

LA TAREA DE DEJARNOS VIVIR: CIORAN. MANUAL DE ANTIAYUDA Y LA OBRA MUSICAL DE ANNA STEREOPOULOU

THE DUTY OF LETTING US LIVE: CIORAN. ANTI SELF-HELP MANUAL AND THE MUSICAL WORK OF ANNA STEREOPOULOU

© Sofia Isabel Gutiérrez Márquez.
Licenciada en Filosofía. Sevilla. España.
sigma_filart@hotmail.com

Recibido: 15 de septiembre de 2017.

Aprobado: 15 de octubre de 2017.

Resumen: En este artículo muestro un recorrido por el libro de Alberto Domínguez, titulado: “Cioran. Manual de Antiayuda”. Dice Cioran que lo único natural en el ser humano es la duda, el hombre con convicciones se estanca en saber más y más, en sufrir, pero la duda consigue dejarnos estancados. Aquel que duda es el auténtico lúcido, lo natural es el estancamiento, mantenerse en la duda, no aceptar una cosa o la contraria. Así, podemos considerar al artista como ese gran fingidor, ese que se mantiene en la duda y a través de ella consigue crear la obra de arte. Esa misma duda parece percibirse en la música de Anna Stereopoulou, porque la música, en sí misma, en su aparecer, en su sonido, requiere de un sentir y un saber escuchar, pero nos lleva a una interpretación, la cual se puede entender como duda, dado que no es algo ni arbitrario ni cerrado, sino abierto a un mundo de sensaciones. Paralelamente, presento una recopilación de sencillas fotografías, con las que pretendo aprender a mirar de otra forma. Lejos de hablar de arte, es un puro expresarse, en este sentido, estaría más apegado al sentir sin hacer del que habla Cioran.

Palabras clave: Alberto Domínguez, Cioran y Anna Stereopoulou.

GUTIÉRREZ MÁRQUEZ, Sofia Isabel (2018). “*La Tarea de Dejarnos Vivir: Cioran. Manual de Antiayuda y la Obra Musical de Anna Stereopoulou*”. Montilla (Córdoba): Revista-fanzine Procedimentum nº 7. Páginas 120-142.

Summary: In this article I tour the book by Alberto Domínguez, entitled “Cioran. Anti Self-help Manual”. Cioran says that the only natural thing in the human being is doubt, the man with convictions gets stuck on knowing more and more, in suffering, but the doubt manages to leave us stagnant. The one who doubts is the authentic lucid, the natural is stagnation, to stay in doubt, not to accept one thing or the other. Thus, we can consider the artist as that great pretender, the one who remains in doubt and through it manages to create the work of art. That same doubt seems to be perceived in the music of Anna Stereopoulou, because music, in itself, in its appearance, in its sound, requires a feeling and a listening ability, but it leads us to an interpretation, which can be understood as doubt, since it is not something neither arbitrary nor closed, but open to a world of sensations. In parallel, I present a collection of simple photographs, with which I intend to learn to look otherwise. Far from talking about

art, he is pure when expressing himself, in this sense, he would be more attached to feeling without making Cioran speak.

Key words: Alberto Domínguez, Cioran and Anna Stereopoulou.

GUTIÉRREZ MÁRQUEZ, Sofia Isabel (2018). “*The Duty of Letting us Live: Cioran. Anti Self-Help and the Musical Work of Anna Stereopoulou*”. Montilla (Córdoba): Revista-fanzine *Procedimentum* nº 7. Páginas 120-142.

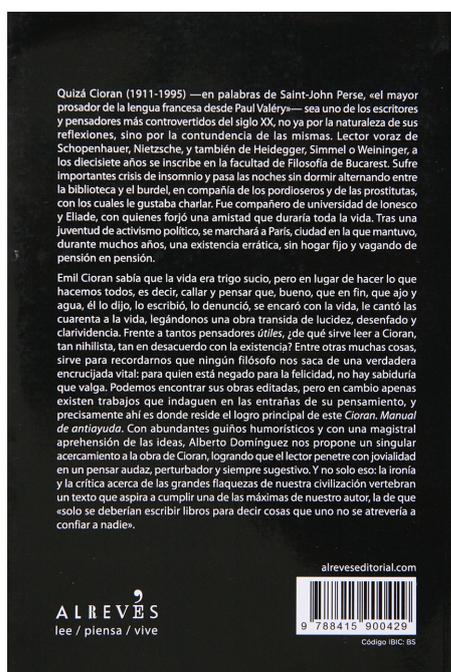
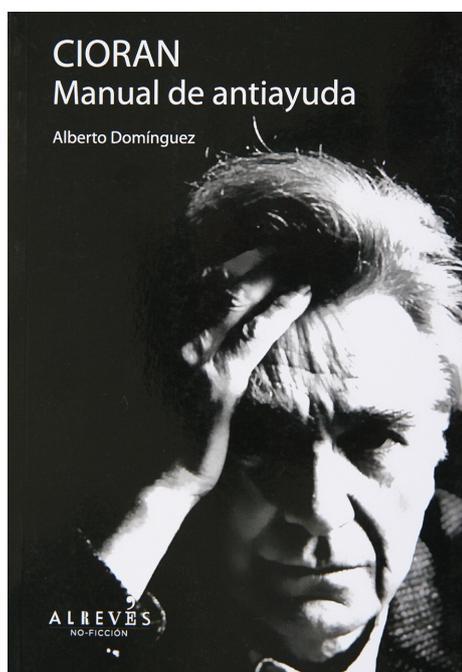
Sumario:

1. La Tarea de dejarnos vivir. 2. Registros fotográficos. 3. Conclusión. 4. Referencias bibliográficas. 5. Referencias en formato electrónico URL. 6. Anexo. Discografía de Anna Stereopoulou.

1. La tarea de dejarnos vivir.

No hacer nada pudo ser la mejor tarea que el ser humano debió desarrollar, o al menos, así lo interpreta Alberto Domínguez en su obra: *Cioran. Manual de Antiayuda*. Y es que vivimos en una época en que todo nos empuja a la acción continua, al hacer y hacer sin tener tiempo para nada, enquilosados como en una maraña de minitareas para convertirnos en el ser humano perfecto del siglo XXI. Y como pensaba Cioran, erramos en esta desdicha, el ser humano debe dedicarse a gestionar sus necesidades básicas y a disfrutar del placer de no hacer nada, porque aumentar nuestro conocimiento qué interés puede tener para nosotros, ¿realmente es algo positivo? ¿O el primer humano que hizo algo se equivocó?

No es ningún secreto que en el mundo del arte el sentido “estrella” suele ser la vista y ello no significa que la tengamos correctamente entrenada, tampoco indica que la música sea un arte menor, sino que la vista se ve más implicada en las obras de arte que el resto de los sentidos (es cierto que esto sería discutible) no en vano, nos encontramos en la etapa que los postmodernos denominan: época de la imagen del mundo. Y en relación al mundo en general,

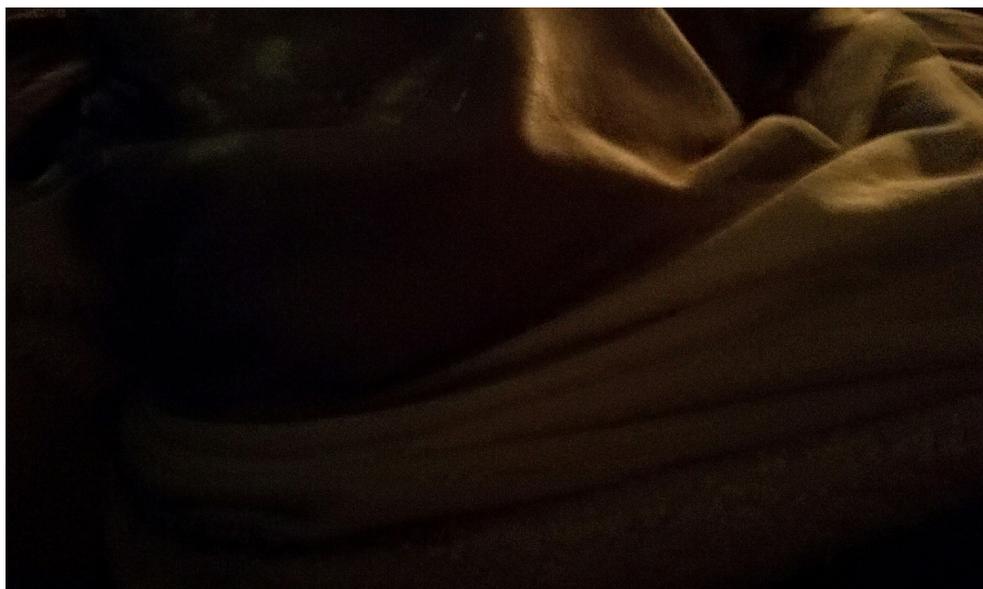


DOMÍNGUEZ, Alberto (2014) *Cioran. Manual de Antiayuda*. Barcelona, Editorial Alrevés.

dice Cioran que la gente está dormida y no llega a ver lo importante, que es necesario abrir los ojos, aprender a ver. Usamos mucho los ojos, pero aún no sabemos mirar de verdad, ver la realidad. En cambio, cuando uno aprende a ver aparece el insomnio, y con este desaparece la paz, si es que alguna vez existió. Esta idea nos recuerda al genio creador que no puede parar de trabajar en su estudio hasta conseguir lo que desea, hasta que la obra cobra el sentido buscado. Pero claro, como decía Goya y recuerda Domínguez “el sueño de la razón produce monstruos”. En definitiva, siempre hay que pagar por haber visto la luz (idea que aparece ya de forma similar en los albores de la filosofía, con el mito de la caverna). Aunque lo que ve el artista no es la luz como conocimiento, es otra forma de ver.

La cuestión es que todos queremos saber, ver lo que no se ve a simple vista, indagar, ir más allá, conocer cosas... y la gran cuestión es si esto de verdad vale la pena, si sirve para algo, si nos hace felices. La respuesta de Cioran es que no, para él, el conocimiento en sí mismo no tiene ninguna ventaja, pero el arte es otra cosa, no es conocimiento, se parece más a una borrachera porque nos hace olvidar lo infelices que somos, es una anestesia para la infelicidad, gracias al arte nos olvidamos de nuestra razón, de nuestra desgracia, es un paliativo para soportar esta vida. En este sentido, la música de Anna Stereopoulou parece congraciarse con dicha idea, al sumergirnos entre sus sonidos es inevitable que sintamos la naturaleza en su continuo ruido de elementos, de seres vivos, de movimiento; todo bajo la más sencilla profundidad que puede provocarnos la cotidianidad del mundo, el aparente no hacer nada, el mero transcurrir, que con su ciclo y su propio ser sale adelante, ocurre sin más. Al igual que el ser humano prehistórico estaría tranquilo en su cueva, con el estomago lleno y sus necesidades cubiertas, un mero transcurrir que aparentemente no tiene nada de novedoso, pero que podría ser la mayor novedad para un mundo como el nuestro en el que siempre tenemos prisa. O un mundo en el que no escuchamos el sonido emitido por la naturaleza, por la vida. No es más que una regresión a los inicios del ser humano, a ese inicio que tiene más que ver con sentir y ser que con la intencionada obsesión del hacer por el hacer actual.

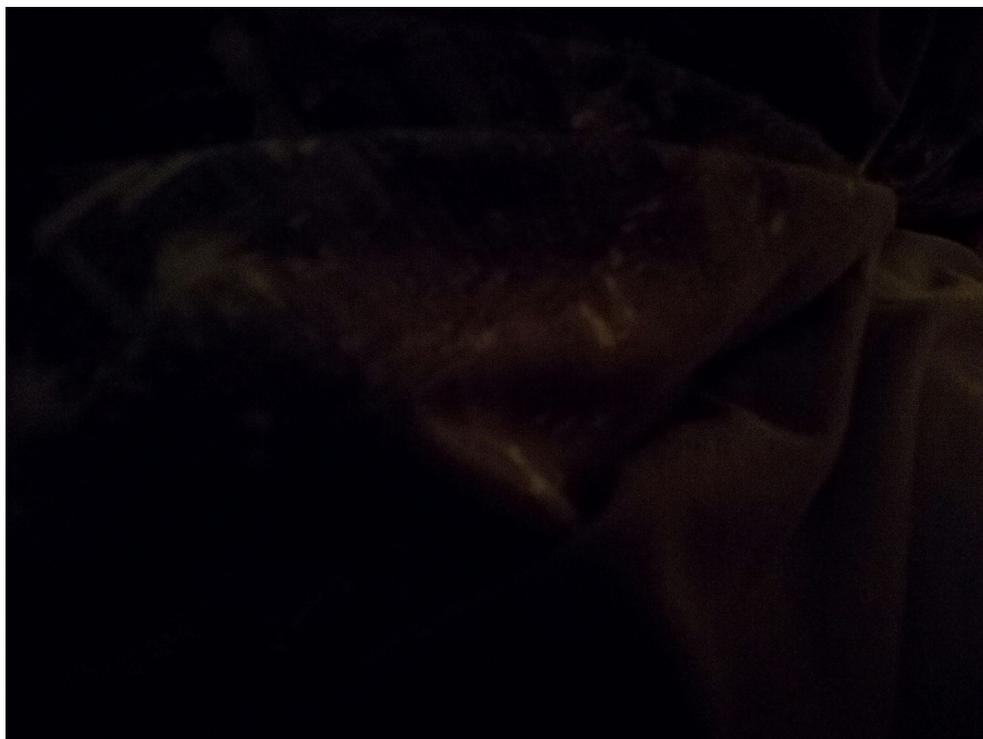
Dice Cioran que lo único natural en el ser humano es la duda -el dudar- el hombre con convicciones se estanca en saber más y más y, por tanto, en sufrir, pero la duda consigue



Título: “Amanecer”. Obra de Sofia Isabel Gutiérrez Márquez.

dejarnos estancados “el conocimiento no es posible, y, si a pesar de todo lo fuera, no resolvería nada. Esa es la posición del que duda”. Aquel que duda es el auténtico lúcido, todos aquellos que se posicionan no hacen sino andar y andar sin saber a donde van, lo natural es el estancamiento, mantenerse en la duda, no aceptar una cosa o la contraria. Este dudador es como el poeta fingidor de Pessoa, el auténtico lúcido, el que finge. Y podemos considerar al artista como ese gran fingidor, ese que se mantiene en la duda y a través de ella consigue crear la obra de arte. Porque quien se mantiene en la duda no está afiliado a nada y no persigue ningún fin concreto, podemos decir que es una acción, pero es un crear ajeno al acto de conocer. Esa misma duda parece percibirse en la música de Stereopoulou, porque la música, en sí misma, en su aparecer, en su sonido, requiere de un sentir y un saber escuchar, pero nos lleva a una interpretación, la cual se puede entender como duda, dado que no es algo ni arbitrario ni cerrado, sino abierto a un mundo de sensaciones e interpretaciones. Aprender a escuchar no es sinónimo de aprender significados matemáticos o conceptuales, estaría más apegado a aprender a sentir. En sintonía con la vida sencilla que supera a la vida del hacer. Pero claro, aquí estamos ante la mirada del espectador, habría que preguntarse si el artista, el creador, sufre o no en el proceso de creación, porque si hablamos de un sufrimiento que nos hace felices, a lo mejor estaríamos en consonancia con Cioran. Lo que parece más claro es que el artista no genera obras de arte por mera inspiración, hay un trabajo detrás de cada obra, sea o no apreciado. Como decía Picasso: “cuando llegue la inspiración, que me encuentre trabajando”.

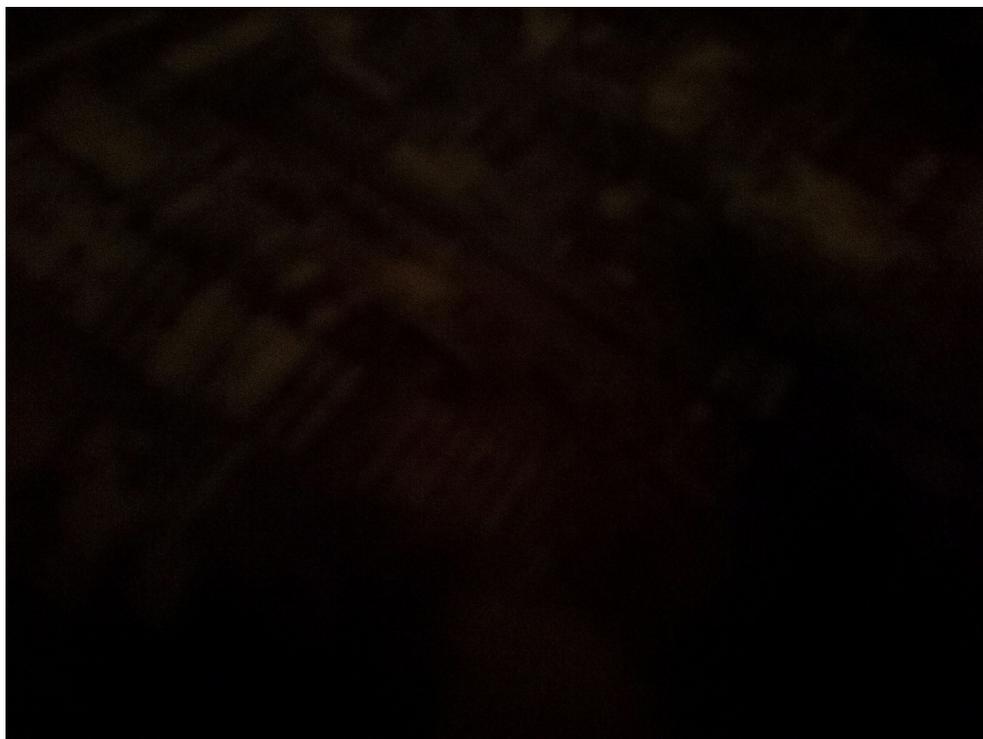
En un intento de acto creativo, que no de obra de arte, recopilé sencillas fotografías, y lo que pretendo tiene algo de relación con este aprender, en este caso, en relación al sentido de la vista, con aprender a mirar de otra forma. Mi pretensión es ver objetos, a menudo cotidianos, desde otras perspectivas más cercanas -físicamente hablando-, que muestran una visión confusa de dichos objetos, precisamente porque pretenden enseñar lo más simple. Dicho



Título: “Noche”. Obra de Sofia Isabel Gutiérrez Márquez.

más fácilmente, en muchas de estas fotografías, no se ve con claridad a que objetos apunta el objetivo, precisamente por la intención de simplicidad y acercamiento a las materias primas que conforman dichos objetos. Y como no, de los reflejos y perspectivas que podemos tener de dichos objetos, que en vez de resultarnos cotidianos nos resultan extraños. Tan extraños como el arte actual a la gran mayoría de la sociedad. Pero aquí estamos muy lejos de hablar de arte, es un puro expresarse, que poco tiene de trabajo y sufrimiento, en este sentido, estaría más apegado al sentir sin hacer del que habla Cioran. Pero tendríamos que plantearnos si este acto de fotografiar que no conlleva un trabajo de fondo detrás hubiera sido posible sin el avance técnico, sin las cámaras y sin los móviles actuales. La respuesta obvia es que no, por tanto, para Cioran este mirar cercano al arte, en su carácter más desnudo tendría que ser como ver la realidad natural desde la magia, aprender a ver sin necesidad de obras fotográficas ni de arte en general, ni de ninguna técnica, ver sin más, no hablaríamos entonces de pintores o músicos, sino de espectadores que miran auténticamente el mundo natural. O de niños jugando con pintura de dedos con la única intención de divertirse.

Cioran se refiere a menudo al mundo de la niñez, porque, a pesar de que puede que la recordemos mejor de lo que realmente fue, en el fondo es un paraíso, él único, y solo podemos vivir de su recuerdo, porque lo triste es la pérdida de la infancia, después de esta todo irá a peor. Al perder la infancia perdemos el mundo mágico que nos ofrecen todos los objetos, perdemos la imaginación y después somos conscientes de la muerte por primera vez. Perdemos la inocencia, dejamos de divertirnos, desaprendemos a mirar, a escuchar y sentir. Por eso la libertad que nos confiere el ser adulto no tiene ya sentido, no es verdadera libertad, ahora vienen las responsabilidades y las aceptaciones. De niños soñábamos con hacer lo que quisiéramos, deseábamos hacernos mayores, después, al ser mayores, nos damos cuenta que esto es una falsa libertad, tenemos que ir a trabajar, eso ya lo dice todo. La verdadera libertad



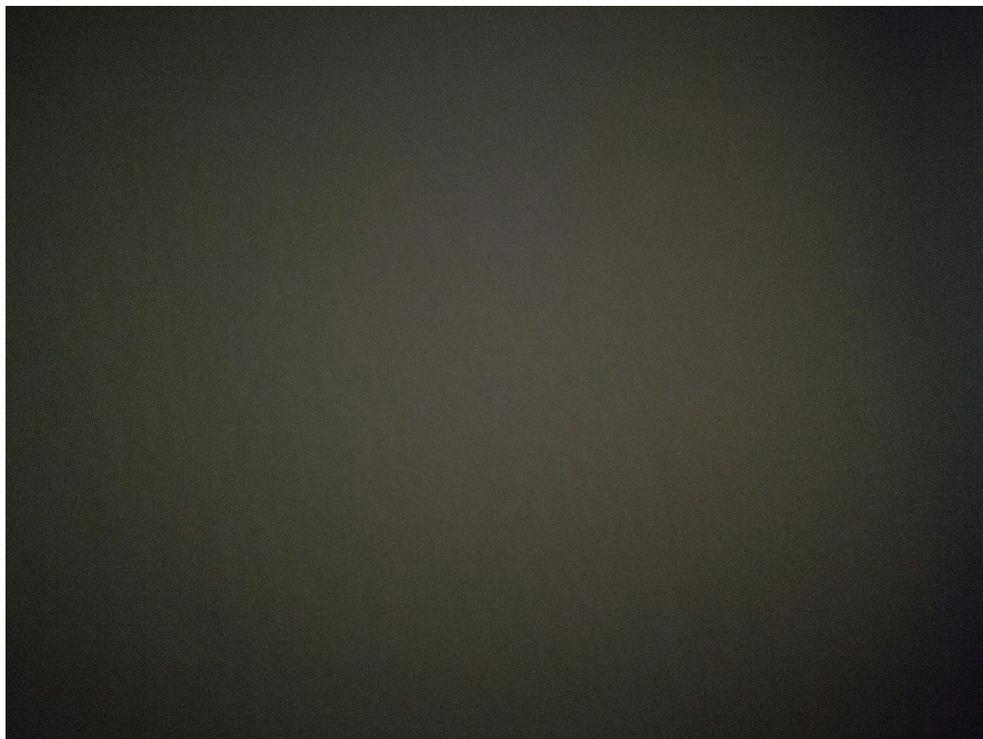
Título: “Ciudad dormida”. Obra de Sofia Isabel Gutiérrez Márquez.

estaba en la infancia, entonces no nos dábamos cuenta, pero ya la hemos perdido. Aunque nunca hemos sido libres, hemos nacido y vamos a morir sin que tomemos partido en ello.

Y a esto yo añadiría algo, aprender a mirar en el mundo del arte implica, no cerrarnos en lo conceptual, sino por el contrario entender la amplitud de miras que conlleva ese mundo mágico. Probablemente Cioran no se refería a esto, no lo sé, pero puede ser que la música de Stereopoulou si guarde más relación con esta idea, porque en el fondo aquella música que nos evoca muchas cosas, que nos traslada a otros mundo o que hace que la magia se siga produciendo, no implica entender el significado de una pieza y disfrutarla, implica entender la multitud de ideas que podrá sugerirnos, como una obra que supera al artista, muy en la línea de la corriente hermenéutica; los significados que se van creando históricamente de manera inagotable; la obra abierta.

Pero cuando dejamos de ser niños se suele perder esa magia y aparece la gran pregunta, nos planteamos si hubiera sido mejor no vivir, al modo del ser o no ser del Hamlet de Shakespeare, pues esa es la gran pregunta: la existencia, nuestra vida. Pero la realidad es que tenemos la vida -nos la cuestionemos o no, la deseemos o no- y ahora nos toca lo peor, ganarnos la vida, en definitiva: trabajar. Aquí la vida pierde el interés, y amarla en esta situación es de ser idiotas. Hay que ser muy idiotas para amar una vida que consiste en trabajar, en sufrir, en malvivir, se lamenta Cioran.

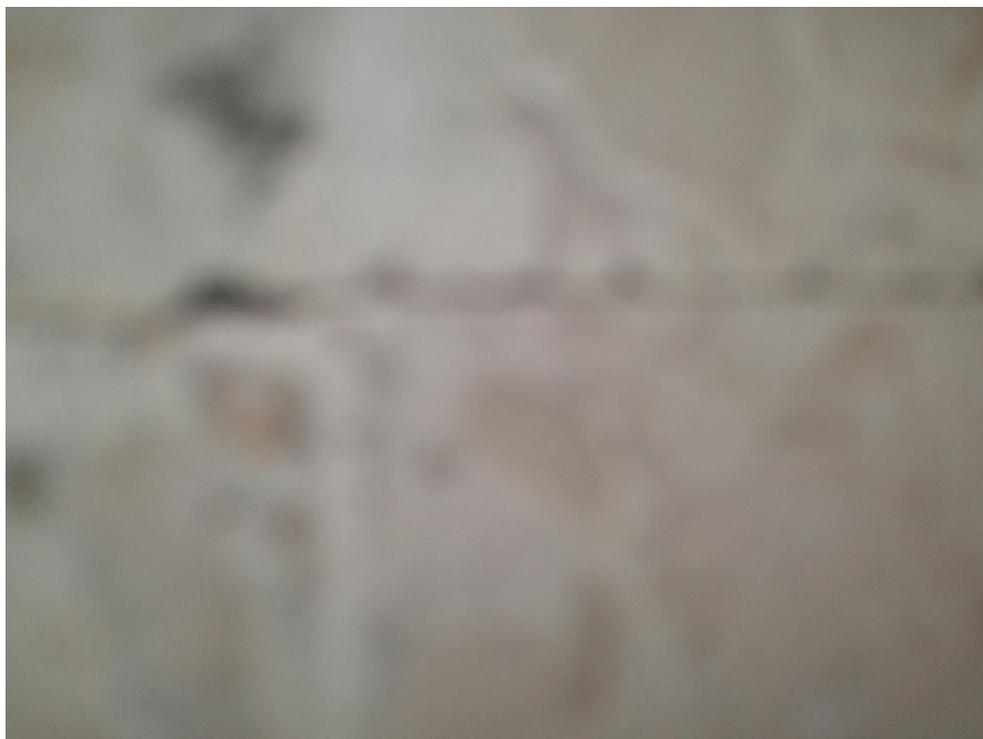
La claridad, la luz, en el peor sentido de la palabra, es la que nos lleva a detestar el trabajo, no la pereza. Cree Cioran que quienes inventaron el trabajo no fueron los más listos de la época. Trabajar es un vicio, el vicio de querer hacer algo, de no estar parados, el sistema siempre nos está obligando a querer hacer algo y a querer ser algo. Pero el hombre acaba siendo



Título: "Luz". Obra de Sofia Isabel Gutiérrez Márquez.

victima de sus actos, esos actos que terminan en progreso y que siempre nos perjudican. El único motivo que nos puede impulsar a trabajar y a hacer cosas es no quedarnos a solas con nuestra conciencia, con nuestro ser, el trabajo no es más que un refugio. Pero la vida trata de lo contrario, de ahondar en uno mismo. Y este ser uno mismo, sin necesidad de hacer no es más que una provocación. En este sentido el arte es también negativo porque es una pura producción, y por tanto, acción –aunque de otro tipo- pero también puede tener un efecto provocador, dado que el arte nos incita a ver más allá, a rescatar la magia de los objetos, tal como los veíamos en la infancia, a crear ilusiones, de todo tipo, y a profundizar en nosotros mismos. El arte no es una pura acción, un intento de hacer y de hacer, es una visión, es un consuelo, es una especie de acto mágico.

El propio Cioran se tilda de inútil, dado que se dedicó a denunciar, a machacar, y no directamente a crear o a producir. Porque para él lo importante es “ser”, a secas, no ser algo. Pero cuando se propone no hacer nada en concreto surgen dos ideas repentinas: pereza y aburrimiento. En cuanto a la pereza, está mal vista y se relaciona directamente con el aburrimiento, dado que el que se aburre no se interesa por nada, no hace nada. Se llega entonces al tedio, a ese que perdura todo el tiempo como si fuera una enfermedad, con la diferencia, de que en esta enfermedad el dolor no está localizado, no hay soportes, no hay referencias y mucho menos, medicamentos. Esta es la verdadera experiencia del tiempo, experimentar el transcurso sin más, la enfermedad más horrible de todas. Porque estamos acostumbrados a la idea de que la vida es bella, pero en realidad, nacer es lo más feo, la vida en general está sobrevalorada, de hecho todos estamos vivos, no es algo que tengan unos si y otros no. Tanto es así que la caverna platónica se puede entender en Cioran como reconocer que estamos encadenados (a la vida). La vida es ver nuestros propios grilletes, no pedimos nacer y estamos encadenados a la vida, no pedimos andar, ni hacer, ni evolucionar ni una cultura desarrollada

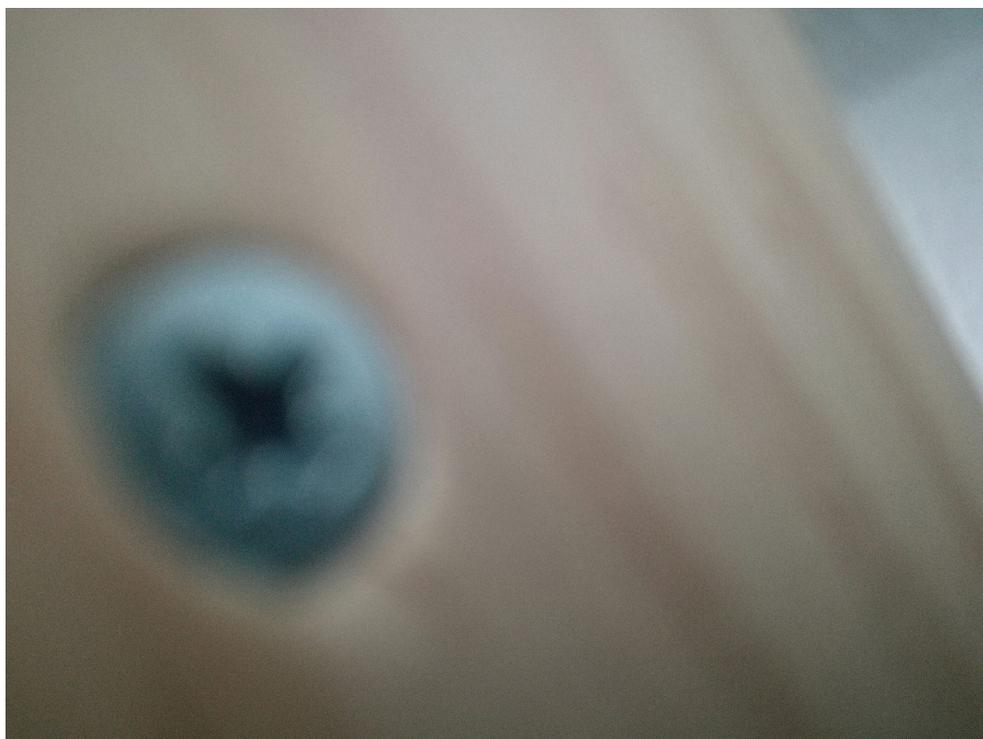


Título: “Materia”. Obra de Sofia Isabel Gutiérrez Márquez.

y nos encontramos todo esto, sin que nadie nos haya consultado nunca. Ve más negativo nacer que morir, porque, al fin y al cabo podemos acabar con nuestra vida cuando queramos (suiciándonos), pero el nacimiento nos lo dan, nacemos sin más, y lo hacemos como algo trágico, no es casualidad, diría nuestro autor, que nuestra vida comience con el llanto. Y aunque todas las connotaciones con las que cubre el nacimiento y la propia vida parten de la negatividad, del absurdo, de algo que es una catástrofe, aún así Cioran vive su vida, no opta por finalizar con ella, se mantiene en una crítica radical, pero solo teórica. Podríamos preguntarle: ¿Si la vida es tan horrible para qué seguir viviendo? Probablemente porque ve cierta necesidad en la queja, en ver lo horrible de la vida como una forma de positividad. O porque la acción en sí es algo tan negativo que el suicidio sería hacer algo.

Para todos los jóvenes y para todos los seres humanos el futuro siempre se ve negro, siempre parece que estemos asistiendo a una mala época, pero la realidad es que siempre fue así, todas las generaciones asistirán a esta visión negra, es algo propio de la vida, todo irremediablemente nos conducirá al fracaso. Y es que podemos plantearnos que el espermatozoide que llega a la meta puede ser el más tonto, o al menos podríamos ponerlo en duda, los listos fueron los otros, los que no llegaron los primeros.

En general no tiene una opinión positiva del ser humano, “exterminación es la primera palabra que me viene a la mente”, cree que se podría prescindir del ser humano, aunque en la historia haya habido hombres excepcionales, son solo eso, excepciones. Y hace suyas las palabras de Lévi-Strauss “el mundo comenzó sin el hombre y acabará sin él.” El hombre es como un virus, un animal enfermo, la obsesión por el progreso y por la acción solo lo ha perjudicado más, cree que el primer bípedo, al adquirir esta postura le trajo un gran mal a la humanidad, y este fue de mal en peor. El nacimiento de la sociedad humana misma es otro



Título: “Ojo”. Obra de Sofia Isabel Gutiérrez Márquez.

gran desastre y el intento de Nietzsche por postular al superhombre se convierte en un intento ingenuo. El ser humano no es solo una degradación, en su situación actual, sino que es un ser que se creyó que podía aspirar a la felicidad. Pero estaba equivocado, aunque hoy día parece que tenemos la obligación de ser felices y al que no lo es se le tiene por tonto. El hecho es que tan pronto el hombre se dio cuenta de que la felicidad no es fácil comenzó a creerse eso de que la felicidad está en las pequeñas cosas, pero la conclusión real es que la felicidad no existe, es un engaño que nos han transmitido. Todo esto tiene que ver con la educación que hemos recibido, que es una educación equivocada, en realidad, deberían educarnos para el fracaso, para el desencanto, deberían enseñarnos que no debemos esperar nada de la vida. Lo que tenemos que entender es que venimos a sufrir y aquellos que no sufren es que ni siquiera son conscientes de que viven, porque cuando nos hacemos conscientes de nosotros mismos es cuando enfermamos, cuando estamos mal, en cambio, si todo va bien no pensamos siquiera en nuestra vida o nuestro cuerpo. La enfermedad es lo que nos da clarividencia, quien no lo pasa mal vive como si su vida fuera definitiva, por eso aquellos a los que les va bien son seres superficiales.

Otro aprendizaje típico de nuestra educación es que el amor es uno de los caminos hacia la felicidad, de hecho, es el gran camino. Pero es solo una excusa para escapar de nosotros mismos, porque el amor es algo imperfecto, y no es para siempre, sino que dura poco. Es un acuerdo entre dos infelices, porque no podemos encontrar en el otro lo que no está ni en nosotros mismos.

La filosofía parece ser otro camino, pero no es así, el filósofo se da cuenta que no sabe nada y eso no consuela en absoluto, no se encuentra teoría alguna que suavice el dolor de nuestra vida, la filosofía es un chasco, y Cioran se siente engañado por ella, porque no da

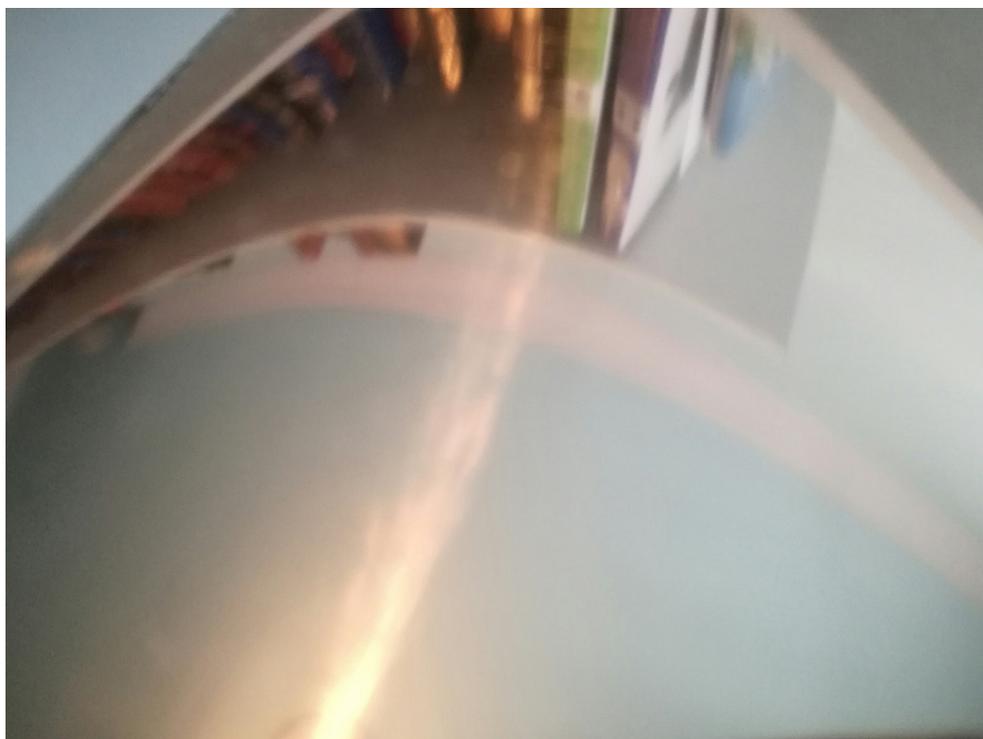


Sin título. Obra de Sofía Isabel Gutiérrez Márquez.

respuestas, solo responde preguntas con más preguntas y no alivia en absoluto el sufrimiento. Y si hablamos de autoayuda la cosa empeora, en este tipo de obras se dan por hecho que ciertas cosas no tienen dificultad, el gran ejemplo es que ser feliz es algo muy fácil o que hay que ser optimista.

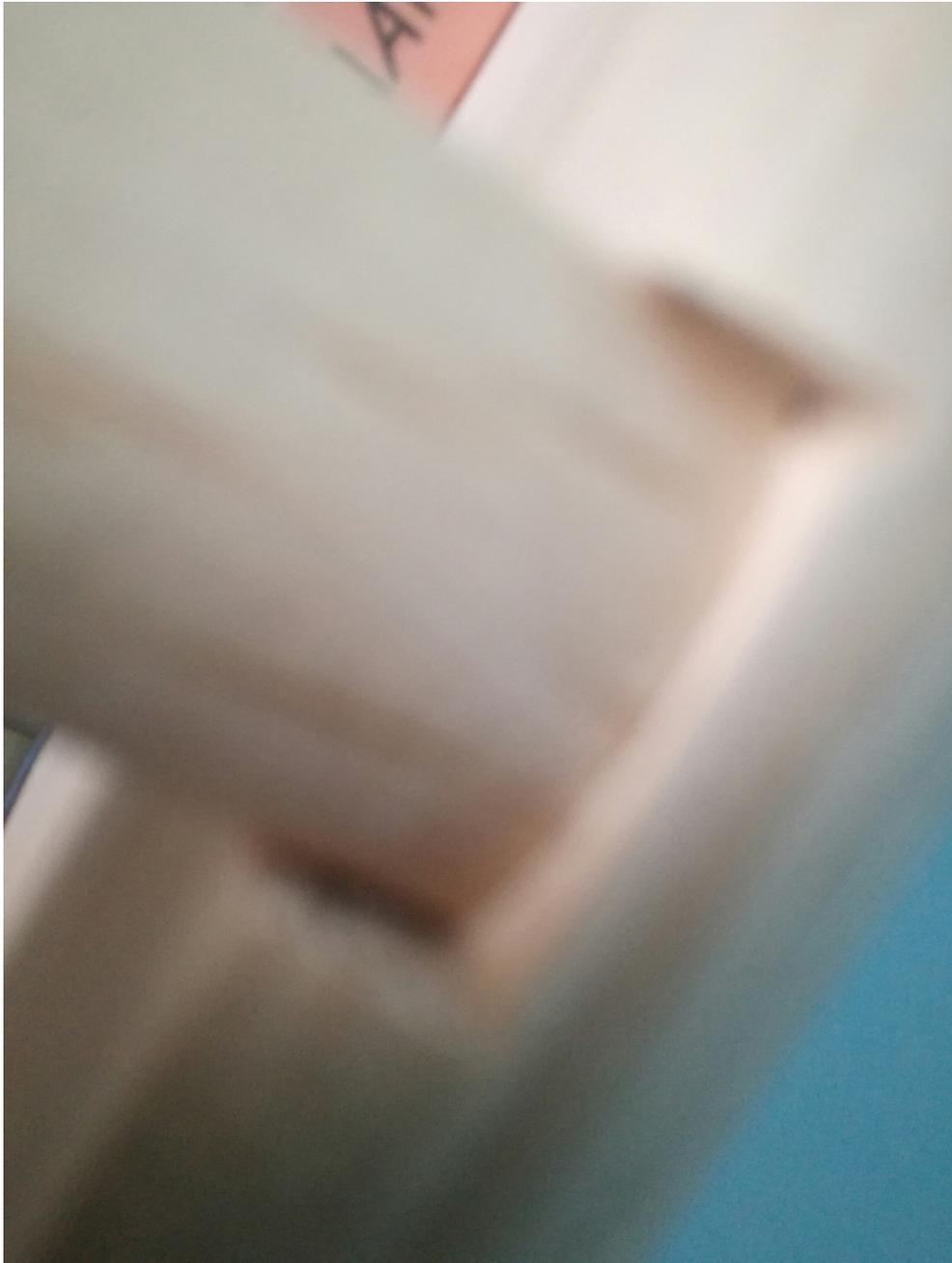
Al fin y al cabo la muerte es el gran mal que nos acucia, que nos persigue, y del que no siempre se habla, porque la vida acabará en algún momento para todos. Pero vivimos como si no fuera con nosotros, como si le ocurriera solo a los demás. Cioran reflexionó mucho sobre la muerte, pero inevitablemente, acabó muriendo, sin que con ello recibiera recompensa alguna, la reflexión sobre la muerte no cambia el hecho de la muerte y lo que esta conlleva. Igual que cualquier crítica al arte o al conocimiento no tiene ninguna base firme, nos guste o no, el arte y todas aquellas cosas que no tienen una utilidad práctica aparente, como la filosofía, son las cosas que en el fondo nos hacen más humanos. No nos resuelven la vida, pero todos las buscamos. Nunca conocí a nadie que pretendiera comprar para su casa el cuadro más horrible que pudiera encontrar. Porque todos buscamos no sobrevivir sino bienestar, y con esto estarían de acuerdo muchos filósofos, pero no Cioran.

Tras todo lo dicho, Cioran parece tener ideas contradictorias, ataca la vida pero en el fondo no desea morir, parece usar la queja como necesaria, el pataleo como único recurso ante el final que nos espera. Tras toda esa negatividad arrasadora hay probablemente mucho de ironía y mucho de un intento de búsqueda de respuestas positivas, aunque no las halle, porque cuando alguien sigue y sigue criticando al hombre y criticando a la vida pero se empeña en vivir y en ser hombre, algo de positivo debe ver en todo ello, aunque sea la crítica misma. Y sino, al menos Cioran debía admitirnos como válida la idea de que si tenemos un quehacer muy importante, una tarea que perseguimos: vivir.

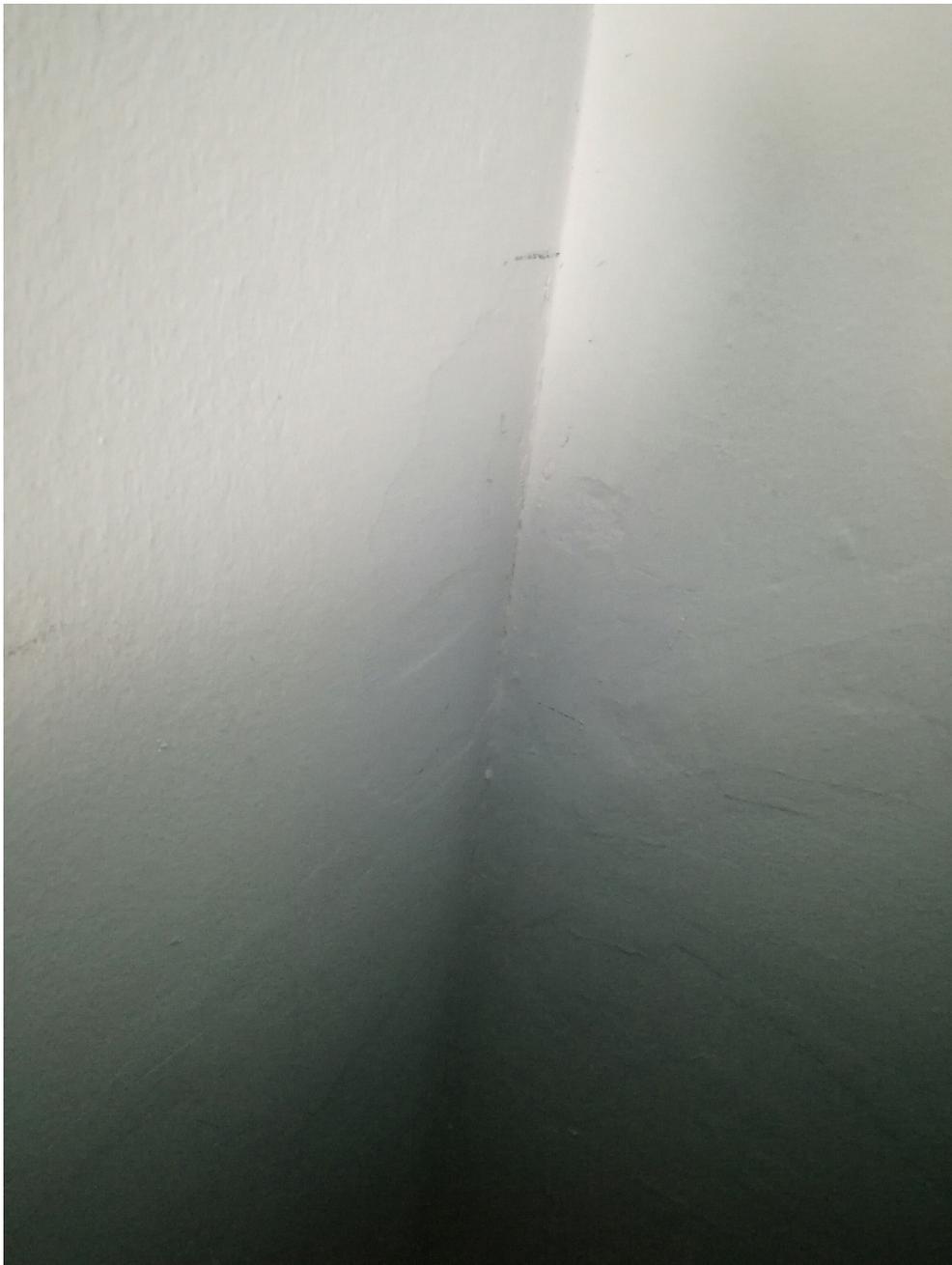


Sin título. Obra de Sofia Isabel Gutiérrez Márquez.

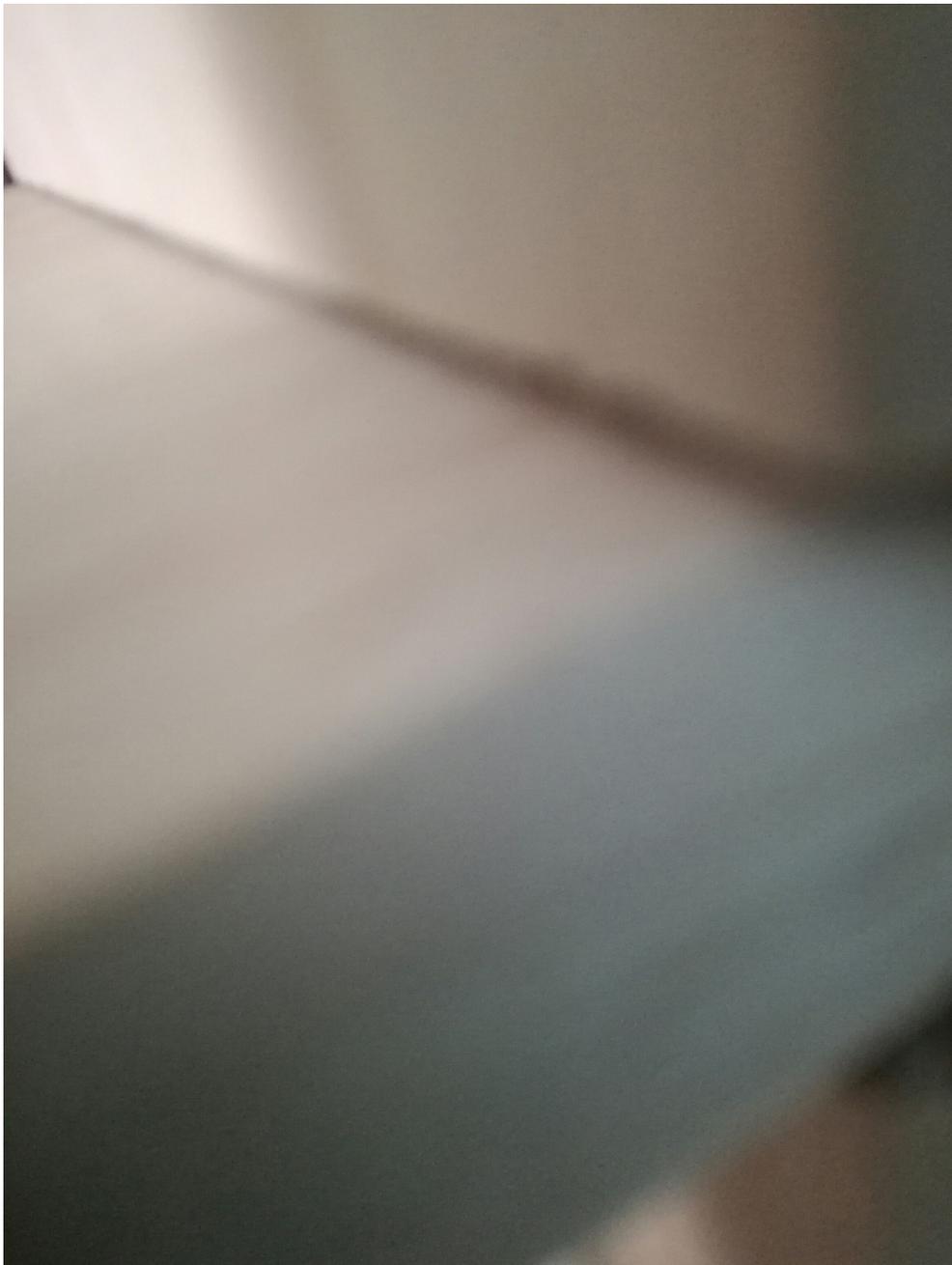
2. Registros fotográficos.



Título: "Ensamblajes". Obra de Sofia Isabel Gutiérrez Márquez.



Título: "Hueco". Obra de Sofía Isabel Gutiérrez Márquez.



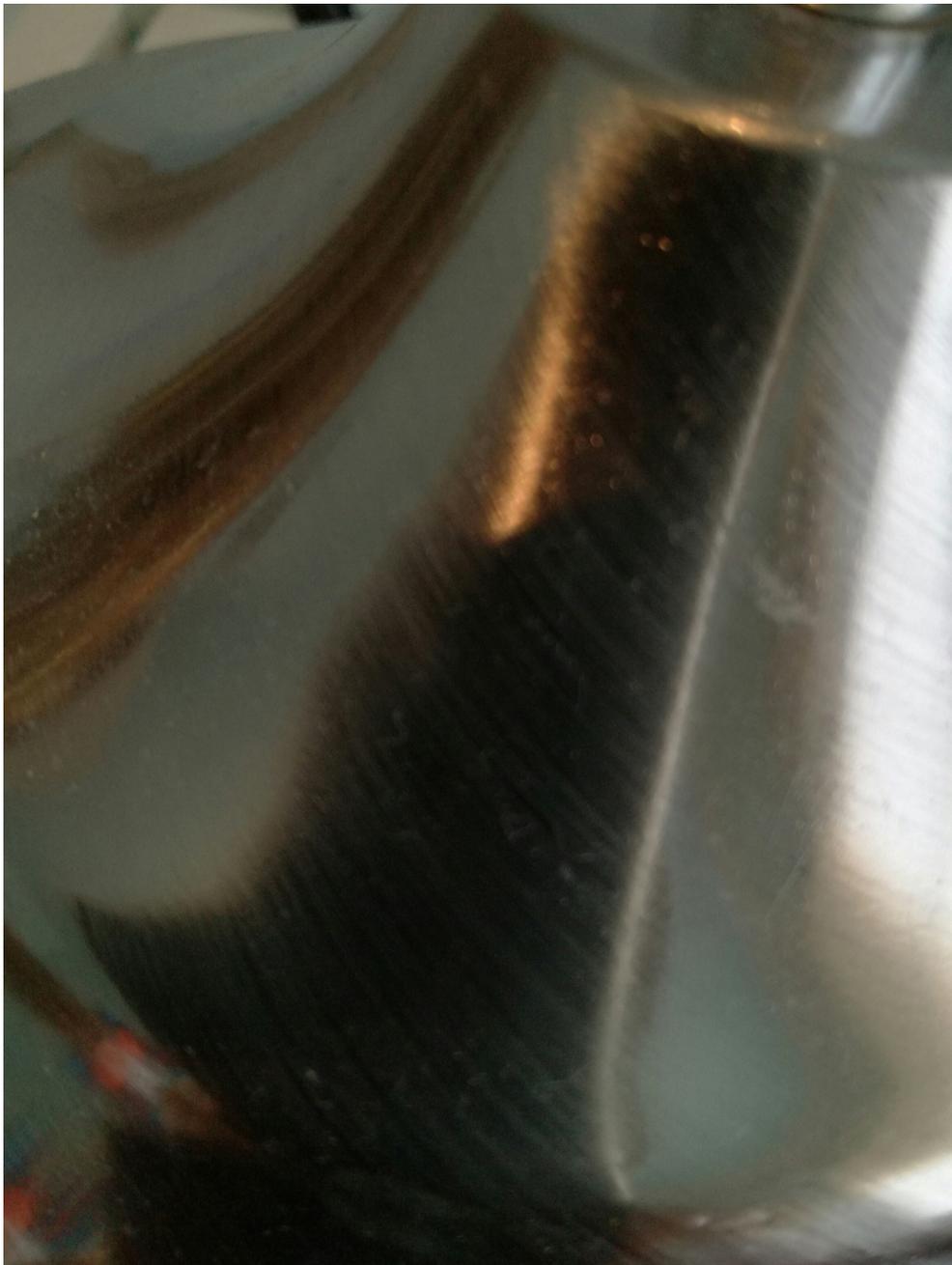
Título: "Resplendor". Obra de Sofia Isabel Gutiérrez Márquez.



Título: “Yesos”. Obra de Sofia Isabel Gutiérrez Márquez.



Sin título. Obra de Sofía Isabel Gutiérrez Márquez.



Sin título. Obra de Sofía Isabel Gutiérrez Márquez.



Título: "Invisibilidad". Obra de Sofia Isabel Gutiérrez Márquez.

3. Conclusión.

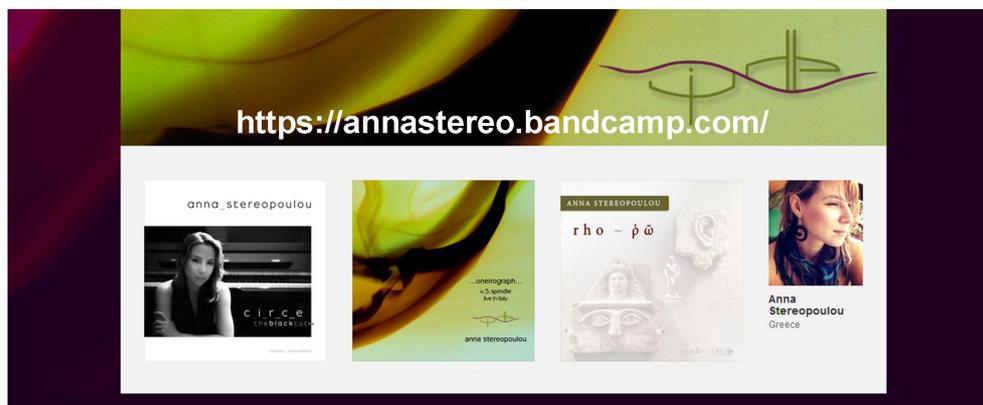
Como conclusión tomaremos palabras de Alberto Domínguez de su libro “Cioran. Manual de Antiayuda”: *“Si la lucidez fuera una operación aritmética, la duda sería su resultado... Ver las cosas como realmente son, en toda su trascendente desnudez, provoca, primero, parálisis: el que despierta se queda anonadado, noqueado por el crochet de derecha y el posterior uppercut que ha recibido de la realidad. Cae al cuadrilátero y, cuando vuelve en sí, todavía aturdido, se siente incapaz de juzgar: ha sido poseído por el escepticismo... Escribe Cioran: «La duda cae sobre nosotros como una calamidad; lejos de elegirla, caemos en ella. Y en vano intentamos deshacernos de ella o eludirla, no nos pierde de vista, pues no es siquiera cierta que caiga sobre nosotros, estaba en nosotros y estábamos predestinados a ella»*”. (1)

4. Referencias bibliográficas.

(1) DOMÍNGUEZ, Alberto (2014) Cioran. Manual de Antiayuda. Barcelona, Editorial Alrevés. Página 37.

5. Referencias en formato electrónico URL.

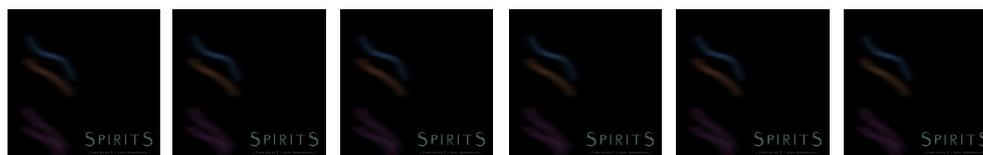
• Texto explicativo: Página web en Bandcamp de Anna Stereopoulou. Disponible en: <https://annastereo.bandcamp.com/> (consulta: 10/09/2017).



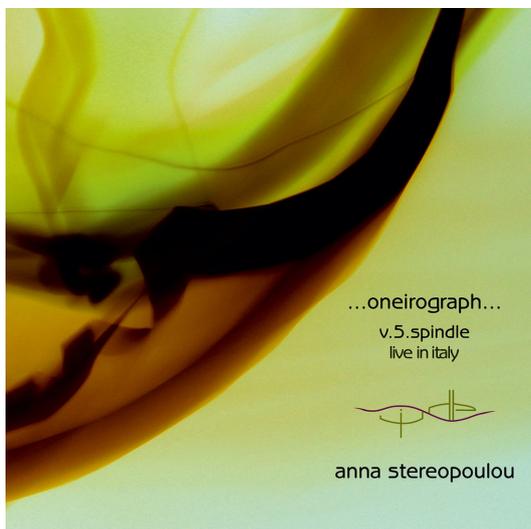
Página web en Bandcamp de Anna Stereopoulou. Clic sobre la imagen.

• Texto explicativo: Página web en Bandcamp del disco “A ∞” de Anna Stereopoulou. Editado por 7MNS Music. Disponible en: <https://sevenmoons.bandcamp.com/album/a-ref-006> (consulta: 10/09/2017).

• Texto explicativo: Página web en Bandcamp del disco “Spirits” de Anna Stereopoulou. Editado por Plus Timbre. Disponible en: <https://plustimbre.bandcamp.com/album/spirits> (consulta: 10/09/2017).



6. Anexo. Discografía de Anna Stereopoulou.



STEREOPOULOU, Anna (2013). "...oneirograph...v.5.spindle: live in italy". Clic sobre la imagen para escuchar la música.

1. Intro A (Time-Tape) 02:30
2. Intro B (Catharsis) 04:03
3. Sleep Gate (The String) 08:02
4. Dream 1 (Wave Fourth - Intro) 01:24
5. Sleep 1 (Aeaea) 08:04
6. Dream 2 (Movings) 04:13
7. Sleep 2 (Pause) 07:00
8. Dream 3 (Saltus Undulatus) 04:23
9. Sleep 3 (Binaural Intro - Heal Me - Binaural Outro) 10:44
10. Dream 4 (Wave Fourth) 04:40
11. Sleep 4 (B4 Planets) 04:23
12. Dream 5 - Awakening (Aurora) 08:34

La música de este disco se puede escuchar en el siguiente enlace:

<https://annastereo.bandcamp.com/album/oneirograph-v-5-spindle-live-in-italy>

Texto explicativo: "...oneirograph... and its 5th version, titled spindle is based on a research by Anna Stereopoulou, on various types of Waves (sound, electromagnetic, brainwaves) and the various phases of Sleep. The waves' presentation is being unfolded through the various phases of Sleep (NREM – REM), starting from the moment we fall asleep, until the awakening /dawn.

...oneirograph... is a project / concept / mentality, which has been inspired in 2007 and is being developed throughout the passage of time, via various dreams and life experiences, through which I attempt to find questions, answers and solutions, in order to understand myself and -hopefully- get evolved as a person and artist.

After the long journey of discovering interesting scientific information about the human brain, I reached the point, where I had the need to express all these through music and sound; I had the need to share my dreams in an artistic way. That was the point when I read about the beautiful use of the "Spindle" and various types of brainwaves. Sleep Spindles, also called sigma waves, are a burst of brain activity, which may represent periods where the brain is inhibiting processing to keep the sleeper in a tranquil state; ...tranquil, but lucid, too! The metaphor of "Spindle" (eternal course of the Spiral), is the main source of inspiration of the whole project: The force, which derives from our own Mind; from our own Soul." Texto disponible en el siguiente enlace:

<https://annastereo.bandcamp.com/album/oneirograph-v-5-spindle-live-in-italy>

Créditos:

- Lyrics written / all music composed, performed and produced by Anna Stereopoulou.
- Live recording by Mattia Biadene and Thomas Di Masi.
- Mixed by Anna Stereopoulou.
- Mastered by Dadoo BigDadoo.
- Album artwork by Anna Stereo (image) & Spiros Train (design).



STEREOPOULOU, Anna (2013). "A ∞". Editado por 7MNS Music. Clic sobre la imagen para escuchar la música.

1. [A0] the well venter 05:54
2. [A1] ray matter 03:08
3. [A2] 71° 10' 21" 07:10
4. [anasynthesis] free voice 04:10
5. [-∞])o++o(06:48
6. [+∞] mer(ure 13:34
7. [alpha tauri] alcyone 11:43

La música de este disco se puede escuchar en el siguiente enlace:

<https://sevenmoons.bandcamp.com/album/a-ref-006>

Texto explicativo:

"About this album:

I saw the circulation of my own dark blood; I saw the coupling of love and the modification of death... I saw your face; and I felt dizzy and wept, for my eyes had seen that secret and conjectured object whose name is common to all men but which no man has looked upon — the unimaginable universe." -- Jorge Luis Borges [1899 – 1986].

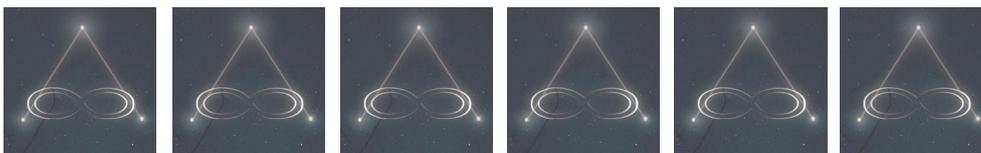
The title of the present album is inspired by the short story "The Aleph", written in 1945 by the Argentine short-story writer, essayist, poet and translator Jorge Luis Borges. The release date for "A ∞" is the same as the Argentine writer's birthday (August 24, 1899 – Buenos Aires, Argentina) and due to this, Anna Stereopoulou wishes to thank him for the constant reminders, to be found throughout his work, of the value and meaning of life.

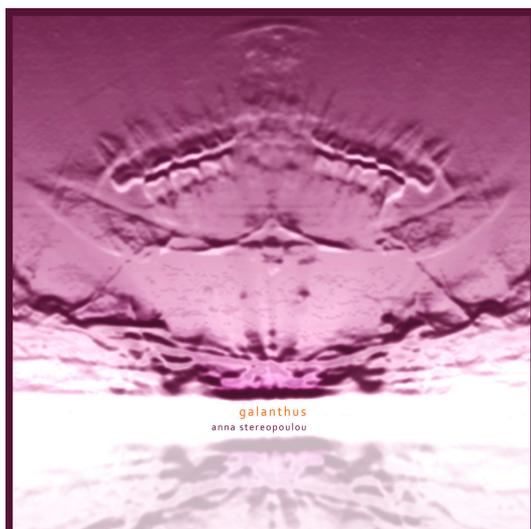
The album consists of music composed during 2012-2013, commissioned for collaborations with various artists worldwide, as well as out of the need to express inner feelings and visions. Although the pieces are based on the composer's main 'voice' and influences (piano, jazz, psychedelic and other elements), the music included explores a diversity of 'sonic scopes' and techniques, reflecting the 'stereoscopic' character of Anna Stereopoulou's work." Texto disponible en el siguiente enlace:

<https://sevenmoons.bandcamp.com/album/a-ref-006>

Créditos:

- All music composed, performed and produced by Anna Stereopoulou.
- Album image by Filio Magenta.
- Album artwork by Francis Etto.





STEREOPOULOU, Anna (2014). "Galanthus".
Clic sobre la imagen para escuchar la música.

1. Galanthus 08:56

La música de este disco se puede escuchar en el siguiente enlace:

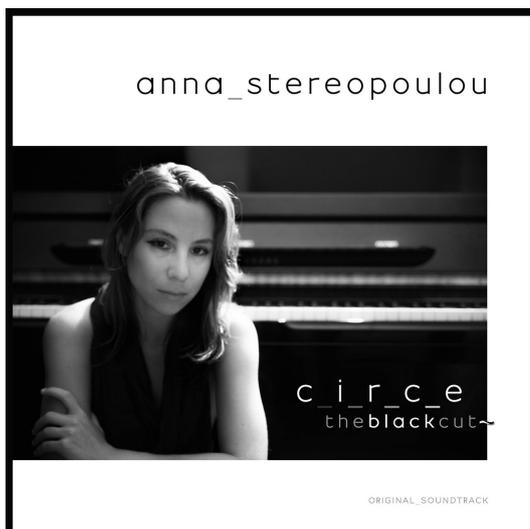
<https://annastereo.bandcamp.com/album/galanthus>

Texto explicativo: *"The music piece «Galanthus» was composed, mixed and mastered by Anna Stereopoulou (April-May 2014), for the MAARBLE «SOUNDS OF SPACE» Musical Composition Contest (2014). The composition consists of various space sounds, "compiled through the Canadian Array for Realtime Investigations of Magnetic Activity (CARISMA) data", offered to all participants. The audio files (in .wav format) are taken from the two available categories (20Hz & 100Hz) and used both "in their original form and in various technically modified forms", such as Modulation, Process (Reverse, Stereo Flip, Pitch Shift, etc.), EQ, various Filters and Effects (Delay, Reverb, etc.). Towards the final section of the piece [07:18 – 07:55 / (08:07)] we listen to the only sound performed and produced by the composer, when the melody -previously created by space sounds- is now performed on Piano, in a retrograde transformation. Galanthus plant is said to have been an antidote against Circe's poisonous drugs (Greek mythology). Mother -planet- Earth; i.e. Nature is the greatest teacher and healer, through close observation and listening of its functions and miracles found within its microcosm and macrocosm, we are invited to Learn. In brief, the composition starts with a Low-Frequency repetitive beat, followed by an introductory 'unlocking' step and two sections of Binaural Beats. The White Sound parts included, guide us to the Melodic Blossom part, triggering the Human (Piano) inspiration to create, imitating Nature and thus, re-offering more inspiration to the Cosmos. The piece ends with the same repetitive beat as in the beginning, this time transposed an octave higher. «Galanthus» showcases Anna Stereopoulou's wish that more Melodic elements are needed to be performed nowadays and in Higher Frequencies. [May 30th, 2014]*

Here there is some more information about the Space Sounds and the Contest, as found on the MAARBLE Outreach project website:

"Planet Earth is a natural source of radio waves, which surround us all the time. Although most of these waves are in the acoustic frequency range, they are not audible by humans. They are electromagnetic waves – not acoustic ones; we would have 'heard' them if we had radio antennas instead of ears. Radio waves can be detected by our ears if we convert them to sound waves, by using a very low frequency (VLF) receiver. A VLF receiver consists of an antenna and a radio amplifier, and it is sensitive to radio waves. After converting electromagnetic (radio) waves into acoustic (sound) waves, with the same frequency, the sounds produced by our planet can be 'heard'. These sounds correspond to several types of radio emissions propagating in the Earth's atmosphere, ionosphere and magnetosphere. The way these waves sound, when played through an audio system, defines their name: sferics, tweeks, whistlers, chorus, and hiss. We also call them 'Earth Songs'.

The MAARBLE contest 'Sounds of Space' musical composition combines scientific and artistic ways of thinking, through the science of Astronomy and the art of Music. It is an original idea to provide scientific information to the public, inviting people to 'feel' the science and to think about art. Composers are invited to take part at the MAARBLE musical contest. The idea is to use the natural sounds of the Earth's magnetosphere in order to compose electroacoustic music. Each composition must be of maximum duration 10 min. ". Texto disponible en el siguiente enlace: <https://annastereo.bandcamp.com/album/galanthus>



STEREOPOULOU, Anna (2015). "C i r c e : the black cut". Clic sobre la imagen para escuchar la música.

1. [A ~] The Port (galanthus main theme) 09:40
2. [E i] Totem 16:40
3. [Eii] Gear 13:46
4. [A φ] The Seabed + the hill 06:16
5. [iiϵ] White Dwarf (the black cut) 12:54
6. [i ϑ] Define Me Not (red giant) 11:29
7. [∞ Å] The Hill + the port (arianrhod's theme) 06:05

La música de este disco se puede escuchar en el siguiente enlace:

<https://annastereo.bandcamp.com/album/c-i-r-c-e-the-black-cut>

Texto explicativo: "*The departure from Aeaëa -Circe's island-, the visit to the Underworld and Thrinacia (island of the sun god Helios), the return to Ithaca and the death of Ulysses, are 'narrated' through ancient world hymns and scripts' excerpts, which worship Mother Nature and archaic deities, and knit a scenario that is later resolved upon arrival to a new Aeaëa, just after the work's Golden Ratio (time-wise), met on 'The Black Cut' section. In the place where we discover our own very first memory; our own Birth; Life itself; the Universe.*

Specialised in the field of Music Composition for Film, Theatre, Dance -recently awarded with the 'Best Original Score' award (9th CIFF, 2014 / 'A Place Called Home' dir.: Maria Douza)- Anna Stereopoulou composed, directing an Audio Film (i.e. Soundtrack), through a special Sound Mixing that offers a psychoacoustic environment and a musical 'review', suggesting a genre she likes describing as Sonic Moving Images". Texto disponible en el siguiente enlace: <https://annastereo.bandcamp.com/album/c-i-r-c-e-the-black-cut>



STEREOPOULOU, Anna (2015). "Nectar 0.165". Clic sobre la imagen para escuchar la música.

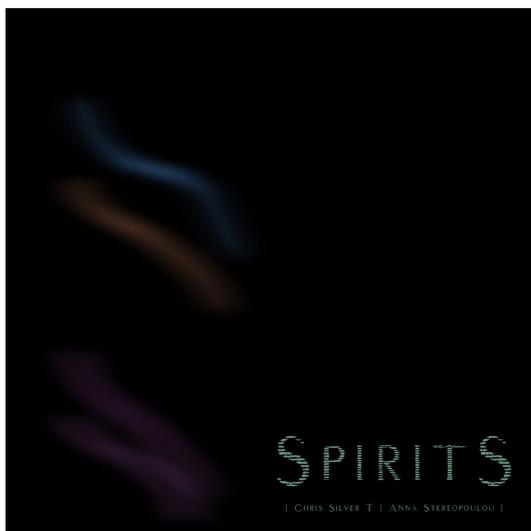
1. Nectar 0.165" 00:00 / 19:57

La música de este disco se puede escuchar en el siguiente enlace:

<https://annastereo.bandcamp.com/album/nectar-0165>

Texto explicativo: "*Nectar 0.165 was composed by Anna Stereopoulou between January – February 2015 and it is a thematic proem of the project and album « c i r c e : the black cut : » (album release: May 30th, 2015).*

The piece represents a scene dreamt by the composer in the past, while a reference to Naiad Nymph Herkyna lies within the title. Nevertheless, many locations, mythological and medieval elements, as well as various music genres have given inspiration to form the present composition." Texto disponible en el siguiente enlace: <https://annastereo.bandcamp.com/album/nectar-0165>



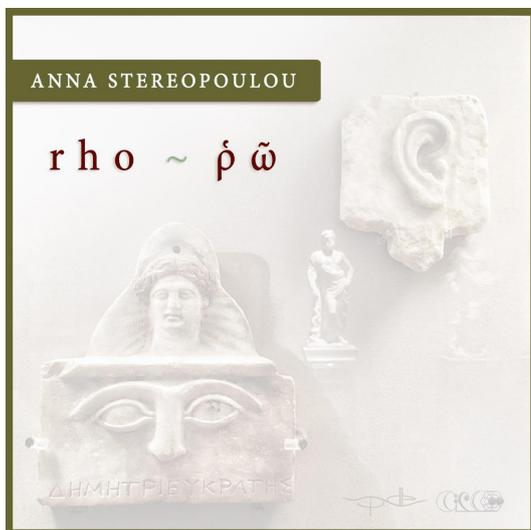
SILVER, Chris y STEREOPOULOU, Anna (2015). "Spirits". Grecia: Plus Timbre. Clic sobre la imagen para escuchar la música.

1. Silver Burns the Stereo Out 08:30
2. Voici le Diable! Non, pas Lui: c'est le vent..? 08:38
3. Spirits 18:38

La música de este disco se puede escuchar en el siguiente enlace:
<https://plustimbre.bandcamp.com/album/spirits>

Texto explicativo: "Spirits came to life after Chris Silver T invited Anna Stereopoulou to a collaboration project on the same titled track of the album. Chris's field recording on the specific composition took place during one of his visits to his hometown; a morning walk to the village, through stone pathways and towards a peaceful area, where spirits can be heard in the air:

The piece was a motive for two more tracks that work as a spontaneous new challenge trying to see the result of two artists working together for the first time. «Silver Burns the Stereo Out» reflects Anna's admiration to Miles Davis's «Miles Runs the Voodoo Down» ('Bitches Brew', 1970), while the title «Voici le Diable! Non, pas Lui: c'est le vent..?» (with the addition of a question mark at the end) is a line taken from a poem written by Erik Satie, found in his composition «Méditation» ('Avant-Dernières Pensées', No.III, 1915). The whole album showcases both artists' attempt to create on a free-form and surrealist basis". Texto disponible en el siguiente enlace:
<https://plustimbre.bandcamp.com/album/spirits>



STEREOPOULOU, Anna (2016). "rho ~ ρῶ". Clic sobre la imagen para escuchar la música.

1. 00:00 / 20:02

La música de este disco se puede escuchar en el siguiente enlace:
<https://annastereo.bandcamp.com/track/rho>

Texto explicativo: "The Audio Booth, for which the present composition was designed, functioned as a simulation of a Womb, while an extra material was requested by the artist, to be added onto the installation. Also, the installation's structure and speakers' set-up, motivated the listener to focus on Feeling (vibrations), rather than just Listening. The Listener /Spectator was invited to listen, either inside or outside the booth, and either standing or seated. The duration of the composition is based on a (repetitive) 20-min Sleep Cycle, whereas its title represents the eternal Flux, heard in the sound of Water traveling to any direction and functioning both as a transmitter and a receiver: Greek liquid consonant letter 'Rho' [/'roʊ/; Greek: ρῶ (polytonic)] enters-and-exits our Ear (German: Ohr). RHO has an ecological, social-cultural and psychoacoustic character and it is inspired by ancient Asclepeions and the healing power of Water and Dream". Texto disponible en el siguiente enlace: <https://annastereo.bandcamp.com/track/rho>