

## **De la vida a la muerte y vice/verso**

**a través de la espiritualidad y la poesía**

Cuando se pasan los cincuenta, los años se comienzan a vivir sin cuenta, y cuando se aspira a inspirar lo profundo de la vida, lo mismo. Con cuenta se administra el mundo y se gana dinero, sin cuenta se vive lo que la vida tiene de regalo. Crear nuestra propia vida como dios creó el universo es nuestro derecho y nuestra misión. La espiritualidad es el anuncio y el método. Creatividad, espiritualidad y vida son compañeras de viaje. La poesía es una de sus hijas predilectas, o a veces su espíritu santo. La poesía es desde el camino del lenguaje la ventana a las emociones, y es también desde su profundidad existencial la ventana al mundo del espíritu. La creación, la espiritualidad, la poesía y la vida, son ‘lo que es’, y buscan tocar el ser de las cosas. Pero se nos olvida. Y cuando se nos olvida vivir, cuando dejamos de buscar el ser de lo que es, cuando nos trivializamos y rutinizamos, entonces surge, como aliada de la vida, la sagrada muerte. Y vaya si el rostro de la muerte no nos devuelve las ganas de vivir.

Por ello fue una sincronía significativa encontrarme, tras los cincuenta, con el libro de Óscar Hahn “Sin cuenta” poemas (1), donde algunos de sus textos nos acercan tanto a la muerte que nos hacen sentir más vivos que nunca. Tanto interrogan sobre el sinsentido de la vida que la llenan de sentido. Así leemos:

### ***Palabras de un fantasma anterior a su nacimiento***

*Si muero antes de nacer*

*si muero aún antes de haber entrado en un cuerpo*

*suplico no disolverme en la nada  
suplico conservar mi forma  
de fantasma anterior al nacimiento  
y asomarme sin cuerpo al mundo de los nacidos  
a ver qué hacen, cómo viven y qué sienten  
cuando comprenden que sus cuerpos  
un día serán sólo ceniza  
y no sabrán qué hacer ni a dónde ir*

*Entonces*

*yo los recibiré en mi casa y les diré:  
Bienvenidos hermanos fantasmas  
aquí están los espectros de los que aún no han nacido  
sincérense con nosotros  
díganos si valió la pena nacer  
díganos si la vida tuvo algún sentido  
o si ser o no ser da exactamente lo mismo.*

En el epígrafe a su breve libro dice Hahn: “como el universo, también la poesía se expande... pero hacia adentro”, haciendo en ello un contrapunto con la ciencia que hace surgir al universo de un big bang que se expande hacia fuera. Coincidentemente, el maestro espiritual George I. Gurdjieff postula, como lo hace el poeta, al relatar la creación del universo, que éste también es un proceso que se realiza hacia dentro.

Otro poema de Hahn interpela más directamente al lector en su relación con la muerte:

*Reloj de arena*

*Desdichado lector tuya es la mano  
que puso en marcha este reloj de arena:  
las sílabas ya caen grano a grano  
allá abajo palpita tu condena*

*Estas líneas que miras ahora mismo  
son columnas de arena vertical:  
vas con ellas fluyendo hacia el abismo  
vas goteando hacia el fondo del cristal*

*Ay cómo entre los versos te deslizas  
mira cuán bajo has descendido ya  
de peldaño en peldaño viento pisas  
casi vacío el otro vaso está*

*Se te acaba la arena: no hay demora  
Despídete lector: llegó tu hora.*

Este lúdico coqueteo con la muerte me evoca unos pasajes del libro “El camino de la autoasistencia sicológica” (2), de Norberto Levy, cuando relata que cada día vivimos en nuestro interior tantas muertes sin que nos

permitamos vivificarnos en ellas, y cómo por esta evitación vamos convirtiendo en única y enemiga a la última muerte, la muerte de las muertes. Levy propone que si un individuo pudiera experimentar que todas las células de su organismo devinieran autoconscientes -de hecho las células tienen un ciclo vital propio y los glóbulos rojos, por ejemplo, viven ciento veinte días para luego morir- reconoceríamos que en nuestro organismo la vida y la muerte de nuestros componentes es un hecho cotidiano y permanente al interior de nosotros mismos. Se suele hablar de la vida –señala- como opuesta a la muerte, pero es la vida individual la que muere, no La Vida. Muere una particular organización individual. Pero a la vez, una vida individual es el resultado de múltiples ciclos de vidas-muertes de los subsistemas que la constituyen. Entonces, nuestra vida individual tiene a la muerte como su final y su opuesto, pero a la vez nuestra vida tiene a la muerte como su componente cotidiano. Conviven la vida que es negada desde el exterior y desde el tiempo, y la vida que es vivida como ciclos de vida y muerte de su materia interior. Y sin embargo a esa vida la llamamos vida, aunque hay simultáneamente en ella vida-muerte.

No hacemos lo mismo con la respiración, o con el ritmo cardíaco, añade Levy. La respiración describe el ciclo completo, y sus fases son la inspiración y la espiración. En el latido cardíaco, el proceso se descompone en sístole y diástole. Están lingüísticamente distinguidas las fases del ciclo global. La misma confusión de llamar vida al movimiento doble vida-muerte se da con el concepto día, que se ocupa tanto para la fase como para el proceso global de veinticuatro horas que contiene al día y a la noche. Lo mismo también con el hombre, que significa tanto género humano como varón. En nuestro contexto normal, la muerte aparece no como el diástole o la espiración de la vida, sino como el opuesto y el enemigo mortal de la vida. La muerte está en otro lado, y ataca a la vida, así como se piensa siguiendo el mismo modelo que la enfermedad está en otro lado, y ataca a la salud desde fuera. Ahora bien, nuestra percepción y nuestra conciencia no registran como información la ocurrencia cotidiana

de estos nacimientos y muertes de las células en nuestro interior. No existe una función que proporcione esta información”.

## **Mis múltiples muertes: apuntes de introspección**

En mi historia personal creo haber iniciado mi vida sin cuenta a los dieciocho años, cuando decidí que no iba a hacer aquello que se había programado para mí. Salí de lo que en esa época se llamaba “el sistema”. Y comencé a buscar. Al vivir fuera del engranaje, sin sus plazos fatales, la vida y el tiempo se viven de otro modo. La muerte también. La poesía, la psicología y la espiritualidad surgieron para mí como caminos y promesas. Creí en las promesas y seguí los caminos. A lo largo de mis sin cuenta he explorado la galaxia de mis personajes interiores, habitantes insolentes de mi personalidad. Conociéndolos, amigándome con ellos, ayudándolos a conocerse entre ellos. Juntos hemos ido comprendiendo la vida y la muerte. Recojo y escojo antiguos apuntes de introspección, de búsqueda de comprensión y significado, para compartirlos con los que se adentran más allá del libreto. La terapia es poesía, es un acto de creación de uno mismo. La poesía es terapia, fluye en ella la savia más profunda, en sus versos consciente e inconsciente coquetean, se abrazan, se desnudan, se funden, se hacen uno.

“Cuando no hay poesía hay prosa. Prosaica es la culpa, la acusación, la desconfianza, la inseguridad. Aquel que toma la punta del palo del acusador hace al otro culpable. Quien es acusado siente inseguridad. Quien acusa, siente desconfianza del otro. Si el otro es culpable, si no es confiable, me produce inseguridad depender de él. No me culpen. Hay un límite por sobre el cual no puedo cumplir el deseo, la exigencia, y eso no me hace incapaz, o más bien, todos somos incapaces pasado cierto nivel”.

“Temo mucho a la falta de tiempo, porque es mucha la exigencia y no me alcanzará una vida para cumplirla. La angustia me angosta. Pero

también me gusta, me hace sentir vivo ese desafío, esa excitación. Hay que planificar todo bien para no ser atolondrado ni impulsivo, ni olvidarse de nada ni equivocarse”.

“Si me necesitan para algo importante, de vida o muerte, yo estoy ciento por ciento disponible. Aún para hacer todo eso que no me gusta si otros lo necesitan, si son súper importantes para ellos. Entonces soy importante, ayudando a los demás en sus necesidades importantes, en sus episodios de vida o muerte”.

“Muero a mis gustos. Soy estoico. ¿Por qué no se va a justificar que ocupe tiempo y energía dándome gustos?, ¿contra qué atento dándome gustos?, no le hago mal a nadie, no privo a nadie de nada, ¿por qué tiene más valor satisfacer necesidades y gustos de otros?, ¿cómo sé si los demás no llaman necesidades a sus gustos?, ¿a sus deseos? Soy ávido, ansioso, porque siempre estoy carente, no recibo lo que necesito, lo poco que consigo tengo que aprovecharlo bien, no me vayan a quitar lo poco que tengo, en cualquier momento puedo perderlo todo, al final, todo lo bueno es para los demás. No me doy en el gusto porque es un signo de debilidad, una evidencia de necesitar; es un derroche”.

“Que nadie me venga a decir cómo hacer las cosas, yo no me meto en la vida de nadie. Lo único que quiero es vivir tranquilo sin que nadie me moleste, sin tener que andar rindiendo cuenta a nadie. Que cada uno se procure lo suyo. yo no tengo por qué andar preocupándome de los demás. Que cada quien se las rasque con sus propias uñas. No pienso estar disponible todo el tiempo, tengo mis cosas que hacer. No voy a aceptar salir, que sienta mi negativa, mi no disponibilidad a su antojo. Cuando la invito me siento rogándole. Ahora que a tí te dan ganas de verme, ahora sufre, ahora paga, ahora yo te rechazo”.

“No pretendo eludir esfuerzos, sólo aspiro a que tengan sentido, que se justifiquen, que no sean pérdida de tiempo. Tiene que convencerme que no me está exigiendo sólo por exigirme, sólo por molestarme, para probarme, para hacerme rendir. Tiene que convencerme que sabe algo que yo no sé para obedecerla. Yo acepto obedecer siempre que tenga entera confianza en su guía y conceda validez a su exigencia. Si no, no. Sólo lo hago por mi comprensión y convicción de que tiene sentido”.

“Llegará un día mi muerte. ¿Qué me falta para irme con la frente en alto?: dejar de ser tan ambicioso de bienes y fortuna, de éxito y conquistas; no vivir juzgando a los demás y creyéndome superior e intachable; no sentirme en competencia y rivalidad con todo el mundo; no sentir que cargo con la responsabilidad de salvar, ayudar, proteger, a todo el mundo; no pensar que tengo la responsabilidad de que se haga justicia; no considerar que tengo que ser mejor que todo el mundo en todo; no creer que todas mis ideas y descubrimientos son una maravilla que hay que comunicarla cuanto antes al mundo; dejar de necesitar que todos me quieran, acepten y aprecien; dejar de creerme una persona especial”.

“¿Cómo vivir? No entiendo la pregunta. Veamos, ¿materialmente?, puedo. Finalmente creo que puedo. ¿Me puedo morir? Sí, en cualquier momento. ¿Qué dejo por hacer si muero? Tanto, pero lo que viene por delante, no dejo nada pendiente para atrás. Lo que más fuerte y básicamente me mueve en la vida es el sentimiento de inseguridad. Conozco gente, me preparo en distintos campos, analizo posibles negocios, me desarrollo, me conecto, seduzco, complazco, evito afrentar. Y todo ello para tener a quién acudir frente a la eventualidad de quedar en falencia, en carencia, en necesidad, en abandono -económico y afectivo. Esta eventualidad la tengo como un hecho posible y probable, como una amenaza real y vigente. Tengo un doctorado en descubrir la fragilidad, los vacíos, de todas las supuestas razones de la autoridad, de sus verdades. Entonces inconscientemente me planteo: ¿por qué habría de estar libre yo

de estos vacíos y sin razones?, ¿cómo afirmar algo con certeza? Al mismo tiempo, anhelo esa certeza completa para liberarme de esta inseguridad atormentadora”.

Me ha enternecido recuperar estos textos, este reencuentro con mi juventud, mi adolescencia, mi fragilidad pretérita y presente, mi cariñosa y gradual desfragilización. La debo a mi búsqueda. Cada uno es su propio universo. La galaxia de nuestros personajes interiores que se debaten en estas interrogantes existenciales es nuestra zona primera y más visible. Conociéndola y armonizándola esta vida se hace bastante llevadera. Pero, ¿y la otra? De la otra vida sé poco, poquito, nada. Sobre esa otra vida, la del espíritu, tanto desde la mitología católica como desde la promesa de las tradiciones espirituales, mi mayor seducción provino de esa promesa de vivir más allá de la vida sobre la Tierra. Pero cuando la muerte deja de ser tan temida, cuando ya no se cuenta el tiempo y la muerte está tan cerca y tan lejos, ¿cuál es la otra vida a la que uno aspira? ¿Cuál es la creación de uno mismo posible más allá de la creación de la propia vida en esta Tierra? Si viniéramos de vuelta, de la muerte hacia la vida, si el asunto fuera viajar de viejos a bebés, y de ahí a fusionarnos con el universo en un orgasmo; si al momento de morir tuviéramos la mente de un recién nacido y por tanto no nos preguntáramos nada; quizás entonces la muerte y la vida serían un vice/verso, y en esa experiencia de vida sin preguntas sobre la muerte, la muerte dejaría de existir. Y la vida sería eterna.

Cada uno es su propio universo, es cierto, pero hay más allá un universo magnífico e insondable, que nos trasciende. ¿Cuál es para mí la trascendencia posible? Es una pregunta abierta. Uno toca la pregunta y siente esa otra dimensión en brazos de la poesía y de la espiritualidad.

### **Poesía y espiritualidad en la enseñanza sufí**

*Pregunté a un niño que iba con una vela;  
“De dónde viene esa luz?  
Al instante, la apagó.  
“Dime a dónde ha ido y te diré de dónde vino”.*

Este es una estrofa de Hassan de Basra, citado por Idries Shah en su libro Los Sufis, que abre el corazón de la mente a lo misterioso. Por ello quiero compartir con ustedes, a través de algunas citas de este magnífico libro, ese sabor de infinito que podemos tocar con la poesía y la espiritualidad. Nasrudin es el personaje creado por la tradición sufi para poner en su boca la sabiduría popular, que en este caso es sabiduría metafísica o trascendente. Así, en una historia este personaje está buscando en la calle una llave que perdió y un amigo le ayuda. ¿Dónde se te cayó?, le pregunta el amigo. En mi casa, responde Nasrudin. ¿Y por qué la buscas acá? Porque aquí hay luz. Con esto ilustra que no sabemos donde buscar el conocimiento trascendente, dice Shah.

También ironiza en otro relato sobre los falsos místicos que declaran poseer todo tipo de poderes. Un rey le dice que lo hará ahorcar si no da prueba de las percepciones especiales que se le atribuyen. Entonces Nasrudin le dice al rey que se le apareció un pájaro de oro en el cielo y demonios bajo tierra. Pero, ¿cómo puedes verlo?, le pregunta el rey. Miedo, le responde, es cuanto necesito.

Así el sufismo toca los límites de nuestra forma simple de estar y de ver la vida, y nos hace sentir que hay algo más allá. Que administrar la vida es útil, pero no alcanza para aplacar la sed. Lo que el sufismo hace es intentar liberarnos de las garras de quien llama “el Viejo Villano”, que no es otro que el burdo sistema de pensamiento en el que vivimos casi todos.

Nasrudin contaba chistes, lo que provocaba las iras del Viejo Villano. El sufismo vio en el humor una fórmula para escapar del pensamiento burdo, e hizo que sus historias fueran simultáneamente formas de humor, y fuente de significaciones metafísicas que iluminan a la mente, la que en ese momento parece sonreír, como en la historia en que declara que la luna es más útil que el sol, porque alumbría de noche, en tanto el sol alumbría de día, cuando cualquiera puede ver.

El humor es una forma de creación hermanada con la poesía, pues le hace una voltereta a la mente lógica y nos sitúa en un espacio iluminado, incluso cuando nos muestra a través de una historia que los seres humanos, sin búsqueda espiritual, sin tocar lo trascendente, no tenemos nada. La mujer de Nasrudin le dice que escucha ruido de ladrones en la casa, a lo que él le responde: no tenemos nada que puedan robarnos... si tenemos un poco de suerte, tal vez nos dejen algo.

El humor y la poesía son dos poderosas herramientas sufi para despertar al espíritu. “Los sufis postulan que en el seno de la humanidad existe un elemento, activado por el amor, que ofrece los medios de alcanzar la verdadera realidad, llamada significado místico”. Esto está dicho en un poema de Omar Khayyam:

*Cuando la Causa Original determinó mi ser,*

*Me dieron la primera lección de amor.*

*Fue entonces cuando se hizo el fragmento de mi corazón,*

*La Llave del Tesoro de Perlas de significado místico.*

Idries Shah incluye en su libro el poema The Kasidah, escrito hace más de un siglo por el explorador Richard Burton, quien –sostiene Shah– era sufi. De ese poema la siguiente estrofa:

*Todos tenéis razón, todos estáis en un error  
-oímos decir al despreocupado sufi-  
porque cada uno cree que su trémula lámpara  
es la deslumbradora luz del día.*

La poesía y el humor son señales en el camino para que la mente se abra a la existencia de lo trascendente. Pero realizar la trascendencia, eso ya es otra cosa. Afirman los sufis que en ciertos lugares y bajo maestros individuales, aparecen escuelas que se dedican a una actividad destinada a promover la necesidad humana de perfeccionamiento del individuo. Agregan que el verdadero maestro es aquél que sabe cuidar de sus discípulos de modo que el despertar de las sutilezas tenga lugar coincidentemente y de acuerdo con lo que el individuo pueda soportar. Ya lo dice el proverbio: da al niño un caramelo, y será feliz. Dale una gran caja de caramelos, y caerá enfermo.

Advierten así a los buscadores que no buscan a través de un maestro, en una estrofa de Sheikh Saadi:

*Me temo, joh, Nómada!, que no llegarás  
a la Meca, pues el camino que sigues  
conduce al Turkestán.*

Comparto con ustedes estas joyas sufis que nos recuerdan que el otro mundo existe, que en algunos momentos más que en otros ha estado más vivo nuestro impulso a buscarlo. Nos dicen que es difícil, pero no nos resignemos.

Un hombre visitó al maestro sufi Libnani, y dialogaron lo que sigue:

Hombre: Deseo aprender: ¿quieres enseñarme?

Libnani: No creo que sepas cómo aprender

Hombre: ¿Puedes enseñarme a aprender?

Libnani: ¿Puedes aprender cómo dejar que te enseñe?

Así, al final siempre el desafío parece recaer de nuestro lado, por más disposición a la ayuda que exista allá, lista para ofrecerse. Y para estar a la altura del desafío, señalan, no hay mejor amiga que la muerte. Sólo la sensación de su presencia nos dará el impulso necesario para anhelar buscar. Así, cuando creímos ir de la vida a la muerte, descubrimos que es vice/verso, pues es la cara de la muerte la que nos da la fuerza para desear la vida, la vida rica y plena, la que trasciende nuestra condición de muertos-vivos, la de seres dormidos en nuestras pautas rutinarias, tal como lo señalan todas las tradiciones. La muerte no está al final, ya está entre nosotros. Mirémosla a la cara, y tendremos la oportunidad de ganar la vida.