

EL ACTO DE MIRAR



LA ESCRITURA

24.11.20

Yes Cortés



Mirar ➤ *Mirāri*

Admirarse | Admirar | Asombrarse | Ver con asombro

Revisar, registrar, tener en cuenta, atender, pensar, juzgar, inquirir, buscar algo, informarse de ello.

Todas y
todos
sabemos
escribir, y
todas y todos
tenemos
algo que
decir.

Escribir es una manera de decir, pero algunos de los obstáculos más comunes con los que nos encontramos son los pensamientos de: *“no tengo nada que decir”*, *“lo que yo quiero decir no es importante”*, *“no sé sobre qué escribir”*, *“lo que yo quiero decir ya lo dijo alguien más y de mejor manera”*, *“escribo mal”*, etc.

Para poder pasar al acto tenemos que resetear esas ideas y conectar con lo que tenemos para decir.

EL TAUTOGRAMA

Crea oraciones con palabras que comiencen con la misma letra

¿Dónde daban dolores de diestra dimensión?

En este eterno encuentro, esquiva estoy.

Me mueven mis mareas, mis miedos, mis matrices.

Me martirizan, me mantienen, me malgastan, me masacran.

A B C D E F

G H I J K L

DESMENUZANDO LA COTIDIANIDAD

Instrucciones para...

R S T U V W

X Y Z < Ç ;

CUÉNTAME LA HISTORIA

Imagina su historia y escríbela

LA CONTEMPLACIÓN











at me walls Ouen.
Hands of fire

















23.11.20

Yes Cortés

15 de octubre de 2020

Hoy pensaba en que necesito, urjo sorprenderme, es menester medular, preciso maravillarme, asombrarme. Y me quedé absorta mirando un zanate, y por primera vez en mi vida noté cómo se mueven sus patitas cuando anda entre las ramas. Por primera vez en la vida, el movimiento de un animal tan común, que he visto casi todos los días desde que puedo recordar. Y después de contemplarlo unos segundos, apareció otro pajarillo, uno que nunca había visto antes, luego un insecto de colores casi antinaturales y comencé a notar tantos detalles en este entorno que creía familiar y que, ahora lo veo, no le había regalado realmente mis ojos.



13 de octubre de 2020

Salí a ver las estrellas y me perdí en el cielo, vivenciando plenamente el acto de mirar. Al principio sólo se dirigen los ojos hacia algo, y si se mantiene no sólo la mirada sino la atención, es ahí donde sucede todo: después de un rato en el cielo aparecen más estrellas, los ojos despiertan poco a poco y el firmamento se salpica de pecas luminosas, más y más hasta que los ojos ya no alcanzan y la oscuridad ya no es oscuridad, se pintan los caminos, las luces adquieren matices y los colores ya no son los mismos. Observar, mirar, es un acto de descubrimiento porque sólo observando es como podemos darnos cuenta de que nada, NADA permanece nunca igual. El acto de mirar es la única forma en que podemos usar verdaderamente los ojos, porque ver es apenas una parte de lo que pueden hacer. Exige atención, dedicación y apertura de los sentidos. Mirar es mucho más que levantar los párpados y abrir los ojos. Es volcarnos en un acto de la consciencia.

Si posees el sentido de la vista, seguramente podrás apreciar que todo a nuestro alrededor, todo es imágenes. Todo. Incluso nuestros procesos mentales están atravesados por la imagen. La imagen, la impresión visual, es un elemento esencial de nuestro paso por la vida. Los datos que nuestros sentidos recopilan en el día a día son la base de los pensamientos, de los sentimientos, de nuestro juicio; en otras palabras, son la materia prima para nuestra vida interior.

Todos los sentidos nos otorgan información distinta y valiosa, pero hoy queremos centrarnos en las potencialidades de la vista, que es la que nos permite percibir la imagen. Sin embargo, el ver es apenas el comienzo de la apreciación de la imagen. No basta con posar los ojos en algo, para poder apreciar, es preciso mirar.

La palabra mirar viene del latín mirāri, que significa 'admirarse'.

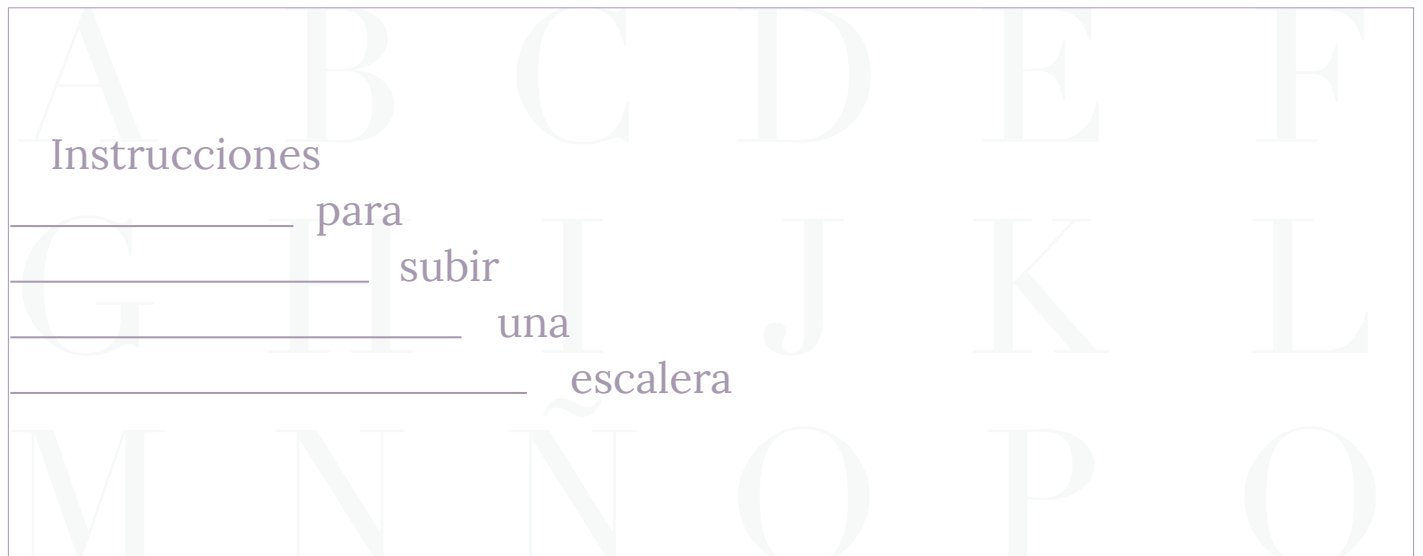
Algunas de las definiciones oficiales de la RAE para esta palabra son: *revisar, registrar, tener en cuenta, atender, pensar, juzgar, inquirir, buscar algo, informarse de ello*. Si bien todas éstas son diferentes, el lazo común que se teje entre ellas es que para todas estas acciones se requiere involucrar **la atención, la consciencia**.

Mirar es mucho más que dirigir los ojos hacia el objeto, mirar es una práctica, es ejercer nuestra percepción en todas sus dimensiones. La contemplación debería ser el acto primario, es el acto primario que con el tiempo olvidamos y cotidianizamos. Normalizamos la visión y la separamos de la atención y de la intención. Mirar nos permite apreciar, permite nacer a nuestras impresiones ante lo contemplado, nos permite percibir lo excepcional en lo cotidiano.

Existen fotógrafos que se dedicaron a retratar a la misma persona u objeto por años, o que capturan imágenes de lugares que al ojo no observador parecen simplemente sitios comunes, hay pintores que plasmaron el mismo elemento a lo largo de sus obras... todos ellos con una extraordinaria capacidad de observar. Mirar es explorar, es perderse en lo contemplado, es descubrir, es darnos a aquello que estamos mirando, es aprender el detalle, la singularidad de las cosas, es mantener viva la capacidad de asombro.

La escritura es un ejercicio íntimamente ligado con el don de la observación. El acto de mirar nos conecta con lo que está afuera, pero también con lo que hay dentro de nosotros a través de esos estímulos externos. Despertar la conexión con esa vida interior es parte de la tarea de las escritoras y escritores, porque la escritura, para quienes ejercen una escritura honesta, no es otra cosa que una vía de expresión de todo aquello que sucede adentro, llámese sentimientos, pensamientos, creatividad, imaginación o ideas.

Así, el acto de mirar y el ejercicio de la escritura se fusionan en una relación simbiótica.

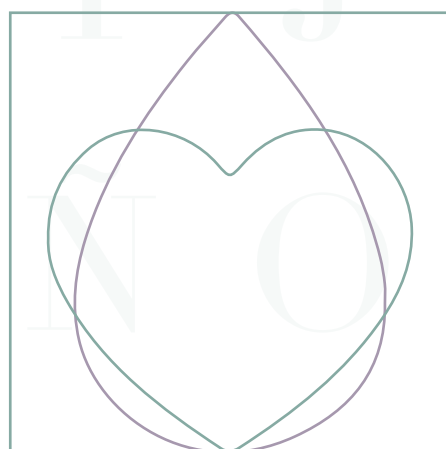


Nadie habrá dejado de observar que con frecuencia el suelo se pliega de manera tal que una parte sube en ángulo recto con el plano del suelo, y luego la parte siguiente se coloca paralela a este plano, para dar paso a una nueva perpendicular, conducta que se repite en espiral o en línea quebrada hasta alturas sumamente variables. Agachándose y poniendo la mano izquierda en una de las partes verticales, y la derecha en la horizontal correspondiente, se está en posesión momentánea de un peldaño o escalón. Cada uno de estos peldaños, formados como se ve por dos elementos, se sitúa un tanto más arriba y adelante que el anterior, principio que da sentido a la escalera, ya que cualquiera otra combinación producirá formas quizá más bellas o pintorescas, pero incapaces de trasladar de una planta baja a un primer piso.

Las escaleras se suben de frente, pues hacia atrás o de costado resultan particularmente incómodas. La actitud natural consiste en mantenerse de pie, los brazos colgando sin esfuerzo, la cabeza erguida aunque no tanto que los ojos dejen de ver los peldaños inmediatamente superiores al que se pisa, y respirando lenta y regularmente. Para subir una escalera se comienza por levantar esa parte del cuerpo situada a la derecha abajo, envuelta casi siempre en cuero o gamuza, y que salvo excepciones cabe exactamente en el escalón.

Puesta en el primer peldaño dicha parte, que para abreviar llamaremos pie, se recoge la parte equivalente de la izquierda (también llamada pie, pero que no ha de confundirse con el pie antes citado), y llevándola a la altura del pie, se le hace seguir hasta colocarla en el segundo peldaño, con lo cual en éste descansará el pie, y en el primero descansará el pie. (Los primeros peldaños son siempre los más difíciles, hasta adquirir la coordinación necesaria. La coincidencia de nombre entre el pie y el pie hace difícil la explicación. Cuídese especialmente de no levantar al mismo tiempo el pie y el pie.)

Llegado en esta forma al segundo peldaño, basta repetir alternadamente los movimientos hasta encontrarse con el final de la escalera. Se sale de ella fácilmente, con un ligero golpe de talón que la fija en su sitio, del que no se moverá hasta el momento del descenso.



Instrucciones para llorar

Dejando de lado los motivos, atengámonos a la manera correcta de llorar, entendiendo por esto un llanto que no ingrese en el escándalo, ni que insulte a la sonrisa con su paralela y torpe semejanza. El llanto medio u ordinario consiste en una contracción general del rostro y un sonido espasmódico acompañado de lágrimas y mocos, estos últimos al final, pues el llanto se acaba en el momento en que uno se suena enérgicamente. Para llorar, dirija la imaginación hacia usted mismo, y si esto le resulta imposible por haber contraído el hábito de creer en el mundo exterior, piense en un pato cubierto de hormigas o en esos golfos del estrecho de Magallanes en los que no entra nadie, nunca. Llegado el llanto, se tapará con decoro el rostro usando ambas manos con la palma hacia adentro. Los niños llorarán con la manga del saco contra la cara, y de preferencia en un rincón del cuarto.

Duración media del llanto, tres minutos.

A B C D E F

G H I J K L

M N Ñ O P Q

R S T U V W

X Y Z < Ç ;

¡GRACIAS!