

MENS CAPTUS



Martí Montaner

Jana Prats

Laura Sancha

Alba Soares

Raquel Tarrés

Universitat de Barcelona

CONCEPTUALITZACIÓ DE LA IDEA “PRESÓ”

LA PRESÓ DE LA MENT

Idea

És impossible fugir de la ment, és la nostra presó quan ens trobem en un estat mental negatiu. La depressió, les inseguretats o l'ansietat són estats d'incomoditat i malestar psicològica, on ens trobem submergits en els nostres propis pensaments dels quals no en trobem sortida. Quan no pots considerar la ment com la teva llar, els problemes semblen molt més grans del que realment són; es podria dir que ets capaç d'ofegar-te en un got d'aigua i no veure res bo de la situació en la que et trobes. L'individu passa per una lluita constant, on només hi han dues sortides viables: la recuperació o l'enfonsament.

Malalties mentals → defensa de la ment per no patir davant de situacions de perill i traumes; la manera de defensar-se és desconnectar.

- Quan el cos es posa malalt es pot defensar de virus o bacteries a través de glòbuls blancs o altres substàncies, però si la ment es posa malalta no té cap tipus de protecció, més que hermetitzar-se en ella mateixa fins a curar-se.
- Quan una persona està malalta del cos, pot prendre medicaments per ajudar a curar-se; quan una persona està malalta de la ment, també pot prendre medicaments, però l'únic que fan és normalitzar la situació i crear una bombolla, d'on han de sortir per ells mateixos igualment. Per tant, quan una persona està malalta de la ment, s'ha de curar per si sola, tot i que hi hagin agents que la puguin ajudar.
- Si una persona té un equilibri contextual serà més capaç de superar la situació; en canvi, si la persona té un context social i personal on no hi ha equilibri, és més fàcil que li costi superar la situació, ja que no té tants punts de suport per on agafar-se.
- Els fets passats viscuts que hagin resultats traumàtic, o nostàlgics, o trists, per la persona poden condicionar la capacitat de seguir endavant, ja que no pot evitar mirar sempre enrere i sentir-se malament per no poder avançar.
- Per la persona l'estat mental d'hermetisme és com un espai paral·lel, un espai irreal i del qual no en té control.

Síntesis de l'exercici

Un individu es troba al fons d'una piscina, està quiet, envoltat d'aigua i fosc. Comença a desplaçar-se nedant com pot, veiem que li és difícil. Només el veiem a ell i la incertesa que l'envolta, el so de l'aigua és fort i eixordador. A l'individu se li comença a acabar l'aire, i al cap de poc temps es veu obligat a sortir a la superfície a respirar. Al fer-ho, torna a entrar a la profunditat de la piscina. No coneix l'espai on es troba, ni com moure's, i no s'hi sent a gust, però es veu obligat a quedar-s'hi. Sense pensar-s'ho, torna a entrar de nou. Es posa aletes de submarinista, per tal d'adaptar-se al medi. Li és impossible fer l'acció. Quan es passa una estona lluitant amb els objectes, torna a dalt a respirar. De cop, l'individu és arrossegat al fons de la piscina, atrapat per corrents invisibles i sufocat per la força de l'aigua, sense l'energia vital per poder sobreviure: l'oxigen. Els sorolls al fons de l'aigua ens transporten cap a un estat d'ansietat i claustrofòbia. De sobte se n'adona que l'espai en el que està no és més que un estat temporal i que pot sortir perfectament per ell mateix. Quan es troba fora per última vegada, fa una gran aspiració i comprova que pot seguir respirant. L'individu es queda amb el cap a fora, respirant amb comoditat i plaer. S'ha donat compte que pot viure fora de l'aigua, ha superat la situació. Es fa constantment un paral·lelisme entre el got d'aigua on s'ofega i l'efecte de les pastilles que va desapareixent.

MEMÒRIA DE MENS CAPTUS

URL AL VÍDEO FINAL: <https://vimeo.com/336578839>

PROCÉS DE CREACIÓ

En el mes de març vam realitzar el projecte a través d'un seguit de reunions. A partir d'aquestes trobades, vam analitzar les idees i traient suc a les que ens cridaven més. Així va ser com va sorgir la idea de la presó de la ment. Vam pensar en sensacions i emocions, juntament amb vivències personals que en posés en una situació empresonada. L'aigua ens va proporcionar les eines per desenvolupar aquestes emocions: distorsió, lluita, ofegament, descontrol, pèrdua d'equilibri, desubicació, etc. Finalment vam decidir fer la història sota l'aigua. La contextualització de la idea va ajudar-nos a canviar aspectes del projecte que no ens semblaven adequats. Una vegada vam tenir feta l' storyboard i teníem la idea clara, ja estava tot preparat per començar la gravació.

PROCÉS DE PREPRODUCCIÓ

Primerament, vam utilitzar els recursos de la Barcelona Film Commission.. Tot i així, moltes de les piscines que hi havia disponibles a la web, ens feien pagar una quota per gravar. Finalment, vam prescindir del recurs per buscar pel nostre compte. Una companya va contactar amb una piscina municipal d'Igualada. El centre ens va deixar anar-hi sense pagar cap quota. Fins aquí no ens van posar cap inconvenient

Posteriorment vam fer la reserva, a la facultat, del material necessari per fer la gravació. Vam necessitar llums LED, micròfon, gravadora, trípode, filtres i claqueta. L'inconvenient més important respecte el material va ser el transport fins a Igualada, però finalment, vam poder organitzar-lo adequadament.

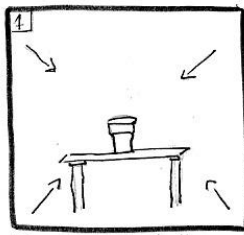
Pel que fa el tema dels actors, inicialment volíem que el personatge fos una noia, perquè ens donava l'oportunitat de jugar amb el seu aspecte físic, per exemple el moviment del cabell, i emocional. Tot i així, va ser molt complicat trobar una noia que volgués actuar en aquelles dates dins d'una piscina, sumant-hi que la piscina ens va posar varis inconvenients, els quals comentarem més endavant. Finalment vam trobar un noi conegut que va accedir a fer-ho.

PROCÉS DE PRODUCCIÓ

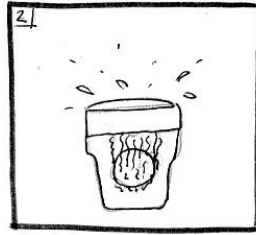
Un cop tot organitzat, els responsables de la piscina va contactar amb nosaltres per informar-nos de que s'havien abocat productes de neteja a l'aigua que no permetien el bany, ja que podien malmetre la salut de les persones. Tot i els inconvenient, vam buscar informació sobre el producte i finalment es va decidir tirar endavant.

Arribat el dia de la gravació, ens vam desplaçar fins a Igualada i es va iniciar la gravació muntant la posada en escena i el material. Cal destacar, que un cop situats a l'espai de gravació vam decidir realitzar canvis a l'storyboard ja que s'adaptaven millor al medi on ens trobàvem. Tot i això, no s'ha d'obviar que les baixes temperatures i gravació sota l'aigua van provocar complicacions a l'hora de gravar. Tot i així, això no va modificar el resultat final del projecte.

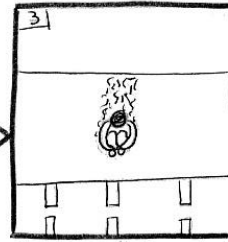
STORYBOARD



Zoom in a un got d'aigua. (PG)



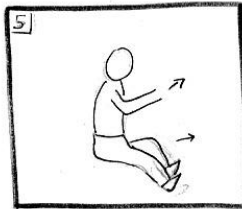
Al got hi cau una pastilla. (PP)



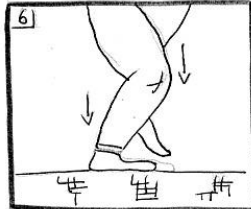
El noi cau a l'aigua en bola. (PG)



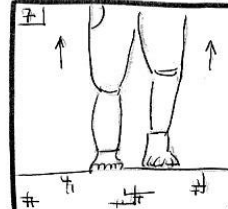
Obre els ulls. (PM)



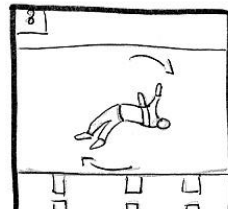
S'estén clonant braços i cames. (PG)



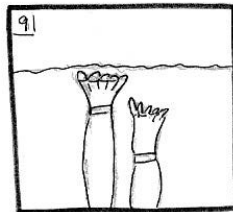
Baixa al terra per tocar-hi. (PM)



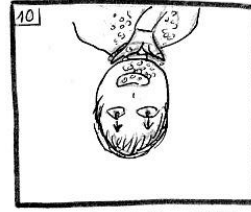
Comença a caminar però zero va cap a dalt. Demostrea. (PM)



El noi comença a geror. (PG)



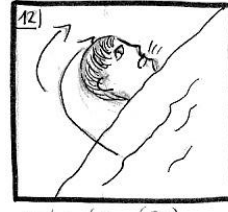
Camina del revés. (PP)



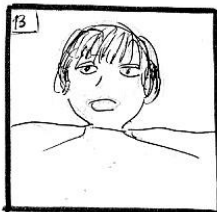
Mira amunt i s'ofega. (PP)



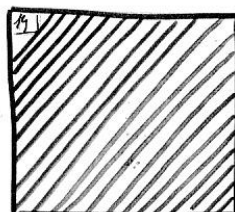
Vol anar a fora a agafar aire. (PA)



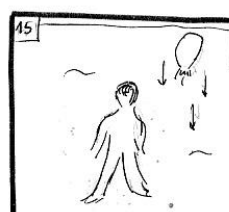
Surt a fora. (PP)



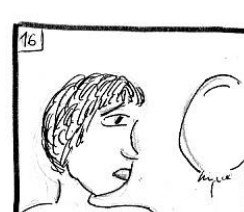
Agafa aire. (PP)



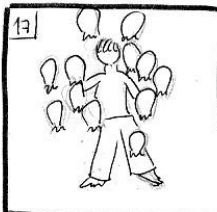
Fons negre.



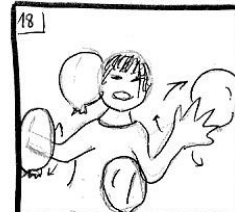
Noi quiet, cau un globus. (PG)



Mira com baixa el globus. (PP)



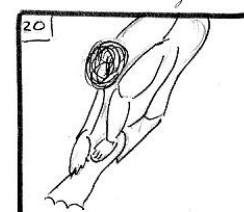
Avantatge de globus. (PG)



Els intenta apartar. (PM)



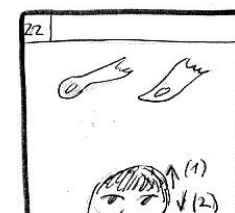
Noi crida i es tapa les oïelles. Es mou continuament. (PP)



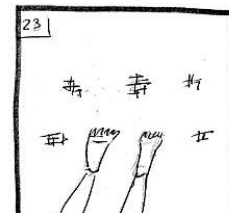
Es col·loca unes aletes. (PP)



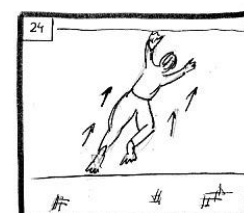
Mira cap amunt. (PP)



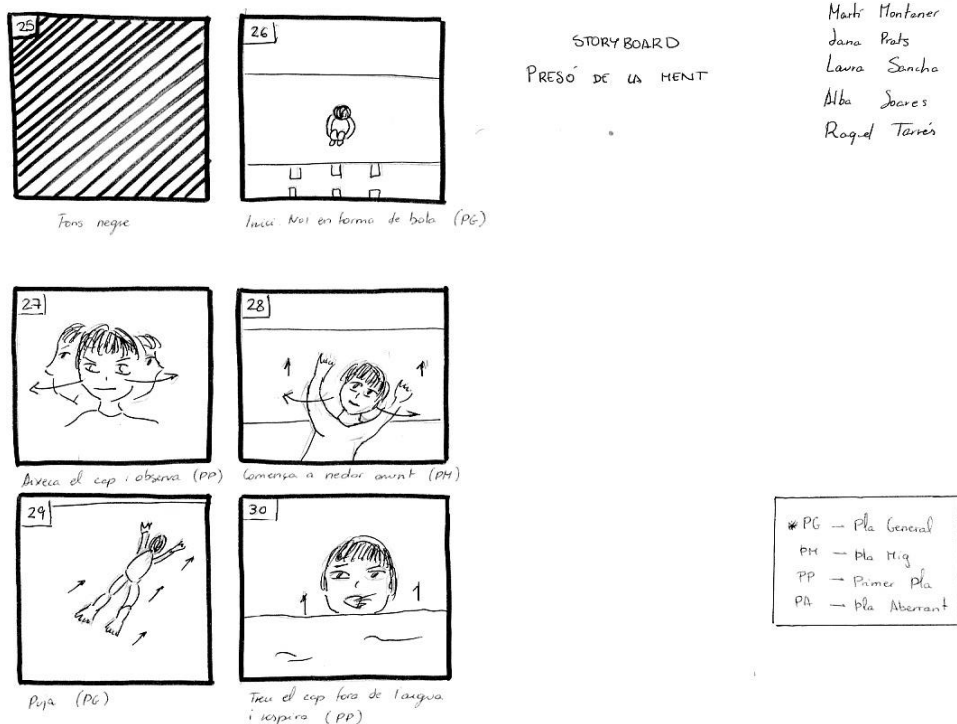
Veu les aletes i mira abaix. (PM)



Peus nus. (PP)



Neda cap amunt disposat a sortir. (PG)



PROCÉS DE POSTPRODUCCIÓ

Vam diferenciar tres tasques principals en el procés de muntatge: l'edició dels vídeos, el so i l'etalonatge. Durant procés també es van realitzar certs canvis a l'storyboard, que d'adequaven millor a la idea que volíem plasmar. Pel que fa el so, ens va costar molt decidir quin tipus era el més adequat i si la música reforçaria el missatge. Finalment, la consolidació del projecte es va fer a través del procés d'edició del vídeo, ja que vam ser capaços de veure la nostra idea portada a la pantalla, és a dir vam passar d'una idea abstracta a un contingut visual.

CONCLUSIONS FINALS

Tot i que el procés de passar de la contextualització a l'storyboard i posteriorment al format vídeo ha estat complicada i laboriosa, els resultats han sigut satisfactoris. La organització del treball i la previsió del temps per fer la gravació ens van ajudar per realitzar la feina sense presses ni inconvenients. Aquest projecte ha suposat un repte, tant a l'organització com a l'hora de gravar, però considerem que ha sigut una experiència molt satisfactòria a nivell personal i acadèmic. És molt gratificant veure els resultats finals de tot l'esforç i temps invertit en un projecte audiovisual com Mens Captus.