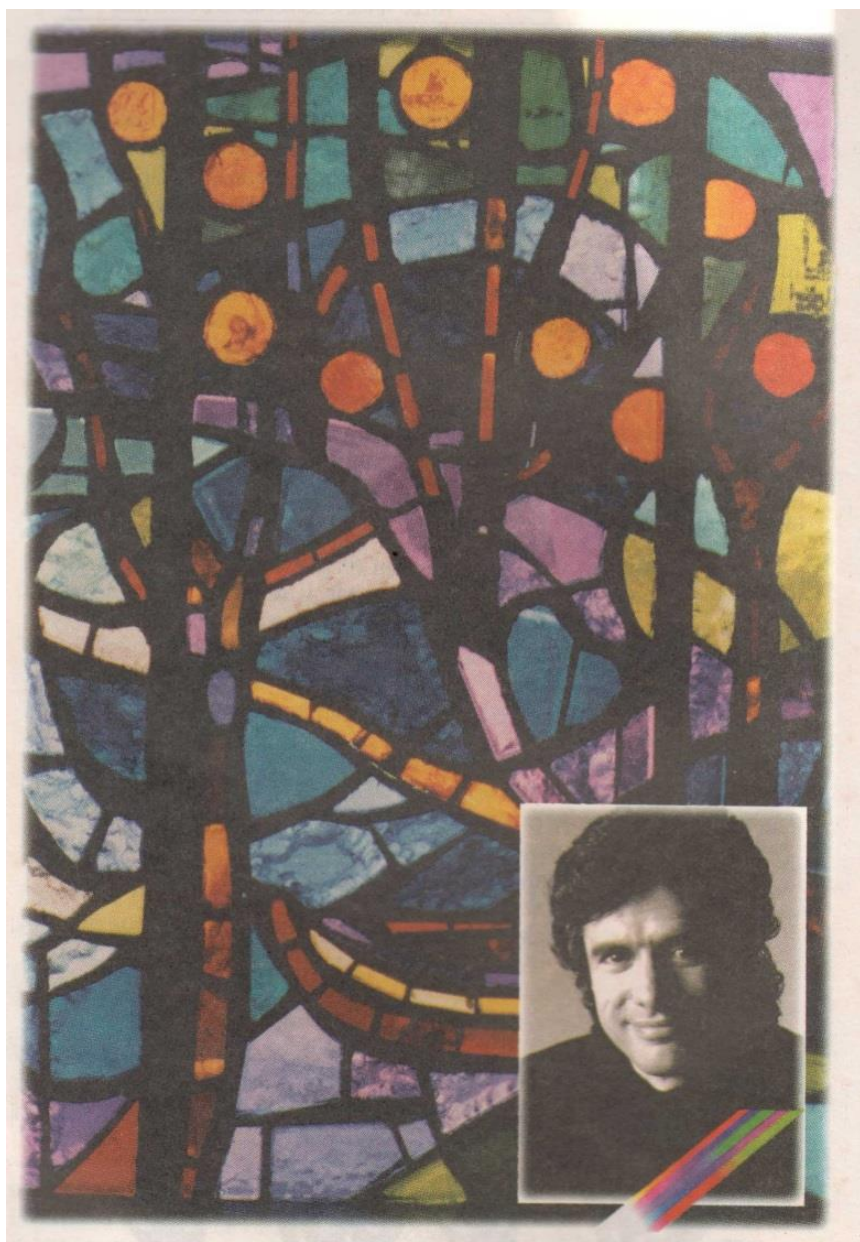




"El jardín de Edeno", vitral de Bernard Herzog.

Guy Corneau

COMO LA NUBE VA, COMO EL AVE CANTA...*

Guy Corneau

Psicoanalista con diploma del Instituto Carl Gustav Jung de Zurich, Guy Corneau es autor del libro "Père manquant, fils manqué" (Ed. De L'Homme, 1989) traducido a ocho idiomas. Su segundo libro a salir, titulado "La guerra de amor" nos relata la pequeña que llevamos contra nuestros padres, nuestras madres, nosotros mismos y nuestra pareja en búsqueda de la felicidad.

De alcance internacional, su obra trata de las preocupaciones cotidianas de miles de hombres y mujeres, sea cual sea su cultura. La dificultad para vivir la intimidad, la fragilidad de la identidad masculina, las relaciones en el seno de la familia, el papel de la enfermedad, representan los grandes temas sobre los cuales dicta conferencias y seminarios en Quebec, Canadá, Europa, Estados Unidos i otras partes del mundo.

En 1992, Guy Corneau fundó la Red de Hombres del Quebec (R.H.Q.) que ahora cuenta con más de 600 miembros: hombres llamados a compartir sus vivencias en pequeños grupos de mutua ayuda, beneficiándose de instrumentos de trabajo para sostener su evolución personal.

RESUMEN: Un ida y vuelta hasta las fronteras de la muerte, a través de la enfermedad, transformó profundamente la vida de Guy Corneau, psicoanalista de Quebec (Canadá). Gracias a esta importante prueba, durante la cual experimentó estados de "doble realidad o realidades interpenetradas", entiende que "el sentido de la vida no se aplica y que la única respuestas válida a esta pregunta es la misma." Hoy día, después de esta experiencia curativa de modificación del estado de conciencia, Guy Corneau afirma "vivir por el placer vivo y crudo de vivir."

*Traducido del francés por Takiwasi. Extraído del libro "Comme un cri de coeur" (Como un grito del corazón). Publicado por Ed. L'Essentiel, Montreal, Canadá, 1992.

Para todos aquellos que sufren por estar vivos

Era una vez en el Medio Oriente un caballero que yendo de pueblo en pueblo de noche, galopando, despertaba a los habitantes de cada aldea para preguntar/es con tono ansioso: "¿Han visto mi caballo?". Nadie se atrevía a responderle que estaba sentado encima ya que era evidente. Era en realidad el único que no se daba cuenta de ello.

Esa anécdota, extraída del repertorio de la sabiduría sufí, expresa la carrera del hombre lanzado a fondo en la búsqueda de sí mismo y del sentido de su vida.

Creo que me he parecido a este caballero durante gran parte de mi vida - y todavía sigo así la mayor parte del tiempo-; pero, gracias a algunos acontecimientos que me obligaron a detener mi carrera, he podido salir de mi entorpecimiento y encontrar respuestas a algunas inquietudes que me atormentaban desde mi infancia. En otras palabras, tuve la suerte de entrever mi caballo en algunas oportunidades.

Los acontecimientos que voy a contar se refieren a una ida y vuelta de las fronteras de la muerte a través de la enfermedad y, aunque se trate de una prueba física y moral cuyo ingrediente fundamental es el sufrimiento, la aflicción se reveló como una bienaventuranza que transformó mi vida. Espero que este testimonio muy personal sabrá animarlos a enfrentar la vida con ganas, como una oportunidad de participar en una aventura prodigiosa.

El descenso a los infiernos

Sufro desde hace numerosos años de una colitis ulcerosa que controlo correctamente sin medicamentos, con una dieta apropiada, la relajación y ejercicios regulares. Al momento de la crisis, vivía sin recaer desde hace tres años. Mi libro "Pere manquant, fils manqué" acababa de ser publicado y tenía un gran éxito, éxito acompañado por una serie de conferencias, entrevistas, giras de promoción y sesiones de firmas. Me alegraba con la idea de mis vacaciones muy próximas. ¡Era olvidar el desgaste de mi montura!

El año anterior, la publicación de mi libro me había agotado. La reescritura del texto, a través de mi práctica cotidiana de psicoanalista, mis cursos y mis talleres de fin de semana, me había obligado a retomar la pluma, de noche, y a veces hasta muy tarde. Quería respetar el plazo fijado por el editor para que mi libro pudiera salir en la primavera. ¡Y salió en la primavera!

Pero luego de esos meses de tensión, mi intestino empieza a manifestarse. Poco importan los medios con los cuales intento detener el acceso que se anuncia; nada es efectivo. Las pérdidas de sangre se vuelven más y más abundantes y la frecuencia de las diarreas aumenta cada día. Del mes de julio a la mitad de agosto, conoceré un verdadero descenso a los infiernos. En el peor momento, soporto de veinte a treinta hemorragias cotidianas, no retengo ningún alimento, no puedo dormir más en la noche y enfleaquezco a la vista. Mi nuevo médico quiere hospitalizarme pero yo, que me fío sólo de las medicinas alternativas, rechazo esa eventualidad. Prefiero jugar mi última carta: el ayuno. En efecto, el ayuno, que ya había experimentado varias veces, me parece la técnica ideal para asegurar un poco de descanso a este intestino en revuelta. Decido entonces defraudar a mi médico que me deja ir expresando sus dudas acerca de mi decisión.

Conocía de reputación una clínica de ayuno en la región donde viven mis padres. Pedí una entrevista al director de la institución. Al momento de presentarme, mi estado de ánimo era muy malo; me sentía exhausto, había perdido siete kilos en cuarenticinco días y tenía miedo de encontrarme demasiado débil para cumplir mi resolución de emprender un ayuno. Cuando le expliqué mi caso y le mencioné mis inquietudes, tuvo una sola respuesta: "¿Tus maletas están listas? ¡Ven, te vamos a curar!". Me puse a sonreír interiormente ante tal seguridad sin mella de este hombre que tenía colocado en sus paredes un impresionante despliegue de certificados y diplomas. Me imaginaba contestar así a uno de mis pacientes luego de sólo algunos minutos de entre-vida. ¡Era pura presunción! Dudaba pero me sentía desesperado, no sabía donde refugiarme. Me presenté a la clínica la mañana siguiente.

Mis maletas estaban listas pero estaba lejos de adivinar para qué tipo de viaje.

Zoom en una nube

De manera opuesta a mis esperanzas, el ayuno no cambió en nada mi condición. Las diarreas disminuyeron hasta diez veces al día, pero en la práctica hubieran debido cesar totalmente ya que no ingería ningún tipo de alimento. Parecía inexplicable. Exámenes ulteriores iban a revelar que el problema de colitis se había duplicado con un problema en la sangre. Mi sangre no coagulaba más, mis plaquetas sanguíneas habían descendido a 8000, era finalmente como un hemofílico; las úlceras no tenían así la menor posibilidad de curarse ya que el proceso de cicatrización requiere de la coagulación de la sangre para realizarse. Un ayuno no hubiera cambiado nada y me hubiese muerto tontamente.

Unos acontecimientos interiores empezaron a manifestarse el séptimo día. Era un viernes muy cálido de mitad de agosto. El patio de la clínica se abría directamente sobre un río donde se había instalado un muelle. Adoro nadar y no podía resistir más a la tentación del agua. Sin embargo, mi estado de cansancio era tal que apenas podía caminar: hasta había tenido que dejar de leer porque las palabras ya no tomaban sentido en mi cabeza. Una simple propaganda televisiva acababa con mi concentración. O sea, mis facultades mentales se apagaban. Me bañé entonces, apenas porque el agua demasiado fría mordisqueaba mi cuerpo y me quitó en unos segundos el poco calor que lo habitaba. Salí del río agotado por sólo algunos movimientos de natación y demoré un largo momento para secarme por encontrarme anquilosado. Subí sobre el muelle, muy cerca, y me eché extenuado en una silla. El cielo era de un azul magnífico y se destacaba una majestuosa nube.

Miraba la nube con admiración, rumiando el tipo de pensamientos obsesivos a los cuales me solía dedicar: "Esta nube, ¿de dónde viene? ¿A dónde va? ¿Por qué existe?". Siempre me sentí atraído por las preguntas sin respuestas. Fue entonces que se produjo un extraño fenómeno. Me encontraba de golpe colisionado con la nube, como si un zoom me hubiese acercado instantáneamente: fui proyectado por un corto momento "en" la nube. Me puse a llorar porque acababa de experimentar la nube. Estaba simplemente colocada aquí, en la existencia, con su belleza y su majestad. Mis preguntas me parecieron estúpidas. Hasta me impedían coger directamente la naturaleza de la nube, estar con ella, reconocer de hecho su similitud de naturaleza conmigo.

Volví a mi cuarto como "abieno". Esa impresión de unidad profunda con la naturaleza que me rodeaba sólo se acentuó en el transcurso de los días siguientes. Más débil me sentía y más me volvía vulnerable, más comulgaba enteramente con los vientos, las lluvias, los truenos. Me volvía la lluvia, el viento, el trueno, sin por ello perder mi identidad.

A la mañana siguiente quise asistir a una conferencia dictada en el pabellón central de la clínica. Pero apenas había caminado algunos pasos me desplomé por la debilidad. Una vez más mi estado me llevó a una profunda desesperanza. Se produjo entonces el segundo fenómeno.

Tenía los ojos abiertos y, aunque consciente, caí en un sueño cuya escena era la realidad misma donde me encontraba. Mis imágenes interiores se superponían a mi realidad diurna. Realidad y fantasía adquirirían así un estatuto equivalente y se fundían en una nueva realidad.

Veía dos maletas echadas en el corredor que bordeaba la clínica. Brillaban con una luz dorada y mi nombre estaba inscrito con letras gruesas sobre una de ellas. Habían sido dejadas allá, sin precaución, como sacos de basura esperando el pase del camión sanitario. Entendí que esas maletas representaban mi vida y que en sí solas contenían todos mis efectos personales. La vida de Guy Corneau llegaba a su fin y pronto los basureros iban a llevarlo todo.

Me levante paulatinamente para ir a sentarme sobre un columpio. Me sentía liviano y libre como el aire. Me encontraba aliviado del peso de la vida, liberado de Guy Corneau. Una felicidad indecible crecía en mí y pensé: "¡Estoy muerto pero feliz!". Estaba en la eternidad, el tiempo no existía mas. Este instante de libertad era tan rico que en sí solo otorgaba un sentido a toda mi vida. ¡Todo valió la pena! La crisis, los sufrimientos, las decepciones, las separaciones, todo. Todo para conocer esos escasos instantes de beatitud.

Toda mi vida había sido un fruto al extremo de una rama que alguien sacude y, repentinamente, me encontraba ligado al tronco por la savia que circula y nutre el árbol entero. El fruto que era había encontrado de nuevo su vínculo al árbol. Entendía que no había muerto sino sólo cambios de estado. Morir significaba volver a la fuente y reconocerse idéntico a todo aquello que vive. No sabía si Guy Corneau era inmortal, pero entendía mediante esta experiencia que era parte de algo inmortal que proseguía su camino a través de él. De golpe ya no era el centro del universo, participaba de esa historia eterna de la naturaleza y de la vida, era parte de un gran todo. Era penetrado por la realidad de que no había espíritu sin materia ni materia sin espíritu. El velo se levantaba. Todo era Uno. Yo, que hasta este día había siempre tenido miedo a los gusanos y a los insectos subterráneos, me veía alegremente comido y transformado por ellos, volviéndome lo que es sólo un aspecto de la aventura de "ello que es", como dicen los budistas.

Comprendía igualmente que lo que éramos o no éramos no tenía ninguna importancia. Santo o descarriado, criminal o moralista, cada

“

Comprendía que lo
que éramos o no
éramos no tenía
ninguna
importancia
Santo o descarriado,
criminal o moralista,
cada uno contribuía
a su manera con
esta terrorífica o
maravillosa
aventura

”

uno contribuía a su manera con esta terrorífica o maravillosa aventura. Éramos tejidos de éxtasis. Nuestra naturaleza, la más íntima, estaba hecha del éxtasis infinito de participar en una creación sin límites. Nuestra naturaleza más pura era semejante a la de un joven niño vibrando, alegre, curioso y maravillado por todo lo que le rodea. Hasta morir carecía de consecuencia porque no era más que otra forma de éxtasis.

Durante este tiempo mi condición no cesaba de deteriorarse. Tenía el aspecto de un individuo desnutrido: grandes ojos sin cuerpo. Aquella tarde, mi hermano, al visitarme, rompió espontáneamente en llanto: me había vuelto irreconocible. Todo el mundo parecía darse cuenta del peligro de la situación, con excepción de mí mismo y del director de la clínica, convencido, creo yo, de la infalibilidad del ayuno.

Cuando mis padres me visitaron la tarde del undécimo día, les hice sentar sobre mi cama, les tomé de la mano y me puse a llorar. Les pedía perdonarme por mi dureza hacia ellos, como por la ingratitud de mi libro. La escena se semejaba al final de un melodrama: hablaba con el aliento corto, sin voz, como Marlon Brando en la película El Padrino.

Luego de haberme tranquilizado en cuanto a la pretendida dureza de mi libro, mis padres se revelaron muy sorprendidos por este discurso que no se explicaban y quisieron conocer el porqué de mi pena. Les contaba que, la víspera, el director de la clínica me había visitado para afirmarme bruscamente, con su voz apagada, que mi volumen era "bueno para botar a la basura" y que no contenía "ni una sola semilla de amor". Me había aconsejado fuertemente no promocionarlo ya que veía allí la fuente de mi enfermedad. Terminó añadiendo que su esposa, una mujer calurosa que yo estimaba mucho, también lo había hojeado y había concluido que "no valía ni m...!" una expresión sorprendente en su boca. Fue el golpe de gracia.

Esa noche, luego de la visita de mis padres, llamé por teléfono a Francine, mi compañera de esa época, y le confíé la tarea de comunicarse con mis pacientes para informarles de mi incapacidad de retomar el trabajo en la fecha prevista. Con vergüenza me di cuenta de que tenía dificultad para recordar sus nombres por mi estado de deterioro. Ello la preocupó mucho y nuestra conversación la dejó muy inquieta.

Abandónate ¡Todo va a ir bien!

La noche del miércoles al jueves me puso frente a unos acontecimientos inolvidables. Me acuerdo muy bien de haberme levantado del asiento del baño, a las tres de la mañana, para verificar de manera rutinaria

la cantidad de sangre perdida y me encontré aterrado por su abundancia. Parándome, asombrado por mi descubrimiento, tuve la sensación física muy nítida de haber alcanzado mis límites, de estar en la frontera de la muerte.

Me acosté de nuevo, agobiado. Esa toma de conciencia me arrancó un grito sin voz y un llanto sin lágrimas. ¿Cómo había podido llegar a tal punto? No podía creerlo. Cerré los ojos y dirigí una oración a Dios, mi último recurso. Le dije "Dios mío, he agotado todos los medios que conocía para curarme. Todos fracasaron, uno tras otro. Abandono, dejo de combatir. ¡Todo está ahora entre tus manos!". La respuesta no se hizo esperar.

Me hundí de nuevo en esta doble realidad donde las visiones se superponen a lo real y adquieren su solidez. Ví mi cuerpo echado sobre la cama, vestido todo de blanco y me hizo pensar en un gran perro muerto. Luego tuve la nítida sensación de tener dos cabezas. Veía una delante de mí, compuesta por varios estratos superpuestos, cada uno representando una capa de preocupaciones. Había la de mis preocupaciones amorosas, la capa de mi carrera y de mis ambiciones así como la de mis inseguridades financieras. Vi esta cabeza borrarse hasta desaparecer en una nada terciopelo negro, como si acabara de apagar el televisor.

Luego, echado de costado, sentí repentinamente una presencia detrás de mi espalda, sentada precisamente a la altura de mi cadera. Por lo que adivinaba, se trataba de un monje de la Edad Media con su sayal. El oscuro color ocre de su túnica, la suavidad y la espesura de la lana me hacían sentir bien. El monje me envolvía con su ropa y recorría con sus manos mi cuerpo, formando con el movimiento de estas un domo de calor agradable que iba de la cima de mi cabeza hasta la punta de mis pies. Su presencia era de una dulzura infinita y al mismo tiempo de una firmeza apaciguadora. Una frase recorría todo mi ser como si se grabara en mí, la veía y la escuchaba al mismo tiempo: "Abandónate. ¡Todo va a ir bien!". Constaté entonces que las manos del monje no eran propiamente manos, sino más bien unos largos dedos emaciados y esqueléticos que eran en realidad filamentos eléctricos, así como sus brazos al interior del sayal.

Volví la cabeza con más audacia con el fin de ver la cara de mi benefactor y vi una máscara negra rayada con trazos geométricos. Me solté. Fue entonces que "caí en Dios"; fue por lo menos la expresión que me vino a la mente.

Tenía la impresión de haber empujado toda mi vida contra una pared y esta pared acababa de ceder de un solo golpe. De la pequeña habitación donde me encontraba, había repentinamente penetrado en

una sala inmensa y completamente alumbrada. Fue un sentimiento de alivio, de amplificación y de sorpresa increíble. En la extremidad de esta sala, había la sonrisa y la mirada de Dios. Entendía, pero sin poder explicarlo, que la única cosa que me retenía en la vida era el amor, las oraciones y las inquietudes de mis prójimos, y me sentía de una manera misteriosa en comunicación con ellos. Me sentía lleno de compasión y gratitud. Acababa en efecto de hacer mis primeros pasos en el camino de las fulguraciones interiores que iba a seguir. Luego me hundí en un sueño de tres horas sin tener que levantarme para ir al baño. ¡Una verdadera bendición! Esas horas fueron de lo más reparadoras y me levanté al alba, recomfortado. A las ocho horas, la enfermera que era de una gentileza ejemplar vino a buscarme para llevarme al hospital para una toma de sangre. En efecto, el médico que venía una vez a la semana a la clínica empezaba a preocuparse por mi estado.

De vuelta al hospital, los acontecimientos se precipitaron, cada uno más enigmático que otro. Era como si mis íntimos, sin concertarse, hubieran decidido sacarme de allá, con o sin mi consentimiento. Entiendo ahora que era probablemente el único obstáculo a la ayuda que tanto necesitaba y que a partir del momento en que me entregué, todo se volvió posible. Entiendo también que necesitaba ir hasta este extremo límite para experimentar el sentimiento de ser amado y de poder amar.

Cuando llegué al hospital encontré a la directora en la entrada. Me explicó brevemente que mi padre había venido a recogerme y que volvería pronto. No quise creerle, y le expliqué que había entrado de buen grado a la clínica, que tenía 38 años y que mi padre no tenía nada que ver con todo eso. Al mismo instante, éste último llegó acompañado por mi madre. No lo podía creer. Me dijo pausadamente, con una firmeza que raras veces me había mostrado: "Guy, ya vi morir a otros hombres y te estás muriendo. ¡Debes salir de la clínica!". Ya que me obstinaba, me dio la espalda y empezó a preparar mis maletas. Increíble: todo seguía girando en torno a esas inocentes maletas. Sospechaba con razón que su plan consistía en llevarme al hospital de Chicoutimi, y me oponía fuertemente a ello. Pero en el transcurso de la discusión, sentí la presencia de la noche anterior manifestarse con mucha claridad y escuché de nuevo en mí: "Abandónate. ¡Todo va a ir bien!". Entendí entonces que 'abandonarme' significaba que mi curación no tomaría el camino de mis ideas prefabricadas.

Para terminar con mis dudas, mi padre dijo entonces algo que me llegó directamente al corazón. Se volteó hacia mí y afirmó sin rodeos: "¿Sabes? Es cierto que no estaba aquí cuando eras joven, pero hoy día aquí estoy y vas a salir de la clínica aunque me lo reproches hasta el fin de mis días". El tono no permitía réplica. Acepté pero le hice prometer no hospitalizarme. La bondad fundamental de mi padre se me

hizo clara aquella mañana y desde ese día me siento regularmente emocionado al contacto de esta bondad. Retrospectivamente, la persona contra quien tanto he rabiado me ha salvado la vida con la clarividencia de su instinto de hombre de los bosques.

Apenas llegué a casa, mi médico de Montreal, generalmente difícil de ubicar, me llamó. Me había visto una sola vez para un examen, le había fallado y estaba ahí al teléfono. Francine le había alertado. Le describí mi situación clínica e inmediatamente me hizo comprender su gravedad. Me hizo entender en términos inequívocos que mi vida corría realmente peligro. Añadió que era el momento o jamás y que si deseaba esperar todavía y seguir otra de mis fantasías, no podría contar más con él.

La naturaleza angelical

La llegada al hospital fue patética. Mi amiga Francine vino a buscarme con una silla de ruedas a la salida del avión que me traía a Montreal. Este viaje me había maltratado enormemente; había pasado la mayoría de los setenta y cinco minutos que dura el vuelo en el asiento del baño. No sabía si iba a aguantar y tenía mucho miedo de desmayarme para nunca más despertar. Sentía amargamente haber insistido para que mi padre se quedara en casa cuando quería acompañarme. El viaje me parecía interminable.

En el pasillo del hospital, el médico no me reconoció ya que me había literalmente derretido durante tres semanas. No perdió ni un minuto. Dos horas más tarde, estaba conectado por ambos brazos a sueros con vitaminas y minerales y cien miligramos de cortisona que se me administró durante diez días por vía intravenosa. Encontré al personal del décimo primer piso del Hospital Saint-Luc de lo más disponible y agradable, pese a una huelga del personal enfermero. Incluso terminé llamando a este lugar: "el décimo primer cielo". Entendí que mis temores en relación con la hospitalización no tenían fundamento. Finalmente me sentía seguro, sabía que no iba a morir.

Además de los cuidados que coordinaba con gran competencia, mi médico iba a revelar una emocionante humanidad. Pasó casi una hora diaria conmigo para hablarme y escucharme. Su apoyo moral no desfalleció y constituyó un elemento innegable de mi vuelta a la salud. Le tuve total confianza y me entregué a sus manos. Por fin no tenía que decidir por mí mismo, con mi pequeña cabeza dura, lo que era bueno para mí.

Pasé los primeros días de esta lenta recuperación en medio de limbos interiores. Mi cuerpo estimulado por las vitaminas y los medicamentos intentaba volver a la vida. Mi cuarto estaba cerrado a toda

intromisión, salvo para algunas personas cercanas así como para Francine y su hija Marylis cuyas visitas me eran de lo más valioso. La cortisona me hundía en una excitación artificial de lo más agradable cuyo marcado efecto se hacía sentir más de día en día.

Fue al alba del cuarto día cuando fui sorprendido por un acontecimiento que iba a ser determinante para el resto de mi vida. Aquella mañana me desperté muy temprano con los primeros rayos del sol. Estaba de nuevo en este lugar de doble realidad o de realidades compenetradas. De nuevo, veía mi cuerpo

echado en la cama del hospital en la misma postura en la cual me encontraba de hecho. Esta vez, veía una barra de hierro negro plantada en mi abdomen, el sitio preciso de mi dolor. Se retiró poco a poco, lentamente, y cuando fue extraída completamente de mi cuerpo, vi surgir del hueco dejado abierto un lindo adolescente de aproximadamente 18 años, con el pelo negro ensortijado, vestido con ropa ancha y liviana. Salí de mi abdomen con una gran
Había sólo el amor y nada más. Esta apertura del corazón modificó profundamente mi relación con la gente que me rodeaba. Veía la bondad y la belleza de todos los seres que me acercaban.
escuché y vi escribirse en mí la siguiente frase: "¡Guy, tu reprimes tu naturaleza angelical!".

“

”

En el cuarto de segundo que siguió, experimenté en un rayo de luz los veinte últimos años de mi vida. No los vi en detalle pero los agarré de raíz. Entendí que hacía veinte años que maltrataba mi propia sensibilidad, veinte años que no seguía mi corazón, mis gustos y mis deseos, veinte años que racionalizaba todo y que actuaba conmigo como el peor de los tiranos. Entendí de un golpe que hacía tiempo que la culpa ya no era más de mi padre, de mi madre ni de nadie en mi entorno: era el único responsable de mi enfermedad y me era revelado de un solo golpe cómo había sido yo su productor.

Se me hacía esa revelación con una infinita dulzura que llevaba todo en su pase, como si alguien se me hubiera acercado con muchas precauciones para susurrarme al oído esas simples preguntas: "Guy, ¿dónde estás? ¿Por qué te maltratas tanto? ¿Por qué no eres feliz? ¿Por qué rechazas tu corazón?".

Me puse a llorar de remordimiento tomando conciencia de la falta de respeto que había tenido hacia mí mismo. Lloraba por haberme maltratado tanto. Finalmente me sentía conmovido por lo que me imponía. Mi corazón estallaba, o, más exactamente, lo que estallaba era el caparazón de plástico rígido que lo envolvía y que impedía que cualquiera lo alcanzase. Amaba por deber, amaba por principio, porque hay que amar. Lloraba por lo menos una hora, emocionado hasta el fondo de mi alma, teniendo finalmente un alma, teniendo un corazón. Y lloré así todos los días del mes que siguió, conmovido por este momento de reencuentro conmigo mismo y con el corazón de la vida. Por fin yo era real.

Esta apertura del corazón sólo se acentuó a lo largo de los días y de las semanas. Me sentía inmerso en una beatitud sin nombre. Un fuego de amor inmenso ardía en mí. Tenía solamente que cerrar los ojos para saciarme, llenarme, abrevarme de este corazón ardiente. Tenía en mí una fuente y sabía que este lugar era eterno, que esa fuente era inagotable. Más aún, sabía que el amor era el tejido mismo de este universo, la identidad común de cada ser y cada cosa. Había sólo el amor y nada más. Esta apertura del corazón modificó profundamente mi relación con la gente que me rodeaba. Veía la bondad y la belleza de todos los seres que se me acercaban. Las enfermeras se abrían a mí espontáneamente. Me decía: "¿Será posible? El mundo es tan diferente y sin embargo no cambió. ¿Dónde estoy cuando no veo toda esa bondad y todo este amor? ¿Dónde estoy? ¿Estaré durmiendo?". Me parecía, por otra parte, de una inconmensurable ironía el hecho de que era en el momento en que me sentía más abatido y sin defensas que la gente se me acercaba sin resistencias.

Sé ahora que el amor es nuestra única falta y que todos y todas corremos detrás del caballo encima del cual estamos sentados. Además, pienso que la verdadera curación de un ser humano consiste en el reconocimiento de su vínculo con el árbol entero de la vida, en el reconocimiento de la unidad indisociable de todo lo que es.

La llave del paraíso

¡Ah! quedar en contacto con la realidad del corazón, jello no es tan simple! La experiencia que acababa de vivir en el hospital me acompañó durante más de cuatro meses. Como una llama que me quemaba el corazón. Hizo brillar todas las realidades con una luz interior de colores ricos e intensos. No terminaba de maravillarme del hecho que los alimentos en mi plato, por ejemplo, poseían su propia luminosidad. Me bastaba detener algunos segundos delante de un árbol para sentir de nuevo circular la energía y verme reintegrado al gran flujo cósmico. Me sorprendía la simplicidad del proceso; se trataba de pro-

ducir un vacío mental y aceptar la realidad exactamente como era. No lo podía creer, había encontrado la llave del paraíso.

Enriquecido por esta experiencia interior, mi vuelta a la salud fue sorprendente. Mis médicos me felicitaban. Respondí de la mejor forma a los tratamientos. La esposa del médico que me atendía por mis problemas de sangre me había preparado para una lucha más larga, pero todo volvió a su normalidad muy rápidamente y luego de dos meses de reposo pude retomar el trabajo.

Pude medir sin embargo muy rápidamente la enorme distancia que separa la vida de convaleciente de la implacable realidad del trabajo. Para vivir hay que levantarse cada mañana, decidir lo que se va hacer en el día, pensar en lo que se va comer, etc. Mi vuelta al trabajo fue entonces de lo más penoso. Me sentí durante varios días como un perro rabioso que quería morder a toda la gente. De nuevo tenía que decir: "yo", "yo" decido eso, "yo" no quiero aquello, "yo" daré tal conferencia dentro de seis meses, "yo" no otorgaré tal entrevista. Me veía volver paulatinamente a mi oscuridad habitual y ello me hacía rabiar.

Una pasión amorosa terminó por hacerme perder los papeles. Su intensidad emotiva y la cantidad de sentimientos contradictorios que provocó me hicieron perder contacto con el centro tan valioso que acababa de tocar en mí. Me acordaba cruelmente de las palabras de un sabio que afirmaba que una experiencia espiritual, por intensa que sea, es sólo una experiencia y no dura. Entonces, en un lapso de apenas seis meses, había vuelto a crear el mismo infierno con un tormento más: ya sabía con certeza que ese estado de amor, de disponibilidad y de comunión con el universo era accesible en todo momento.

Este dilema era más torturante aún por saber que no había nada que hacer para alcanzar ese estado. Se trataba más bien de abrirse y abandonarse, de dejarse moldear por la realidad en lugar de trabajar sobre sí mismo como un loco. Sentía alocarme de nuevo. Mi tirano interior me sometía a un nuevo suplicio: había perdido contacto con la esencia de mi experiencia y sabía que mis esfuerzos para reencontrarla era el mayor obstáculo que podía levantar entre ese estado de abandono y yo.

El verano me sumergió de nuevo en la misma desesperanza que me había llevado a las puertas de la muerte, pero con más virulencia aún. Había abusado de mis fuerzas nuevas; mi cuerpo no había tenido tiempo de recuperarse y por temeridad, creyendo haber entendido de una vez por todas el secreto de la vida, lo había llevado todo el año a un ritmo infernal. Descubrí aquel verano que si el año anterior me había hecho conocer voluptuosidades celestiales, me quedaba por aprender la humildad.

El precio que tuve que pagar por mis excesos fue muy pesado. Empecé a enflaquecer considerablemente y en algunas semanas, a causa de la vuelta de mis pérdidas de sangre, estuve quebrantado. Mi médico quiso hospitalizarme de nuevo, pero me oponía con obstinación. Esta vez, sin embargo, sin ayuda de la cortisona cuyo consumo dejé, y desesperado interiormente, la vuelta a la salud fue más penosa y más lenta. Una severa dieta me fue impuesta durante varios meses. Pasé semanas completas deshecho, con una depresión seca y sin emociones. No quería vivir más, tenía sólo el deseo de morir. Sólo la convicción de que no había ningún lugar donde ir, ya que estamos inmersos en la eternidad, me retenía. Hasta pasé varias semanas huyendo a todo costo de la soledad, por temor a cometer lo irreparable. Entendía perfectamente una afirmación del catecismo de mi infancia que siempre me había parecido oscura, la que decía que el infierno consistía en el hecho de ser privado de la visión de Dios. - Me sentía privado de contacto con el estado de liberación que había conocido y mi pena era perder era sin límite.

Es entonces que una amiga me invitó a una conferencia que dictaba sobre el tema de la meditación y de la oración. Sus primeras palabras despertaron inmediatamente mi voz interior. Entendí que mi manera de concebir el trabajo sobre uno mismo era errónea y que las condiciones que permiten quedar "despierto" debían ser cultivadas. Por paradójico que parezca, debía haber un esfuerzo hacia el abandono de sí mismo y el no-esfuerzo. Para llegar a abandonarse, hay que detenerse y dejar el tiempo necesario para que las aguas interiores se tranquilicen; uno puede entonces ver el fondo aparecer lentamente y ahí anclarse sólidamente.

Retomé entonces la meditación. Cada día intento, aunque sea sólo cinco minutos, romper la agitación diaria y volver a este punto de anclaje donde retomo contacto con esta alegría indecible de vivir, este dulce éxtasis. Puedo entonces retomar de lleno mi actividad sin perder de vista mi caballo, por lo menos durante un rato. La disciplina me exige siempre un esfuerzo pero no conozco más la depresión desde entonces. Además, me di cuenta de que el cuerpo era mi principal

“

**Vivir como lo hacía
persiguiendo un
montón de cosas,
petrificado por el
miedo a perder
una buena
oportunidad o un
acontecimiento
importante, en una
carrera acelerada
para estar en todas
partes a la vez
jese era locura!**

”

obstáculo en la vía de la realización. Me comprometí entonces a abrir-lo poco a poco mediante prácticas regulares de Tai ji quan y ejercicios prolongados de relajación y flexibilidad.

Post mortem

Me veo obligado a constatar que la integración de esa experiencia no es cosa fácil y constituye el trabajo de toda una vida. Si intento medir la distancia que me separa hoy en día de la intensidad de mi experiencia de entonces, diría que el nivel de conciencia del cual hablo tiene mucho que ver con el silencio mental. Cuando uno dice por ejemplo "yo", es el mental, es la cabeza que se expresa; pero en el estado en el cual me encontraba, no había más cabeza, el silencio reinaba en mí, yo no reflexionaba en base a creencias o ideas prefabricadas, mi diálogo interior se había callado. Pienso que es este diálogo constante lo que me impide tener un contacto directo con lo que me rodea. Al momento de esta experiencia, me sentía colocado en la existencia y ello era suficiente. Decía "yo" a partir del vientre o a partir del corazón. Durante los meses siguientes, mi actividad mental reinició pero ya no ocupaba todo el sitio. Hoy día, la meditación se me hizo necesaria porque es un medio de cultivar este silencio interior. Me permite tocar cada día la eternidad de la existencia, sentir que mi identidad real, que la esencia de mi ser pertenece a este estado de inmutabilidad y de permanencia.

En el momento fuerte de mis revelaciones, me pareció también una evidencia que este universo era un gran juego cuya llave era el éxtasis. En resumen, estábamos en la tierra para gozarlo. La mejor cosa que podía hacer era encarnar esta inmensa alegría que es fuente de todo. ¡Pero mucho dista la copa de los labios! Atreverse a ser feliz no es cosa sencilla para mí, es un progreso lento y lleno de obstáculos donde pierdo sin cesar mi camino porque mi mente lo complica todo.

Sin embargo, esta experiencia me dejó una fuerza y una seguridad interiores que nunca conocí anteriormente. Cerca de la muerte, me pareció que, por primera vez en mi vida, me encontraba en el sitio correcto en el momento correcto. Me pareció que por fin tenía una respuesta a las preguntas que me obsesionaron desde mi infancia mientras pasaba horas intentando imaginar lo que ocurre cuando uno muere, o también visualizando el infinito sin perderme en el vértigo y la angustia.

La locura de mi vida se me reveló con una sorprendente nitidez. Vivir como lo hacía, persiguiendo un montón de cosas, petrificado por el miedo a perder una buena oportunidad o un acontecimiento impor-

tante, en una carrera acelerada para estar en todas partes a la vez, jeso era locura! Esta carrera se detuvo al pie de mi cama, en la clínica. Ahí, reducido a la impotencia total, pudiendo apenas caminar, nada me hacía falta, como no le hace falta nada al niño absorto en su juego. El universo estaba contenido en cada pedacito de éste y una simple hoja se volvía objeto de admiración. Había reencontrado el espíritu y la sencillez de la infancia.

Pese a los choques y los errores, puedo decir que cada día encuentro una suave sonrisa y una mirada jovial en el fondo de mí, como un terciopelo sobre mi corazón. Esta mirada me impide tomarme demasiado en serio o creer en la permanencia de cualquier cosa. Ello toma una importancia capital en mi actitud hacia el inevitable sufrimiento. Pienso que intentar evitar sufrir es realmente privarse de una fuente viva de aprendizaje. Es la crisis la que nos

Escribiendo estas líneas, unas palabras de Jesús me llaman la atención: "¡Vendré como un ladrón!". Efectivamente, me doy cuenta de que a no ser que nos saquen nuestras preocupaciones cotidianas, a menos que nuestra salud y hasta nuestra vida sea amenazada, no nos despertamos. Proseguimos nuestra vida de manera automática, comiendo y durmiendo, amando y odiando, llorando y riendo; nacemos y morimos sin conocer la raíz de nuestras obliga a reaccionar y a contestar otra vez a la inevitable pregunta: "¿Por qué existencias. La tierra queda sin cultivo, no está abierta, ninguna reja de arado la desgarrar y el grano no muere para renacer en ella. Dejados a nosotros mismos, llevamos vidas salvajes, felices una hora, infelices la hora siguiente, sin comprender y sin saber por qué.

La reja del arado que abre nuestras vidas y nuestros corazones, que trabaja nuestra materia prima para hacemos aptos para dar frutos, lleva la mayor parte del tiempo el nombre de "sufrimiento". Es la crisis la que nos obliga a reaccionar y a contestar otra vez a la inevitable pregunta: "¿Por qué continuo viviendo?". La palabra "crisis" tiene como etimología el griego krisis que significa oportunidad, decisión. La crisis es una ocasión para el cambio y un momento de decisión que hay que agarrar en el momento correcto. La mejor actitud delante del sufrimiento consiste, según mi opinión, en no rechazarlo cuando viene y en abrazarlo como se abraza una gran felicidad.

“

**Es la crisis la
Que nos
obliga
a reaccionar
y a contestar
otra vez a la
inevitable
pregunta:
“¿por qué
continúo
viviendo?”**

”

Por todo lo que me obliga a hacer, mi enfermedad se volvió un verdadero guía en esa vuelta hacia mí mismo. En lugar de llorar por los límites que me imponía, decidí que constituiría el inicio de una nueva vida. Aprendí a comer de manera diferente, a dar prioridad a mi relación con la naturaleza, y hoy día redescubro mi cuerpo. En este sentido, mi enfermedad es iniciadora, me lleva a iniciar, a comenzar sin cesar un nuevo camino. Me empuja hacia la exploración interior y a otorgar importancia a aquello que ayer todavía despreciaba. Aunque deseo adquirir lo más pronto posible la sabiduría para mantenerme sano, hasta ahora me sirve de barómetro.

“

**Vivo para vivir
¡Ahí está! Vivo
para devolver
una íntima parte
de lo que
recibo.
Vivo el corazón
lleno de gratitud
por poder
participar
en este
inmenso
movimiento de
creación**

”

Además está el corazón, la apertura del corazón. Las palabras me faltan para hablar de eso. ¿Cómo decir que a veces el corazón se abre sin miedo y acoge un mudo éxtasis, cómo decir que después de semejante, y que no hay deseo más ardiente que el intentar aliviarlo un poco? No se trata de alturismo, no se trata de principios a respetar, no se trata de sacrificarse por los demás, se trata más bien de la conciencia de compartir el mismo viaje. ¡Todo me alcanza! De la mano extendida gratuitamente hacia mí cuando necesito ayuda, hasta la ayuda que se me reclama.

Me siento lleno de gratitud hacia la buena fortuna de mi vida. Me siento feliz de tener la suerte de comer cada día, me siento contento de los amigos que tengo, contento de poder conocer el éxito, consciente de que no es así para todos, ni de lejos. Hay todavía tanta

hambre, tanta violencia, tanto sufrimiento y tanta injusticia. Agradecido, me doy cuenta más y más que todo me ha sido dado sin que no tenga nada que ver, a partir del primer don, la vida misma, hasta el último, la conciencia de vivir.

Me considero lejos de haber arreglado todos mis problemas, pero lo que me parece más importante es llegar a reconciliarse con la propia imperfección y la imperfección fundamental de este universo. La única cosa perfecta aquí abajo, es la imperfección. Vivimos, por decirlo así, en una perfecta imperfección que constituye la esencia misma

del proceso vital. Es precisamente porque hay irremediamente ese algoito que no funciona que quedamos en movimiento, buscando inconscientemente lograr el equilibrio. Es porque la aventura nunca termina que vale la pena empezar de nuevo.

Vivir en una realidad infinita significa precisamente que no acabó. Siento entonces menos la necesidad de ser perfecto o de que los demás lo sean. Hago lo mejor que puedo por placer, sabiendo que cada gesto conlleva una sombra, hasta la mejor de nuestras acciones. Amar lo que nos rodea, reconciliarse con el hecho de ser humano, amar hasta nuestra imperfección, poder testimoniar de la belleza del planeta azul, esas son las tareas que me parecen más urgentes en este fin de siglo.

¿Por qué vivo? Vivo como la nube y el ave canta. Me imagino al pájaro cantando con júbilo al amanecer por el hecho de estar vivo, mezclando espontáneamente su voz a la de toda la creación, participando así en la creación del universo. El pájaro se olvida de sí mismo en su canto, no se pregunta si su canto es bello: ¿sabrá acaso que canta? Creo que de la misma manera la felicidad crece en nosotros durante esos momentos de olvido de uno mismo. El canto de nuestra alma coge entonces vuelo, a gusto, frágil y fuerte a la vez, perfectamente en armonía, llenando nuestra copa al ras.

Sé que el sentido de la vida no se explica, que la única respuesta válida a la interrogante es la vida misma. El corazón puede contener la cabeza pero la cabeza no puede comprender el corazón. Vivo para vivir. ¡Ahí está! Vivo para devolver una ínfima parte de lo que recibo. Vivo el corazón lleno de gratitud por poder participar en este inmenso movimiento de creación. Vivo deslumbrado por tener la suerte de estar presente en el misterio. Cada día, veo el milagro ordinario repetirse delante de mis ojos.

Vivo porque hay sol hoy día y lloverá mañana. Vivo porque, cada verano, las calles del centro de Montreal resuenan durante diez días con la música del Festival de jazz, y porque es bueno darse cuenta de que se pueden hacer otras cosas que la guerra. Vivo para comer, para hacer el amor, para tener hambre, para estar desesperado hasta querer suicidarme y vivo para poder renacer. Vivo por el placer vivo y crudo de vivir. Vivo para ver lo que viene. Vivo para intentar, a mi medida, dar una voz simple y verdadera al amor que nos habita a todos y que nos espera sin cesar.

Aquí me detengo ya que mi caballo está cansado de galopar y me arriesgo a perderlo en medio de las palabras. ¿Quién quiere de veras pasar el resto de su existencia corriendo de aldea en aldea buscando su montura?