



Canciones
de cuna
para
adultos

BITÁCORA

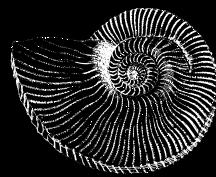


Proyecto de grado en Artes Visuales
Por Luisa Maria Jimenez Arcila
Asesora Luz Adriana López
Pontificia Universidad Javeriana de Cali
2025-2

... por fin sentía miedo. Le recorrió un estremecimiento, como un temblor que pasara por el mar, pero en el mar un temblor sucede a otro hasta que hay cientos de ellos y Peter sintió solamente ése. Al momento siguiente estaba erguido sobre la roca, con esa sonrisa en la cara y un redoble de tambores en su interior. Este le decía: "morir será una aventura impresionante".

Este proyecto surge como una reflexión sobre el miedo a crecer, la nostalgia por la infancia y la dificultad de habitar la adultez. A lo largo del proceso, la propuesta ha transitado desde una mirada íntima sobre la vulnerabilidad emocional hacia un encuentro más profundo con los aspectos oscuros del ser.

En ese tránsito, descubrí que el miedo, la tristeza y la incertidumbre también pueden ser lugares de conocimiento y transformación. El proyecto, entonces, no busca evadir la oscuridad, sino aprender a habitarla.



En un principio, planteé el proyecto como una especie de limbo en el que mi generación parece estar atrapada —y que, desde mi perspectiva, muchas veces nosotros mismos contribuimos a sostener por la falsa comodidad que nos brinda. Vivimos en una lucha constante con la idea de que ya no somos niños, de que nos corresponde asumir nuestra propia vida y, de alguna manera, “volvernos nuestros propios padres”.

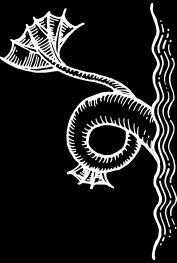
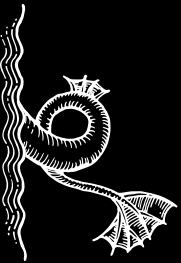
Lo que he identificado con mayor fuerza es un miedo inmenso ante el reto que implica reconocernos como seres independientes en medio de ese panorama incierto. Ese miedo se manifiesta en la duda sobre nuestras capacidades, en la sensación de insuficiencia y en la falta de confianza para salir de la zona de confort. Así, el temor a la incomodidad termina reforzando la percepción de debilidad y no merecimiento.

Desde este lugar comienzan a gestarse los monstruos. Son formas que emergen del miedo, del dolor y del estancamiento; versiones de nosotros mismos que buscan refugio en viejos patrones aprendidos en la infancia. Lo que alguna vez fue tierno o necesario para sobrevivir—la búsqueda constante de aprobación, la dependencia emocional, el deseo de ser cuidado— se transforma, con el tiempo, en algo que puede volverse enfermizo.

La manipulación, el victimismo y la autocompasión empiezan a nutrir comportamientos que poco a poco inhabilitan nuestras capacidades, alimentando la idea de que somos víctimas del mundo y de las circunstancias.

Y, paradójicamente, cuanto más débiles nos sentimos, más difícil se vuelve reconocer que tenemos la capacidad de romper con ello.

Encontrar un equilibrio se convierte en un desafío: seguimos siendo seres sensibles, necesitados de consuelo y compañía, pero al mismo tiempo debemos aceptar que nadie hará el trabajo por nosotros. Si dejamos que así sea, nunca seremos completamente libres.



Hay que dejarse ahogar, por oscuro que suene. La respuesta sobre cómo habitar el mar se encuentra en el fondo del mismo, en el fondo de uno mismo, en lo más profundo.

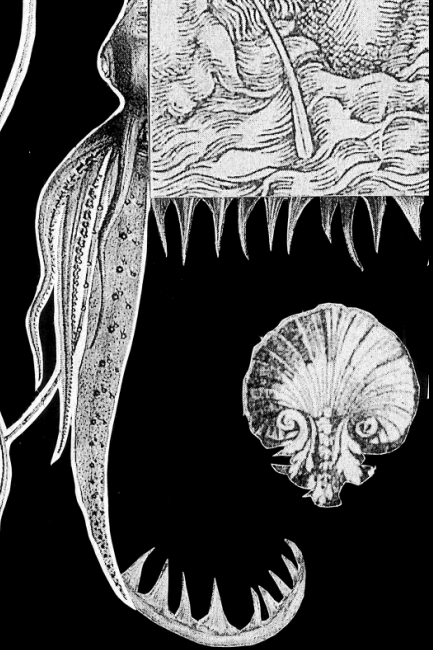
¿Cómo podemos habitarlos si no nos conocemos, si no sabemos o aceptamos de lo que somos capaces, tanto para bien como para mal? Si no sabemos habitarlos, ¿cómo podríamos habitar el mundo?

Si algo genera miedo, es lo desconocido. Y si somos desconocidos para nosotros mismos, estaremos siempre buscándonos afuera, perdiendo la capacidad de reconocernos en toda nuestra complejidad.

Por eso, hay que saber reclamar la oscuridad. Verla de frente y aprender a hablar su idioma. Sentir el dolor sin que este paralice. Aprender a hacer las cosas con dolor, a hacer las cosas con miedo.

Intuyo que esta fuerza nace del poder que uno reclama cuando se mira a sí mismo con honestidad, sin filtros ni mentiras, sin vergüenza ni culpa. Si en mí ha existido la capacidad de destruir, también habita la de crear. Ambas se nutren mutuamente: destrucción y creación, vida y muerte, dolor y dicha, oscuridad y luz.





Lo Ominoso

Se manifiesta cuando algo familiar se vuelve extraño; cuando lo conocido se distorsiona y genera una inquietud que no sabemos cómo nombrar. En este proyecto, la oscuridad cumple esa función: no se presenta como una amenaza externa, sino como un espejo interior. Al recorrerla, el público se enfrenta a lo desconocido dentro de sí mismo, pero también encuentra un espacio de reconciliación.

Además, el análisis de Pinkola, especialmente en los cuentos de Barba Azul y Vasalisa, me permitió comprender que el proceso de autoconocimiento implica necesariamente un descenso a lo oscuro. Tal como en los relatos míticos y los cuentos tradicionales, el héroe o la heroína debe atravesar lo desconocido —el bosque, el castillo, el abismo— para poder transformarse y probar su valentía. Así, la oscuridad deja de ser un lugar amenazante y se convierte en un territorio necesario para la comprensión de uno mismo.



Construcción mundo simbólico

MITOLOGÍA

Tiamat, diosa marina primordial. > Mitología Babilónica.

Hilo de Ariadna, laberinto de Creta. > Mitología griega.

Sirenas > (mitologías numerosas alrededor del mundo.

Dahut > Mitología Celta.

LITERATURA

Peter Pan, Cuento de J.M. Barrie

Barba Azul (Cuento analizado por Clarissa Pinkola en Mujeres que corren con los lobos).

Vasalisa (Cuento analizado por Clarissa Pinkola en Mujeres que corren con los lobos).

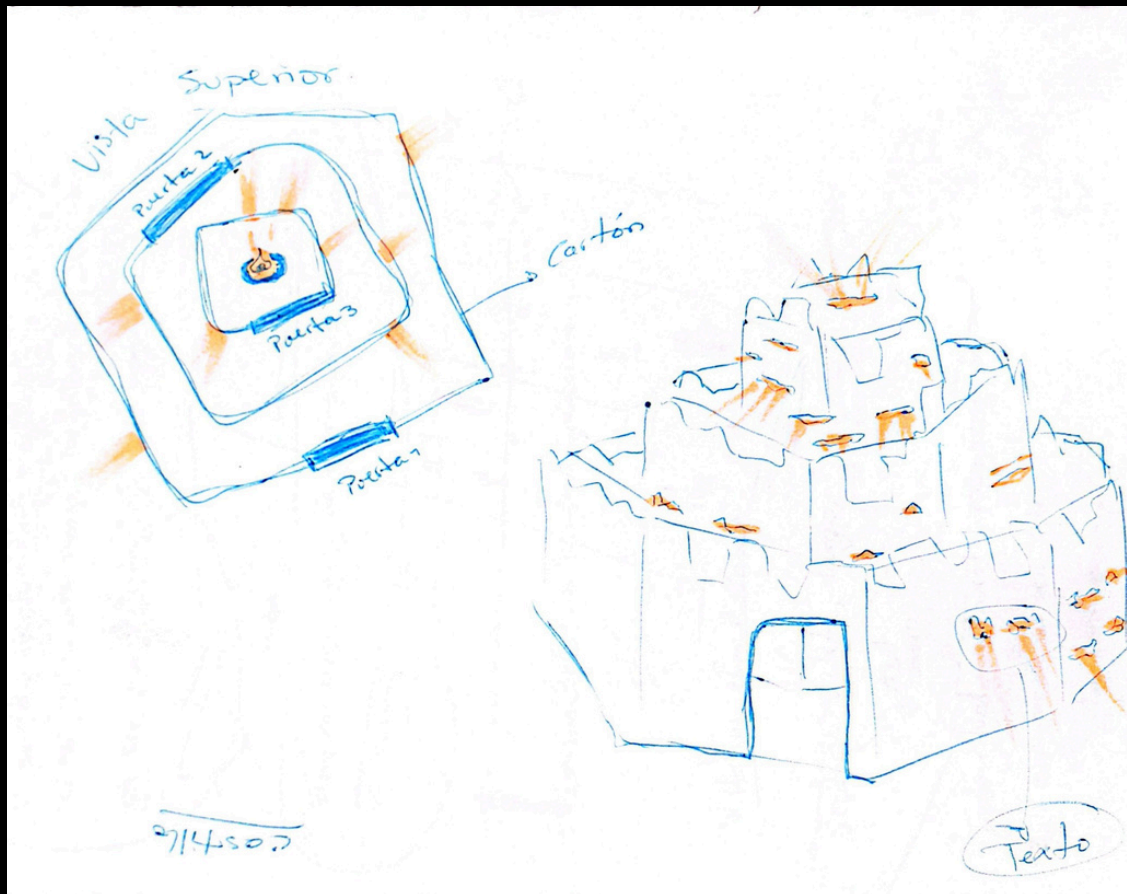
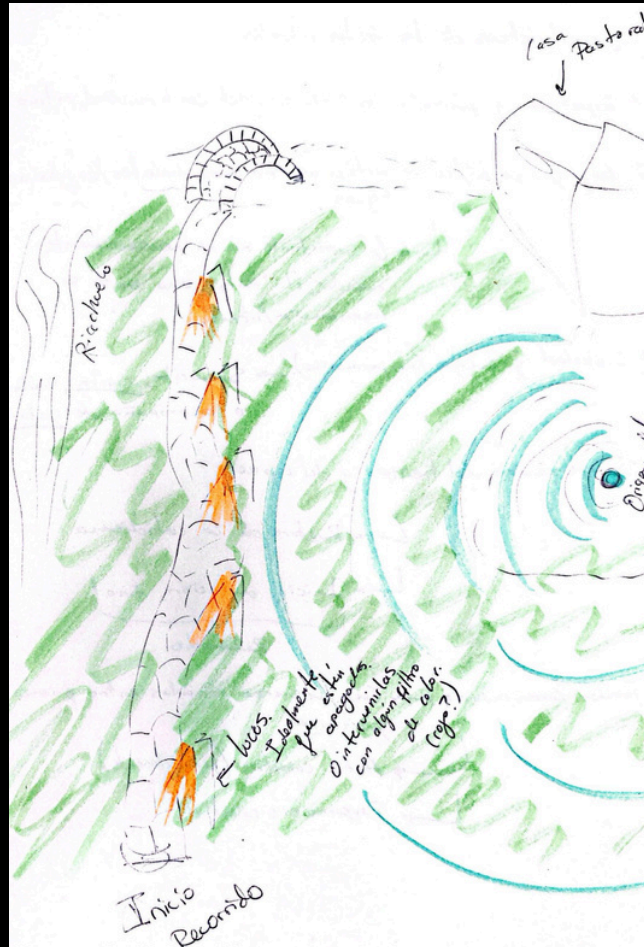
FILOSOFÍA/PSICOANÁLISIS

Lo Siniestro (Das
Unheimliche), Sigmund Freud,
1919.



Primeros bocetos

Las primeras exploraciones surgieron de la necesidad de trasladar todo lo que había escrito —reflexiones, notas, fragmentos— a un terreno tangible.



La búsqueda fue evitar la literalidad y crear un lenguaje visual que pudiera contener lo sensorial, lo atmosférico y lo simbólico que venía apareciendo a lo largo del proceso.



El concepto de recorrido empezó a tomar fuerza. Desde un principio busqué que el proyecto no se convirtiera en un objeto estático destinado únicamente a ser observado, sino una experiencia que se atraviesa.

Exploraciones performáticas y sonoras

Preguntas clave:

¿Quién habita este espacio?

¿Cómo se recorre?

¿Qué elementos hay?

¿Cómo suena?

¿Qué significa cada elemento?

¿Qué significa cada acción?



Los monstruos marinos, las sirenas y las profundidades son elementos esenciales en el desarrollo conceptual y estético del proyecto.



El canto y el arrullo reinterpretado como algo siniestro y ominoso, buscan traducir esta sensación de oscuridad y calma. Contradictorias pero compatibles.

Estructuración de la obra

La obra se enmarca dentro del campo de las artes vivas. Integra un recorrido, un performance ritual colectivo y una instalación sonora que sumerge al espectador en el espacio. Es, a su vez, un acto colectivo y una experiencia personal de encuentro con uno mismo.

El recorrido se realiza al atardecer, entre las 5 y 6 p.m., este momento del día ofrece una transición natural entre luz y oscuridad que acompaña simbólicamente el viaje interior de la obra.

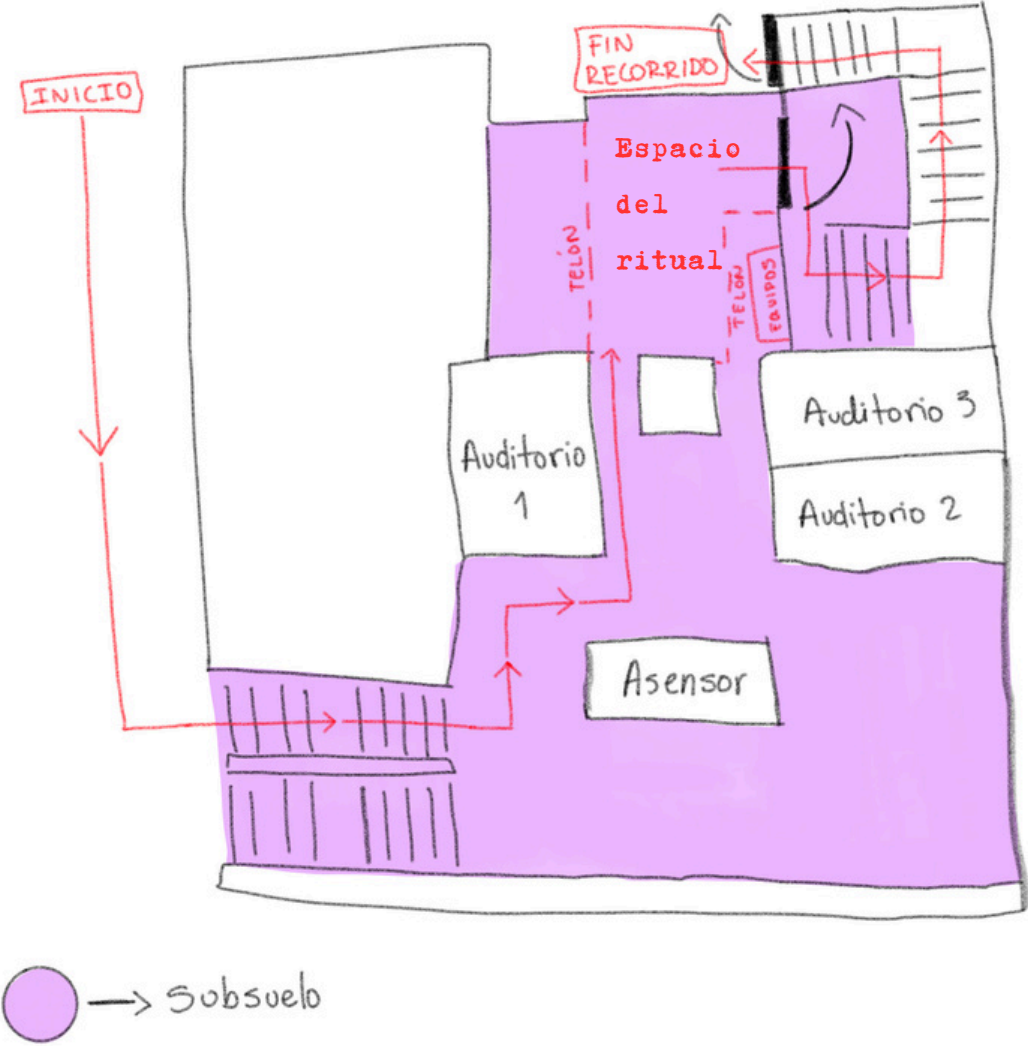
El Edificio Cedro Rosado de la Universidad Javeriana de Cali, funciona como un espacio-laberinto donde los pasillos y los desniveles permiten que el recorrido físico dialogue con el tránsito interno que propone el proyecto. La experiencia se organiza a partir de la metáfora del mar como espacio emocional donde ocurre el ahogamiento simbólico, la confrontación con la propia sombra y la posibilidad de resurgir.

En el punto central se realiza un ritual de transformación. Allí, acompañados por el sonido, cada participante realiza un gesto de consumo simbólico del monstruo: se ofrece un trozo de pan y un sorbo de vino como metáfora de incorporar su fuerza —tanto destructora como creadora— y reconciliarse con esa parte oscura que habita en todos.

El recorrido culmina cuando el participante vuelve a salir al exterior después del ritual, completando el tránsito de entrada, descenso simbólico y retorno transformado al mundo cotidiano.

Recorrido

EDIFICIO CEDRO ROSADO



Espacio de montaje (en crudo)



Construcción del texto ritual

El tiempo se vuelve extraño
Existe un ser hambriento
Todo lo devora
No alcanza la digestión
Ante tanto miedo
¿cómo sobrevive alguien...
...a sí mismo?

Cuerpo aturdido
Inmóvil
Para hacerse grande
Deben quebrarse los huesos

Marca abismal
Profunda
Aterradora

El piso desaparece
La huida es imposible

Ojos no olviden la luz
Aprendan a ver la sombra

Canto que ya no es canto
Canto que es llamado

Que se muevan las aguas
Que vengan los barcos

Miedo progenitor de una bestia
¡Egoísta!

Cuerpo ajeno
Siente el agua que sube
Revela su naturaleza

Ser sin Sombra
Eternamente incompleto

Rabia que arrasa
Lo amado
Rabia que corrompe
A quien la contiene

Invoco la fuerza
Revélense criaturas marinas
Fondo frío
Fondo incierto

Invoco la fuerza
Para recoger los restos
Para transformarlos

Nazca el Poder
Desde las profundidades
Mézclense
Sangre y Sal

Mar ahoga
Mar arrulla

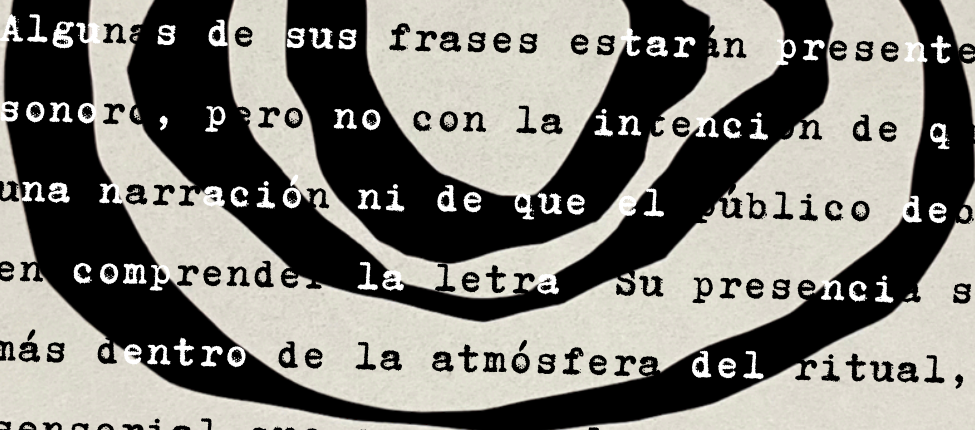
Crezcan escamas
Donde antes hubo piel

Surge una bestia
Voraz
Capaz de devorarse
O crear océanos enteros

Aprende a respirar
Bajo el agua
O haz de morir
Intentándolo

Inocencia inerte
Entrega tus huesos
Para que nazcan canciones

El texto ritual se construye a partir de un ritmo repetitivo y un lenguaje simbólico que aportan solemnidad al acto que acompaña.

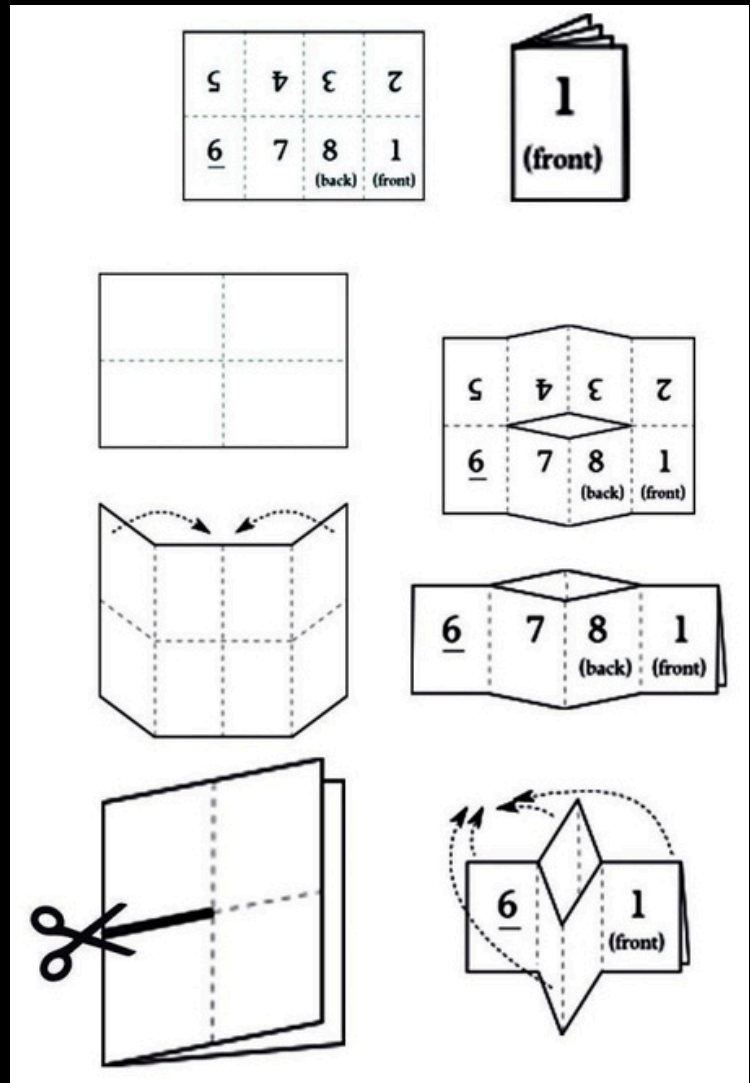


Algunas de sus frases estarán presentes en el ambiente sonoro, pero no con la intención de que funcionen como una narración ni de que el público deba concentrarse en comprender la letra. Su presencia será un elemento más dentro de la atmósfera del ritual, una capa sensorial que acompaña la experiencia sin dirigirla.

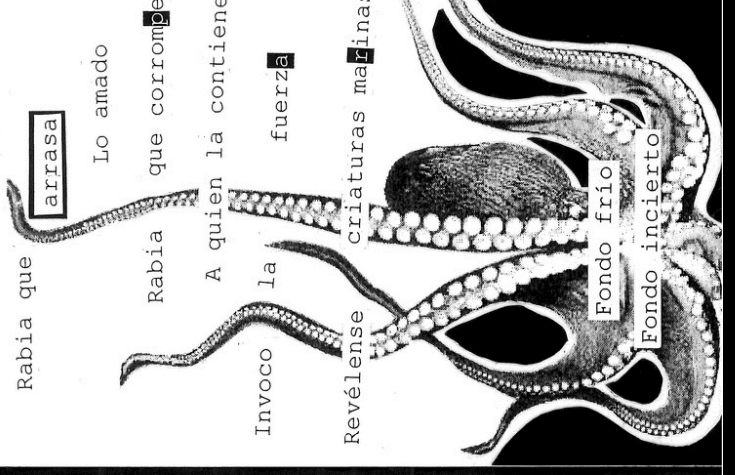
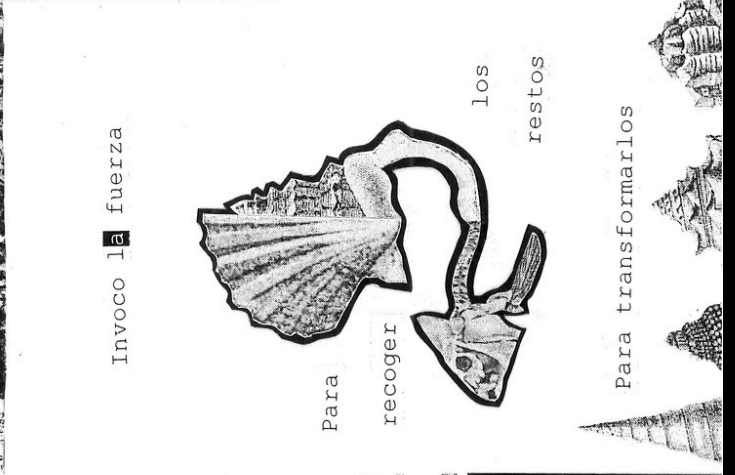
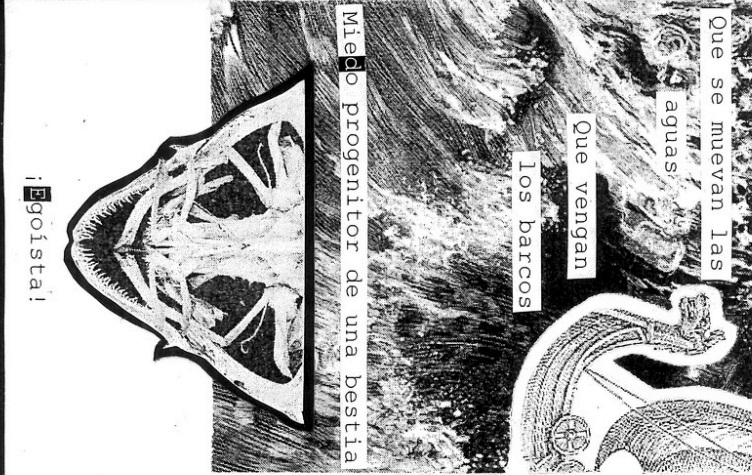
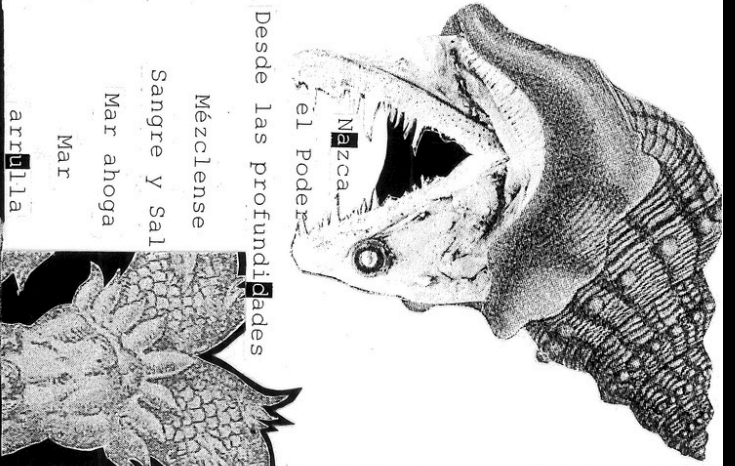
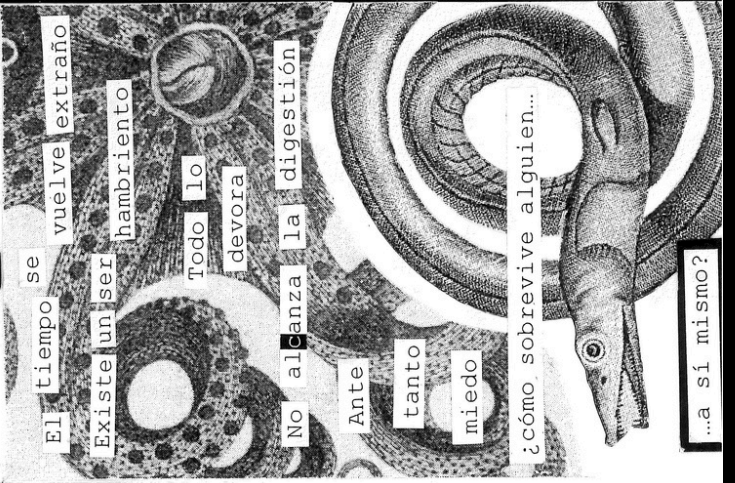
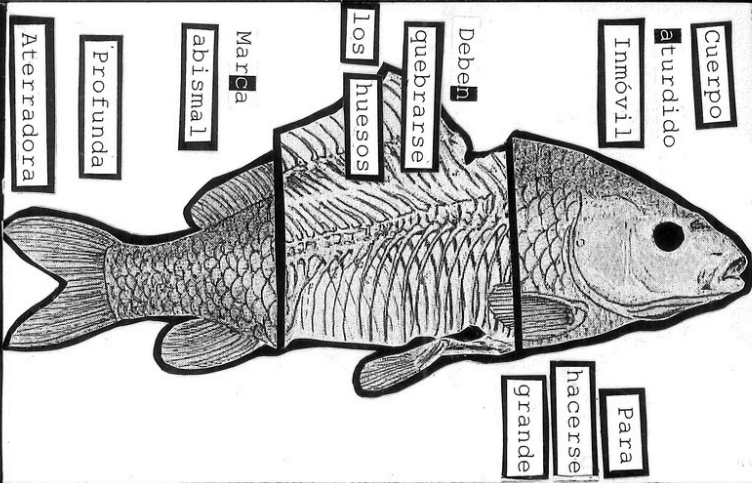
Fanzine

Como cierre del proyecto, decidí crear un fanzine que incorpora el texto ritual. Cada participante lleva consigo un ejemplar al finalizar el recorrido, como un pequeño talismán que conserve la memoria de la experiencia y recuerde que la luz solo existe en diálogo con la oscuridad.

Recorte y
doblado:



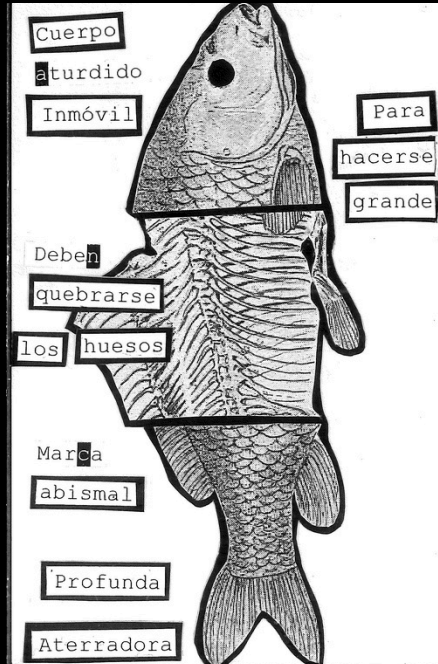
Primer diseño. Extendido anterior.



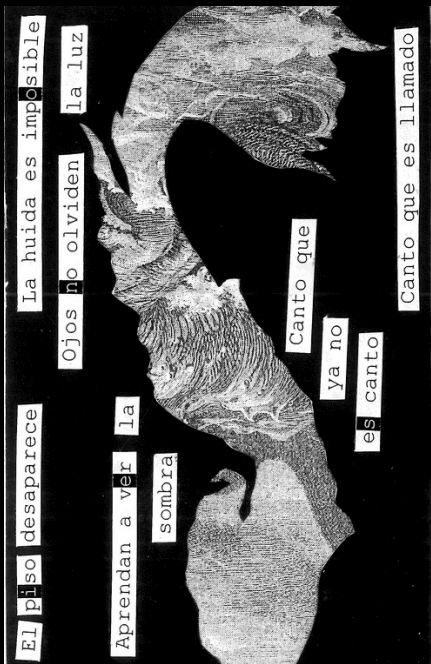
Paginas:



Pag. 1



Pag. 2



Pag. 3



Pag. 4



Pag. 5



Pag. 6

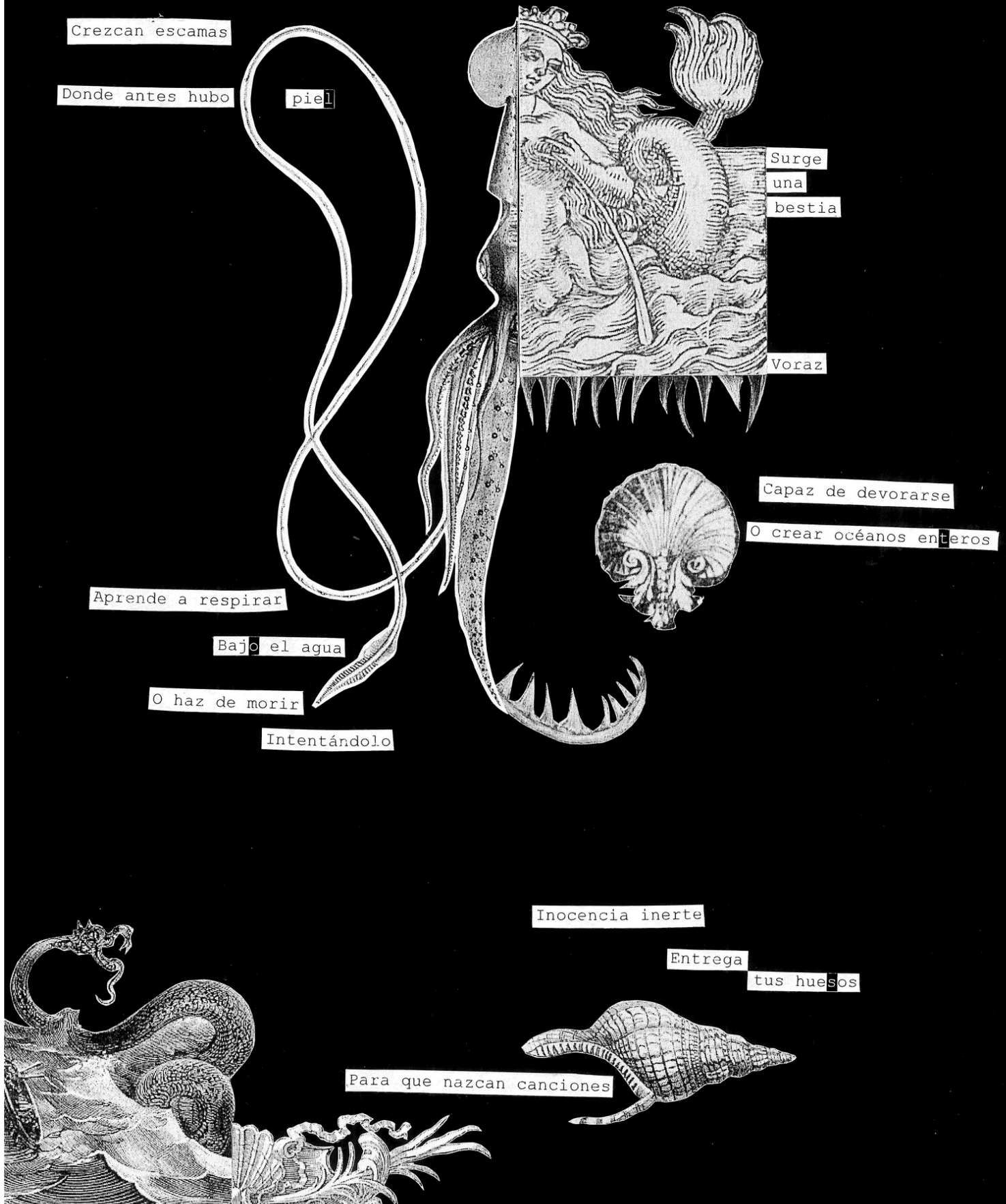


Pag. 7



Pag. 8

Extendido posterior





El tiempo se vuelve extraño
Existe un ser hambriento
Todo lo devora
No alcanza la digestión
Ante tanto miedo
¿cómo sobrevive alguien...
...a sí mismo?
Cuerpo aturdido
Inmóvil
Para hacerse grande
Deben quebrarse los huesos

Marca abismal
Profunda
Aterradora
El piso desaparece
La huida es imposible
Ojos no olviden la luz
Aprendan a ver la sombra
Canto que ya no es canto
Canto que es llamado

Que se muevan las aguas
Que vengan los barcos
Miedo progenitor de una
bestia
!Egoísta!
Cuerpo ajeno
Siente el agua que sube
Revela su naturaleza
Ser sin Sombra
Eternamente incompleto

Rabia que arrasa
Lo amado
Rabia que corrompe
A quien la contiene
Invoco la fuerza
Revelense criaturas marinas
Fondo frío
Fondo incierto

Invoco la fuerza
Para recoger los restos
Para transformarlos

Surge una bestia
Voraz
Capaz de devorarse
O crear océanos enteros
Aprende a respirar
Bajo el agua
O haz de morir
Intentándolo

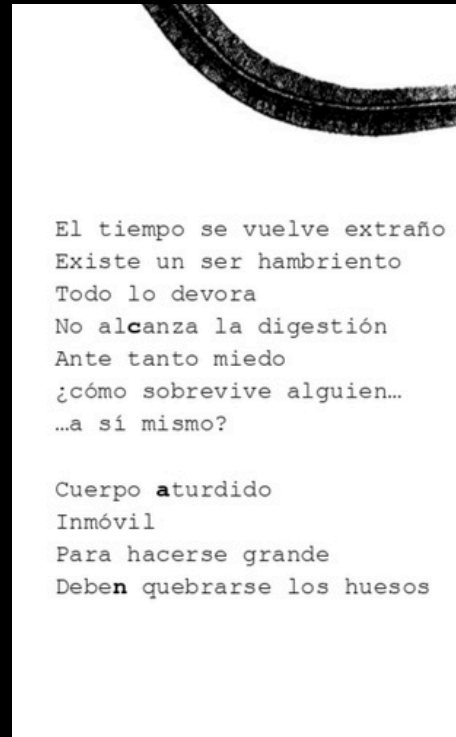
Nazca el Poder
Desde las profundidades
Mézclense
Sangre y Sal
Mar ahoga
Mar arrulla

Inocencia inerte
Entrega tus huesos
Para que nazcan canciones
Donde antes hubo piel
Crecan escamas

Paginas:



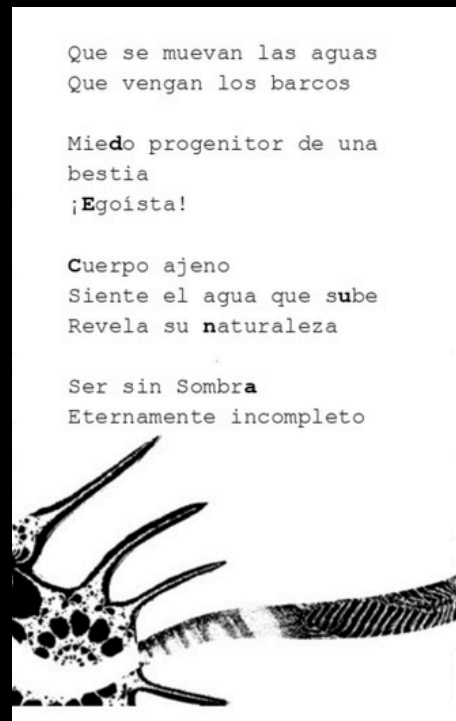
Portada



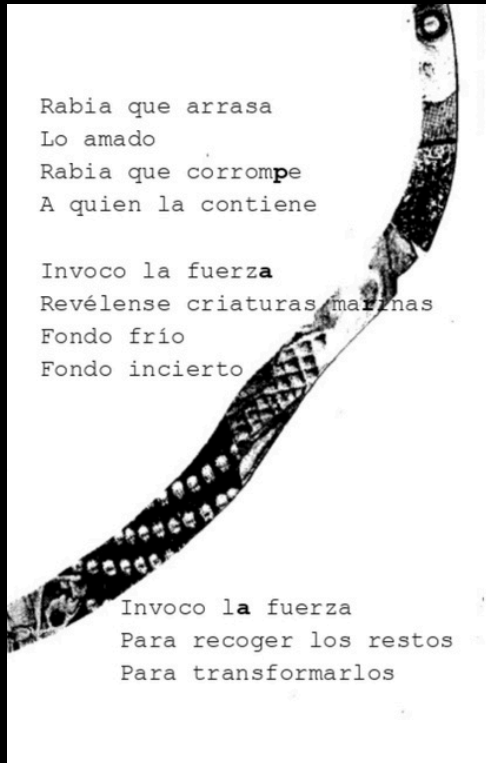
Pag. 1



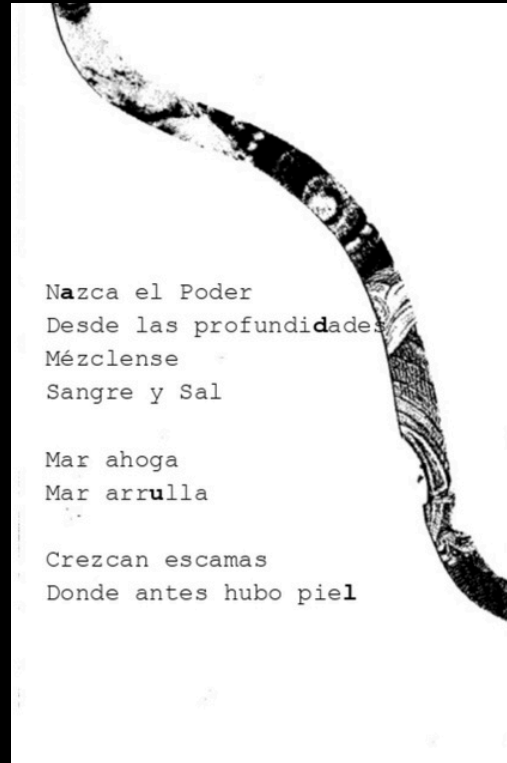
Pag. 2



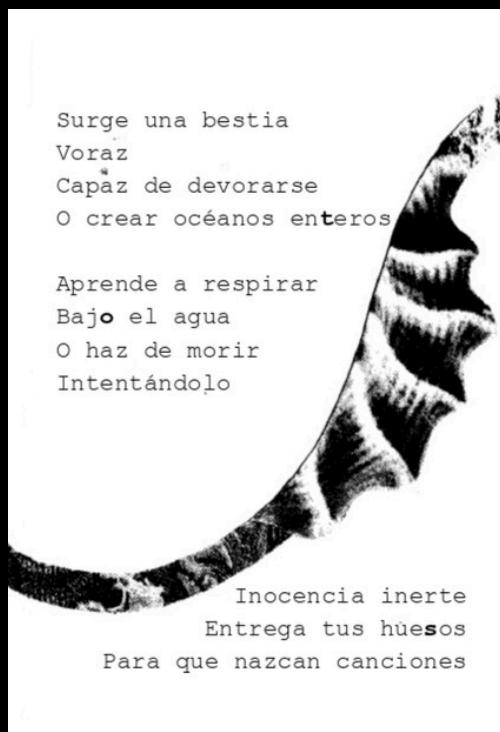
Pag. 3



Pag. 4



Pag. 5

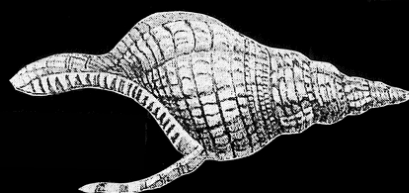


Pag. 6



Contraportada

Diseño corregido. Extendido posterior.



Montaje









Velos y cuerda



Descenso y recorrido



Llegada e inmersión



Pan y vino

Registro Performance

Video:

<https://youtu.be/mSOQa4dYeUY>

Audio:

<https://youtu.be/0pGMXptWjS4>

“Canciones de cuna para adultos” es un gesto de consuelo dirigido a quienes ya no son niños, pero siguen necesitando ser arrullados, comprendidos o sostenidos ante el miedo y el dolor.

Agradecimientos

Para empezar quiero agradecer a mis padres. Mi madre me heredó una mente analítica y racional que me ha ayudado a relacionarme con el mundo y mi padre una sensibilidad con la cual lo experimento.

Agradezco a mis amigos, en especial a Miguela, Gabriela y Leo. Por sus palabras de aliento y sus mentes creativas.

A Esteban, sin el cual uno de los elementos principales de este proyecto, el sonido, no habría sido posible.

A mi asesora Luz Adriana por guiarme y retarme continuamente.

Y finalmente a todos y cada uno de los participantes del performance que dio cierre a este proyecto.

Fuentes de referencia:

Barrie, J. M. (1911). Peter Pan y Wendy (Trad. M. Peraire). Barcelona: Editorial Juventud.

Freud, S. (1919). Lo siniestro (Trad. L. López-Ballesteros y de Torres). En Obras completas (Vol. XVII). Buenos Aires: Amorrortu Editores.

Pinkola Estés, C. (1992). *Mujeres que corren con los lobos*. Mitos y cuentos del arquetipo de la mujer salvaje (Trad. N. Pujol). Barcelona: Ediciones B.

KQED Arts. (2015, 4 de diciembre). [One Collective Breath: Janet Cardiff's 'The Forty Part Motet' | KQED Arts] [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=rZXBia5kuqY&t=32s>

Café Psicoanalítico. (2018, 4 de julio). [LO OMINOSO - Ciclo de Clásicos Freudianos] [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=TTewLysHHqU&t=1786s>

Asociación Libre. (2019, 21 de junio). [Lo Siniestro (Ominoso) - Freud] [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=qXTQoMgMMw0>

Tiamat. (s. f.). En Wikipedia. Recuperado el 24 de octubre de 2025, de <https://es.wikipedia.org/wiki/Tiamat>

Sirena. (s. f.). En Wikipedia. Recuperado el 24 de octubre de 2025, de <https://es.wikipedia.org/wiki/Sirena>

Dahut (leyenda). (s. f.). En Wikipedia. Recuperado el 24 de octubre de 2025, de https://es.wikipedia.org/wiki/Dahut_%28leyenda%29

Laberinto de Creta. (s.f.). En Wikipedia. Recuperado el 24 de octubre de 2025, de https://es.wikipedia.org/wiki/Laberinto_de_Creta

Guadagnino, L. (2018). *Suspiria* [Película]. Estados Unidos / Italia: Amazon Studios; Frenesy Film Company.

Yorke, T. (2018). *Suspiria (Music for the Luca Guadagnino Film)* [Álbum]. XL Recordings. Recuperado de <https://open.spotify.com/album/2UehMLybYgLuuNHRNjpbCB?si=Ln6pMFr2S6KGOkmm2W00Jg>

Fleetwood Mac. (1975). *Landslide*. En *Fleetwood Mac* [Álbum]. Warner Bros. Records. https://www.youtube.com/watch?v=WM7-PYtXtJM&list=RDWM7-PYtXtJM&start_radio=1

Smith, K. (1985). *Glass Stomach* [Escultura en vidrio]. Colección del Museum of Modern Art, Nueva York.

