



UNIVERSIDAD
Finis Terrae

UNIVERSIDAD FINIS TERRAE

FACULTAD DE ARTE

ESCUELA DE ARTES VISUALES

**CONTEMPLACIÓN Y VIDA CONTEMPORÁNEA: UNA MIRADA
SOBRE LA PÉRDIDA DEL VER EN LA COTIDIANIDAD**

VALENTÍN IGNANCIO COLIMÁN ACUÑA

Ensayo crítico presentado a la Escuela de Artes Visuales de la Universidad Finis Terrae
para optar al grado de Licenciado en Artes Visuales, Mención Pintura.

Profesor Guía Taller de Grado: Víctor Pávez Miranda

Profesor Guía Preparación de Tesis: José Tomás Fontecilla Palma

Santiago, Chile

2025

AGRADECIMIENTOS

Quisiera expresar mi agradecimiento a mi mamá, por su apoyo incondicional durante este año y por acompañarme en cada etapa de este proceso.

A mis amigos Patricio y Maximiliano, por su disposición para ayudarme con mis dudas al momento de escribir, por su tiempo y por las valiosas opiniones que aportaron a mi tema. También a los que estuvieron conmigo a lo largo de la carrera Paque, Martin, Cony, Daniel, y a todo mi círculo en general.

Finalmente, agradezco a los amigos que me han acompañado desde una temprana edad hasta hoy, como Gnecs, Diego y el propio Patricio, cuya presencia ha sido constante en distintas etapas de mi vida.

ÍNDICE

RESUMEN Y PALABRAS CLAVE	4
INTRODUCCIÓN	5
PÉRDIDA DEL VER.....	15
LA CONTEMPLACIÓN EN EL ARTE	24
REFLEXIONES SOBR MI PROCESO DE OBRA.....	28
REFLEXIONES FINALES	31
BIBLIOGRAFÍA	34

RESUMEN Y PALABRAS CLAVE

El presente ensayo reflexiona sobre la pérdida de la capacidad de contemplación en la vida contemporánea, entendida como un efecto de la hiperactividad social, la prisa y la saturación visual que definen nuestra época. A partir de diversos autores, se examina cómo esta lógica del rendimiento debilita nuestra presencia en el entorno y vuelve lo cotidiano algo superficial y fugaz. A través del análisis de, figuras como el flâneur o el vagabundeo permiten reconsiderar la pausa como un gesto de resistencia frente al automático diario. Además, se plantea la importancia y urgencia de recuperar una mirada pausada que otorgue valor a las nimiedades del día a día, proponiendo como solución las prácticas artísticas, especialmente el dibujo y la pintura, las cuales se presentan como ejercicios capaces de devolver una percepción más atenta y profunda, permitiendo habitar el mundo con mayor sensibilidad.

PALABRAS CLAVE: Contemplación, cotidiano, vagabundeo, flâneur, sociedad rendimiento

INTRODUCCIÓN

Lo cotidiano, en su simpleza, encierra una experiencia profunda que suele pasar desapercibida. Sin embargo, vivimos en una sociedad cada vez más hiperactiva, rápida e impaciente, donde todo se quiere de inmediato y nada dura mucho, sin tiempo para descansar de los estímulos ni para contemplar lo que nos rodea, incluyendo nuestra propia vida diaria. Por lo tanto, aunque se mantenga cercana y establecida, la cotidianidad que entablamos parece estar cada vez más desconectada de nosotros, a tal grado, que nos resulta paradójicamente desconocida.

Byung-Chul Han, en su libro *La sociedad del cansancio* (2012) nos habla de esta pérdida de la contemplación en la vida contemporánea. Ante esta problemática, el autor propone la expresión de *vida contemplativa* (o contemplación), entendiéndose esta como una forma de percepción profunda, pausada y desinteresada, que se aleja de la hiperactividad moderna para centrarse en una atención enfocada al momento; la cual, trata de una mirada que no solo busca transformar ni utilizar lo que observa, sino simplemente dejar que el mundo se revele tal como es. La contemplación, según él, “está ligada a aquella experiencia ontológica en la que la belleza y la perfección son inmutables, imperecederas e inaccesibles a la acción humana” (Han, 2012, p. 37). Esto último, nos dice que volvamos a mirar el mundo con una actitud de contemplación desinteresada, reconociendo que hay cosas bellas y valiosas que no necesitan ser útiles ni transformadas, y que se revelan sólo si estamos realmente presentes.

De igual manera, esta pérdida de presencia dice Han, es también resultado de cómo la “sociedad del cansancio” ha moldeado al sujeto moderno, puesto que, incluso cuando deseamos detenernos y observar, estamos tan inmersos en la autoexigencia y la hiperactividad, que ya no somos capaces de hacerlo. La sobrecarga de estímulos y la presión por rendir generan personas que miran sin ver, que viven sin realmente habitar lo que viven (Han, 2012). Es por esto último que en la actualidad sufrimos la pérdida de atención de las cosas más sencillas y cotidianas del vivir, por ejemplo: cuando caminamos por la calle, no observamos los árboles, las personas o los colores del cielo; solo avanzamos con prisa, pensando en lo que sigue. Perdidos en esta falta de contemplatividad, no somos capaces de

darnos cuenta de que en las “simples cosas” se pueden encontrar grandes fuentes de belleza, inspiración e incluso expresiones artísticas mismas de la vida.

En esa línea, David Le Breton (2018) nos recuerda que: “Caminar, incluso si se trata de un modesto paseo, pone en suspenso temporalmente las preocupaciones que abruman la existencia apresurada e inquieta de nuestras sociedades contemporáneas” (p. 9). En referencia a esta idea, podemos ver que el paseo se convierte en un gesto práctico de resistencia, puesto que, la acción de detenernos físicamente interrumpe y pausa la lógica del rendimiento actual al abrir un espacio momentáneo a la observación y atención hacia lo que nos rodea, causando así, que aquellas cosas invisibles eclipsadas por las preocupaciones reaparezcan. Asimismo, la desconexión momentánea de la hiperactividad social provoca que recuperemos la capacidad de mirar lo que siempre estuvo ahí con una nueva intensidad y perspectiva.

El mismo autor cataloga este gesto de pausa como *vagabundeo* y lo caracteriza como un error despreocupado capaz de rechazar tanto el ritmo frenético de la ciudad y las preocupaciones como la urgencia y disponibilidad —laboral o afectiva— hacia otros (Le Breton, 2018). De esta manera, el vagabundeo no es una simple actividad de ocio, sino un acto consciente que choca con las exigencias de productividad y disponibilidad absoluta, reafirmando la necesidad de recuperar espacios de contemplación en la vida diaria.

Siguiendo esa línea argumental Charles Baudelaire el cual, a través de la figura del *flâneur*, explora una forma de resistencia y contemplación muy similar a la anteriormente planteada, la cual es el vagabundeo de Le Breton. El *flâneur*, por así decirlo, se caracteriza por deambular sin rumbo fijo por las calles de París, observando desinteresadamente la vida urbana, pero sin participar en la lógica del consumo y la productividad que rige la sociedad. Es un sujeto que se sitúa intencionalmente fuera de la productividad. En esta misma línea, Walter Benjamin señala que las descripciones más reveladoras de la gran ciudad surgen de "aquel que ha cruzado la ciudad en cierto modo ausente, perdido en sus pensamientos o preocupaciones" (Benjamin, 2012, p. 141). Esta acción de perderse escapa del orden predeterminado y busca una experiencia que va más allá de lo superficial y de lo que uno ya espera.

Al igual que el *vagabundeo* que pone en "suspenseo temporalmente las preocupaciones", él flâneur busca una ruptura con la rutina de la vida moderna. Benjamin lo explica como una forma de detener el tiempo y el ritmo acelerado de la ciudad para poder capturar momentos fugaces que, de otro modo, se perderían. Un claro ejemplo de esto se encuentra en el poema "À UNE PASSANTE" de *Las flores del mal* (1857), donde el poeta experimenta un "choque" al cruzarse momentáneamente con una mujer desconocida. Este encuentro fugaz interrumpe su realidad y transforma una escena cotidiana en un momento de gran intensidad poética y emocional. A través de esto, Baudelaire demuestra cómo la atención atenta puede encontrar belleza y significado en los instantes más transitorios de la vida urbana.

De igual modo, la rapidez con la que avanza la sociedad propicia una marcada fugacidad en el interés que tenemos por las cosas, debido a que la constante actualización y presentación de lo más novedoso y "útil" captura nuestra atención en los elementos que se adscriben a estas características. Es decir, nuestro interés tal como los nuevos productos materiales y los grandes acontecimientos tienen fecha de caducidad, puesto que, son fácilmente reemplazables por otros iguales. Es por ello, que la sociedad se decanta por una forma de vida efímera, en la cual, la sorpresa y el disfrute por las cosas simples se ha desvanecido pues la rapidez con la cual se reemplazan las preocupaciones va más allá de nuestra capacidad de valorizar nuestra cotidianidad. En otros términos, se suprime la cabida y existencia de todo aquello que no sea productivo e importante.

Ahora bien, con relación a la contemplación, ¿cómo esta puede estar relacionada con la cotidianidad? Observemos que, ante nuestros ojos, nuestro día a día nos puede parecer muy monótono y carente de valor estético, esto debido a que no estamos con una actitud reflexiva y perceptiva. No nos damos cuenta de lo que nos rodea porque no hemos tenido la predisposición para detenernos y observar, debido a esta rapidez con la que pareciera fluir la vida. Entonces, en este paradigma resulta imposible el notar aquellas cosas que, a primera vista, pueden no tener valor (estético, artístico, etc.), puesto que, si no son observadas con detalle, es como que no existieran. La pregunta que surge, entonces, es si es posible redescubrir el valor y la existencia en lo que nos rodea, o si estamos condenados a una realidad sumamente superficial.

La existencia de un mundo apurado, fugaz y socialmente cansado es producto de diversos paradigmas políticos, culturales y humanitarios que rigieron la forma en la que entendemos el mundo y nos relacionamos. Para entender el cómo pasamos a esta forma de vida problemática resulta necesario recapitular los modelos sociales precedentes. En la *Sociedad del cansancio* (2012), Byung-Chul Han expone la transición de una sociedad disciplinaria – definida así por el filósofo Michel Foucault en su libro *Vigilar y Castigar* de 1975– a una sociedad del rendimiento, exponiendo sus principales diferencias y *modus operandi*. La sociedad disciplinaria, se caracteriza por estar dominada a través de regímenes totalitarios, en los cuales, ser esclavos de los altos mandos y seguir ciegamente sus indicaciones era la orden del día. De igual manera, el autor define a este tipo de sociedades como “sociedades de la negatividad” debido a que estas se configuran por medio de la prohibición, la obligación y el deber, a tal punto que se tiende a priorizar la norma por sobre la ley misma (Han, 2012, p. 26).

Este último punto resume una idea general de la obra de este filósofo: en las sociedades modernas, el control ya no se ejerce principalmente mediante castigos legales o violencia física, sino mediante la normalización, es decir, hacer que las personas se comporten “como deben” a través de reglas, vigilancia y disciplina internalizada.

En cambio, en la sociedad del rendimiento, no son agentes externos los que influyen en lo que hacemos a través de su poder, sino que somos nosotros mismos quienes nos auto exigimos y terminamos sintiéndonos autoexplotados. La razón principal de este hecho, según Han (2012), es que, a diferencia de la antigua sociedad disciplinaria, en la actualidad vivimos con un desborde de positivismo que nos pone a nosotros mismos como los antagonistas de nuestras acciones, puesto que, la necesidad de producir deriva en la autoflagelación de nuestros egos y autoestima. Esto último, se ve aumentado gracias a los recordatorios y *eslóganes* sociales como “tú puedes” que propician la —ya mencionada— autoexplotación orientada a cumplir nuestras propias expectativas. De aquí sale el concepto de la *mera vida* (Han, 2012), palabras que definen muy bien a la problemática social actual, en la cual todo pasa desapercibido y, muchas veces, se encuentra carente de sentido.

La *mera vida* no es la vida plena, rica en experiencias, vínculos y espiritualidad, como lo es la vida contemplativa, sino aquella forma de existencia reducida al “simple hecho de

sobrevivir”, es una vida sin riesgo, sin dolor, sin alteridad. Sobre este sentido, Byung-Chul Han (2012) ilustra cómo la sociedad actual prioriza la mera supervivencia, un fenómeno intensificado por eventos como la pandemia de COVID-19. En este contexto, el autor observa:

Hoy en día ya no se cree en otra vida. Solo se cree en la vida. Se aferra uno a ella con desesperación. La pandemia ha exacerbado aún más esta tendencia. El cuidado de la mera vida ocupa ahora el primer plano (Han, 2021, p. 1)

Esta insistencia en conservar la vida a toda costa no representa una forma más humana de vivir, sino una rendición ante el miedo, la seguridad y la autoexplotación. De igual modo, si bien la tecnología, la medicina y las estructuras sociales nos prometen una vida sin sufrimiento ni esfuerzo, terminamos pagando el precio de una existencia anestesiada, en la cual, no hay espacio para la observación de la belleza y la estética en las nimiedades y los elementos más rutinarios. Por lo tanto, estas realidades ricas en contenido pasan totalmente desapercibidas y se extinguen a pasos apresurados, en una vida efímera que repite estos patrones cada vez más. En contraparte, la vida que permite la contemplación sería la más vívida y rica en experiencias, ya que, la observación detenida y desinteresada daría pie a un entendimiento del valor intrínseco de las cosas.

Pero, a pesar de esta problemática, hemos podido observar que no para todos es así, y que de esta simpleza nace una inspiración cuanto menos bella. A lo largo de la historia, han existido personas que trataron el tema de la cotidianidad desde diversas perspectivas como lo son ciertas teorías sociales, movimientos artísticos, prácticas artísticas, estudios filosóficos, etc.

Un ejemplo claro se encuentra en la práctica del dibujo, tal como lo plantea John Berger (2013). Esta forma de contemplación, entendida como una percepción atenta, pausada y desinteresada, se manifiesta de igual manera en este ejercicio de carácter artístico. En relación con esto, Berger señala que “es el acto mismo de dibujar, lo que fuerza al artista a mirar el objeto que tiene delante, a diseccionarlo y volverlo a unir en su imaginación” (Berger, 2013, p. 3). A partir de esta idea, podemos evidenciar cómo el simple hecho de observar puede convertirse en una experiencia de gran profundidad, yendo mucho más allá

de algo puramente visual. Dentro de la práctica del dibujo, se nos invita a detenernos y mirar de forma consciente, no solo para copiar lo que se ve, sino para entenderlo y reconstruirlo. En este sentido, observar se transforma en una forma de pensar con los ojos, un proceso que exige presencia, sensibilidad y una fuerte capacidad para interpretar lo que vemos.

Esto último nos permite comprender que mirar no solo registra lo que está enfrente de nosotros, sino también lo que le sucede a quien observa —entendiendo al dibujante como un individuo que es afectado por lo que ve—. En palabras de Berger “un dibujo es un documento autobiográfico que da cuenta del descubrimiento de un suceso” (Berger, 2013, p. 3), lo que refuerza que la contemplación no es neutra ni puramente objetiva, en sí el propio acto de descubrir un suceso se convierte en un viaje reflexivo, donde el artista revela su entorno y, a la vez, se descubre a sí mismo según la forma en que lo percibe y siente. Así, la contemplación en el dibujo la podemos interpretar como un proceso íntimo que hace visible la experiencia personal, mostrando cómo lo cotidiano puede conmover y transformarse en un relato con un gran peso —si se observa con una vista contemplativa—.

En este sentido, esa atención pausada y reveladora que surge en el dibujo, de alguna manera, nos remite a una tradición artística que desde el siglo XIX se atrevió a poner en primer plano lo cotidiano como material digno de exploración. Así, reconocer hoy el valor de lo simple implica mirar hacia atrás y pensar cómo, en su momento, se pudo tratar la representación del entorno, poniendo en práctica la observación misma.

En relación con los movimientos artísticos del siglo XIX, el Realismo fue predominante en Francia entre los años 1840 y 1880, replanteando una mirada más ligada a lo inmediato y ordinario. Según Linda Nochlin (1991), el Realismo buscó ofrecer “una representación verídica, objetiva e imparcial del mundo real, basada en una observación meticulosa de la vida del momento” (p. 1). Esto mismo implica el distanciarse de las idealizaciones típicas del Romanticismo —esas visiones grandiosas que privilegiaban lo emocional, lo imaginario y lo heroico— y fijar la atención en lo cotidiano, en los ambientes comunes, en lo social y aparentemente banal. A pesar de que los realistas ofrecían una representación “objetiva e imparcial” del mundo, Nochlin (1991), advierte que esa idea de

visión pura es, en realidad, una ilusión, toda percepción está atravesada por el tiempo, el contexto y la experiencia del que observa.

En cierta forma, aunque el Realismo aspiraba a una representación objetiva, esa supuesta neutralidad no anula la mirada de quien pintaba, sino que la reinterpreta de otro modo. Al poner su atención sobre lo popular, lo cercano o lo rutinario, el artista no se alejaba del mundo, al contrario, se introducía en este desde una sensibilidad y vista atenta. Lo que parecía aparentemente imparcialidad, muchas veces es una forma honesta de estar presente, de decir “esto es lo que está ocurriendo frente a mí y merece ser visto”. En lugar de embellecer la escena o exagerarse, la contemplación del Realismo buscaba dejar que el entorno se muestre tal como es, sin filtros, pero tampoco sin indiferencia —cabe recalcar—. Así que, por lo mismo, más que una copia del mundo refleja una disposición del artista en cuestión de retratar lo que le rodea y detenerse ante esto mismo.

Uno de los mayores exponentes de este movimiento y visión fue Gustave Courbet (1819–1877), cuya obra se caracterizó por una profunda búsqueda de la representación fidedigna de la vida, inspirándose directamente en su entorno sin someterlo a idealizaciones. Esta propuesta se ve reflejada de forma contundente en obras como *Un entierro en Ornans* (1850). En un lienzo de gran escala, Courbet transforma una escena trivial para la época en algo digno de detenerse a contemplar. El espectador es invitado a presenciar un funeral anónimo, donde no encontramos héroes ni figuras glorificadas, sino gente común y corriente, parte ineludible de la vida diaria, merecedora de ser observada con atención y respeto. Esta elección no solo fue provocadora para su época, sino que también, como señala Fried (2018), *El entierro en Ornans* desactiva las vías usuales por las cuales la pintura tradicional absorbía al espectador en su ficción, forzándolo a una confrontación directa con la mera existencia de lo mostrado. Así mismo, Courbet propone una forma de contemplación donde la relevancia no reside en la grandiosidad del sujeto, sino en la autenticidad y la presencia desnuda de la realidad.

En *Los picapedreros* (1849), Courbet “ha pintado simplemente dos miembros del subproletariado del Franco Condado a quienes encontró un día en el camino” (Nochlin, 1991, p. 102). Al representarlos a tamaño natural, sin poses clásicas ni idealización, muestra cuerpos rígidos, marcados por la fatiga y la repetición mecánica del trabajo. El entorno se

presenta sin embellecimiento ni efectos poéticos que lo dulcifiquen. De esta manera, Courbet eleva una acción cotidiana como lo es romper piedras al formato monumental, confrontando al espectador con una realidad cruda, sin adornos ni consuelo y dejando ver, al mismo tiempo, una denuncia silenciosa de las condiciones sociales de su tiempo. Esta obra encarna precisamente esa mirada realista y sensible que hemos mencionado antes, una contemplación que no embellece, pero tampoco es indiferente. Aquí se ve reflejado lo que planteaba Nochlin (1991) sobre la supuesta objetividad del Realismo; más que eliminar la mirada del artista, lo que hace es plasmar con sinceridad su entorno, transformando lo cotidiano, en algo digno de ser representado y pensado.

En síntesis, Courbet presentó una mirada atenta sobre lo rutinario y casual, bases que hoy se ven desplazadas u obviadas por el ritmo visual acelerado de nuestra época, donde la saturación de imágenes y estímulos dificulta la contemplación profunda y la valoración de lo simple y cotidiano.

En la actualidad, como se ha mencionado anteriormente, nos enfrentamos a una sobrecarga de estímulos visuales que no nos permite descansar. Este bombardeo constante nos impide detenernos y mirar con una presencia realmente presente lo que nos rodea. La contemplación, entendida como una percepción pausada y atenta, se vuelve casi imposible en un contexto donde todo va tan deprisa. Como menciona Calderón (2020) en su libro *La performatividad de las imágenes*, “la abundancia de imágenes y estímulos visuales nos ahogan y nos anestesian, impidiéndonos digerir aquello que vemos; a su vez, esas imágenes nos demandan nuestros cuerpos, nos devoran” (Calderón, 2020, p. 13). Si lo pensamos, señala una problemática propia de la sociedad en la que vivimos, en la misma estamos tan rodeados de imágenes que ya no somos capaces de observarlas como es debido. Más que ver, las imágenes pasan ante nosotros sin importancia ni profundidad, vacías de algún sentido. Esto es visible en cualquier momento de nuestra vida diaria, donde no somos capaces de recordar ni la mitad de lo que vemos, en el metro, en la calle o en el lugar de estudio/ trabajo. En esta situación, recuperar una vista o vida contemplativa se vuelve necesaria, e incluso, de suma urgencia.

Teniendo en cuenta lo que se ha señalado desde el pasado hasta el presente, la vida cotidiana ha ofrecido siempre riqueza en la que podemos detenernos y mirar con atención. Tanto desde el pensamiento contemporáneo como desde las representaciones artísticas del pasado, se comparte una misma intención: dar valor a lo simple, a eso que suele pasar desapercibido. Ya sea en la pintura realista, en la práctica del dibujo o en la reflexión filosófica actual, se reitera y repite una búsqueda similar, observar con cuidado lo que tenemos enfrente, aunque parezca ordinario o banal. La contemplación aparece entonces como una forma de presencia y resistencia, una manera presente de habitar el mundo y de relacionarnos con lo que nos rodea.

En este marco se presenta el objetivo principal de este ensayo, reflexionar como la capacidad de contemplación de nuestro entorno se debilita progresivamente, siendo para los individuos de cada generación más difícil ponerla en práctica en su vida diaria, y en las labores que suelen desempeñar, esto en un contexto marcado por la hiperactividad social, el exceso de información y el constante pensamiento de rendir más.

Para profundizar en lo que mencionamos anteriormente es necesario desarrollar específicamente los siguientes objetivos:

- Reflexionar sobre la pérdida de la capacidad de contemplación en la vida diaria, entendida esta como una consecuencia de la hiperactividad social en la nos encontramos insertos.
- Examinar el impacto de la sobrecarga de estímulos visuales en la atención y la memoria cotidiana, explorando cómo el exceso de información e imágenes afecta nuestra capacidad para detenernos y retener lo que vemos.
- Argumentar por qué es importante recuperar la capacidad de contemplar las nimiedades del cotidiano y el entorno que nos rodea, entendiendo esto como una forma de resistir al automatismo y la superficialidad de la vida contemporánea.
- Analizar de qué manera ciertas prácticas artísticas, fomentan una mirada atenta y contemplativa, posibilitando así una nueva mirada al cotidiano.

- Explicar la relación de mi obra personal con el concepto de contemplación y las ideas trabajadas durante el escrito

De la misma manera, el tema principal y punto a desarrollar de este ensayo, es la incapacidad inherente de los individuos en la actualidad para apreciar profundamente lo que les rodea, incluso las nimiedades de la vida cotidiana. Llevándonos así a la pregunta de ¿Por qué es importante que aprendamos a contemplar y ver las cosas que nos rodean?

Al poner en duda la sociedad en la que habitamos, también se abre un espacio para cuestionar nuestra relación con el tiempo —que parece ir cada vez más deprisa— y la manera en que percibimos nuestro propio entorno. Si ya no somos capaces de detenernos ante lo que nos rodea, ¿cómo se empobrece nuestra experiencia cuando nos enfrentamos al mundo sin realmente habitarlo?

En este contexto y a partir de lo que hemos señalado, se vuelve relevante pensar en cómo ciertas prácticas, como las artísticas, pueden ayudarnos a restituir una mirada atenta sobre el entorno cotidiano. La contemplación, entendida como una forma de presencia activa, encuentra en el arte un espacio privilegiado para ejercitarse. El aprender a observar de forma consciente estimula de mayor forma la creatividad, permitiéndonos detectar ciertas cosas que no se suelen ver, para posteriormente ser trabajadas o representadas desde una práctica artística, como pueden ser el dibujo o la pintura. Es por esto que este ensayo busca sumarse a la línea teórica que considera la relevancia de la contemplación sobre todo en áreas como lo son las artes y en las dinámicas sociales.

PÉRDIDA DEL VER

Como se mencionó en la introducción, progresivamente hemos ido perdiendo la capacidad de contemplar; hay múltiples razones. Podríamos suponer que vivimos metidos en una hiperactividad permanente: ritmos acelerados, información que no para y la presión constante por estar rindiendo. O sea, no es sólo que vayamos apurados, sino que este ritmo define cómo habitamos el mundo y cómo lo miramos —miradas rápidas, de pasada, sin tiempo para quedarse ahí— y por esto mismo la contemplación se ha ido perdiendo a un ritmo alarmante. Sostengo que vivimos en un sistema que valora la eficacia por sobre la reflexión, por lo mismo nos encontramos ante la pérdida de la mirada pausada, y con ella se empobrece tanto la experiencia estética como la atención crítica hacia lo que nos rodea.

Para empezar esto, conviene definir qué se entiende por contemplación. Para mí la contemplación no es pasividad ni simplemente quedarse parado, es la capacidad de permitir existir en el presente, de mirar con calma y de darle tiempo a lo visto para que algo ocurra, es decir, dejar que los detalles y el mundo hablen por sí mismos. Es esa mirada que se detiene en una esquina, en una mancha de luz, en la postura de una persona, y que permite percibir matices que a primera vista se pierden. Si no nos damos ese tiempo, lo que vemos se vuelve esquemático y pobre en sí mismo.

Mi visión simpatiza con la lectura de Han y, al mismo tiempo, ha sido influenciada por su distinción entre la “mera vida” y la “vida contemplativa”. O sea, Han habla de la mera vida como una existencia reducida al sobrevivir y al rendimiento inmediato, mientras que la vida contemplativa se entiende como una percepción más profunda y pausada, que deja al mundo revelarse sin apuro. Mi diálogo se guía por esa línea, coincido con esa visión y por eso pienso en la contemplación no sólo como algo estético, sino como una forma de vida que deberíamos recuperar y a la que habría que apuntar frente a la lógica de la mera vida, que se sostiene precisamente en lo opuesto, en la falta de presencia —o sea, en no mirar realmente—. Paradójicamente, esa lógica es la manera en la que vivimos la mayoría. Tener presente esta distinción a la hora de reflexionar muestra lo que nos perdemos al no mirar con calma. No es sólo un gusto, sino una manera más real de estar en el mundo y en el ahora.

Para dar cuenta de lo hablado se pueden dar ejemplos sencillos, de hecho, los vemos a diario. Pensemos, en caminar por la calle y no recordar los colores de las casas o las tiendas por las que pasamos, porque íbamos leyendo o mirando el teléfono; o comer mientras vemos un video y darnos cuenta de que, al terminar, no recordamos ni siquiera el sabor. Son cosas muy pequeñas, ya las tenemos arraigadas en nosotros y demuestran cómo la hiperactividad y el querer hacer todo de forma más apresurada ya organiza nuestro día. En este sentido, estos hábitos tan cotidianos no son más que la materialización de la “mera vida” que plantea Han, una existencia reducida al sobrevivir sin una verdadera presencia o atención al momento. Todo se hace en piloto automático y la mirada no se posa sobre nada en particular. Podría nombrar mil otras escenas—la foto rápida, en vez de mirar, la necesidad de estar siempre haciendo algo, o la incomodidad de un simple silencio—. En resumen, la prisa manda y el ahora siempre queda relegado a algo pasajero.

Ante esta realidad de la “mera vida” planteada por Han, que nos reduce al rendimiento y el piloto automático, es pertinente retomar el concepto de *“vagabundeo”* de Le Breton. Ambos, la vida contemplativa y el vagabundeo funcionan como actos de resistencia. Sin embargo, bajo este diálogo es pertinente mencionar la figura literaria del flâneur, creada por Charles Baudelaire.

El flâneur es más que un simple personaje; es un sujeto que se separa conscientemente de esta hiperactividad social. Su figura se para en un punto donde, al no tener la presión del rendimiento, descubre en instantes aparentemente pasajeros cosas únicas. El flâneur extrae un momento único y especial de algo tan banal como un cruce de miradas en la calle, un instante que, si deja pasar, no se repetirá. De esta manera, podríamos enlazar y decir que flâneur encarna la idea del “vagabundeo” de Le Breton, demostrando cómo la resistencia puede manifestarse a través del simple acto de deambular sin un rumbo fijo y sin la urgencia de ser productivo. A partir de esta lectura se reitera la necesidad de recuperar la pausa y el silencio para escapar de una lógica que prácticamente nos desconecta de nuestra propia existencia.

La figura del flâneur, al perderse y extraer cosas únicas de lo banal, nos da entender que un simple gesto de pausa es capaz de generar una experiencia profunda, una vivencia que el tiempo no volverá a ofrecer. Sin embargo, podemos pensar que, en la actualidad, esta

posibilidad se ve amenazada por un exceso de estímulos visuales que saturan nuestra atención y nos impiden detenernos en algo en particular. La sobreabundancia de imágenes, notificaciones y contenido en constante actualización nos obliga a consumir y habitar el mundo de forma más superficial, sin darnos el espacio para procesar lo que vemos o para que las cosas "hablen por sí mismas", tal como se ha planteado. Por lo tanto, la contemplación, que él flâneur practicaba de manera natural, ahora se podría percibir como una extrañeza para los individuos que habitan en la sociedad hiperactiva.

En la actualidad, el acto de deambular por puro disfrute se ha vuelto ajeno a nuestra rutina, y la simple acción de detenernos ante una vida apresurada nos genera un sentimiento de culpa. La pregunta, entonces, no es si somos nosotros los responsables de esta rutina, sino si la propia sociedad está configurada para impedirnos la pausa. En este contexto, la reflexión de Jonathan Crary en su obra *Suspensiones de la percepción* da un punto de vista fundamental mencionando que “Al poder institucional sólo le preocupa que la percepción funcione de tal modo que asegure que el sujeto sea productivo, controlable y predecible, que sea adaptable y capaz de integrarse socialmente” (Crary, 2008, p. 14). Con esta idea, se podría llegar a sostener que una vida contemplativa no tiene cabida en una sociedad que nos condiciona a no observar, a no detenernos, porque una percepción que no produce o no sirve a un propósito utilitario es vista como una extrañeza.

A partir de lo mencionado anteriormente, se hace evidente que el propósito utilitario de la percepción tiene una consecuencia directa en nuestra vida diaria, provoca la pérdida de la atención. Como ya se había planteado al hablar del flâneur y de la incapacidad de nuestro tiempo para detenerse, Si nuestra percepción está entrenada para procesar de forma rápida y eficiente, se podría decir que termina por no concentrarse en nada a grandes rasgos, se privilegia la eficiencia —más tiempo equivale a menos eficiencia—. El resultado es un modo de vida donde miramos sin ver, porque la atención se divide entre múltiples estímulos. Un paseo, se reduce a la simple transferencia de un punto A a un punto B, sin detenerse en la riqueza visual del trayecto. La memoria cotidiana, entonces, se debilita, la mente no retiene aquello que no se considera “importante” o “rentable”, y esta tendencia se intensifica en un mundo que habitamos.

Este constante bombardeo visual genera un efecto paradójico: mientras más vemos, menos sentimos. La mente, en un intento por procesar la sobrecarga de información, termina por insensibilizarse ante lo que observa, provocando una existencia anestesiada; incluso imágenes de alto impacto —noticias de crisis humanitarias o paisajes de belleza sublime— son consumidas con una superficialidad alarmante estas siendo incapaces de transmitir su peso emocional o estético, no se trata solo de acumulación visual, sino de que nuestras relaciones y experiencias se organizan y pierdan profundidad a través de esas representaciones. En consecuencia, la percepción se reduce a un acto puramente mecánico y utilitario, desprovisto de la pausa y la reflexión necesarias para que lo visto se convierta en algo vívido.

Así mismo señala Guy Debord, quien comenta que “el espectáculo no es un conjunto de imágenes, sino una relación social entre personas mediatizada por imágenes” (1995, p. 9). Esto se puede evidenciar en la necesidad de documentar cada momento con un video, o en su defecto, una foto publicada en redes sociales, son un ejemplo de manifestaciones de esta idea, pues en lugar de vivir una experiencia genuina nos enfocamos en capturarla para compartirla, y que otros la vean, haciendo de la propia experiencia algo sumamente superficial, el valor de esta baja exponencialmente, como nuestra ante esta, pues ya no reside en el acto en sí, sino que se encuentra en su potencial como imagen para “el espectáculo”.

Lo ya descrito previamente, es tan fácil de encontrar en la vida cotidiana, que basta con encender el televisor y presencial la basta cantidad de noticias con contenidos altamente sensibles, pero que ya no hacen efecto en lo que sentimos, pues la rapidez con la que procesamos es menor a como compartimos la imagen. Tanto usuarios como espectadores, nos vemos en un agujero sin complejidad contemplativa, donde la urgencia de ralentizar la forma en la que vivimos se vuelve más y más importante, pero cada vez menos considerada. Esto sucede debido a que se asume que siempre estaremos conectados, y es prácticamente inherente sentir la necesidad de rendir, causando en el proceso la pérdida de la capacidad contemplativa.

Más aún, esto exige una profunda reflexión sobre cómo gestionamos nuestra atención dentro de la hiperactividad y cuán frágil se ha vuelto nuestra memoria cotidiana. Lo que se pierde no es solo la vivencia genuina de la experiencia —el acto en sí mismo, antes de ser

capturado—, sino la capacidad de nuestra mente para procesar a fondo lo que está observando. Al transformar cada suceso en un contenido fugaz para ser consumido por otros, el valor de la experiencia baja exponencialmente, nos dedicamos a salvaguardar estas situaciones para el simple show, volviéndonos superficiales en el proceso. Esto nos sumerge en ese círculo ausente de una complejidad contemplativa, donde el cerebro delega la retención a la tecnología, sufriendo una especie de amnesia fomentada a partir de los dispositivos que impide que lo visto se convierta en algo vívido.

La urgencia de ralentizar la forma en la que vivimos nos remite inevitablemente otra vez a la figura del flâneur, ese paseante que, en su acto de perderse en la multitud, encontraba la capacidad de solo ver el entorno, sin un propósito utilitario. Sin embargo, en la sociedad actual, esa figura resulta ser prácticamente una figura obsoleta o inviable. La mirada contemporánea ya no es libre ni desinteresada, esta se encuentra condicionada por una cultura y una sociedad que nos configuran para lo opuesto. Nuestros ojos funcionan de forma adictiva, buscando cada vez más estímulos.

A partir de lo que se ha reflexionado podría surgir la pregunta crítica: ¿Es realmente posible para el individuo hiperactivo tener estos momentos de divagar, si nuestra visión está sumamente afectada por la sobrecarga visual? La respuesta indica que la contemplación ya no puede ser un simple paseo inocente, sino un esfuerzo consciente y una forma de resistencia activa para recuperar esa profundidad perdida del cotidiano.

Sin embargo, antes de asumir la contemplación como algo a lo que debemos volver, surge una duda inevitable: ¿realmente es necesario esforzarse activamente por contemplar? En una sociedad marcada por la velocidad y la saturación, donde cada pausa parece una pérdida de tiempo pensar en detenerse puede sentirse más como una carga que como un alivio en sí mismo. Si la vida cotidiana transcurre bajo un ritmo impuesto —acelerado, exigente, agotador— entonces este llamado a mirar con atención puede parecer algo lejano o incluso innecesario. Tal vez la pregunta no sea cómo recuperar la contemplación, sino si todavía tiene sentido hacerlo en un contexto que ya pareciera no necesitarlo con suma urgencia.

A partir de este cuestionamiento, igual vale la pena preguntarse si realmente es necesario detenerse, si realmente tiene sentido insistir en la contemplación cuando lo que nos

rodea parece carecer de identidad o profundidad por lo antes mencionado. Tal vez el problema no sea solo que no miramos, sino que ya no hay mucho que ver con atención. En esa línea, el arquitecto Rem Koolhaas, en su libro *Acerca de la Ciudad* (2015), nos dice que:

La Ciudad Genérica es la ciudad liberada de la cautividad del centro, del corsé de la identidad [...] Es la ciudad sin historia. Es suficientemente grande para todo el mundo. Es fácil. No necesita mantenimiento. Si se queda demasiado pequeña, simplemente se expande. Si se queda vieja, simplemente se autodestruye y se renueva. Es igual de emocionante —o poco emocionante— en todas partes. Es "superficial"(Koolhaas, 2015, p. 41).

Podemos decir que lo que Koolhaas está planteando con la Ciudad Genérica es bastante claro, es que la ciudad contemporánea puede permitirse ser “sin historia” porque responde a una lógica que es práctica —es cómoda, expansible, fácil de entrar, no pide pertenencia previa—siendo en sí multifuncional a costa de una identidad reconocible y distintiva.

Ante esto podemos dar cuenta de un cuestionamiento que hemos planteado a lo largo del ensayo, la Ciudad Genérica, al no tener nada que destacar de forma impresionante y ser descrita como "superficial", plantea una duda sobre si la contemplación es realmente necesaria. Si el entorno se deshace de sus marcas históricas y se repite sin particularidad, ¿dónde queda el espacio distintivo para esa percepción profunda y desinteresada de la que hemos hablado? La ciudad, al estar configurada para la eficiencia y el tránsito rápido, convierte el paseo en una mera transferencia de un punto a otro, sin invitar de forma activa a la pausa, en sí no contribuyendo para que el sujeto salga de este piloto automático.

Sin embargo, desde una perspectiva puramente funcional, la propia existencia de la Ciudad Genérica podría sugerir que la contemplación es, en efecto, obsoleta o innecesaria. Si este modelo de ciudad, que Koolhaas describe como "fácil" y que "no necesita mantenimiento", logra que las personas transiten, trabajen y convivan de manera eficiente, ¿por qué deberíamos esforzarnos en buscar una profundidad o identidad que ha sido eliminada a propósito por un bien mayor? Se podría argumentar que la superficialidad es, en este contexto, un triunfo de la comodidad y la practicidad. Si la vida moderna se rige por la

eficacia y esta nos contribuye de manera positiva, dedicar tiempo a observar lo que ya es monótono y repetitivo parece una pérdida de energía en la lógica del rendimiento, lo cual nos lleva a cuestionar si realmente es necesario empezar a ralentizar la forma en la que vivimos.

Esta problemática, de hecho, no se queda solo en la teoría que se ha abordado durante el ensayo, sino que evidencia directamente en la experiencia individual y es ahí donde se siente lo verdaderamente complejo. Bajo mi experiencia personal, incluso siendo consciente de que hay que detenerse de vez en cuando, y de realizar el esfuerzo activo de tener esa mirada atenta, resulta bastante complejo el desconectar del ritmo habitual con el que solemos permanecer. Cuando hago uso de esos momentos libres para simplemente divagar y contemplar lo que me rodea, la lógica del rendimiento que se mencionó anteriormente resuena sin quererlo, remitiendo a un sentimiento de culpa. Sientes que estás perdiendo el tiempo si tu cabeza no está en la próxima tarea o en esa lista interminable de cosas por hacer. Es esa misma urgencia de "estar haciendo algo" es lo que nos mantiene atrapados, además del bombardeo de imágenes en nuestros dispositivos que nos tientan a mirarlos. A lo que deseo llegar es que incluso para alguien normal que es consciente de la teoría, contemplar requiere un esfuerzo consciente del individuo, no es algo que podamos hacer de forma pasiva. Entonces, es inevitable pensar o considerar lo que ya venía planteando el salirse del automático, de la "mera vida" no es tan natural, es un esfuerzo consciente que requiere una energía constante para realmente ver más allá en el propio cotidiano.

Es precisamente por este inevitable sentimiento de culpa y por la dificultad de ese esfuerzo consciente que la insistencia en la contemplación adquiere un nuevo valor paradójico. La ausencia de identidad de la Ciudad Genérica la hace más accesible y fácil de habitar para cualquiera, ya que no exige una pertenencia previa, dando una falsa sensación de inclusión a personas de distintas culturas. Sin embargo, esta multifuncionalidad tiene un costo: la pérdida de la profundidad que nutre la mirada de sus habitantes. En este escenario en el que nos encontramos, la insistencia en la mirada atenta no es un simple gusto o manía, es un esfuerzo consciente para encontrar valor en lo que parece intencionalmente diseñado para ser monótono y pasajero. La resistencia activa que planteamos es, entonces, un compromiso a buscar el detalle y la nimiedad, incluso cuando el entorno urbano que nos rodea parece negarnos la riqueza de lo verdaderamente único o especial.

Al comprender que el acto de observar no es algo pasivo, sino lo contrario, un gran esfuerzo consciente que nos obliga a superar la lógica del rendimiento, la pregunta qué es importante volver a plantear es ¿cuál es la recompensa de esta acción tan poco natural? ¿Qué ganamos al dedicar nuestra energía a observar lo que la Ciudad Genérica intencionalmente ha quitado de identidad y significado? La importancia de esta resistencia activa que mencionamos radica precisamente en recuperar la capacidad de contemplar las nimiedades del cotidiano y del entorno que nos rodea. Es un acto que altera la lógica de la superficialidad y el automático, porque nos obliga a encontrar el valor en lo que el propio sistema considera desechable o insignificante. Al detenernos en el detalle menor —la luz sobre una pared, la textura de una acera, un rostro fugaz—, no solo estamos viendo el mundo, sino que estamos desafiando la lógica antes planteada y su velocidad, creando una pausa llena de significado en la pasividad de la "mera vida".

Llevar una vida contemplativa puede parecer difícil, y lo es, resulta agotador para las personas que ya están cansadas por la monotonía cotidiana. Sin embargo, ese esfuerzo extra bajo mi perspectiva es clave. Contemplar también nos devuelve la sensibilidad ante las imágenes del día a día y, sobre todo, funciona como una respuesta frente a la pérdida de la memoria cotidiana. Al ser más conscientes, ese esfuerzo deliberado nos permite dialogar con el bombardeo de imágenes que define a nuestra generación, no se trata de rechazarlo, sino de mirarlo con atención para poder recordar lo que vemos a diario. Apreciar y hacer el esfuerzo consciente nos vuelve capaces de otorgar significado a lo que pareciera carecer de identidad, como podrían ser las cosas más comunes de la ciudad, dando así un sentido propio y profundo a esas pequeñas cosas que, de otro modo, pasarían desapercibidas. Además, al analizar realmente lo que observamos recuperamos la sensibilidad perdida: la imagen deja de ser un estímulo fugaz para convertirse en una experiencia retenible, profunda y significativa.

En sí, ese pequeño gesto de detenerse, fijar la mirada y nombrar lo que suele pasar desapercibido, es un avance que no cualquier persona en el contexto de la hiperactividad estaría dispuesta a hacer con naturalidad. Es un trabajo lento, sostenido y a veces cansador, pero precisamente por eso es valioso de reiterar, esta arma una forma de resistencia frente a la superficialidad. Al afinar la percepción, somos capaces de identificar con mayor

claridad aquello que nos incomoda de la rutina y, por ende, generar respuestas concretas ante esto de una mejor forma. Más aún, esta práctica cuestiona la lógica de la Ciudad Genérica y sus espacios indiferentes dotándolos de complejidad. Es así como lo que puede parecer un gesto menor, es en realidad una práctica decisiva para recuperar identidad tanto de lo que nos rodea como de nosotros mismos.

LA CONTEMPLACIÓN EN EL ARTE

Ante lo planteado en el ensayo, es posible observar la importancia que posee la adopción de una mirada contemplativa en la vida diaria. Puesto que, con ella, ampliamos tanto nuestra experiencia perceptual como las diversas aristas que ofrecen ciertos objetos y acontecimientos. Aun así, ¿cómo es posible poner en práctica esta observación?

Para este efecto, resulta pertinente recordar una reflexión de Calderón (2020), quien nos dice que: “Aunque la historia del arte ha hecho sistemáticos intentos por transformar la mirada en una disciplina, acoger imágenes tiene poco que ver con estar ante algo, con modular la justeza de esa distancia. Mirar no cabe en una mirada” (Calderón, 2020, p. 16). Sus palabras nos recuerda que la observación no puede reducirse a un simple acto visual o técnico, porque mirar verdaderamente implica algo más que estar frente a una imagen: se trata de habitarla, de acogerla y moldearla a una forma real. En este sentido, Calderón nos sugiere que mirar no se limita al ojo, sino que involucra una relación activa entre quien observa y lo observado, una presencia que el arte, como ya se ha mencionado, hace posible.

Es un hecho que tanto en lo cotidiano como en lo particular estamos rodeados de imágenes, pero entre innumerables estímulos e interferencias, pocas veces las acogemos o las habitamos; solo las dejamos pasar, como si la mirada fuera un gesto automático. Sin embargo, la práctica artística responde directamente a este problema, porque obliga a detenerse y analizar. Tanto dibujar como pintar requiere mirar con una atención que no se agota en el instante, esta misma exige permanecer de una forma real ante lo que se ve, analizándolo de una forma sumamente contemplativa. En ese proceso, el artista no solo busca representar una imagen, sino que la vive, la interpreta y la representa bajo una lógica propia, rescatando así lo que en apariencia podría parecer común.

Por eso, podría decirse que, a través del proceso artístico, el mirar se vuelve una forma de habitar el mundo, una experiencia activa que nos devuelve la capacidad de estar verdaderamente presentes. En este sentido, disciplinas como estas se convierten en ejercicios de contemplación aplicada. En las cuales demandan tiempo, atención y sensibilidad ante el modelo, revelando en su proceso cómo el acto de observar puede transformar lo visto en algo mucho más trascendental y personal.

En relación con esta idea, resulta pertinente mencionar a Berger (2013), quien señala que “si aceptamos la metáfora del tiempo como una corriente, un río, en ese caso el acto de dibujar, al ir contracorriente, alcanza la inmovilidad” (p. 43). Esta cita coloca al dibujo como una práctica que se opone al ritmo fugaz de la percepción cotidiana, el dibujo no se vuelve un simple registro, si no que este es en sí una resistencia en esencia. Al exigir una percepción atenta, esta práctica convierte instantes fugaces en duraderos, la contemplación ya no es un destello sino una presencia que devuelve densidad a lo visto. De este modo, mientras la visión cotidiana registra un objeto en fracciones de segundo el dibujo se presenta como un procedimiento que aloja al propio tiempo, obligándonos así, a permanecer en esa experiencia, desarmándola y reconstruyéndola. En este punto, la afirmación de Calderón “mirar no cabe en una mirada” (Calderón, 2020, p. 16) adquiere sentido, pues el dibujo como lo plantea Berger (2013) demuestra justamente que ver verdaderamente requiere una duración que el instante por sí solo no puede contener.

Ante lo planteado, comprendemos el dibujo como una forma de pausa que permite acceder a una mirada más contemplativa. Sin embargo, surge la pregunta sobre si la pintura cumple la misma función o bien si ambas prácticas conducen a experiencias de observación distintas. Esto, considerando que dibujo y pintura están profundamente vinculados, ya que comparten procesos, decisiones y una misma disposición hacia lo mirado. Por lo tanto, resulta pertinente detenerse en cómo cada una organiza la atención y activa la contemplación de diferentes maneras. Explorar esta relación permite no solo contrastarlas, sino comprender de qué manera se complementan en la construcción de una mirada más pausada, detenida y presente.

Ahora bien, el propio Berger (2013) describe la diferencia de esta manera:

Las pinturas, con sus colores, sus tonalidades, su extensa luz y sus sombras, compiten con la naturaleza. Intentan seducir a lo visible, atraer a la escena pintada. Los dibujos no pueden hacer esto. La virtud de los dibujos se deriva del hecho de que son diagramáticos. Los dibujos son solo notas tomadas en un papel. (p. 28).

A partir de esta descripción, el autor contrasta entre dos modos de acercarse a lo visto. Por un lado, la pintura, que construye una escena que busca atraer o seducir la atención mediante el color, la luz y la presencia de la imagen. Por otro lado, el dibujo, que se presenta como un gesto más inmediato, más desnudo, sin adornos, casi como una anotación que conserva solamente lo esencial del propio momento. En síntesis, es posible señalar que cada una organiza la observación de manera distinta, puesto que, la pintura puede valerse de esa primera atracción con fines suspensivos y volverla prolongada, mientras que el dibujo conduce a una atención que se sostiene en lo mínimo, en aquello que permanece sin adornos. Este contraste subraya que no todos los medios representan y configuran la mirada de la misma manera, sin embargo, no implica que uno sea más profundo que el otro, pues ambos utilizan esta mirada contemplativa como base, variando en sus procesos de producción. Así, este contraste permite comprender que la contemplación no surge desde un único procedimiento, sino que se articula según la lógica de cada medio a partir de una misma base contemplativa

De tal modo, es posible entender que tanto el dibujo como la pintura nacen de una misma base contemplativa, ambos requieren detenerse, observar y sostener la mirada ante lo que se desea retratar. Lo que cambia no es esta disposición inicial, sino la forma en que cada medio desarrolla y representa la obra.

Algunos pueden sentirse más próximos a la fuerza visual de la pintura, que por su presencia y colores invita a detenerse y permanecer frente a ella, otros pueden sentirse atraídos por la sencillez del dibujo, donde la línea deja más expuesto el gesto y la forma en que se resolvió el instante observado. Estas diferencias no las separan, sino que muestran cómo se relacionan y se enfrentan al entorno, pues ambas prácticas dependen de una mirada que se detiene, que intenta comprender lo visible, reformulando a partir de esa propia atención sostenida.

Es a partir de lo anterior que estas prácticas artísticas evidencian que la contemplación no es un gesto pasivo ni automático, sino un modo activo de relacionarse con lo observado. Tanto en el dibujo como en la pintura, la mirada sostenida es lo que permite reconocer, seleccionar y transformar aquello que se observa. Desde esta base común, el artista no copia lo que ve, sino que lo reformula a partir de varios factores: su experiencia, su contexto y su

sensibilidad, produciendo una imagen que no es sólo una representación, sino una forma personal de comprender e interpretar el mundo. De esta manera, la contemplación puede pensarse como un proceso complejo que sostiene a ambas prácticas; cambiando su proceso según el medio, pero en todos los casos supone habitar lo visible con una atención consciente y prolongada.

REFLEXIONES SOB R MI PROCESO DE OBRA

A través del dibujo y la pintura principalmente, me he encontrado desarrollando una obra que busca poner en práctica lo planteado a lo largo de este ensayo, funcionando tanto como una guía reflexiva como una respuesta visual y física a las ideas trabajadas a lo largo de estas reflexiones. Mi obra personal nace a partir de la curiosidad por el cotidiano y de una libreta de apuntes que solía utilizar durante mis recorridos diarios como una forma de distracción y práctica. Con el tiempo, esta libreta se transformó en el punto de partida para una observación más consciente, la cual, aunque partió de una visión sumamente estética, con el tiempo se fue transformando en una experiencia más contemplativa y personal

A partir de esos apuntes iniciales fui conformando una serie de cuadros realizados en óleo y técnicas mixtas —acrílicos, pasteles grasos y otros materiales con los que he trabajado durante mi formación universitaria—. Estas piezas operan como la manifestación práctica de las reflexiones desarrolladas en el ensayo, rescatan la capacidad contemplativa frente a la superficialidad impuesta por la sobrecarga de estímulos y se configuran como un ejercicio de resistencia activa ante la distracción constante a la que somos sometidos.

El proyecto surge de un esfuerzo deliberado por desviar la mirada de la saturación visual y la dependencia del estímulo inmediato. En su lugar, busca detenerse en las “imágenes” que habitan silenciosamente el día a día. La figura del flâneur la considero fundamental en la configuración de mi metodología; inspirada en esta, adopté el acto de caminar o ir de punto A al B con una predisposición a contemplar, tratando de ser sensible a lo que me rodea. Mi primer paso fue soltar la mirada condicionada por la pantalla del celular y ejercitar una atención desinteresada en medio del entorno hiperactivo.

Mi práctica se convierte así en un acto de resistencia frente al modo automático en el que me encontraba predispuesto, reafirmando cómo disciplinas como la pintura y el dibujo se oponen a la fugacidad de la vida cotidiana. En lugar de rendirse ante el flujo constante de información, estas prácticas exigen ralentizar la percepción, observar con detenimiento y habitar verdaderamente lo visible.

La obra se compone de una serie de apuntes que capturan momentos, personas o lugares que me llamaron la atención en su aparente normalidad. Es precisamente en esa elección del apunte donde la pintura surge como el medio que traduce mi forma personal de ver el mundo. Mi intención no es representar con exactitud lo que veo, sino compartir lo que me interpela, mostrando cómo habito y percibo el entorno, traduciendo así lo visible a través de mi mirada “común” hacia el lienzo.

Dentro de esta práctica, mi proceso de observación se traduce en la obra mediante dos recursos clave: los sujetos más detallados corresponden a aquello que, durante mis recorridos, capturaron o retuvieron mi vista por mayor tiempo, mientras que los elementos inacabados o apenas sugeridos reflejan lo que pasó de forma más fugaz por mi campo visual, sin ocupar un lugar central en mi percepción. La pintura así se convierte, por tanto, en el registro de lo que mi memoria retiene de mis experiencias cotidianas.

Es pertinente mencionar que, en la configuración misma de las pinturas trabajadas incorporo elementos propios del boceto, entendiendo el soporte de una manera más libre, como lo sería una libreta de apuntes. Por esta razón, no suelo cubrir por completo la superficie, permito que algunas zonas se revelen inacabadas, apenas sugeridas o simplemente más abiertas, mientras otras se vuelven más densas y detalladas. Esta decisión no obedece únicamente a un criterio como tal, sino que responde a la lógica propia del apunte, donde uno registra con mayor precisión lo que más le va atrayendo o aquello que se retiene en la mirada por más tiempo y dejando de forma más fugaz lo demás. Al trasladar esa dinámica al óleo y a las técnicas mixtas, busco que la pintura conserve este mismo encanto del apunte y que cada cuadro funcione como parte de una especie de gran hoja de anotaciones, revelando a través de esto qué elementos del cotidiano logran instalarse con fuerza en mí. De este modo, el gesto y lo inconcluso no es ausencia, sino evidencia de una contemplación selectiva y más sensitiva.

Ahora bien, a pesar de estas decisiones, al traducir estas experiencias cotidianas a un formato físico, surgió la constante jerarquización de ideas sobre qué merecía ser pintado. Esta pregunta abrió un conflicto que no me fue posible resolverse únicamente desde lo racional. La solución a esta dificultad aún no la considero precisa, pero comencé a inclinarme hacia una sensibilidad más emocional e intuitiva, esto a partir de la naturaleza del propio

trabajo, alejándome por consecuencia de estas decisiones de carácter más formales. Es así, que siento que la fuerza de las pinturas que nacen desde esas elecciones, es más íntima, siendo esto evidente, pues expresan un genuino descubrimiento del gusto a partir de la contemplación

De esta manera, mi obra traduce las “nimiedades” del entorno y revaloriza lo cotidiano, evidenciando que incluso en los gestos o escenas más simples puede hallarse una riqueza visual y emocional que simplemente debe mostrarse. A través de la práctica artística propongo, entonces, una mirada pausada y analítica que se opone a la fugacidad contemporánea, centrando la atención en lo más cercano y en aquello que suele pasar inadvertido. Así, cada cuadro funciona como un registro, una traducción visual de mi propia experiencia y descubrimiento personal.

REFLEXIONES FINALES

A lo largo de este ensayo, hemos explorado la progresiva "pérdida del ver" que caracteriza a la sociedad contemporánea en la que nos encontramos insertos. Partiendo de la base de que vivimos inmersos en una lógica de hiperactividad e impaciencia, este ensayo abordó como base en un primer momento, el cómo la "sociedad del cansancio", conceptualizada por Byung-Chul Han (2012), nos ha llevado a habitar una "mera vida", está siendo una existencia carente de contemplación, planteando de tal forma la urgencia de alcanzar o aspirar a la "vida contemplativa", entendiendo que actualmente nos encontramos sumergidos en la primera; es decir, en un estado de "vivir por vivir", rindiendo y no pensando más allá que esto mismo. Frente a esto, se plantea la vida contemplativa como ese ideal a alcanzar, es decir una vida desinteresada donde volvamos a mirar lo que nos rodea con unos ojos más presentes, para poder así apreciar incluso las cosas más banales del cotidiano.

Este concepto o ideal por alcanzar logró una gran resonancia con otras ideas presentadas, siendo estas el "vagabundeo" de David Le Breton o el flâneur de Charles Baudelaire. Ambas figuras funcionan como estrategias para combatir las lógicas de rendimiento en las cuales nos encontramos insertos hoy por hoy en nuestra sociedad. Ambos pensamientos se formulan en ese acto de caminar y deambular, de buscar lo excepcional en lo ordinario del día común, entendiendo este acto no como algo pasivo, sino como un proceso activo que ayuda a combatir el modo automático de la vida.

No obstante, durante el desarrollo de este ensayo también pudimos reconocer que estas estrategias contemplativas no son simples de aplicar. Tal como se profundizó, nos enfrentamos a una lógica de rendimiento que nos hace sentir culpables por la propia pausa, sumada a una sobrecarga de imágenes que, como se vio con Calderón (2020) y Debord (1995), anestesian la percepción cotidiana, y agregado que habitamos en una "Ciudad Genérica" que, según Koolhaas (2015) en *Acerca de la ciudad*, prioriza el tránsito eficiente sobre la permanencia. Estas problemáticas no son aisladas, si no que, en conjunto, configuran un entorno que impide la iniciativa activa a la detención.

Precisamente por esto, las problemáticas y soluciones planteadas durante todo el ensayo no están ni cerca de ser obsoletas, la recuperación de la capacidad contemplativa se

vuelve sumamente urgente. Es un acto de resistencia activa. El esfuerzo de contemplar nos permite retomar la propia percepción del tiempo, combatiendo la sensación de que la vida transcurre de forma rápida y efímera. Nos permite, en definitiva, valorar en sí mismo lo que nos rodea y encontrar significado en lo que aparentemente no lo tiene. La contemplación repone la profundidad de la experiencia que la prisa del vivir nos hace perder, y constituye una herramienta para recuperar esta misma memoria cotidiana.

En este punto, resulta necesario trasladar esta reflexión hacia el campo artístico, pues si la recuperación de la contemplación se vuelve un acto de resistencia urgente, es posible afirmar que el arte aparece como uno de los pocos espacios donde dicha resistencia no solo es posible, sino que constituye del propio hacer de la misma. A diferencia de la lógica del rendimiento la que exige velocidad, utilidad y eficiencia, la práctica artística como la pintura y el dibujo exigen detenerse para así observar de manera presente, regresando así una relación más profunda con el entorno. Es precisamente en el proceso de creación donde la mirada recupera su espesor, pudiendo formular que a esta no le sirve una visión rápida y superficial, si no que se nutre una vista sumamente analítica y pausada que formula una manera única de observación.

La importancia de esta contemplación en la práctica artística la pude constatar por propia experiencia. Durante el año de investigación y producción en taller, la exigencia de traducir la reflexión teórica en imágenes evidenció nuevas problemáticas, la pregunta “¿qué merece ser pintado?” se volvió sorprendentemente compleja, el rendimiento y las restricciones de tiempo dificultaron los momentos de observación despreocupada y el acto de buscar lo que llamaba mi atención, transformó la contemplación en un ejercicio deliberado y exigente, reafirmando desde mi experiencia su complejidad y sintiéndose, en la práctica, paradójicamente todo menos despreocupado.

Así después del proceso de este año en taller, puedo decir que fue un camino complejo. Había mil formas posibles de abordar este tema, y esa amplitud fue uno de los primeros desafíos, decidir entre dibujo, pintura, o incluso la combinación de ambas, sin perder la coherencia con la investigación que estaba realizando. Aunque hubo momentos y circunstancias que retrasaron el avance del trabajo, no considero que esos retrasos carezcan de valor, de hecho, fueron parte fundamental para la construcción de la mirada que hoy estoy

desarrollando. El proyecto que he trabajado durante este año no siento que esté ni “en la punta del iceberg”, por así decirlo, claramente tiene un potencial mucho mayor y la obra que presento en taller claramente puede seguir creciendo y alimentándose de nuevas piezas, algo que me interesa seguir desarrollando en un futuro cercano. Como mencioné antes, no siento haber explotado completamente todo lo que podía explorar, precisamente porque esos mismos retrasos me obligaron a repensar, observar y comprender mejor el sentido profundo de la investigación. En cierto modo, el proceso fue tan formativo como la obra misma, permitiéndome llegar a la visión que sostengo ahora.

En sí, aunque la pérdida de la capacidad de contemplación es un hecho constatable, pienso, luego de todo este ensayo, que no se trata de recuperarla como una obligación, sino de cuestionar el lugar que ocupa hoy en nuestras vidas. Lo cotidiano, que suele parecer rutinario o carente de interés, puede volverse, aunque parezca contradictorio, una salida a ese mismo ritmo acelerado si nos detenemos a mirarlo de otra manera. Aunque es difícil un pequeño cambio de atención basta para que algo aparentemente insignificante revele un sentido distinto.

En mi caso, el propio proceso de creación lo confirmó, al trabajar con escenas comunes descubrí que detenerme en ellas me permitía salir del automático y mirar con más intención, reconociendo incluso aspectos de mis propios gustos y formas de observar que antes desconocía. Creo que ahí radica parte del valor de este trabajo, en comprender que la contemplación no es algo dado, sino una práctica que se construye, se ejercita y se vuelve significativa con el tiempo.

Concluyendo, cerrar este proceso deja más cuestionamientos que respuestas en mi mente, pero creo que ahí está justamente la gracia, en seguir observando, seguir cuestionando y seguir trabajando desde una mirada que, incluso en lo simple, encuentra algo que vale la pena detenerse a mirar.

BIBLIOGRAFÍA

- Baudelaire, C. (2020). Las flores del mal: (1 ed.). Editorial Verbum, S. L.
<https://elibro.net/es/lc/uft/titulos/266296>
- Benjamin, W. (2012). El París de Baudelaire. Eterna Cadencia Editora.
- Berger, J. (2013). Sobre el dibujo. Editorial GG.
- Calderón, A. S. (2020). La performatividad de las imágenes. Ediciones metales pesados.
- Courbet, G. (1849). Entierro en Ornans [Óleo sobre tela]. Museo de Orsay, París, Francia.
- Courbet, G. (1849). Los picapedreros [Pintura al Óleo]. Museo Oskar Reinhart, Winterthur, Suiza.
- Crary, J. (2008). Suspensiones de la percepción. Ediciones Akal.
- Debord, G. (1995). La sociedad del espectáculo (R. Vicuña Navarro, Trad.). Ediciones Naufragio. (Obra original publicada en 1967).
- Fried, M. (2018). El realismo de Courbet (Vol. 131). Antonio Machado Libros.
- Han, B-C. (2012). La sociedad del cansancio. Herder Editorial.
- Han, B-C. (2021). La sociedad paliativa. Taurus.
- Koolhaas, R. (2015). Acerca de la ciudad. Editorial Gustavo Gili, SL.
- Le Breton, D. (2018). Elogio del caminar. Titivillus.
- Nochlin, L. (1991). El realismo. Alianza Editorial.