

Reinventarse con el arte, es un viaje personal y emocionante



El Arte nos ofrece la oportunidad de expresar nuestra singularidad y de reencontrarnos.

Podemos usar el arte como medio para reinventarnos y redescubrirnos, utilizando la creatividad y la expresión artística en este proceso de transformación. Es un vehículo de auto-exploración que nos permite comprender nuestros pensamientos y emociones, y nos lleva a transitar por un viaje de introspección, auto-reflexión en el proceso de autoconocimiento. Para ello podemos utilizar la pintura, la escritura, la música, la danza, la escultura, la fotografía, etc., cualquier medio de expresión será válido porque la creatividad no tiene límites y abre nuevas posibilidades. La experimentación artística nos permite descubrir nuevas habilidades y enfoques. Es fundamen-

tal, salir de nuestra zona de confort para ganar en valor. El arte nos permite comunicarnos de una manera única y auténtica. Es un lenguaje en el que no necesitamos palabras con unas miradas es suficiente para compartir y generar conexiones para construir comunidades.

El arte tiene un poder sanador que nos ayuda a curar heridas emocionales y superar obstáculos. Por eso de un tiempo, esta parte es fundamental el papel del arte en la terapia y la auto-transformación. Las historias de personas que he ido conociendo que han encontrado su sanación y reinventado sus vidas a través del arte, es impresionante, cada vez se dan más frecuentemente. Precisamente en la colectiva que hay actualmente en MiiM spais "ALMA" trata de eso. De un resurgir y segundas oportunidades. Y todos los artistas con sus técnicas y estilos



diferentes lo han conseguido. Podréis encontraros con las obras de Raimon Soldevila Carbonell, Alba Tàrragona, Maika Vera, Araceli Pozo, Marta Casas Cuixart, Esther De Botton, Maria Spallina Gómez, Ch (Javier Calero), María Candela Peñato y la mía propia Mireia Vilar.

Yo misma en varias ocasiones me sumerjo en el arte para sentirme mejor, no sólo porque es mi pasión, sino también porque cuando estoy creando libero bloqueos a modo de terapia. Y si nos comparamos con los objetivos, en mi caso, mis esculturas, me gusta empezar con unas piezas de desecho. Es todo un reto reutilización de materiales en el arte. No sólo ofrece una perspectiva sobre la sostenibilidad de la conciencia ambiental, sino que también me brinda la oportunidad de explorar nuevos conceptos y desa-

ños creativos al trabajar con materiales reciclados. Puedo transformar lo ordinario en extraordinario y transmitir mensajes poderosos a través mis obras. La escultura reciclada ha demostrado ser un campo fértil para la innovación artística. Además me gusta lanzar mensajes con sus títulos para hacer pensar al espectador y que juguemos un poco. ¿Os apuntáis?

Por Mireia Vilar

MIREIA VILAR.MIIM

Carrer Avenir 54 local
08021 Barcelona
T. (+34) 659 591 164
miim.mireiavilar@gmail.com

miimspais

miim.mireiavilar

www.mireiavilarmiim.com