

**EL
CUADERNO
CANSADO**

Nombre y apellidos:

.....

En caso de pérdida, llamar al:

.....

oo
oo

de contener nuestros cansancios
de contener nuestros cansancios
de profa
de la burocracia profa
del horario profa
de las ratios profas

de las interinidades profas
de las injusticias profas

Este cuaderno está
cansadooooooooooooooooooooooooooooooooooooo
oooooooooooo

de contener nuestros cansancios
de contener nuestros cansancios de arte
de la burocracia arte
del proyecto-subsunción-justificación
arte
del sistema arte
del ombligo del arte
de los templos arte
del arte arte

de las precariedades arte
de lo que anula el arte en el arte

oooooooooooooooooooo
oooooooooooooooooooooooooooooooooooo

Este cuaderno está cansado
cansado
cansadooooooooo
cansadooooooooooooooooooooooooooooo

está cansado de lunes a viernes
de viernes a domingo
en verano como en invierno
está cansado de la queja cansada
está cansado

Cansado de que se cuelgue *Raíces*
del maltrato normalizado
de lo difícil que es cambiar
las cosas
de la piedra de la administración
del sentirse sola
de no poder tomarse una baja
de lo cansados que son los peques
de Madrid
de estar en tres centros por curso
de trabajar sin sentido

sin sentidooooooooooooooooooooo

sinsentidoooooo oooo oo o
oooooooooooooooooooo ooooo ooo o oo o oo
ooooo oooooooooooooo oooooooooooooo
ooooooooooooooooooooo ooooooooooooooooooooo
ooooooooo ooooooooooooooooooooo
oo
ooooo ooo oo o oooooo oooooo
oooooooooooooooooooo ooooooooooooo ooooooooooooo
ooooooooooooo o

Hay otros cansancios que no son ni de profa ni de artista.

Hay cansancios de limpiadoras, vigilantes de sala, de trabajadores de inmobiliarias, de personas con diversidad funcional, de camareras, de activistas, de personas racializadas, de productores de teatro, de arquitectos.

Esos cansancios nos los han contado Maribel, Pedro, Pepe, María José, Patri, Oscar, Manolo, Filo, Maite, Juan Carlos, Eva, Elena, Nadia, Yera, Mar, Camilo, Alejandría, Rosa, María, Lucía, Carmela, Paqui y Dora. Gracias a todxs por compartir vuestros cansancios.

Esos cansancios tendrán –pensamos–, sus propios cuadernos cansados, con otro lomo, otra extensión, otra tipografía, otro olor.

¿Te imaginas la colección de libros cansados?

Sí, ¡qué guay! / No, ¡qué pereza!

¿Serán todos grises?

Sí, ¡claro! / No, ¡qué va!

El cansancio está lleno de tipos:

Hay cansancios peores.

Hay cansancios mejores.

Hay cansancios del alma,
de la cabeza y del cuerpo.

Hay cansancios queridos.

Hay cansancios evitables.

Hay cansancios frustrados.

Hay cansancios gozosos.

Hay cansancios de clase, de raza,
de género.

Hay cansancios que no.

El cansancio está lleno de preguntas:

¿Hay obras cansadas?

¿Hay expos cansadas? ¿Se puede
descansar en una expo?

¿En la de David Goldblatt? ¿En
Consuelo Kanaga?

¿Se puede descansar en un museo?

Contarnos los cansancios, ¿cansa o
descansa?

Masajearnos, ¿cansa o descansa?

La autoayuda, ¿cansa o descansa?

¿El yoga y tal? ¿La siesta? ¿La
lectura? ¿La respiración?

(Inspirar cansa pero llena, expi-
rar libera pero luego falta. ¡Qué
cansao!)

Estoy cansada de vivir esperando un futuro más tranquilo del presente que tengo, cansada de vivir sin tiempo, sin tiempo para lo imprevisto, lo que no tengo en la agenda no me cabe y si me cabe me descuadra. Vivir sin tiempo para cuidar, para estar, y para ser cuidada entre las amistades también con la familia.

Me produce mucho cansancio el momento histórico de la falta de unidad en la izquierda.

Tengo un cansancio dividido en lo mental y lo físico, me cansa pasar la mopa, fregar, limpiar mesas, siento cansancio en los músculos. Mi cansancio tiene que ver más con la quietud que es una cosa muy compleja de tener. Estoy en paz con mi cansancio físico. A veces me gustaría cansarme más física-

mente. Igual que hay discapacidades invisibles, hay causas de cansancio invisibles.

Estoy cansada de ser yo misma, cansada de luchar por hacer las cosas, de luchar contra mis propias tendencias y fracasar constantemente. Y de seguir intentándolo.

Me cansa la individualidad capitalista, que no se practique la empatía, dejando a su suerte a las personas desfavorecidas.

Es cansado conciliar, es un encaje de bolillos, para compaginar todo lo laboral, para llegar al máximo, con lo personal, familiar, con padres mayores, lo propio queda muy desdibujado o integrado en lo familiar.

Estoy cansado de ser el único profesor migrante, el único que es-

tudió fuera de Europa y de ser el único que propone cierto tipo de agendas, cierto tipo de conversaciones, cierto tipo de temáticas, que tienen muy poco eco.

El dolor me agota.

La medida de mi cansancio es el sufrimiento, esa lucha sé que es infinita.

Estoy cansado de los escalones que nos dejan fuera a quienes nos movemos en silla de ruedas, del desmantelamiento de lo público... y del fascismo.

Ya me voy de ese instituto que me produce mucho cansancio del alma.

Estoy muy cansado de atender las necesidades de todo el mundo.

Estoy harto del arte.

La verdad es que yo no estoy cansada, estoy la mar de a gusto, cuando hace calor estamos fresquito dentro, y cuando hace frío tenemos calefacción, ¿qué más quiero?

Estoy cansada de que no me dejen sentarme en el suelo en la expo. Estoy cansado de todo el año con horarios larguísimos, clientes que creen que eres un poco su esclavo, estar siempre disponible; necesitas desconectar, descansar para coger más fuerzas para empezar de nuevo.

Estoy cansada de estar tantas horas de pie, y de que me duelan la espalda, los pies, las piernas, los brazos, realmente estoy muerta. Estoy cansada de que me agobien, de no tener mi espacio, de los quebraderos de cabeza que no me llevan a nada, de llevar cargas a mis espaldas, de que no me valo-

ren, de que me reclamen sentimientos que no me fluyen.

Estoy cansada de sentirme dentro de una rueda en la que estamos siempre trabajando. Es chungo porque a veces el mundo se desmorona y a ti te pilla muy cansada.

Hay que montar una federación de gente cansada, a nivel regional, y estatal también.

**Hay que
montar
una federación
de gente cansada,
a nivel regional,
y estatal también.**

Tendríamos muchos socios y socias, la cuota nos saldría baratísima, las asambleas serían largas por ser muchas pero también cortas por estar cansadas.

Nadie querría ser presidenta ni estar en la junta, nos costaría encontrarla, a la presidenta, habría que turnarse o ser varias a la vez para que descansa. Tendríamos muchas vicepresidencias y vicevocalías, con tipos de agotamientos.

Los estatutos serían breves, para que no cueste leerlos. Solo tendríamos una red social.

Nos quejaríamos pero luego no nos instalaríamos en la queja, salvo los de esa región, que siempre se quejan: habría que echarlos por pesados pero quién sabe, quizás estén más cansados que los demás...

La federación no tendría trabajadoras, porque **abajo el trabajo**. La federación no admitiría jubilados, porque están en júbilo. La federación no admitiría menores, porque no trabajan, salvo las odiosas excepciones de menores que trabajan. Esos, su voto valdría triple.

Propondríamos reformas de la ley del trabajo, derechos, cuidados, barbechos, excedencias, respiros, pausas, desconexiones, rotaciones, experimentaciones, lecturas, paseos, descansos, solidaridades, sororidades.

Nuestra imagen, nos la haría David Goldblatt. El seguro de responsabilidad, nos lo regalaría Mapfre. Nos patrocinaría Pikolín.

Si te ha cansado leer hasta aquí, puedes tumbarte despacio en el suelo y utilizar este cuadernillo de almohada. No se ofenderá.

Puedes hacerte una limonada bien fría, encender un par de ventiladores, invitar a unas amigas a tu terraza, extender unas toallas por el suelo y echarte con ellas a dormi-charlar. O puedes visitar una expo y buscar el lugar donde baja el pulso, la obra que relaja. O ponerte un podcast de Taller Placer, con la voz de Paula diciendo “Preferiría no hacerlo”, o estirar con Vicente, pasando un buen rato de *shibashi*.

¿Y a ti, qué te cansa?

Añádelo aquí.

Si te quieres cansar, puedes subir y bajar la escalera de Fundación Mapfre. Con Lucio en brazos.

Puedes pensar en círculo sin ventanas ni puertas. Puedes leer este cuaderno mientras pedaleas a toda velocidad en una bicicleta estática. O coger todo el aire que puedas y leer sin descanso hasta agotar los pulmones.

El horizonte
Una pandemia
Una reducción de jornada
Trabajar menos, trabajar todas
Ver a los de primaria dormir
Hacer el tonto
Abandonar los imperativos imposibles
Sentarse en un banco
Cuidar a alguien que no conoces
Sumergirse en una fotografía
La experimentación
La libertad de creación
El fin de la violencia

Fluir
Rodar
El arte

¿Y a ti, qué te descansa?

Añádelo aquí y cuando termines,
Descansa.

El *Cuaderno cansado* es un texto de Carlos Almela y Eva Garrido del Saz (hablarenarte) que recoge las voces, relatos y vivencias cansadas de las profesoras que participaron en *Descansa. Jornadas para profesorado*. Gracias a todas.

Descansa. Jornadas para profesorado fueron organizadas en la Sala de Arte Recoletos de Fundación MAPFRE los días 26 y 27 de junio de 2024, en el marco del programa *Palma. Grupo de imaginación educativa*, impulsado por Rocío Herrero Riquelme (Fundación Mapfre) y hablarenarte.

El *Cuaderno cansado* incluye testimonios prestados por amigas y cómplices de otros campos profesionales y situaciones vitales. Gracias.

Por último, recoge la imprescindible participación de Taller Placer, colectivo de artes vivas que conforman Vicente Arlandis y Paula Miralles, quienes fueron invitados a proponer una derivada de su pieza *Trabajar cansa* durante las Jornadas. Gracias por vuestra luz eclipsada.

Madrid, septiembre de 2024

Grafismo: Gema Sanz (hablarenarte)

Imprenta: Pulseprint

Fundación
MAPFRE

hablarenarte:

