

Galería Rafael Pérez Hernando

Ana Márcia Varela. *Un día en la vida*

24 noviembre 2016 – 21 enero 2017

### Nota de Prensa

¿Qué es lo que nos hace felices? ¿Qué es la felicidad? ¿De qué está hecha? ¿A qué sabe?  
¿A qué huele? ¿De qué color es?

**Un día en la vida** es un camino hacia la búsqueda de respuestas a esas preguntas. No exige un desplazamiento físico muy grande. Más bien todo lo contrario: se trata de un camino de regreso; nos habíamos alejado demasiado. Es el momento de volver.

Tal vez ahora más que antes estamos dejando de ser conscientes de lo que nos rodea. Con la vista en una pantalla (la del ordenador, la del móvil, la de la televisión) nos olvidamos de sentir. Dejamos de ver, de oler, de escuchar; dejamos de sentir incluso nuestro propio cuerpo. Pensamos que la felicidad es algo que está muy lejos, fuera de nuestro alcance, en un horizonte que no pertenece al espacio en el que nos movemos y tampoco al tiempo. Quizá estamos equivocados...

**Un día en la vida** pretende llamar la atención de las personas que creen no ser felices, que sufren; también la de aquellas que proyectan su felicidad en algo que solo pasa por sus vidas de manera muy esporádica. Pretende recuperar los momentos pequeños, las acciones pequeñas, y recordarnos que son fuente de felicidad: beber una taza de té, caminar, sentir el sol, la llegada del invierno, contemplar las flores de un cerezo. O tan solo sentarse, mirar, escuchar. Respirar. La plena conciencia, en su doble faceta (conciencia de la realidad y de uno mismo), puede ser en sí misma fuente de felicidad.

Devolver el valor a todos y cada uno de los actos que forman parte de nuestra vida cotidiana es una manera de creación que, como cualquier otra, requiere talento y trabajo. Es, por tanto, un arte: el arte de la felicidad. En el proceso descubrimos lo que estaba pero habíamos dejado de ver. El resultado de cada acto de creación, de reinención, no es una obra que se exponga en una sala: es un momento de felicidad que podemos disfrutar y podemos ofrecer a otra persona.

**Un día en la vida** se teje sobre paños de cocina, servilletas y manteles, objetos cotidianos, invisibles como tantos otros, mudos, como tantos otros, que ahora nos envían un mensaje: estamos aquí. Hemos de aprender a crear estas sensaciones de alegría y felicidad a cada día.

Ana Márcia Varela, 2016