



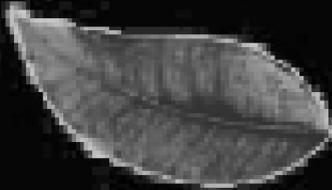
SOMBRA DE MI MENTE

A MEMOIR

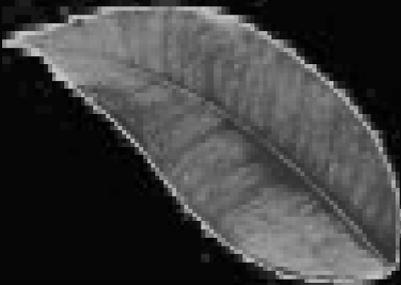
RODRIGO CORRALES-MEJIAS

MEMORIA DE LA EXPOSICIÓN

SOMBRAS DE MI MENTE



Presentada del 1 al 27 de febrero de 2021
en el Monumento Nacional Casa Alfredo
González Flores, Heredia, Costa Rica.



Producción, diseño fotografía y texto por
RODRIGO CORRALES-MEJÍAS



Estas son las sombras de mi mente. Esas habitaciones que guardan secretos, miedo y dolor. Pero son habitaciones que existen en la cabeza de muchas personas: sus familiares, amigos o quizás en usted mismo. Se abren en cualquier momento, cuando menos se lo espera. El secreto está en dejar la luz entrar.

Este proyecto consiste en trece fotografías y trece textos que retratan de forma metafórica, diferentes situaciones que sufren las personas con alguna afeción mental. Más allá de estigmatizarlas, se busca darles luz y consciencia, para entender lo común que pueden ser, lo solitarias que se tornan y lo necesario de atender.

Usted no encontrará belleza en estas fotos. Mucho menos perfección. Encontrará ideas y sombras que incomodan y disrupten, tal cual el tormento que conlleva cualquiera afeción. Tampoco encontrará un mensaje explícito, pues se requiere más que la vista simple para asomarse a las ventanas de la cabeza.

Alice



Esquizofrenia

Chicharras

El cansancio no las mata
iracundas se someten a la costumbre,
ante el oído no son más que mero ambiente
sus anuncios pasan desapercibidos.

Quieren sexo, eso quieren
la supervivencia les infiere
no hacen daño, o eso creen
son las voces en mi mente.

Fingen ser rocas, tronco y hojas
para colarse en medio de las situaciones
y susurrarle cerca al más valiente
para hacerle creer que sus sospechas son flores
son solo eso, manipulación de roedores
se esconden en marzo y en los temores.

Llueve la calma de sus calenturas
rozan mi cabeza pero por dentro
porque si todo sale de arriba a abajo
¿cómo creerle a mis instintos?
Si engaña el amante y engaña la garra
¿quién exime a mi cama de sus trampas?
Si todos son huellas sin trama
¿Quién silenciará a las chicharras?

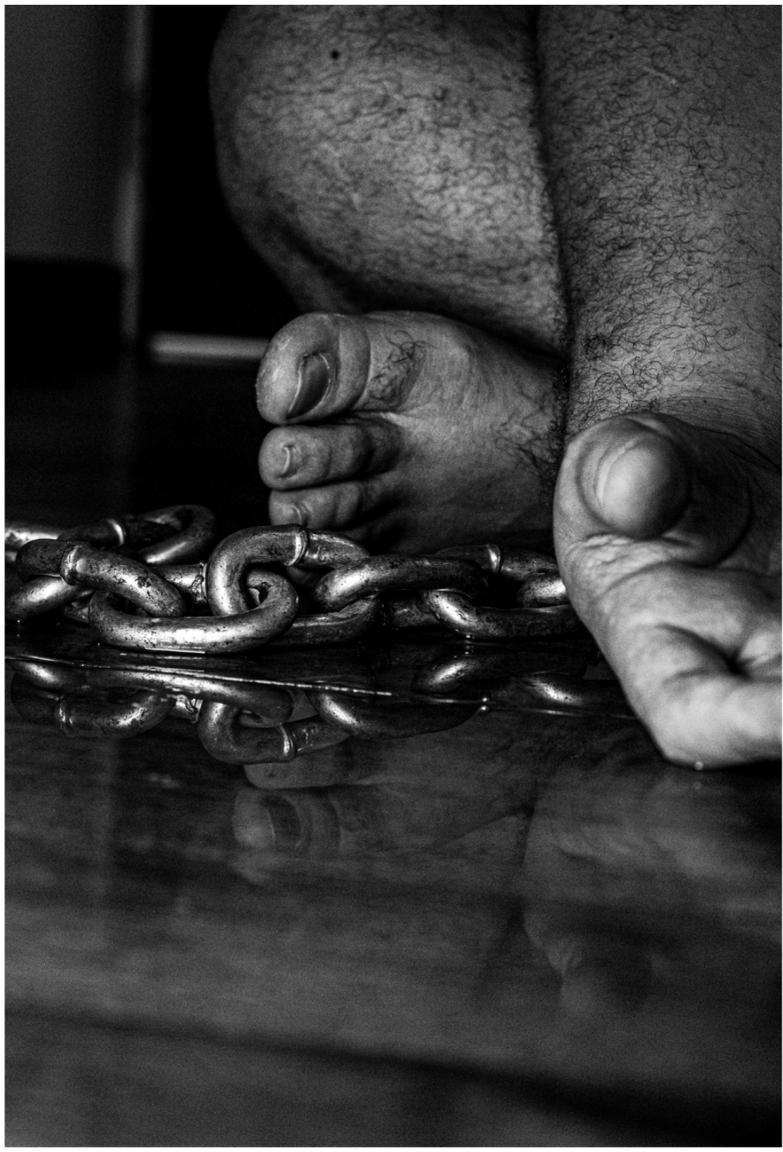


"Alice" es la fotografía que elegí para abrir la exposición porque representa la caída en el hoyo del conejo, la confusión, el sentirse perdido. Todo aquello que me llevó a inmiscuirme entre las sombras de mi mente, perdiendo consciencia del espacio, el tiempo y de mí mismo.

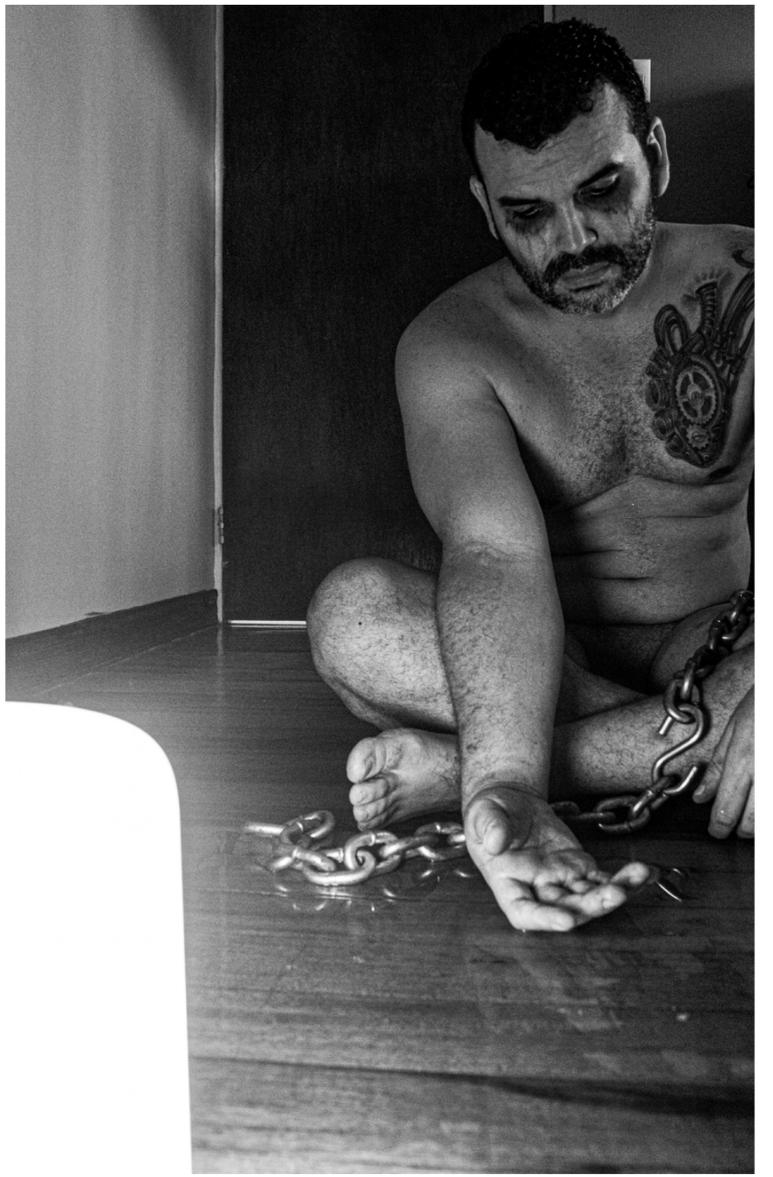
Olga Sáenz

A Olga la conozco desde que ella nació. Ha sido una de las personas más importantes en mi vida desde el día 1 y cuando accedió a formar parte de este proyecto, fue una de las primeras señales que me dijo "debo hacerlo".





Ataque de Pánico



Cautivo



24 de Julio

Como un barco a la deriva
que encuentra un naufrago
se encausó el pánico a mi guarida.

Incendió mi cama con mentiras
ahogó mi fe a cuenta gotas
y encadenó mis rodillas.

Desnudo.

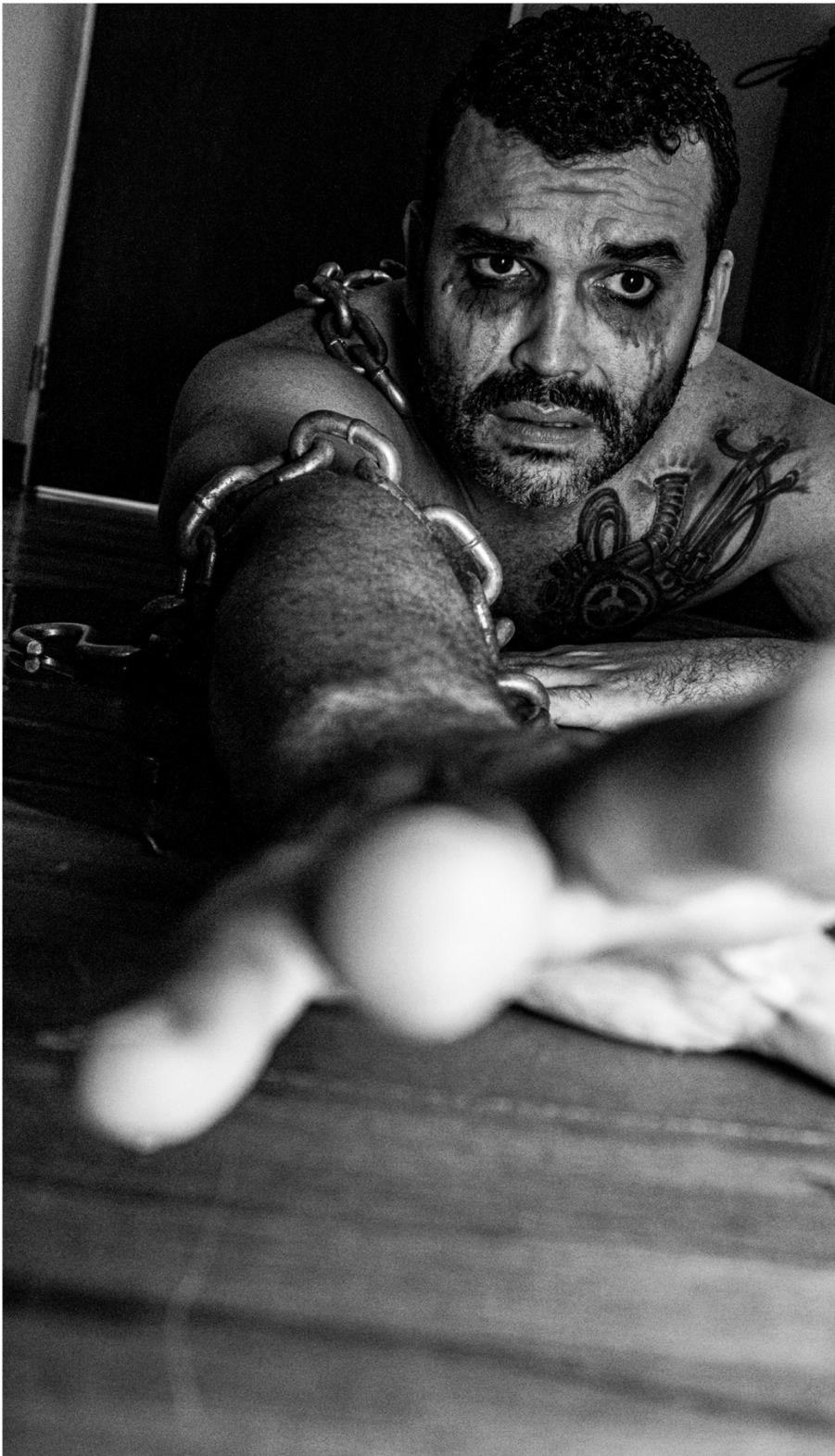
Iracundo.

Con el miedo más grande,
más grande que hubo.

Con la soledad más presente
como nunca estuvo.

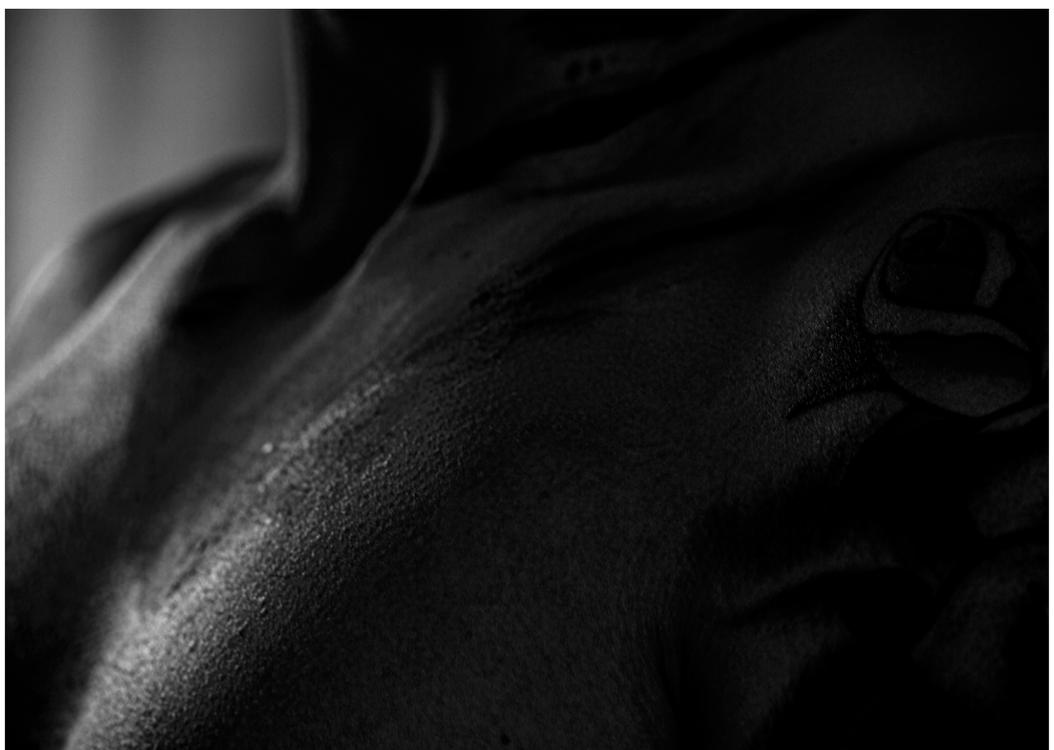
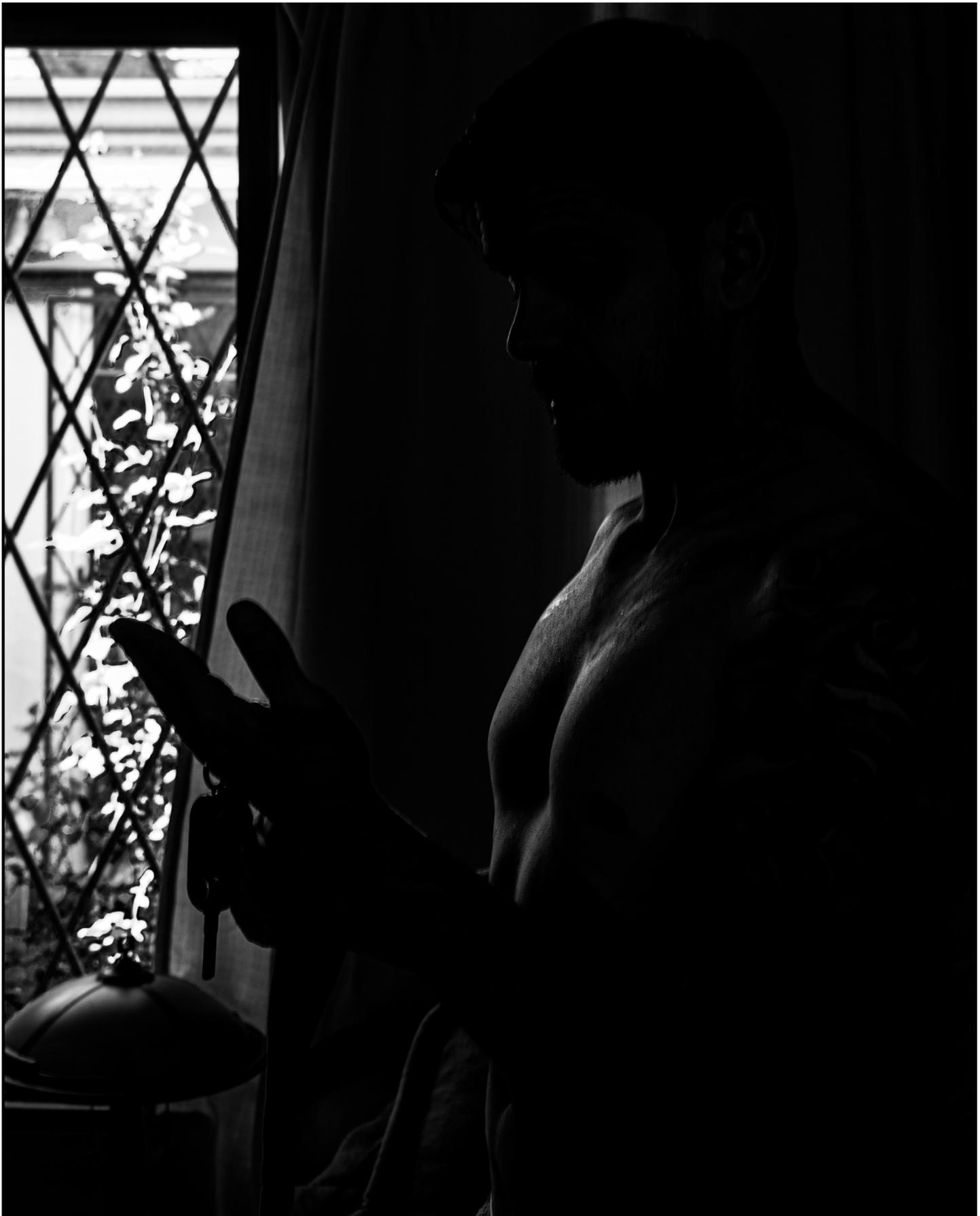
Me tumbó la mente
y desde entonces no volví
a ser valiente.

César Duarte



En "Cautivo" quería representar tal cual puedo describir un ataque de pánico: desnudez, captura, impotencia y miedo. César captó lo que yo quería lograr y se comprometió con la foto con la profundidad que ameritaba.

Estreés Postraumático



Sin Frenos

Amarillo

De frente
el futuro y el presente.

Mis manos
hirientes.

De repente
inconsciente
parpadeo para cambiar
el rumbo de mis volteretas.

Saberme expuesto
entre el miedo
y la mierda.

De frente
una oportunidad más.

Sus brazos
los moretes en mi vientre.

Inerte lo amarillo
viva mi suerte.

El contraste y la exposición de esta foto fue adrede. Simbolismos que quise cubrir con luz escasa. Heridas que solo se pueden ver si se observan bien de cerca y de forma honesta.



Curiosamente Juan fue quien me enseñó a manejar las heridas que una pelea a consciencia puede dejar. Sin saberlo me enseñó a apaciguar la ira del trauma y fue por ello que protagonizó esta foto.



Juan Manuel Chavez



Cofres

Trastorno Límite de Personalidad



La Ausencia

Busqué la paz, busqué
respuestas
en otros brazos hallar certeza.
Cocí mis alas para obligarme a
volar
encontré cenizas en tu lugar.

No quedan sombras
siquiera promesas
las palabras se borraron
se esfumó la tristeza
solo qued, en este cofre
la ausencia.

A él le faltaba su vista
a mí la inocencia.
Él necesitaba a la lluvia
y yo una sonrisa honesta.
A él le sobraban caricias
a mí me faltabas tú.
Agonía.
A contraluz.

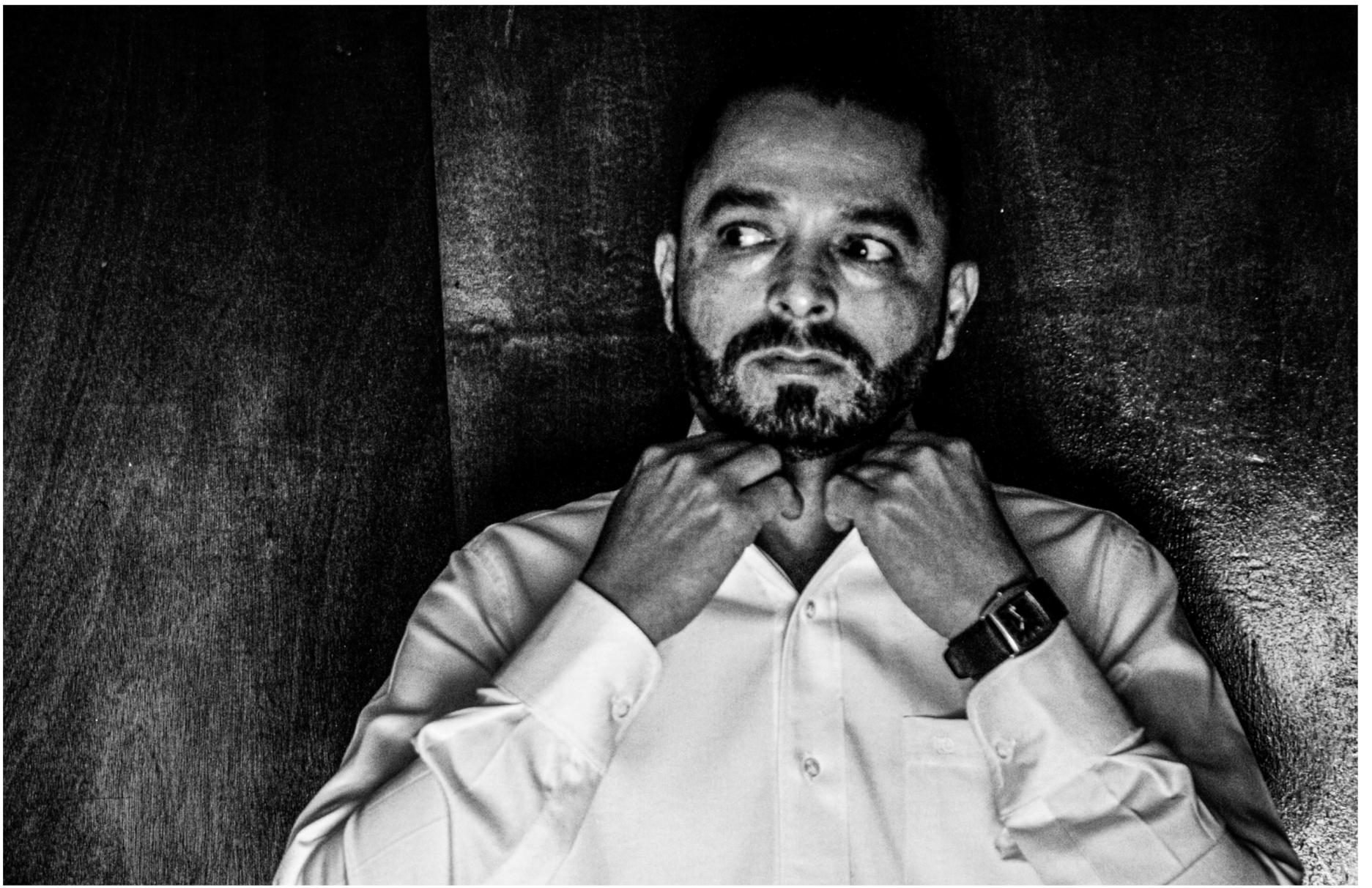


En la sesión que tenía destinada para tomar esta fotografía, decidí traicionar el bosquejo original. Fue tan forzado el proceso que el resultado no resultó en lo que se quería decir. Había cierto temor en mostrar la sombra real.

Conversando y reflexionando sobre la fotografía con Mónica, ella accedió a una segunda toma. La fotografía que resultó fue una de las más expresivas y a su vez una de las más gustadas por el público.

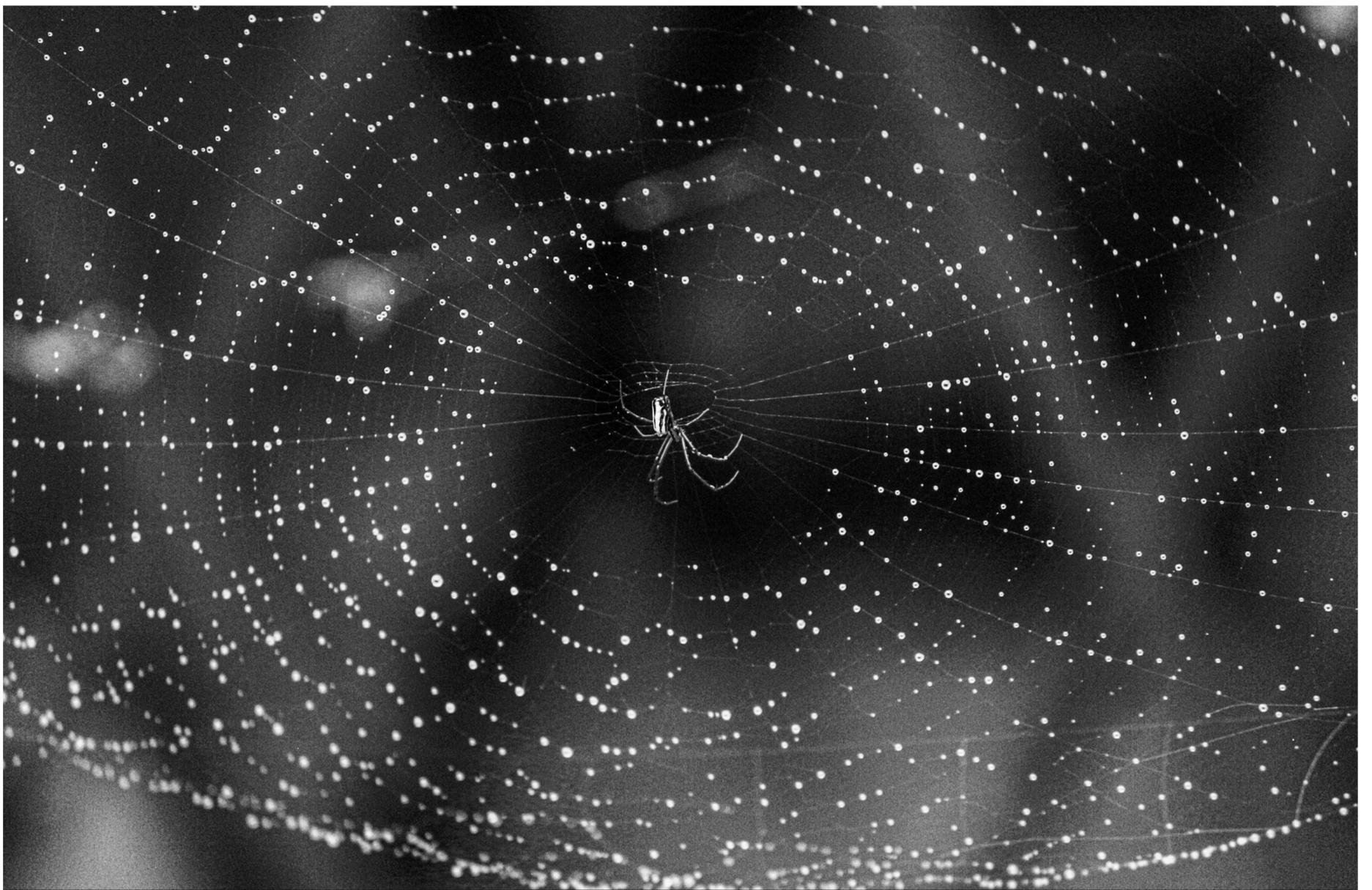


Mónica Jiménez



Fobias

Ya Vienen



Niño de Cristal

No intento sonar pesimista
ni de grises, sol autista
presento las variables dispuestas
en una historia convexa
llena de sorpresas y respuestas
ella se asoma, la calma ha sido expuesta.

Dos gotitas por la noche
una pastilla a cada brote
adormece lo que duele, lo que hiere
adormece todos los sentidos
la razón de su delirio

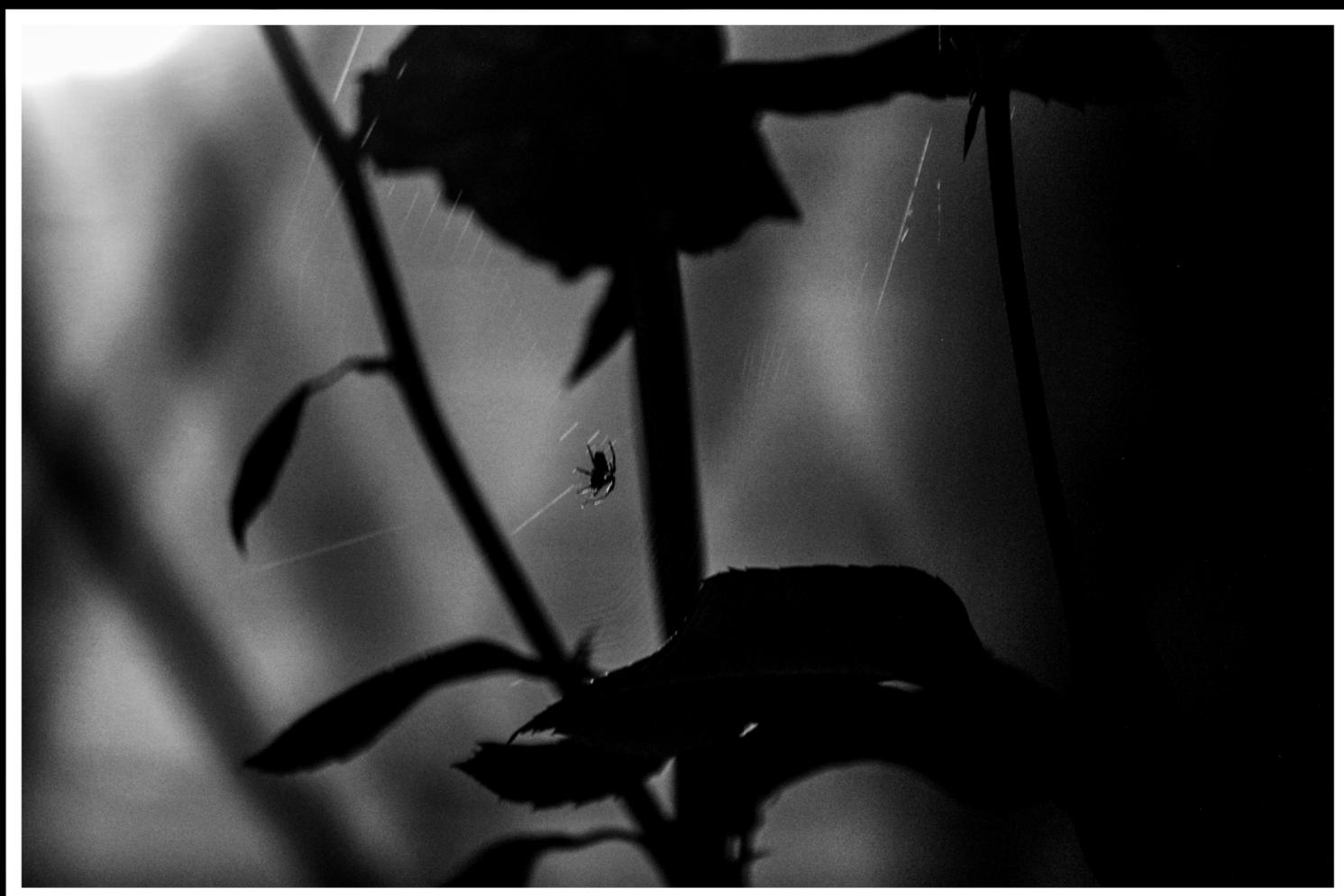
*Avem caelo
gaudium avem
pacen creatura
borium fake.*

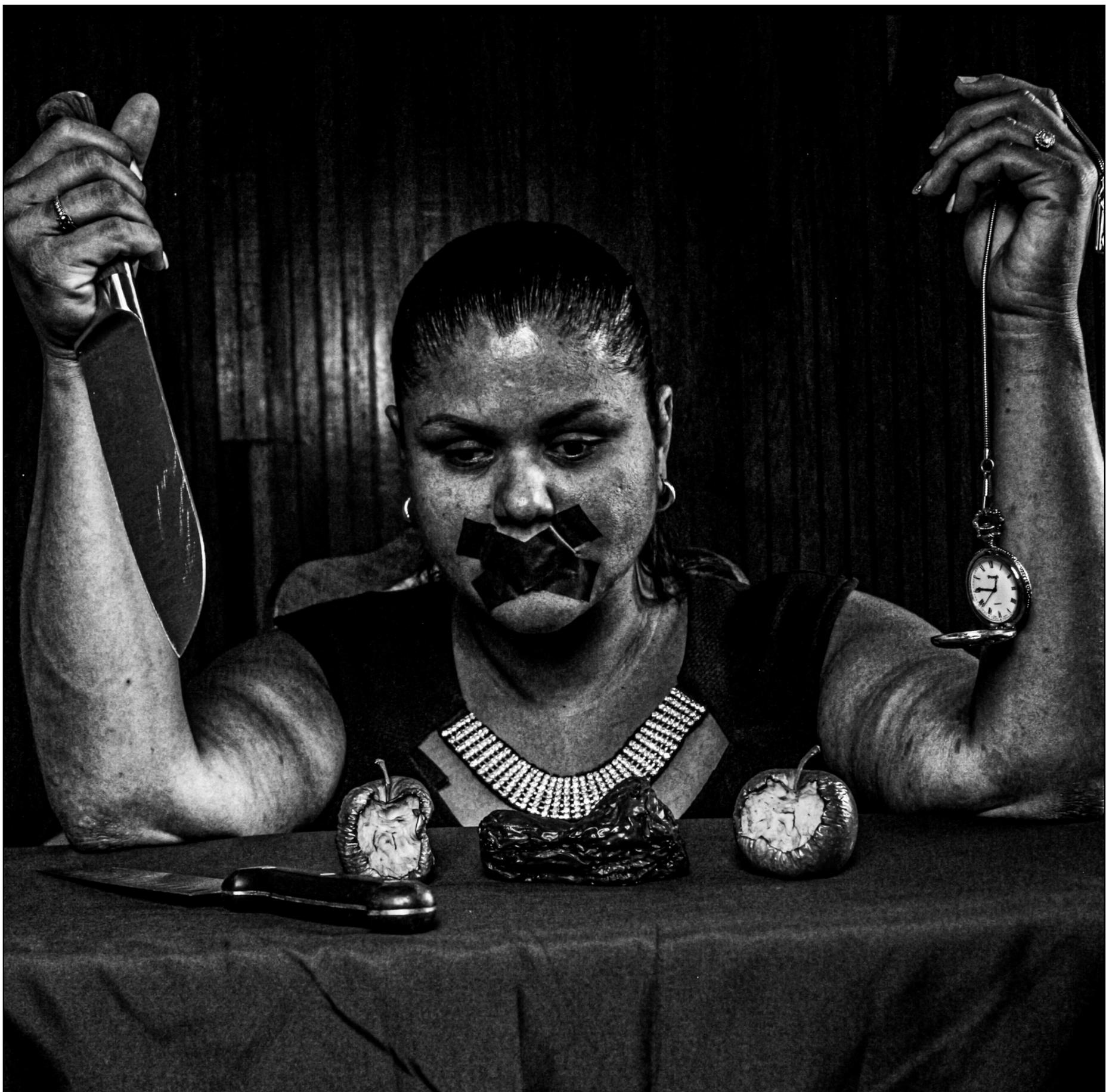
Las torturas del porqué
pobre critatura
fingir el bien
niño de cristal
niño de papel
corre pronto
muda de piel.



Leyner
Iguilar

En una sesión algo caótica, Leyner logró mostrarme uno de los tantos rostros del miedo. Fueron pocos disparos, mucha confusión y dispersión. ¿Quién dijo que tomar una foto era solo presionar el botón? Gracias Leyner por la paciencia.





Trastornos alimenticios



Juerna

Sabotaje

Fruto de mi rabia
luz contraria.

Negación innata
mi rebelión.

Táctica de guerra
comienza el sabotaje
es luna llena.

Las horas.

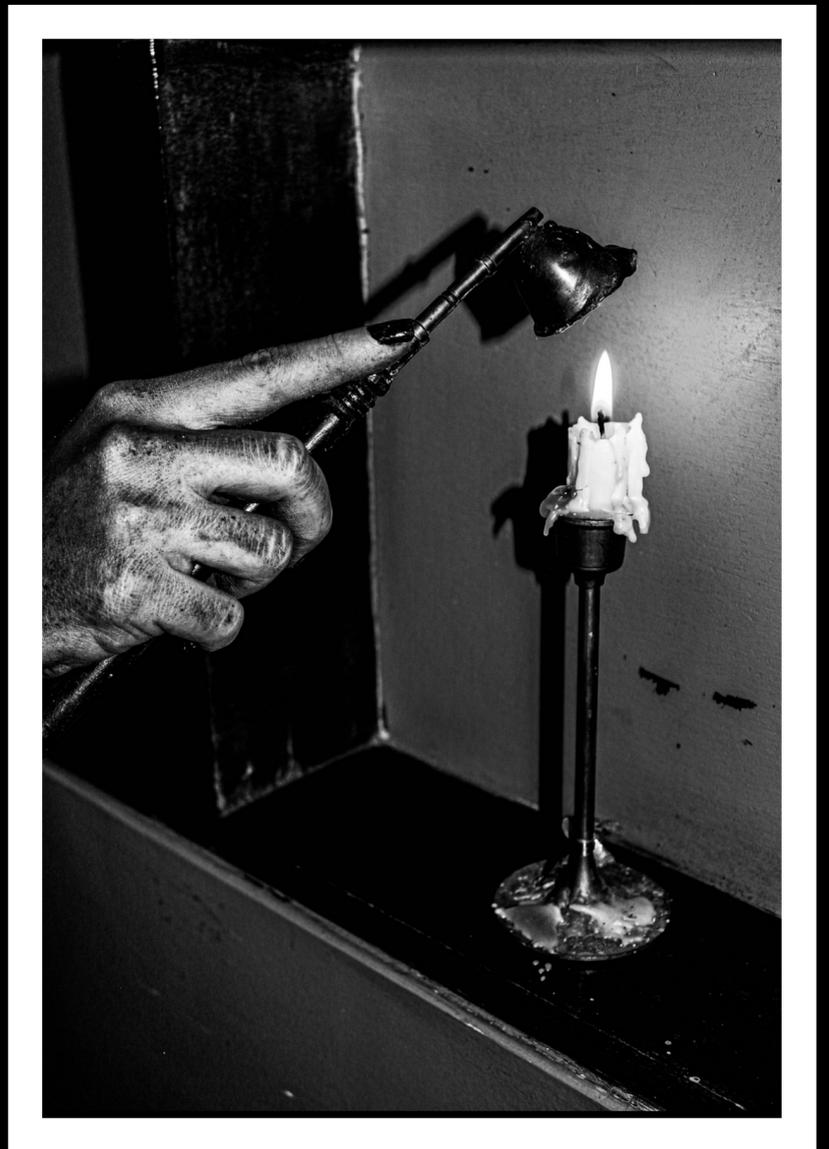
Lo inevitable.



Ana fue una entusiasta de este proyecto desde el inicio y se comprometió de lleno con una fotografía abstracta y opuesta a la estética tradicional. Aprecio su valentía.

Ana Monge





Lítost

Extracto de "Psicodelia"

Se escondían las salidas
los murmullos y semblanzas,
no veía nada más que apatía,
sin refugios ni esperanza.

La miseria amiga
su única compañía,
le permitía con disimulo ser dos:
Lítost.

Aún con penumbra ausente
no podía ser valiente,
en su mar se ahogaba sin motivo ni razón.

Intentó adoptar historias
fantasías y discordias,
nada pudo liberar su obsesión:
Lítost.

Su oración, su antídoto,
su realidad, su depresión,
los colores que nublaban su visión:
Lítost.

Le sobraban tantas sonrisas
las máscaras más desconocidas,
las lagunas de una mente sin control.
Los anhelos como balas perdidas,
disparaba a las almas amigas,
se clavaba a sí mismo su impaciente decisión.

En su fondo alababa
sus heridas y sus males,
se sorprendía y renegaba
su psicodélica imprecisión.

Lilliam Castellón



Esta fue la primera fotografía que bosquejé y que anhelaba tomar. Lilliam fue un apoyo incondicional en este proyecto y logró sacarme a flote con esta foto y con la montaña rusa que fue el *photoshoot* completo.





Stephanie Mejias



Stephanie participó en las primeras sesiones para "Sombras", sin embargo por algunos problemas técnicos, las fotografías de su rostro no pudieron ser utilizadas en la exposición, sin embargo, sus manos sí fueron parte de la misma. No obstante, siempre mostró un apoyo incondicional con este proyecto y para mí fue sumamente importante que formara parte de él de una forma u otra.



1 + 1

Bipolaridad

Quijotesco

Tal vez fue honesto.

Quizás yo no.

Estoy bien.

La última vez.

Lo sé.

Construyo.

Mi propio dios.

Murmullo.

Es un adiós.

Lo habitual.

La duda.

Cuestionar.

Mi lluvia.

Impersonal.

Hay culpa.

La fe.

Insulsa.

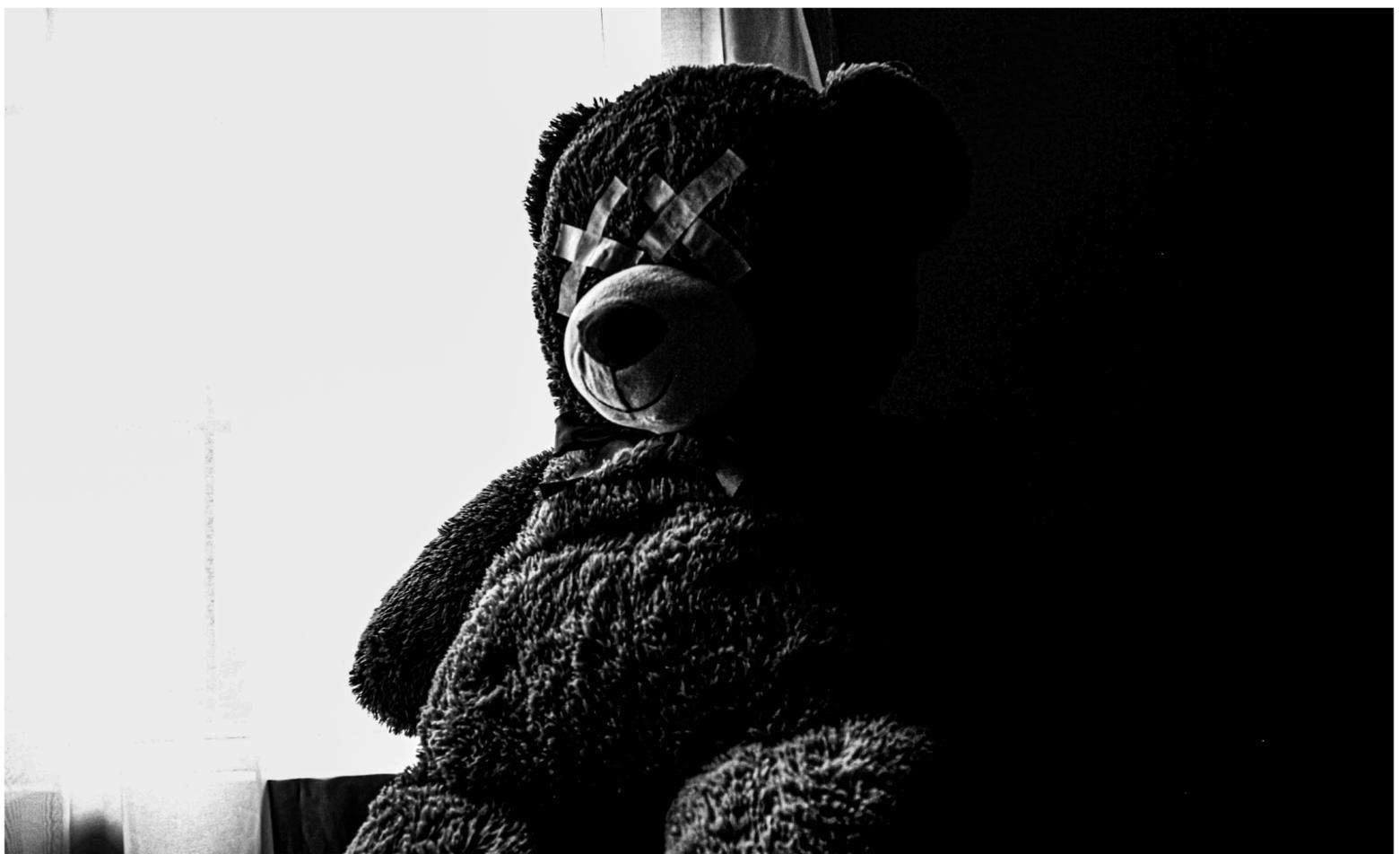
A Tatiana la conocí a mitad del camino de "Sombras". Hablamos largo y tendido con un café sobre el proyecto y se anotó. A pesar del dolor de rodilla que le causó esta foto, se comprometió con el proyecto a plenitud. Su historia también quedó plasmada aquí.´



*Tatiana
Castillo*



*Dejar
Entrar*



Trastorno Obsesivo Compulsivo

Concha

Concha crea concha
arena, sol y mar.

Se raspa la herida y se abren salidas
para quienes nunca fue suficiente amar.

Concha surge concha
recompensa es su soledad.

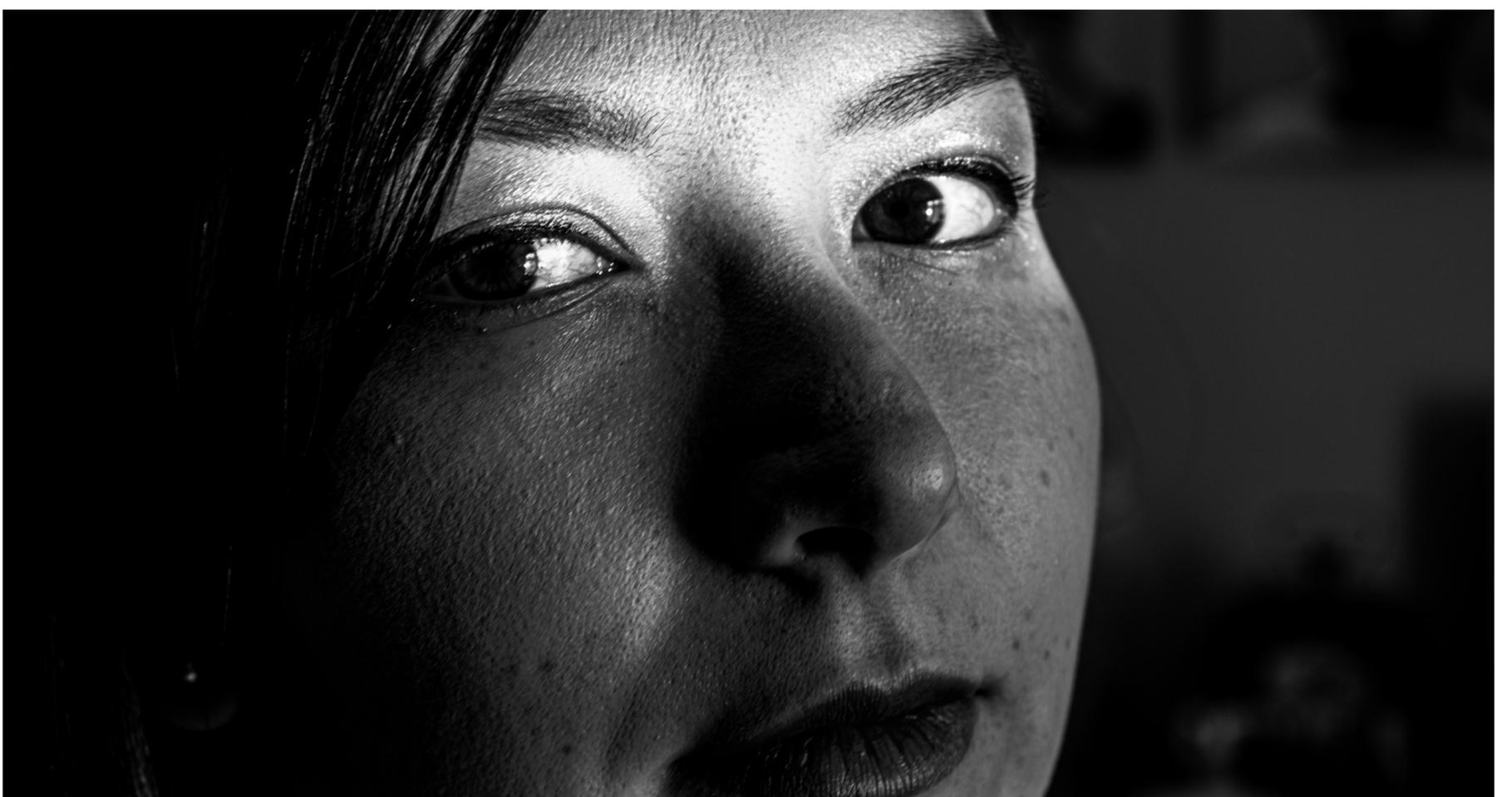
Amortigua el golpe, la casta caída
de todo lo que un día
creía verdad.

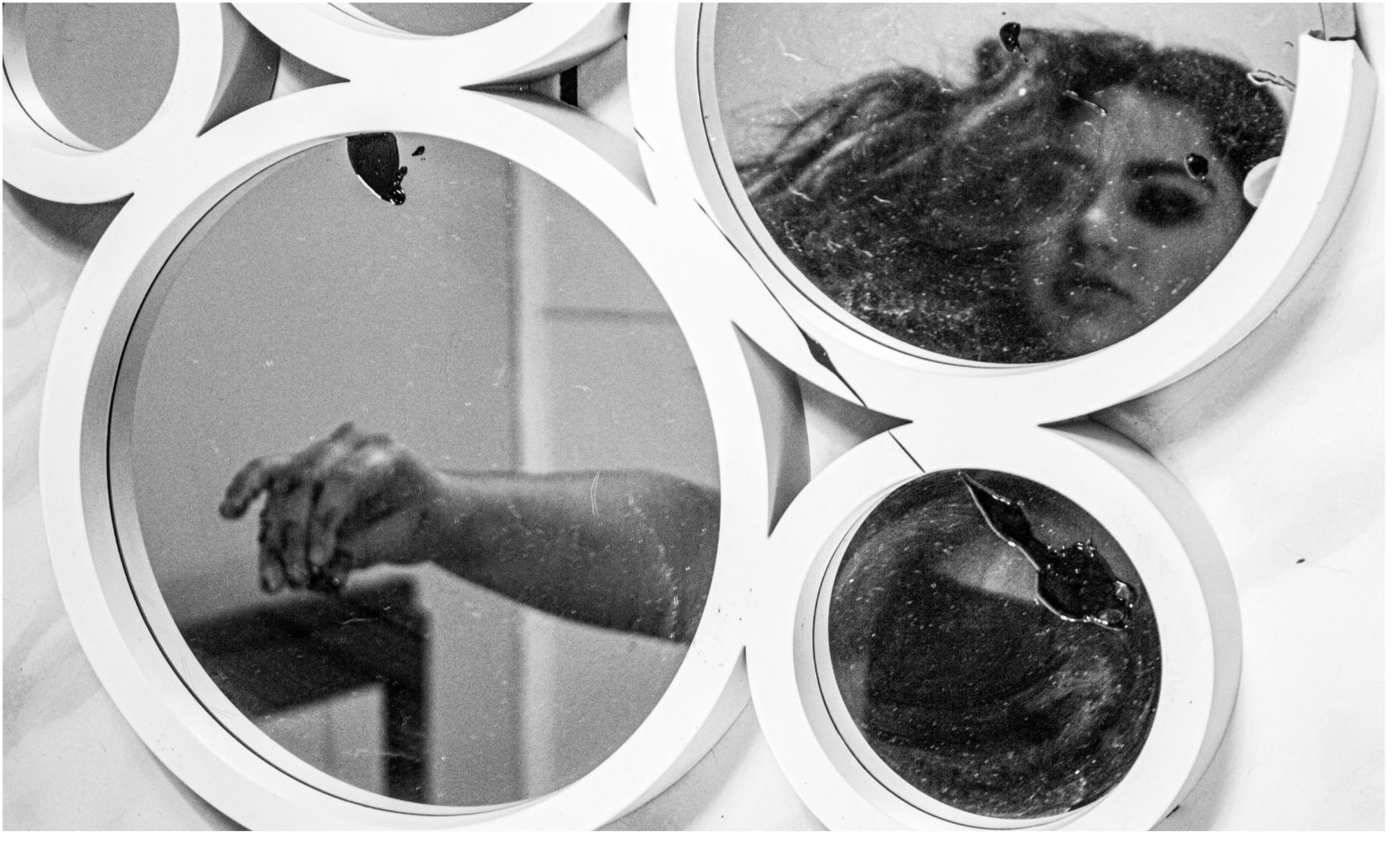
Concha crea concha...
Todo en su lugar.

Annette Brenes



Una mujer de silencios apropiados y. una mirada que dice cuanto necesita. Annette le agarró mucho aprecio al proyecto y se anotó a mis locuras casi de inmediato. La foto del desorden.





Automutilación

Vénesis

Ajedrez

Me amarré las tetas
con un trapo
mutilé mi identidad
cedí a su trato.

Si los gritos pesan tanto,
¿qué tanto duele un salto?

Una grieta entre el espejo y mi piel
para firmar con sangre
la liberación.

Para alcanzar silencios
sin requerir retratos.

Para que ya no llegara octubre
su lluvia y maltrato.

Un ajedrez barato y un dominó.

Señales.

Un pacto.



Reconozco que esta fue quizás la más grotesca de las fotografías. Con Carolina conversé de este proyecto muchísimas veces y en ese intercambio logré aclararme mucho sobre lo que quería mostrar, sobre cuánto quería desnudar.

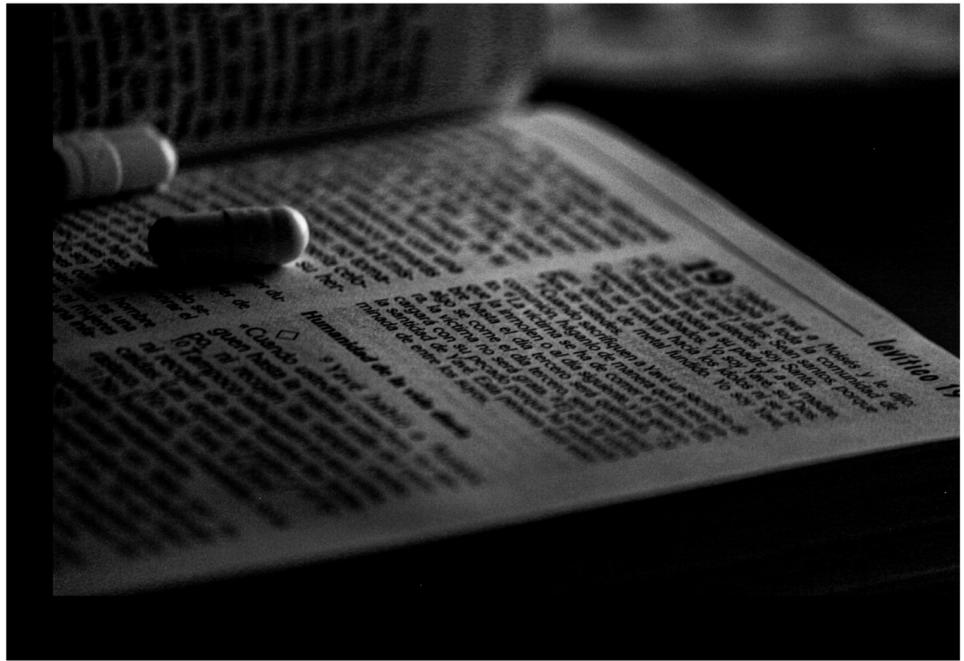
Carolina además de modelar en esta fotografía, fue la encargada de maquillar a las personas modelo. Pero no solo eso. Doy fe de que fue una de esas personas que vivió con mucho sentimiento este proyecto y fue un placer para mí tenerle cerca siempre.

Carolina Redondo





Arasoles



Ideas Suicidas

Extracto de carta.

A veces pesa quien soy, pero más pesa quien no soy con vos. Siento que defraudo tu humanidad, dudo si soy quizás el monstruo que trajo a tu vida obscuridad. Porque hoy no puedo ver la luz. Tengo miedo de las voces, de que sean tan cercanas. Tengo miedo de mis manos que hoy son garras.

Yo a vos te debo vidas. Porque estuvimos juntos en esta y otras muchas más. Pero aquí no supe ser teniente de mis guerras. En esta no puedo apagar tu luz y no volverte a encontrar cuando así deba.

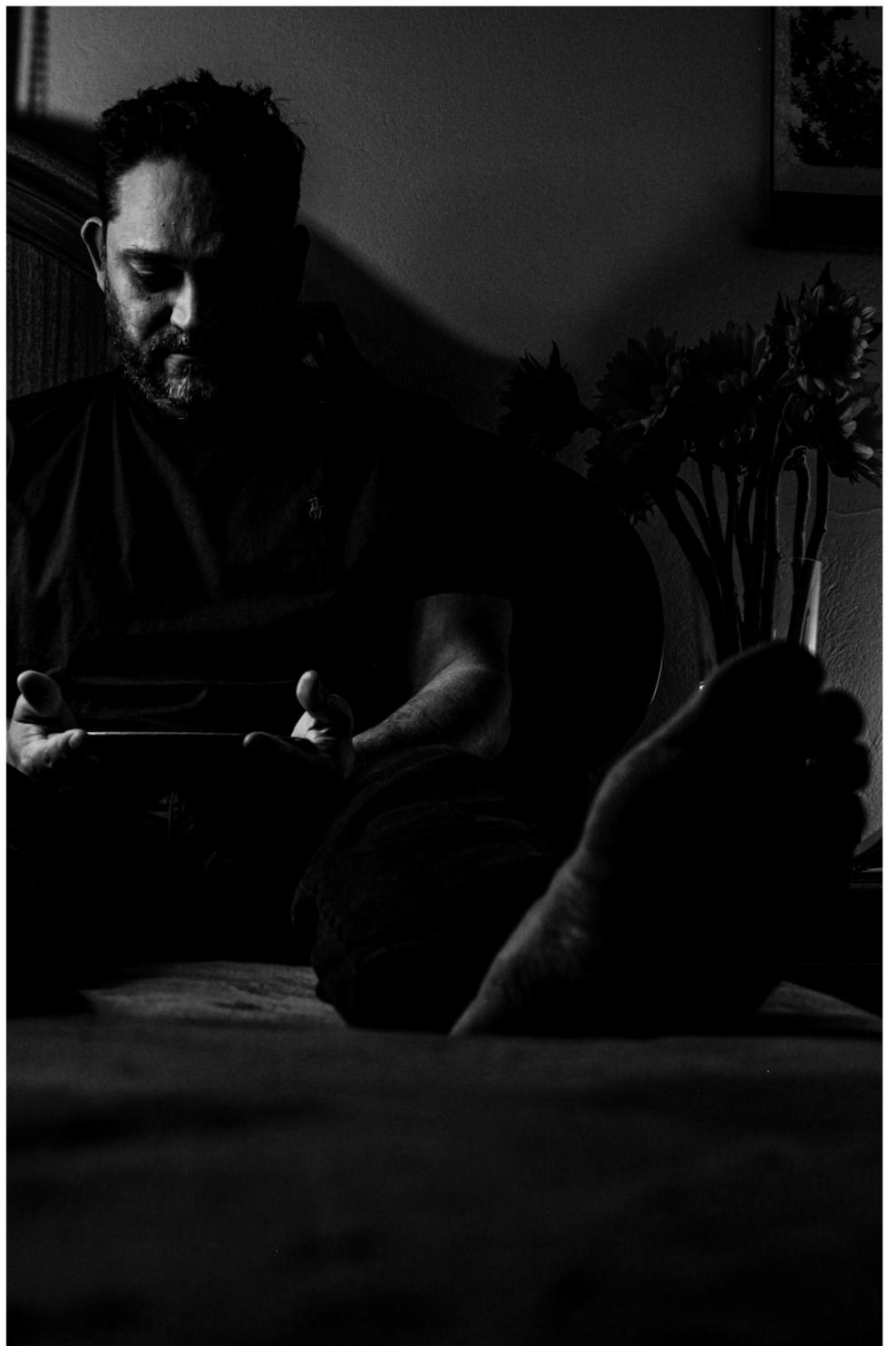
Que la culpa no invada nunca. Que yo te amé como a nadie más podría. Pero hoy me voy, pues no soporto ser quien nunca podré ser.



Y pues sí. Esta fue la fotografía más dolorosa de tomar. La más oscura además. Sabía que iba a tomar muchísimo más que el tiempo y la imagen de la persona que decidiera representarla. Los disparos, la preparación y la edición de esta fotografía fue terapia de shock. Una catarsis que dolió y que sanó muchas cosas.

Roberto Chaves

Casualmente Roberto, quien fue quien detonó en mí el atreverme a hacer una exposición de fotografía y poesía, fue también quien representó la fotografía más difícil. Para ambos fue un viaje al recuerdo, a las sombras y de regreso a la luz. *Porque no se debe ir en la tormenta, sino en la calma...*





S. F. Jude



Depresión

Abrázame

Si has venido a escarbar
entre mis dudas y mi paz
te encontrarás con mis desiertos.

Si no has aprendido a olvidar
recuerda que mi sangre te hace mal
tenerme cerca es tu tormento.

Si has venido a descifrar
las paradojas de mi portal
recuerda cuánto quema el hielo
que hace tiempo el pudor venció
y nuestra labia derrumbó
junto a Dante y sus infiernos.

Abrázame
Y volverás
a recorrer
el jardín de mis lamentos.

Abrázame
Y al fin sabrás
lo que es ceder
sueños por credos.

Abrázame
que duele el viento
que la razón
no tiene dueño.

Abrázame
pierde el aliento
y volverás
a recorrer
todos mis miedos.

Abrázame
una vez más
prometeré
divulgar
que yo te amé
y lastimé
como a nadie más
daño le he hecho.

Abrázame
y podrás ver
como la sal
abandona el cuerpo
y yo me iré
a dónde ya
no esté despierto

Y podrás ser quien quieras ser, quien debas ser
quien dicte el tiempo.

Abrázame.

Alejandra Arias



Esta fue otra de esas fotografías "difíciles". Conversé muchísimo con Alejandra sobre el concepto y ella lo abrazó de una manera fascinante.

De esta salieron muchísimas fotos, pues había mucho qué decir. Ale a su vez abrió su historia para darle vida de una forma más genuina y pura. De mis montajes favoritos.





Catarsis Inducida



Prohibido Morir

En las mañanas de agosto
en la penumbra de un sueño
en un salto al reverso
en la falta de sexo
en la falsa agonía
de un último verso
en la luna de incienso
prohibido morir.

En los gritos ahogados
en la caza y su presa
en el alivio elocuente
del amante que miente
en la pestaña aturdida
en mis lágrimas vivas
en la paz escondida
en las ventanas de Frida
en la resaca ardiente
y en la moral indulgente
prohibido morir.

Prohibido acercarse al sol y sus cuentos
que buscan soldar las heridas del viento
prohibido creerse la cruz y el cemento
pagando deudas con mis imperfectos
escucha mi niño, el último aliento
prohibido morirse a causa del miedo.

Una cosa tuve clara al iniciar este proyecto. Y es que quería alejarme de lo oscuro que pudiese sonar su nombre. No quería que quien lo viese, se llevara en su ser sombras; al contrario quería que esta exposición fuese un camino hacia la luz.

Esta última fotografía que corresponde a un autorretrato, fue de las más complejas en revelar al público. Era la culminación de un proceso en el que me desnudaba y dejaba abiertas mis ventanas, exponiendo miedos, traumas, dolor. Pero a la vez, implícitamente exponía su sanación a través de este exorcismo público, en el cual cada persona asistente supo rociar un poco de su propia luz.

Fue un proyecto que hizo reencontrarme con mis emociones de una forma mucho más sana y consciente. Como los girasoles que buscan al sol, me hizo redirigir mi afecto y atención hacia aquellas personas que iluminaban mi existencia.

Cada una de las más de 20 visitas guiadas que pude brindar durante todas las noches de ese febrero, eran catarsis, reconciliación y consciencia. Quise cerrar con esta foto en señal de tregua. Sombras siempre habrán, pero su existencia se merma, en cuanto más dejemos la luz entrar.

Sombras de mi Mente

A veces hay voces que llaman sin invitación
y cadenas que nos atan el alma sin convicción.

A veces se necesita reiniciar la suerte
para encontrar la razón
y liberar los cofres
que guardan mundos y desilusión.

Se va reemplazando vida por migajas
tendiendo trampas como arañas
porque nada nos prepara más para la guerra perder
que nuestra propia inanición.

El crearse ideas falsas de un mundo que nunca sucedió
mirando erróneamente aquel lado del espejo que no soy
yo

pues en un mundo de perfectos no cabe el amor;
sobre todo aquel que venga de nuestro propio afecto
sin agresión.

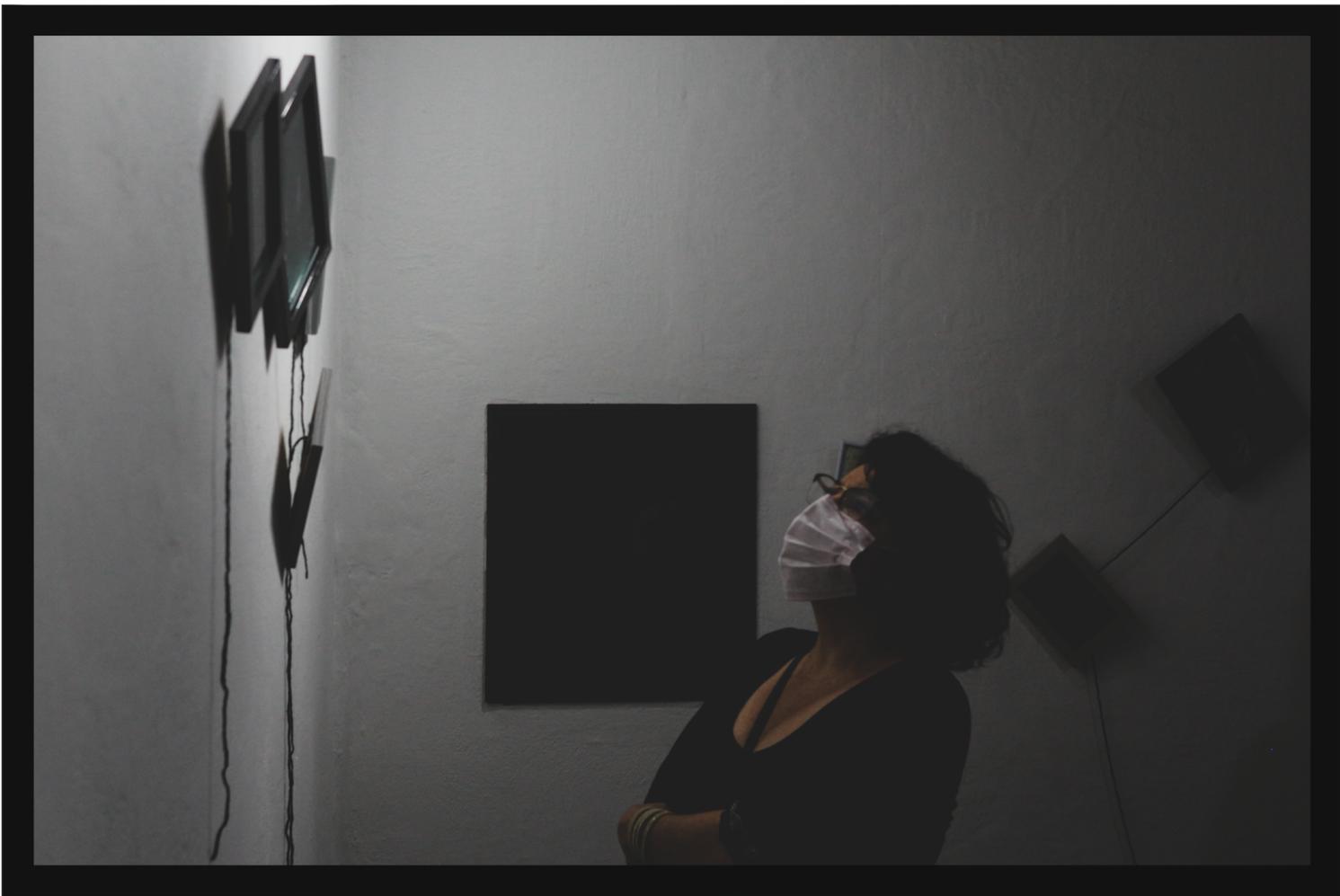
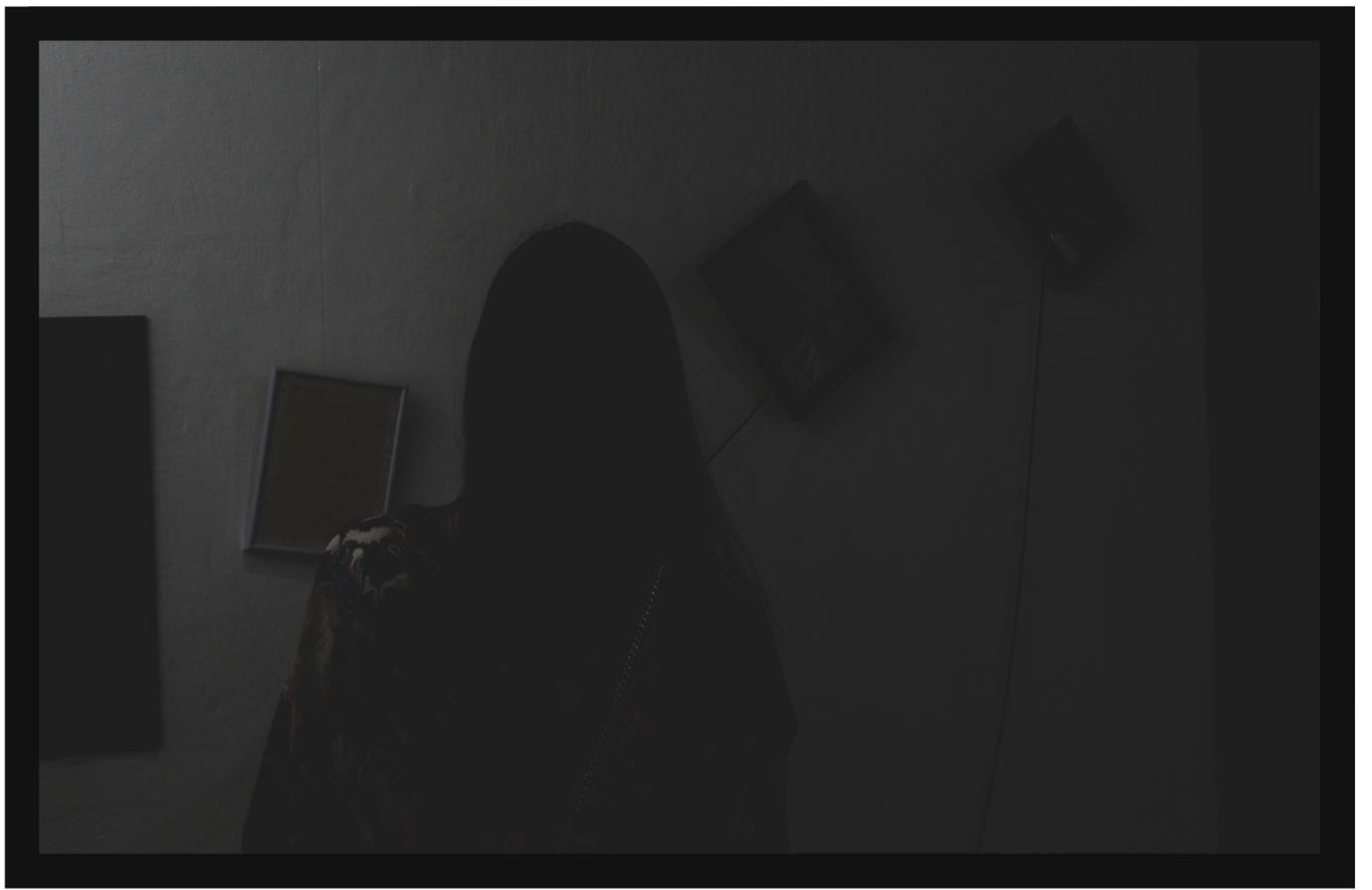
Grato es saber que en una tormenta no me voy
porque finalmente la luz entró
y ni la sonriente rosa con su inminente peso evitó
la catarsis inducida que las sombras de mi mente liberó.

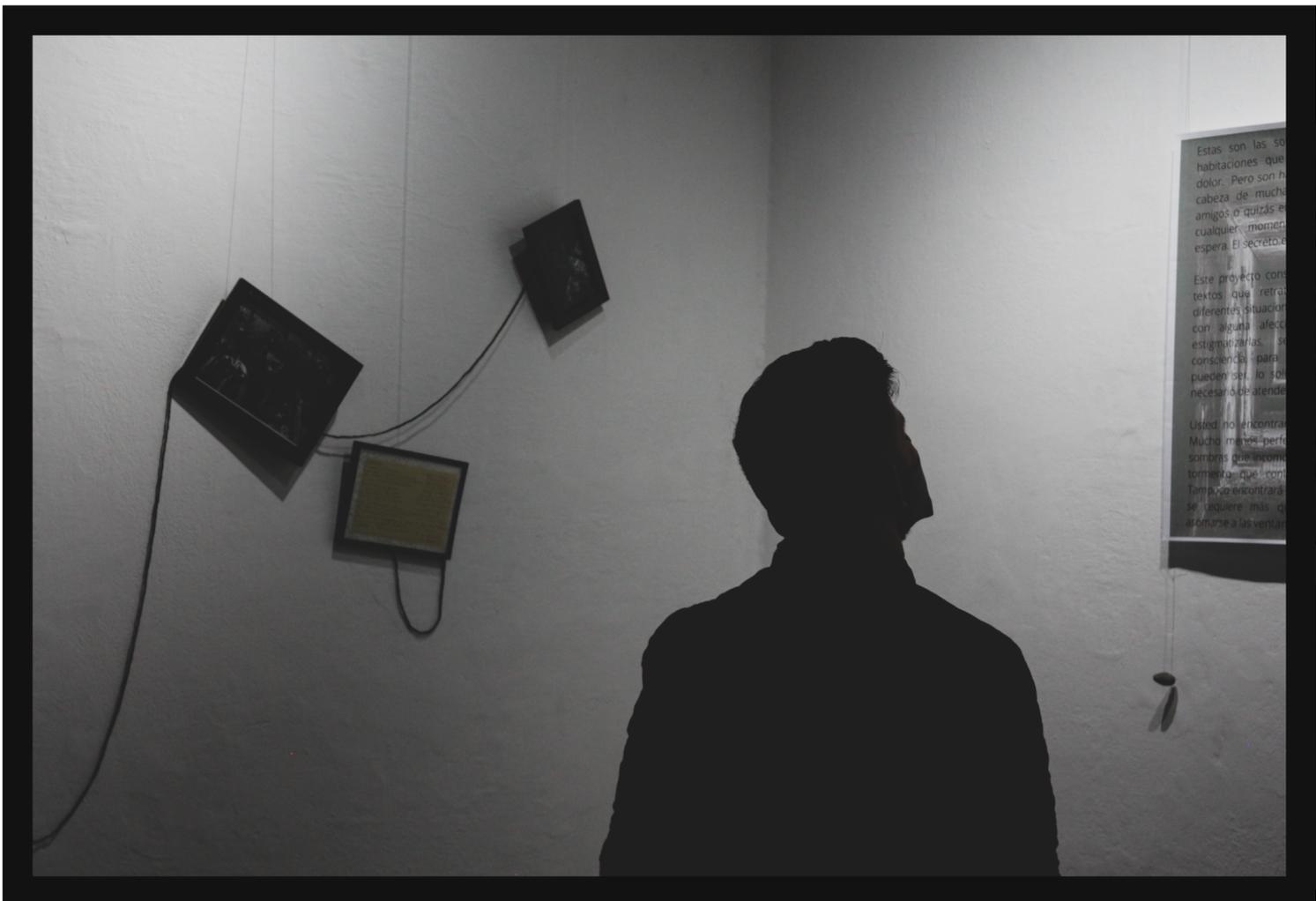
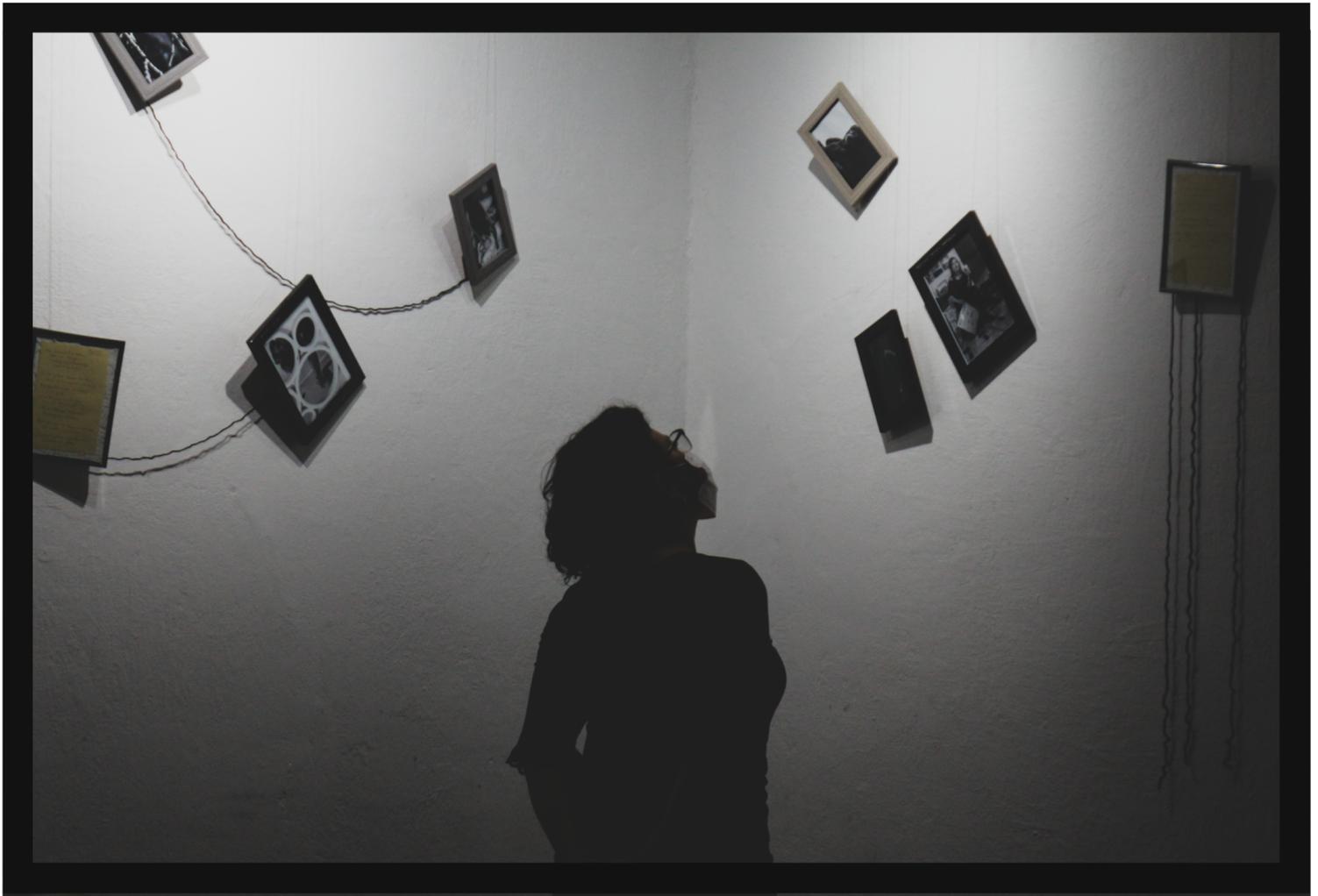
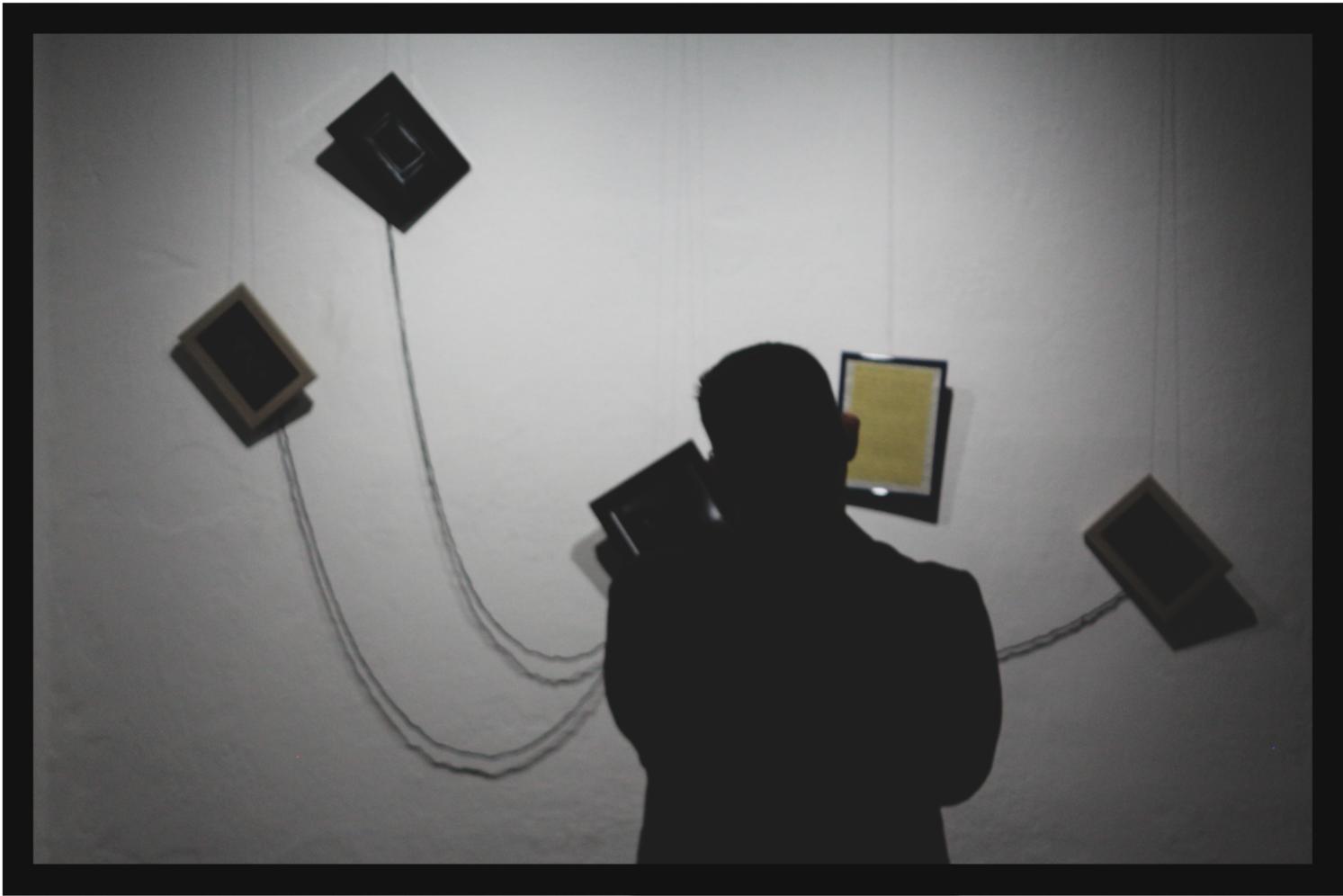
Noche Inaugural





Visitas

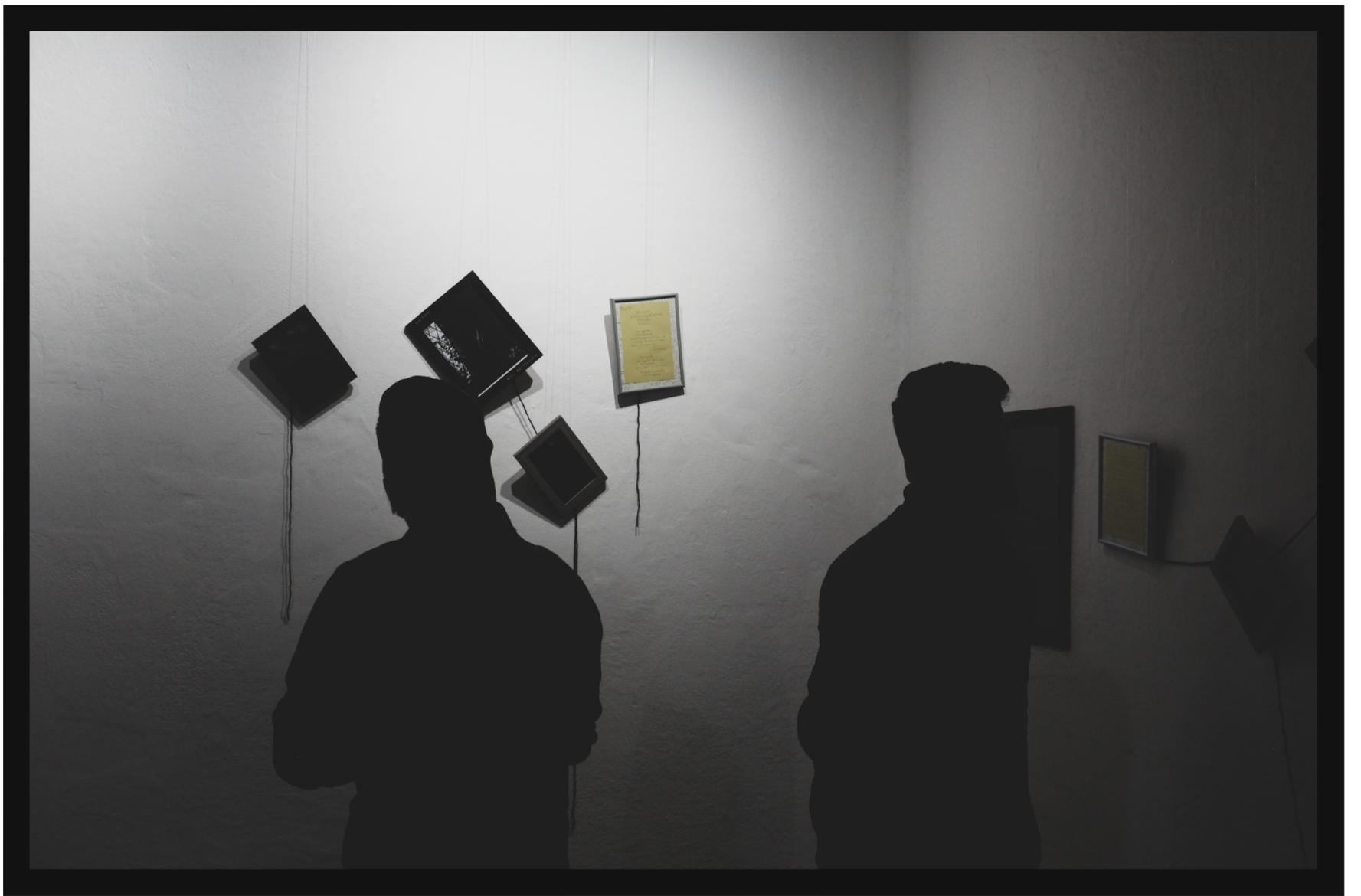




Estas son las so-
habitaciones que
dolor. Pero son h-
cabeza de mucha
amigos o quizás e-
cualquier momen-
espera. El secreto.

Este proyecto con-
textos que retrat-
diferentes situacion-
con alguna afec-
estigmatizarlos. si
consciencia para
pueden ser, lo son
necesario, be atende

Usted no encontra-
Mucho menos perfo-
sonrisas que incomp-
tormenta que con-
Tambien encontrara
se quiere mas q-
atónzate a las ventan-







W. Pi. Padre



Una de las visitas más especiales



El Montaje

una
y afinidad.
se paga el precio
que no tengo nada
siquiera ser merecedor de
avergüenza de lo escrito,
tan pobre que hay
mujeres, la mente
histórica y su
quisiera ya ser
arte, ya quisiera
Hay tanto ruido
quien saca
pero eso n
es solo el d
todas cosas



Chickens

El canchero me llamaba cuando él se iba a la escuela y yo estaba en casa y él me decía que me acordara de él cuando él me llamaba	Yo me acordaba de él cuando él me llamaba y yo estaba en casa y él me decía que me acordara de él cuando él me llamaba
---	--



24 de julio
Como un loco a la deriva
por el mar sin rumbo
se me fue el alma a tu casa
Intenté en vano ser paciente
esperar a que a tu lado
y encontraré mi vida
Después
Luchando
con el viento más fuerte
por que me quede
con la libertad más perfecta
de mi vida
deja que me vaya
a tu lado





Viro de Cristal

No intento ser un pasante
ni de gres, sal autista
presente las variables de puestas
en una historia conser
llena de sorpresas y respuestas
ella se asoma, la calma ha sido espuela

Das quito por lo nacio
Una peltilla a cada brio
admirar lo que dale lo que tiene
admirar todas las sentidas
la mion de su elvino

Avein Coelo
Gaudium aram
Paten Coelum
barium lake

las palabras del pape
para amaron
lingu el boro
modo de castro
modo de m p
modo de p m
modo de p m

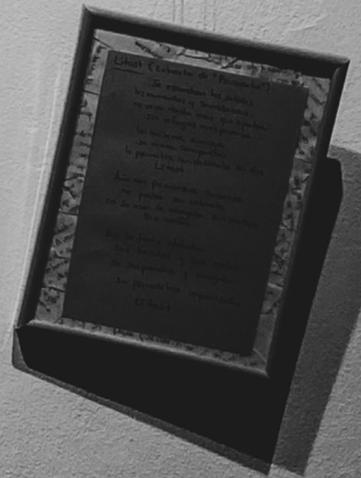


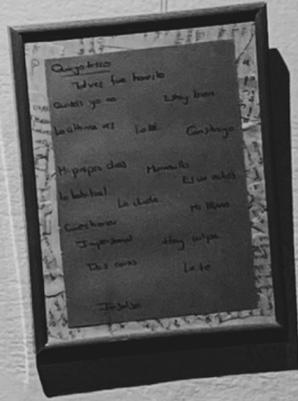
Sabotaje

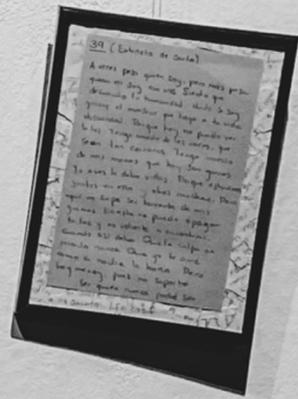
Tula de mi roba
la cantoria
negacion innata
mi rebelion

Tacha de guerra
comienza el sabotaje
es luna llena
las horas
lo inevitable









Prohibido morir
en la resaca ardiente
y en la moral indulgente
Prohibido morir
Prohibido acercarse al sol
y sus vientos
que buscan soldar las
heridas del viento
prohibido crecer la cruz
y el cemento
pagando deudas
con mis imperfectos
escucha mi niño
el último aliento
prohibido morir
a causa del miedo

Prohibido morir
en la resaca ardiente
y en la moral indulgente
Prohibido morir
Prohibido acercarse al sol
y sus vientos
que buscan soldar las
heridas del viento
prohibido crecer la cruz
y el cemento
pagando deudas
con mis imperfectos
escucha mi niño
el último aliento
prohibido morir
a causa del miedo











César Duarte



Roberto Chaves



Mónica Jiménez



Leyner Aguilar

Ana Monge



Alejandra Arias



Jatiana Castillo



Annette Brenes



Carolina Redondo

Luz Desnuda

La vida me enseñó que todas las personas que llegan
son combustible para encender la luz.

La propia, la ajena, la de aquellos a quien amo y me rodean
para poder ser la luz misma a donde sea que voy.

Esa luz que entra y sale de mi mente, luz ambivalente
se aproxima, se aleja, regresa, se aleja, vuelve, se queda.

Presente le quiero, aquí conmigo para batallar
la nube densa de ceniza que frena mis alas,
pero que sacudo con rabia para liberar en mí estrellas
que hacen brillar mi alma desnuda,
sin juicios,
sin los propios siquiera.

Esos que atormentaron por años mi camino, mi vivir
y que ahora son solo niebla.

Entonces me encuentro, descubriendo mi fuerza y tempestad,
porque solo desnudos damos nuestra propia luz en su
entereza.

*"Luz desnuda" es un 'cadáver exquisito' que nació de las
personas modelo de la exposición. Un ejercicio reflexivo que
conectó la mente y el corazón en este escrito.*

*Autoría de Roberto Chaves, Mónica Jiménez, Carolina Redondo,
César Duarte, Tatiana Castillo, Annette Brenes, Alejandra Arias,
Ana Monge y Leyner Aguilar.*

Agradecimientos

Roberto. Gracias eternas por haber sido el empujón para gestar este proyecto. Jamás me creí capaz de esto, pero vos creíste en mí antes que yo mismo incluso. Gracias por el apoyo y la asistencia en todo. Por haberte encargado de la parte ruda del montaje. Por haber modelado en la foto más difícil para ambos y haber desnudado también tus sombras acá. Gracias infinitas por esas palabras que tenés y que sabés que siempre necesito escuchar.

Caro, Olgui, Moni, Ale, Leyner, Ana, Juan, César, Annette, Tati, Lilliam, Yoya (Stephanie), gracias por ser mis modelos y mi luz. Sin ustedes, su amor, disposición e historias, este proyecto no hubiese sido posible.

Isabel Badilla y personal del Monumento Nacional Casa Alfredo González Flores, gracias por esta oportunidad de oro, por haberla recibido tan cálidamente y darme el honor de presentarla en tan emblemático lugar.

Ailyn y Alejandra. Las 'guerlas'. Gracias por su arte, por ser mi inspiración y por permitirme estar cerca de dos mujeres fascinantes a las que admiro y quiero con el alma. Gracias por haber leído algo escrito por mí, de los mejores regalos de la vida.

Cecilia, Laura, Sofi y Adrián. Gracias por adoptarme como parte de su familia, por haberse asomado a estas ventanas y darme tanto calor humano. Les adoro.

Chale y Esteban. Gracias por ser la semilla de todo esto. Intelekta Disvolvo forjó mucho de quien soy hoy, gracias a ustedes dos.

A cada una de las personas asistentes. También a aquellas que me pidieron espacios, pero que por el contexto de salud de la fecha, no se pudo coordinar una visita guiada. Gracias por ser testigos y dar su apoyo. Esto es de ustedes ahora.

A mi padre. Gracias por todo lo que me dejaste saber al entrar a esta sala... y al entrar a mi hogar.

R

