

## **I. EL SUFRIMIENTO HUMANO**

La vida no es fácil, implica riesgos, nos somete a pruebas que desconocemos con anterioridad en las cuales siempre encontramos infinidad de obstáculos, experiencias y situaciones que nos marcan durante nuestro caminar constante, y por ende, nunca estamos preparados para lo imprevisto, pero estas situaciones “inesperadas”, son las que nos hacen con el paso del tiempo, ir tomando nuestro propio camino como individuos, ir forjando nuestra persona y formando nuestra personalidad.

De la forma en la que nos vamos enfrentando a esta vida, que a veces nos resulta tan complicada, depende la fortaleza que tendremos para enfrentar nuestro sufrimiento, que es diferente en cada persona dependiendo de las situaciones que le toquen vivir; dependiendo de nosotros mismos, nuestro carácter nos sacará adelante o nos complicará el encontrar una salida para el sufrimiento que estemos enfrentando.

### **1. ¿Sufrir?**

Vivimos en un mundo de guerras, hambre; pobreza económica, de amor y de espíritu; desigualdad, racismo, odio, envidia, intranquilidad, vicios, violencia, deshonestidad, mentira, desilusión, traición, catástrofes naturales dentro de muchas otras cosas. Todos estos factores intervienen de alguna manera en nuestras vidas dejando cicatrices que muy probablemente ahí se quedarán para siempre, cicatrices de dolor, impotencia, tristeza, amargura, y un gran sufrimiento que prevalece latente sin lugar a dudas transformando nuestras vidas, y a partir de eso surgen interrogantes como ¿Qué sentido tiene la vida? ¿Para qué vivir, si vivir solo duele?

El sufrimiento en general se ha apoderado de nosotros como seres humanos, nos ha tomado de la mano convirtiéndonos en su compañero inseparable, obstaculizando nuestra superación personal, nos impide crecer, nos estanca en la

monotonía, y la mayoría de las veces nos hace sentir que es tan cercano a nosotros, que nos volvemos renuentes a desprendernos de él, nos vuelve frágiles, nos debilita, nos ciega ante las oportunidades que nos brinda la vida e interfiere en nuestra felicidad y estados de ánimo.

El libro “Sociedad de San Pablo”, define al sufrimiento como una manifestación del espíritu, y como la expresión negativa o contraria del amor, entonces no sufrir, es ser feliz o sufrir menos. Es la ausencia del bien como conciencia humana. (63)

Tomando en cuenta la última frase mencionada anteriormente, nos encontramos con que el sufrimiento es inseparable del ser humano. En cualquiera de sus modalidades, pero en algún momento de nuestras vidas lo experimentamos. No es opcional para nadie.

Definitivamente el sufrimiento nos sumerge en sensaciones desagradables que cualquiera de nosotros desearía no experimentar jamás, ya que está relacionado directamente con aspectos y situaciones negativas en nuestra vida. Lo opcional en este caso es, dejarse manipular por este sentimiento, u ocupar las fortalezas que tenemos para vencerlo y así salir adelante; encontrar nuestra propia luz.

El sufrimiento humano es duro desde diferentes perspectivas y consideraciones, por lo tanto es importante hacer una reflexión cada uno como persona sobre éste mismo para encontrarle el sentido que conlleva y analizar de qué manera nos afecta a diario. Debe ser tratado y meditado como un problema que exige preguntas de fondo y respuestas con sentido, no como una mera descripción de lo que es.

“El hombre sufre cuando experimenta algún mal, el sufrimiento es el efecto que esta experiencia causa en nosotros. El mal es la causa del sufrimiento. El

sufrimiento es estar afectado por algún mal, pero no se identifica con el mal, que es objetivo. Es la consecuencia subjetiva que ese mal me causa, por eso para los mismos males hay distintos tipos de sufrimiento según la sensibilidad de las personas que lo padecen. El sufrimiento puede ser activo o pasivo, el activo es el procurado directamente, pasivo (de padecer) es el que procura, pero aun en sufrimiento activo, queda luego pasivo metafísicamente... Psicológicamente la experiencia del mal puede traer abatimiento, tristeza, desilusión, desesperación que es por cierto también una actividad. Pero entonces, ¿qué es el mal?, no se identifica con el sufrimiento pero se interrelaciona.". (Autores católicos, párr. 9)

La reflexión acerca del sufrimiento propio o ajeno es un puente entre estar sufriendo y dejar de sufrir, porque de este manera, al estar consiente del motivo por el cual sufrimos podemos encontrar soluciones, alternativas y herramientas nuevas para aceptarlo y así dejarlo ir en algún momento, neutralizarlo y hacerlo sublime de alguna manera, encontrarle el sentido, asumirlo de una manera creativa y así poder entenderlo positivamente para hacernos mas fuertes y crecer como personas.

Creo firmemente que nosotros sufrimos para salvarnos o para salvar a los demás y es ahí donde nuevamente nos surgen interrogantes como ¿Por qué sufro? ¿Qué he hecho mal para estar sufriendo? ¿Es justo que esté sufriendo? ¿En verdad me lo merezco? ¿Qué de malo hay en mi vida para recibir este castigo? Y después de hacernos todas estas preguntas buscamos consuelo en cualquier parte para disminuir el dolor que sentimos o en el peor de los casos lo tratamos de evadir para sentirnos mejor, pero eso es temporal porque tarde o temprano tendremos que enfrentarlo de alguna u otra forma, ya que ahí sigue y le damos la oportunidad de quedarse a vivir dentro de nosotros.

Berge afirma, “El trabajo que toda creación exige permite una sublimación del sufrimiento banal. Algunos escriben un poema, pintan un cuadro, se sientan al piano o lo reprimen. Entonces esta energía amordazada se vuelve destructora”. (64)

La danza en este caso en particular podría ser como una herramienta para poder interpretar a través de ella un poco del sufrimiento que todos llevamos dentro y así poder transformar nuestra realidad en una manifestación artística.

## **2. Nuestras cadenas**

Existen realidades difíciles en las que como humanos, no encontramos la forma de superar, y además se nos hace muy complicada la manera para expresar ese sufrimiento y como sacarlo de nosotros mismos para poder seguir adelante sin esas trabas retrógradas que nos atan a éste de manera inconsciente.

Creamos nuestras propias cadenas, dejando que de ésta forma, las cicatrices que obtenemos al pasar por una situación en la que sufrimos, se vuelven parte inseparable de nosotros. Nos atan y nos impiden salir intactos de la situación por la que pasamos. Algunas cadenas son lo suficientemente pesadas para desgastarnos, otras son ligeras pero imposible de olvidar.

Como personas, en ocasiones también nos hacemos partícipes del sufrimiento de los demás, sobre todo en el caso de personas con las que tenemos relación de alguna forma, su sufrimiento se vuelve el nuestro y tratamos de ayudarlo a romper esas cadenas con nuestras propias experiencias, pero no siempre obtenemos buenos resultados. Nos encontramos también con situaciones en las que por mas que lo intentamos, no podemos ayudar a alguien, ya que nuestras propias ataduras nos impiden llegar hasta donde aquél que queremos resguardar se encuentra.

Simarro comenta lo siguiente: "...de la reflexión se pase a la compasión y de la compasión en su auténtico y profundo sentido, nos veamos lanzados a la acción, al compromiso y a la entrega para con los que sufren, sea cual sea la causa de su sufrimiento.". (87)

El sufrimiento no es un castigo, es un paso que como seres humanos en algún momento de nuestras vidas tenemos que experimentar, o bien, una consecuencia de nuestros actos o los de alguna otra persona con la que tenemos relación.

¿Podemos evitar el sufrimiento?, éste es inevitable en la vida, pero creo que puede ser medible, que como mencioné anteriormente, depende de nosotros, de nuestra forma de ver y sentir las cosas el grado de malestar que éste puede causar en nosotros y la forma en que nos afecte. Los seres humanos tendemos a ser más negativos que positivos, trabajar en lo positivo puede ser de gran ayuda para cualquiera ante algo que le cause dolor, puede obtener una enseñanza o ver el otro lado de la moneda; el sufrimiento es inevitable, pero es gradual.

Juan Simarro en su libro "Sendas del sufrimiento" menciona lo siguiente: "Toda la tragedia del sufrimiento perdería intensidad, si conociéramos la causa y lo considerásemos solo culpa nuestra. La gran intensidad esta ante la interrogante, ante la pregunta: ¿Por qué a mí?". (14)

Pero de nada sirve lamentarnos por el porqué de las cosas, lo que debemos buscar es un camino tangible o intangible y el rompimiento de esas cadenas para que nos lleve a saciar el alma, el espíritu y la mente, que nos ayude a desprendernos de ese costal tan pesado que llevamos cargando en la espalda, que nos abruma, que no nos permite llegar a la plenitud humana.

Es total y completamente cierto que tanto hombres y mujeres se pueden ver atrapados en situaciones dolorosas y poco agradables, fracasos, traumas que llevan a un sufrimiento atroz desmedido, y aunque la postura es completamente diferente en cualquiera de los casos con respecto al sufrimiento, ese no es el punto a tratar, lo que se busca es simplemente liberar el sufrimiento del cuerpo espiritual, del cuerpo emocional, del cuerpo mental a través de la búsqueda del sentido de éste, y así mismo plasmarlo en un plano espacial y multidimensional en movimiento que es la danza.

### **3. Arde mi piel...**

El título de la obra deriva de una sensación que muchas veces las personas sienten cuando están sufriendo, no siempre de una manera literal más bien es un término ilusorio que hace referencia al dolor que se padece.

Analizando las sensaciones que los bailarines tienen dentro de la obra todos coinciden en que lo sienten todo a flor de piel y cada vez que les pasa por la mente el momento más doloroso que han vivido tienen la sensación de que les arde la piel, ya sea por coraje, por impotencia, por dolor, por angustia, por desesperación entre otras sensaciones, de esta manera, se vuelven más evidentes los sentimientos y así es más fácil la interpretación dentro del escenario.

En lo personal es una sensación que experimento en los momentos difíciles, me arde la piel cuando estoy triste y más aun cuando estoy sufriendo y cuando el dolor se queda atrás siento un alivio y me deja de arder, es como una quemadura, mientras te quemas arde y sigue ardiendo unas horas o a lo mejor unos días y después cuando cicatriza deja de arder y te sientes bien otra vez, el ardor no dura para siempre y así es como encuentro una relación con mi obra, interpretamos el

sufrimiento casi durante toda la obra y tenemos mucho contacto con nuestro propio cuerpo, muchas veces nos tocamos y nos frotamos la piel como si nos estuviera ardiendo pero al final de la obra experimentamos la liberación de este, cuando logramos romper las cadenas que nos quemaban el alma, la piel, el interior..., por lo tanto hay ardor pero después hay alivio.

“Arde mi piel” nos recuerda a todos los que estamos dentro de la obra el dolor vivido y nos ayuda a darle más sentido y profundidad a la interpretación para que en determinado momento sea vea mas real y lo podamos sentir más fácil, además de ser un titulo que tiende a asociarse con algo dramático y esa es una de las principales características de mi obra.