021), performance realizada en Málaga donde el artista se somete a la voluntad del otro. Tras ser anestesiado por una profesional, y completamente inconsciente, van trasladando su cuerpo para situarlo en diferentes peanas en un recorrido que incluye un total de ocho museos. Las respuestas del público, tan esperadas a veces como sorprendentes en otros casos, constituyen un útil documento con el que interpretar la traslación de la conmoción individual hacia el otro. Desde la polaridad del cuerpo como sujeto y objeto, esta experiencia refleja el modo en que nos sometemos a influencias exteriores que escapan a nuestro control. Atendiendo a la idea de *La sociedad del espectáculo* (1967) dibujada por Guy Debord, el artista expone el dominio de la representación mediática y la cultura de la imagen. Un espectáculo compartido que provoca alienación, donde el consumo es pasivo y superficial y la cultura se mercantiliza como cualquier otro bien del sistema productivo. Así, el capitalismo fomenta una cultura descafeinada

actividade performativa de Abel Azcona consegue desestabilizar os códigos de conduta normativizados zarandeando os estándares sociais a partir dunha práctica en ocasións levada ao extremo. Desde estes límites, unha interesante reflexión sobre a autoexplotación atopámola en *La mercancía* (2021), performance realizada en Málaga onde o artista sométese á vontade do outro. Tras ser anestesiado por unha profesional, e completamente inconsciente, van trasladando o seu corpo para situalo en diferentes peñas nun percorrido que inclúe un total de oito museos. As respostas do público, tan esperadas ás veces coma sorprendentes noutros casos, constitúen un útil documento co que interpretar a traslación da conmoción individual cara ao outro. Desde a polaridade do corpo como suxeito e obxecto, esta experiencia reflicte o modo en que nos sometemos a influencias exteriores que escapan ao noso control. Atendendo á idea de *La sociedad del espectáculo* (1967) debuxada por Guy Debord, o artista expón o dominio da representación mediática e a cultura da imaxe. Un espectáculo compartido que provoca alienación, onde o consumo é pasivo e superficial e a cultura mercantilízase como calquera outro ben do sistema productivo. Así, o capitalismo fomenta unha cultura descafeinada

dirigida a lo efímero, donde la quimera de la libertad individual centra su foco en sostener mecanismos que se adapten a la velocidad de un mundo globalizado.

En un contexto donde la información y la imagen personal son constantemente monitoreadas y evaluadas nos volvemos vulnerables, estableciendo mecanismos de defensa que tratan de revertir la situación a partir de un sobreesfuerzo donde se exponga nuestra mejor versión. Nos sometemos voluntariamente a una actividad constante, arrastrados por la persistencia de la imagen del éxito. Se proyecta una falsa apariencia de sujeto empoderado que comienza a permear las diferentes facetas de la vida, con una fácil deriva en desórdenes emocionales y sentimientos de insuficiencia o inferioridad que terminan afectando a la capacidad creativa. Tomar conciencia de las emociones constituye el primer paso para desenvolverse dentro de los modelos sociales imperantes.

Cabe mencionar aquí el trabajo del artista **Omar Janaan**, quien aplica la risa como bálsamo para relativizar y repensar determinadas problemáticas. Su trabajo nos hace viajar a través de ilustraciones sencillas desde las que reconocemos en estas

dirixida ao efémero, onde a quimera da liberdade individual centra o seu foco en soste mecanismos que se adapten á velocidade dun mundo globalizado.

Nun contexto onde a información e a imaxe persoal son constantemente monitoreadas e avaliadas volvémonos vulnerables, establecendo mecanismos de defensa que tratan de revertir a situación a partir dun sobreesfuerzo onde expoñer a nosa mellor versión. Sometémonos voluntariamente a unha actividade constante, arrastrados pola persistencia da imaxe do éxito. Proxéctase unha falsa aparencia de suxeito empoderado que comeza a permear as diferentes facetas da vida, cunha fácil deriva en desordes emocionais e sentimentos de insuficiencia ou inferioridade que terminan afectando á capacidade creativa. Tomar conciencia das emocións constitúe o primeiro paso para desenvolverse dentro dos modelos sociais imperantes.

Cabe mencionar aquí o traballo do artista **Omar Janaan**, quen aplica a risa como bálsamo para relativizar e repensar determinadas problemáticas. O seu traballo fainos viaxar a través de ilustracións sinxelas desde as que recoñecemos nestas

pequeñas luchas que ocupan nuestra rutina. Entre la carcajada rápida y la mordacidad, sus ilustraciones logran encontrar el espacio para la disección humana. En la aparente ingenuidad de las imágenes se plasma una realidad que descompone el frenetismo de nuestra actividad, desenmascarando tanto sus pormenores como sus vanalidades. Con frases como “He confundido la autogestión con la autoexplotación” o “Tu mente es un escape room, ¡sácame de aquí!” plantea cuestiones de gran calado que ejemplifican el alto nivel de exigencia al que se ven sometidos los trabajos culturales. Cuando leemos con el sosiego necesario, en el ingenio de lo simple advertimos el abismo de sabernos retratados como sociedad. Entonces la risa se vuelve susceptible y nos toca, comunicando aspectos complejos como las presiones y aspiraciones que encaminan la competitividad y orientan, inevitablemente, hacia unos ritmos poco sostenibles. Lo cuenta así el artista: “Hasta verme sumido en una profunda crisis personal y profesional no había notado que me encontraba en una terrible inercia hacia la exigencia productiva del sector artístico y creativo, que conlleva el generar nuevas creaciones con cierta frecuencia, fuera siempre de los tiempos razonables de la reflexión y la creación”. La creación es un cauce

pequenas loitas que ocupan a nosa rutina. Entre a gargallada rápida e a mordacidade, as súas ilustracións logran atopar o espazo para a disección humana. Na aparente inxenuidade das imaxes plásmase unha realidade que descompón o frenetismo da nosa actividade, desenmascarando tanto os seus pormenores como as súas vanalidades. Con frases como “Confundín a autoxestión coa autoexplotación” ou “A túa mente é un escape room, sácame de aquí!” expón cuestións de gran calado que exemplifican o alto nivel de esixencia ao que están sometidos os traballos culturais. Cando lemos co acougo necesario, no enxeño do simple advertimos o abismo de sabernos retratados como sociedade. Entón a risa vólvese susceptible e tócanos, comunicando aspectos complexos como as presións e aspiracións que encamiñan a competitividade e orientan, inevitablemente, cara a uns ritmos pouco sustentables. Cóntao así o artista: “Até verme sumido nunha profunda crise persoal e profesional non notara que me atopaba nunha terrible inercia cara á esixencia produtiva do sector artístico e creativo, que leva a xerar novas creacións con certa frecuencia, fóra sempre dos tempos razoables da reflexión e a creación”. A creación é unha canle que

que permite consolidar lo íntimo desde la colectividad, una herramienta en la procura de sortear la superficie y señalar las contrariedades de un escenario compartido. Por eso, añade: “Son estos desajustes de la realidad los que activan mi atención a través de la observación -a veces del padecimiento- para generar obra que finalmente hable de estos temas que nos atraviesan directamente. Reflexiono continuamente sobre el frenesí y ritmos acelerados que conlleva la imagen y la comunicación e intento generar poco a poco alternativas *slow style* para llegar al público, junto con herramientas para estar más conectado a la realidad cotidiana”.

Todavía es posible procurar espacios en los que resintonizar con las diferentes culturas e interpretaciones del mundo, en los que situarse desde el respeto y el conocimiento. Dentro de su enfoque en las emociones y capacidad humanas, la filósofa estadounidense Martha Nussbaum defiende la educación en humanidades como vía para inculcar el pensamiento crítico. Además, indica una serie de cualidades que deberían servir de garantía para asentar una base social adecuada. Entre ellas, dedica a la risa y el ocio un lugar importante, contemplando el humor como herramienta para lidiar con las complejidades de la vida.

permite consolidar o íntimo desde a colectividade, unha ferramenta na procura de sortear a superficie e sinalar as contrariedades dun escenario compartido. Por iso, engade: “Son estes desaxustes da realidade os que activan a miña atención a través da observación -ás veces do padecemento- para xerar obra que finalmente fale destes temas que nos atravesan directamente. Reflexiono continuamente sobre o frenesí e ritmos acelerados que leva a imaxe e a comunicación e intento xerar aos poucos alternativas *slow style* para chegar ao público, xunto con ferramentas para estar máis conectado á realidade cotiá”.

Aínda é posible procurar espazos nos que resintonizar coas diferentes culturas e interpretacións do mundo, nos que situarse desde o respecto e o coñecemento. Dentro do seu enfoque nas emocións e capacidade humanas, a filósofa estadounidense Martha Nussbaum defende a educación en humanidades como vía para inculcar o pensamento crítico. Ademais, indica unha serie de calidades que deberían servir de garantía para asentar unha base social adecuada. Entre elas, dedica á risa e ao lecer un lugar importante, contemplando o humor como ferramenta para lidar coas complexidades da vida.

**“Todavía es posible procurar espacios en los que resintonizar con las diferentes culturas e interpretaciones del mundo”**

**“Aínda é posible procurar espazos nos que resintonizar coas diferentes culturas e interpretacións do mundo”**

## **RENDIMIENTO Y RECHAZO EN EL MUNDO CREATIVO**

*Da igual. Prueba otra vez. Fracasa otra vez. Fracasa mejor (Samuel Beckett)*

Cumplir con las expectativas, las propias y las ajenas, supone un constante ajeteo, un movimiento de conexiones mentales tratando de responder a multitud de estímulos y buscando rentabilizar el tiempo. Byung Chul Han sostiene que “La sociedad del siglo XXI ya no es disciplinaria, sino una sociedad de rendimiento. Tampoco sus habitantes se llaman ‘sujetos de obediencia’ sino ‘sujetos de rendimiento’. Estos sujetos son emprendedores de sí mismos”<sup>2</sup>. No importa la quietud del cuerpo cuando la cabeza se empeña en pisar el acelerador y las pantallas la pueblan de entelequias. Continuando esta idea, Alain Ehrenberg sitúa uno de los motivos de la depresión en la transición social de la disciplina al rendimiento. En su libro *La fatiga de ser uno mismo* sugiere como causa de la depresión la presión vigente, que da lugar a un exceso de individualismo a partir de la constante búsqueda de la relevancia personal. Ehrenberg apunta que el éxito de la depresión se produce

## **RENDEMENTO E REXEITAMENTO NO MUNDO CREATIVO**

*Da igual. Proba outra vez. Fracasa outra vez. Fracasa mellor (Samuel Beckett)*

Cumprir coas expectativas, as propias e as alleas, supón unha constante trasfega, un movemento de conexións mentais tratando de responder a multitude de estímulos e buscando rendibilizar o tempo. Byung Chul Han sostén que “A sociedade do século XXI xa non é disciplinaria, senón unha sociedade de rendemento. Tampouco os seus habitantes chámanse ‘suxeitos de obediencia’ senón ‘suxeitos de rendemento’. Estes suxeitos son emprendedores de si mesmos”<sup>2</sup>. Non importa a quietude do corpo cando a cabeza empéñase en pisar o acelerador e as pantallas pobóanse de entelequias. Continuando esta idea, Alain Ehrenberg sitúa un dos motivos da depresión na transición social da disciplina ao rendemento. No seu libro *La fatiga de ser uno mismo* suxire como causa da depresión a presión vixente, que dá lugar a un exceso de individualismo a partir da constante procura da relevancia persoal. Ehrenberg apunta que o éxito da depresión prodúcese

---

<sup>2</sup> Byung Chul Han. *La sociedad del cansancio*. Herder editorial. Barcelona, 2012. P. 25

en el instante en el que se modifica el modelo disciplinario, induciendo al individuo a la presión de la iniciativa personal y, muchas veces, al fracaso de devenir él mismo <sup>3</sup>.

Quisiera volver a la palabra fracaso, una de las grandes ausentes dentro de los discursos oficiales de la práctica profesional y creativa, donde precisamente la idea de autoría fomenta el crecimiento del ego en la procura de un triunfo autogestionado. Tendemos a tildar como fracaso las convocatorias fallidas, las propuestas rechazadas, la ausencia de visualización o los proyectos que reposan en las carpetas olvidadas de nuestros ordenadores y discos duros, el *ghosting* laboral... Sabemos que todo fracaso tiene su cara b, que toda decepción conlleva aprendizaje y que los medidores sociales que determinan el éxito laboral intervienen en el manejo de nuestras propias previsiones. “Da igual. Prueba otra vez. Fracasa otra vez. Fracasa mejor”, decía Samuel Beckett. Pero la asociación cuantitativa entre éxito y desarrollo profesional sitúa metas y objetivos homogeneizados que interpelan sin pudor nuestra práctica. Se aprecia de manera clara en la organización

no instante no que se modifica o modelo disciplinario, induciendo ao individuo á presión da iniciativa persoal e, moitas veces, ao fracaso de devir el mesmo <sup>3</sup>.

Quero volver á palabra fracaso, unha das grandes ausentes dentro dos discursos oficiais da práctica profesional e creativa, onde precisamente a idea de autoría fomenta o crecemento do ego na procura dun triunfo autoxestionado. Tendemos a tachar como fracaso as convocatorias erradas, as propostas rexeitadas, a ausencia de visualización ou os proxectos que repousan nas carpetas esquecidas dos nosos computadores e discos duros, o *ghosting* laboral... Sabemos que todo fracaso ten a súa cara b, que toda decepción leva aprendizaxe e que os medidores sociais que determinan o éxito laboral interveñen no manexo de nosas propias previsións. “Dá igual. Proba outra vez. Fracasa outra vez. Fracasa mellor”, dicía Samuel Beckett. Pero a asociación cuantitativa entre éxito e desenvolvemento profesional sitúa metas e obxectivos homoxeneizados que interpelan sen pudor a nosa práctica. Apréciase de maneira clara na

académica universitaria, con sus interminables requisitos administrativos y su hermética valoración de competencias, en las demandas curriculares y la meritocracia necesarias para promocionar y en la industria de los artículos indexados que priman la cantidad frente a la calidad. Son muchas las personas trabajadoras del sector cultural que firman acuerdos precarios y se someten a la voluntad de la Universidad con la esperanza de alcanzar un contrato mayor a largo plazo. Contrato que, por cierto, se ansía como ancla de seguridad frente a la inestabilidad del sistema artístico.

Resulta paradójico que la cuestión del fracaso continúe asimilándose desde un prisma normativizado y, por supuesto, desde el silencio institucional, mientras se comparte cada vez con más frecuencia en los entreactos de cada inauguración, evento artístico o reunión social. Como apunta **Olalla Gómez Valdericeda**, para muchos artistas tratar de subsistir económicamente dentro de la profesión es una tarea ardua, intermitente y dependiente de una serie de logros o proyectos con fecha de caducidad. “A parte de haber abordado el tema en mi trabajo públicamente, por supuesto intento gestionar el día a día cada

organización académica universitaria, cos seus interminables requisitos administrativos e a súa hermética valoración de competencias, nas demandas curriculares e a meritocracia necesarias para promocionar e na industria dos artigos indexados que priman a cantidade fronte á calidade. Son moitas as persoas traballadoras do sector cultural que asinan acordos precarios e sométense á vontade da Universidade coa esperanza de alcanzar un contrato maior a longo prazo. Contrato que, por certo, ansiase como áncoa de seguridade fronte á inestabilidade do sistema artístico.

Resulta paradójico que a cuestión do fracaso continúe asimilándose desde un prisma normativizado e, por suposto, desde o silencio institucional, mentres se comparte cada vez con máis frecuencia nos entreactos de cada inauguración, evento artístico ou reunión social. Como apunta **Olalla Gómez Valdericeda**, para moitos artistas tratar de subsistir economicamente dentro da profesión é unha tarefa ardua, intermitente e dependente dunha serie de logros ou proxectos con data de caducidade. “A parte de abordar o tema no meu traballo publicamente, por suposto tento xestionar o día a día cada vez con

---

<sup>3</sup> V. Ehrenberg, Alain. *La fatiga de ser uno mismo. Depresión y sociedad*. Nueva visión. Buenos Aires, 2000.

vez con más consciencia, intentando poner en el centro lo realmente importante, pero es cierto que este medio no acompaña (...). Es complicado poner límites en este trabajo, porque mentalmente estás conectadx casi a todas horas, pero aprender a escucharte, frenar y tomar distancia es vital”. Su proyecto *CV en blanco* (2019) introduce de forma incisiva todas estas problemáticas en una serie de videoacciones donde la artista aparece pintando las paredes de diferentes casas a las que acude a trabajar como *pintora de brocha gorda*. Allí, escribe en blanco una línea de su currículum para después centrarse en el proceso de borrado del mismo, en un ejercicio de mimesis con la superficie de la pared. Esta estrategia pone de relieve la celeridad con la se olvida la proyección y evolución de

máis consciencia, tentando pór no centro o realmente importante, pero é certo que este medio non acompaña (...). É complicado pór límites neste traballo, porque mentalmente estás conectadx case acotío, pero aprender a escoitarte, frear e tomar distancia é vital”. O seu proxecto *CV en blanco* (2019) introduce de forma incisiva todas estas problemáticas nunha serie de videoaccións onde a artista aparece pintando as paredes de diferentes casas ás que acode a traballar como *pintora de brocha gorda*. Alí, escribe en branco unha liña do seu currículo para despois centrarse no proceso de borrado do mesmo, nun exercicio de mímese coa superficie da parede. Esta estratexia pon de relevo a celeridade coa que se esquece a proxección e evolución

**“Tratar de subsistir económicamente dentro de la profesión es una tarea ardua”**

**“Tratar de subsistir economicamente dentro da profesión é unha tarefa ardua”**

los perfiles creativos cuando dejan de ser rentables o de responder a las demandas conceptuales vigentes. Se da la paradoja de que, incluso aceptando la dinámica de generar valores curriculares fácilmente cuantificables, éstos parecen tener su obsolescencia programada, sujetos a extenuantes procesos de selección que nos mantienen entusiastas tecleando desde nuestros estudios al tiempo que alimentan la competencia y la soledad. Tras la pasión y entrega dedicada a cada proyecto, tras la energía, se ocultan, siempre al acecho, las incertidumbres de lo que vendrá. Como hormigas que cosquillean el pecho poblando de dudas el porvenir.

Como hemos visto, dentro del ámbito cultural es común buscar un trabajo como sustento para poder ejercer otro, práctica que a menudo es percibida como norma. Tanto en su obra como en su discurso, el artista **Rosendo Cid** se pregunta de qué manera esta precariedad interfiere en la creación: “Esta normalidad de que el artista no pueda vivir de lo que hace es una de las verdaderas precariedades de base (...) Hacerlo hoy en día es saberse prisionero de una inseguridad que va acentuándose cada vez más y que, por supuesto, impacta en la estabilidad emocional, que a su vez interfiere, como es

dos perfís creativos cando deixan de ser rendibles ou de responder ás demandas conceptuais vixentes. Dáse o paradoxo de que, incluso aceptando a dinámica de xerar valores curriculares facilmente cuantificables, estes parecen ter a súa obsolescencia programada, suxeitos a extenuantes procesos de selección que nos manteñen entusiastas tecleando desde os nosos estudos á vez que alimentan a competencia e a soidade. Tras a paixón e entrega dedicada a cada proxecto, tras a enerxía, ocúltanse, sempre á espreita, as incertezas do que virá. Como formigas que fan cóxegas no peito poboando de dúbidas o porvir.

Como vimos, dentro do ámbito cultural é común buscar un traballo como sustento para poder exercer outro, práctica que a miúdo é percibida como norma. Tanto na súa obra como no seu discurso, o artista **Rosendo Cid** pregúntase de que maneira esta precariedade interfire na creación: “Esta normalidade de que o artista non poida vivir do que fai é unha das verdadeiras precariedades de base (...) Facelo hoxe en día é saberse prisioneiro dunha inseguridade que vai acentuándose cada vez máis e que, por suposto, impacta na estabilidade emocional, que á

lógico, en el asunto creativo”. Desde el empleo de materiales cercanos, cotidianos (de deshecho), que descontextualiza para otorgar nuevos usos, Rosendo Cid alumbró ágiles conexiones con la historia del arte y la literatura, como en el caso de la serie *Teorías del Odradek* inspirada en un relato de Franz Kafka titulado *Las preocupaciones de un padre de familia* (1919). La contundencia objetual de estos breves ensamblajes presenta una sensación de recogimiento y tensión, ubicando la necesidad del otro, o de los otros, como lazo que compone los cuerpos. Cuerpos ensimismados, de naturaleza indeterminada, que se mueven entre la orfandad y la incertidumbre. Al igual que en otros escritos de Kafka, el lector se encuentra con la mezcla de lo irracional y la frustración causada por la indefinición, de esa imposibilidad de racionalizar sus personajes desde una óptica adaptada a los dictámenes sociales. Podemos preguntarnos cuál es el sentido del Odradek, asimilando la propia naturaleza enigmática de la vida.

Acostumbrados a acotar y definirlo todo, con el objetivo de volverlo evaluable, medible, aquello que se esconde entre las etiquetas puede resultar incómodo pero es lo que nos resitúa, lo que nos torna al universo de las emociones.

súa vez interfere, como é lóxico, no asunto creativo “. Desde o emprego de materiais próximos, cotiáns (de desfeito), que descontextualiza para outorgar novos usos, Rosendo Cid alumina áxiles conexións coa historia da arte e a literatura, como no caso de serie *Teorías del Odradek* inspirada nun relato de Franz Kafka titulado *Las preocupaciones de un padre de familia* (1919). A contundencia obxectual destas breves ensamblaxes presenta unha sensación de recollemento e tensión, situando a necesidade do outro, ou dos outros, como lazo que compón os corpos. Corpos ensimesmados, de natureza indeterminada, que se moven entre a orfandade e a incerteza. Do mesmo xeito que noutros escritos de Kafka, o lector atópase coa mestura do irracional e a frustración causada pola indefinición, desa imposibilidade de racionalizar os seus personaxes desde unha óptica adaptada aos ditames sociais. Podemos preguntarnos cal é o sentido do Odradek, asimilando a propia natureza enigmática da vida.

Afeitos acoutar e definilo todo, co obxectivo de volvelo avaliable, medible, aquilo que se esconde entre as etiquetas pode resultar incómodo pero é o que nos resitúa, o que nos torna ao universo das emocións.

**“Pienso en lo importante que es fomentar el contacto con el arte desde la infancia para acompañar el aprendizaje con el desarrollo de la sensibilidad, la intuición y la imaginación”**

“Penso no importante que é fomentar o contacto coa arte desde a infancia para acompañar a aprendizaxe co desenvolvemento da sensibilidade, a intuición e a imaxinación”

**DIVERSIDAD Y CUIDADOS.  
DESAFÍOS EN UN MUNDO  
CONVENCIONAL**

*El tema central es habitar con intensidad cuerpos y lugares específicos como medio para cultivar la capacidad de responder a las urgencias del mundo de manera recíproca.*  
(Dona Haraway)

Desde pequeña, mi madre me ha repetido que la experiencia es un grado. Un grado de sabiduría, supongo, o al menos una plataforma desde la que opinar, y actuar, desde el registro de la autoconfianza. No puedo hablar sobre maternidad desde esta perspectiva, porque lo no vivido es menos nítido con las ideas rondando en la cabeza. Pero sí puedo escribir sobre el privilegio de ser hija, sobre serlo cuando tienes la suerte de que tu madre ejerce y te cuida. Es como estar dentro de un espacio burbuja que te permite abrirte en canal, ser vulnerable, llorar, dudar y preguntar, preguntarlo todo como si volvieres a la infancia. Desde esta dirección de quien recibe, el vínculo es como una sábana suave que te cubre cuando lo necesitas pero, a la vez, se extiende arrojándote al mundo porque (también) lo necesitas. Hace que sientas suficiente frío como para buscar refugio, asegurándose de que el abrigo nunca se encuentre demasiado lejos.

**DIVERSIDADE E COIDADOS.  
DESAFÍOS NUN MUNDO  
CONVENCIONAL**

*O tema central é habitar con intensidade corpos e lugares específicos como medio para cultivar a capacidade de responder ás urxencias do mundo de maneira recíproca.*  
(Dona Haraway)

Desde pequena, a miña nai repetíume que a experiencia é un grao. Un grao de sabedoría, supoño, ou polo menos unha plataforma desde a que opinar, e actuar, desde o rexistro da autoconfianza. Non podo falar sobre maternidade desde esta perspectiva, porque o non vivido é menos nítido coas ideas roldando na cabeza. Pero si podo escribir sobre o privilexio de ser filla, sobre selo cando tes a sorte de que a túa nai exerce e cuida. É como estar dentro dun espazo burbulla que che permite ser vulnerable, chorar, dudar e preguntar, preguntalo todo coma se volveses á infancia. Desde esta dirección de quen recibe, o vínculo é como unha saba suave que che cobre cando o necesitas pero, á vez, esténdese arroxándote ao mundo porque (tamén) o necesitas. Fai que sintas suficiente frío como para buscar refuxio, asegurándose de que o abrigo nunca se atope demasiado lonxe. Lémbrame a ese

Me recuerda a ese poema de Gloria Fuertes que decía: “Mi abuela Mariana, no parece abuela, me parece un hada”. Porque, además del trabajo físico, las madres, las abuelas, las que cuidan, todavía tienen tiempo para invitarnos a cultivar el alma y volver a esos *locos bajitos* pequeños revolucionarios de la poesía. Recuerdo los cuentos que me leían mis padres, ambos, y a Gloria Fuertes como un referente al que siempre acudía. Su hada acaramelada, el tempo de sus versos, la dulce escenificación de lo cotidiano... También me llevaron a museos y me leían siempre, mucho, y dibujaban conmigo. Todos esos estímulos han definido, sin duda, la persona que soy. Ahora pienso en lo importante que es fomentar el contacto con el arte desde la infancia para acompañar el aprendizaje con el desarrollo de la sensibilidad, la intuición y la imaginación. Ese hemisferio (derecho) de lo inmaterial es el núcleo de una relación respetuosa con todo lo demás pues involucra a las emociones, desarrolla el autodescubrimiento, la experimentación y el pensamiento no-lineal.

Pero, ¿quién cuida a las que cuidan? ¿De qué manera se promueven los ritmos y condiciones necesarias para ocuparse del bienestar de las personas cuidadoras? Desde su

poema de Gloria Fuertes que decía: “A miña avoa Mariana, non parece avoa, paréceme unha fada”. Porque, ademais do traballo físico, as nais, as avoas, as que coidan, aínda teñen tempo para convidarnos a cultivar a alma e volver a esos *tolos baixiños* pequenos revolucionarios da poesía. Lembro os contos que me lían os meus pais, ambos, e a Gloria Fuertes como un referente ao que sempre acudía. A súa fada acaramelada, o tempo dos seus versos, a doce escenificación do cotián... Tamén me levaron a museos e líanme sempre, moito, e debuxaban conmigo. Todos esos estímulos definiron, sen dúbida, a persoa que son. Agora penso no importante que é fomentar o contacto coa arte desde a infancia para acompañar a aprendizaxe co desenvolvemento da sensibilidade, a intuición e a imaxinación. Ese hemisferio (dereito) do inmaterial é o núcleo dunha relación respetuosa con todo o demais pois involucra ás emocións, desenvolve o autodescubrimiento, a experimentación e o pensamento non-liñal.

Pero, quen cuida ás que cuidan? De que maneira promóvense os ritmos e condicións necesarias para ocuparse do benestar das persoas cuidadoras? Desde a súa propia

propia autobiografía, la artista **Leila Amat** expone un posicionamiento crítico hacia la ausencia de medidas que contemplen el bienestar de las madres creadoras: “Una sociedad que vive desconectada de la infancia es una sociedad que todavía no ha entendido el valor de los cuidados, que no tiene conciencia de que esas criaturas que marginan son los adultos del futuro y que conformarán una realidad repleta de decisiones que les afectarán de manera muy directa”. Sin garantías sociales que avalen y reconozcan el trabajo de las artistas, lo laboral toma distancia de la maternidad provocando una desconexión padecida tanto a nivel profesional como psicológico. Con sus proyectos, Leila Amat nos sumerge en fotografías plagadas de verdad, desnuda sus heridas para tornarlas comunes. Los sueños, los miedos, la angustia... recorridos por un viaje punzante donde el paisaje psíquico es traducido en imágenes poderosamente hipnóticas. La iluminación, el tratamiento cromático y la composición accionan su carácter onírico tiñendo cada escena de una narración que, situada más allá de los dominios de la realidad, tiene la facultad de zarandearla. En *Nunca es la hora del sueño*, de alguna manera interviene los roles entre cuidada y cuidadora incidiendo en el desgaste

autobiografía, a artista **Leila Amat** expón un posicionamento crítico cara á ausencia de medidas que contemplen o benestar das nais creadoras: “Unha sociedade que vive desconectada da infancia é unha sociedade que aínda non entendeu o valor dos cuidados, que non ten conciencia de que esas criaturas que marginan son os adultos do futuro e que conformarán unha realidade repleta de decisións que lles afectarán de maneira moi directa”. Sen garantías sociais que avalen e recoñezan o traballo das artistas, o laboral toma distancia da maternidade provocando unha desconexión padecida tanto a nivel profesional coma psicolóxico. Cos seus proxectos, Leila Amat mergúllanos en fotografías infestadas de verdade, ispe as súas feridas para tornalas comúns. Os soños, os medos, a angustia... percorridos por unha viaxe punzante onde a paisaxe psíquica é traducida en imaxes poderosamente hipnóticas. A iluminación, o tratamento cromático e a composición accionan o seu carácter onírico tinguindo cada escena dunha narración que, situada máis aló dos dominios da realidade, ten a facultade de zarandearla. En *Nunca es la hora del sueño*, dalgún xeito

que produce materner cuando el contexto no es propicio y una se vuelve frágil, sometida, arrastrada hacia “esa multitud silenciada de trabajadoras afectivas controladas” que dibuja Remedios Zafra y que “en muchos casos interseccionan esta doble dificultad: precariedad del trabajo cultural y del trabajo de cuidados, ambos feminizados”<sup>4</sup>. Aquí es interesante el juego de miradas: la de la artista es interior, con los ojos cerrados, tratando de encontrar su reflejo entre las entrañas de su cuerpo; la de la niña es de búsqueda, de interacción y curiosidad. Para que esa curiosidad se siga proyectando con los años, es necesaria una simbiosis entre las dos miradas, un cuidado recíproco: ralentizar para enfrentarse a este dominio de lo apresurado: “Recuerdo estar editando mis fotos con mi bebé envuelto en un pañuelo de porteo, aprovechando que se echaba un sueñecito, para editar una foto. O dormía un poco con la niña o le dedicaba unos minutos a mi trabajo, pero las madres, sobre todo durante el puerperio, tienen que sacrificar más horas de sueño si cabe para poder realizarse como artistas. El mundo de arte no mira por las

intervén os roles entre coidada e coidadora incidindo no desgaste que produce materner cando o contexto non é propicio e unha vólvese fráxil, sometida, arrastrada cara a “esa multitude silenciada de traballadoras afectivas controladas” que debuxa Remedios Zafra e que “en moitos casos interseccionan esta dobre dificultade: precariedade do traballo cultural e do traballo de cuidados, ambos os dous feminizados”. Aquí é interesante o xogo de miradas: a da artista é interior, cos ollos pechados, tratando de atopar o seu reflexo entre as entrañas do seu corpo; a da nena é de procura, de interacción e curiosidade. Para que esa curiosidade sígase proxectando cos anos, é necesaria unha simbiose entre as dúas miradas, un cuidado recíproco: retardar para enfrontarse a este dominio do apresurado: “Lembro estar a editar as miñas fotos co meu bebé envolto nun pano de porteo, aproveitando que se botaba un soño, para editar unha foto. Ou durmía un pouco coa nena ou dedicáballe uns minutos ao meu traballo, pero as nais, sobre todo durante o puerperio, teñen que sacrificar máis horas de soño se cabe para poder realizarse como artistas. O mundo de arte non mira

## “Lo laboral toma distancia de la maternidad provocando una desconexión padecida tanto a nivel profesional como psicológico”

## “O laboral toma distancia da maternidade provocando unha desconexión padecida tanto a nivel profesional coma psicolóxico”

personas que requieren cuidados o atención especial, aunque nos estamos empezando a organizar porque, si no lo hacemos nosotros, nadie lo hará”. El precarizado mundo de la cultura padece de manera directa la traslación de los cuidados a la responsabilidad individual, sin ofrecer garantías de una asistencia pública y una organización propicias.

Según el *Estudio sobre la desigualdad de género en el sistema del arte en España*, la dedicación a los cuidados influye en la conciliación laboral, suponiendo con frecuencia un parón en la trayectoria de mujeres artistas: “La carrera de las artistas está a menudo condicionada por la maternidad, produciéndose entre los 20 y los 30

polas persoas que requiren cuidados ou atención especial, aínda que nos estamos empezando a organizar porque, se non o facemos nós, ninguén o fará”. O precarizado mundo da cultura padece de maneira directa a traslación dos cuidados á responsabilidade individual, sen ofrecer garantías dunha asistencia pública e unha organización propicias.

Segundo o *Estudio sobre la desigualdad de género en el sistema del arte en España*, a dedicación aos cuidados inflúe na conciliación laboral, significando con frecuencia un parón na traxectoria de mulleres artistas: “A carreira das artistas está a miúdo condicionada pola maternidade, produciéndose entre os 20 e os 30

<sup>4</sup> Zafra, Remedios. *El entusiasmo. Precariedad y trabajo en la era digital*. Anagrama. Barcelona, 2017. P. 200.

años cierto frenazo en aquellas que deciden tener hijos y que, en muchas ocasiones, encuentran serias dificultades para compaginar su actividad artística y el cuidado de su familia”<sup>5</sup>. En el plano laboral todavía se padece la brecha de género, donde las mujeres se ven expuestas a una situación de desigualdad de base que en el ámbito del arte tiene su impacto en el mercado, la visibilidad o el liderazgo.

Si desde el enfoque de la maternidad advertíamos lo incómodo de sentirse desplazada de la esfera artística y social, no pudiendo dedicar los esfuerzos requeridos, otra cuestión interconectada con los cuidados y la lucha por una sociedad igualitaria se dirige hacia las personas con diversidad funcional. En 1981 feministas estadounidenses emplearon por primera vez el término capacitismo en la revista *Off Our Backs*, para referirse al rechazo y estereotipos sufridos por las personas con discapacidad<sup>6</sup>. La experiencia de un cuerpo, pero también de una mente, catalogado como distinto excluye de la posición social privilegiada, encontrándose

anos certa freada naquelas que deciden ter fillos e que, en moitas ocasións, atopan serias dificultades para compaxinar a súa actividade artística e o coidado da súa familia?”<sup>5</sup>. No plano laboral padécese a brecha de xénero, onde as mulleres vestán expostas a unha situación de desigualdade de base que no ámbito da arte ten o seu impacto no mercado, a visibilidade ou o liderado.

Se desde o enfoque da maternidade advertíamos o incómodo de sentirse desprazada da esfera artística e social, non podendo dedicar os esforzos requiridos, outra cuestión interconectada cos cuidados e a loita por unha sociedade igualitaria diríxese cara ás persoas con diversidade funcional. En 1981 feministas estadounidenses empregaron por primeira vez o termo capacitismo na revista *Off Our Backs*, para referirse ao rexeitamento e estereotipos sufridos polas persoas con discapacidade<sup>6</sup>. A experiencia dun corpo, pero tamén dunha mente, catalogado como distinto exclúe da posición social privilexiada, atopándose

interconectado con la construcción de categorías de raza, género o clase. Si se añaden obstáculos físicos, la relación con el entorno y los hábitos cotidianos se debilitan dando paso a una dependencia que tiene que ver con la ausencia de recursos accesibles y la construcción de la funcionalidad desde una perspectiva hegemónica. Desde la teoría crip (o teoría tullida), ideada por Robert McRuer, se expone el vínculo entre el sistema heteropatriarcal y el sistema de la capacidad corporal normativa. Se aboga por despatologizar la diferencia, oponiéndose al ideal de una capacidad común a todas las personas.

Conversando con la artista **Costa Badía** pude percatarme del esfuerzo que supone vivir en un mundo regido por la norma dentro de un cuerpo que requiere otros modos de relacionarse. Me puso como ejemplo la energía dedicada a realizar tareas que solemos considerar sencillas, básicas, y las formas de medir el tiempo, también establecido en torno a unos patrones normativizados: “no me hables en minutos, háblame en metros”. Costa Badía es creadora y mediadora cultural con diversidad funcional, cuyo corpus se enfoca en la lucha contra los estereotipos, físicos y de comportamiento, la validación de la diferencia y la procura de

interconectado coa construción de categorías de raza, xénero ou clase. Se se engaden obstáculos físicos, a relación coa contorna e os hábitos cotiáns debilitanse dando paso a unha dependencia que ten que ver coa ausencia de recursos accesibles e a construción da funcionalidade desde unha perspectiva hexemónica. Desde a teoría crip (ou teoría tullida), ideada por Robert McRuer, expónse o vínculo entre o sistema heteropatriarcal e o sistema da capacidade corporal normativa. Avógase por despatoloxizar a diferenza, opoñéndose ao ideal dunha capacidade común a todas as persoas.

Conversando coa artista **Costa Badía** puiden decatarme do esforzo que supón vivir nun mundo rexido pola norma dentro dun corpo que require outros modos de relacionarse. Púxome como exemplo a enerxía dedicada a realizar tarefas que adoitamos considerar sinxelas, básicas, e as formas de medir o tempo, tamén establecido ao redor duns patróns normativizados: “non me fales en minutos, fáleme en metros”. Costa Badía é creadora e mediadora cultural con diversidade funcional, cuxo corpus enfócase na loita contra os estereotipos, físicos e de comportamento, a validación da diferenza e a procura de alternativas

<sup>5</sup> Pérez Ibáñez, Marta (Ed): *Estudio sobre la desigualdad de género en el sistema del arte en España*. 2020. P. 37.

<sup>6</sup> Álvarez Ramírez, Gloria Esperanza. *El capacitismo, estructura mental de exclusión de las personas con discapacidad*. Cinca Ediciones. Madrid, 2023. P. 29

alternativas de convivencia entre las personas normativas y las no normativas. Su punto de vista en relación al campo de la cultura está directamente vinculado a su discapacidad y le interesa acentuar el orgullo de sentirse acogida: “Acabo de volver de Inglaterra, he estado en Viena, doy charlas en diferentes países, trabajo en el Museo Reina Sofía... yo esto nunca me lo imaginé. Si una persona normativa está en el suelo, yo vengo del subsuelo”. Aunque, dice, todavía hay mucho paternalismo: “Cuando empecé a estudiar Bellas Artes mucha gente me preguntaba qué hacía ahí con mi discapacidad”. En cuanto a las dinámicas veloces, reconoce tener normalizado marcar su espacio y necesidades, algo que suelen respetar a nivel laboral pero que sigue afectando a los ritmos cotidianos: “Durante el confinamiento hubo gente que lo pasó muy mal (...). Sin embargo, para muchas personas con discapacidad fue un alivio porque, de repente, todo el mundo iba a nuestra velocidad y no teníamos que sentir esa culpabilidad obligada porque no nos estábamos divirtiendo de una manera normativa”. Dentro de la teoría crip se habla del *crip time* (tiempo tullido) que significa no solamente ir más despacio sino también a un ritmo diferente. Esta cuestión del tiempo se manifiesta en

de convivencia entre as persoas normativas e as non normativas. O seu punto de vista en relación ao campo da cultura está directamente vencellado á súa discapacidade e interésalle acentuar o orgullo de sentirse acollida: “Acabo de volver de Inglaterra, estiven en Viena, dou charlas en diferentes países, traballo no Museo Reina Sofía... eu isto nunca mo imaxinei. Se unha persoa normativa está no chan, eu veño do subsolo”. Aínda que, di, aínda hai moito paternalismo: “Cando empecei a estudar Belas Artes moita xente preguntábame que facía aí coa miña discapacidade”. En canto ás dinámicas veloces, recoñece ter normalizado marcar o seu espazo e necesidades, algo que adoitan respetar a nivel laboral pero que segue afectando aos ritmos cotiáns: “Durante o confinamento houbo xente que o pasou moi mal (...). Con todo, para moitas persoas con discapacidade foi un alivio porque, de súpeto, todo o mundo ía á nosa velocidade e non tiñamos que sentir esa culpabilidade obrigada porque non nos estábamos divertindo dunha maneira normativa”. Dentro da teoría crip fálase do *crip time* (tempo tullido) que significa non soamente ir máis amodo senón tamén a un ritmo diferente. Esta cuestión do tempo

la *La bordadora*, performance donde recoge un acto vinculado a lo femenino, al trabajo doméstico y poco valorado, presentando la acción de coser como algo que va más allá de estas asociaciones o de la búsqueda de una armonía visual. La realización es simple, aparentemente anódina, la artista se sitúa ante el público realizando tareas de costura que nunca llegan a concretarse. Sus gestos son lentos, torpes a veces, en un intento por hacer visibles

maniféstase en *La bordadora*, performance onde recolle un acto ligado ao feminino, ao traballo doméstico e pouco valorado, presentando a acción de coser como algo que vai máis aló destas asociacións ou da procura dunha harmonía visual. A realización é simple, aparentemente anódina, a artista sitúase ante o público realizando tarefas de costura que nunca chegan a concretarse. Os seus xestos son lentos, torpes ás veces, nun intento por facer visibles

**“Conversando con la artista Costa Badía pude percatarme del esfuerzo que supone vivir en un mundo regido por la norma dentro de un cuerpo que requiere otros modos de relacionarse”**

**“Conversando coa artista Costa Badía puiden decatarme do esforzo que supón vivir nun mundo rexido pola norma dentro dun corpo que require outros modos de relacionarse”**

las dificultades que atraviesan las personas con diversidad funcional a la hora de confrontar situaciones cotidianas. Incluso en el contexto de una acción artística, pueden notarse la inquietud o crispación, las ganas de intervenir para ayudar a enhebrar la aguja, la turbación de querer empatizar con tiempos no compartidos. Algo aparentemente tan sencillo como una tarea incompleta, o que tarda en ejecutarse, se transforma en un acto casi político, de reivindicación.

Las nociones asociadas al género se suman a otras formas de discriminación que sufren las personas con discapacidad en una intersección que, bien por prejuicio o desconocimiento, acentúa el estigma. En una sociedad ocupada, el tiempo de desconexión es cada vez menor y la calidad de las relaciones se deteriora. Conviene entonces esquivar la cultura de las prisas: encontrar un hueco para la intimidad entre el utilitarismo, frenar el reloj de las horas perdidas.

as dificultades que atraviesan as persoas con diversidade funcional á hora de confrontar situacións cotiás. Mesmo no contexto dunha acción artística, poden notarse a inquietude ou crispación, as ganas de intervir para axudar a enfiar a agulla, a turbación de querer empatizar con tempos non compartidos. Algo aparentemente tan sinxelo como unha tarefa incompleta, ou que tarda en executarse, transfórmase nun acto case político, de reivindicación.

As nocións asociadas ao xénero súmanse a outras formas de discriminación que sofren as persoas con discapacidade nunha intersección que, ben por prexuízo ou descoñecemento, acentúa o estigma. Nunha sociedade ocupada, o tempo de desconexión é cada vez menor e a calidade das relacións deteriorárase. Convén entón esquivar a cultura das prásas: atopar un oco para a intimidade entre o utilitarismo, frear o reloxo das horas perdidas.

**“El precarizado mundo de la cultura padece de manera directa la traslación de los cuidados a la responsabilidad individual”**

**“O precarizado mundo da cultura padece de maneira directa a translación dos coidados á responsabilidade individual”**

**“Es en el proceso donde se implanta la semilla del aprendizaje, la ilusión del hacer”**

**“É no proceso onde se implanta a semente da aprendizaxe, a ilusión do facer”**

## REIVINDICAR LA PAUSA ENTRE EL CAOS DE LA VELOCIDAD

*La prisa es una pasión de necios.*  
(Baltasar Gracián)

“La prisa es una pasión de necios” decía Baltasar Gracián en *El arte de la prudencia*, donde habla de la importancia de correr despacio. Vivimos un momento en el que la celeridad condensa cualquier tipo de práctica, convertidos en productores sin límites cuya principal contradicción es la falta de tiempo para dedicar a cada una de las tareas. Hay una sensación de descontrol en esa continua tentativa por abarcar el máximo dedicando los mínimos recursos posibles. Olvidamos con frecuencia que la persecución del binomio acción-resultado no debe traducirse en recortarle horas al proceso. El proceso es aquello que nos punza y nos hace gozar, que sostiene cualquier proyecto mientras nos deleita en la incertidumbre del resultado final y nos permite imaginar sus posibles bifurcaciones. Es en el proceso donde se implanta la semilla del aprendizaje, la ilusión del hacer. Ocurre que por momentos es frustrante, pero una frustración fructífera si se recrea en la experimentación y se dispone del tiempo necesario para que surja el descubrimiento. Cuando esto no

## REIVINDICAR A PAUSA ENTRE O CAOS DA VELOCIDADE

*A présa é unha paixón de necios.*  
(Baltasar Gracián)

“A présa é unha paixón de necios” decía Baltasar Gracián en *El arte de la prudencia*, onde fala da importancia de correr amodo. Vivimos un momento no que a celeridade condensa calquera tipo de práctica, convertidos en produtores sen límites cuxa principal contradicción é a falta de tempo para adicar a cada unha das tarefas. Hai unha sensación de descontrol nesa continua tentativa por abarcar o máximo empregando os mínimos recursos posibles. Esquecemos con frecuencia que a persecución do binomio acción-resultado non debe traducirse en recortarlle horas ao proceso. O proceso é aquilo que nos punza e fainos gozar, que sostén calquera proxecto mentres nos deleita na incerteza do resultado final e permítenos imaxinar as súas posibles bifurcacións. É no proceso onde se implanta a semente da aprendizaxe, a ilusión do facer. Ocorre que por momentos é frustrante, pero unha frustración fructífera se se recrea na experimentación e dispónse do tempo necesario para que xurda o descubrimento. Cando isto non

sucede, y lo hace cada vez menos, se activa el infértil deber de rentabilizar cualquier proyecto y el objetivo se desvía; instalado en la presión de eliminarlo cuanto antes de la lista de tareas pendientes. Arrinconamos el goce, erramos el cálculo bajo la esperanza de poder resituarlo a la próxima vez. Lo describe muy bien Remedios Zafra cuando dice: “Este entusiasmo inducido se ha convertido en herramienta capitalista que permite mantener la velocidad productiva, esconder el conflicto bajo una máscara de motivación capaz de mantener las exigencias de la producción a menor coste”<sup>7</sup>.

Entregarse a la prisa ya está teniendo consecuencias en la capacidad de atención, que disminuye año a año debido al acelerado consumo de imágenes que invaden nuestra cotidianidad. Diariamente, cada usuario recibe cientos de inputs en sus dispositivos, la atención se dispersa y se resiente la calidad de las tareas, ahora realizadas de forma simultánea. La hiperconexión provoca una desconexión capaz de contrariar los propios entramados de la disciplina creativa. Así lo expresa Byung Chul Han: “La cultura requiere un entorno en el que sea

sucede, e acontece cada vez menos, actívase o infértil deber de rendibilizar calquera proxecto e o obxectivo desvíase; instalado na presión de eliminarlo canto antes da lista de tarefas pendentes. Acantoamos o goce, erramos o cálculo baixo a esperanza de poder resituá-lo a próxima vez. Descríbeo moi ben Remedios Zafra cando di: “Este entusiasmo inducido converteuse en ferramenta capitalista que permite manter a velocidade produtiva, esconder o conflito baixo unha máscara de motivación capaz de manter as esixencias da produción a menor custo”<sup>7</sup>.

Entregarse á prisa xa está a ter consecuencias na capacidade de atención, que diminúe ano a ano debido ao acelerado consumo de imaxes que invaden a nosa cotidianidade. Diariamente, cada usuario recibe centos de inputs nos seus dispositivos, a atención dispérsase e reséntese a calidade das tarefas, agora realizadas de forma simultánea. A hiperconexión provoca unha desconexión capaz de contrariar o propio esqueleto da disciplina creativa. Así o expresa Byung Chul Han: “A cultura require unha contorna na que sexa posible unha

posible una atención profunda. Esta es reemplazada progresivamente por una forma de atención por completo distinta, la hiperatención. Esta atención dispersa se caracteriza por un acelerado cambio de foco entre diferentes tareas, fuentes de información y procesos. Dada, además, su escasa tolerancia al hastío, tampoco admite aquel aburrimiento profundo que sería de cierta importancia para un proceso creativo”<sup>8</sup>. Cuando no hay tiempo, la obligación de sintetizar estanca tanto la concentración que el resultado es un cúmulo de misiones por cumplir y trabajos estandarizados. El acceso a la información es democrático y circula en todas direcciones, pero su consumo se ha vuelto tan instantáneo que semeja imposible de digerir.

Como respuesta, el artista **Santiago Talavera** se aferra al *horror vacui* para operar desde la crítica presentando escenarios distópicos hiperpoblados. En el grueso de su trabajo, la yuxtaposición y la acumulación de imágenes funcionan como espejo de una realidad entrecortada ante la que afrontar los retos ecológicos y existenciales del presente. Como estratos de un mundo que comparte el escombros y disecciona

atención profunda. Esta é substituída progresivamente por unha forma de atención por completo distinta, a hiperatención. Esta atención dispersa caracterízase por un acelerado cambio de foco entre diferentes tarefas, fontes de información e procesos. Dada, ademais, a súa escasa tolerancia ao hastío, tampouco admite aquel aburrimiento profundo que sería de certa importancia para un proceso creativo”<sup>8</sup>. Cando non hai tempo, a obrigación de sintetizar estanca tanto a concentración que o resultado é un cúmulo de misións por cumprir e traballos estandarizados. O acceso á información é democrático e circula en todas as direccións, pero o seu consumo volveuse tan instantáneo que semella imposible de dixerir.

Como resposta, o artista **Santiago Talavera** aférrase ao *horror vacui* para operar desde a crítica presentando escenarios distópicos hiperpoboados. No grosor do seu traballo, a xustaposición e a acumulación de imaxes funcionan como espello dunha realidade entrecortada ante a que afrontar os retos ecolóxicos e existenciais do presente. Como estratos dun mundo que comparte o cascallo e disecciona o exceso,

<sup>7</sup> Zafra, Remedios. Op. cit. P. 31.

<sup>8</sup> Byung Chul Han. Op. Cit. P. 249

el exceso, en *Geología de la humanidad* (2019) se advierte una inclinación por cortocircuitar la superficialidad del sistema a partir de la apariencia de multirealidad acentuada por el empleo del collage. La pintura se fracciona sutilmente, el error se estimula a modo de *glitch*, todo parece abarrotado, desbordado. La evidente sensación de decadencia, enfatizada por la presencia del avión en ruinas, apunta un sentimiento de desolación o catástrofe, mientras la naturaleza se asoma como un último grito de esperanza antes de que todo se tiña en monocromo. Lo que nos abruma de su obra es nuestra propia identidad reflejada, la certeza de que, en esa invasión de lo múltiple,

en *Geología de la humanidad* (2019) advírtese unha inclinación por curtocircuitar a superficialidade do sistema a partir da aparencia de multirealidade acentuada polo emprego da colaxe. A pintura fracciónase sutilmente, o erro estímúlase a modo de *glitch*, todo parece abarrotado, desbordado. A evidente sensación de decadencia, salientada pola presenza do avión en ruínas, apunta un sentimento de desolación ou catástrofe, mentres a natureza asómase como un último berro de esperanza antes de que todo se tinga en monocromo. O que nos atafega da súa obra é nosa propia identidade reflectida, a certeza de que, nesa invasión do múltiple,

**“El acceso a la información es democrático y circula en todas direcciones, pero su consumo se ha vuelto tan instantáneo que semeja imposible de digerir”**

**“O acceso á información é democrático e circula en todas as direccións, pero o seu consumo volveuse tan instantáneo que semella imposible de dixerir”**

se infiltra el desvío del pensamiento y se satura la capacidad de procesar la información. La paradoja viene dada por esa abrumación hipnótica que nos retiene mirando la imagen y que, a fin de cuentas, sostiene el tiempo de recepción preciso para que comiencen a manifestarse las preguntas. Podríamos decir que Santiago Talavera se vale de la estética del exceso para perturbar todo ese imaginario mercantilizado en el que nos hallamos inmersos, pues es desde la profecía del colapso desde donde logra punzar nuestras conciencias: “Frente a la inmediatez actual y los modos de consumo del arte, sigo apostando por obras que proponen una visualización y escucha más detenidas. Todavía podemos reaprender a pararnos y usar la atención y la concentración, que son ventanas de acceso a la reflexión, a nuestro espacio íntimo e incluso a lecturas críticas de nuestro entorno”.

Habitamos la superabundancia; somos exceso. Lo hacemos sin filtrar nuestro impacto y, con ello, avivamos el tambaleo no solo de la mente sino también de la Tierra, que ya aqueja las consecuencias físicas de esta nueva era del Antropoceno. Del mismo modo que Santiago Talavera señala los efectos de nuestros excesos en escenarios casi apocalípticos,

infiltrase o desvío do pensamento e satúrase a capacidade de procesar a información. O paradoxo vén dado por ese abafamento hipnótico que nos retén mirando a imaxe e que, a final de contas, sostén o tempo de recepción preciso para que comecen a manifestarse as preguntas. Poderíamos dicir que Santiago Talavera válese da estética do exceso para perturbar todo ese imaxinario mercantilizado no que nos achamos inmersos, pois é desde a profecía do colapso desde onde logra punzar as nosas conciencias: “Frente á inmediatez actual e os modos de consumo da arte, sigo apostando por obras que propoñen unha visualización e escoita máis detidas. Aínda podemos reaprender a pararnos e usar a atención e a concentración, que son xanelas de acceso á reflexión, ao noso espazo íntimo e mesmo a lecturas críticas da nosa contorna”.

Habitamos a superabundancia; somos exceso. Facémolo sen filtrar o noso impacto e, con iso, avivamos o cambaleo non só da mente senón tamén da Terra, que xa advirte as consecuencias físicas desta nova era do Antropoceno. Do mesmo xeito que Santiago Talavera sinala os efectos dos nosos excesos en escenarios case apocalípticos, onde a

donde el resquicio de esperanza parece situarse en retomar un hábitat compartido por todos los seres que acoge la naturaleza, en el trabajo de **Eva Díez** también se aprecia la atención por el paisaje como lugar de reivindicación y refugio. Expresadas bajo la lente de la fotografía o la imagen en movimiento, sus propuestas despliegan una controlada puesta en escena donde la luz, el proceso, el silencio, el análisis del entorno y su vinculación con la idea de sostenibilidad resultan clave. “Este mundo está colapsando por la prisa. Hoy en día nos cargamos bosques enteros por ahorrar dos minutos en coche. Pero en nuestro sector es especialmente importante este tema, porque para crear son necesarios los tiempos vacíos para la concentración y la reflexión”. Es el vacío, de acuerdo con la filosofía taoísta, lo que permite que ocurran las cosas y hace respirar su contenido. Desde esta perspectiva, para Eva Díez lo no-narrado nutre nuevas presencias dependientes de la actitud emocional que dispongamos con nuestra mirada. Sucede en las fotografías de la serie *Liminal* (2020-2022), donde la artista relata la experiencia de mirar hacia adentro a partir de la metáfora de la grieta. De lo íntimo al paisaje, la correlación de la grieta con la imagen de la montaña se presenta como una revelación

físcoa de esperanza parece situarse en retomar un hábitat compartido por todos os seres que acolle a natureza, no traballo de **Eva Díez** tamén se aprecia a atención pola paisaxe como lugar de reivindicación e refuxio. Expresadas baixo a lente da fotografía ou a imaxe en movemento, as súas propostas despregan unha controlada posta en escena onde a luz, o proceso, o silencio, a análise da contorna e a súa vinculación coa idea de sustentabilidade resultan chave. “Este mundo está a colapsar pola prisa. Hoxe en día cargámonos bosques enteiros por aforrar dous minutos en coche. Pero no noso sector é especialmente importante este tema, porque para crear son necesarios os tempos baleiros para a concentración e a reflexión”. É o baleiro, dacordo coa filosofía taoísta, o que permite que acontezan as cousas e fai respirar o seu contido. Desde esta perspectiva, para Eva Díez o non-narrado nutre novas presenzas dependentes da actitude emocional que dispoñamos coa nosa mirada. Sucede nas fotografías da serie *Liminal* (2020-2022), onde a artista relata a experiencia de mirar cara adentro a partir da metáfora da greta. Do íntimo á paisaxe, a correlación da greta coa imaxe da montaña preséntase como unha

del yo donde colisionan la fuerza y las heridas. *Liminal* tiene la facultad de asociar lo racional y lo simbólico para vertebrar sus cualidades, como ese empeño de María Zambrano por impulsar la rebelión de la vida contra la soberbia de la razón. En este caso, la rebelión se inicia con la grieta, porque a través de sus pequeños surcos podemos indagar en los cimientos de la casa, asimilar su esencia. Eva Díez establece un paralelismo entre la brecha interior y el paisaje. Se produce cierto hipnotismo ante la imagen, el ritmo de recepción es lento, como el de la pintura, como el del tiempo de encierro; es el preciso para entregarse a la libertad de dejarse llevar.

La libertad en el arte funciona como ancla para el mundo, sirve para observar con curiosidad, asombro y pensamiento crítico. Pero no aparece de forma automática, requiere tiempo. Sobre ello, la filosofía oriental nos invita a valorar el presente para situarnos en el aquí y ahora, tratando de calmar la mente mientras ésta habitúa a discurrir por diferentes derroteros. Dentro del taoísmo encontramos el concepto de *Wu wei*, término que se traduce habitualmente como “no acción” e indica la necesidad de fluir con lo que ocurre sin tratar de dominarlo todo. La idea

revelación do eu onde chocan a forza e as feridas. *Liminal* ten a facultade de asociar o racional e o simbólico para vertebrar as súas cualidades, coma ese empeño de María Zambrano por impulsar a rebelión da vida contra a soberbia da razón. Neste caso, a rebelión iníciase coa greta, porque a través das súas pequenas gabias podemos indagar nos cimentos da casa, asimilar a súa esencia. Eva Díez establece un paralelismo entre a brecha interior e a paisaxe. Prodúcese certo hipnotismo ante a imaxe, o ritmo de recepción é lento, coma o da pintura, coma o do tempo de peche; é o preciso para entregarse á liberdade de deixarse levar.

A liberdade na arte funciona como áncora para o mundo, serve para observar con curiosidade, asombro e pensamento crítico. Pero non aparece de forma automática, require tempo. Sobre iso, a filosofía oriental convídanos a valorar o presente para situarnos no aquí e agora, tratando de acougar a mente mentres esta habitúa a discurrir por diferentes camiños. Dentro do taoísmo atopamos o concepto de *Wu wei*, termo que se traduce habitualmente como “non acción” e indica a necesidade de fluír co que ocorre sen tratar de dominalo

del *Wu wei* no implica pasividad, sino una acción no forzada y libre de resistencia. Algo así como permitir que las cosas vayan tomando su curso, aprendiendo a observar desde la atención plena para acoplarnos al flujo de los acontecimientos. “La sobreinformación, la hipercomunicación, la inmediatez... tienen cosas positivas, por supuesto, pero también nos conducen a la ansiedad, el estrés, la fatiga mental y, en muchos casos, a la depresión. En mi trabajo, lo afronto y lo abordo a través del silencio, reivindicando la lentitud como algo casi revolucionario hoy en día. También están presentes la conexión con lo cercano, con la naturaleza...” comenta Eva Díez. En lugar de caer en extremos, se busca la moderación como canal, como instrumento de confrontación ante el exceso. Practiquemos el ejercicio de cerrar los ojos y perseguir el estado de ánimo deudor de la ilusión y el impulso, ese que quiere contemplar desde una escala menor, ocuparse de los otros, dejarse abrazar.

todo. A idea do *Wu wei* non implica pasividade, senón unha acción non forzada e libre de resistencia. Algo así como permitir que as cousas vaian tomando o seu curso, aprendendo a observar desde a atención plena para axustarnos ao fluxo dos acontecementos. “A sobreinformación, a hipercomunicación, a inmediatez... teñen cousas positivas, por suposto, pero tamén nos conducen á ansiedade, á tensión, á fatiga mental e, en moitos casos, á depresión. No meu traballo, afróntoo e abórdoo a través do silencio, reivindicando a lentitude como algo case revolucionario hoxe en día. Tamén están presentes a conexión co próximo, coa natureza...” comenta Eva Díez. En lugar de caer en extremos, búscase a moderación como canle, como instrumento de confrontación ante o exceso. Practiquemos o exercicio de pechar os ollos e perseguir o estado de ánimo debedor da ilusión e o impulso, ese que quere contemplar desde unha escala menor, ocuparse dos outros, deixarse abrazar.

**“Practiquemos el ejercicio de cerrar los ojos y perseguir el estado de ánimo deudor de la ilusión y el impulso”**

**“Practiquemos o exercicio de pechar os ollos e perseguir o estado de ánimo debedor da ilusión e o impulso”**

## ARAÑARSE LA PIEL. CONCLUSIONES DESDE EL INTERIOR

*Si no se comprende la utilidad de lo inútil, la inutilidad de lo útil, no se comprende el arte.* Eugène Ionesco

Después de haberme sumergido entre la teoría, de profundizar en las propuestas de cada artista y tratar de absorber sus inquietudes e intereses, después de leer y escribir, de insistir, borrar lo escrito, alterarme por no llegar a tiempo y tratar, una vez más, de tenerlo todo controlado, he terminado desviándome del propósito inicial con el que había nacido este proyecto. Es parte del proceso, que siempre se impone a lo esperado y flexibiliza el desenlace, obliga a deshacer lo acotado para resituar la idea inicial entre lo deseado y lo hallado. Confieso que *¿Está usted aquí?* se propuso casi a modo de auto-ayuda para poder comprender los porqués de este estado de ánimo cambiante ante un trabajo que me apasiona y me empuja a la frustración, me intranquiliza y me llena. Como gestora cultural, comisaria, crítica, mediadora... (y todas las etiquetas que a las que nos dedicamos a este sector nos llevan a ser un poco *mocatriz*) he construido, a ritmo de hormiga, un pequeño nicho en el que nutrir mis aspiraciones y encontrar cierta

## RABUÑARSE A PEL. CONCLUSIÓNS DESDE O INTERIOR

*Se non se comprende a utilidade do inútil, a inutilidade do útil, non se comprende a arte.* Eugène Ionesco

Despois de mergullarme entre a teoría, de profundar nas propostas de cada artista e tratar de absorber as súas inquietudes e intereses, despois de ler e escribir, de insistir, borrar o escrito, alterarme por non chegar a tempo e tratar, unha vez máis, de telo todo controlado, terminei desviándome do propósito inicial co que nacera este proxecto. É parte do proceso, que sempre se impón ao esperado e flexibiliza o desenlace, obriga a desfacer o acoutado para resituar a idea inicial entre o desexado e o achado. Confeso que *Está vostede aquí?* propúxose case a modo de auto-axuda para poder comprender os porques deste estado de ánimo cambiante ante un traballo que me apasiona e empúxame á frustración, intranquilízame e éncheme. Como xestora cultural, comisaria, crítica, mediadora... (e todas as etiquetas que ás que nos dedicamos a este sector lévannos a ser un pouco *mocatriz*) construí, a ritmo de formiga, un pequeno nicho no que nutrir as miñas aspiracións e

retribución por mi trabajo. A veces me turba la idea de que eso nunca basta y la incertidumbre hacia el futuro, hacia el qué pasará cuando finalicen las tareas en curso. En el trabajo autónomo no suelen calibrarse los tiempos: mientras el flujo de proyectos se acumula en temporadas concretas, el descanso coincide con un estancamiento que no se produce de manera fluida ni perseguida, sino que llega en forma de precariedad. También pienso bastante en la dificultad de combinar los ritmos inducidos en el campo de la cultura con la vida personal, en la pasión y la extenuación de los viajes, en qué sucedería si me bajase un momento del mundo y en la lucha constante por mantenerse sin saber si quiera si realmente deseas continuar así, tal como estás, cuando tu cuerpo te pide una pausa. Son todos estos asuntos los que he querido explorar desde la escucha y materializar

atopar certa retribución polo meu traballo. Ás veces túrbame a idea de que iso nunca basta e a incerteza cara ao futuro, cara ao que pasará cando finalicen as tarefas en curso. No traballo autónomo non adoitan calibrarse os tempos: mentres o fluxo de proxectos acumúlase en tempadas concretas, o descanso coincide cun estancamento que non se produce de maneira fluída nin perseguida, senón que chega en forma de precariedade. Tamén penso bastante na dificultade de combinar os ritmos inducidos no campo da cultura coa vida persoal, na paixón e a extenuación das viaxes, en que sucedería se me baixase un momento do mundo e na loita constante por manterse sen saber tan sequera se realmente desexas continuar así, tal como estás, cando o teu corpo pídeche unha pausa. Son todos estes asuntos os que quixen explorar desde a escoita e materializar

**“La libertad en el arte funciona como ancla para el mundo, sirve para observar con curiosidad, asombro y pensamiento crítico”**

**“A liberdade na arte funciona como áncora para o mundo, serve para observar con curiosidade, asombro e pensamento crítico”**

un problema que, siendo común a muchos trabajos culturales, continúa silenciado.

Siempre he entendido el arte como una plataforma capaz de articular propuestas que trasciendan el espacio físico. Imágenes vivientes, pensantes, que logran proyectar esa suerte de lleno presente en el vacío e invitan a pararse para cuestionar, observar o celebrar aquello que nos rodea. En ocasiones de forma subyacente y otras de un modo directo, en el arte contemporáneo son diversas las prácticas que reivindican una mirada atenta como respuesta a esta yuxtaposición de estímulos en la que nos encontramos. A modo de pequeño muestrario, lo certifican con rotundidad los trabajos de Eva Díez y Costa Badía, donde la pausa es presencia; o las imágenes de Santiago Talavera, que suponen un choque frontal contra la agónica estructura de la sobreexplotación; las elucubraciones de Rosendo Cid y su tentativa de poetizar la filosofía desde el objeto; las sarcásticas propuestas cómicas de Omar Janaan, que hacen más llevadera la angustia cotidiana; la naturalidad con la que Olalla Gómez Valdericeda expone un organigrama sostenido de precariedad artística; la fotografía surgida de las entrañas de Leila Amat, que

un problema que, sendo común a moitos traballos culturais, continúa silenciado.

Sempre entendín a arte como unha plataforma capaz de articular propostas que transcendan o espazo físico. Imaxes viventes, pensantes, que logran proxectar esa sorte de cheo presente no baleiro e convidan a pararse para cuestionar, observar ou celebrar aquilo que nos rodea. En ocasións de forma subxacente e outras dun modo directo, na arte contemporánea son diversas as prácticas que reivindican unha mirada atenta como resposta a esta xustaposición de estímulos na que nos atopamos. A modo de pequeno mostrario, certificano con rotundidade os traballos de Eva Díez e Costa Badía, onde a pausa é presenza; ou as imaxes de Santiago Talavera, que supoñen un choque frontal contra a agónica estrutura da sobreexplotación; as elucubracións de Rosendo Cid e a súa tentativa de poetizar a filosofía desde o obxecto; as sarcásticas propostas cómicas de Omar Janaan, que fan máis levadía a angustia cotiá; a naturalidade coa que Olalla Gómez Valdericeda expón un organigrama sostido de precariedade artística; a fotografía xurdida das entrañas de Leila Amat, que se achega como un

se acerca como un susurro onírico al pensamiento humano; tan humano como las performances de Abel Azcona, capaces de punzarnos y provocar reacciones. Mediante este proyecto he explorado no solo sus obras, sino también su enfoque y, en cierta medida, sus pensamientos. He querido hacerlo porque siempre ha llamado mi atención la capacidad de los artistas por permear lo sensible y traducir el mundo en múltiples lenguajes. La otra razón es porque sé que, en un sistema basado en la autonomía y la autosuperación, la creación es un peldaño más del engranaje de mercado y corre el riesgo de hacer que se dispersen las alianzas colectivas. Tendemos a experimentar sentimientos como la ansiedad o la frustración desde la intimidad, mientras ofrecemos una imagen fortalecida en nuestro perfil público. En este recorrido me he sentido acompañada, arropada cuando algunas de las personas entrevistadas han valorado la importancia de visibilizar estos temas y confesado el impacto que genera en la salud mental la adecuación a determinados modelos productivos desde la burbuja del individualismo.

Si las obras comentadas aluden a las muchas dimensiones que engloba la creación desde los diferentes modos

rumoreo onírico ao pensamento humano; tan humano como as performances de Abel Azcona, capaces de punzarnos e provocar reaccións. Mediante este proxecto explorei non só as súas obras, senón tamén o seu enfoque e, en certa medida, os seus pensamentos. Quixen facelo porque sempre chamou a miña atención a capacidade dos artistas por absorber o sensible e traducir o mundo en múltiples linguaxes. A outra razón é porque sei que, nun sistema baseado na autonomía e a autosuperación, a creación é un banzo máis da engrenaxe de mercado e corre o risco de facer que se dispersen as alianzas colectivas. Tendemos a experimentar sentimentos como a ansiedade ou a frustración desde a intimidade, mentres ofrecemos unha imaxe fortalecida no noso perfil público. Neste percorrido sentíme acompañada, arroupada cando algunhas das persoas entrevistadas valoraron a importancia de visibilizar estes temas e confesaron o impacto que xera na saúde mental a adecuación a determinados modelos produtivos desde a burbulla do individualismo.

Se as obras comentadas aluden ás moitas dimensións que engloba a creación desde os diferentes

de situarse dentro del panorama artístico, las experiencias extraídas de los cuestionarios, sus palabras, permiten desentrañar capas adicionales en cuanto a la relación con el mercado y sus requerimientos. Varios artistas han coincidido en destacar la situación de precariedad que se ha asumido y fomentado debido a las demandas del productivismo. La mayoría admiten tener dificultades para vivir únicamente de la producción artística, mencionando conversaciones compartidas y puntos de vista desalentadores, como la realidad descrita por Rosendo Cid en torno a la supervivencia como artista: “No son ni serán pocos los casos en que abandonar la profesión sea una decisión habitual e incluso diría que lógica por tener que enfrentar tantos factores adversos”. En este sentido, cabe destacar el estudio *La actividad económica de los/las artistas en España* (2016), realizado por Marta Pérez Ibáñez e Isidro López-Aparicio en el año 2017. En dicha investigación se recopilan datos de más de 1100 artistas, donde se indica que menos del 15% manifestaron poder vivir únicamente de su trabajo artístico, mientras casi el 50% de los encuestados afirmó percibir ingresos por debajo del salario mínimo interprofesional<sup>9</sup>. Desde un punto de vista más conciliador, Costa Badía reconoce

modos de situarse dentro do panorama artístico, as experiencias extraídas dos cuestionarios, as súas palabras, permiten desentrañar capas adicionais en canto á relación co mercado e os seus requirimentos. Varios artistas coincidiron en destacar a situación de precariedade que se asumiu e fomentou debido ás demandas do produtivismo. A maioría admiten ter dificultades para vivir unicamente da produción artística, mencionando conversas compartidas e puntos de vista desalentadores, como a realidade descrita por Rosendo Cid ao redor da supervivencia como artista: “Non son nin serán poucos os casos en que abandonar a profesión sexa unha decisión habitual e mesmo diría que lóxica por ter que afrontar tantos factores adversos”. Neste sentido, cabe destacar o estudo *La actividad económica de los/las artistas en España* (2016), realizado por Marta Pérez Ibáñez e Isidro López-Aparicio. Na devandita investigación recompílanse datos de máis de 1100 artistas, indicando que menos do 15% manifestaron poder vivir unicamente do seu traballo artístico, mentres case o 50% dos enquisados afirmou percibir ingresos por baixo do salario mínimo interprofesional<sup>9</sup>. Desde un punto de vista máis conciliador,

el miedo de la incertidumbre en el trabajo cultural, pero también quiere poner de relieve sus propios méritos como artista y mediadora cultural con diversidad funcional: “Sí que hay casos de precarización de las tareas culturales, pero lo que a mí me gustaría que se viera es que estoy aquí, en el mundo del arte. Cuando era pequeña tenía un médico que me decía que no iba a poder acabar el colegio porque no era lo suficientemente inteligente”. También hay experiencias divergentes como la de Abel Azcona, quien reconoce haber pasado de realizar performances en la calle a atraer la atención de instituciones y coleccionistas.

En relación a la tendencia hacia la construcción cuantitativa del sistema del arte y su deriva en la inercia de la sobreproducción, hay una sensación generalizada sobre la falta de consideración hacia el proceso y los tiempos de ejecución de las obras. “No puedes relajarte, ya que en un suspiro todo queda obsoleto, y esto requiere adquirir o refrescar técnicas y revisar tu planificación y estrategia”, comenta Santiago Talavera. La estimulación constante por promocionarse conduce a asumir

Costa Badía reconoce el miedo a la incertidumbre en el trabajo cultural, pero también quiere poner de relieve sus propios méritos como artista e mediadora cultural con diversidad funcional: “Sí que hay casos de precarización de las tareas culturales, pero lo que a mí me gustaría que se viera es que estoy aquí, en el mundo del arte. Cuando era pequeña tenía un médico que me decía que no iba a poder acabar el colegio porque no era lo suficientemente inteligente”. También hay experiencias divergentes como la de Abel Azcona, quien reconoce haber pasado de realizar performances en la calle a atraer la atención de instituciones e coleccionistas.

En relación a la tendencia hacia la construcción cuantitativa del sistema del arte e a su deriva en la inercia de la sobreproducción, hay una sensación generalizada sobre la falta de consideración hacia el proceso y los tiempos de ejecución de las obras. “No puedes relajarte, ya que en un suspiro todo queda obsoleto, y esto requiere adquirir o refrescar técnicas e revisar tu planificación e estrategia”, comenta Santiago Talavera. La estimulación constante por promocionarse conduce a asumir

**“En el arte contemporáneo son diversas las prácticas que reivindican una mirada atenta como respuesta a esta yuxtaposición de estímulos”**

**“Na arte contemporánea son diversas as prácticas que reivindican unha mirada atenta como resposta a esta xustaposición de estímulos”**

con naturalidad la competencia y la prisa. Nos llevan, nuevamente, a autoexigirnos. Tal como explica Olalla Gómez Valdericeda: “En el momento en que priorizamos el mercado por encima nosotrxs mismxs, podemos entrar en ritmos acelerados, donde la autoexplotación es inevitable por las horas interminables dedicadas a satisfacer cuestiones la mayoría de las veces ajenas al trabajo artístico”. Lo que acontece es que se impone el modelo de comercialización frente a la investigación, asumiendo la resignación de priorizar el resultado y acelerar el proceso. Pero desestabilizar la balanza para cubrir la expectativa es una solución cortoplacista donde se sacrifican recursos necesarios a la hora de crear: “Para crear se necesita tiempo de

con naturalidade a competencia e a prisa. Lévanos, novamente, a autoexixirnos. Tal como explica Olalla Gómez Valdericeda: “No momento en que priorizamos o mercado por riba de nós, podemos entrar en ritmos acelerados, onde a autoexplotación é inevitable polas horas interminables dedicadas a satisfacer cuestións a maioría das veces alleas ao traballo artístico”. O que acontece é que se impón o modelo de comercialización fronte á investigación, asumindo a resignación de priorizar o resultado e acelerar o proceso. Pero desestabilizar a balanza para cubrir a expectativa é unha solución curto-precista onde se sacrifican recursos necesarios á hora de crear: “Para crear necesítase tempo de reflexión

<sup>9</sup> V. Pérez Ibáñez, Marta & López-Aparicio, Isidoro. *La actividad económica de los/las artistas en España: estudio y análisis*. Edita: Universidad de Granada. 2018. (Segunda edición)

reflexión y no nos podemos permitir parar lo necesario y menos en un sector tan precarizado, no podemos salir del ‘escaparate’”, apunta Eva Díez. No sólo eso, la ansiedad productiva lleva a la distracción porque la mente, preocupada, trata de estar en todas partes incurriendo en la autoexplotación y en otros hábitos poco saludables.

Todas estas problemáticas provocan una suerte de efecto dominó en el que unas son desencadenantes de las siguientes afectando, por extensión, a otras facetas de la vida. Sin un horario fijo de trabajo, o con compromisos laborales camuflados tras el carácter festivo de eventos e inauguraciones, la intimidad se desatiende. Sucede que se vuelve difícil discernir entre lo personal y lo profesional, lo cual afecta profundamente cuando se tiene familia o personas a las que cuidar. En este punto, apremia la necesidad de apelar directamente a organismos e instituciones a que tomen partido. Porque somos sociables e interdependientes, el mundo de la cultura debería prestar más atención a las realidades individuales de cada artista. Como madre y creadora, Leila Amat considera que, a pesar de algunos avances, el sistema del arte tiende a ignorar este problema, por lo que recientemente ha

e non nos podemos permitir parar o necesario e menos nun sector tan precarizado, non podemos saír do ‘escaparate’”, apunta Eva Díez. Non só iso, a ansiedade produtiva leva á distracción porque a mente, preocupada, trata de estar en todas partes incorrendo na autoexplotación e noutros hábitos pouco saudables.

Todas estas problemáticas provocan unha sorte de efecto dominó no que unhas son desencadenamentos das seguintes afectando, por extensión, a outras facetas da vida. Sen un horario fixo de traballo, ou con compromisos laborais camuflados tras o carácter festivo de eventos e inauguracións, a intimidade desaténdese. Sucede que se volve difícil discernir entre o persoal e o profesional, o cal afecta fundamentalmente cando se ten familia ou persoas ás que coidar. Neste punto, aprema a necesidade de apelar directamente a organismos e institucións a que tomen partido. Porque somos sociables e interdependentes, o mundo da cultura debería prestar máis atención ás realidades individuais de cada artista. Como nai e creadora, Leila Amat considera que, a pesar dalgúns avances, o sistema da arte tende a ignorar este problema,

decidido crear su propia solución: “*La Parida Gallery* es una galería que sólo trabaja con madres y sus criaturas. Con madres porque no representan ni un 10% del panorama artístico y con les niñas porque una sociedad que vive desconectada de la infancia es una sociedad que todavía no ha entendido el valor de los cuidados”. Los afectos y la escucha son piezas esenciales a la hora de evaluar la situación de quienes trabajan en cultura y abogar por una correcta regulación. Dado que la creación contemporánea destaca por su vinculación con el presente y su función social, es esencial cuidar de toda la estructura que lo acoge, desde quienes generan los contenidos hasta quien los gestiona. “Sigue existiendo una altísima precariedad, abuso de poder, condescendencia e invisibilidad de ciertas realidades. Aunque estamos en un momento positivo frente al pasado, todavía queda mucho trabajo por hacer”, comenta Omar Janaan. No se trata de parchear, como explica Costa Badía, a través de pequeñas ayudas, sino de evaluar el escenario para instaurar mejoras a todos los niveles, desde la cuestión fiscal y los incentivos a la producción hasta la flexibilidad y la empatía, la confianza y el respeto por la opinión profesional.

polo que recentemente decidíu crear a súa propia solución: “*La Parida Gallery* é unha galería que só traballa con nais e as súas criaturas. Con nais porque non representan nin un 10% do panorama artístico e coas crianzas porque unha sociedade que vive desconectada da infancia é unha sociedade que aínda non entendeu o valor dos cuidados”. Os afectos e a escoita son pezas esenciais á hora de avaliar a situación de quen traballa en cultura e avogar por unha correcta regulación. Dado que a creación contemporánea destaca pola súa vinculación co presente e a súa función social, é esencial coidar de toda a estrutura que a acolle, desde quen xeran os contidos até quen os xestiona. “Segue existindo unha altísima precariedade, abuso de poder, condescendencia e invisibilidade de certas realidades. Aínda que estamos nun momento positivo fronte ao pasado, aínda queda moito traballo por facer”, comenta Omar Janaan. Non se trata de parchear, como explica Costa Badía, a través de pequenas axudas, senón de avaliar o escenario para instaurar melloras a todos os niveis, desde a cuestión fiscal e os incentivos á produción até a flexibilidade e a empatía, a confianza e o respecto pola opinión profesional.

Si el efecto de la sociedad moderna conduce, según Hartmut Rosa, a un estado de optimización permanente, el remedio a la *aceleración* es la resonancia con el mundo, el dejarse conmover desde el afecto y la emoción. En este punto, Rosa sitúa el arte como una de las formas más eficaces de resonancia, poniéndola al nivel de la naturaleza en su capacidad de penetrar y conmover al sujeto moderno<sup>10</sup>. Como si imperase la necesidad de tomar aire y ésta pudiera metamorfosear en una sucesión de formas, colores, silencios, composiciones y creaciones plásticas con las que alimentar el equilibrio de nuestro inestable ecosistema. En su ensayo *Sin fines de lucro* Martha Nussbaum se inclina a pensar en el arte como estímulo para alimentar

Se o efecto da sociedade moderna conduce, segundo Hartmut Rosa, a un estado de optimización permanente, o remedio á *aceleración* é a resonancia co mundo, o deixarse conmover desde o afecto e a emoción. Neste punto, Rosa sitúa a arte como unha das formas máis eficaces de resonancia, situándoa ao nivel da natureza na súa capacidade de penetrar e conmover ao suxeito moderno<sup>10</sup>. Coma se imperase a necesidade de tomar aire e esta puidese metamorfosear nunha sucesión de formas, cores, silencios, composicións e creacións plásticas coas que alimentar o equilibrio do noso inestable ecosistema. No seu ensaio *Sin fines de lucro* Martha Nussbaum inclínase a pensar na arte como estímulo para alimentar a empatía, a

## “¿Por qué asfixiar con la prisa el ecosistema del arte?”

### “Por que asfixiar coa prisa o ecosistema da arte?”

---

<sup>10</sup> V. Rosa, Hartmut. *Resonancia. Una sociología de la relación con el mundo*. Katx editores: Madrid, 2019.

la empatía, la escucha, para expandir la percepción y contribuir al desarrollo de una sociedad sana. Analizando los planteamientos del pediatra y psicoanalista Donald Winnicott acerca del juego, la autora apunta que “entre las funciones primarias del arte se encuentra la de preservar y estimular el cultivo del ‘espacio del juego’”. Y continúa: “El juego nos enseña a ser capaces de vivir con otros sin ejercer el control, conecta nuestras experiencias de vulnerabilidad y sorpresa con la curiosidad, el asombro y la imaginación, en lugar de conectarlas con una ansiedad agobiante”<sup>11</sup>. Conscientes del lugar que ocupan las humanidades, de que en los pliegues del arte se auspician la sensibilidad y el estremecimiento, ¿por qué asfixiar su ecosistema con la prisa?

Hemos advertido que los nexos entre arte y vida son constantes. Cuando se relacionan con el apremio intervencionista del mercado afecta a la estabilidad económica y emocional de las personas, valiéndose del entusiasmo como instrumento de compensación del esfuerzo, movilizándolo la vida privada con la promesa de la validación. Aquí la fragilidad es

---

<sup>11</sup> Nussbaum, Martha. *Sin fines de lucro. Por qué la democracia necesita de las humanidades*. Katz editores: Madrid, 2010. P. 138.

escoita, para expandir a percepción e contribuír ao desenvolvemento dunha sociedade sa. Analizando as formulacións do pediatra e psicoanalista Donald Winnicott sobre o xogo, a autora apunta que “entre as funcións primarias da arte atópase a de preservar e estimular o cultivo do ‘espazo do xogo’”. E continúa: “O xogo ensinanos a ser capaces de vivir con outros sen exercer o control, conecta as nosas experiencias de vulnerabilidade e sorpresa coa curiosidade, o asombro e a imaxinación, en lugar de conectarlas cunha ansiedade atafegante”<sup>11</sup>. Conscientes do lugar que ocupan as humanidades, de que nos pregos da arte auspíciase a sensibilidade e o estremecemento, por que asfixiar o seu ecosistema coa prisa?

Advertimos que os nexos entre arte e vida son constantes. Cando se relacionan coa prema intervencionista do mercado afecta á estabilidade económica e emocional das persoas, valéndose do entusiasmo como instrumento de compensación do esforzo, mobilizando a vida privada coa promesa da validación. Aquí a fraxilidade é máxima, a ambigüidade do futuro exerce a súa

máxima, la ambigüedad del futuro ejerce su presión detonando en el desánimo y la insatisfacción. Pero todo eso tiene que ver con estructuras ajenas a la propia creación pues ésta, alejada del componente práctico y comercial, abriga el cultivo de lo humano en su forma más profunda. Puede contribuir, como comenta Abel Azcona, a acompañar y comprender la experiencia vital: “Yo siempre he intentado que mi vida y mi obra vayan de la mano, sin salirme de mi experiencia vital. Cuando tenía la necesidad de buscar o hacer algo en mi propia vida lo trasladaba a la obra, intentando no acelerar los procesos”. También para Eva Díez y Leila Amat supone un ancla a este mundo. Mientras la primera canaliza la práctica del silencio y la conexión con la naturaleza a partir de imágenes donde laten la calma y lo no-narrado, en la obra de Leila Amat fotografía y lenguaje se alían para empoderar los estigmas personales, atender a la salud mental o sugerir la resiliencia. El arte es inherente al mundo, nace para agitar conciencias cuando la dirección establecida nos procura autómatas, se precipita entre los sentimientos y rehuye los imperativos. En el manifiesto *La utilidad de lo inútil* Nuccio Ordine plantea un recorrido por la historia de la literatura y

presión detonando no desánimo e a insatisfacción. Pero todo iso ten que ver con estruturas alleas á propia creación pois esta, afastada do compoñente práctico e comercial, abriga o cultivo do humano na súa forma máis profunda. Pode contribuír, como comenta Abel Azcona, a acompañar e comprender a experiencia vital: “Eu sempre tentei que a miña vida e a miña obra vaian da man, sen saírme da miña experiencia vital. Cando tiña a necesidade de buscar ou facer algo na miña propia vida trasladábao á obra, tentando non acelerar os procesos”. Tamén para Eva Díez e Leila Amat supón unha áncora a este mundo. Mentres a primeira canaliza a práctica do silencio e a conexión coa natureza a partir de imaxes onde latexan a calma e o non-narrado, na obra de Leila Amat fotografía e linguaxe alíanse para empoderar os estigmas persoais, atender á saúde mental ou suxerir a resiliencia. A arte é inherente ao mundo, nace para axitar conciencias cando a dirección establecida procúranos autómatas, precipítase entre os sentimentos e evita os imperativos. No manifesto *La utilidad de lo inútil* Nuccio Ordine expón un recorrido pola historia da literatura e a filosofía recollendo exemplos

la filosofía recogiendo exemplos en defensa de la creación y contra el carácter utilitarista de la sociedad. Entre otras, anota esta frase de Eugène Ionesco inspirada, a su vez, en el escritor japonés Kakuzo Okakura: “Si no se comprende la utilidad de lo inútil, la inutilidad de lo útil, no se comprende el arte”<sup>12</sup>. El arte, en sus diferentes formas de expresión, sitúa frontalmente las filias y las fobias del sistema, alimenta la duda, nos emparenta con el misterio y la reflexión, induce a la crítica y activa los sentidos. De modo más o menos manifiesto, cada artista toma el pulso a su propia realidad encaramándose a lo escurridizo, ideando nuevas lecturas, recomponiendo signos que supondrán otros descubrimientos. Por eso, reivindicemos el respeto y la pausa, dejemos de posponer la ocasión de conmovernos y permitamos el fluir de la ideas.

en defensa da creación e contra o carácter utilitarista da sociedade. Entre outras, anota esta frase de Eugène Ionesco inspirada, á súa vez, no escritor xaponés Kakuzo Okakura: “Se non se comprende a utilidade do inútil, a inutilidade do útil, non se comprende a arte”<sup>12</sup>. A arte, nas súas diferentes formas de expresión, sitúa frontalmente as filias e as fobias do sistema, alimenta a dúbida, emparéntanos co misterio e a reflexión, induce á crítica e activa os sentidos. De modo máis ou menos manifiesto, cada artista toma o pulso á súa propia realidade empolicándose ao escorregadizo, ideando novas lecturas, recompondo signos que suporán outros descubrimentos. Por iso, reivindicemos o respecto e a pausa, deixemos de pospor a ocasión de conmovernos e permitamos o fluír das ideas.

---

<sup>12</sup> Ordine, Nuccio. *La utilidad de lo inútil*. Libro digital EpubLibre. Akhenaton editor, 2013. P. 9.

**Artistas**

Filóloga de hispánicas y profesora de lengua y literatura, a día de hoy se dedica de lleno al esoterismo y a la fotografía construida, canal que utiliza para expresar y reflejar los problemas derivados por la falta de salud mental, dando visibilidad a todo este enorme campo, con el fin de que esto no sea tabú. Pero no toda su obra se centra en eso, también habla de amor, de brujería, de familia, infancia, maternidad, de resiliencia, del cuerpo, de activismo o memoria. Ha expuesto en Microteatro por dinero, Galería Cero, en el Centro de Artes Integradas de Huelva, Centro de Cultura Contemporánea Conde Duque, La Casa Encendida, la Galería Theredoom, Factoría de Arte y Desarrollo o el Festival de fotografía Ojos Rojos, entre otros. Ha participado en ferias de arte como la Jääl Photo, We Art Fair, Art and Breakfast, Barcelona Art Photo, Entrefotos, Marte o Hybrid y en programas solidarios como PHES, organizado por Estela de Castro. Así mismo, imparte talleres y charlas sobre creatividad fotográfica y desnudo en diferentes ciudades. Además de artista, dirige su propia galería de arte, La parida Gallery, con la que participó durante dos años consecutivos en Hybrid Art Fair, recibiendo en el año 2022 el Premio del público.

Filóloga hispánica e profesora de lingua e literatura, na actualidade dedícase en corpo e alma ao esoterismo e á fotografía construída, unha canle que emprega para expresar e reflectir os problemas derivados da falta de saúde mental, dando visibilidade a todo este inmenso campo co obxectivo de que isto non sexa un tabú. Pero non toda a súa obra se centra niso, tamén fala de amor, bruxería, familia, infancia, maternidade, resiliencia, corpo, activismo ou memoria. Expuxo en Microteatro por dinero, Galería Cero, no Centro de Artes Integradas de Huelva, Centro de Cultura Contemporánea Conde Duque, La Casa Encendida, a Galería Theredoom, Factoría de Arte y Desarrollo ou o Festival de fotografía Ojos Rojos, entre outros. Participou en feiras de arte como a Jääl Photo, We Art Fair, Art and Breakfast, Barcelona Art Photo, Entrefotos, Marte ou Hybrid, e en programas solidarios como PHES, organizado por Estela de Castro. Ademais de artista, dirixe a súa propia galería de arte, La parida Gallery, coa que participou durante dous anos consecutivos en Hybrid Art Fair, recibindo no ano 2022 o Premio do público.



*Nunca es la hora del sueño,*  
2018. Fotografía digital.

*Nunca es la hora del sueño,*  
2018. Fotografía digital.

Maternar y los cuidados está visto como una obligación de la mujer, a pesar de ser un trabajo no remunerado que contribuye al PIB de nuestro país. Es una forma de esclavitud, tal y como ocurre con las tareas del hogar. Trabajos por los que no hay derecho a un salario, paro, jubilación, baja, ni seguridad social. Se entiende que quien cuida no está siendo productivo al sistema. Está tan integrado en la sociedad que es una obligación, que no se valora el tiempo y esfuerzo que conlleva. La crianza, los cuidados de mayores, enfermos o personas con discapacidad, las labores domésticas, son trabajos que permiten, sobre todo a los hombres, tener carreras laborales exitosas y un reconocimiento

Maternar e os cuidados son vistos como unha obriga da muller, a pesar de ser un traballo non remunerado que contribúe ao PIB do noso país. É unha forma de escravitude, como ocorre coas tarefas do fogar. Traballlos para os que non hai dereito a salario, paro, xubilación, baixa, nin seguridade social. Enténdese que quen cuida non está a ser produtivo para o sistema. Está tan integrado na sociedade que é unha obriga, que non se valora o tempo e esforzo que leva. A crianza, os cuidados de maiores, enfermos ou persoas con discapacidade, as tarefas domésticas, son traballos que permiten, sobre todo aos homes, ter carreiras laborais exitosas e recoñecemento social. A pesar de que ambas as cousas son traballos,

social. A pesar de que ambas cosas son trabajos, sólo a lo que esta sociedad considera un empleo se le permite parar y el descanso. En el caso de la maternidad o cuidados, el trabajo es de 24 horas, no hay ayudas y si fallas ya sea por agotamiento o falta de salud mental, no se te está permitido parar ni se ve legítimo que pares. Estoy completamente segura de que la no-acción no está igual vista en mujeres que en hombres, dado que si un hombre para se ve desde un prisma laboral, si una mujer para en uno de estos trabajos no remunerados o se toma un tiempo para ella, se la ve como una vaga, aprovechada, inútil o se insinúa que hay un deseo subrepticio de ser una mantenida. Las preguntas son, ¿una mujer que no trabaja en el mercado laboral, tiene derecho a parar?, ¿tiene derecho a un descanso?, ¿puede permitirse expresar cansancio o voluntad de desconexión?, ¿acaso se ve su labor como sobreexcitación contemporánea? Porque el trabajo en el hogar y los cuidados nunca descansan: son frenéticos. No se trata de capitalizar las labores propias de una rutina, un hogar o personas con necesidades especiales, se trata de darles un valor y entender que, tras ellas, hay seres humanos que, como todos, a veces necesitan descansar.

só ao que esta sociedade considera un emprego permite parar e descansar. No caso da maternidade ou dos cuidados, o traballo é de 24 horas, non hai axudas e se fallas, xa sexa por esgotamento ou falta de saúde mental, non se permite parar nin se considera lexítimo que pares. Estou completamente segura de que a non-acción non está igualmente vista en mulleres que en homes, xa que se un home para mírase dende un prisma laboral, se unha muller para nun destes traballos non remunerados ou se toma un tempo para ela, enténdese que é unha preguiceira, aproveitada, inútil ou insinúase que hai un desexo subrepticio de ser unha mantida. As preguntas son, ¿unha muller que non traballa no mercado laboral, ten dereito a parar?, ¿ten dereito a un descanso?, ¿pode permitirse expresar cansazo ou vontade de desconexión?, ¿acaso vese o seu traballo como unha sobreexcitación contemporánea? Porque o traballo no fogar e os cuidados nunca descansan: son frenéticos. Non se trata de capitalizar as tarefas propias dunha rutina, un fogar ou persoas con necesidades especiais, trátase de darlles un valor e entender que, tras elas, hai seres humanos que, como todos, ás veces necesitan descansar.

## PRESIÓN Y ESTABILIDAD

**A lo largo de tu trayectoria, ¿has sentido presión por ser más productivo/a o por intentar satisfacer las exigencias del sector? ¿Ha afectado esto a tu estabilidad emocional y creatividad?**

Yo me dedico a la fotografía artística, pero al ser fotógrafa, la gente te insta a hacer fotografía por encargo para bodas, cumpleaños, bautizos, etc. ámbitos en los que no me siento nada cómoda. En realidad, dedicarte a la fotografía de autor no genera capital, por lo que a nivel social se entiende que no haces nada, que te dedicas a vagar. A veces accedo porque es un ser querido o un familiar cercano, pero no se dan cuenta de que yo no estoy a gusto y de que buscan en mí un estilo y una forma de trabajar que no tiene nada que ver con el mío.

## DESAFÍOS DE LA INDUSTRIA CULTURAL Y SU INFLUENCIA EN LA AUTOEXIGENCIA

**Cumplir plazos de entrega ajustados, lidiar con prácticas poco éticas y tratar de abordar múltiples proyectos son desafíos comunes en el sector**

## PRESIÓN E ESTABILIDADE

**Ao longo da túa traxectoria, sentiches presión por ser máis productivo/a ou por tratar de satisfacer as esixencias do sector? Isto afectou á túa estabilidade emocional e creatividade?**

Eu dedícome á fotografía artística, pero ao ser fotógrafa, a xente empúrrache a facer fotografía por encomenda para bodas, aniversarios, bautizos, etc., ámbitos nos que non me sinto nada cómoda. En realidade, dedicarte á fotografía de autor non xera capital, polo que a nivel social enténdese que non fas nada, que tes unha vida ociosa. Ás veces accedo porque é un ser querido ou un familiar moi próximo, pero non se dan conta de que eu non estou cómoda e de que buscan en min un estilo e unha forma de traballar que non ten nada que ver connigo.

## DESAFÍOS DA INDUSTRIA CULTURAL E A SÚA INFLUENCIA NA AUTOESIXENCIA

**Cumprir prazos de entrega axustados, enfrontarse a prácticas pouco éticas e tratar de abordar múltiples proxectos son desafíos comúns no**

**cultural. ¿Crees que estas presiones pueden conducir a una mayor autoexigencia o autoexplotación?**

Soy una persona con unos valores muy profundos y nunca me entrego a ningún trabajo que no considere ético, es más, cuando voy a inauguraciones y veo actitudes que vulneran los derechos humanos, me voy. Soy además una persona muy sensible, por lo que no acepto trabajar en proyectos que me vayan a estresar o en los que vaya a ser infeliz. Prefiero ganarme el pan con otro trabajo completamente diferente al de la fotografía que manchar esa pasión tan grande que es la fotografía para mí. Me ha salvado la vida, literal. Mi relación con la fotografía es sagrada y la tengo que cuidar.

**MULTITAREA Y PRECARIEDAD**

**Últimamente hay una tendencia a la multitarea que también tiene su impacto en el ámbito creativo. ¿Influye aquí la precariedad?**

Por supuesto, es la eterna cruz del artista. El arte no genera capital porque muy pocas personas en esta sociedad adquieren obras artísticas. De hecho, cuando frecuento ferias

**sector cultural. Cres que estas presións poden levar a unha maior autoesixencia ou autoexplotación?**

Son unha persoa con valores moi profundos e nunca me entrego a ningún traballo que non considere ético, máis aínda, cando vou a inauguracións e vexo actitudes que vulneran os dereitos humanos, retirome. Son ademais unha persoa moi sensible, polo que non acepto traballar en proxectos que me estresen ou nos que vaia ser infeliz. Prefiro gañar o pan con outro traballo completamente diferente á fotografía antes de manchar esa paixón tan grande que é a fotografía para min. Salvoume a vida, literalmente. A miña relación coa fotografía é sagrada e teño que coidala.

**MULTITAREFA E PRECARIIDADE**

**Ultimamente hai unha tendencia á multitarefa que tamén ten o seu impacto no ámbito creativo. Inflúe aquí a precariedade?**

Por suposto, é a eterna cruz do artista. A arte non xera capital porque moi poucas persoas nesta sociedade adquieren obras artísticas. De feito, cando frecuento feiras de arte, cada

de arte, cada vez incluímos máis merchandising porque parece que es lo que más consume la gente. Muchas veces, si no adquieren una obra es, precisamente, por precariedad. Se junta esto con que el arte está sublimado y, lejos de considerarnos artesanos de la belleza, se venden piezas con precios desorbitados, muy alejados del bolsillo del pueblo. Hace tiempo que decidí que mi obra no sólo iba a estar al alcance de las altas esferas, que quería que mi fotografía pudiera estar en el cuarto de un estudiante precario o en casa de una señora mayor con una pensión miserable. Me niego a la idea de que mi arte sólo esté en casa de los ricos. Tampoco hay que olvidar que, si hacemos un repaso por la historia del arte, la mayoría de los artistas que han conseguido tener una carrera artística exitosa tenían capital.

vez incluímos máis produtos promocionais porque parece que é o que máis consume a xente. Moitas veces, se non adquieren unha obra é precisamente por precariedade. Súmase a isto o feito de que a arte está sublimada e, lonxe de considerarnos artesáns da beleza, vén-dense pezas a prezos desorbitados, moi afastados do peto do pobo. Fai tempo que decidín que a miña obra non só ía estar ao alcance das altas esferas, que quería que a miña fotografía puidese estar no cuarto dun estudante precario ou na casa dunha señora maior cunha pequena pensión. Négame á idea de que a miña arte só estea na casa dos ricos. Tampouco hai que esquecer que, se facemos un repaso pola historia da arte, a maioría dos artistas que conseguiron ter unha carreira artística exitosa tiñan capital.

**“Mi relación con la fotografía es sagrada y la tengo que cuidar”**

**“A miña relación coa fotografía é sagrada e teño que coidala”**

## **SOBREINFORMACIÓN**

**Las redes sociales, el constante consumo de imágenes y la sobreinformación a menudo conducen a ritmos frenéticos y una desconexión de la realidad. ¿Cómo afrontas estos desafíos? ¿Consideras o abordas este tema dentro de tu discurso artístico?**

No, no abordo este tema en mi discurso artístico. Hace tiempo hablaba con mi gran amiga y fotógrafa Dara Scully sobre lo rápido que llegan los *likes* cuando subes una foto y nos preguntábamos si realmente se han detenido a verla. Para intentar paliar esto, muchas veces subimos una foto y seguidamente recortes con zoom de detalles de la misma, para que se aprecie. Puede parecer una tontería, pero a mí me preocupa que las fotos se vean desde un móvil, porque yo estoy empezando a perder visión y me cuesta verlas bien. Mi hermana es casi ciega y también le cuesta muchísimo ver imágenes o post con letras pequeñas. Pero en este mundo o te adaptas o mueres. Además de que hay que saber parar y ponernos límites con las redes. Decía Lázlò Moholy-Nagy: “Los analfabetos del futuro no serán los que no sepan escribir sino los que no

## **SOBREINFORMACIÓN**

**As redes sociais, o constante consumo de imaxes e a sobreinformación adoitan levar a ritmos frenéticos e unha desconexión da realidade. Como afrontas estes desafíos? Consideras ou abordas este tema dentro do teu discurso artístico?**

Non, non abordo este tema no meu discurso artístico. Fai tempo falaba coa miña gran amiga e fotógrafa Dara Scully sobre o rápido que chegan os *likes* cando sobes unha foto e preguntabámonos se realmente se pararon a vela. Para intentar paliar isto, moitas veces subimos unha foto e logo recortamos con zoom detalles dela, para que se aprecie. Pode parecer unha tolemia, pero a min preocúpame que as fotos sexan vistas desde un móvil, porque eu estou a empezar a perder visión e me costa velas ben. A miña irmá é case cega e tamén lle costa moitísimo ver imaxes ou post con letras pequenas. Pero neste mundo ou te adaptas ou morres. Ademais de que hai que saber parar e poñernos límites coas redes. Decía Lázlò Moholy-Nagy: “Os analfabetos do futuro non serán os que non saiban escribir, senón os que non saiban fotografar”. Os

sepan fotografar”. Los analfabetos del futuro no serán aquellos que no sepan leer, sino los que no sepan interpretar una fotografía.

## **CONCILIACIÓN LABORAL Y PERSONAL**

**La asistencia a eventos de carácter social, el tipo de dinámicas, los horarios y modelos de gestión aplicados en el sector cultural resultan a veces complejos de gestionar. ¿Sientes que se está teniendo en cuenta la conciliación entre la vida personal y la profesional, así como las necesidades individuales de cada persona?**

La conciliación son los padres. En concreto, las madres. Recuerdo todavía estar editando mis fotos con mi bebé envuelto en un pañuelo de porteo, aprovechando que se echaba un sueñecito, para editar una foto. O dormía un poco con la niña o le dedicaba unos minutos a mi trabajo, pero las madres, sobre todo durante el puerperio, tienen que sacrificar más horas de sueño si cabe para poder realizarse como artista. El mundo del arte no mira por las personas que requieren cuidados o atención especial, aunque nos estamos empezando a organizar porque,

analfabetos do futuro non serán aqueles que non saiban ler, senón os que non saiban interpretar unha fotografía.

## **CONCILIACIÓN LABORAL E PERSOAL**

**A asistencia a eventos de carácter social, o tipo de dinámicas, os horarios e modelos de xestión aplicados no sector cultural ás veces resultan complexos de xestionar. Sentes que se está a ter en conta a conciliación entre a vida persoal e a profesional, así como as necesidades individuais de cada persoa?**

A conciliación son os pais. Concretamente, as nais. Lembro aínda estar editando as miñas fotos co meu bebé envolto nun pano de porteo, aproveitando que se quedaba durmido para editar unha foto. Ou durmía un pouco coa nena ou dedicáballe uns minutos ao meu traballo, pero as nais, sobre todo durante o puerperio, teñen que sacrificar máis horas de sono se cadra para poder realizarse como artistas. O mundo da arte non mira polas persoas que requiren coidados ou atención especial, aínda que nos estamos a empezar a organizar porque, se

si no lo hacemos nosotres, nadie lo hará. Desde las madres con nuestras criaturas, que somos totalmente excluidas de cualquier evento artístico, hasta personas con discapacidad. Por ejemplo, en Hybrid Art Fair se están empezando a incluir actividades artísticas para niños porque, a pesar de que son los grandes artistas de esta sociedad, vivimos en un mundo que margina la infancia.

### **EMOCIONES COMUNES EN LA PRÁCTICA ARTÍSTICA Y SU EFECTO EN LA VULNERABILIDAD**

**Inestabilidad, incertidumbre, altas expectativas y miedo al fracaso son emociones comunes en el ámbito artístico. ¿Cómo pueden afectar a nuestra vulnerabilidad?**

En mi caso he tenido que hacer callo. Mi tipo de fotografía en España es muy marginal, no se cuenta apenas con fotografías o fotógrafos que se dediquen a la fotografía artística. Al final he tenido que hacer un enorme esfuerzo de vaciado de ego y sigo en proceso. Me da igual que no se me reconozca, me da igual que me aíslen e invisibilicen, la cuestión es ¿me hace feliz?, ¿disfruto haciendo mi trabajo?, ¿me ayuda a vivir y sobrevivir el presente? Esto

non o facemos nós, ninguén o fará. Desde as nais coas nosas criaturas, que somos totalmente excluídas de calquera evento artístico, ata persoas con discapacidade. Por exemplo, en Hybrid Art Fair se están comezando a incluír actividades artísticas para cativos porque, a pesar de que son os grandes artistas desta sociedade, vivimos nun mundo que marxina á infancia.

### **EMOCIÓNS COMÚNS NA PRÁCTICA ARTÍSTICA E O SEU EFECTO NA VULNERABILIDADE**

**Inestabilidade, incerteza, altas expectativas e medo ao fracaso son emocións comúns no ámbito artístico. Como poden afectar á nosa vulnerabilidade?**

No meu caso tiven que facer callo. O meu tipo de fotografía en España é moi marxinal, non hai apenas fotografías ou fotógrafos que se dediquen á fotografía artística. Ao final tiven que facer un enorme esforzo de esvaecemento do ego e sigo en proceso. Dáme igual que non se me reconeza, dáme igual que me illen e invisibilicen, a cuestión é: faime feliz?, gozo facendo o meu traballo?, axúdame a vivir e sobrevivir o presente? Isto é o único que me

es lo único que me importa. Que reconozcan tu trabajo es muy gratificante, pero a mí me importa más que mi trabajo me ayude a vivir con un mínimo de salud mental y emocional lo que me quede de vida.

### **ASUNCIÓN DEL PROBLEMA POR PARTE DE LAS INSTITUCIONES**

**¿Crees que los problemas de precariedad e inestabilidad emocional en el mundo del arte están adecuadamente representados en los circuitos artísticos oficiales? ¿En qué medida puede contribuir una organización o institución a transformar este panorama?**

Creo que es obvio que necesitamos que se invierta más en cultura. Además, tenemos que concienciar y educar a la población en la sensibilidad hacia el arte. Es necesario que los artistas nos bajemos del pedestal, y a su vez, que la sociedad conozca lo sanador y placentero que puede ser ir a una exposición, a un museo o feria de arte. Por otro lado, el mundo del arte es muy endogámico y le cuesta muchísimo integrar a artistas nuevos.

importa. Que reconezcan o teu traballo é moi gratificante, pero a min impórtame máis que o meu traballo me axude a vivir cun mínimo de saúde mental e emocional o que me queda de vida.

### **ASUNCIÓN DO PROBLEMA POR PARTE DAS INSTITUCIÓNS**

**Consideras que os problemas de precariedade e inestabilidade emocional no mundo da arte están adecuadamente representados nos circuitos artísticos oficiais? En que medida pode contribuír unha organización ou institución a transformar este panorama?**

Creo que é obvio que precisamos que se invista máis en cultura. Ademais, temos que concienciar e educar á poboación na sensibilidade cara á arte. É necesario que os artistas nos baixemos do pedestal e, á súa vez, que a sociedade coñeza o sanador e pracenteiro que pode ser ir a unha exposición, a un museo ou feira de arte. Por outra banda, o mundo da arte é moi endogámico e custa moitísimo integrar a artistas novos.

## GESTIÓN DEL EQUILIBRIO

**En un mundo marcado por la inmediatez y la hiperproductividad, ¿cómo gestionas tu día a día para mantener un equilibrio entre trabajo y bienestar? ¿Has incorporado prácticas como la meditación u otros recursos para establecer límites? ¿Cómo contribuyes, o te gustaría contribuir, a visibilizar estos problemas y construir redes de apoyo dentro del sector?**

Esta es una temática muy recurrente en mi trabajo y en redes sociales. Como persona que se ha intentado suicidar varias veces y con tendencia a la depresión, trabajar la salud mental a diario se ha convertido en algo primordial. Medito una media de una hora diaria antes de irme a dormir, voy a yoga o intento llevar una filosofía de vida basada en el agradecimiento de lo que ya tengo, en vez de focalizar en lo que me falta. Soy muy amable conmigo misma, con mis heridas y traumas y no tengo nada que perdonarme, sólo abrazar a esa Leila aterrada y llena de sufrimiento que fui y decirle que ya pasó, que es una gran superviviente y campeona. Hablarse bien y con amor es fundamental, sobre todo a las mujeres, educadas desde

## XESTIÓN DO EQUILIBRIO

**Nun mundo marcado pola inmediatez e a hiperproductividade, como xestionas o teu día a día para manter un equilibrio entre o traballo e o benestar? Incorporaches prácticas como a meditación ou outros recursos para establecer límites? Como contribúes, ou che gustaría contribuír, a visibilizar estes problemas e construír redes de apoio dentro do sector?**

Esta é unha temática moi recorrente no meu traballo e en redes sociais. Como persoa que se intentou suicidar varias veces e con tendencia á depresión, traballar a saúde mental a diario converteuse en algo primordial. Medito unha media dunha hora diaria antes de durmir, vou a ioga ou intento levar unha filosofía de vida baseada no agradecemento do que xa teño, en vez de focalizar no que me falta. Son moi amable comigo mesma, coas miñas feridas e traumas e non teño nada que perdoarme, só abrazar a esa Leila atemorizada e chea de sufrimento que fun e dicirlle que xa pasou, que é unha gran supervivente e campioa. Falarse ben e con amor é fundamental, sobre todo ás mulleres, educadas desde nenos

niños para odiar nuestro cuerpo, sentir culpa, guardarnos las cosas y jamás pedir ayuda. Todavía estoy muy débil del último golpe que me ha dado la vida, pero tengo mi proyecto de La parida Gallery, una galería que sólo trabaja con madres y sus criaturas. Con madres porque no representan ni un 10% del panorama artístico y con los niños porque una sociedad que vive desconectada de la infancia es una sociedad que todavía no ha entendido el valor de los cuidados, que no tiene conciencia de que esas criaturas que marginan son los adultos del futuro y que conformarán una realidad repleta de decisiones que les afectarán de manera muy directa.

para odiar o noso corpo, sentir culpa, gardarnos as cousas e xamais pedir axuda. Aínda estou moi débil do último golpe que me deu a vida, pero teño o meu proxecto de La parida Gallery, unha galería que só traballa con nais e as súas crianzas. Con nais porque non representan nin un 10% do panorama artístico e coas crianzas porque unha sociedade que vive desconectada da infancia é unha sociedade que aínda non entendeu o valor dos cuidados, que non ten conciencia de que esas criaturas que marxinan son os adultos do futuro e que conformarán unha realidade repleta de decisións que lles afectarán de maneira moi directa.

**“El mundo del arte no mira por las personas que requieren cuidados o atención especial, aunque nos estamos empezando a organizar porque, si no lo hacemos nosotros, nadie lo hará”**

**“O mundo da arte non mira polas persoas que requiren cuidados ou atención especial, aínda que nos estamos a empezar a organizar porque, se non o facemos nós, ninguén o faría”**

Abel Azcona nació el 1 de abril de 1988, fruto de un embarazo no deseado. Su madre, una joven politoxicómana que ejercía la prostitución, le abandonó a los pocos días de nacer y sus primeros años de vida se desarrollaron entre situaciones continuadas de maltrato, abuso y abandono. Su obra es considerada radicalmente autobiográfica. Como artista, ha realizado más de doscientas exposiciones en importantes instituciones como el Arsenal de Venecia, el Museo de Arte Moderno de Bogotá, el Centro de Arte Contemporáneo de Málaga, el Palais de Tokyo, Fabra i Coats de Barcelona, el Palacio Nacional de Bellas Artes de Bangladesh o el Art League de Houston. Su ciudad de origen, Pamplona, el Centro de Arte La Panera de Lleida, el Palacio de las Artes de Nápoles, el Museo de Arte Contemporáneo de Bogotá y el Museo Arqueológico y de Arte Contemporáneo de Ecuador le han dedicado diversas muestras retrospectivas con la totalidad de su obra. Auténtica figura dentro del arte contemporáneo europeo, se le ha otorgado el sobrenombre del «enfant terrible del arte contemporáneo español». Fue elegido por la prensa inglesa mejor artista internacional de performance en 2014 y en la actualidad trabaja y colabora con artistas como Tracey Emin, ORLAN o Marina Abramović.

Abel Azcona naceu o 1 de abril de 1988, froito dun embarazo non desexado. A súa nai, unha moza politoxicómana que exercía a prostitución, abandonoulle aos poucos días de nacer e os seus primeiros anos de vida desenvolvéronse entre situacións continuadas de malos tratos, abuso e abandono. A súa obra é considerada radicalmente autobiográfica. Como artista, realizou máis de dúascentas exposicións en importantes institucións como o Arsenal de Venecia, o Museo de Arte Moderno de Bogotá, o Centro de Arte Contemporáneo de Málaga, o Palais de Tokyo, Fabra i Coats de Barcelona, o Palacio Nacional de Bellas Artes de Bangladesh ou o Art League de Houston. A súa cidade de orixe, Pamplona, o Centro de Arte La Panera de Lleida, o Palacio das Artes de Nápoles, o Museo de Arte Contemporáneo de Bogotá e o Museo Arqueológico e de Arte Contemporáneo de Ecuador dedicáronlle diversas mostras retrospectivas coa totalidade da súa obra. Auténtica figura dentro da arte contemporánea europea, outorgóuselle o sobrenome do «enfant terrible da arte contemporánea en España». Foi elixido pola prensa inglesa mellor artista internacional de performance en 2014 e na actualidade traballa e colabora con artistas como Tracey Emin, ORLAN ou Marina Abramović.



*La mercancía, 2021.*  
Performance.



Obra procesual creada por el artista Abel Azcona en el año 2021 como un ejercicio de autocrítica. La performance, de larga duración, se desarrolló en siete museos, instituciones, galerías y localizaciones de la ciudad de Málaga, donde el cuerpo del artista fue expuesto tras ser anestesiado. La acción, de más de cuatro horas, fue desarrollada en diferentes peanas colocadas en cada uno de los espacios mientras un equipo de voluntarios movía el cuerpo del artista entre ellos.

Abel Azcona nos hablaba en esta acción de la sobreexposición del artista a partir de su caso particular, donde vida y obra se dan la mano no dejando espacio para nada más. Ese mismo año la pieza se reactivó en La Rambla de Barcelona, donde se manipuló el cuerpo inconsciente del artista entre dos peanas en cada esquina del paseo.

Obra procesual creada polo artista Abel Azcona no ano 2021 como un exercicio de autocrítica. A performance, de longa duración, desenvolveuse en sete museos, institucións, galerías e localizacións da cidade de Málaga, onde o corpo do artista foi exposto tras ser anestesiado. A acción, de máis de catro horas, foi desenvolvida en diferentes pedestais colocados en cada un dos espazos mentres un equipo de voluntarios movía o corpo do artista entre eles.

Abel Azcona falábanos nesta acción da sobreexposición do artista a partir do seu caso particular, onde vida e obra danse a man non deixando espazo para nada máis. Ese mesmo ano a peza reactivouse en La Rambla de Barcelona, onde se manipulou o corpo inconsciente do artista entre dous pedestais en cada esquina do paseo.

## PRESIÓN Y ESTABILIDAD

**A lo largo de tu trayectoria, ¿has sentido presión por ser más productivo/a o por intentar satisfacer las exigencias del sector? ¿Ha afectado esto a tu estabilidad emocional y creatividad?**

Yo siempre he intentado que mi vida y mi obra vayan de la mano, sin salirme de mi experiencia vital. Cuando tenía la necesidad de buscar o hacer algo en mi propia vida lo trasladaba a la obra, intentando no acelerar los procesos. Es cierto que en los últimos años he tenido muchas exposiciones y ha hecho que tenga que generar proyectos, ideas o sentidos curatoriales a la hora de construir todas las piezas de forma más rápida de lo que me gustaría. Eso sí que al final genera ansiedad, sobre todo si trabajas con temas directamente autobiográficos como es mi caso, que tiene un problema muy claro que es el tener que acelerar procesos vitales. Si tienes que hacer búsqueda de orígenes o dialogar con una madre o una hermana que te abandonó y lo tienes que enmarcar en un contexto expositivo, al final, se acelera todo y de repente te inestabiliza mentalmente. Cuando mezclas vida y obra mucho, como es

## PRESIÓN E ESTABILIDADE

**Ao longo da túa traxectoria, sentiches presión por ser máis produtivo/a ou por tratar de satisfacer as esixencias do sector? Isto afectou á túa estabilidade emocional e creatividade?**

Eu sempre intentei que a miña vida e a miña obra andasen da man, sen saír da miña experiencia vital. Cando tiña a necesidade de buscar ou facer algo na miña propia vida, trasladábao á obra, intentando non acelerar os procesos. É certo que nos últimos anos tiver moitas exposicións e iso fixo que teña que xerar proxectos, ideas ou sentidos curatoriais na hora de construír todas as pezas de forma máis rápida do que me gustaría. Iso, si, ao final xera ansiedade, sobre todo se traballas con temas directamente autobiográficos como é o meu caso, que ten un problema moi claro que é ter que acelerar procesos vitais. Se tes que facer procura de orixes ou dialogar cunha nai ou unha irmá que te abandonou e o tes que enmarcar nun contexto expositivo, ao final, acélerase todo e de súpeto inestabilizaste mentalmente. Cando mesturas moito a vida e a obra, como é o meu caso, si que se produce un

mi caso, sí se genera un aceleré. Pero mi estabilidad ya es poca y he aprendido a construir mi vida a través de mi obra y a utilizar el arte como esa herramienta a través de la cual mirarme como si fuera un espejo.

### **DESAFÍOS DE LA INDUSTRIA CULTURAL Y SU INFLUENCIA EN LA AUTOEXIGENCIA**

**Cumplir plazos de entrega ajustados, lidiar con prácticas poco éticas y tratar de abordar múltiples proyectos son desafíos comunes en el sector cultural. ¿Crees que estas presiones pueden conducir a una mayor autoexigencia o autoexplotación?**

Yo soy un poco *rara avis*. Mi primera exposición grande fue en 2012 en el Museo de Arte Contemporáneo de Bogotá y, de repente, pasé de la nada, de hacer performances en la calle, a tener una exposición en un museo importante. Entonces no he tenido el proceso de presentarme a convocatorias, construir piezas o mandar portfolios. Pasé de la calle a las instituciones directamente. Por eso, no he tenido que cumplir esas exigencias. Sí he tenido algunos *deadline*, sobre todo en publicaciones, pero he tenido bastante libertad a la

acelerón. Pero a miña estabilidade xa é pouca e aprendín a construír a miña vida a través da miña obra e a utilizar a arte como esa ferramenta a través da cal mirarme coma se fose un espello.

### **DESAFÍOS DA INDUSTRIA CULTURAL E A SÚA INFLUENCIA NA AUTOESIXENCIA**

**Cumprir prazos de entrega axustados, enfrontarse a prácticas pouco éticas e tratar de abordar múltiples proxectos son desafíos comúns no sector cultural. Cres que estas presións poden levar a unha maior autoesixencia ou autoexplotación?**

Eu son un pouco *rara avis*. A miña primeira exposición grande foi en 2012 no Museo de Arte Contemporáneo de Bogotá e, de súpeto, pasei da nada, de facer performances na rúa, a ter unha exposición nun museo importante. Entón, non tiven o proceso de presentarme a convocatorias, construír pezas ou enviar portfolios. Pasei da rúa ás institucións directamente. Por iso, non tiven que cumprir esas exigencias. Si tiven algúns *deadline*, sobre todo en publicacións, pero teño tido bastante liberdade á hora de crear e

hora de crear y las instituciones siempre me la han dado. Sí he sufrido un poco de censura. Como mi obra es bastante extrema o radical siempre he tenido la mirada de la institución detrás de mi hombro. En ese sentido no he notado una gran exigencia, aunque sí es cierto que tengo una serie de coleccionistas que te piden obra de forma casi continua y te exigen una producción. Por ejemplo, a ti te apetece crear más obra que no tiene resultado plástico sino más discursiva, conceptual o efímera y tienes que centrarte en crear obra plástica o convertir obras que no te apetece en plásticas a la hora de comercializarlas.

### **MULTITAREA Y PRECARIEDAD**

**Últimamente hay una tendencia a la multitarea que también tiene su impacto en el ámbito creativo. ¿Influye aquí la precariedad?**

Siempre he sido multitarea y sigo siéndolo. Para mí ha sido muy importante, aunque ya tuviera un reconocimiento y una legitimación, mantener la parte pedagógica. Aunque ya no me hiciera falta hacer talleres los he mantenido porque me parece un acto político y social. Enseñar la performance como yo la miro, desde esa

as institucións sempre ma deron. Si sufrín un pouco de censura. Como a miña obra é bastante extrema ou radical, sempre tiven o ollo da institución detrás do meu ombreiro. Nese sentido, non notei unha gran esixencia, aínda que si é certo que teño unha serie de coleccionistas que te piden obra de forma case continua e existen unha produción. Por exemplo, a ti apetéceste crear máis obra que non ten resultado plástico, senón máis discursiva, conceptual ou efémera, e tes que centrarte en crear obra plástica ou converter obras que non che apetece en plásticas á hora de comercializalas.

### **MULTITAREFA E PRECARIIDADE**

**Ultimamente hai unha tendencia á multitarefa que tamén ten o seu impacto no ámbito creativo. Inflúe aquí a precariedade?**

Sempre fun e sigo sendo multitarefa. Para min foi moi importante, aínda que xa tivera recoñecemento e lexitimación, manter a parte pedagóxica. Aínda que xa non me fixera falta facer talleres, mantéñoos porque me parece un acto político e social. Ensinar a performance como eu a miro, desde esa radicalidade

radicalidad y ese cuerpo expuesto, poderoso y político creo que debo seguir haciéndolo. La parte pedagógica no se me ha olvidado, de hecho ahora estoy dando los talleres con el Marina Abramović Institute. También sigo con toda la parte performativa, no he olvidado la calle, ni los espacios más radicales o disidentes, espacios políticos... Yo creo que el artista debe hacerlo todo, debe ser gestor cultural, mediador... En mi caso, ya puedo contar con personas que me ayudan en cada proyecto y siempre he trabajado con *freelances*, asistentes, curadores, etc. Cuento con ese apoyo, pero el artista contemporáneo debe tocar casi todos los palos. En cuanto a la precariedad, en mi caso no lo he notado. Como pasé en 2012 a tener esta exposición grande, empecé a vender obra y pude cubrir varios proyectos, lo que me permitió tener un momento de bastante tranquilidad creativa. Luego vino el proyecto *La Pederastia*, vendido por una gran cantidad que me posibilitó mantener el estudio durante años.

e ese corpo exposto, poderoso e político, creo que debo seguir facéndoo. A parte pedagóxica non se me esqueceu, de feito agora estou a dar talleres co Marina Abramović Institute. Tamén sigo coa parte performativa, non esquecín a rúa, nin os espazos máis radicais ou disidentes, espazos políticos... Eu creo que o artista debe facer de todo, debe ser xestor cultural, mediador... No meu caso, xa podo contar con persoas que me axudan en cada proxecto e sempre traballei con *freelancers*, asistentes, curadores, etc. Conto con ese apoio, pero o artista contemporáneo debe tocar case todos os paus. No que respecta á precariedade, no meu caso non o notei. Como pasei en 2012 a ter esta gran exposición, empecé a vender obra e puiden cubrir varios proxectos, o que me permitiu ter un momento de bastante tranquilidad creativa. Logo veu o proxecto *La Pederastia*, vendido por unha gran cantidade que me posibilitou manter o estudo durante anos.

**“He decidido sobreexponerme y que toda mi vida y mi proceso vital sea mostrado como arte”**

**“Decidín sobreexpoñerme e que toda a miña vida e o meu proceso vital sexa mostrado como arte”**

## SOBREINFORMACIÓN

**Las redes sociales, el constante consumo de imágenes y la sobreinformación a menudo conducen a ritmos frenéticos y una desconexión de la realidad. ¿Cómo afrontas estos desafíos? ¿Consideras o abordas este tema dentro de tu discurso artístico?**

Actualmente tenemos una sobresaturación de todo: imágenes, contenido artístico, contenido visual... Vivimos invadidos de noticias y de procesos no solo artísticos sino de todo tipo: críticos, políticos, etc. En este contexto, el artista debe elegir cómo dialoga con eso. En mi caso, he decidido sobreexponerme y que toda mi vida y mi proceso vital sea mostrado como arte. Utilizo las redes sociales para contar todos mis procesos. Ahora, por ejemplo, acaba de aparecer mi madre biológica y lo he compartido en redes sociales antes de contárselo a nadie de mi entorno, como parte de mi proceso performativo. Entiendo las redes sociales como una extensión de la galería, del museo, del espacio artístico y, al final, dentro de la gran performance que supone mi vida y mi obra, el público también lo conforman las personas que me siguen

## SOBREINFORMACIÓN

**As redes sociais, o constante consumo de imaxes e a sobreinformación adoitan levar a ritmos frenéticos e unha desconexión da realidade. Como afrontas estes desafíos? Consideras ou abordas este tema dentro do teu discurso artístico?**

Actualmente temos unha sobreesaturación de todo: imaxes, contido artístico, contido visual... Vivimos invadidos de noticias e de procesos non só artísticos senón de todo tipo: críticos, políticos, etc. Neste contexto, o artista debe elixir como dialoga con iso. No meu caso, decidín sobreexpoñerme e que toda a miña vida e o meu proceso vital sexa mostrado como arte. Utilizo as redes sociais para contar todos os meus procesos. Agora, por exemplo, acaba de aparecer a miña nai biolóxica e compartino en redes sociais antes de contarlle a ninguén da miña contorna, como parte do meu proceso performativo. Entendo as redes sociais como unha extensión da galería, do museo, do espazo artístico e, ao final, dentro da gran performance que supón a miña vida e a miña obra, o público tamén o conforman as persoas que me

en redes. Es verdad que últimamente me he alejado un poco más de las redes sociales, porque antes tenía la necesidad de estar más sobre-expuesto para darme a conocer o para llegar a ciertos sitios. De hecho, las primeras muestras importantes que he conseguido en mi carrera han sido a través de redes sociales. El Museo de Arte Moderno de Bogotá me invitó en 2012 porque me conoció a través de Instagram. Esa exposición plena me ha servido pero, con los años, cuando ya estás en el circuito artístico, decides contarlo todo desde ahí. Ahora estoy decidiendo de qué manera y dónde exponer la cuestión de la madre biológica, si a través de las redes, si en un museo, si contar la historia a través de ella misma exponiéndola públicamente... Al final es una

seguen en redes. É verdade que ultimamente me afastei un pouco máis das redes sociais, porque antes tiña a necesidade de estar máis sobre-exposto para darme a coñecer ou para chegar a certos sitios. De feito, as primeiras mostras importantes que conseguín na miña carreira foron a través de redes sociais. O Museo de Arte Moderno de Bogotá convidoume en 2012 porque me coñeceu a través de Instagram. Esa exposición plena servíume pero, cos anos, cando xa estás no círculo artístico, decides contalo todo desde aí. Agora estou a decidir de que maneira e onde expor a cuestión da nai biolóxica, se a través das redes, se nun museo, se contar a historia a través dela mesma expóndoa publicamente... Ao final é unha decisión persoal. Hai outros artistas que non

**“Desde que me levanto, todo mi hacer tiene que ver con el arte contemporáneo y con crear”**

**“Desde que me levanto, todo o meu facer ten que ver coa arte contemporánea e con crear”**

decisión personal. Hay otros artistas que no trabajan con su historia personal, o que se centran más en la parte plástica y eso dificulta mucho. En mi caso, al mezclar vida y obra, puede haber un interés de otro tipo, a veces incluso amarillista, pero es una forma de acercarse al espectador desde tu propio proceso íntimo.

### **CONCILIACIÓN LABORAL Y PERSONAL**

**La asistencia a eventos de carácter social, el tipo de dinámicas, los horarios y modelos de gestión aplicados en el sector cultural resultan a veces complejos de gestionar. ¿Sientes que se está teniendo en cuenta la conciliación entre la vida personal y la profesional, así como las necesidades individuales de cada persona?**

Yo vivo para el arte y por el arte. Viajo continuamente, todas las semanas estoy viajando, ahora voy a hacer una gira de un mes a la India, ayer llegué de una exposición y mañana me voy a otra... No tengo pareja ni tengo nada porque no puedo prácticamente ni tenerla, ni tengo nadie en mi entorno familiar cercano tampoco, porque no tengo familia y eso me posibilita estar

traballan coa súa historia persoal, ou que se centran máis na parte plástica e iso dificulta moito. No meu caso, ao mesturar vida e obra, pode haber un interese doutro tipo, ás veces mesmo sensacionalista, pero é unha forma de achegarse ao espectador desde o teu propio proceso íntimo.

### **CONCILIACIÓN LABORAL E PERSOAL**

**A asistencia a eventos de carácter social, o tipo de dinámicas, os horarios e modelos de xestión aplicados no sector cultural ás veces resultan complexos de xestionar. Sentes que se está a ter en conta a conciliación entre a vida persoal e a profesional, así como as necesidades individuais de cada persoa?**

Eu vivo para a arte e pola arte. Viaxo continuamente, todas as semanas estou a viaxar, agora vou facer unha xira dun mes á India, onte cheguei dunha exposición e mañá marchó a outra... Non teño parella nin teño nada porque non podo practicamente nin tela, nin teño ninguén na miña contorna familiar próxima tampouco, porque non teño familia e iso posibilitame

vijando continuamente. Desde que me levanto, todo mi hacer tiene que ver con el arte contemporáneo y con crear. Vida y obra para mí son lo mismo; en mi caso el trabajo lo ha absorbido todo pero también me ha posibilitado seguir vivo. Yo siempre digo que, si no hubiera encontrado la performance, si no hubiera encontrado esta vía, no seguiría vivo en las condiciones en las que estaba, a nivel mental, sin familia y a otros niveles de abandono.

### **EMOCIONES COMUNES EN LA PRÁCTICA ARTÍSTICA Y SU EFECTO EN LA VULNERABILIDAD**

**Inestabilidad, incertidumbre, altas expectativas y miedo al fracaso son emociones comunes en el ámbito artístico. ¿Cómo pueden afectar a nuestra vulnerabilidad?**

Yo soy una persona vulnerable: con una enfermedad mental, con heridas de abandono muy fuertes y que ha vivido sucesos traumáticos como violaciones, abusos sexuales y maltratos a lo largo de mi experiencia vital. Son episodios muy duros y trabajo con ellos habitualmente en mi propio arte, por lo que están a flor de piel. De alguna manera, soy vulnerable en mi forma de crear.

estar a viaxar continuamente. Desde que me levanto, todo o meu facer ten que ver coa arte contemporánea e con crear. Vida e obra para min son o mesmo; no meu caso o traballo absorbeuno todo pero tamén me posibilitou seguir vivo. Eu sempre digo que, se non atopase a performance, se non atopase esta vía, non seguiría vivo nas condicións nas que estaba, a nivel mental, sen familia e a outros niveis de abandono.

### **EMOCIÓNS COMÚNS NA PRÁCTICA ARTÍSTICA E O SEU EFECTO NA VULNERABILIDADE**

**Inestabilidade, incerteza, altas expectativas e medo ao fracaso son emocións comúns no ámbito artístico. Como poden afectar á nosa vulnerabilidade?**

Eu son unha persoa vulnerable: cunha enfermidade mental, con feridas de abandono moi fortes e que viviu sucesos traumáticos como violacións, abusos sexuais e malos tratos ao longo da miña experiencia vital. Son episodios moi duros e traballo con eles habitualmente na miña propia arte, polo que están a flor de pel. Dalgunha maneira, son vulnerable na miña forma de

Yo me expongo plenamente en mi crear, en mi sentir y en mi arte. Eso hace que, cada vez que me expongo, haya una vulnerabilidad plena y que sufra mi cuerpo, literalmente a veces, y a veces mi obra. Esa vulnerabilidad se extrapola a cómo lo reciba el público. El público es agresivo conmigo muchas veces, es como volver otra vez a esos abusos y maltratos. A veces sucede literalmente en las performances, porque me hacen daño, y otras metafóricamente o de forma hablada o dialogada. Mi obra es drásticamente autobiográfica y en ocasiones hay un público al que no le atrae o al que no le apetece ver algo tan duro. Actualmente tengo una retrospectiva en La Panera (Abel Azcona. *Mis familias*, 2023) y mucha gente ha podido ver cinco minutos y ha dicho que volvería otro día, porque es una obra tan dura que verla toda de golpe no es posible, les hace salirse de la sala. En cuanto a lo que comentas de la incertidumbre y el miedo al fracaso, yo soy una persona con mucha inestabilidad mental, tengo brotes psiquiátricos cada cierto tiempo y tengo que ingresar en clínicas psiquiátricas, a veces con brotes fuertes... Al final eso está también en mí, porque soy así y porque es algo que he heredado de mis traumas y violencias.

crear. Eu expóñoome plenamente no meu crear, no meu sentir e na miña arte. Iso fai que, cada vez que me expoño, haxa unha vulnerabilidade plena e que sufra o meu corpo, literalmente ás veces, e ás veces a miña obra. Esa vulnerabilidade extrapólase a como o reciba o público. O público é agresivo comigo moitas veces, é como volver outra vez a eses abusos e malos tratos. Ás veces sucede literalmente nas performances, porque me fan dano, e outras metaforicamente ou de forma falada ou dialogada. A miña obra é drasticamente autobiográfica e en ocasións hai un público ao que non lle atrae ou ao que non lle apetece ver algo tan duro. Actualmente teño unha retrospectiva en La Panera (Abel Azcona. *Mis familias*, 2023) e moita xente puido ver cinco minutos e dixo que volvería outro día, porque é unha obra tan dura que vela toda de golpe non é posible, failles saírse da sala. En canto ao que comentas da incerteza e o medo ao fracaso, eu son unha persoa con moita inestabilidade mental, teño brotes psiquiátricos cada certo tempo e teño que ingresar en clínicas psiquiátricas, ás veces con brotes fortes... Ao final iso está tamén en min, porque son así e porque é algo que herdei dos meus traumas e violencias.

## ASUNCIÓN DEL PROBLEMA POR PARTE DE LAS INSTITUCIONES

**¿Crees que los problemas de precariedad e inestabilidad emocional en el mundo del arte están adecuadamente representados en los circuitos artísticos oficiales? ¿En qué medida puede contribuir una organización o institución a transformar este panorama?**

La institución nunca debe ser concebida como un espacio amigo. Es decir, el arte contemporáneo es un gran mapa y tiene muchos lugares; uno de esos lugares es la institución y es muy compleja si buscamos describirla únicamente desde una dirección. Al final, la institución tiene detrás al partido político del momento, que va cambiando cada cuatro años en muchos sitios, al director que nombren, que cada uno tiene una visión... son muchas cosas. Yo he estado en museos donde no me han dejado exponer porque el director era del Opus Dei y, al mes siguiente, ese director ya no estaba y me llamaron para invitarme a exponer. Las instituciones van cambiando, cada dirección tiene una forma de mirar, unos creen en un arte mucho más consagrado, otros en un arte más procesual y emergente... En este

## ASUNCIÓN DO PROBLEMA POR PARTE DAS INSTITUCIÓNS

**Consideras que os problemas de precariedade e inestabilidade emocional no mundo da arte están adecuadamente representados nos circuitos artísticos oficiais? En que medida pode contribuir unha organización ou institución a transformar este panorama?**

A institución nunca debe ser concebida como un espazo amigo. É dicir, a arte contemporánea é un gran mapa e ten moitos lugares; un deses lugares é a institución e é moi complexa se buscamos describirla unicamente desde unha dirección. Ao final, a institución ten detrás ao partido político do momento, que vai cambiando cada catro anos en moitos sitios, ao director que nomeen, que cada un ten unha visión... son moitas cousas. Eu estiven en museos onde non me deixaron expoñer porque o director era do Opus Dei e, ao mes seguinte, ese director xa non estaba e chamáronme para convidarme a expoñer. As institucións van cambiando, cada dirección ten unha forma de mirar, uns cren nunha arte moito máis consagrada, outros nunha arte máis procesual e emerxente... Neste

sentido, la institución es muy volátil y cambiante, pero sí que es verdad que debería ser un salvoconducto para que todos los artistas puedan mostrar su trabajo, no solo artistas legitimados y consagrados, que suele ser lo que hace. Por otro lado, parece que la institución se está mirando con lupa desde la crítica y la crítica tiene mucha culpa de que la institución solo se atreva con artistas legitimados. En todo caso, creo que la inestabilidad emocional y la precariedad, sobre todo en artistas más jóvenes, necesitan de unos cuidados. No solo se trata de exponer sino de exponer con cuidados. El trabajo de curaduría institucional debería contemplar cuidar al artista, de ahí lo de curar. Muchas veces ocurre que, cuando un artista expone, parece legitimado y, después, se producen falsos picos. Expones en una institución y parece que ya tienes una carrera forjada pero después no vuelves a hacerlo en años. No es mi caso, porque, como dije, soy una *rara*

sentido, a institución é moi volátil e cambiante, pero si que é verdade que debería ser un salvoconduto para que todos os artistas poidan mostrar o seu traballo, non só artistas lexitimados e consagrados, que adoita ser o que fai. Doutra banda, parece que a institución se está a mirar con lupa desde a crítica e a crítica ten moita culpa de que a institución só se atreva con artistas lexitimados. En todo caso, creo que a inestabilidade emocional e a precariedade, sobre todo en artistas máis novos, necesitan duns coidados. Non se trata só de expoñer senón de expoñer con coidados. O traballo de curaduría institucional debería contemplar coidar ao artista, de aí o de curar. Moitas veces ocorre que, cando un artista expón, parece lexitimado e, despois, prodúcense falsos picos. Expós nunha institución e parece que xa tes unha carreira forxada pero despois non volves a facelo en anos. Non é o meu caso, porque,

**“Yo me expongo plenamente en mi crear, en mi sentir y en mi arte”**

**“Eu expóñome plenamente no meu crear, no meu sentir e na miña arte”**

*avis*, pero es una realidad y conozco varias experiencias. Por eso, pienso que la institución tiene que saber preservar y cuidar a los artistas, cuidar de todo el proceso. Todos los trabajos tendrían que ser espacios de cuidados pero no es así, y menos en la institución. Al final, la gente que pasa por ahí está tres años, dos años, un año, cuatro años... se marchan y lo único que buscan es engordar un currículum.

### GESTIÓN DEL EQUILIBRIO

**En un mundo marcado por la inmediatez y la hiperproductividad, ¿cómo gestionas tu día a día para mantener un equilibrio entre trabajo y bienestar? ¿Has incorporado prácticas como la meditación u otros recursos para establecer límites? ¿Cómo contribuyes, o te gustaría contribuir, a visibilizar estos problemas y construir redes de apoyo dentro del sector?**

No hay un equilibrio en mi vida ni soy ejemplo para nada. Muchas veces me incluyen en proyectos de resiliencia y siempre digo que es verdad que he sobrevivido y he llegado a donde estoy, puedo tener un reconocimiento, pero no me considero una persona resiliente. No considero

como dicen, son unha *rara avis*, pero é unha realidade e coñezo varias experiencias. Por iso, penso que a institución ten que saber preservar e coidar aos artistas, coidar de todo o proceso. Todos os traballos terían que ser espazos de cuidados pero non é así, e menos na institución. Ao final, a xente que pasa por aí está tres anos, dous anos, un ano, catro anos... márchanse e o único que buscan é engordar un currículo.

### XESTIÓN DO EQUILIBRIO

**Nun mundo marcado pola inmediatez e a hiperproductividade, como xestionas o teu día a día para manter un equilibrio entre o traballo e o benestar? Incorporaches prácticas como a meditación ou outros recursos para establecer límites? Como contribúes, ou che gustaría contribuír, a visibilizar estes problemas e construír redes de apoio dentro do sector?**

Non hai un equilibrio na miña vida nin son exemplo para nada. Moitas veces inclúenme en proxectos de resiliencia e sempre digo que é verdade que sobrevivín e cheguei onde estou, podo ter un recoñecemento, pero non me considero unha persoa resiliente. Non considero que todo o

que todo lo que he sacado de esto sea positivo y que yo sea una persona estable y fuerte. Soy una persona muy débil, adicta a muchas drogas, hay muchas problemáticas que me afectan semanalmente, soy una persona bulímica e inestable, cada cierto tiempo tengo crisis psiquiátricas... Por tanto, no soy un ejemplo de cómo tener un buen equilibrio entre vida, arte y estabilidad mental, la verdad. Yo he decidido este camino, apostando por un arte mucho más bestia y poniéndome contra la espada y la pared de forma continua. Eso me inestabiliza mucho. Le he dado la mano a mi violador hace poco en una performance en la Sala Amós Salvador, próximamente le daré la mano a mi hermana, que ha sido prostituida conmigo cuando éramos niños, en La Panera de Lleida... Con mis obras me enfrento a violencias de verdad y las sufro, entonces mi cuerpo se afecta, mi mente se afecta. Al final, he aprendido a llevarlo de este modo, haciéndome daño continuamente. No debo ser ejemplo de nada, ni pretendo serlo. Solo tengo una historia que contar y, por eso, siempre digo que no creo para el público sino contra el público. Tampoco creo para Abel Azcona sino contra Abel Azcona.

que saquei disto sexa positivo e que eu sexa unha persoa estable e forte. Son unha persoa moi débil, adicta a moitas drogas, hai moitas problemáticas que me afectan semanalmente, son unha persoa bulímica e inestable, cada certo tempo teño crises psiquiátricas... Por tanto, non son un exemplo de como ter un bo equilibrio entre vida, arte e estabilidade mental, a verdade. Eu decidín este camiño, apostando por unha arte moito máis bestia e situándome contra a espada e a parede de forma continua. Iso inestabilízame moito. Deille a man ao meu violador hai pouco nunha performance na Sala Amós Salvador, proximamente dareille a man á miña irmá, que foi prostituída comigo cando eramos nenos, en La Panera de Lleida... Coas miñas obras enfróntome a violencias de verdade e súfroas, entón o meu corpo aféctase, a miña mente aféctase. Ao final, aprendín a levalo deste xeito, facéndome dano continuamente. Non debo ser exemplo de nada, nin pretendo selo. Só teño unha historia que contar e, por iso, sempre digo que non creo para o público senón contra o público. Tampouco creo para Abel Azcona senón contra Abel Azcona.

Costa Badía es graduada en Bellas Artes con un posgrado en Educación Artística en Instituciones Sociales y Culturales, ambos por la Universidad Complutense de Madrid. Actualmente trabaja en el departamento de educación del Museo Nacional Centro de Arte Reina Sofía en Madrid, ocupándose de la mediación cultural y programación para personas con discapacidad.

Ha realizado performances en el Museo Reina Sofía, en el Museo Thyssen-Bornemisza, en el CA2M, el MUSAC o en El Almacén en Lanzarote. Además, imparte charlas en diferentes programas de máster y museos sobre la mediación cultural y la inclusión de las personas con discapacidad en espacios culturales.

Su trabajo como artista se centra en la validación del error, el desafío a los estereotipos de belleza y de comportamiento. Busca un camino alternativo investigando sobre la convivencia entre las personas normativas y las no normativas. Sus obras forman parte de colecciones como la de Ana de Alvear, Marina Vargas o el CA2M.

Costa Badía é graduada en Belas Artes cun posgrao en Educación Artística en Instituciones Sociales y Culturales, ambos pola Universidade Complutense de Madrid. Neste momento, traballa no departamento de educación do Museo Nacional Centro de Arte Reina Sofía en Madrid, encargándose da mediación cultural e programación para persoas con discapacidade.

Realizou actuacións no Museo Reina Sofía, no Museo Thyssen-Bornemisza, no CA2M o MUSAC ou en El Almacén en Lanzarote. Ademais, imparte conferencias en diferentes programas de mestrado e museos sobre a mediación cultural e a inclusión das persoas con discapacidade en espazos culturais.

O seu traballo como artista céntrase na validación do erro, no desafío aos estereotipos de beleza e de comportamento. Busca un camiño alternativo investigando sobre a convivencia entre as persoas normativas e as non normativas. As súas obras forman parte de coleccións como a de Ana de Alvear, Marina Vargas e o CA2M.



*La bordadora.* Performance realizada dentro del ciclo «Visión y presencia» comisariado por Semíramis González en el Museo Thyssen-Bornemisza (Madrid) el día 20 de abril de 2022. Fotografías: María Lamuy.

*La bordadora.* Performance realizada dentro do ciclo «Visión y presencia» comisariado por Semíramis González no Museo Thyssen-Bornemisza (Madrid) o 20 de abril de 2022. Fotografías: María Lamuy.



A las mujeres con discapacidad a menudo no se nos considera mujeres, somos seres asexuados que parecen no tener deseo ni ser deseables. Nos encontramos en el peldaño más bajo. Si pensamos en una escala en la que los hombres sin discapacidad están en la cumbre, después irían las mujeres sin discapacidad, a continuación los hombres con discapacidad y, por último, nosotras. Por eso, como artista necesito explicarle al

As mulleres con discapacidade a miúdo non se nos considera mulleres, somos seres asexuados que parecen non ter desexo nin ser desexables. Atopámonos no banzo máis baixo. Se pensamos nunha escala na que os homes sen discapacidade están no cume, despois irían as mulleres sen discapacidade, a continuación os homes con discapacidade e, por último, nós. Por iso, como artista necesito explicarlle ao

mundo que soy una mujer acudiendo a (quizás) estereotipos que las mujeres normativas ya tienen superados. Necesito hacer una parada en la estación de la feminidad más tradicional para, ya desde ahí, explicar mis circunstancias. Estas no son exactamente iguales a las de una mujer sin discapacidad porque nosotras tenemos una casuística, en algunos puntos, diferente.

*La bordadora* muestra un acto tradicionalmente femenino para reivindicar que las mujeres con discapacidad necesitamos ser reconocidas como tales: como mujeres y con discapacidad. Éste es el propósito de esta performance, que esconde más sutilezas de lo que un principio parece. Elegir el color y el grosor de la lana, enhebrar y atravesar la tela son a menudo un trámite para crear un patrón bello. En el caso de *La bordadora* estos pasos previos tienen razón de ser por sí mismos. Pincharse, elegir mal el color, no acertar a la primera al pasar el hilo por el ojo de la aguja y provocar diferentes sensaciones al público es lo que de verdad importa.

mundo que son unha muller acudindo a (quizais) estereotipos que as mulleres normativas xa teñen superados. Necesito facer unha parada na estación da feminidade máis tradicional para, xa desde aí, explicar as miñas circunstancias. Estas non son exactamente iguais ás dunha muller sen discapacidade porque nós temos unha casuística, nalgúns puntos, diferente.

*La bordadora* amosa un acto tradicionalmente femenino para reivindicar que as mulleres con discapacidade necesitamos ser recoñecidas como tales: como mulleres e con discapacidade. Este é o propósito desta performance, que esconde máis sutilezas do que nun principio parece. Elixir a cor e o grosor da la, enfiar e atravesar a tea son a miúdo un trámite para crear un patrón belo. No caso de *La Bordadora* estes pasos previos teñen razón de ser por si mesmos. Picarse, elixir mal a cor, non acertar á primeira ao pasar o fio polo ollo da agulla e provocar diferentes sensacións ao público é o que de verdade importa.

## PRESIÓN Y ESTABILIDAD

**A lo largo de tu trayectoria, ¿has sentido presión por ser más productivo/a o por intentar satisfacer las exigencias del sector? ¿Ha afectado esto a tu estabilidad emocional y creatividad?**

Todo lo que te voy a contar es en clave de diversidad funcional, por lo que va a ser un poco distinto a lo normativo. Sí he sentido siempre, no solo en el trabajo sino también en la vida, una presión por conseguir un estándar. Aunque también hay como un doble rasero. Por un lado te exigen, porque la gente va a una velocidad, pero por otro parece que, como tienes una discapacidad, hay mucho paternalismo. Incluso te dicen que no te subas al carro de la exigencia. Por ejemplo, cuando empecé a estudiar Bellas Artes mucha gente me preguntaba qué hacía ahí con mi discapacidad. Yo me quejaba de que las clases no estaban adaptadas y hubo profesores y compañeros que me decían que estudiara otra cosa. Siempre siento que estoy por debajo de cualquier exigencia de la que se pueda quejar la normatividad.

## PRESIÓN E ESTABILIDADE

**Ao longo da túa traxectoria, sentiches presión por ser máis produtivo/a ou por tratar de satisfacer as esixencias do sector? Isto afectou á túa estabilidade emocional e creatividade?**

Todo o que che vou contar é desde a perspectiva da diversidade funcional, polo que vai ser un pouco diferente ao normativo. Si, sempre sentín, non só no traballo, senón tamén na vida, unha presión por alcanzar un estándar. Aínda que tamén hai un dobre xogo. Por un lado esixente, porque a xente vai a unha velocidade, pero por outro parece que, como tes unha discapacidade, hai moito paternalismo. Mesmo dinche que non te subas ao carro da esixencia. Por exemplo, cando comecei a estudar Belas Artes moita xente preguntábame por que facía alí coa miña discapacidade. Eu queixábame de que as clases non estaban adaptadas e houbo profesores e compañeiros que me dicían que estudara algo diferente. Sempre sinto que estou por baixo de calquera esixencia da que se poida queixar a normatividade.

## DESAFÍOS DE LA INDUSTRIA CULTURAL Y SU INFLUENCIA EN LA AUTOEXIGENCIA

**Cumplir plazos de entrega ajustados, lidiar con prácticas poco éticas y tratar de abordar múltiples proyectos son desafíos comunes en el sector cultural. ¿Crees que estas presiones pueden conducir a una mayor autoexigencia o autoexplotación?**

Claro que sí. Pensando también en mis hermanos, uno ingeniero y otro que hace películas en 3D, parece que tengo normalizada la precariedad. Igual que se habla de techo de cristal de las mujeres en el mundo laboral, en el caso de las mujeres con discapacidad hay un 70% de paro. ¿Cómo vamos a hablar de techo de cristal cuando ni siquiera se nos está dando oportunidad de trabajar? En este sentido, para mí es un lujo que se cuente conmigo en el mundo del arte. Claro que es precario, claro que me comparo con los sueldos de mis hermanos. Mis hermanos no tienen discapacidad y tienen unos trabajos que la sociedad acepta como mejor pagados. En el arte parece que tenemos que agradecer que nos paguen y se lleva muy mal que te enfades si algo no está remunerado.

## DESAFÍOS DA INDUSTRIA CULTURAL E A SÚA INFLUENCIA NA AUTOESIXENCIA

**Cumprir prazos de entrega axustados, enfrontarse a prácticas pouco éticas e tratar de abordar múltiples proxectos son desafíos comúns no sector cultural. Cres que estas presións poden levar a unha maior autoesixencia ou autoexplotación?**

Claro que si. Pensando tamén nos meus irmáns, un deles é enxeñeiro e o outro fai películas en 3D, parece que teño normalizada a precariedade. Ao igual que se fala do teito de cristal das mulleres no mundo laboral, no caso das mulleres con discapacidade hai un 70% de desemprego. Como imos falar do teito de cristal cando nin sequera se nos dá a oportunidade de traballar? Neste sentido, para min é un luxo que conten conmigo no mundo da arte. Claro que é precario, claro que me comparo cos soldos dos meus irmáns. Os meus irmáns non teñen discapacidade e teñen traballos que a sociedade acepta como mellor pagados. Na arte semella que temos que agradecer que nos paguen e lévase moi mal que te enfades se algo non está remunerado. Aínda

Aún así, en mi situación yo estoy muy agradecida. En el mundo de la discapacidad hay muy poca gente con estudios de especialización, y casi todas son personas que han adquirido la discapacidad mientras estudiaban. Para mí es muy importante decir que he estudiado una carrera, un máster y que me acabo de matricular en el doctorado. Hay solamente 600 personas en España con discapacidad y títulos de doctorado. Frente a la gente que se queja de la “titulitis” o de que la universidad no sirve, para mí es un orgullo.

así, na miña situación estou moi agradecida. No mundo da discapacidade hai moi pouca xente con estudos de especialización, e case todas son persoas que adquiriron a discapacidade mentres estudaban. Para min é moi importante dicir que estudei unha carreira, un máster e que me acabo de matricular no doutoramento. Hai só 600 persoas en España con discapacidade e títulos de doutoramento. Fronte á xente que se queixa da “titulitis” ou de que a universidade non serve, para min é un orgullo.

**“Igual que se habla de techo de cristal de las mujeres en el mundo laboral, en el caso de las mujeres con discapacidad hay un 70% de paro”**

**“Ao igual que se fala do teito de cristal das mulleres no mundo laboral, no caso das mulleres con discapacidade hai un 70% de desemprego”**

## MULTITAREA Y PRECARIEDAD

**Últimamente hay una tendencia a la multitarea que también tiene su impacto en el ámbito creativo. ¿Influye aquí la precariedad?**

Yo hago varias cosas, todo en torno a la cultura y la discapacidad, pero no estoy en el mundo de la mediación cultural resignada porque no puedo vivir de ser artista. Como dice María Acaso, que es mi jefa en el Reina Sofía y fue profesora mía en la universidad, la mediación cultural es una forma de creación. Cuando me piden hacer talleres o dar charlas no lo hago porque no puedo vivir de ser artista, que es verdad, sino porque me gusta. Sí que hay casos de precarización de las tareas culturales, pero lo que a mí me gustaría que se viera es que estoy aquí, en el mundo del arte. Cuando era pequeña tenía un médico que me decía que no iba a poder acabar el colegio porque no era lo suficientemente inteligente. Acabo de volver de Inglaterra, he estado en Viena, doy charlas para diferentes países, trabajo en el Museo Reina Sofía... yo esto nunca me lo imaginé. Si una persona normativa está en el suelo, yo vengo del subsuelo.

## MULTITAREFA E PRECARIIDADE

**Ultimamente hai unha tendencia á multitarefa que tamén ten o seu impacto no ámbito creativo. Inflúe aquí a precariedade?**

Eu fago varias cousas, todas relacionadas coa cultura e a discapacidade, pero non estou no mundo da mediación cultural resignada porque non podo vivir sendo artista. Como di María Acaso, que é a miña xefa no Reina Sofía e foi profesora miña na universidade, a mediación cultural é unha forma de creación. Cando me piden facer talleres ou dar charlas non o fago porque non podo vivir sendo artista, que é verdade, senón porque me gusta. Si que hai casos de precarización das tarefas culturais, pero o que a min me gustaría que se vira é que estou aquí, no mundo da arte. Cando era pequena tiña un médico que me dicía que non ía poder acabar o colexio porque non era abondo intelixente. Acabo de volver de Inglaterra, estiven en Viena, dou charlas para diferentes países, traballo no Museo Reina Sofía... iso nunca o imaxinei. Se unha persoa normativa está no chan, eu veño do subsolo.

## SOBREINFORMACIÓN

**Las redes sociales, el constante consumo de imágenes y la sobreinformación a menudo conducen a ritmos frenéticos y una desconexión de la realidad. ¿Cómo afrontas estos desafíos? ¿Consideras o abordas este tema dentro de tu discurso artístico?**

Dentro de las redes sociales es verdad que todo va muy rápido, que estamos perdiendo capacidad de focalizar, de centrar la atención o de dedicarnos un rato a leer, a comer o a cocinar sin consultar el móvil, ver la tele o contestar correos. Eso a mí también me afecta. Por otro lado, me hace sentir que estoy en el mundo, me gusta conectar. Para mí la peor época es el verano porque la gente busca desconectar, se va al campo, a la playa... y yo esas cosas no puedo hacerlas, me siento más sola. Es verdad que necesito una velocidad más lenta a la hora de trabajar pero, como lo tengo muy normalizado, le voy diciendo a la gente lo que necesito. Pienso que las redes sociales tienen su parte positiva y la negativa. Están llenas de estereotipos que parecen dirigirnos a tener una vida maravillosa, llena de viajes, un buen físico, una

## SOBREINFORMACIÓN

**As redes sociais, o constante consumo de imaxes e a sobreinformación adoitan levar a ritmos frenéticos e unha desconexión da realidade. Como afrontas estes desafíos? Consideras ou abordas este tema dentro do teu discurso artístico?**

Nas redes sociais é verdade que todo vai moi rápido, que estamos a perder a capacidade de centrar a atención ou de dedicarnos a ler, a comer ou a cociñar sen consultar o móbil, ver a tele ou responder a correos. Iso tamén me afecta. Por outro lado, faime sentir que estou no mundo, gústame conectar. Para min a peor época é o verán porque a xente busca desconectar, vai ao campo, á praia... e eu non podo facer iso, sinto que estou máis soa. Necesito unha velocidade máis lenta ao traballar, pero como o teño moi normalizado, vou dicindo á xente o que necesito. Penso que as redes sociais teñen a súa parte positiva e negativa. Están cheas de estereotipos que parecen dirixirnos a ter unha vida maravillosa, chea de viaxes, un bo físico, unha parella perfecta... iso tamén me frustra.

pareja perfecta... y eso a mí también me frustra. Sin embargo, me han permitido conectar con gente que de otra forma nunca hubiera conocido. Desde el activismo tullido se defiende que no hace falta hacer activismo en las calles, hay gente que no puede hacerlo, y las redes sociales son una plataforma para ello.

### **CONCILIACIÓN LABORAL Y PERSONAL**

**La asistencia a eventos de carácter social, el tipo de dinámicas, los horarios y modelos de gestión aplicados en el sector cultural resultan a veces complejos de gestionar. ¿Sientes que se está teniendo en cuenta la conciliación entre la vida personal y la profesional, así como las necesidades individuales de cada persona?**

Lo de la conciliación es un tema complicado y que afecta a muchas personas pero mi caso es diferente. Yo no tengo familia, ni pareja, ni hijos... Mis amigos son casi todos del mundo de la cultura y, por tanto, tenemos horarios similares. Nos podríamos ir a cuestiones de por qué no tengo pareja, por qué no tengo familia o por qué mi trabajo es tan importante. Como discapacidad es

Con todo, permíteme conectar con gente que de otra forma nunca conocería. Desde el activismo tullido defienden que no es necesario hacer activismo en las calles, hay gente que no puede hacerlo, e as redes sociais son unha plataforma para iso.

### **CONCILIACIÓN LABORAL E PERSOAL**

**A asistencia a eventos de carácter social, o tipo de dinámicas, os horarios e modelos de xestión aplicados no sector cultural ás veces resultan complexos de xestionar. Sentes que se está a ter en conta a conciliación entre a vida persoal e a profesional, así como as necesidades individuais de cada persoa?**

O da conciliación é un tema complicado que afecta a moitas persoas, pero o meu caso é diferente. Non teño familia, nin parella, nin fillos... A maioría dos meus amigos son do mundo da cultura e, polo tanto, temos horarios semellantes. Poderíamos entrar en cuestións sobre por que non teño parella, por que non teño familia ou por que o meu traballo é tan importante. Xa que a

de nacimiento, siempre ha sido muy difícil compartir momentos de ocio, tanto de pequeña como de adulta, con otras personas. Estoy muy acostumbrada a tener momentos de ocio sola, porque voy a mi ritmo. Mi ocio es ver la tele, montar un cacharro de lego, hacer manualidades, leer... Eso lo puedo conciliar porque puedo adaptarlo al horario que quiera.

Tampoco soy de inauguraciones, porque son complejas en cuanto a la discapacidad. A mí esos eventos me aburren porque me empieza a doler el pie, me quiero sentar, me cuesta entender a la gente cuando hay ruido, debido a la sordera, y al final tiendo a desconectar. Cosas como subir una escalera, buscar un ascensor y que no te miren mal (hay gente para todo)... Muchas veces me quedo en casa porque no tengo la fortaleza emocional para afrontar todo eso. Con las fiestas me sucede lo mismo: las luces intermitentes, que me agobian mucho, la música tan alta, que no entiendo nada, no hay sitio para sentarse... al final me quedo en casa.

miña discapacidade é de nacemento, sempre foi moi difícil compartir momentos de lecer, tanto de pequena como de adulta, con outras persoas. Estou moi acostumbrada a ter momentos de lecer soa, porque vou ao meu ritmo. O meu lecer é ver a televisión, montar unha cousa de Lego, facer manualidades, ler... Iso podo concilialo porque podo adaptalo ao horario que queira.

Tampouco son de inauguracións, porque son complexas en canto á discapacidade. A min eses eventos aborrecenme porque comeza a doerme o pé, quero sentarme, cústame entender á xente cando hai ruído, debido á sordera, e ao final tendo a desconectar. Cousas como subir unha escada, buscar un ascensor e que non me miren mal (hai xente para todo)... Moitas veces quédome en casa porque non teño a forza emocional para afrontar todo iso. Coas festas sucédeme o mesmo: as luces intermitentes agóbianme moito, a música tan alta, que non entendo nada, non hai sitio para sentarse... ao final quédome en casa.

**“Hay casos de precarización de las tareas culturales, pero lo que a mí me gustaría que se viera es que estoy aquí, en el mundo del arte”**

**“Hai casos de precarización das tarefas culturais, pero o que a min me gustaría que se vira é que estou aquí, no mundo da arte”**

**EMOCIONES COMUNES EN LA PRÁCTICA ARTÍSTICA Y SU EFECTO EN LA VULNERABILIDAD**

**Inestabilidad, incertidumbre, altas expectativas y miedo al fracaso son emociones comunes en el ámbito artístico. ¿Cómo pueden afectar a nuestra vulnerabilidad?**

Claro que he sentido ese miedo. Miedo a que no me vuelvan a llamar, a acabar de teleoperadora... Dado que convivo con la

**EMOCIÓNS COMÚNS NA PRÁCTICA ARTÍSTICA E O SEU EFECTO NA VULNERABILIDADE**

**Inestabilidade, incerteza, altas expectativas e medo ao fracaso son emocións comúns no ámbito artístico. Como poden afectar á nosa vulnerabilidade?**

Claro que sentín ese medo. Medo a que non me volvan chamar, a rematar de teleoperadora... Xa que convivo coa vulnerabilidade

vulnerabilidad constantemente, no solo como artista sino en mi día a día, yo hablo de eso en mi trabajo artístico. Hablo de vulnerabilidad, la gente no está acostumbrada a convivir con ello. Mucha gente no piensa en cuestiones tan básicas como que te vas a morir, que un día puedes tener un accidente y quedar en silla de ruedas... Hay gente que se cree invencible, y suele coincidir con que son hombres. En el mundo de la discapacidad, he conocido chicos que te dicen que tienen una discapacidad pero que no les pasa nada, no les duele nada, no les han operado nunca, no han tenido problemas en el colegio... Eso es no reconocer la vulnerabilidad. En cuanto al mundo laboral, estos diez meses que he estado sin trabajo en el Reina Sofía, esperando por el convenio (un convenio entre el Reina Sofía y la Fundación ONCE), lo he pasado fatal. Y eso que me va muy bien, me llaman de muchos sitios, pero de momento no me da para vivir sin ese contrato. Es un contrato que no es nada del otro mundo pero que me va a dar un sueldo fijo todos los meses y es del sector cultural. Tengo amigas mediadoras culturales y artistas que están de un lado a otro, que en el mismo día tienen que ir a varios sitios... yo no podría mantener ese ritmo.

constantemente, non só como artista, senón tamén na miña vida cotiá, falo dese tema no meu traballo artístico. Falo de vulnerabilidade, a xente non está acostumada a convivir coa vulnerabilidade. Moita xente non pensa en cuestións tan básicas como que vas morrer, que un día podes ter un accidente e quedar nunha cadeira de rodas... Hai xente que se cre invencible, e adoita coincidir con que son homes. No mundo da discapacidade, coñecín homes que te din que teñen unha discapacidade pero que non lles pasa nada, non lles doe nada, non foron operados nunca, non tiveron problemas na escola... Iso é non recoñecer a vulnerabilidade. No mundo laboral, durante os dez meses que estiven sen traballo no Reina Sofía, agardando o convenio (un convenio entre o Reina Sofía e a Fundación ONCE), paseino moi mal. E iso que me vai moi ben, chámanme de moitos sitios, pero de momento non me dá para vivir sen ese contrato. É un contrato que non é nada do outro mundo, pero que me dará un soldo fixo todos os meses e é do sector cultural. Teño amigas mediadoras culturais e artistas que están dun lado a outro, que no mesmo día teñen que ir a varios sitios... eu non podería manter ese ritmo.

## ASUNCIÓN DEL PROBLEMA POR PARTE DE LAS INSTITUCIONES

**¿Crees que los problemas de precariedad e inestabilidad emocional en el mundo del arte están adecuadamente representados en los circuitos artísticos oficiales? ¿En qué medida puede contribuir una organización o institución a transformar este panorama?**

Lo que veo es mucho parche. Una ayuda del ayuntamiento, otra de la comunidad, las residencias artísticas... pero al final son parches. En otros países los artistas están mejor considerados. Quizás esto lo podría responder mejor un gestor cultural o comisario que trabaje a nivel internacional, pero aquí en España tenemos un sector debilitado. Tenemos que pagar una cuota de autónomos que muchas veces no representa lo que has cobrado ese mes, al final tienes que estar juntando facturas o

**“Hay miedo a decir que no por si la siguiente vez no te llaman”**

**“Hai medo a dicir que non por se a seguinte vez non te chaman”**

## ASUNCIÓN DO PROBLEMA POR PARTE DAS INSTITUCIÓNS

**Consideras que os problemas de precariedade e inestabilidade emocional no mundo da arte están adecuadamente representados nos circuitos artísticos oficiais? En que medida pode contribuír unha organización ou institución a transformar este panorama?**

O que vexo é moito parche. Unha axuda do concello, outra da comunidade, as residencias artísticas... pero ao final son parches. Noutros países os artistas están mellor considerados. Quizais isto podería respondelo mellor un xestor cultural ou comisario que traballe a nivel internacional, pero aquí en España temos un sector debilitado. Temos que pagar unha cota de autónomos que moitas veces non representa o que gañaches nese mes, ao final tes que estar xuntando

haciendo malabares para tratar de que salgan las cuentas. Tampoco se habla demasiado de ello, o no hay una queja directa sobre el tema. También puede tener que ver con el miedo, denunciar todo esto y presentar las quejas a una institución puede suponer que después no te den ayudas. Hay miedo a decir que no por si la siguiente vez no te llaman. Yo he hecho cosas gratis o por una cantidad ínfima de dinero para instituciones que sí tenían la capacidad de pagar de una forma digna.

## GESTIÓN DEL EQUILIBRIO

**En un mundo marcado por la inmediatez y la hiperproductividad, ¿cómo gestionas tu día a día para mantener un equilibrio entre trabajo y bienestar? ¿Has incorporado prácticas como la meditación u otros recursos para establecer límites? ¿Cómo contribuyes, o te gustaría contribuir, a visibilizar estos problemas y construir redes de apoyo dentro del sector?**

Dentro de la discapacidad está la *teoría crip* (teoría tullida) y se habla del *crip time* (tiempo tullido) que significa no solamente ir más

facturas ou facendo malabares para tratar de que saian as contas. Tampouco se fala moito diso, ou non hai unha queixa directa sobre o tema. Tamén pode ter que ver co medo, denunciar todo isto e presentar as queixas a unha institución pode supoñer que despois non te dean axudas. Hai medo a dicir que non por se a seguinte vez non te chaman. Eu fixen cousas de balde ou por unha cantidade ínfima de diñeiro para institucións que si tiñan a capacidade de pagar dunha forma digna.

## XESTIÓN DO EQUILIBRIO

**Nun mundo marcado pola inmediatez e a hiperproductividade, como xestionas o teu día a día para manter un equilibrio entre o traballo e o benestar? Incorporaches prácticas como a meditación ou outros recursos para establecer límites? Como contribúes, ou che gustaría contribuir, a visibilizar estes problemas e construír redes de apoio dentro do sector?**

No ámbito da discapacidade existe a *teoría crip* (teoría tullida) e fálase do *crip time* (tempo tullido), que significa non só ir máis devagar,

despacio sino también a un ritmo diferente (aunque eso le iría muy bien a todo el mundo, no solo a la gente con discapacidad). A nivel laboral no suelo tener problemas en este aspecto porque yo marco mis límites, la gente ya me conoce. Cuando voy a dar alguna charla fuera de Madrid, pido una noche para dormir, o si es un sitio que queda lejos pido dos noches de hotel. Estas cosas las suelen respetar. En mi vida personal la gente suele tener más impaciencia conmigo. Yo camino muy despacio, me canso, necesito parar... pero estoy muy acostumbrada a gestionar esas cosas. Por ejemplo, durante el confinamiento hubo gente que lo pasó muy mal porque estaba acostumbrada a salir, hacer deporte, etc. Sin embargo, para muchas personas con discapacidad fue un alivio porque, de repente, todo el mundo iba a nuestra velocidad y no teníamos que sentir esa culpabilidad obligada porque no nos estábamos divirtiendo de una manera normativa.

senón tamén a un ritmo diferente (aínda que iso lle serviría ben a todo o mundo, non só á xente con discapacidade). A nivel laboral, non adoito ter problemas neste aspecto porque marco os meus límites, a xente xa me coñece. Cando vou dar algunha charla fóra de Madrid, pido unha noite para durmir, ou se é un lugar lonxe, pido dúas noites de hotel. Xeralmente, respetan estas peticións. Na miña vida persoal, a xente adoita ter máis impaciencia comigo. Camiño moi devagar, cánsome, necesito parar.. pero estou moi acostumbrada a xestionar estas cuestións. Por exemplo, durante o confinamento, houbo xente que o pasou moi mal porque estaba acostumbrada a saír, facer deporte, etc. Non obstante, para moitas persoas con discapacidade foi un alivio porque, de súpeto, todo o mundo ía á nosa velocidade e non tiñamos que sentir esa culpa obrigada por non divertirnos dunha forma normativa.

Rosendo Cid trabaja varios medios como la fotografía, el collage, la escultura o el dibujo, en los que en ocasiones incluye textos que completan o son parte fundamental de los mismos. De las últimas muestras individuales podemos señalar, *Todo aquello que sucede y sin embargo no es* en el MARCO de Vigo (2021); *La duda es el único estado posible*, galería Nordés (2018), o *Fe de erratas* en la fundación

Rosendo Cid traballa en varios medios como a fotografía, a colaxe, a escultura ou o debuxo, nos que en ocasións inclúe textos que completan ou son parte fundamental dos mesmos. Das últimas mostras individuais podemos sinalar, *Todo aquilo que sucede y sin embargo no es* no MARCO de Vigo (2021); *La duda es el único estado posible*, galería Nordés (2018), ou *Fe de erratas* na fundación

RAC (2017). De las colectivas destaca su participación en *Afluentes 94: Los años circulares*, una selección de los artistas gallegos más importantes de los años noventa. De sus últimos libros publicados podemos destacar, entre otros, *Poemario Geométrico* (Estraperlo editora, 2021), *365 maneras de estar en un hotel* (Tulipa Editora, 2021), y *Los consejos no son un buen sitio para quedarse a vivir* (Papeles Mínimos, 2018). En los libros colectivos aparece en *El cántaro a la fuente. Aforistas españoles para el siglo XXI*. (Apeadero de Aforistas y Thémata Editorial, 2020). Fue galardonado con el Primer Premio CGAC de Investigación y Ensayo sobre Arte Contemporánea (2018) y el premio de Convocatoria de apoyo a la creación en artes visuales en la modalidad de comisariado para la Zona C (Santiago de Compostela) con la muestra *Un cuarto propio*, con obras de la artista Rosa Neutro (2017). En la actualidad está representado por la galería Nordés de Santiago de Compostela.

RAC (2017). Das colectivas destaca a súa participación en *Afluentes 94: Os anos circulares*, unha selección dos artistas galegos máis importantes dos anos noventa. Dos seus últimos libros publicados podemos destacar, entre outros, *Poemario Geométrico* (Estraperlo editora, 2021), *365 maneiras de estar en un hotel* (Tulipa Editora, 2021), e *Los consejos no son un buen sitio para quedarse a vivir* (Papeles Mínimos, 2018). Nos libros colectivos aparece en *El cántaro a la fuente. Aforistas españoles para el siglo XXI*. (Apeadero de Aforistas e Thémata Editorial, 2020). Foi galardoado co Primeiro Premio CGAC de Investigación e Ensaio sobre Arte Contemporánea (2018) e o premio de Convocatoria de apoio á creación en artes visuais na modalidade de comisariado para a Zona C (Santiago de Compostela) coa mostra *Un cuarto propio*, con obras da artista Rosa Neutro (2017). Na actualidade está representado pola galería Nordés de Santiago de Compostela.



De la serie *Teorías del Odradek*, 2018.  
Objeto y fotografía inédita.



Da serie *Teorías del Odradek*, 2018.  
Obxeto e fotografía inédita.

La serie *Teorías del Odradek* parte de un relato corto de Franz Kafka titulado *Las preocupaciones de un padre de familia* (1919). En él aparece un objeto indefinido que habita en los fondos de las escaleras y en los pasillos y que se hace llamar a sí mismo Odradek, que a primera vista tiene el aspecto de un carrito de hilo en forma de estrella plana cubierto de pedazos de hilo, de tipos y colores diversos. El significado de esta criatura tiene numerosas

A serie *Teorías del Odradek* parte dun relato curto de Franz Kafka titulado *Las preocupaciones de un padre de familia* (1919). Nel aparece un obxecto indefinido que habita nos fondos das escaleiras e nos corredores e que se chama a si mesmo Odradek, que a primeira vista ten o aspecto dun carrito de fío en forma de estrela plana cuberto de pedazos de fío, de tipos e cores diversos. O significado desta criatura ten numerosas interpretacións,

interpretaciones, desde religiosas hasta psicológicas, desde la representación de un objeto inútil que se mantiene en casa a pesar de todo, hasta una versión que lo considera como lo que queda de la vida una vez que todo se reduce al materialismo. Otros análisis apuntan a que puede simbolizar el continuo regreso del reprimido. Slavoj Žižek apunta el hecho de que el Odradek “tuvo alguna vez una forma adecuada a una función, y que ahora está rota”, por lo que de este modo formaría parte de uno todo. A partir de estas ideas, esta serie inédita —iniciada en el 2018— parte de la intención de generar objetos indefinidos a partir de materiales descartados que encierren un uso o una identidad oculta y que, al presentarlos mediante el modo fotográfico de un bodegón, produzcan una trascendencia mucho mayor que la de su simple materialidad, que en otro contexto pasaría desapercibida. Objetos, por lo tanto, huérfanos en cierta manera que pueden ser simplemente partes o restos de un conjunto que desconocemos y que quizás ya no exista.

desde relixiosas ata psicolóxicas, dende a representación dun obxecto inútil que se mantén en casa a pesar de todo, ata unha versión que o considera como o que queda da vida unha vez que todo se reduce ao materialismo. Outros análises apuntan a que pode simbolizar o continuo retorno do reprimido. Slavoj Žižek apunta o feito de que o Odradek “tivo algunha vez unha forma adecuada a unha función, e que agora está rota”, polo que deste xeito formaría parte dun todo. A partir destas ideas, esta serie inédita —iniciada en 2018— parte da intención de xerar obxectos indefinidos a partir de materiais descartados que encerren un uso ou unha identidade agochada e que, ao presentalos mediante o modo fotográfico dun bodegón, produzan unha trascendencia moito maior que a da súa simple materialidade, que noutro contexto pasaría desapercibida. Obxectos, por tanto, en certo aspecto orfos que poden ser simplemente partes ou restos dun conxunto que descoñecemos e que quizais xa non exista.

## PRESIÓN Y ESTABILIDAD

**A lo largo de tu trayectoria, ¿has sentido presión por ser más productivo/a o por intentar satisfacer las exigencias del sector? ¿Ha afectado esto a tu estabilidad emocional y creatividad?**

Más que una presión, identificada claramente como tal, quizá acabe siendo una autoexigencia que uno mismo desarrolla —consciente o inconscientemente— para adaptarse a los ritmos o a las “imposiciones” del sector que, por decirlo de alguna forma, *no espera por nadie*. Y es inevitable que esto influya en el trabajo personal, cuyos tiempos de ejecución son inciertos en su mayoría. Por lo que, en todo momento, es cierto que ha de buscarse un equilibrio que compense estas “exigencias” y que algunas veces se consigue, aunque no siempre.

## DESAFÍOS DE LA INDUSTRIA CULTURAL Y SU INFLUENCIA EN LA AUTOEXIGENCIA

**Cumplir plazos de entrega ajustados, lidiar con prácticas poco éticas y tratar de abordar múltiples proyectos son desafíos comunes en el sector**

## PRESIÓN E ESTABILIDADE

**Ao longo da túa traxectoria, sentiches presión por ser máis produtivo/a ou por tratar de satisfacer as esixencias do sector? Isto afectou á túa estabilidade emocional e creatividade?**

Máis que unha presión, identificada claramente como tal, quizais acabe sendo unha autoexixencia que un mesmo desenvolve —consciente ou inconscientemente— para adaptarse aos ritmos ou ás “imposicións” do sector que, por dicilo dalgunha forma, *non espera por ninguén*. É inevitable que iso inflúa no traballo persoal, cuxos tempos de execución son incertos na súa maioría. Polo que, en todo momento, é certo que debe buscarse un equilibrio que compense estas “esixencias” e que algunhas veces se consegue, aínda que non sempre.

## DESAFÍOS DA INDUSTRIA CULTURAL E A SÚA INFLUENCIA NA AUTOESIXENCIA

**Cumprir prazos de entrega axustados, enfrontarse a prácticas pouco éticas e tratar de abordar múltiples proxectos son desafíos comúns**

**cultural. ¿Crees que estas presiones pueden conducir a una mayor autoexigencia o autoexplotación?**

Diría, sobre todo, autoexplotación más que autoexigencia —que cada cual puede llevar “de serie”—. Y no es una cuestión exclusiva del mundo del arte, pudiendo ampliarse a todo el sector cultural como bien señalas —e incluso en otros sectores que nada tienen que ver—. Es evidente que vivimos rodeados por lo inmediato y por una constante aceleración que, como sabemos, no es lo más adecuado para desenvolver una labor creativa, pero tampoco para una apreciación de la misma. No puedo dejar de apuntar aquí la inquietud que me produce que la palabra cultura se esté transformando en sinónimo de ocio y, que a, veces hasta ambas palabras se confundan y no sepan distinguirse.

**“El arte ha sido siempre una ocupación precaria”**

**“A arte foi sempre unha ocupación precaria”**

**no sector cultural. Cres que estas presións poden levar a unha maior autoesixencia ou autoexplotación?**

Diría, sobre todo, autoexplotación máis que autoesixencia —que cada quen pode levar “de serie”—. E non é unha cuestión exclusiva do mundo da arte, pódese ampliar a todo o sector cultural como ben sinalas —e incluso a outros sectores que nada teñen que ver—. É evidente que vivimos rodeados polo inmediato e por unha constante aceleración que, como sabemos, non é o máis axeitado para desenvolver unha labor creativa, pero tampouco para unha apreciación da mesma. Non podo deixar de apuntar aquí a inquedanza que me produce que a palabra cultura estea a transformarse en sinónimo de lecer e que, ás veces, até ambas as palabras se confundan e non saiban distinguirse.

## MULTITAREA Y PRECARIEDAD

**Últimamente hay una tendencia a la multitarea que también tiene su impacto en el ámbito creativo. ¿Influye aquí la precariedad?**

Podría decir, simplemente, que el arte ha sido siempre una ocupación precaria —precariedad que se ha acentuado en los últimos tiempos por las dinámicas actuales que favorecen u obligan más bien a la multitarea, como apuntas—. Todo viene de atrás y no de ahora. No es extraño, y hasta se diría que es normal, que muchos artistas busquen otro sustento económico, ya sea en paralelo, o como manera de despreocuparse de este asunto para desarrollar su trabajo artístico con más “comodidad” y así evitar esa precariedad que parece estar incluida con el oficio. Esta normalidad de que el artista no pueda vivir de lo que hace es una de las verdaderas precariedades de base; normalidad que entonces vuelve anormal que un artista trate de vivir de lo que hace. Hacerlo hoy en día es saberse prisionero de una inseguridad que va acentuándose cada vez más y que, por supuesto, impacta en la estabilidad emocional, que a su vez interfiere, como es lógico, en el asunto

## MULTITAREFA E PRECARIIDADE

**Ultimamente hai unha tendencia á multitarefa que tamén ten o seu impacto no ámbito creativo. Inflúe aquí a precariedade?**

Podería dicir, simplemente, que a arte foi sempre unha ocupación precaria —precariedade que se acentuou nos últimos tempos polas dinámicas actuais que favorecen ou obrigan máis ben á multitarefa, como apuntas—. Todo vén de atrás e non de agora. Non é estraño, e até diría que é normal, que moitos artistas busquen outro sustento económico, xa sexa en paralelo, ou como maneira de despreocuparse deste asunto para desenvolver o seu traballo artístico con máis “comodidade” e así evitar esa precariedade que parece estar incluída co oficio. Esta normalidade de que o artista non poida vivir do que fai é unha das verdadeiras precariedades de base; normalidade que entón volve anormal que un artista intente vivir do que fai. Facelo hoxe en día é saberse prisioneiro dunha inseguridade que vai acentuándose cada vez máis e que, por suposto, impacta na estabilidade emocional, que a súa vez interfire, como é lóxico, no asunto creativo —aínda que isto

creativo —aunque esto último ya depende del temperamento de cada cual—. Y no son ni serán pocos los casos en que abandonar la profesión sea una decisión habitual e incluso diría que lógica por tener que enfrentar tantos factores adversos.

### **SOBREINFORMACIÓN**

**Las redes sociales, el constante consumo de imágenes y la sobreinformación a menudo conducen a ritmos frenéticos y una desconexión de la realidad. ¿Cómo afrontas estos desafíos? ¿Consideras o abordas este tema dentro de tu discurso artístico?**

No lo afronto como problema aunque quizá sí como reacción a todo ello, pues en los últimos años me he ido alejando cada vez más del trabajo con las imágenes y ya casi he dejado de emplear el collage, por ejemplo, que antes utilizaba con más frecuencia.

**“¿Se plantea el estrés de los y las artistas como un asunto a tener en cuenta?”**

**“Abórdase o estrés dos e das artistas como un asunto a ter en conta?”**

último xa depende do temperamento de cada quen—. E non son nin serán poucos os casos en que abandonar a profesión sexa unha decisión habitual e incluso diría que lóxica por ter que enfrentar tantos factores adversos.

### **SOBREINFORMACIÓN**

**As redes sociais, o constante consumo de imaxes e a sobreinformación adoitan levar a ritmos frenéticos e unha desconexión da realidade. Como afrontas estes desafíos? Consideras ou abordas este tema dentro do teu discurso artístico?**

Non o afronto como problema, aínda que quizais si como reacción a todo iso, pois nos últimos anos funme afastando cada vez máis do traballo coas imaxes e xa case deixei de empregar a colaxe, por exemplo, que antes utilizaba con máis frecuencia.

### **CONCILIACIÓN LABORAL Y PERSONAL**

**La asistencia a eventos de carácter social, el tipo de dinámicas, los horarios y modelos de gestión aplicados en el sector cultural resultan a veces complejos de gestionar. ¿Sientes que se está teniendo en cuenta la conciliación entre la vida personal y la profesional, así como las necesidades individuales de cada persona?**

Estos aspectos creo que todavía están lejos de normalizarse por parte del sector cultural, que podría decirse que va a *piñón fijo* y pocas veces parece percibir que las personas que se dedican al trabajo del arte tienen necesidades, obligaciones o responsabilidades personales o familiares. Una mujer artista y madre, por ejemplo, está muy lejos de poder disfrutar de una residencia artística, pongamos por caso. Por otro lado: en cualquier otro oficio o profesión se entiende y se asume perfectamente que una persona padezca estrés debido a su trabajo. ¿Se habla, se plantea el estrés de los y las artistas como un asunto a tener en cuenta? El auténtico problema está en la base y en los juicios (prejuicios) que se han ido construyendo, muchos de los cuales se mantienen, provocando

### **CONCILIACIÓN LABORAL E PERSOAL**

**A asistencia a eventos de carácter social, o tipo de dinámicas, os horarios e modelos de xestión aplicados no sector cultural ás veces resultan complexos de xestionar. Sentes que se está a ter en conta a conciliación entre a vida persoal e a profesional, así como as necesidades individuais de cada persoa?**

Estes aspectos creo que aínda están lonxe de normalizarse por parte do sector cultural, que podería dicirse que vai a *piñón fixo* e poucas veces parece percibir que as persoas que se dedican ao traballo da arte teñen necesidades, obrigas ou responsabilidades persoais ou familiares. Unha muller artista e nai, por exemplo, está moi lonxe de poder gozar dunha residencia artística, poñamos por caso. Por outro lado: en calquera outro oficio ou profesión enténdese e asúmese perfectamente que unha persoa padeza estrés debido ao seu traballo. Fálase, abórdase o estrés dos e das artistas como un asunto a ter en conta? O auténtico problema está na base e nos xuízos (prexuízos) que se foron construíndo, moitos dos cales se manteñen,

una imagen un tanto irreal de los artistas; artistas que, por otro lado, no van a ser jóvenes y emergentes toda su vida.

#### **EMOCIONES COMUNES EN LA PRÁCTICA ARTÍSTICA Y SU EFECTO EN LA VULNERABILIDAD**

**Inestabilidad, incertidumbre, altas expectativas y miedo al fracaso son emociones comunes en el ámbito artístico. ¿Cómo pueden afectar a nuestra vulnerabilidad?**

Como decía en otro punto, la asunción o la normalidad de que un artista no pueda vivir de lo que hace, o que si puede hacerlo será

provocando unha imaxe un tanto irreal dos artistas; artistas que, por outro lado, non van ser novos e emerxentes toda a súa vida.

#### **EMOCIÓNS COMÚNS NA PRÁCTICA ARTÍSTICA E O SEU EFECTO NA VULNERABILIDADE**

**Inestabilidade, incerteza, altas expectativas e medo ao fracaso son emocións comúns no ámbito artístico. Como poden afectar á nosa vulnerabilidade?**

Como dicía noutro punto, a asunción ou a normalidade de que un artista non poida vivir do que fai, ou que se pode facelo será con dificultades ou

**“Vivimos rodeados por lo inmediato y por una constante aceleración que, como sabemos, no es lo más adecuado para desenvolver una labor creativa”**

**“Vivimos rodeados polo inmediato e por unha constante aceleración que, como sabemos, non é o máis axeitado para desenvolver unha labor creativa”**

con dificultades o de una manera irregular e inconstante, es quizá una de las mayores incertidumbres e inestabilidades, pues el ámbito y las dinámicas del sector no permiten asegurar ninguna estabilidad de cara al futuro o que garantice que tu trabajo sea “aceptado” o que vaya a “funcionar”. Desde este punto de vista los artistas estamos en un territorio de constante vulnerabilidad, como si estuviéramos a la intemperie o como si estuviéramos siempre de paso.

#### **ASUNCIÓN DEL PROBLEMA POR PARTE DE LAS INSTITUCIONES**

**¿Crees que los problemas de precariedad e inestabilidad emocional en el mundo del arte están adecuadamente representados en los circuitos artísticos oficiales? ¿En qué medida puede contribuir una organización o institución a transformar este panorama?**

Como tantos otros problemas el asunto es profundo y, como ya he dicho, reside en la misma base. Hasta puede pensarse como un asunto primordialmente educativo, de que la sociedad —esté donde esté la sociedad, pues la sociedad no es en sí misma una diana con un centro determinado al que apuntar— interiorice

dunha maneira irregular e inconstante, é quizais unha das maiores incertezas e inestabilidades, pois o ámbito e as dinámicas do sector non permiten asegurar ningunha estabilidade de cara ao futuro ou que garanta que o teu traballo sexa “aceptado” ou que vaia “funcionar”. Desde este punto de vista, os artistas estamos nun territorio de constante vulnerabilidade, como se estivésemos á intemperie ou como se estivésemos sempre de paso.

#### **ASUNCIÓN DO PROBLEMA POR PARTE DAS INSTITUCIÓNS**

**Consideras que os problemas de precariedade e inestabilidade emocional no mundo da arte están adecuadamente representados nos circuitos artísticos oficiais? En que medida pode contribuir unha organización ou institución a transformar este panorama?**

Como moitos outros problemas, este asunto é profundo e, como xa dixen, reside na mesma base. Incluso pódese considerar como un asunto primordialmente educativo, de que a sociedade —esteá onde esteá a sociedade, pois a sociedade non é en si mesma un obxectivo cun centro determinado ao que

que las labores artísticas no son algo secundario; que todas las personas que trabajan en estos sectores no lo hacen como una actividad “ociosa”. El arte contemporáneo tiene un enorme margen de mejora en este sentido. En otros sectores como en el cine, por ejemplo, está más asumida esta idea, entre otras cosas, porque existe una industria que respalda y provoca una apreciación más concreta hacia quienes trabajan en ella. Al menos esta es mi opinión y desde un punto de vista muy general, por supuesto. Estos son temas demasiado complejos para reducir su solución a un párrafo, si es que tiene una solución inmediata, que no es el caso, pues depende de muchos factores. Desde luego es obvio que muchas instituciones, y no puedo hablar más que en general, pues existen excepciones, han de normalizar y replantear una humanización y una relación más real, sobre todo hacia los artistas.

apuntar— interiorice que as tarefas artísticas non son algo secundario; que todas as persoas que traballan nestes sectores non o fan como unha actividade “ociosa”. A arte contemporánea ten unha enorme marxe de mellora neste sentido. Noutros sectores, coma no cinema, por exemplo, esta idea está máis asumida, entre outras cousas, porque existe unha industria que respalda e provoca unha apreciación máis concreta cara a quen traballa nela. Polo menos esta é a miña opinión e desde un punto de vista moi xeral, por suposto. Estes son temas moi complexos para reducir a súa solución a un parágrafo, se é que ten unha solución inmediata, que non é o caso, pois depende de moitos factores. Desde logo é obvio que moitas institucións, e non podo falar máis que en xeral, pois existen excepcións, deben normalizar e repensar unha humanización e unha relación máis real, sobre todo cara aos artistas.

El trabajo de Eva Díez contiene un potente componente poético centrado en la interpretación del paisaje como espacio tanto natural como emocional. Poblada de simbolismo, su obra advierte intereses donde lo íntimo se sitúa en relación al mundo y curioseas por sus entresijos a través de un vocabulario visual contenido; de composiciones poderosas capaces de suspenderse entre lo cotidiano y el misterio. Su obra está presente en colecciones privadas de España y Portugal y en colecciones públicas como la del CGAC, Centro Galego de Arte Contemporánea o la Colección Fotográfica del Ayuntamiento de Vigo. Ha expuesto en museos, ferias y galerías de arte contemporáneo nacionales e internacionales, destacando muestras recientes como *CRUZAMENTOS na arte galega da Colección CGAC* (CGAC, 2022), el *Premio de Fotografía Fundación ENAIRE 2021* (Real Jardín Botánico de Madrid) o *Paisajes que respiran* (galería La Gran, Madrid, accésit en el marco del Festival PHotoESPAÑA 2021). Su obra ha recibido reconocimientos como el Premio de Fotografía Joven Fundación ENAIRE (2020); el Premio Fundación Pilar Citoler al joven coleccionista de JustMad Art Fair (2018); el Premio Galicia de Fotografía Contemporánea (2015) o el Premio Art Photo Bcn (2015).

O traballo de Eva Díez contén un potente compoñente poético centrado na interpretación da paisaxe como espazo tanto natural como emocional. Poboada de simbolismo, a súa obra advirte intereses onde o íntimo sitúase en relación ao mundo e fisga nas súas entrañas a través dun vocabulario visual contido; de composicións poderosas capaces de suspenderse entre o cotián e o misterio. A súa obra está presente en coleccións privadas de España e Portugal e en coleccións públicas como a do CGAC, Centro Galego de Arte Contemporánea ou a Colección Fotográfica do Concello de Vigo. Expuxo en museos, feiras e galerías de arte contemporánea nacionais e internacionais, destacando mostras recentes como *CRUZAMENTOS na arte galega da Colección CGAC* (CGAC, 2022), o *Premio de Fotografía Fundación ENAIRE 2021* (Real Jardín Botánico de Madrid) ou *Paisajes que respiran* (galería La Gran, Madrid, accésit no marco do Festival PHotoESPAÑA 2021). A súa obra recibiu recoñecementos como o Premio de Fotografía Joven Fundación ENAIRE (2020); o Premio Fundación Pilar Citoler al joven coleccionista de JustMad Art Fair (2018); o Premio Galicia de Fotografía Contemporánea (2015) ou o Premio Art Photo Bcn (2015).



*Liminal #3*, 2022. Fotografía.  
Impresión en papel Hahnemühle  
Photo Rag Ultra Smooth 305gr.  
24x16cm Ed. 3+ 1PA.



La serie *Liminal*, iniciada como resultado de la situación de confinamiento derivada de la pandemia, contiene, entre otras cosas, silencio. El silencio surgido de esa parálisis simultánea de las dinámicas sociales que impulsó a convertir lo doméstico en el lugar de la acción y el pensamiento y que, para la artista, conformó una alteración en el planteamiento de su producción más inmediata. Si en un principio la observación del

A serie *Liminal*, comezada como resultado da situación de confinamento derivada da pandemia, contén, entre outras cousas, silencio. Un silencio xurdido desa parálise simultánea das dinámicas sociais que impulsou a converter o doméstico no lugar da acción e do pensamento e que, para a artista, conformou unha alteración na formulación da súa produción máis inmediata. Se inicialmente a observación da

paisaje habilitaba el tránsito entre lo estético y lo emocional, en este caso se sincroniza con la atención hacia la huella, lo inadvertido. El motivo ha menguado su forma y los horizontes, que antes procuraba extensos, se hayan en el asombro de lo mínimo: en la esquina del cuarto, en la imperfección del techo, en la pared rasgada... cada una de estas cicatrices evidencia la tensión del tiempo y su constante interacción en la memoria de los cuerpos. Es así como Eva Díez ausculta su interior accionando un sentir colectivo: torna visibles las grietas del hogar para situarlas en relación al mundo; una fractura en nuestra forma de vida desvela las fisuras del sistema. Así, la cuestión de la grieta permea lo biográfico para inmediatamente dibujar una trama mayor donde lo humano se acopla al latir de la tierra, y viceversa, en un constante palimpsesto.

paisaxe habilitaba o tránsito entre o estético e o emocional, neste caso sincronízase coa atención cara á pegada, o inadvertido. O motivo minguou a súa forma e os horizontes, que antes procuraba extensos, atópanse no asombro do mínimo: na esquina do cuarto, na imperfección do teito, na parede resgada... cada unha destas cicatrices evidencia a tensión do tempo e a súa constante interacción na memoria dos corpos. Así é como Eva Díez escoita o seu interior activando un sentir colectivo: fai visibles as fendas do fogar para colocalas en relación co mundo; unha fractura na nosa forma de vida desvela as fisuras do sistema. Deste xeito, a cuestión da fenda impregna o biográfico para inmediatamente debuxar unha trama maior onde o humano acóplase ao latir da terra, e viceversa, nun constante palimpsesto.

## PRESIÓN Y ESTABILIDAD

**A lo largo de tu trayectoria, ¿has sentido presión por ser más productivo/a o por intentar satisfacer las exigencias del sector? ¿Ha afectado esto a tu estabilidad emocional y creatividad?**

Sí, en muchas ocasiones. Supongo que es algo generalizado, independientemente del sector y a lo que nos empuja el sistema, es algo propio de la época contemporánea, la competitividad y la prisa que enferma a todos los niveles, a nosotras individualmente y también al planeta. Este mundo está colapsando por la prisa. Hoy en día nos cargamos bosques enteros por ahorrar dos minutos en coche. Pero en nuestro sector es especialmente importante este tema, porque para crear son necesarios los tiempos vacíos para la concentración y la reflexión. Una casi se siente culpable solo por escribirlo, estamos tan acostumbradas a no parar nunca... pero creo que parar es parte de este trabajo, es necesario el tiempo vacío para distanciarse y desarrollar un pensamiento crítico. Para crear se necesita tiempo de reflexión y no nos podemos permitir parar lo necesario y menos en un sector

## PRESIÓN E ESTABILIDADE

**Ao longo da túa traxectoria, sentiches presión por ser máis productivo/a ou por tratar de satisfacer as esixencias do sector? Isto afectou á túa estabilidade emocional e creatividade?**

Si, moitas veces. Supoño que é algo xeneralizado, independentemente do sector e ao que nos empuxa o sistema, é algo propio da época contemporánea, a competitividade e a prisa que enferma a todos os niveis, a nós individualmente e tamén ao planeta. Este mundo está a colapsar pola prisa. Hoxe en día estamos a destruír bosques enteiros para aforrar dous minutos en coche. Pero no noso sector este tema é especialmente importante, porque para crear son necesarios os tempos baleiros para a concentración e a reflexión. Unha case se sente culpable só por escribilo, estamos tan acostumbradas a non parar nunca... pero creo que parar é parte deste traballo, é necesario o tempo baleiro para distanciarse e desenvolver un pensamento crítico. Para crear necesítase tempo de reflexión e non nos podemos permitir parar o necesario e menos nun sector tan

tan precarizado, no podemos salir del “escaparate”. A mí en alguna ocasión me ha parado el cuerpo y me ha llevado a estados de ansiedad y de agotamiento emocional importantes, que influyen muy negativamente en la creatividad.

### **DESAFÍOS DE LA INDUSTRIA CULTURAL Y SU INFLUENCIA EN LA AUTOEXIGENCIA**

**Cumplir plazos de entrega ajustados, lidiar con prácticas poco éticas y tratar de abordar múltiples proyectos son desafíos comunes en el sector cultural. ¿Crees que estas presiones pueden conducir a una mayor autoexigencia o autoexplotación?**

Sí, totalmente, y esta autoexplotación sostenida en el tiempo es peligrosa y nos conduce a la ansiedad o el *burnout*. Está tan normalizado todo esto que a veces lo aceptamos sin darnos cuenta. De todas formas, y aunque queda muchísimo por hacer, noto que hay ahora más conciencia y mejores prácticas, en los últimos años se han conseguido cosas importantes. Aunque me he visto envuelta en prácticas poco éticas, (una vez que ya estaba dentro hasta el cuello y que han llegado a

precarizado, non podemos saír do “escaparate”. A min algunha vez o meu corpo paroume e levoume a estados de ansiedade e de esgotamento emocional importantes, que inflúen moi negativamente na creatividade.

### **DESAFÍOS DA INDUSTRIA CULTURAL E A SÚA INFLUENCIA NA AUTOESIXENCIA**

**Cumprir prazos de entrega axustados, enfrontarse a prácticas pouco éticas e tratar de abordar múltiples proxectos son desafíos comúns no sector cultural. Cres que estas presións poden levar a unha maior autoesixencia ou autoexplotación?**

Si, totalmente, e esta autoexplotación sostida no tempo é perigosa e nos conduce á ansiedade ou ao *burnout*. Está tan normalizado todo isto que ás veces o aceptamos sen decatarnos. De todas formas, e aínda que queda moito por facer, noto que hai agora máis conciencia e mellores prácticas, nos últimos anos conseguíronse cousas importantes. Aínda que me vin envolta en prácticas pouco éticas, (unha vez que xa estaba dentro ata o pescozo e que chegou

costarme la salud), cada vez son más quienes entienden y respetan los procesos de las artistas.

### **MULTITAREA Y PRECARIEDAD**

**Últimamente hay una tendencia a la multitarea que también tiene su impacto en el ámbito creativo. ¿Influye aquí la precariedad?**

La multitarea, en mayor o menor medida, es casi inevitable en estos tiempos. En nuestro sector la precariedad nos lleva a la multitarea y al pluriempleo porque no podemos vivir solo de la producción artística.

### **SOBREINFORMACIÓN**

**Las redes sociales, el constante consumo de imágenes y la sobreinformación a menudo conducen a ritmos frenéticos y una desconexión de la realidad. ¿Cómo afrontas estos desafíos? ¿Consideras o abor das este tema dentro de tu discurso artístico?**

La sobreinformación nos desconecta del mundo, nos anula, rompe el silencio que necesitamos para poder reflexionar y mata el

a custarme a saúde), cada vez son máis as que entenden e respectan os procesos das artistas.

### **MULTITAREFA E PRECARIIDADE**

**Ultimamente hai unha tendencia á multitarefa que tamén ten o seu impacto no ámbito creativo. Inflúe aquí a precariedade?**

A multitarefa, en maior ou menor medida, é case inevitable nestes tempos. No noso sector a precariedade lévanos á multitarefa e ao pluriemprego porque non podemos vivir só da produción artística.

### **SOBREINFORMACIÓN**

**As redes sociais, o constante consumo de imaxes e a sobreinformación adoitan levar a ritmos frenéticos e unha desconexión da realidade. Como enfrontas estes desafíos? Consideras ou abor das este tema dentro do teu discurso artístico?**

A sobreinformación desconéctanos do mundo, anuláanos, rompe o silencio que necesitamos para poder reflexionar e mata o pensamento.

pensamiento. La sobreinformación, la hipercomunicación, la inmediatez... tienen cosas positivas, por supuesto, pero también nos conducen a la ansiedad, el estrés, la fatiga mental y, en muchos casos, a la depresión. Lo afronto y abordo a través del silencio, muy presente en todo mi trabajo, reivindicando la lentitud como algo casi revolucionario hoy en día. También están presentes la conexión con lo cercano, con la naturaleza... Hace tiempo que me preocupa este tema y está presente en mi trabajo. En *Lugar de ausencia* (2018) ya hablaba de una necesidad de silencio, de un tiempo suspenso: “Existe un momento muy propio de la sociedad contemporánea en que la constante saturación del mundo en que vivimos, lleva a algunas personas a un deseo de ausentarse del mundo, de forma más o menos prolongada, para coger aire...” En *Liminal* (2020-2022) también abordo un tiempo vacío, una pausa, un espacio de encierro que me aprisiona y, a la vez, me confronta conmigo misma, con los miedos y las heridas. En los proyectos en los que estoy trabajando actualmente también están presentes el silencio, la contemplación y la herida.

A sobreinformación, a hipercomunicación, a inmediatez... teñen cousas positivas, por suposto, pero tamén nos conducen á ansiedade, ao estrés, á fatiga mental e, en moitos casos, á depresión. Enfróntoo e abódoo a través do silencio, moi presente en todo o meu traballo, reivindicando a lentitude como algo case revolucionario hoxe en día. Tamén están presentes a conexión co cotián, coa natureza... Hai tempo que me preocupa este tema e está presente no meu traballo. En *Lugar de ausencia* (2018) xa falaba dunha necesidade de silencio, dun tempo suspenso: “Existe un momento moi propio da sociedade contemporánea no que a constante saturación do mundo no que vivimos, leva a algunhas persoas a un desexo de ausentarse do mundo, de forma máis ou menos prolongada, para tomar aire...” En *Liminal* (2020-2022) tamén abordo un tempo baleiro, unha pausa, un espazo de encerro que me aprisiona e, ao mesmo tempo, me enfrenta conmigo mesma, cos medos e as heridas. Nos proxectos nos que estou traballando actualmente tamén están presentes o silencio, a contemplación e a ferida.

## CONCILIACIÓN LABORAL Y PERSONAL

**La asistencia a eventos de carácter social, el tipo de dinámicas, los horarios y modelos de gestión aplicados en el sector cultural resultan a veces complejos de gestionar. ¿Sientes que se está teniendo en cuenta la conciliación entre la vida personal y la profesional, así como las necesidades individuales de cada persona?**

Tengo diferentes experiencias con este tema. Hemos mejorado bastante, pero queda mucho por hacer. Volvemos al tema de la precariedad, aunque se estén haciendo algunas cosas mucho mejor, con la inestabilidad y la incertidumbre se nos hace muy complicado planificar una vida, y esto empeora cuando se es mujer y se opta por la maternidad.

**“Hoy en día nos cargamos bosques enteros por ahorrar dos minutos en coche”**

**“Hoy en día estamos a destruir bosques enteros para ahorrar dos minutos en coche”**

## CONCILIACIÓN LABORAL E PERSOAL

**A asistencia a eventos de carácter social, o tipo de dinámicas, os horarios e modelos de xestión aplicados no sector cultural ás veces resultan complexos de xestionar. Sentes que se está a ter en conta a conciliación entre a vida persoal e a profesional, así como as necesidades individuais de cada persoa?**

Teño diferentes experiencias con este tema. Melloramos bastante, pero queda moito por facer. Volvemos ao tema da precariedade, aínda que se estean a facer algunhas cousas moito mellor, coa inestabilidade e a incerteza é moi complicado planificar unha vida, e iso empeora cando se é muller e se opta pola maternidade.

## EMOCIONES COMUNES EN LA PRÁCTICA ARTÍSTICA Y SU EFECTO EN LA VULNERABILIDAD

**Inestabilidad, incertidumbre, altas expectativas y miedo al fracaso son emociones comunes en el ámbito artístico. ¿Cómo pueden afectar a nuestra vulnerabilidad?**

Ante esas emociones, casi siempre presentes en mayor o menor medida, lo raro sería no sentirnos vulnerables, otra vez hablamos de la precariedad, porque tener cierta estabilidad económica lo cambia todo. En las épocas en las que he tenido un segundo empleo y un sueldo a final de mes, no tenía esa inestabilidad e incertidumbre. Con la tranquilidad mental que da tener las necesidades mínimas cubiertas es más amable crear, pero entonces me frustraba por falta de tiempo para llevar a cabo el trabajo que me importa, así que es difícil encontrar el equilibrio... Al final supongo que aprendes a manejar todo esto... Es por eso que considero fundamental la alianza y los cuidados, crear espacios de encuentro y de sanación, crear redes de apoyo entre nosotras.

## EMOCIÓNS COMÚNS NA PRÁCTICA ARTÍSTICA E O SEU EFECTO NA VULNERABILIDADE

**Inestabilidade, incerteza, altas expectativas e medo ao fracaso son emocións comúns no ámbito artístico. Como poden afectar á nosa vulnerabilidade?**

Ante esas emocións, case sempre presentes en maior ou menor medida, o raro sería non sentirnos vulnerables, outra vez falamos da precariedade, porque ter certa estabilidade económica cambia todo. Nas épocas en que tiven un segundo emprego e un salario ao final do mes, non tiña esa inestabilidade e incerteza. Coa tranquilidade mental que da ter as necesidades mínimas cubertas é máis amable crear, pero entón frustrábame pola falta de tempo para levar a cabo o traballo que me importa, así que é difícil atopar o equilibrio... Ao final supoño que aprendes a manexar todo isto... É por iso que considero fundamental a alianza e os cuidados, crear espazos de encontro e de sanación, crear redes de apoio entre nós.

## ASUNCIÓN DEL PROBLEMA POR PARTE DE LAS INSTITUCIONES

**¿Crees que los problemas de precariedad e inestabilidad emocional en el mundo del arte están adecuadamente representados en los circuitos artísticos oficiales? ¿En qué medida puede contribuir una organización o institución a transformar este panorama?**

Hay mucho trabajo que hacer con respecto a este tema. Todo el mundo conoce la existencia de la precariedad e inestabilidad en nuestro trabajo, pero de alguna manera esto se ha normalizado y es un problema. Nuestro sector es un gran misterio para muchas personas, ni siquiera lo ven como un trabajo, por eso de que es vocacional y lo hacemos con inmenso placer, y de ahí que en muchas ocasiones no haya honorarios o sean ridículos. Es una especie de tabú hablar del dinero en el ámbito cultural, aunque parece que esto está cambiando. Las instituciones públicas podrían contribuir, por ejemplo, teniendo mayor transparencia con el dinero, con programas de apoyo a la creación e investigación (hay para el cine y la música en Galicia, pero apenas para el arte contemporáneo). También

## ASUNCIÓN DO PROBLEMA POR PARTE DAS INSTITUCIÓNS

**Consideras que os problemas de precariedade e inestabilidade emocional no mundo da arte están adecuadamente representados nos circuitos artísticos oficiais? En que medida pode contribuír unha organización ou institución a transformar este panorama?**

Hai moito traballo que facer respecto a este tema. Todo o mundo coñece a existencia da precariedade e inestabilidade no noso traballo, pero de algunha maneira iso normalizouse e é un problema. O noso sector é un gran misterio para moitas persoas, nin sequera o ven como un traballo, polo de que é vocacional e facémolo con inmenso pracer, e de aí que moitas veces non haxa honorarios ou sexan ridículos. É unha especie de tabú falar do diñeiro no ámbito cultural, aínda que parece que isto está a mudar. As institucións públicas poderían contribuír, por exemplo, tendo maior transparencia co diñeiro, con programas de apoio á creación e investigación (os hai para o cinema e a música en Galicia, pero apenas para a arte contemporánea). Tamén destinando unha dotación máis

destinando una dotación más justa en las propuestas para reducir la precariedad y, algo que me parece importantísimo y urgente, creando espacios de encuentro, espacios para la creación, para generar redes de trabajo, residencias e intercambios internacionales...

xusta nas propostas para reducir a precariedade e, algo que me parece importantísimo e urgente, creando espazos de encontro, espazos para a creación, para xerar redes de traballo, residencias e intercambios internacionais...

**“Considero fundamental la alianza y los cuidados, crear espacios de encuentro y de sanación, crear redes de apoyo entre nosotras”**

**“Considero fundamental a alianza e os cuidados, crear espazos de encontro e de sanación, crear redes de apoio entre nós”**

## GESTIÓN DEL EQUILIBRIO

**En un mundo marcado por la inmediatez y la hiperproductividad, ¿cómo gestionas tu día a día para mantener un equilibrio entre trabajo y bienestar? ¿Has incorporado prácticas como la meditación u otros recursos para establecer límites? ¿Cómo contribuyes, o te gustaría contribuir, a visibilizar estos problemas y construir redes de apoyo dentro del sector?**

Paradójicamente, es mi trabajo quien me salva y me permite seguir en este mundo. Es el sistema el que nos enferma. Como prácticas que me ayudan: el silencio, la soledad, la naturaleza, la meditación... Me gustaría contribuir con mi trabajo y también haciendo realidad ese espacio para los cuidados y el diálogo.

## XESTIÓN DO EQUILIBRIO

**Nun mundo marcado pola inmediatez e a hiperprodutividade, como xestionas o teu día a día para manter un equilibrio entre o traballo e o benestar? Incorporaches prácticas como a meditación ou outros recursos para establecer límites? Como contribúes, ou che gustaría contribuir, a visibilizar estes problemas e construír redes de apoio dentro do sector?**

Paradoxalmente, é o meu traballo o que me salva e me permite seguir neste mundo. É o sistema o que nos enlouquece. Como prácticas que me axudan: o silencio, a soidade, a natureza, a meditación... Gustaríame contribuír co meu traballo e tamén facendo realidade ese espazo para os coidados e o diálogo.

# OLALLA GÓMEZ VALDERICEDA

olallagomezvaldericeda.com

Licenciada y Máster en Bellas Artes por la Universidad Complutense, Olalla Gómez Valdericeda desarrolla sus propuestas siempre de manera situada con un compromiso firme con el momento presente y un posicionamiento crítico desde el que abordar cuestiones sociales y

Licenciada e Máster en Belas Artes pola Universidade Complutense, Olalla Gómez Valdericeda desenvolve as súas propostas cun compromiso firme co momento presente e cun posicionamento crítico dende o cal abordar cuestións sociais e políticas a partir

políticas a partir de una dimensión feminista. Su trabajo, de carácter conceptual, convierte las herramientas de la tradición del arte contemporáneo en instrumentos de crítica social contra cualquier modalidad de fijación identitaria, componiendo poéticas transformaciones que transmiten mensajes disidentes sobre las ideologías que nos rodean en este tardo-capitalismo que nos ha tocado vivir.

Hemos podido ver su obra en exposiciones colectivas como *Sexwork*, *Kurimanzutto México DF*, *Colección XX: HISTORIA DEL ARTE*, CA2M Centro de Arte Dos de Mayo, Madrid o *El ojo desarmado*, CC Buenos Aires. Su última muestra individual, *Re.volver*, pudo verse en la galería Antonia Puyo tras *¿Cuánto puede un cuerpo?* en el Centro Juan Salazar de Paraguay. Entre sus premios destacan el Premio Adquisición CA2M, Primer Premio XIII Encuentros de Arte Contemporáneo EAC, Propuestas VEGAP, CIRCUITOS de Artes Plásticas, Primer Premio Muestra de Arte joven de La Rioja, adquisición colección Pilar Citoler, Ayudas a la creación de artes visuales Comunidad de Madrid 2019, Beca EAN Argentina, Residencia JUSTMAD o la beca Identidades. Espacio Laberinto (El Salvador).

dunha dimensión feminista. O seu traballo, de carácter conceptual, converte as ferramentas da tradición da arte contemporánea en instrumentos de crítica social contra calquera modalidade de fixación identitaria, compondo poéticas transformacións que transmiten mensaxes disidentes sobre as ideoloxías que nos rodean neste tardo-capitalismo que nos tocou vivir.

Puidemos ver a súa obra en exposicións colectivas como *Sexwork*, *Kurimanzutto México DF*, *Colección XX: HISTORIA DEL ARTE*, CA2M Centro de Arte Dos de Mayo, Madrid ou *El ojo desarmado*, CC Buenos Aires. A súa última mostra individual, *Re.volver*, puido verse na galería Antonia Puyo tras *¿Cuánto puede un cuerpo?* no Centro Juan Salazar de Paraguai. Entre os seus premios destacan o Premio Adquisición CA2M, Primeiro Premio XIII Encuentros de Arte Contemporáneo EAC, Propuestas VEGAP, CIRCUITOS de Artes Plásticas, Primer Premio Muestra de Arte joven de La Rioja, adquisición colección Pilar Citoler, Ayudas a la creación de artes visuales Comunidad de Madrid 2019, Beca EAN Argentina, Residencia JUSTMAD ou a bolsa Identidades. Espacio Laberinto (El Salvador).



CV en blanco, 2019  
Videoacción.

El conjunto de vídeos, titulados *CV en blanco*, surge de una necesidad inaplazable: subsistir económicamente cuando te dedicas al mundo del arte, pero éste no te da para vivir. Mi estrategia durante este último año ha sido profesionalizarme como pintora de brocha gorda y embellecer las casas de otros para poder pagar el alquiler a final de mes, mientras en paralelo desarrollo mi carrera artística con empeño y alegría. Parece ser que, en este entusiasmo – como apunta Remedios Zafra – habita parte del pago por el ejercicio creador. La pieza es

O conxunto de vídeos, titulados *CV en blanco*, xurde dunha necesidade inaprazable: subsistir economicamente cando te dedicas ao mundo da arte, pero este non che dá para vivir. A miña estratexia durante este último ano foi profesionalizarme como pintora de brocha gorda e embelecer as casas doutros para poder pagar o aluguer a final de mes, mentres en paralelo desenvolvo a miña carreira artística con empeño e alegría. Parece ser que, neste entusiasmo – como apunta Remedios Zafra – habita parte do pago polo exercicio creador. A peza é un

un gesto de empoderamiento frente a la situación de precariedad en el ámbito artístico. En cada una de las casas que voy a pintar escribo una línea de mi currículum en color blanco para, a continuación, pintar encima y hacerla desaparecer. En las profesiones relacionadas con la creación, las líneas que se van sumando al currículum parecen no contar, es como si siempre estuviese en blanco. La obra visibiliza este problema invisibilizando con un monocromo los hitos de mi carrera: Licenciatura en Bellas Artes, Máster en Investigación en Arte, Beca VEGAP, etc. El currículum no está en blanco, simplemente no parecen ser logros válidos para vivir de ellos o, al menos, de una manera estable. El artista se dibuja como el eterno Sísifo, destinado a acariciar breves episodios de libertad, sólo hasta que se le acabe la beca vigente. El proyecto es un acercamiento a la noción de precariedad en relación al arte contemporáneo y una revisión crítica de la misma desde el propio arte. En esta propuesta utilizo mi propio cuerpo de la forma más honesta posible apoyándome en una toma de conciencia, en un posicionamiento disruptivo que, de pronto, nos permita visibilizar desigualdad o visibilizarnos en esa desigualdad.

xesto de empoderamento fronte á situación de precariedade no ámbito artístico. En cada unha das casas que vou pintar escribo unha liña do meu currículum en cor branca para, a continuación, pintar enriba e facela desaparecer. Nas profesións relacionadas coa creación, as liñas que se van sumando ao currículum parecen non contar, é coma se sempre estivese en branco. A obra visibiliza este problema invisibilizando cun monocromo os fitos da miña carreira: Licenciatura en Belas Artes, Máster en Investigación en Arte, Bolsa VEGAP, etc. O currículum non está en branco, simplemente non parecen ser logros válidos para vivir deles ou, polo menos, dunha maneira estable. O artista débúxase como o eterno Sísifo, destinado a acariciar breves episodios de liberdade, só ata que se lle acabe a bolsa vixente. O proxecto é un achegamento á noción de precariedade en relación á arte contemporánea e unha revisión crítica da mesma desde a propia arte. Nesta proposta utilizo o meu propio corpo da forma máis honesta posible apoiándome nunha toma de conciencia, nun posicionamento disruptivo que, de súpeto, nos permita visibilizar desigualdade ou visibilizarnos nesa desigualdade.

## **PRESIÓN Y ESTABILIDAD**

**A lo largo de tu trayectoria, ¿has sentido presión por ser más productivo/a o por intentar satisfacer las exigencias del sector? ¿Ha afectado esto a tu estabilidad emocional y creatividad?**

El tema de la productividad está muy ligado al mercado. Efectivamente, puede llegar a influir a nivel emocional si perdemos de vista nuestros ritmos naturales en beneficio de esas demandas vertiginosas con nociones como producto, novedad, cantidad...

## **DESAFÍOS DE LA INDUSTRIA CULTURAL Y SU INFLUENCIA EN LA AUTOEXIGENCIA**

**Cumplir plazos de entrega ajustados, lidiar con prácticas poco éticas y tratar de abordar múltiples proyectos son desafíos comunes en el sector cultural. ¿Crees que estas presiones pueden conducir a una mayor autoexigencia o autoexplotación?**

Como comentaba anteriormente, en el momento en que priorizamos el mercado por encima nosotrxs

## **PRESIÓN E ESTABILIDADE**

**Ao longo da túa traxectoria, sentiches presión por ser máis productivo/a ou por tratar de satisfacer as esixencias do sector? Isto afectou á túa estabilidade emocional e creatividade?**

O tema da produtividade está moi ligado ao mercado. Efectivamente, pode chegar a influír a nivel emocional se perdemos de vista os nosos ritmos naturais en beneficio desas demandas vertixinosas con nocións como produto, novidade, cantidade...

## **DESAFÍOS DA INDUSTRIA CULTURAL E A SÚA INFLUENCIA NA AUTOESIXENCIA**

**Cumprir prazos de entrega axustados, enfrontarse a prácticas pouco éticas e tratar de abordar múltiples proxectos son desafíos comúns no sector cultural. Cres que estas presións poden levar a unha maior autoesixencia ou autoexplotación?**

Como comentaba anteriormente, no momento en que priorizamos o mercado por encima de nós,

mismxs, podemos entrar en ritmos acelerados, donde la autoexplotación es inevitable por las horas interminables dedicadas a satisfacer cuestiones la mayoría de las veces ajenas al trabajo artístico.

#### MULTITAREA Y PRECARIEDAD

**Últimamente hay una tendencia a la multitarea que también tiene su impacto en el ámbito creativo. ¿Influye aquí la precariedad?**

La precariedad atraviesa todo el sistema artístico, no sólo en el caso de la multitarea, pero sí, vivimos un tiempo en el que para ser artista tienes que ser gestora, diseñadora gráfica, community manager... Trabajos todos ellos no remunerados, por supuesto, como la propia práctica artística.

**“Hay que tomar decisiones, priorizar, escucharse y actuar en consecuencia”**

**“Hai que tomar decisións, priorizar, escoitarse e actuar en consecuencia”**

podemos entrar en ritmos acelerados, onde a autoexplotación é inevitable polas horas interminables dedicadas a satisfacer cuestións a maioría das veces alleas ao traballo artístico.

#### MULTITAREFA E PRECARIIDADE

**Ultimamente hai unha tendencia á multitarefa que tamén ten o seu impacto no ámbito creativo. Inflúe aquí a precariedade?**

A precariedade atravesada todo o sistema artístico, non só no caso da multitarefa, pero si, vivimos un tempo no que para ser artista tes que ser xestora, deseñadora gráfica, community manager... Traballos todos eles non remunerados, por suposto, como a propia práctica artística.

#### SOBREINFORMACIÓN

**Las redes sociales, el constante consumo de imágenes y la sobreinformación a menudo conducen a ritmos frenéticos y una desconexión de la realidad. ¿Cómo afrontas estos desafíos? ¿Consideras o abordas este tema dentro de tu discurso artístico?**

Sí, en mi caso he trabajado proyectos relacionados con los *media*, sus ritmos frenéticos, la desinformación a partir de la sobresaturación, etc.

#### CONCILIACIÓN LABORAL Y PERSONAL

**La asistencia a eventos de carácter social, el tipo de dinámicas, los horarios y modelos de gestión aplicados en el sector cultural resultan a veces complejos de gestionar. ¿Sientes que se está teniendo en cuenta la conciliación entre la vida personal y la profesional, así como las necesidades individuales de cada persona?**

Para nada. Volvemos a hablar de mercado, el mercado no concede tiempo denso y de calidad. Si entras de lleno en esas dinámicas

#### SOBREINFORMACIÓN

**As redes sociais, o constante consumo de imaxes e a sobreinformación adoitan levar a ritmos frenéticos e unha desconexión da realidade. Como afrontas estes desafíos? Consideras ou abordas este tema dentro do teu discurso artístico?**

Si, no meu caso traballei proxectos relacionados cos *media*, os seus ritmos frenéticos, a desinformación a partir da sobresaturación, etc.

#### CONCILIACIÓN LABORAL E PERSOAL

**A asistencia a eventos de carácter social, o tipo de dinámicas, os horarios e modelos de xestión aplicados no sector cultural ás veces resultan complexos de xestionar. Sentes que se está a ter en conta a conciliación entre a vida persoal e a profesional, así como as necesidades individuais de cada persoa?**

Para nada. Volvemos falar de mercado, o mercado non concede tempo denso e de calidade. Se entras de cheo nesas dinámicas a

la conciliación es imposible a no ser que manejes una economía importante y, aún así, la conciliación tampoco será real ya que estarás delegando responsabilidades y cuidados a terceras personas, poniendo en el centro todas las demandas laborales por encima de la vida. Aquí hay que tomar decisiones, priorizar, escucharse y actuar en consecuencia.

#### **6. EMOCIONES COMUNES EN LA PRÁCTICA ARTÍSTICA Y SU EFECTO EN LA VULNERABILIDAD**

**Inestabilidad, incertidumbre, altas expectativas y miedo al fracaso son emociones comunes en el ámbito artístico. ¿Cómo pueden afectar a nuestra vulnerabilidad?**

La vulnerabilidad está ahí, es algo inmanente a los seres humanos. Todas las emociones que comentas son inevitables cuando el medio en que te mueves es incierto; lo que podemos hacer es aprender a gestionarlas, intentar cambiar lo que nos produce esas sensaciones cuando está en nuestra mano, exigir buenas prácticas, etc.

conciliación é imposible a non ser que manexes unha economía importante e, aínda así, a conciliación tampouco será real xa que estarás a delegar responsabilidades e cuidados a terceiras persoas, situando no centro todas as demandas laborais por riba da vida. Aquí hai que tomar decisións, priorizar, escoitarse e actuar en consecuencia.

#### **6. EMOCIÓNS COMÚNS NA PRÁCTICA ARTÍSTICA E O SEU EFECTO NA VULNERABILIDADE**

**Inestabilidade, incerteza, altas expectativas e medo ao fracaso son emocións comúns no ámbito artístico. Como poden afectar á nosa vulnerabilidade?**

A vulnerabilidade está aí, é algo inmanente aos seres humanos. Todas as emocións que comentas son inevitables cando o medio en que te moves é incerto; o que podemos facer é aprender a xestionalas, tentar cambiar o que nos produce esas sensacións cando está na nosa man, esixir boas prácticas, etc.

#### **7. ASUNCIÓN DEL PROBLEMA POR PARTE DE LAS INSTITUCIONES**

**¿Crees que los problemas de precariedad e inestabilidad emocional en el mundo del arte están adecuadamente representados en los circuitos artísticos oficiales? ¿En qué medida puede contribuir una organización o institución a transformar este panorama?**

No sé si adecuadamente representados sería el término, más bien invisibilizados. Son temas que no se hablan públicamente haciendo que el sistema siga sin cambios reales. Hay algún estudio publicado, instituciones que empiezan a corregir dinámicas pero, en general, hay un déficit tremendo. Hay instituciones que tienen observatorios para velar por las buenas prácticas pero mientras no sean obligatorias no se puede hacer mucho más.

**“La vulnerabilidad está ahí, es algo inmanente a los seres humanos”**

**“A vulnerabilidade está aí, é algo inmanente aos seres humanos”**

#### **7. ASUNCIÓN DO PROBLEMA POR PARTE DAS INSTITUCIÓNS**

**Consideras que os problemas de precariedade e inestabilidade emocional no mundo da arte están adecuadamente representados nos circuitos artísticos oficiais? En que medida pode contribuír unha organización ou institución a transformar este panorama?**

Non sei se adecuadamente representados sería o termo, máis ben invisibilizados. Son temas que non se falan publicamente facendo que o sistema siga sen cambios reais. Hai algún estudo publicado, institucións que comezan a corrixir dinámicas pero, en xeral, hai un déficit tremendo. Hai institucións que teñen observatorios para velar polas boas prácticas pero mentres non sexan obrigatorias non se pode facer moito máis.

## GESTIÓN DEL EQUILIBRIO

**En un mundo marcado por la inmediatez y la hiperproductividad, ¿cómo gestionas tu día a día para mantener un equilibrio entre trabajo y bienestar? ¿Has incorporado prácticas como la meditación u otros recursos para establecer límites? ¿Cómo contribuyes, o te gustaría contribuir, a visibilizar estos problemas y construir redes de apoyo dentro del sector?**

A parte de haber abordado el tema en mi trabajo públicamente, por supuesto intento gestionar el día a día cada vez con más consciencia, intentando poner en el centro lo realmente importante, pero es cierto que este medio no acompaña, y aunque medites (que no es mi caso) tienes que estar a todas horas revisando cada sensación para trabajarla y no dejarte ir. Es complicado poner límites en este trabajo, porque mentalmente estás conectadx casi a todas horas, pero aprender a escucharte, frenar y tomar distancia es vital.

## XESTIÓN DO EQUILIBRIO

**Nun mundo marcado pola inmediatez e a hiperprodutividade, como xestionas o teu día a día para manter un equilibrio entre o traballo e o benestar? Incorporaches prácticas como a meditación ou outros recursos para establecer límites? Como contribúes, ou che gustaría contribuír, a visibilizar estes problemas e construír redes de apoio dentro do sector?**

A parte de abordar o tema no meu traballo publicamente, por suposto tento xestionar o día a día cada vez con máis consciencia, tentando situar no centro o realmente importante, pero é certo que este medio non acompaña, e aínda que medites (que non é o meu caso) tes que estar acotío revisando cada sensación para traballala e non deixarte ir. É complicado pór límites neste traballo, porque mentalmente estás conectadx case acotío, pero aprender a escoitarte, frear e tomar distancia é vital.

rietedetodo.es  
omarjanaan.com

Humorista, artista transdisciplinar y pedagogo.

Constantemente en formación, su continuo interés por el humor en todas sus vertientes le ha llevado a un análisis teórico del medio en el que ha diseccionado esta importante faceta del ser humano y que ha aprovechado para poder plasmar en una obra en evolución.

Utilizando el humor como eje troncal, emplea distintas disciplinas artísticas como el dibujo, la narrativa, la performance y lo escénico con las que elabora su discurso. Mantiene una continua labor de investigación del humor en todas sus expresiones y ha colaborado activamente con diversos artistas transdisciplinares, siempre con un foco prioritario en las artes plásticas y escénicas.

Ha realizado numerosas exposiciones individuales y colectivas, además de participar en la creación de propuestas culturales y escénicas para el ámbito público y privado.

Actualmente mantiene su proyecto personal *Riete de TODO* como humorista, artista y pedagogo en el humor.

Humorista, artista transdisciplinar e pedagogo.

Constantemente en formación, o seu continuo interese polo humor en todas as súas vertentes levouno a unha análise teórica do medio no que diseccionou esta importante faceta do ser humano e que aproveitou para poder plasmar nunha obra en evolución.

Utilizando o humor como eixo troncal, emprega diferentes disciplinas artísticas como o debuxo, a narrativa, a performance e o escénico coas que elabora o seu discurso. Mantén unha continua labor de investigación do humor en todas as súas expresións e colaborou activamente con diversos artistas transdisciplinares, sempre cun foco prioritario nas artes plásticas e escénicas.

Realizou numerosas exposicións individuais e colectivas, ademais de participar na creación de propostas culturais e escénicas para o ámbito público e privado.

Actualmente mantén o seu proxecto persoal *Riete de TODO* como humorista, artista e pedagogo do humor.

OJALÁ JORNADAS  
de TRABAJO  
de 4 MINUTOS



EL VERANO  
del FREELANCE



Lo PEOR de  
TRABAJAR  
ES TENER QUE  
TRABAJAR



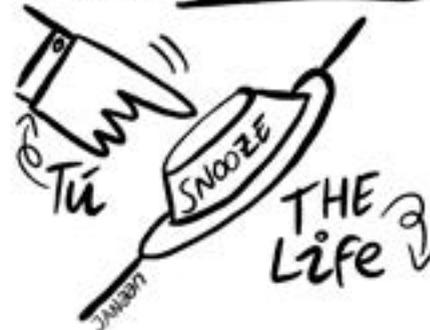
TU MENTE es  
UN ESCAPE ROOM



OJALÁ UN  
BOTÓN de  
POSPONER de LA  
ALARMA del  
MÓVIL EN  
SIGLOS



BOTÓN de  
'POSPONER'  
PARA LA VIDA



HE CONFUNDIDO  
LA AUTOGESTIÓN



Suena a chiste que se celebre el día del trabajo como un momento feliz para no ir a trabajar (en algunos casos, porque no todo el mundo tiene siquiera la oportunidad de disfrutar libremente de un día festivo) cuando deberíamos estar en las calles apoyando y luchando por conseguir una sociedad laboral más igualitaria y justa. Que no se nos olvide que trabajar es una maldición y un pesar humano, no una bendición

Soa a chiste que se celebre o día do traballo como un momento feliz para non ir traballar (nalgúns casos, porque non todo o mundo ten sequera a oportunidade de gozar libremente dun día festivo) cando deberíamos estar nas rúas apoiando e loitando por conseguir unha sociedade laboral máis igualitaria e xusta. Que non se nos esqueza que traballar é unha maldición e un pesar humano, non unha bendición

para la realización personal. Para realizarte es siempre más interesante darte un paseo con la gente que quieres, charlar distendidamente y amarlos. Lo peor de trabajar, definitivamente, es tener que trabajar, que no se nos olvide. En una sociedad de consumo y con el foco puesto en la cuestión laboral, el problema es siempre el trabajo. Ojalá un día trabajar sí signifique estar haciendo algo en lo que el foco no sea siempre el dinero. Cada uno lucha como puede, espero que reírme de nosotrxs mismxs y de nuestros pesares cotidianos con viñetuelas no nos aleje del pensamiento de la lucha y la reivindicación. El trabajo duro no te dará la realización, el amor y compartir las cosas buenas de la vida, seguramente sí.

En estas piezas, que denomino cariñosamente como viñetuelas, he querido reflejar algunas de estas cuestiones que expongo sobre el trabajo. Para entender esta cultura en la que me ha tocado nacer y convivir, recuerdo a Paul Laforge en su célebre ensayo *El derecho a la pereza* (1883): “Para el español, en quien el animal primitivo no está atrofiado, el trabajo es la peor de las esclavitudes”. Hay un proverbio español que dice: “Descansar es salud”.

para a realización persoal. Para realizarte é sempre máis interesante dar un paseo coa xente que queres, falar relaxadamente e amalos. O peor de traballar, definitivamente, é ter que traballar, que non se nos esqueza. Nunha sociedade de consumo e co foco posto na cuestión laboral, o problema é sempre o traballo. Oxalá un día traballar signifique estar a facer algo no que o foco non sexa sempre o diñeiro. Cada un loita como pode, espero que rirnos de nós mesmxs e dos nosos pesares cotiás con viñetas non nos afaste do pensamento da loita e da reivindicación. O traballo duro non che dará a realización, o amor e compartir as cousas boas da vida, seguramente si.

Nestas pezas, que denomino con agarimo como viñetuelas, quixen reflectir algunhas destas cuestións que expoño sobre o traballo. Para entender esta cultura na que me tocou nacer e convivir, recordo a Paul Laforge no seu célebre ensaio *El derecho a la pereza* (1883): “Para o español, en quen o animal primitivo non está atrofiado, o traballo é a peor das escravitudes”. Hai un proverbio español que di: “Descansar é saúde”.

## **PRESIÓN Y ESTABILIDAD**

**A lo largo de tu trayectoria, ¿has sentido presión por ser más productivo/a o por intentar satisfacer las exigencias del sector? ¿Ha afectado esto a tu estabilidad emocional y creatividad?**

Definitivamente, sí. Hasta verme sumido en una profunda crisis personal y profesional no había notado que me encontraba en una terrible inercia hacia la exigencia productiva del sector artístico y creativo, que conlleva el generar nuevas creaciones con cierta frecuencia, fuera siempre de los tiempos razonables de la reflexión y la creación. Desgraciadamente, a los 10 años de profesión creativa -esto es, en 2019, comencé en la profesión en 2009- tuve que parar de raíz con todo lo relacionado con la profesión artística por una profunda crisis emocional y la precariedad económica asociada.

## **DESAFÍOS DE LA INDUSTRIA CULTURAL Y SU INFLUENCIA EN LA AUTOEXIGENCIA**

**Cumplir plazos de entrega ajustados, lidiar con prácticas poco éticas y tratar de abordar múltiples proyectos son**

## **PRESIÓN E ESTABILIDADE**

**Ao longo da túa traxectoria, sentiches presión por ser máis productivo/a ou por tratar de satisfacer as esixencias do sector? Isto afectou á túa estabilidade emocional e creatividade?**

Definitivamente, si. Ata verme sumido nunha profunda crise persoal e profesional non notara que me atopaba nunha terrible inercia cara á esixencia produtiva do sector artístico e creativo, que supón xerar novas creacións cunha certa frecuencia, fóra sempre dos tempos razoables da reflexión e a creación. Desgraciadamente, aos 10 anos de profesión creativa -isto é, en 2019, comecei na profesión en 2009- tiven que parar de raíz con todo o relacionado coa profesión artística por unha profunda crise emocional e a precariedade económica asociada.

## **DESAFÍOS DA INDUSTRIA CULTURAL E A SÚA INFLUENCIA NA AUTOESIXENCIA**

**Cumprir prazos de entrega axustados, enfrontarse a prácticas pouco éticas e tratar de abordar múltiples**

**desafíos comunes en el sector cultural. ¿Crees que estas presiones pueden conducir a una mayor autoexigencia o autoexplotación?**

Lo creo. La autogestión habitual asociada a la profesión artístico-creativa y lo cultural, falta siempre de información, educación financiera y de proyecto, convenios sólidos, mesas de diálogo y trabajo colaborativas, tejido asociativo y altísima precariedad, hacen que ante la difícil realidad de gestión la respuesta natural sea la autoexigencia y autoexplotación, siempre por parte de las personas responsables de la creación y la gestión cultural, normalmente también fuera de la protección directa de las instituciones o la empresa privada.

#### **MULTITAREA Y PRECARIEDAD**

**Últimamente hay una tendencia a la multitarea que también tiene su impacto en el ámbito creativo. ¿Influye aquí la precariedad?**

Absolutamente. La exacerbada precariedad genera limitaciones a las agentes culturales (creadoras y gestoras) que, necesitando de la creación de tejido humano, técnico

**proxectos son desafíos comúns no sector cultural. Cres que estas presións poden levar a unha maior autoesixencia ou autoexplotación?**

Eu creo que si. A autoxestión habitual asociada á profesión artístico-creativa e o cultural, sempre carente de información, educación financeira e de proxecto, convenios sólidos, mesas de diálogo e traballo colaborativas, tecido asociativo e altísima precariedade, fan que ante a difícil realidade de xestión a resposta natural sexa a autoesixencia e autoexplotación, sempre por parte das persoas responsables da creación e da xestión cultural, normalmente tamén fóra da protección directa das institucións ou da empresa privada.

#### **MULTITAREFA E PRECARIIDADE**

**Ultimamente hai unha tendencia á multitarefa que tamén ten o seu impacto no ámbito creativo. Inflúe aquí a precariedade?**

Absolutamente. A exacerbada precariedade xera limitacións ás axentes culturais (creadoras e xestoras) que, necesitando da creación de tecido humano, técnico

y profesional, deban reducir la creación de este tejido a la gestión limitada de las tareas y acciones. A esto se suma la mecanización en tareas que requieren un conocimiento profesional, consiguiendo que una antigua tarea en la que varias agentes eran necesarias se resuelva hoy en día por una sola persona (hablamos aquí de tareas de administración, gestión, creación, difusión, creación, etc., realizadas por la misma persona).

#### **SOBREINFORMACIÓN**

**Las redes sociales, el constante consumo de imágenes y la sobreinformación a menudo conducen a ritmos frenéticos y una desconexión de la realidad. ¿Cómo afrontas estos desafíos? ¿Consideras o abordas este tema dentro de tu discurso artístico?**

Gracias a que el humor es el tema transversal de mi discurso artístico y este se configura como una herramienta para reflexionar sobre la realidad humana, trato en mi obra este tipo de temas constantemente. De hecho, son estos desajustes de la realidad los que activan mi atención a través de la observación -a veces del padecimiento- para

e profesional, deban reducir a creación dese tecido á xestión limitada das tarefas e accións. A isto súmase a mecanización en tarefas que requiren un coñecemento profesional, conseguindo que unha antiga tarefa na que varias axentes eran necesarias se resolva hoxe en día por unha soa persoa (falamos aquí de tarefas de administración, xestión, creación, difusión, etc., realizadas pola mesma persoa).

#### **SOBREINFORMACIÓN**

**As redes sociais, o constante consumo de imaxes e a sobreinformación adoitan levar a ritmos frenéticos e unha desconexión da realidade. Como afrontas estes desafíos? Consideras ou abordas este tema dentro do teu discurso artístico?**

Grazas a que o humor é o tema transversal do meu discurso artístico e este configúrase como unha ferramenta para reflexionar sobre a realidade humana, trato na miña obra este tipo de temas constantemente. De feito, son estes desaxustes da realidade os que activan a miña atención a través da observación -ás veces

generar obra que finalmente hable de estos temas que nos atraviesan directamente a las creadoras. Reflexiono continuamente sobre el frenesí y ritmos acelerados que conlleva la imagen y la comunicación e intento generar poco a poco alternativas *slow style* para llegar al público, junto con herramientas para estar más conectado a la realidad cotidiana.

### CONCILIACIÓN LABORAL Y PERSONAL

**La asistencia a eventos de carácter social, el tipo de dinámicas, los horarios y modelos de gestión aplicados en el sector cultural resultan a veces complejos de gestionar. ¿Sientes que se está teniendo en cuenta la conciliación entre la vida personal y la profesional, así como las necesidades individuales de cada persona?**

No considero que esto se tenga en cuenta como una tónica habitual, si bien es cierto que la visibilización de la realidad de la conciliación, la salud mental, el bienestar y las necesidades individuales poco a poco están teniendo un peso social mayor y están permeabilizando en las actividades y eventos sociales.

do padecemento- para xerar obra que finalmente fale destes temas que nos atravesan directamente ás creadoras. Reflexiono continuamente sobre o frenesí e ritmos acelerados da imaxe e da comunicación e intento xerar pouco a pouco alternativas *slow style* para chegar ao público, xunto con ferramentas para estar máis conectado á realidade cotiá.

### CONCILIACIÓN LABORAL E PERSOAL

**A asistencia a eventos de carácter social, o tipo de dinámicas, os horarios e modelos de xestión aplicados no sector cultural ás veces resultan complexos de xestionar. Senten que se está a ter en conta a conciliación entre a vida persoal e a profesional, así como as necesidades individuais de cada persoa?**

Non considero que isto se teña en conta como unha tónica habitual, aínda que é certo que a visibilización da realidade da conciliación, a saúde mental, o bienestar e as necesidades individuais pouco a pouco están a ter un peso social maior e están a permear nas actividades e eventos sociais. Con

Sin embargo, siento que aún queda mucho por trabajar, visibilizar y luchar para conseguir una plena conciliación entre lo personal y profesional. Sobre todo, y por desgracia, en ámbitos como la maternidad, la familia, el descanso y los cuidados.

todo, sinto que aínda queda moito por traballar, visibilizar e loitar para conseguir unha plena conciliación entre o persoal e o profesional. Sobre todo, e por desgraza, en ámbitos como a maternidade, a familia, o descanso e os coidados.

**“Una buena gestión emocional y visibilidad de las distintas realidades podría ayudar mucho a generar un territorio de mayor estabilidad y cuidados”**

**“Unha boa xestión emocional e visibilidade das distintas realidades podería axudar moito a xerar un territorio de maior estabilidade e coidado”**

## EMOCIONES COMUNES EN LA PRÁCTICA ARTÍSTICA Y SU EFECTO EN LA VULNERABILIDAD

**Inestabilidad, incertidumbre, altas expectativas y miedo al fracaso son emociones comunes en el ámbito artístico. ¿Cómo pueden afectar a nuestra vulnerabilidad?**

Desgraciadamente, todas estas emociones forman el caldo de cultivo perfecto para hacer mella en lo vulnerable de toda persona que realice prácticas artísticas. De hecho, estas emociones son motor y efecto secundario de la propia práctica artística. Una buena gestión emocional y visibilidad de las distintas realidades podría ayudar mucho a generar un territorio de mayor estabilidad y cuidados. Curiosamente, la práctica artística suele conllevar una alta sensibilidad emocional y un desarrollo del ego, pero debido a la gestión y presión externa de lo que podríamos denominar la industria, la institución o los mercados culturales y del arte, esta especial sensibilidad se diluye hasta convertirla en un problema antes que en una virtud.

## EMOCIÓNS COMÚNS NA PRÁTICA ARTÍSTICA E O SEU EFECTO NA VULNERABILIDADE

**Inestabilidade, incerteza, altas expectativas e medo ao fracaso son emocións comúns no ámbito artístico. Como poden afectar á nosa vulnerabilidade?**

Desgraciadamente, todas estas emocións forman o caldo de cultivo perfecto para facer incidir na vulnerabilidade de toda persoa que realice prácticas artísticas. De feito, estas emocións son motor e efecto secundario da propia práctica artística. Unha boa xestión emocional e visibilidade das distintas realidades podería axudar moito a xerar un territorio de maior estabilidade e cuidados. Curiosamente, a práctica artística adoita vencellarse a unha alta sensibilidad emocional e un desenvolvemento do ego, pero debido á xestión e presión externa do que poderíamos denominar a industria, a institución ou os mercados culturais e da arte, esta especial sensibilidade dilúese até convertela nun problema antes que nunha virtude.

**“Mi trabajo siempre suele hablar de los temas que nos preocupan y utilizo el humor para relativizar y repensar las problemáticas”**

**“O meu traballo adoita falar dos temas que nos preocupan e utilizo o humor para relativizar e repensar as problemáticas”**

## ASUNCIÓN DEL PROBLEMA POR PARTE DE LAS INSTITUCIONES

**¿Crees que los problemas de precariedad e inestabilidad emocional en el mundo del arte están adecuadamente representados en los circuitos artísticos oficiales? ¿En qué medida puede contribuir una organización o institución a transformar este panorama?**

No considero que se esté trabajando el tema de una manera realista y efectiva. Todo lo más, hoy en día se plantea cierta visibilización y atención a los cuidados, pero sin convertirse en una realidad asociada. Sigue

## ASUNCIÓN DO PROBLEMA POR PARTE DAS INSTITUCIÓNS

**Consideras que os problemas de precariedade e inestabilidade emocional no mundo da arte están adecuadamente representados nos circuitos artísticos oficiais? En que medida pode contribuír unha organización ou institución a transformar este panorama?**

Non considero que se estea a traballar o tema dunha maneira realista e efectiva. Todo o máis, hoxe en día dase certa visibilización e atención aos cuidados, pero sen converterse nunha realidade asociada. Segue

existiendo una altísima precariedad, abuso de poder, condescendencia e invisibilidad de ciertas realidades.

Aunque estamos en un momento positivo frente al pasado, todavía queda mucho trabajo por hacer.

## GESTIÓN DEL EQUILIBRIO

**En un mundo marcado por la inmediatez y la hiperproductividad, ¿cómo gestionas tu día a día para mantener un equilibrio entre trabajo y bienestar? ¿Has incorporado prácticas como la meditación u otros recursos para establecer límites? ¿Cómo contribuyes, o te gustaría contribuir, a visibilizar estos problemas y construir redes de apoyo dentro del sector?**

El ser consciente de la realidad laboral, ponerla en revisión y comparación con otras realidades, ayuda mucho -para no pensar que nuestra profesión siempre se determina así-; asociándome con otras personas de la profesión y generando mesas de debate. Eso en cuanto a lo estrictamente profesional. En lo personal, intento generar actos de consciencia sobre las tareas y trabajos, planteando un calendario profesional realista y cómodo, compatible con mi realidad e intereses personales. También

existindo unha altísima precariedade, abuso de poder, condescendencia e invisibilidade de certas realidades.

Aínda que estamos nun momento positivo fronte ao pasado, aínda queda moito traballo por facer.

## XESTIÓN DO EQUILIBRIO

**Nun mundo marcado pola inmediatez e a hiperprodutividade, como xestionas o teu día a día para manter un equilibrio entre o traballo e o benestar? Incorporaches prácticas como a meditación ou outros recursos para establecer límites? Como contribúes, ou che gustaría contribuír, a visibilizar estes problemas e construír redes de apoio dentro do sector?**

O ser consciente da realidade laboral, situala en revisión e comparación con outras realidades, axuda moito - para non pensar que a nosa profesión sempre se determina así -; asociándome con outras persoas da profesión e xerando mesas de debate. Iso en canto ao estrictamente profesional. No persoal, intento xerar actos de consciencia sobre as tarefas e traballo, programando un calendario profesional realista e cómodo, compatible coa miña realidade e intereses persoais. Tamén

procuro tener una vida saludable, socialmente activa en lo extralaboral, realizar ejercicio físico, descansar adecuadamente, realizar actividades al aire libre (combatiendo así el exceso de la digitalización de esta profesión), permitirme procesos profesionales analógicos o manuales, y trabajar en el bienestar personal. De alguna manera, mi trabajo siempre suele hablar de los temas que nos preocupan y utilizo el humor para relativizar y repensar las problemáticas. Además, la creación de asociaciones o participación en asociaciones de terceros me permite generar tejido y participar en redes de apoyo colectivas.

procuro ter unha vida saudable, socialmente activa no extralaboral, realizar exercicio físico, descansar axeitadamente, realizar actividades ao aire libre (combatendo así o exceso de dixitalización desta profesión), permitirme procesos profesionais analóxicos ou manuais e traballar no benestar persoal. De algunha maneira, o meu traballo adoita falar dos temas que nos preocupan e utilizo o humor para relativizar e repensar as problemáticas. Ademais, a creación de asociacións ou a participación en asociacións de terceiros permíteme xerar tecido e participar en redes de apoio colectivas.

# SANTIAGO TALAVERA

santiagotalavera.com

Licenciado en Bellas Artes por la Universidad Complutense de Madrid, con un último curso en la Camberwell College of Arts de Londres, Santiago Talavera desarrolla un cuerpo de obra inicialmente centrado en el dibujo y la pintura, explorando más adelante el vídeo y el sonido. Entre sus exposiciones individuales recientes son reseñables *Las cosas pasaron tan rápido que resultó difícil acompañarlas* (Víctor Lope Arte Contemporáneo, Barcelona, 2022), *Let the future be decided in small*

Licenciado en Belas Artes pola Universidad Complutense de Madrid, cun último curso na Camberwell College of Arts de Londres, Santiago Talavera desenvolve un corpo de obra inicialmente centrado no debuxo e a pintura, explorando máis adiante o vídeo e o son. Entre as súas exposicións individuais recentes hai que sinalar *Las cosas pasaron tan rápido que resultó difícil acompañarlas* (Víctor Lope Arte Contemporáneo, Barcelona, 2022), *Let the future be decided in small*

*places* (Larriot Collective, Londres, 2022), *El pasado habrá sido un planeta extraño* en Gabinete de dibujos, Valencia, o *Hauntopolis* (CEART Fuenlabrada, Madrid, 2020). Entre las exposiciones colectivas en las que ha participado destacan *Dévoiler le monde* a dúo con Andrés Fernández (Christian Berst, París, 2023), *Protection No Longer Assured* (Colección SOLO, Madrid, 2023), *Pan y circo. Arte y alimentación* (Sala Amós Salvador, Logroño, 2021), *Cuidado y peligro de sí* (Sala Amós Salvador, 2021) o *Animalista* (La Casa Encendida, Madrid, 2016).

Su obra está presente en colecciones tanto particulares como institucionales, entre éstas las de Colección SOLO, MAC (Museo de arte contemporáneo de A Coruña), Jardin Rouge Montresso Art Foundation o la UNED. Su trabajo recibió el Premio a mejor exposición en Abierto Valencia 2021, el Premio Contemporánea en el Festival Intersección, Primer premio de la 12 Mostra Internacional de Arte Gas Natural Fenosa y el premio de la XVII edición de artes plásticas UNED, entre otros galardones.

*places* (Larriot Collective, Londres, 2022), *El pasado habrá sido un planeta extraño* en Gabinete de dibujos, Valencia, ou *Hauntopolis* (CEART Fuenlabrada, Madrid, 2020). Entre as mostras colectivas nas que participou destacan *Dévoiler le monde* a dúo con Andrés Fernández (Christian Berst, París, 2023), *Protection No Longer Assured* (Colección SOLO, Madrid, 2023), *Pan y circo. Arte y alimentación* (Sala Amós Salvador, Logroño, 2021), *Cuidado y peligro de sí* (Sala Amós Salvador, 2021) ou *Animalista* (La Casa Encendida, Madrid, 2016).

A súa obra está presente en coleccións tanto particulares como institucionais, entre elas as da Colección SOLO, MAC (Museo de Arte Contemporánea de A Coruña), Jardin Rouge Montresso Art Foundation ou a UNED. O seu traballo recibiu o Premio á mellor exposición en Abierto Valencia 2021, o Premio Contemporánea no Festival Intersección, Primeiro premio da 12 Mostra Internacional de Arte Gas Natural Fenosa e o premio da XVII edición de artes plásticas UNED, entre outros galardóns.



*Geología de la humanidad*, 2019.  
Acrílico, collage, rotuladores, lápices de color y spray sobre papel.  
160x120 cm

*Geología de la humanidad*, 2019.  
Acrílico, colaxe, rotuladores, lápiz de cor e spray sobre papel.  
160x120 cm

Comencé a pintar estas construcciones semiabandonadas y débilmente sujetas como metáfora de nuestro presente, de una crisis sistémica y ecológica en un planeta enfermo. El Antropoceno, ese hiperobjeto que nos trae a vueltas, fue el motivador del título de esta obra. Esta escena se fue transformando durante el proceso en un territorio fértil en el que

Comecei a pintar estas construcións semiatopadas e levemente suxeitas como metáfora do noso presente, dunha crise sistémica e ecolóxica nun planeta enfermo. O Antropoceno, ese hiperobxecto que nos leva de cabeza, foi o motivo do título desta obra. Esta escena foi transformándose durante o proceso nun territorio fértil no que probar unha superposición do pasado e

probar una superposición de lo pasado y lo futuro y especular sobre una nueva relación espacial con lo artificial y lo no-humano. La obra, casi pastoral, con los cerdos y ciervos campando plácidamente, resuena en nuestra memoria reciente debido a los vídeos de animales tomando los espacios urbanos durante los estados de alarma en 2020: cientos de macacos en las calles del centro de Lopburi, Tailandia, coyotes merodeando las calles de San Francisco, etc. En las redes sociales las opiniones más variopintas rondaban normalmente el deseo de una vuelta a cierta *wilderness*, con una casi rotunda aceptación de que la práctica urbana contemporánea supone hábitats incompatibles -si no destructivos- con la mayoría de animales no humanos salvajes. Las interpretaciones de estas reapariciones de animales no humanos reflejaban una creencia metafísica muy común, cercana a la idea autorregulativa de la hipótesis de Gaia de James Lovelock: la naturaleza nos manda señales de una sabiduría oculta.

do futuro e especular sobre unha nova relación espacial co artificial e co non-humano. A obra, case pastoral, cos porcós e xabaríns campando pracidamente, resoa na nosa memoria recente debido aos vídeos de animais tomando os espazos urbanos durante os estados de alarma en 2020: centos de macacos nas rúas do centro de Lopburi, Tailandia, coiotos merodeando as rúas de San Francisco, etc. Nas redes sociais as opinións máis variadas rodeaban normalmente o desexo dunha volta a certa *wilderness*, cunha case rotunda aceptación de que a práctica urbana contemporánea supón hábitats incompatibles -se non destructivos- coa maioría de animais non humanos salvaxes. As interpretacións destas reaparicións de animais non humanos reflexaban unha crenza metafísica moi común, próxima á idea autorregulativa da hipótese de Gaia de James Lovelock: a natureza mándanos sinais dunha sabedoría agochada.

## PRESIÓN Y ESTABILIDAD

**A lo largo de tu trayectoria, ¿has sentido presión por ser más productivo/a o por intentar satisfacer las exigencias del sector? ¿Ha afectado esto a tu estabilidad emocional y creatividad?**

Siempre he sentido una tensión con las exigencias externas de un sector que, en su vertiente más mercantil, se guía por pautas cuantitativas. Mi obra es de producción lenta y en mis inicios desarrollé el “síndrome de poca obra en el estudio” que podía conseguir desestabilizarme y desarrollar resentimientos e inseguridades. Ya llevo 20 años en esto, y aunque la experiencia me ha dado un mejor entendimiento de este medio y conozco cuáles son mis puntos fuertes, los continuos cambios en los modelos productivos afectan y condicionan los procesos de validación, los canales de difusión etc. de nuestro sector. No puedes relajarte, ya que en un suspiro todo queda obsoleto, y esto requiere adquirir o refrescar técnicas y revisar tu planificación y estrategia. Todo este tiempo y esfuerzo inevitablemente afecta al trabajo en el taller. Por la fuerza, he acabado siendo un experto en hacer pdf, excels para inventariar

## PRESIÓN E ESTABILIDADE

**Ao longo da túa traxectoria, sentiches presión por ser máis productivo/a ou por tratar de satisfacer as esixencias do sector? Isto afectou á túa estabilidade emocional e creatividade?**

Sempre sentín unha tensión coas esixencias externas dun sector que, na súa vertente máis mercantil, guíase por pautas cuantitativas. A miña obra é de produción lenta e nos meus inicios desenvólín a “síndrome de pouca obra no estudo” que podía conseguir desestabilizarme e desenvolver resentimentos e inseguridades. Xa levo 20 anos nisto, e aínda que a experiencia deu-me un mellor entendemento deste medio e coñezo cales son os meus puntos fortes, os continuos cambios nos modelos produtivos afectan e condicionan os procesos de validación, as canles de difusión, etc. do noso sector. Non podes relaxarte, xa que nun intre todo queda obsoleto, e isto require adquirir ou refrescar técnicas e revisar a túa planificación e estratexia. Todo este tempo e esforzo inevitablemente afecta o traballo no taller. Pola forza, acabei sendo un experto en facer pdf, excels para inventariar obra ou en

obra o en editar el enésimo nuevo formato que la red social hegemónica implante, pero me apena pensar en todo ese tiempo que podría invertir más concentrado en el taller, con un lápiz en la mano.

### **DESAFÍOS DE LA INDUSTRIA CULTURAL Y SU INFLUENCIA EN LA AUTOEXIGENCIA**

**Cumplir plazos de entrega ajustados, lidiar con prácticas poco éticas y tratar de abordar múltiples proyectos son desafíos comunes en el sector cultural. ¿Crees que estas presiones pueden conducir a una mayor autoexigencia o autoexplotación?**

Los artistas generalmente, y en todas las épocas, hemos sido muy autoexigentes, incluso obsesivos con nuestro trabajo, pero lo que me preguntas creo que es algo de nuestro presente, relacionado con cómo la cultura del ser “nuestros propios jefes” nos ha ido calando como una lluvia fina durante muchos años. Estamos tan concentrados luchando por mantener una carrera que, cuando levantamos la cabeza, quizá nos hayamos convertido un poco en aquel “sujeto del rendimiento” de Byung Chul-Han: nos autoexplotamos y creemos

editar o enésimo novo formato que a rede social hexemónica implante, pero dame mágoa pensar en todo ese tempo que podería investir máis concentrado no taller, cun lapis na man.

### **DESAFÍOS DA INDUSTRIA CULTURAL E A SÚA INFLUENCIA NA AUTOESIXENCIA**

**Cumprir prazos de entrega axustados, enfrontarse a prácticas pouco éticas e tratar de abordar múltiples proxectos son desafíos comúns no sector cultural. Cres que estas presións poden levar a unha maior autoesixencia ou autoexplotación?**

Os artistas xeralmente, e en todas as épocas, fomos moi autoesixentes, mesmo obsesivos co noso traballo, pero o que me preguntas creo que é algo do noso presente, relacionado con como a cultura do ser “os nosos propios xefes” foinos calando como unha choiva fina durante moitos anos. Estamos tan concentrados loitando por manter unha carreira que, cando levantamos a cabeza, tal vez aparecemos un pouco convertidos naquel “suxeito do rendemento” de Byung Chul-Han: autoexplotámonos e cremos

que nos realizamos creando obras, autopromociándonos y estando presentes en todos los canales. Y es que hasta el artista con el discurso más crítico y disidente que opera dentro del marco institucional y de mercado sabe que está metido en las mismas dinámicas de sobreproducción que en cualquier otro sector. Pero aquí lo que está en juego es “nuestro nombre”, y podemos creer que después del desierto de las prácticas poco éticas llegará el prestigio y la estabilidad. Incluso desde una visión crítica, la disonancia cognitiva entre lo que pensamos y hacemos puede volverse insostenible.

### **MULTITAREA Y PRECARIEDAD**

**Últimamente hay una tendencia a la multitarea que también tiene su impacto en el ámbito creativo. ¿Influye aquí la precariedad?**

Ya no sé qué va antes y después. La gran mayoría de artistas visuales vivimos en un estado de inestabilidad mayor que otros sujetos de la clase creativa. Crear, llevar tu negocio individual y hacer lo que tengas que hacer para poder vivir, en muchas ocasiones corriendo de un trabajo a otro, forzando límites e ignorando las alarmas que el cuerpo nos

que nos realizamos creando obras, autopromociándonos e estando presentes en todas as canles. É que ata o artista co discurso máis crítico e disidente que opera dentro do marco institucional e de mercado sabe que está metido nas mesmas dinámicas de sobreproducción que en calquera outro sector. Pero aquí o que está en xogo é “o noso nome”, e podemos creer que despois do deserto das prácticas pouco éticas chegará o prestixio e a estabilidade. Mesmo desde unha visión crítica, a disonancia cognitiva entre o que pensamos e facemos pode volverse insostible.

### **MULTITAREFA E PRECARIIDADE**

**Ultimamente hai unha tendencia á multitarefa que tamén ten o seu impacto no ámbito creativo. Inflúe aquí a precariedade?**

Xa non sei que vai antes e despois. A gran maioría de artistas visuais vivimos nun estado de inestabilidade maior que outros suxeitos da clase creativa. Crear, levar o teu negocio individual e facer o que teñas que facer para poder vivir, en moitas ocasións correndo dun traballo a outro, forzando límites e ignorando as alarmas que o corpo

manda. En otras ocasiones, hablando con otros artistas sobre cómo sobrevivir solo con tu obra, al poco tiempo surge incomodidad y silencios elocuentes porque la única salida aparente es ser emprendedores, y con ello también precarios. Yo llevo tres o cuatro años en los que digo, con pudor, que no he parado con una inercia de trabajo, estando “operativo” y tapando malestares. Para recolocarme, respirar y volver a reflexionar sobre lo que me está pasando necesito sacar tiempo para leer, pero requiere concentración y tiempo mientras el tono de nuestro presente es fragmentario, inmediato y voraz.

**“La gran mayoría de artistas visuales vivimos en un estado de inestabilidad mayor que otros sujetos de la clase creativa”**

**“A gran maioría de artistas visuais vivimos nun estado de inestabilidade maior que outros suxeitos da clase creativa”**

nos manda. Noutras ocasións, falando con outros artistas sobre como sobrevivir só coa túa obra, ao pouco tempo xorde incomodidade e silencios elocuentes porque a única saída aparente é ser emprendedores, e con iso tamén precarios. Eu levo tres ou catro anos nos que digo, con pudor, que non parei cunha inercia de traballo, estando “operativo” e tapando malestares. Para recolocarme, respirar e volver reflexionar sobre o que me está a acontecer necesito sacar tempo para ler, pero require concentración e tempo mentres o ton do noso presente é fragmentario, inmediato e voraz.

## **SOBREINFORMACIÓN**

**Las redes sociales, el constante consumo de imágenes y la sobreinformación a menudo conducen a ritmos frenéticos y una desconexión de la realidad. ¿Cómo afrontas estos desafíos? ¿Consideras o abordas este tema dentro de tu discurso artístico?**

Frente a la inmediatez actual y los modos de consumo del arte, sigo apostando por obras que proponen una visualización y escucha más detenidas. Todavía podemos reaprender a pararnos y usar la atención y la concentración, que son ventanas de acceso a la reflexión, a nuestro espacio íntimo e incluso a lecturas críticas de nuestro entorno. Desde 2018 he ido introduciendo elementos en mis obras, tanto en dibujos como vídeos de la serie *Hauntopolis*, que tratan de sumergirnos en una malla de emisiones televisivas, humo y *glitches* que muestran estos desafíos como si fueran fantasmas que nos persiguen. En 2020 comencé una serie de dibujos sobre restos de un muro derribado en mi estudio, después de quedar inundado. En un momento tan difícil salí con estas obras que en sí mismas hablan de un arte precario, pero

## **SOBREINFORMACIÓN**

**As redes sociais, o constante consumo de imaxes e a sobreinformación adoitan levar a ritmos frenéticos e unha desconexión da realidade. Como enfrontas estes desafíos? Consideras ou abordas este tema dentro do teu discurso artístico?**

Fronte á inmediatez actual e os modos de consumo da arte, sigo apostando por obras que propoñen unha visualización e escoita máis detidas. Aínda podemos reaprender a pararnos e usar a atención e a concentración, que son xanelas de acceso á reflexión, ao noso espazo íntimo e mesmo a lecturas críticas da nosa contorna. Desde 2018 fun introducindo elementos nas miñas obras, tanto en debuxos como vídeos da serie *Hauntopolis*, que tratan de mergullarnos nunha malla de emisións televisivas, fume e *glitches* que mostran estes desafíos coma se fosen pantasma que nos perseguen. En 2020 comecei unha serie de debuxos sobre restos dun muro derrubado no meu estudo, despois de quedar asolagado Nun momento tan difícil saín con estas obras que en si mesmas falan dunha arte precaria, pero que

que también surgieron de la caducidad y la vulnerabilidad.

## **CONCILIACIÓN LABORAL Y PERSONAL**

**La asistencia a eventos de carácter social, el tipo de dinámicas, los horarios y modelos de gestión aplicados en el sector cultural resultan a veces complejos de gestionar. ¿Sientes que se está teniendo en cuenta la conciliación entre la vida personal y la profesional, así como las necesidades individuales de cada persona?**

Por supuesto, nadie tiene en cuenta tus necesidades personales. Tener o adoptar un perfil social y extrovertido es especialmente importante en España, algo que siempre he padecido. Desde muy temprano desarrollé ansiedad social en gran parte de los eventos “inaugurales”, de manera que ya voy a muy pocos. Hace no mucho fui a una inauguración en Madrid y un artista, sorprendido de verme, me dijo que pensaba que había dejado la profesión. En nuestro sector todo te lleva a pensar que hay que estar presente para autopromocionarte, y entendí que estas dinámicas acabarían conmigo antes o después porque suelen diluir

tamén xurdiron da caducidade e a vulnerabilidade.

## **CONCILIACIÓN LABORAL E PERSOAL**

**A asistencia a eventos de carácter social, o tipo de dinámicas, os horarios e modelos de xestión aplicados no sector cultural ás veces resultan complexos de xestionar. Sentes que se está a ter en conta a conciliación entre a vida persoal e a profesional, así como as necesidades individuais de cada persoa?**

Por suposto, ninguén ten en conta as túas necesidades persoais. Ter ou adoptar un perfil social e extraver-tido é especialmente importante en España, algo que sempre padecín. Desde moi cedo desenvolvín ansiedade social en gran parte dos eventos “inaugurais”, de maneira que xa vou a moi poucos. Fai non moito fun a unha inauguración en Madrid e un artista, sorprendido de verme, díxome que pensaba que deixara a profesión. No noso sector todo lévate a pensar que hai que estar presente para autopromocionarte, e entendín que estas dinámicas acabarían comigo antes ou despois porque adoitan diluir

vida personal y profesional. La buena noticia es que mantener una trayectoria protegiendo tu espacio personal y emocional es posible. No es un suicidio profesional sino que requiere ser consecuente y buscar otras maneras de relacionarte y ser accesible.

## **EMOCIONES COMUNES EN LA PRÁCTICA ARTÍSTICA Y SU EFECTO EN LA VULNERABILIDAD**

**Inestabilidad, incertidumbre, altas expectativas y miedo al fracaso son emociones comunes en el ámbito artístico. ¿Cómo pueden afectar a nuestra vulnerabilidad?**

Creo que el modelo competitivo que vivimos, tan bien ensamblado en el neoliberalismo, exacerba el componente individualista solitario que la profesión artística arrastra pese a los intentos y luchas de las vanguardias del siglo pasado. La sensación de estar atomizados y débilmente asociados nos deja a merced del pensamiento positivo empresarial imperante, llevándonos a un gran desaliento porque, si fracaso, es porque no lo proyecté lo suficiente. Me responsabilizo a mí mismo y si me arruino el único culpable soy yo. Las emociones tan comunes como

vida persoal e profesional. A boa noticia é que manter unha traxectoria protexendo o teu espazo persoal e emocional é posible. Non é un suicidio profesional senón que require ser consecuente e buscar outras maneiras de relacionarte e ser accesible.

## **EMOCIÓNS COMÚNS NA PRÁCTICA ARTÍSTICA E O SEU EFECTO NA VULNERABILIDADE**

**Inestabilidade, incerteza, altas expectativas e medo ao fracaso son emocións comúns no ámbito artístico. Como poden afectar á nosa vulnerabilidade?**

Creo que o modelo competitivo que vivimos, tan ben ensamblado no neoliberalismo, exacerba o compoñente individualista solitario que a profesión artística arrastra a pesar dos intentos e loitas das vangardas do século pasado. A sensación de estar atomizados e débilmente asociados déixanos en mans do pensamento positivo empresarial imperante, levándonos a un gran desalento porque, se fracaso, é porque non o proxectei o suficiente. Responsabilízome a min mesmo e se me arruíno o único culpable son eu. As emocións tan comúns

sentirte abatido tras la enésima negativa en una convocatoria, tener que remontar una mala racha o mala experiencia con una galería, etc. pueden desanimar y hacernos sentir doblemente frágiles. Si a esto le sumas el malestar del marketing y la sensación de estar simulando tu vida personal en el escaparate, muy a menudo tienes que distanciarte para coger aire porque puedes llegar a querer tirar toda tu carrera por la ventana.

como sentirte abatido tras a enésima negativa nunha convocatoria, ter que remontar un mal momento ou mala experiencia cunha galería, etc. poden desencoraxar e facernos sentir dobremente fráxiles. Se a isto súmaslle o malestar do marketing e a sensación de estar a simular a túa vida persoal no escaparate, moi a miúdo tes que distanciarte para coller aire porque podes chegar a querer tirar toda a túa carreira pola xanela.

**“Mantener una trayectoria protegiendo tu espacio personal y emocional es posible”**

**“Manter unha traxectoria protexendo o teu espazo persoal e emocional é posible”**

## **ASUNCIÓN DEL PROBLEMA POR PARTE DE LAS INSTITUCIONES**

**¿Crees que los problemas de precariedad e inestabilidad emocional en el mundo del arte están adecuadamente representados en los circuitos artísticos oficiales? ¿En qué medida puede contribuir una organización o institución a transformar este panorama?**

No están ni siquiera valorados como posible problemática, este sería otro de los puntos ciegos del arte contemporáneo que comentaba Iván de La Nuez: “El arte hoy señala con el dedo todos los vicios e injusticias del sistema salvo los de su propio ecosistema del arte”. Es importantísimo que los artistas más jóvenes tengan acceso a material crítico que les permita tener una imagen del nuevo escenario y dejen de ignorar las realidades financieras para poder sobrellevar el rechazo y la frustración. Muchas instituciones oficiales de arte normalmente ignoran esto tan esencial. Forman parte de ese entorno elitista para el que hablar de dinero es de mal gusto y son responsables de reproducir las estructuras de producción que estamos criticando. Sin embargo, es muy importante que asociaciones

## **ASUNCIÓN DO PROBLEMA POR PARTE DAS INSTITUCIÓNS**

**Consideras que os problemas de precariedade e inestabilidade emocional no mundo da arte están adecuadamente representados nos circuitos artísticos oficiais? En que medida pode contribuír unha organización ou institución a transformar este panorama?**

Non están nin sequera valorados como posible problemática, este sería outro dos puntos cegos da arte contemporánea que comentaba Iván de La Nuez: “A arte hoxe sinala co dedo todos os vicios e inxustizas do sistema salvo os do seu propio ecosistema da arte”. É importante que os artistas máis novos teñan acceso a material crítico que lles permita ter unha imaxe do novo escenario e deixen de ignorar as realidades financeiras para poder soportar o rexeitamento e a frustración. Moitas institucións oficiais de arte normalmente ignoran isto tan esencial. Forman parte desa contorna elitista para a cal falar de diñeiro é de mal gusto e son responsables de reproducir as estruturas de produción que estamos a criticar. Con todo, é moi importante

y espacios alternativos puedan ejercer influencia activa en regulaciones que podrían desahogar fiscalmente a los artistas, proponer políticas de subsidio de espacios para la creación, presionar a las plataformas tecnológicas para pagar a los artistas por su contenido, y un largo etcétera.

## GESTIÓN DEL EQUILIBRIO

**En un mundo marcado por la inmediatez y la hiperproductividad, ¿cómo gestionas tu día a día para mantener un equilibrio entre trabajo y bienestar? ¿Has incorporado prácticas como la meditación u otros recursos para establecer límites? ¿Cómo contribuyes, o te gustaría contribuir, a visibilizar estos problemas y construir redes de apoyo dentro del sector?**

El trabajo artístico llegó en cierto momento a ser tan absorbente que prácticamente lo abarcaba todo. Stravinsky decía que “cuantas más restricciones se imponga uno, más libre se siente de las demandas que encadenan el espíritu”, así que comencé a establecer unos límites horarios, una agenda y a estructurar el día de otra

que asociacións e espazos alternativos poidan exercer influencia activa en regulacións que poderían desahogar fiscalmente aos artistas, propoñer políticas de subsidio de espazos para a creación, presionar ás plataformas tecnolóxicas para pagar aos artistas polo seu contido, e un longo etcétera.

## XESTIÓN DO EQUILIBRIO

**Nun mundo marcado pola inmediatez e a hiperproductividade, como xestionas o teu día a día para manter un equilibrio entre o traballo e o benestar? Incorporaches prácticas como a meditación ou outros recursos para establecer límites? Como contribúes, ou che gustaría contribuir, a visibilizar estes problemas e construír redes de apoio dentro do sector?**

O traballo artístico chegou en certo momento a ser tan absorbente que practicamente o abarcaba todo. Stravinsky dicía que “canto máis restricións impóñase un, máis libre séntese das demandas que encadean o espírito”, así que comencei a establecer uns límites horarios, unha axenda e a estruturar o día doutro xeito. Aos poucos fun

manera. Poco a poco he ido encontrando más tiempo de calidad para mi vida personal. Hace unos años participé en una lectura de *El entusiasmo* de Remedios Zafra. Aunque estas propuestas son pocas, tienen importancia para dar voz a una generación de artistas en un momento de transición tan fuerte. El *positive thinking* conduce a la idea meritocrática del triunfo individual, mientras que asumir colectivamente nuestro malestar es construir a partir de nuestras debilidades. Hay algunas iniciativas de artistas como Artist Support Pledge, creadas durante la pandemia, que dan cuenta de cómo se puede construir una red de apoyo y, aunque el objetivo es tan grande como transformar la economía del arte, haría falta una acción coordinada entre muchas plataformas.

atopando máis tempo de calidade para a miña vida persoal. Hai uns anos participei nunha lectura de *El entusiasmo* de Remedios Zafra. Aínda que estas propostas son poucas, teñen importancia para dar voz a unha xeración de artistas nun momento de transición tan forte. O *positive thinking* conduce á idea meritocrática do triunfo individual, mentres que asumir colectivamente o noso malestar é construír a partir das nosas debilidades. Hai algunhas iniciativas de artistas como Artist Support Pledge, creadas durante a pandemia, que dan conta de como se pode construír unha rede de apoio e, aínda que o obxectivo é tan grande como transformar a economía da arte, faría falta unha acción coordinada entre moitas plataformas.

Apéndice

### A MODO DE APÉNDICE

*Apaguemos la lámpara eléctrica y veamos qué resultado obtenemos.*

Junichiro Tanizaki

Me gustaría formular brevemente, en primera persona, algunas de las sensaciones experimentadas durante la realización de este proyecto. Confieso, lo primero, que he aprendido mucho. Me he divertido, cansado y estresado. Me he juzgado advirtiendo que podría decir mucho más o que me faltan herramientas, pero también me he entusiasmado y deleitado en el proceso. Me he sentido un poco menos perdida al reconocer en las respuestas a los cuestionarios inseguridades comunes, al adivinar una sintonía con los y las artistas que son, siempre lo digo, el principal engranaje del sistema del arte. Por eso me gusta profundizar en sus ideas y emociones. Considero, además, que habitamos un contexto algunas

### A MODO DE APÉNDICE

*Apaguemos a lámpada eléctrica e vexamos que resultado obtemos.*

Junichiro Tanizaki

Gustaríame formular brevemente, en primeira persoa, algunhas das sensacións experimentadas durante a realización deste proxecto. Confeso, o primeiro, que aprendín moito. Divertínme, canseime e angustieime. Xulgueime advertindo que podería dicir moito máis ou que me faltan ferramentas, pero tamén entusiasmeime e deleiteime no proceso. Sentínme un pouco menos perdida ao recoñecer nas respostas aos cuestionarios inseguridades comúns, ao adiviñar unha sintonía cos e as artistas que son, sempre o digo, a principal engrenaxe do sistema da arte. Por iso gústame profundar nas súas ideas e emocións. Considero, ademais, que habitamos un contexto algunhas veces pouco propicio para

veces poco propicio para la creación y la gestión cultural y que invitar a compartir esa parte más indefensa de nuestro trabajo, que requiere atención y cuidados, puede contribuir a combatir el estigma. Mostrarnos vulnerables no es sencillo pero ayuda a construir la defensa, moviliza los lazos escasamente alimentados desde la soledad de nuestros estudios consolidando nuevas redes de apoyo.

Quería haber explorado más sobre la pausa, la autoregulación de las emociones, la meditación... y considerar cómo estos elementos deberían atravesar el trabajo para alcanzar un equilibrio entre la producción y la emoción. Sin embargo, decidí postergar estas indagaciones para poder cumplir con las expectativas (las propias y las ajenas), con los plazos estipulados, y para lograr el acabado óptimo que me gustaría para este proyecto. En realidad, ¿no es esto una enorme contradicción? Se relega lo que no vemos, lo no material, lo que consideramos menor porque no está supeditado a la mercantilización, y la mente continúa activándose entre la interminable red de *deberías* y metas por cumplir. Hay una técnica muy interesante en psicología; se trata de la búsqueda del *lugar seguro*; un estado mental o emocional en el que la persona se

a creación e a xestión cultural e que convidar a compartir esa parte máis indefensa do noso traballo, que require atención e cuidados, pode contribuír a combater o estigma. Mostrarnos vulnerables non é sinxelo pero axuda a construír a defensa, mobiliza os lazos escasamente alimentados desde a soidade dos nosos estudos consolidando novas redes de apoio.

Quería explorar máis sobre a pausa, a autoregulación das emocións, a meditación... e considerar como estes elementos deberían atravesar o traballo para alcanzar un equilibrio entre a produción e a emoción. Con todo, decidín postergar estas indagacións para poder cumprir coas expectativas (as propias e as alleas), cos prazos estipulados, e para lograr o acabado óptimo que me gustaría para este proxecto. En realidade, non é isto unha enorme contradicción? Relégase o que non vemos, o non material, o que consideramos menor porque non está supeditado á mercantilización, e a mente continúa activándose entre a interminable rede de *deberías* e metas por cumprir. Hai unha técnica moi interesante en psicoloxía; trátase da procura do *lugar seguro*; un estado mental ou emocional no que a persoa sente protexida e libre de

siente protegida y libre de cargas, desde el cual es más sencillo activar la creatividad. A veces es un lugar real y otras imaginado frente al ordenador. Pero conforma, en todo caso, un espacio íntimo desde el que darnos permiso para mirar hacia adentro. Ahora me iré unos días a la montaña; mi lugar seguro. Sentarme en una roca y observar, llenarme de barro o escuchar cómo suena el paisaje son pequeños gestos que me impulsan a volver a escribir. A hacerlo desde lo creativo, sin presiones o excesos. Al revés, a hacerlo casi sin hacerlo. Escribir poco y sentir mucho. En ese momento algo me alienta a expulsar las palabras como surjan, a dejarlas libres. Escribir como un acto de revelación y valentía. Escribir sin borrar ni releer. Hacerlo para desentrañar los miedos y ponerlos al servicio del otro.

cargas, desde o cal é máis sinxelo activar a creatividade. Ás veces é un lugar real e outras imaxinado fronte á computadora. Pero conforma, en todo caso, un espazo íntimo desde o que darnos permiso para mirar cara adentro. Agora marcharei uns días á montaña; o meu lugar seguro. Sentarme nunha rocha e observar, encherme de barro ou escoitar como soa a paisaxe son pequenos xestos que me impulsan a volver escribir. A facelo desde o creativo, sen presións ou excesos. Ao revés, a facelo case sen facelo. Escribir pouco e sentir moito. Nese momento algo me alenta a expulsar as palabras como xurdan, a deixalas libres. Escribir como un acto de revelación e valentía. Escribir sen borrar nin releer. Facelo para desentrañar os medos e polos ao servizo do outro.

**“Mostrarnos vulnerables no es sencillo pero ayuda a construir la defensa”**

**“Mostrarnos vulnerables non é sinxelo pero axuda a construír a defensa”**

Algunas veces tengo un bloqueo mental que consigue minar mis capacidades y me vuelve menor. Que no me deja ser. No es que no me deje ser, porque continúo construyendo cosas, aquellas de las que ya domino los cimientos. Hay algo mucho peor que el folio en blanco, o el lienzo crudo o la mesa de estudio desnuda. Es cuando vemos a través de la pantalla y encontramos un abismo de pensamientos, palabras, proyectos, ideas que son fuertes y frágiles al mismo tiempo. Fuertes por la certeza de su valía. Frágiles porque se esconden y se agrupan como motas diminutas de un polvo demasiado adherido para poder fluir. Pero una vez leí que en la mota de polvo se encuentra la magia, en lo oscuro el hallazgo, en la sombra la seguridad de su luz.

Antes escribía sin buscar lo utilitario, solo por el estímulo de hacerlo. Ahora me cuesta dedicarle un tiempo cuando pienso en todas las tareas pendientes de satisfacer. En este sentido, *¿Está usted aquí?* buscaba ser un espacio desde el que combatir, y compartir, frustraciones pero también donde aprender a desacelerar. Quería silenciar los pensamientos rumiantes y, por momentos, los he alimentado aún más. Sin embargo, he convivido con el malestar al igual

Algunhas veces teño un bloqueo mental que consegue minar as miñas capacidades e vólveme menor. Que non me deixa ser. Non é que non me deixe ser, porque continúo construíndo cousas, aquelas das que xa domino os cimentos. Hai algo moito peor que o folio en branco, ou o lenzo cru ou a mesa de estudo espida. É cando vemos a través da pantalla e atopamos un abismo de pensamentos, palabras, proxectos, ideas que son fortes e fráxiles ao mesmo tempo. Fortes pola certeza da súa valía. Fráxiles porque se esconden e agrúpanse como partículas diminutas dun po demasiado adherido para poder fluír. Pero unha vez lin que na partícula de po atópase a maxia, no escuro o achado, na sombra a seguridade da súa luz.

Antes escribía sen buscar o utilitario, só polo estímulo de facelo. Agora cústame dedicarlle un tempo cando penso en todas as tarefas pendentes de satisfacer. Neste sentido, *Está vostede aquí?* buscaba ser un espazo desde o que combater, e compartir, frustracións pero tamén onde aprender a desacelerar. Quería silenciar os pensamentos rumiantes e, por momentos, alimenteinos aínda máis. Con todo, convivín co malestar do mesmo

que lo he hecho con la satisfacción y el miedo, porque no podemos seleccionar lo que sentimos ni eludir su impacto. No podemos olvidar que entre los subterfugios de lo vocacional se excusa una profesión indefinida en horas y carga mental, donde el valor simbólico e intelectual se sitúan a menudo como pretexto para la mala praxis. Por eso, se enfatiza ahora la urgencia de crear nuevos marcos relacionales, prácticas en las que no se fuerce un resultado final o se procure un significado cerrado. En lugar de sucumbir a la dicotomía de la acción o la inacción, busquemos alternativas para explorar las grietas. El arte contemporáneo, con su capacidad de resonancia y su habilidad para penetrar entre lo emocional, podría ser el adalid desde el que nutrir esa tan cotidiana amenaza de la distopía. Porque a veces crear es calmarse, prestar atención, sentir la punción de que algo está sucediendo y comenzar a observar aquello que nos circunda sin el apremio de la impaciencia. Sucumbamos a la retórica del no hacer y a la del hacer más absoluto para descubrir lo que sucede allá en los intersticios, donde no solemos mirar.

xeito que o fixen coa satisfacción e o medo, porque non podemos seleccionar o que sentimos nin eludir o seu impacto. Non podemos esquecer que entre os subterfuxios do vocacional escúsase unha profesión indefinida en horas e carga mental, onde o valor simbólico e intelectual sitúanse a miúdo como pretexto para a mala praxe. Por iso, salientase agora a urxencia de crear novos marcos relacionais, prácticas nas que non se force un resultado final ou se procure un significado pechado. En lugar de sucumbir á dicotomía da acción ou a inacción, busquemos alternativas para explorar as gretas. A arte contemporánea, coa súa capacidade de resonancia e a súa habilidade para penetrar entre o emocional, podería ser o adaíl desde o que nutrir esa tan cotiá ameaza da distopía. Porque ás veces crear é acougar, prestar atención, sentir a punción de que algo está a suceder e comezar a observar aquilo que nos circunda sen a prema da impaciencia. Sucumbamos á retórica do non facer e á do facer máis absoluto para descubrir o que sucede alá nos intersticios, onde non adoitamos mirar.

## Biografía: Sara Donoso



Foto: Andrea Rodríguez

Sara Donoso es comisaria y gestora cultural. Es doctora en Historia del Arte por la Universidad de Santiago de Compostela (USC) y cuenta con estudios de grado en Bellas Artes en la Facultad de Pontevedra, así como dos másteres: Máster en Arte, Museología y Crítica Contemporáneas y Máster en Estudios de la Literatura y la Cultura, ambos de la USC.

Su interés se centra en temáticas como el paisaje, la hibridación de las artes, la igualdad de género y el impacto del arte en la sociedad. Su carrera se enfoca en dinamizar la cultura a través de textos, proyectos didácticos y exposiciones. Actualmente desarrolla actividades de mediación y comisariado para instituciones como la Facultad de Bellas Artes de Pontevedra, donde es responsable de la gestión de contenidos y redes sociales, así como

Sara Donoso é comisaria e xestora cultural. É doutora en Historia da Arte pola Universidade de Santiago de Compostela (USC) e conta con estudos de grao en Belas Artes na Facultade de Pontevedra, así como dous mestrados: Máster en Arte, Museoloxía e Crítica Contemporáneas e Máster en Estudos da Literatura e a Cultura, ambos da USC.

O seu interese céntrase en temáticas como a paisaxe, a hibridación das artes, a igualdade de xénero e o impacto da arte na sociedade. A súa carreira enfócase en dinamizar a cultura a través de textos, proxectos didácticos e exposicións. Actualmente desenvolve actividades de mediación e comisariado para institucións como a Facultade de Belas Artes de Pontevedra, onde é responsable da xestión de contidos e redes sociais, así como para

para el CGAC (Centro Galego de Arte Contemporánea) de Santiago de Compostela. También ha colaborado con organismos como la Fundación DIDAC en Santiago de Compostela, la Fundación Rac Arte Contemporánea en Pontevedra y la Fundación Artesanía de Galicia. Durante los cursos 2021-23 se ha encargado de la programación expositiva de la Sala Alterarte en el Campus de Ourense de la Universidad de Vigo. Entre sus últimas exposiciones destacan *Manancial de sombras*. Xulio García Rivas en la Fundación Luis Seoane de A Coruña (2022-23), *Formas propias. Diseño para la innovación en Galicia* (co-comisariado con David Barro en la Fundación DIDAC, 2022), *Atrezo-territorio*. Christian Villamide en la Galería Marisa Marimón (2022) y el proyecto *Una mirada a Galicia. Colección CGAC*, tres muestras colectivas que revisaron los últimos veinte años del arte en Galicia a través de la colección de dicha institución (2021-22).

Entre sus proyectos de mediación y colaboración colectiva se incluyen la realización de talleres y visitas guiadas en el CGAC; la organización del proyecto *Idear Alemparte. Creación e innovación en el rural gallego* (2022) o la co-organización de *Arte Ambulante. Arte contemporáneo en el rural gallego* (A

o CGAC (Centro Galego de Arte Contemporánea) de Santiago de Compostela. Tamén colaborou con organismos como a Fundación DIDAC en Santiago de Compostela, a Fundación Rac Arte Contemporánea en Pontevedra e a Fundación Artesanía de Galicia. Durante os cursos 2021-23 encargouse da programación expositiva da Sala Alterarte no Campus de Ourense da Universidade de Vigo. Entre as súas últimas exposicións destacan *Manancial de sombras*. Xulio García Rivas na Fundación Luís Seoane da Coruña (2022-23), *Formas propias. Diseño para a innovación en Galicia* (co-comisariado con David Barro na Fundación DIDAC, 2022), *Atrezo-territorio*. Christian Villamide na Galería Marisa Marimón (2022) e o proxecto *Unha mirada a Galicia. Colección CGAC*, tres mostras colectivas que revisaron os últimos vinte anos da arte en Galicia a través da colección da devandita institución (2021-22).

Entre os seus proxectos de mediación e colaboración colectiva inclúense a realización de talleres e visitas guiadas no CGAC; a organización do proxecto *Idear Alemparte. Creación e innovación no rural gallego* (2022) ou a co-organización de *Arte Ambulante. Arte contemporánea no rural*

Colectiva, 2019-2022). Forma parte del equipo de programación de *INTERSECCIÓN. Festival Internacional de Cine de A Coruña*.

Como crítica, ha colaborado con medios como *Transit, Fotocinema, Otros Cines Europa, Radio Galega* (CRTVG), *Luzes* u *DARDO Magazine*. Entre sus publicaciones destacan la serie *En tránsito. Entrevistas a ex-alumnado de la Facultad de Bellas Artes* (2020-23), *Miradas cruzadas* (2019) o *Paisaje y pintura en el audiovisual gallego contemporáneo* (2016). Fue reconocida con el Premio Talento Mozo en la modalidad de Cultura y Creación, otorgado por la Xunta de Galicia (2020).

*gallego* (A Colectiva, 2019-2022). Forma parte do equipo de programación de *INTERSECCIÓN. Festival Internacional de Cine da Coruña*.

Como crítica, colaborou con medios como *Transit, Fotocinema, Outros Cinemas Europa, Radio Galega* (CRTVG), *Luzes* ou *DARDO Magazine*. Entre as súas publicacións destacan a serie *En tránsito. Entrevistas a ex-alumnado da Facultade de Belas Artes* (2020-23), *Miradas cruzadas* (2019) ou *Paisaxe e pintura no audiovisual gallego contemporáneo* (2016). Foi recoñecida co Premio Talento Mozo na modalidade de Cultura e Creación, outorgado pola Xunta de Galicia (2020).

## **Proyecto ideado por Sara Donoso**

Diseño y maquetación: Patricia Núñez

Textos: Sara Donoso, los/las artistas

Fotografías: los/las artistas

ISBN: 978-84-09-55756-1

Agradecimientos: Juan Cabaleiro, Pilar Calvo, Pedro Donoso, Abel Otero, los/las artistas.

Mentoría: Semíramis González

Proyecto beneficiario de las ayudas REGA 2023 - Programa de Residencias Artísticas do Gaiás, impulsado por la Xunta de Galicia a través de la Fundación Cidade da Cultura.



