

**PROCESO DE SANACIÓN CON LOS MANDALAS, A TRAVÉS DE LOS
RECUERDOS, TOMANDO COMO HERRAMIENTA PLÁSTICA EL VALOR
SIMBÓLICO DE LOS OBJETOS.**

MARÍA CONSTANZA ORTIZ CABRERA

**UNIVERSIDAD DE NARIÑO
FACULTAD DE ARTES
MAESTRÍA EN ARTES VISUALES
SAN JUAN DE PASTO
2007**

**PROCESO DE SANACIÓN CON LOS MANDALAS, A TRAVÉS DE LOS
RECUERDOS, TOMANDO COMO HERRAMIENTA PLÁSTICA EL VALOR
SIMBÓLICO DE LOS OBJETOS.**

MARÍA CONSTANZA ORTIZ CABRERA

**Trabajo de grado presentado como requisito parcial para optar el título de
Maestra en Artes Visuales**

MARIO MARTÍNEZ
Asesor

**UNIVERSIDAD DE NARIÑO
FACULTAD DE ARTES
MAESTRÍA EN ARTES VISUALES
San Juan de Pasto
2007**

NOTAS DE RESPONSABILIDAD

“Las ideas y conclusiones aportadas en la Tesis de grado son responsabilidad exclusiva de sus autores”. Art. 1, acuerdo 324 de octubre 11 de 1966, emanado del Honorable Consejo Directivo de la Universidad de Nariño.

Nota de aceptación:

Firma del presidente del jurado

Firma del jurado

Firma del jurado

San Juan de Pasto, Noviembre de 2007

TABLA DE CONTENIDO

	Pág.
CAPITULO I	15
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	15
1.1 INFORMACIÓN GENERAL	15
1.1.1 Datos del Proyecto	15
1.1.1.1 Titulo	15
1.1.1.2 Programa	15
1.2 DATOS	15
1.2.1 Asesor del Proyecto	15
1.3 FORMULACION DEL PROBLEMA	15
1.4 OBJETIVOS	16
1.4.1 Objetivo General	16
1.4.2 Objetivos Específicos	16
1.5 JUSTIFICACIÓN	16
1.6 LIMITACIONES	17
CAPITULO II	18
FUNDAMENTOS TEORICOS	18
2.1 ¿QUÉ ES LA MEMORIA?	18
2.2 EL OLVIDO	18
2.3 PROCESOS DE LA MEMORIA	18

	Pág.
2.3.1 Fijación	18
2.3.2 Conservación	19
2.3.3 La evocación	19
2.3.4 Espontánea:	19
2.4 LA EVOCACIÓN VOLUNTARIA	19
2.5 EL RECONOCIMIENTO	19
2.6 LOCALIZACIÓN	20
2.7 TIPOS DE MEMORIA	20
2.7.1 Almacenamiento	20
2.7.2 Memoria a corto plazo	20
2.7.3 Memoria a largo plazo	20
2.8 ASOCIACIÓN DE IDEAS	21
2.8.1 Asociación con contigüidad	21
2.8.2 Asociación por semejanza	21
2.8.3 Asociación por contraste	21
2.9 ¿CÓMO FUNCIONA LA MEMORIA?	21
2.10 EL VALOR SIMBOLICO DE LOS OBJETOS	21
2.10.1 La transformación de los objetos	22
2.10.2 La transformación de los objetos en un juego simbólico	23
2.10.3 El objeto en la producción artística	23
2.11 MANDALAS	24

	Pág.
2.12 BENEFICIOS DE LOS MÁNDALAS	28
2.13 FORMAS Y SUS SIGNIFICADOS	28
2.14 QUÉ QUIEREN DECIR LOS COLORES EN LOS MANDALAS?	28
2.15 ANTECEDENTES DEL PROBLEMA	29
2.16.1 HIPÓTESIS	30
CAPITULO III	31
METODOLOGIA	31
3.1 DISEÑO DE TECNICAS DE RECOLECCIÓN	31
3.2 POBLACIÓN Y MUESTRA	31
3.3 GUÍA DE TRABAJO DE CAMPO	31
CAPITULO IV	36
ASPECTOS ADMINISTRATIVOS	36
4.1 RECURSOS HUMANOS	36
4.2 PRESUPUESTO	36
4.2.3. Materiales	36
BIBLIOGRAFIA	38

RESUMEN

Los recuerdos constituyen gran parte de nuestra expresión cotidiana, si recordamos algo con bastante claridad, o hay recuerdos persistentes, quiere decir que existen cosas, situaciones o sensaciones que adquieren una enorme importancia, en el sentido en que se convierten en portadoras de valiosas y fundamentales informaciones que son capaces de atravesar, trascender y transformar el transcurso "corriente" del desarrollo presente y venidero del ser humano en la totalidad de sus aspectos. En esta medida si la memoria y los recuerdos adquieren una importancia fundamental en los procesos de vida del sujeto; pretendo trabajar alrededor de esto, en casos en los que los acontecimientos se han incrustado en un plano negativo que interfiere en la interacción con el entorno y consigo mismo, como también en la organización, construcción y asimilación de las ideas y conceptos de su propia realidad.

Propongo a partir de la instalación, utilizar los objetos y el mismo dialogo entre estos como los encargados materializar los miedos y exteriorizar la memoria reprimida. A través de la disposición de los objetos en un Mandala se abre paso a la posibilidad de poner a trabajar el inconciente para lograr asociaciones mentales, proyección, integración de contrarios, auto aceptación, organización, equilibrio etc... en la expresión de emociones internas tenemos la posibilidad de llegar a un centro en el cual tengamos la posibilidad de visualizar la vibración de toda fuente de vida y de reconciliarnos con el tiempo el espacio y las relaciones humanas.

ABSTRACT

Memories are a mark of our daily expressions. When remembering something clear enough or that memory appears all the time it means that a situation or a sensation exist and obtain a major importance because they carry some valuable and fundamental information which goes through, transcends, and transforms the humans' present and future wholly.

The objective of this research paper is to work with those situations and sensations at a deeper level, when they interfere in our context or in our inner thought, as well as with the organization, construction, and assimilation of ideas and concepts of our own reality. The author proposes the use of the objects and the dialogue between these elements in order to materialize our fears and to externalize the repressed memories. Through the disposal of mandala is possible to work with the mental associations that take place inside our brain, projection, opponents' integration, self acceptance, organization, equilibrium, and so on. Finally, once we get to this point is very likely that we visualize all sorts of vibrations in all sources of life and hopefully, we could reconcile with the time, space, and every human relationship.

“LA ESCRITURA DEL CUERPO”

Por: María Constanza Ortiz C.

Para introducirme en el tema del ensayo, debo referirme a algunos procesos y acontecimientos que, de cierta manera, me llevaron a focalizar mi trabajo artístico en contenidos que hacían referencia a la enfermedad¹.

Desde el momento en el que comienzo a producir mis primeras obras, tengo en claro que mi trabajo artístico debe ser autoreferencial, veía la necesidad de comenzar desde adentro. Constantemente insistía en la intención de indagar y, a la vez, criticar lo íntimo, tomándolo tal vez como una labor de limpieza, no en miras de una sanación, fue más bien como sacar del baúl prohibido muchos secretos, los más ocultos, sin ninguna intención de votarlos para olvidarme de ellos, sólo quería verlos, quizá volver a verlos. El arte me estaba enseñando, poco a poco, a mirar detallando... a observar apropiándome y a reflexionar sintiendo, de manera que, automáticamente, la inocencia que percibía de tantas cosas se estaba esfumando.

Después de vivir varias transformaciones, no fue fácil, tuve en algún momento que desviar la mirada de adentro y volverme hacia fuera, sintiendo desde ese momento que se avecinaban enormes conflictos; de un momento a otro, sin pensarlo demasiado, ya estaba en frente de todos ellos... lo único que hice fue observar, en ese momento sin prevenciones encima pero precisando incisivamente, estaba cara a cara con un sinnúmero de personajes, los cuales demostraban muchas evidencias en su físico, tanto así que dejaban para leer contenidos de su historial de vida, había agresividad, calma, depresión, euforia...en fin muchas cosas; Claro está me fijaba más en unos que en otros, en sus actitudes, ademanes gestos... y relacionaba algunas cosas con otras, esto, con aquello como intentando buscar un por qué, un motivo, hasta que estaba empezando a necesitar muchas respuestas. En determinado momento, después de tanto dar y dar vueltas, no sentí estas expresiones como particularidades únicas, era como si reviviera una imagen que en algún momento ya había visto, extrañamente, mi atención se fijaba en aquellos personajes que demostraban solidamente ciertas conductas, no sé por qué, pero mi curiosidad se concentró sin querer en portes que se demostraban en un aspecto negativo (dentro de concepción personal)... tratando de asociarlos, o ver de que manera tenían cabida dentro de esos conceptos de la evolución que se suponen en los ciclos de

¹ enfermedad: pérdida del bienestar integral (o.m.s. organización mundial de la salud.)

vida de los seres humanos. En ese preciso momento, después de tanto detallar, no alcanzaba a observar ese proceso de evolución, sino mas bien un proceso degenerativo visto desde diferentes formas o estados, lo cual me estaba revelando a la existencia como una enfermedad que estaba constante tomando el vehículo hacia muchas variantes, todas estas influenciadas por los múltiples factores dispuestos por todos los sistemas que circundan la cotidianidad común del ser humano y me pregunte ¿Todos estamos enfermos?

Mas adelante tuve la oportunidad de seguir indagando y conociendo acerca del cuerpo a través del arte en la investigación que cursaba para mis producciones, y cuando tengo la oportunidad de ingresar al diplomado de *“terapias en artes”* es cuando empiezo a comprender la importancia que tienen los cuerpos, en todas y cada una de sus partes, puesto que tienen la posibilidad de expresar en metáforas todo aquello que recogemos en la vivencia, en la manera como asimilamos el entorno, es como un mecanismo compartido a la vez inseparable, con funciones aparentemente independientes y delimitadas, pero en si somos un todo, una unidad con vida que experimenta, conoce, procesa, asimila y lo mas importante tiene la capacidad de generar mas vida.

Podemos darnos cuenta que el sujeto recibe influencias directas desde su etapa de formación, tanto en su estadio preobjetal y preverbal, en la infancia, adolescencia y adultez, por parte de familia, sistemas sociales, religiosos, políticos, económicos etc ...Pienso que a partir de esto vamos configurando estructuras mentales con un influjo directo de la presencia de estos agentes que son, de cierta forma, necesidades personales, y que mas allá se vuelven fundamentales para el óptimo funcionamiento de las sociedades, con el fin de dar un sentido de organización a los fenómenos multifactoriales que se van manifestando en las comunidades... si hablamos de los intereses propios, veremos de un modo que en un momento esos intereses son de tipo común. La misma sociedad empieza a trabajar alrededor de esto, clasifica, jerarquiza, agrupa en fin... igual como sucede en el cuerpo humano, la independencia de cada parte en su funcionamiento hace una interpretación de las necesidades, con el fin de lograr un funcionamiento integral.

Es muy difícil tratar este tema, puesto que creo que esa misma organización que hemos elaborado con fines optimizadores es precisamente la generadora numero uno del conflicto “personal –global” y viceversa ¡Que sucede! Nos encontramos dentro de un caos que soporta constantemente las inclinaciones, que de alguna manera son compensadas de forma genérica, mas quienes buscan suplir estas condiciones se apoderan de múltiples estrategias con la finalidad de favorecer sus propios beneficios; se da esto en la religión, política, economía, algunas veces en el núcleo familiar, incluso en movimientos culturales. A la larga cada uno de nosotros terminamos percibiendo estas influencias indirectas o directamente desde el momento en que nos formamos en adelante, nos volvemos vulnerables, sensibles y aprensivos de todos estos persistentes estímulos.

El ser humano está dotado de un lenguaje verbal que es el que conocemos comúnmente producto de una influencia étnica determina, aparte de este, se da el lenguaje corporal que se evidencia con los movimientos y gestos en su propia expresión, bajo las posibilidades del cuerpo. Esto puedo asociarlo con la parte psicológica (la mente), con las lecturas que hacemos tempranamente del entorno familiar, y social en una pequeña parte (teniendo en cuenta cualquier tipo de suceso que marque el "normal" transcurso de la vida), identifico el lenguaje de conductas en las que acojo los hábitos, tendencias, inclinaciones, ideas estructuradas...Entonces que pasa, encontramos un sujeto armado completamente de un lenguaje en sus capacidades particulares teniendo en cuenta que los humanos somos **seres sociales** por naturaleza y, por lo tanto, tenemos la necesidad de **relacionarnos** con los demás y dejar constancia de nuestra existencia. Algunos utilizamos una forma de comunicar mas que otra, pero encuentro al cuerpo muy evidente, reaccionando ante los estímulos externos, el lenguaje del cuerpo no puede ocultar o callar no se limita en sus manifestaciones, por lo tanto se convierte en ese diario de nuestras vidas, en el mensajero, ahí encontraremos escritos nuestros acontecimientos, nuestra historia, las sensaciones cotidianas que nos produce la vida, e incluso va revelando todo aquello que con tanto cuidado y por tanto tiempo hemos guardado. -**“¿Que seríamos sin el lenguaje? Ha hecho de nosotros lo que somos. Solo el revela, en el limite, el momento soberano en el que ya no tiene lugar”**.”²

Cuando hablamos con alguien sólo una pequeña parte de la información que obtenemos de esa persona procede de sus palabras. Los investigadores³ han estimado que entre un 60 y un 70% de lo que comunicamos lo hacemos mediante el lenguaje no verbal; es decir, gestos, apariencia, postura, mirada y expresión. Muy a menudo, el efecto de este lenguaje corporal tiene lugar a nivel inconsciente, de manera que, después de estar sólo un par de minutos conversando con alguien a quien acabamos de conocer, podemos llegar a la conclusión de que esa persona no es de fiar o no nos gusta sin que podamos explicar el motivo exacto. Lo más que podemos decir es "tiene algo que no me gusta". Ese "algo" procede, casi con toda seguridad, de lo que su lenguaje corporal nos ha transmitido. Y, a la inversa, cuando hablamos con alguien es posible que le estemos diciendo mucho más de lo que creemos. Generalmente, distintas áreas del cuerpo tienden a trabajar unidas para enviar el mismo mensaje, aunque a veces es posible enviar mensajes contradictorios, como cuando alguien está contando una anécdota divertida pero la expresión de su cara es triste. Esto puede ser debido, por ejemplo, a que mientras habla está pensando en otra cosa, tal vez en lo siguiente que va a decir, y la expresión de su cara se corresponde con lo que está pensando y no con lo que está diciendo, de manera que deja perplejo a su interlocutor. Con desconocidos nos comunicamos principalmente a través de los ojos, Pero obviamente las lecturas, y los lenguajes, o formas de expresar son totalmente

² Bataille Georges– El Erotismo

³ <http://www.cepvi.com/articulos/gestos1.htm>

subjetivas, cada uno de nosotros vamos conformando nuestros propios códigos, por ejemplo las personas con las que mas hemos tenido contacto son las que mejor nos lograran interpretar, pero existen cosas como el gesto que pueden ser de lectura general; en otras ocasiones, los mensajes son confusos debido que se pueden estar transmitiendo varias emociones a la vez, como rabia, miedo y ansiedad, que a veces aparecen unidas. Es todo esto a lo que me refiero cuando digo escritura del cuerpo, un ejemplo la escritura convencional que conocemos no son mas que símbolos, de esta misma manera el cuerpo va creando y adaptando sus propios símbolos.

El lenguaje no verbal es en parte innato, en parte imitativo y en parte aprendido.

El cuerpo requiere de una cubierta imaginaria, esto permite que un sujeto no quede alienado a los datos que le envía el organismo. Es la imagen unificadora la que da la posibilidad que sea cuerpo, y no sólo un organismo biológico, un conjunto de órganos, aparatos y sistemas; es decir que se ubica al cuerpo dentro del registro imaginario y así éste adquiere su importancia en el campo de la representación.

“El cuerpo es vehiculo de la manifestación o realización de todos los procesos y cambios que se producen en la conciencia. Así, si todo el mundo material no es sino, el escenario en el que se plasma el juego de los arquetipos, con los que se convierte en alegoría, también el cuerpo material es el escenario en el que se manifiestan las imágenes de la conciencia.”⁴

Juega un papel fundamental, es receptor de una gran cantidad de información a la que estamos expuestos día tras día, la procesamos en nuestro interior y el cuerpo nos dará cuenta de la manera como lo hemos hecho, nos indica cuando estamos realizando una buena elaboración a partir de esas informaciones recibidas o si por el contrario lo asimilado nos está comunicando una falencia presente que se ha dado en la relación sujeto-medio.

Pienso que es muy importante reconocernos como una unidad que abarca en sí misma diversos compuestos individuales y extraindividuales a los cuales vamos dando una organización a través del tiempo, la cual merece constante observación, insisto en esta parte de procurar conocernos en alguna medida, ya que al relacionar nuestro propio sistema con los sistemas externos seremos capaces de dar respuesta a tantas incógnitas que a veces aparecen imposibles, dentro de esas estructuras que han sido construidas y que también nosotros mismos nos hemos encargado construir.

⁴ Dethlefsen Throwald y Dahlke Rüdiger Dahlke – La enfermedad como camino

El cuerpo se presenta como una opción perfecta del conocimiento en tanto aprendamos a emplear nuestras propias alternativas de comunicación, estaríamos en capacidad de alcanzar una lectura que nos permita adaptarnos y comunicarnos en última vista como la autopoyesis del sistema.

“Cada uno de nosotros somos una escritura de nuestros infinitos ayeres”
J.L.Borges

La experiencia en el diplomado me lleva a un contacto más estrecho con el cuerpo, ya que por medio de él estamos percibiendo la vida; el arte en general nos transmite constantemente sensibilidad, esa sensibilidad que carga el cuerpo en toda su unidad, que al estudiarlo, comprenderlo, y estimularlo es posible mejorar la calidad de vida.

Todas las ramas artísticas permiten nutrir cada parte, hablando desde lo físico, lo psíquico, lo espiritual... El arte terapia ha estudiado al ser humano integralmente, de manera que brinda la oportunidad de prevenir, sanar, transformar, equilibrar y por supuesto activar la parte creativa; El arte es en sus posibilidades infinito, y es en ese sentido en donde se iguala a nuestra esencia, y es por esto que nos da la capacidad de reencontrarnos en un todo para vivir, comprender y disfrutar todo proceso.

En mi proceso de trabajar en el arte, me ha llevado a expandir mis conceptos, generándome nuevas posibilidades en muchos y amplios sentidos, con una perspectiva de poder vivir a través el arte, y algo muy importante que es entender que toda expresión de vida significa “arte”.

BIBLIOGRAFIA

- Bataille Georges – El Erotismo
Tusquets Editores
Titulo original- L'Érotisme
- Throwald Dethlefsen y Rüdiger Dahlke – La enfermedad como camino
- <http://www.cepvi.com/articulos/gestos1.htm>

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 INFORMACIÓN GENERAL

1.1.1 TÍTULO

Proceso de sanación con los mandálas, a través de los recuerdos, tomando como herramienta plástica el valor simbólico de los objetos.

1.1.2 PROGRAMA

Maestría en Artes Visuales.
Diplomado Terapias en Artes.

1.2 DATOS

Nombre: María Constanza Ortíz Cabrera.
Código: 22057209
Correo Electrónico: cosette2183@hotmail.com

1.2.2 Asesor del Proyecto:

Nombre: Mario Fernando Martínez Benavides.
Correo Electrónico: mafemabe@yahoo.com

1.3 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Los mandalas posibilitan comprender los procesos o ciclos de vida, activar los espacios de meditación, la expansión de ideas y búsqueda de equilibrio a través de los recuerdos?

1.4 OBJETIVOS

1.4.1 Objetivo General. Generar reconciliaciones entre aspectos desestabilizantes o traumáticos detectados en acontecimientos pasados.

1.4.2 Objetivos Específicos:

- Identificar falencias presentes en las representaciones pasadas.
- Realizar asociaciones mentales entre recuerdo y objeto como cuerpo.
- Facilitar el proceso catártico.
- Encontrar liberación en la exteriorización del conflicto.
- Estimular la creación artística.
- Alterar la percepción del entorno inmediato, intentando crear un cambio a partir del estímulo visual que proporciona el objeto, dentro de un ámbito de experimentación y creación.
- Reflexionar sobre el valor semántico y simbólico de los objetos.
- Establecer relaciones y asimilar los procesos o ciclos de vida con la naturaleza, tiempo, espacio, energía, relaciones individuales, interpersonales con el entorno etc... en los diferentes ámbitos del transcurrir y desenvolvimiento humano.
- Buscar equilibrio.
- Sanación Física y psíquica.
- Formalizar los elementos en una obra plástica.
- Activar La conciencia a partir de la meditación.
- Lograr a partir de los puntos anteriores la activación cognitiva de procesamiento de informaciones previamente excluidas.

1.5 JUSTIFICACIÓN

El proyecto nace en el proceso realizado en el diplomado de terapias en artes, teniendo en cuenta el trabajo autoreferencial que venía elaborando en mis obras artísticas y la experiencia de intervención que se realizó en los diferentes módulos.

Los recuerdos constituyen gran parte de nuestra expresión cotidiana, si recordamos algo con bastante claridad, o hay recuerdos persistentes, quiere decir que existen cosas, situaciones o sensaciones que adquieren una enorme importancia, en el sentido en que se convierten en portadoras de valiosas y fundamentales informaciones que son capaces de atravesar, trascender y transformar el transcurso “corriente” (termino subjetivo) del desarrollo presente y venidero del ser humano en la totalidad de sus aspectos. En esta medida si la memoria y los recuerdos adquieren una importancia fundamental en los procesos de vida del sujeto, pretendo trabajar alrededor de esto en casos en los que los acontecimientos se han llegado a incrustar hacia un plano negativo e interfieren en la interacción con el entorno y consigo mismo, como también en la organización, construcción y asimilación de las ideas y conceptos de su propia realidad.

Propongo a partir de las artes plásticas específicamente la instalación en donde la utilización de los objetos y el mismo dialogo entre estos adquiera el poder de materializar los miedos y exteriorizar la memoria reprimida, así como también de crear contrastes y transformaciones en ellos, los objetos dan la opción de ser mediadores en la parte social y en la exploración del entorno, Los que nos proporcionan vivencias, sensaciones, sentimientos, que nos despiertan el sentido crítico, que nos hacen identificarnos como sujetos, siendo así se toman como una metáfora visual ; a través de la disposición de los objetos formando un Mándala se dará paso a la posibilidad de poner a trabajar el inconciente para lograr asociaciones mentales, proyección, integrar contrarios, auto aceptación, organización, resolver dudas, equilibrio etc... en la expresión de emociones internas tenemos la posibilidad de llegar a un centro en el cual tengamos la posibilidad de visualizar la vibración de toda fuente de vida y de reconciliarnos con el tiempo el espacio y las relaciones humanas. Tomo este proceso como una terapia de iluminación en la que se ponen en claridad nuestras percepciones y en donde los conceptos de pasado abandonen en su evocación el significado de carga o peso y por el contrario adquieran el valor de conocimiento, sabiduría y armonía.

1.6 LIMITACIONES

La terapia propuesta es aplicable para cualquier persona y en cualquier caso, la única limitación que encuentro y no en su totalidad es la ubicación espacial ya que se debe tener en cuenta que además de ser una terapia es un ritual y se deben adecuar muy bien los espacios para que adquiera el sentido correcto que tiene además que el manejo de luces que se planea integrar pueda ser percibido físicamente tanto para los realizadores como para el espectador.

CAPITULO II

FUNDAMENTOS TEORICOS

2.1 ¿QUÉ ES LA MEMORIA?

Para la elaboración del presente proyecto me focalizo en tres temáticas que son el eje central para retomar el arte en un sentido terapéutico. El diseño de la propuesta parte de la experiencia de intervención que fué posible percibir en el diplomado y el trabajo autoreferencial de mis procesos artísticos individuales; de este modo la aplicación de conceptos parte del análisis de la memoria enfatizando en lo recuerdos que han adquirido gran primacía en los procesos “normales” de vida de los sujetos y que se han visto afectados por la magnitud negativa que representaron y por ende continúan canalizándose en conductas y espacios cotidianos. Para la mayor comprensión de esta temática, analizo la siguiente bibliografía con el fin de conocer, intensificar y destinar en la observación de la multiplicidad de variantes por las cuales llega a determinadas representaciones.

La memoria es un mecanismo de grabación, archivo y clasificación de información, haciendo posible su recuperación posterior. En sentido estricto la podemos identificar con la capacidad de grabación pero ya sabemos que tan importante es esa grabación como el contenido y estructura de la información⁵. La memoria es el reflejo o respuesta que da el sujeto de lo que existió en el pasado, debido a la actualización de las conexiones nerviosas temporales, tomados anteriormente en la corteza cerebral al actuar nuevamente dichos objetos o fenómenos.

2.2 EL OLVIDO

Es la ausencia del recuerdo⁶, para la vida psíquica es una función tan necesaria como la memoria, mediante el olvido la conciencia descarga el pesado lastre de sus experiencias inservibles y de ese modo se capacita mejor para la actuación presente.

2.3 PROCESOS DE LA MEMORIA

2.3.1 Fijación. A cada momento estamos en permanente contacto con muchos eventos de nuestro entorno, ej: si entramos a una librería captamos y

⁵ http://www.haysalud.com/mambo/index.php?option=com_content&task=view&id=235&Itemid=28

⁶ http://www.haysalud.com/mambo/index.php?option=com_content&task=view&id=235&Itemid=28

registramos diversos tipos de información. Como títulos, colores, tamaño y forma.

2.3.2 Conservación. Es el proceso de retener los hechos psíquicos vividos, de tal manera que sea posible su evocación, este proceso tiene lugar en la extraconciencia del individuo, ej: conservo en mi conciencia los recuerdos de los conocimientos de este curso, imágenes de la personas.

2.3.3 La evocación. Es la reaparición del hecho vivido, es decir su regreso de la inconciencia a la conciencia con el carácter de recuerdo, y son de dos clases: espontánea y voluntaria.

2.3.4 Espontánea. Es la que se produce sin ningún esfuerzo voluntario del yo es decir, sin que busquemos deliberadamente los recuerdos Ej.: estoy atendiendo las clases y de pronto surge en mi mente el recuerdo del último partido de fútbol que jugué.
Esta se clasifica en dos.

-Inusitada. Cuando el recuerdo evocado se presenta en la conciencia, sin tener ninguna relación con los hechos que la están ocupando Ej.: estoy comiendo cuando de repente recuerdo que me he comprometido a prestar un libro a cocoliso.

-Asociativa. Cuando lo evocado tiene una relación con los fenómenos psíquicos que están ocupando la conciencia. Ej.: veo a una persona muy gorda y recuerdo espontáneamente a una amiga que es también muy gorda.

2.4 LA EVOCACIÓN VOLUNTARIA

Es aquella que hacemos mediante un esfuerzo deliberado es decir buscando conscientemente el recuerdo Ej. : El alumno se esfuerza por recordar el conocimiento sobre el cual le ha preguntado su profesor, también lo hacen lo mismo los testigos.

2.5 EL RECONOCIMIENTO

Es el darse cuenta de que lo evocado es algo que efectivamente pertenece a nuestra experiencia psíquica pasada. Ej.: evoco la imagen de la catedral de puno, reconozco que efectivamente es así hermoso ese templo, pues he visto varias veces. Sin embargo no siempre el reconocimiento es claro si no también hay reconocimientos parecidos.

2.6 LOCALIZACIÓN

Consiste en la ubicación del recuerdo en el tiempo de muchos casos en el espacio, pero la localización es fundamentalmente temporal, aun en los casos en que hay referencia a un determinado espacio. Ej: recuerdo que viajé a Chile el año pasado. Recuerdo que el profesor Papelucho me enseñó en el año 2001 en el colegio SAN CARLOS. La localización es inespecificable.

2.7 TIPOS DE MEMORIA

2.7.1 Almacenamiento. En primer lugar está el almacenamiento de información sensorial o memoria sensorial, ósea en función de los órganos sensoriales que intervienen, visual, auditivo, táctil, gustativa, olfativa, etc.: este tipo de memoria registra la información tal como la recibe sin ningún tipo de elaboración o transformación del estímulo. Ej.: cuando una persona cierra los ojos, los abre lentamente y los vuelve a cerrar, observa que la imagen que captó mientras tenía los ojos abiertos siguió con ella durante un breve lapso después de cerrar los ojos por segunda vez, a este proceso se llama representación sensorial.

2.7.2 Memoria a corto plazo. Es llamada también inmediata depende de la atención momentánea pues comprende las impresiones que se pueden abarcar en un único acto de atención. En este golpe la atención se puede retener entre cinco y nueve unidades (número, palabras, frases) la duración de memoria inmediata no sobrepasa los 10 segundos y en tiempo de retención oscila entre un segundo y un minuto. Esto hace suponer que para recordar posteriormente esta información, y que pase a la memoria a largo plazo, hemos de repetir varias veces a través de un acto consciente y voluntario, los recuerdos de este sistema no son interpretación de los datos sensoriales números y palabras importantes.

2.7.3 Memoria a largo plazo. Ciertos recuerdos a corto plazo son archivados en un sistema de memoria a largo plazo o memoria remota. Muchos recuerdos a corto plazo son probablemente absorbidos en forma tan continua que se convierten en recuerdos a largo plazo⁷. La memoria a largo plazo viene precedida de un periodo de consolidación (entre 15 y 60 minutos) durante el cual se consolidan las huellas de la memoria, la duración de la memoria a largo plazo es prácticamente ilimitado pues va desde el fin del proceso de consolidación hasta el olvido. De todos modos las huellas quedan permanentemente grabadas en el cerebro, aunque parezca que se han olvidado.

⁷ <http://depsicologia.com/>

2.8 ASOCIACIÓN DE IDEAS

PAVLOV sostiene que una asociación de ideas se produce por: la conexión nerviosa temporal entre dos puntos de la corteza cerebral, por la acción simultánea a consecuencia de dos o varios estímulos. Las principales clases de asociación de ideas son:

2.8.1 Asociación con contigüidad. Se da en el espacio y en el tiempo por Ej.: al ver un compañero de colegio después de años, evocamos nombres y apellidos.

2.8.2 Asociación por semejanza. Consiste en evocar un recuerdo o parece otro igual o semejante por ej: el rostro de un artista me hace parecer a la gracia de una chica que conocí.

2.8.3 Asociación por contraste. Consiste en que una persona, objeto, fenómeno o pensamiento, evoca su puesto contrario ej: el frío de la sierra evoca el calor de verano de la costa. Deberíamos estar agradecidos por tener recuerdos parciales, razonablemente eficientes.

2.9 ¿CÓMO FUNCIONA LA MEMORIA?

La memoria es un sistema formado por tres fases: entrada, almacenamiento y recuperación. Para recordar algo, primero debemos haberlo experimentado⁸ (haciendo a un lado los casos excepcionales, como el del niño que se golpeó la cabeza); esto constituye la entrada. Debemos, también, haberlo almacenado y, por supuesto, debemos poder hacerlo salir del almacén de la memoria. Pero el sistema es mucho más complicado de lo que indica nuestro esquema. La memoria es un proceso dinámico que implica la organización creativa y la reconstrucción⁹, y, aun cuando un golpe fuerte en la cabeza puede “liberar” algunos de nuestros recuerdos, las personas en busca de la caja “secreta” que los retiene en el cerebro tienen poco éxito.

2.10 EL VALOR SIMBOLICO DE LOS OBJETOS

Para llevar a cabo la propuesta tanto de terapia como plástica intento apoyarme en tendencias artísticas contemporáneas que ya venía manejando como lo es la instalación en donde el valor del objeto entraña un carácter simbólico, y es

⁸ <http://depsicologia.com/>

⁹ <http://depsicologia.com/>

rescatado en su posibilidad de representación y/o evocación. También se tiene en cuenta que en el momento de establecer una relación e interacción con el objeto ya se da la posibilidad de transformación para el sujeto. Fuera de estas grandes posibilidades terapéuticas que brinda este medio se abre paso a la diversidad en la misma terapia como posibilidad en el campo de acción creativa. La profundización que me aporó en gran parte a construir y afianzar conceptos se encuentra reunida y especificada en la siguiente información.

La relación con los objetos constituye un proceso fundamental para el desarrollo del pensamiento y la construcción de significados. Esta relación forma parte de un proceso encadenado de contrastes y transformaciones que realizan, no sólo con los objetos, con su propio cuerpo, sino también con las personas y el espacio en el que desarrollan sus acciones. Los objetos como mediadores sociales les permiten “ser operativos” en la exploración y conocimiento activo del entorno.

Por ello los objetos afectan fundamentalmente nuestros encuentros, acciones y relaciones. El sentido del objeto pasa a depender enteramente de la experimentación, lo que impide que el sujeto pueda manipularlo sin quedar afectado por este encuentro.

Los objetos que nos proporcionan vivencias, sensaciones, sentimientos, que nos despiertan el sentido crítico, que nos hacen identificarnos como sujetos y situarnos frente a ellos marcando límites.

“El objeto es un elemento móvil y artificial del mundo circundante, fabricado por el hombre, accesible a la percepción y destacable de su entorno, hecho a la escala del sujeto, gradualmente manipulable y que subsiste a través del tiempo con una gratuidad de permanencia”. MOLES.¹⁰

2.10.1 La transformación de los objetos. De los objetos parten los procesos de aprendizaje y simultáneamente a las acciones- transformaciones del cuerpo, ocurren las transformaciones con los objetos que facilitan un modo de conquistar el mundo y de comprenderlo. No se puede construir los significados de los objetos si no hay un vínculo afectivo que pueda investirlos a través de la comunicación con el adulto, la transformación y el pensamiento mágico.

En las primeras edades, la exploración del objeto se realiza a partir del juego heurístico¹¹ que se basa en la selección de unos objetos específicos dispuestos de

¹⁰ <http://www.lopevega.com/sujetobjetos.htm>

¹¹ En algunas ciencias la manera de buscar la solución de un problema mediante métodos no rigurosos, como por tanteo, reglas empíricas, etc **Diccionario de la real academia-Vigésima segunda edición.**

Escuchando las descripciones y comentarios de niños/as que realizan juegos heurísticos, se puede deducir que en este juego hay constantes transformaciones de los objetos que manipulan desde el momento en que intervienen en ellos utilizando sus propiedades para modificarlos, realizar pequeñas intervenciones (por no utilizar el concepto de instalación) en el suelo, hacer construcciones, etc. Cuando se establece una relación con el objeto, la propia toma de contacto, la interacción objeto-sujeto, produce una transformación. Algo cambia en ambas partes y se produce una nueva comprensión del medio.

2.10.2 La transformación de los objetos en un juego simbólico. La transformación es un proceso lleno de emoción y parte necesariamente de una fuerte implicación emocional. Estos juegos tienen una gran carga intelectual en la que en muchos casos no hay suprema conciencia, en donde el aspecto más relevante es el componente afectivo de los mismos.

Para transformar un objeto hay que hacer previamente un análisis de los parámetros cognitivos de los mismos; trabajar la coordinación y la organización perceptiva a través de una serie de operaciones que se realizan sobre los objetos: asociar, clasificar, seriar, ordenar. Este tipo de acciones garantiza el desarrollo del pensamiento operatorio. Por ejemplo cuando el niño/a juega con los objetos, proyecta sobre ellos sus representaciones mentales.

Por medio de distintos procesos es posible proporcionar a los objetos reales un uso simbólico, lo que manifiesta su capacidad creadora. La transformación es un ejercicio de creatividad porque crear es inventar.

2.10.3 El objeto en la producción artística. “Los objetos son referentes de una estructura cultural y representaciones de una función o destino como prolongación del acto humano” (MOLES, 1974).

Como materia de producción artística, el objeto puede ser elemento evocador de un cambio en la percepción a partir de la metáfora visual, de la modificación de un espacio concreto y de la trasgresión de la función primaria del objeto a partir de diferentes planteamientos¹², como por ejemplo:

- Valorar un objeto de carácter efímero, rescatándolo y promocionándolo como material de posibilidades plásticas, a partir del desarrollo de estrategias de su presentación y “puesta en escena” (planteamiento cercano a la instalación).

¹² <http://www.lopevega.com/sujetobjetos.htm>

- Alterar la percepción del entorno inmediato, intentando crear un cambio de juicio estético a partir del estímulo visual que proporciona el objeto, dentro de un ámbito de juego y experimentación.
- Analizar la relación estética independientemente de la relación funcional, reflexionando sobre el valor semántico y simbólico de los objetos y otros aspectos como el diseño, el espacio, etc.

Como elemento acumulativo en una instalación, modifica y altera la percepción y el significado del espacio o del objeto-soporte sobre el que se interviene, para crear un objeto distinto o provocar una escenografía del acontecimiento.

2.11 MANDALAS

Con el fin de complementar el proceso terapéutico de sanación en lo creativo propongo finalmente ritualizar el recuerdo en el objeto y el objeto en un mandala el cual permitirá reconciliar muchísimos aspectos y llegar a nuevas conclusiones las cuales posibilitarán abrir nuevos ciclos de conocimiento y vida en los pacientes intervenidos, los mándalas tienen un sinnúmero de valores que permiten equilibrar cuerpo mente y espíritu; de esta manera se cierra el proceso teniendo en cuenta que a la vez se abren puertas a diversas posibilidades, que en los siguientes contenidos se encuentran muy bien especificados y serán retomados en el proceso terapéutico.

"Hace muchísimo tiempo, existía algo desprovisto de nombre y de forma desconocida que ocultaba el cielo y la tierra. Al verlo los dioses, lo agarraron comprimiéndolo contra el suelo, con la cara hacia abajo. Una vez arrojado al suelo los dioses lo retuvieron pegado a este. Brama hizo que los dioses lo ocuparan y lo llamó vastu purusha mandala" **Antiguo texto hindú**¹³.

En el hinduismo, en el tantra budista y en el budismo esotérico, el mandala es un diagrama cosmológico utilizado como foco y guía de la meditación.

Mandala significa círculo en sánscrito. Esta palabra es también conocida como rueda y totalidad. Más allá de su definición como palabra, desde el punto de vista espiritual es un centro energético de equilibrio y purificación que ayuda a transformar el entorno y la mente. También se le define como un sistema ideográfico contenedor de un espacio sagrado.

Los mandalas son utilizados desde tiempos remotos. Tienen su origen en la India y se propagaron en las culturas orientales, en las indígenas de América y en los

¹³ <http://laberintos.itam.mx/despliega.php?idart=3>

aborígenes de Australia. Mandala es sinónimo de orden, Pero no debemos imaginárnoslo sólo en forma de dibujo, pues por ejemplo, en la India hay un gran número de bellos templos realizados en forma de mándalas. Así pues son expuestos también a través de la arquitectura y la escultura otro ejemplo claro, es la música, el pentagrama es el resultado de un estudio geométrico cuyo génesis es el círculo el pentagrama se basa en las líneas del sello salomónico (la estrella de cinco picos) y cada nota musical esta directamente relacionada con una de las dimensiones de las líneas de la estrella.

En el neolítico cuando el hombre deja de ser nómada y adopta la vida sedentaria, tiene el suficiente tiempo para observar el comportamiento de la naturaleza y tiene la necesidad de representar su conocimiento en forma de mándala. Un ejemplo muy claro es de Stonehenge. En donde se puede ver claramente la disposición circular de los megalitos representando la cosmovisión de este periodo.

Cuando en la Grecia se concibe como la proporción perfecta de todas sus partes y del todo se comienzan a crear reglas geométricas de proporción como la llamada sección Áurea la cual es considerada como un mándala y la forma grafica de poder ver esta relación, es la que diseñara Leonardo Da Vinci en su dibujo de las proporciones divinas.

Es precisamente en le renacimiento donde las obras de arte contiene un alto grado de proporcionalidad y por tanto de orden en la composición de todas sus partes individuales con el todo de la obra, por tanto se establece una relación inseparable con la génesis vandálica de la forma.

En la cultura occidental, fue Carl G. Jung, quien los utilizó en terapias con el objetivo de alcanzar la búsqueda de individualidad en los seres humanos¹⁴. Jung solía interpretar sus sueños dibujando un mándala diariamente, en esta actividad descubrió la relación que éstos tenían con su centro y a partir de allí elaboró una teoría sobre la estructura de la psique humana.

Según Carl Jung, los mandalas representan la totalidad de la mente, abarcando tanto el consciente como el inconsciente. Afirmó que el arquetipo de estos dibujos se encuentra firmemente anclado en el subconsciente colectivo.

Los mandalas también son definidos como un diagrama cosmológico que puede ser utilizado para la meditación. Consiste en una serie de formas geométricas concéntricas organizadas en diversos niveles visuales. Las formas básicas más utilizadas son: círculos, triángulos, cuadrados y rectángulos.

¹⁴ <http://reflejosdeluz.net/Mandalas/Informacion%20Mandala.htm>

Estas figuras pueden ser creadas en forma bidimensional o tridimensional. Por ejemplo, en la India hay un gran número de templos realizados en forma de mándalas. Los diseños son muy variados, pero mantienen características similares: un centro y puntos cardinales contenido en círculos y dispuestos con cierta simetría. Según la Psicología, el mandala representa al ser humano. Interactuar con ellos te ayuda a curar la fragmentación psíquica y espiritual, a manifestar tu creatividad y a reconectarte con tu ser esencial. Es como comenzar un viaje hacia tu esencia, te abre puertas hasta ahora desconocidas y hace que brote tu sabiduría interior. Integrarlas a tu vida te dará centro y la sensación de calma en medio de las tormentas.

El trabajo de meditación con mandalas puede consistir en la observación o el dibujo de éstos. En el primer caso, con sólo sentarte en un lugar cómodo, lograr una respiración rítmica y profunda, y disponerte a observar algún mándala de tu elección, puede llevarte a un estado de relajación y te sentirás más alerta ante los hechos que suceden a tu alrededor. El proceso de observación puede durar entre tres y cinco minutos.

En el segundo caso, puedes dibujar mándalas o colorearlas. Se recomienda que si estás vinculándote con estas imágenes, comiences por pintarlas. Para ello, escoge un modelo que te inspire, selecciona los instrumentos (colores, marcadores, acuarelas, por ejemplo), y luego instálate en un sitio tranquilo. Puedes colocar música si lo deseas y comienza tu trabajo. Hay técnicas variadas, todo dependerá del tu estado de ánimo y de lo que el mándala que deseas pintar te transmita. Si crees que necesitas ayuda para exteriorizar tus emociones, puedes colorearlas de adentro hacia fuera; si por el contrario, quieres buscar tu centro, píntalas de afuera hacia adentro.

Este es un trabajo que puede hacer cualquier persona, sin importar su edad o religión. Es una práctica sencilla que redundará en beneficios personales y en la consecución del equilibrio interno.

El mandala esta formado por un punto-centro y una línea exterior limitadora. Simbólicamente, el punto-centro somos nosotros y la línea exterior es el cosmos. Nosotros formamos parte del cosmos y el mándala en definitiva es la representación de este. En el cuerpo humano el centro, físicamente, se encuentra situado en el ombligo. No por ello el resto de nuestro cuerpo es menos importante. Nosotros podemos llevar nuestra atención a otros puntos, igual de importantes, ya que el cuerpo es un todo junto a la mente y al espíritu, y no debemos tratarle por partes aisladas.

El mandala es un proceso en el cual se ejercita la mente, en un primer momento buscando la información proveniente de nuestro interior para luego analizarla, en segundo lugar se ordenan las ideas que en su conjunto forman dicha información, y por último mediante la meditación la mente descansa y se halla en paz con las

ideas. En resumidas palabras: se estimula, se organiza y se libera. Hay dos formas distintas de realizarlos: desde el exterior hacia dentro o desde el interior hacia fuera. Esto conlleva 2 significados distintos. Cuando nosotros comenzamos a realizar un mándala, consciente o inconscientemente, desde el centro hacia fuera, estamos expresando hacia fuera nuestras emociones, es un trabajo de exteriorizar lo que sentimos, nuestras alegrías, dudas, sueños o miedos. De algún modo nos desahogamos. Y por el contrario iniciando el mandala desde fuera hacia dentro, igualmente consciente o inconscientemente, estamos buscando el equilibrio interior, organizar nuestras ideas, profundizar en nosotros mismos, de este modo entramos a un nivel más espiritual, buscando nuestro centro (nos centramos).

La forma del mandala, puede tener cualquier forma pero la más habitual utilizada es el círculo. Nuestros antepasados lo representaban ya con esta forma, en sus pinturas y bajorrelieves. El motivo por el cual se suele trabajar con un círculo es por que este está estrechamente relacionado con nosotros y con el mundo en el que vivimos. Está vinculado con el proceso de la vida, de la naturaleza, de la energía, del tiempo, de las estaciones, nuestro sistema solar, el movimiento de la tierra y el de la luna, etc. Nuestra vida está llena de ciclos continuos. Hasta la rutina de cada día es un ciclo formado de acciones ordenadas dentro de un tiempo de forma determinada.

El círculo es una línea continua sin principio y sin final, con un infinito número de puntos todos equidistantes de otro punto externo a él y situado en su interior llamado centro, esto presta a pensar tanto en el equilibrio como en el orden. Sin embargo nuestro círculo no tiene por que ser regular ya que lo que buscamos es expresar nuestras emociones internas o encontrar nuestro centro. En ambas, es importante dejarse llevar y plasmar lo que queramos. No sirve de nada encarcelar estas emociones en una forma que no las corresponde y las ahoga.

El significado dependerá de los símbolos, de los colores, del modo de comenzar y de acabarlo. Podemos utilizar símbolos que evocan la naturaleza, el amor, la paz,..., algún mantra o símbolo de equilibrio como el "yin-yan". En cuanto a los colores los podemos utilizar para relajar, para aumentar nuestro nivel de espiritualidad o para optimizarnos.

En conclusión, los mándalas son la consecuencia última del intento del hombre por imitar a la naturaleza en sus patrones de orden mediante la armonía, el equilibrio y la unificación dando forma a la realidad la cual puede ser comprendida desde el centro de la misma, es decir, desde el "bindu" o del interior de quien la percibe.

2.12 BENEFICIOS DE LOS MÁNDALAS

- 1) Comienzo de un trabajo de meditación activa.
- 2) Contacto con tu esencia.
- 3) Te expresarás mejor con el mundo exterior.
- 4) Ayuda a expandir tu conciencia.
- 5) Desarrollo de la paciencia.
- 6) Despertar de los sentidos. Es probable que comiences a ver lo que está a tu alrededor con otros ojos.
- 7) Empiezas a escuchar la voz de tu intuición.
- 8) Te aceptarás y te querrás más.
- 9) Te curarás física y psíquicamente.

2.13 FORMAS Y SUS SIGNIFICADOS

Los mándalas no son simples dibujos de colores. Todos los elementos que en ellos se integran tienen un significado. Conoce algunos de los más utilizados:

Círculo: movimiento. Lo absoluto. El verdadero yo.

Corazón: sol. Amor. Felicidad. Alegría. Sentimiento de unión.

Cruz: unión del cielo y la tierra. Vida y muerte. Lo consciente y lo inconsciente.

Cuadrado: procesos de la naturaleza. Estabilidad. Equilibrio.

Estrella: símbolo de lo espiritual. Libertad. Elevación.

Espiral: vitalidad. Energías curativas. Búsqueda constante de la totalidad.

Hexágono: unión de los contrarios.

Laberinto: implica la búsqueda del propio centro.

Mariposa: autorenovación del alma. Transformación y muerte.

Pentágono: silueta del cuerpo humano. Tierra, agua, fuego.

Rectángulo: estabilidad. Rendimiento del intelecto. La vida terrenal.

Triángulo: agua, inconsciente (hacia abajo); vitalidad, transformación (hacia arriba); agresión hacia uno mismo (hacia el centro)

2.14 ¿QUÉ QUIEREN DECIR LOS COLORES EN LOS MANDALAS?

El uso de los colores en los mándalas también tiene un significado especial¹⁵. Su uso está relacionado con el estado de ánimo de quien los pinta o dibuja. Descubre lo que esconde cada tonalidad:

Blanco: nada, pureza, iluminación, perfección.

¹⁵ <http://www.1ksoft.com/testcolores/testColores.asp>

Negro: muerte, limitación personal, misterio, renacimiento, ignorancia.
Gris: neutralidad, sabiduría, renovación.
Rojo: masculino, sensualidad, amor, arraigamiento, pasión.
Azul: tranquilidad, paz, felicidad, satisfacción, alegría.
Amarillo: sol, luz, jovialidad, simpatía, receptividad.
Naranja: energía, dinamismo, ambición, ternura, valor.
Rosa: aspectos femeninos e infantiles, dulzura, altruismo.
Morado: amor al prójimo, idealismo y sabiduría.
Verde: naturaleza, equilibrio, crecimiento, esperanza.
Violeta: música, magia, espiritualidad, transformación, inspiración.
Oro: sabiduría, claridad, lucidez, vitalidad.
Plata: capacidades extrasensoriales, emociones fluctuantes, bienestar.

2.15 ANTECEDENTES DEL PROBLEMA

- **Douwe Draaisma**, de origen holandés, es psicólogo y profesor de Teoría e Historia de la Psicología en la Universidad de Groningen (Países Bajos), presentó el día 26 de abril su libro "Por qué el tiempo vuela cuando nos hacemos mayores", en la Fundación Carlos Amberes, en Madrid. En esta producción se abordan temáticas como la memoria autobiográfica, haciendo referencia al almacenamiento de las cosas que nos ocurren en nuestra vida personal desde nuestros primeros años de vida en adelante. Hace clara afirmación en cuanto a los primeros recuerdos como imágenes visuales. Casi nunca son "historias completas", porque su almacenaje requiere previamente que se haya adquirido el lenguaje y una conciencia del self o yo. Además trata temas importantes en la temática de la memoria como lo es la importancia que logran ciertas experiencias como las dolorosas en la medida en que adquieren un sentido trascendente que repercute en el accionar posterior del ser humano; Y un aspecto fundamental como lo es el lenguaje que adquieren los recuerdos y su representación mental.

- **Colectivo artístico *Enterarte*, proyecto *SujetObjetos***. Las señas que nos definen como colectivo EnterArte son la investigación y la creación artística en el entorno educativo, intentando que ese entorno educativo sea lo más diverso posible y que poco a poco vayamos abriendo nuestra acción a otros espacios o foros de formación.

La trayectoria de este colectivo se remonta al curso 1998/99, donde empezaron a investigar las distintas posibilidades que había de llevar la escuela a los museos, desde entonces hasta ahora se viene trabajando en torno a distintas temáticas. *SujetObjetos* es un proyecto expositivo, en el cual se quiere retomar el objeto como reflexión entre los vínculos que se establecen entre el mundo de los objetos y el mundo artístico y/o educativo en donde el sujeto tiene la oportunidad de manifestar y lograr intervenciones espaciales y personales.

En todos ellos hemos participado con alumnos de diferentes edades y entornos y hemos intentado que desde la creatividad, la imaginación, el arte y la emoción en la expresión, se llegara a un respeto a otras culturas, una experiencia de aceptación de las diferencias y finalmente una recuperación de entornos cercanos que podemos vivenciar a través de nuestras experiencias artísticas.

2.16 HIPÓTESIS

¿La creación artística a partir de los mandálas y la simbolización de objetos posibilitan al sujeto la autoestimulación, reorganización y liberación?

CAPITULO III

METODOLOGIA

3.1 DISEÑO DE TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN.

- La primera información se obtuvo tras la experiencia adquirida en los diferentes módulos del diplomado de terapias en artes, y alcanza su solidez en el módulo de arte terapia en donde se alcanzan a conocer y afianzar conceptos en cuanto a alternativas de tratamiento, en donde los ejercicios se aplican en la intervención de maestro-estudiantes y es posible vivir los procedimientos para después aplicarlos en esta temática.
- Profundización en los ejes centrales con información bibliográfica.
- A partir de la aplicación de la terapia, se recogen nuevas informaciones, dependiendo de las poblaciones con las que se realice la terapia.

3.2 POBLACIÓN Y MUESTRA

Esta terapia puede ser aplicable a cualquier tipo de población, edad, o sintomatología ya que los aspectos a desarrollar son temas genéricos que pueden adaptarse en todos los casos. En primer lugar elaborare la propuesta para mi caso, posteriormente me focalizare en un publico cercano y diverso el cual se vea afectado en el desarrollo de vida como un trauma.

La idea es realizarla en diferentes casos y poblaciones con el fin de obtener varias lecturas, generar diversos conceptos y propuestas plásticas.

3.3 GUÍA DE TRABAJO DE CAMPO

La presente propuesta integra todos los aspectos anteriormente mencionados, puestos en práctica en ocho sesiones las cuales están descritas a continuación:

Sesión 1:

Tiempo estimado:
40 minutos.

Actividad 1:

Trabajar en una sesión de relajación con música en donde la consigna sea retomar acontecimientos pasados recordando. (La música es seleccionada dependiendo del paciente y las sesiones pueden ser colectivas o personales dependiendo de las necesidades y requerimientos de los pacientes).

Actividad 2:

Descripción de la actividad en un diario de campo.

Objetivo:

Identificar la memoria a trabajar y detectar la problemática causada.

Materiales:

Grabadora, CDS, almohada y colchoneta.

Sesión 2**Tiempo Estimado:**

En este caso el tiempo se limita hasta el próximo encuentro, puesto que se realiza en casa.

Actividad 1:

Partiendo de la experiencia anterior se procede a identificar un objeto de cualquier carácter en el que se evidencie la asociación con ola primera actividad.

Actividad 2:

Relatar en el diario de campo desde la etapa de selección hasta el contacto y las asociaciones realizadas.

Objetivo:

Rescatar el valor o vínculo simbólico en la representación en el objeto construyendo una base de significados.

Materiales:

El objeto seleccionado.

Sesion3**Tiempo Estimado:**

1 hora

Actividad 1:

Socialización grupal del objeto y de la experiencia de selección, si es individual la socialización se hace solo con el terapeuta.

Actividad 2:

Recoger los aspectos fundamentales encontrados en la socialización en el diario de campo.

Objetivo:

Exteriorizar la vivencia utilizando el objeto como mediador social en la exploración y conocimiento activo del entorno.

Materiales:

Objeto.

Sesión 4**Tiempo estimado:**

Se limita también hasta el próximo encuentro, puesto que se realiza en casa.

Actividad 1:

Hacer la búsqueda y selección de dos objetos mas que se asocien al primer concepto.

Actividad 2:

Consignar en el diario de campo los nuevos resultados obtenidos en este ejercicio.

Objetivo:

Conocer y materializar nuevos aspectos desencadenantes del primero y así sucesivamente, hasta donde se llegue a un objeto final concluyente en donde se logren evidenciar a través de todos los elementos las evocaciones, la estructuración de conceptos y un juego intervéntorio entre ellos. (Aplicado a todos los integrantes del mandala, si es individual se trabaja en torno a cada concepto llevado).

Nota: Es muy importante tener en cuenta los análisis de las anteriores sesiones para que el paciente logre elementos mas concretos.

Materiales:

Todos los objetos seleccionados.

Sesión 5**Tiempo estimado:**

1 hora

Actividad 1:

Socialización.

Actividad 2:

Consignar las conclusiones de dialogo en el diario de campo.

Objetivo:

Compartir los avances y los nuevos significados conceptuales adquiridos.

Materiales:

Los nuevos objetos para el mándala.

Sesión 6**Tiempo estimado:**

45 minutos.

Actividad 1:

Dibujar el objeto inicial, (sin mayores exigencias técnicas, puede ser silueta o esbozo) la finalidad es autointerpretar los significados dándole color a la imagen.

Actividad 2:

Consignar las interpretaciones y sensaciones logradas en el diario de campo.

Objetivo:

El fin es relacionar las respuestas obtenidas en el proceso, que aportara a su vez en la información conceptual de la construcción del mándala, Esto como un fin representativo de concepto y a la vez parte del desarrollo de la terapia en intervención de los objetos de la obra en si, y si se quiere con los espectadores; cuando se ubique alguien en la parte central, podrá percibir la fuente energética de luz y color sobre el chacra con mayor receptividad que es la cabeza.

Materiales:

Papel (cualquier tamaño), lápiz, colores, marcadores o pinturas.

Sesión 7:**Tiempo estimado:**

1 hora.

Actividad 1:

Dibujar la silueta de su cuerpo y en algún lugar de las extremidades (como puntos cardinales) dibuje el objeto coloreado.

Actividad 2:

En el diario de campo relatar los estados de ánimo adquiridos en esta experiencia.

Objetivo:

Determinar la ubicación espacial en el espacio físico con el fin de aportar ubicaciones en el espacio mental, orden y redistribución de ideas. Y por otra parte ayudará a determinar los espacios en el mandala.

Materiales:

Papel (cualquier tamaño), lápiz, colores, marcadores o pinturas.

Sesión 8:

Tiempo estimado:

Preferiblemente no pongo límites en esta actividad, puesto que los materiales dispondrán de él.

Actividad 1:

Determinar los puntos de ubicación de los objetos (organización del espacio).

Actividad 2:

Construir el mandala ubicando los objetos en los lugares previamente determinados en la sesión de dibujo.

Actividad 2:

Realizar la instalación eléctrica de las luces desde la parte superior.

Nota: Se dispondrán luces para iluminar cada objeto y para el punto central del mandala (en sus diferentes colores).

Actividad 3:

Exposición del mandala o socialización final entre los integrantes y el terapeuta.

Nota: Se puede proponer la posibilidad de abrirla a la exposición al público, claro esta dependiendo del paciente o grupo. (En la aplicación de mi caso será expuesta).

Objetivo:

Cerrar el proceso en el cual se le da la posibilidad comprender o asimilar los procesos o ciclos de vida con la naturaleza, tiempo, espacio, energía, relaciones individuales, interpersonales con el entorno etc..., activar los espacios de meditación, lograr expansión de ideas y conciencia, despertar los sentidos, encontrar equilibrio en la sanación tanto física como psíquica, en resumidas cuentas lograr autoestimulación, reorganización y liberación.

Y por último la obtención de una propuesta plástica y conceptual.

Materiales:

Lápiz 6b (para marcar espacios), los objetos seleccionados, luces de diferentes colores, aros plásticos, extensiones eléctricas, hilo nailon, puntillas, cinta de enmascarar o aislante, extensiones eléctricas y escalera.

CAPITULO IV

ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

4.1 RECURSOS HUMANOS.

Terapeuta.

Paciente o pacientes

Especialista en instalación eléctrica.

4.2 PRESUPUESTO

4.2.1 Materiales:

- Honorarios del terapeuta
- Transporte
- Grabadora
- Colchonetas
- Almohadas
- Cds
- Papel
- Colores
- Sacapuntas
- Borrador
- Martillo
- Luces
- Aros plásticos
- Extensiones eléctricas
- Puntillas
- Cintas

Instrumentos	Cantidad	Costo	Total
Honorarios del terapeuta	8 sesiones	\$45.000 c/u	\$340.000
Transporte			\$40.000
Colchoneta	6	\$20.000 c/u	\$180.000
Almohadas	6	\$8.000 c/u	\$48.000
Grabadora	1	\$250.000	\$250.000
CDS	10	\$1.000 c/u	10.000
Papel (block tamaño carta por persona)	4	\$2.300 c/u	\$9.200
Colores	1 caja de 48 colores	\$54.000	\$54.000
Lápiz 6b	4	\$1.200 c/u	\$4.800
Sacapuntas	4	\$250 c/u	\$1.000
Borrador	4	\$200 c/u	\$800
Luces	24	\$3.000 c/u	\$72.000
Aros Plásticos	4	\$14.000 c/u	\$56.000
Extensiones Eléctricas	12	\$1.500 c/u	\$18.000
Puntillas	1 caja	\$800 c/u	\$800
Martillo	1	\$1.500	\$1.500
Cinta Aislante	8	\$1.600 c/u	\$12.800
			Costo Total \$936.900

BIBLIOGRAFIA

- Dethlefsen Thrawlald y Dahlke Rüdiger – La enfermedad como camino
Titulo original- Krankheit als weig.
- Gauna Gustavo – Entre los sonidos y el silencio
Editorial Artemisa – Argentina 1996
- Diccionario de la real academia-Vigésima segunda edición.
- <http://reflejosdeluz.net/Mandalas/Informacion%20Mandala.htm>
- http://www.haysalud.com/mambo/index.php?option=com_content&task=view&id=235&Itemid=28
- <http://laberintos.itam.mx/despliega.php?idart=3>
- <http://www.todoterapias.com/articulo.php?id=32>
- <http://depsicologia.com/>
- http://www.infocop.es/view_article.asp?cat=35&id=759
- <http://www.lopevega.com/sujetobjetos.htm>
- <http://www.1ksoft.com/testcolores/testColores.asp>