



El Aleph Editores

Gaspar Hernández



El silencio



Gaspar Hernández

El silencio



El Aleph Editores

© Gaspar Hernández, 2009

Primera edición: mayo de 2010
Primera edición en este formato: enero de 2010

© de esta edición: El Aleph Editores, S. A.
Peu de la Creu, 4, 08001 Barcelona
correu@grup62.com
www.grup62.com
info@elalepheditores.com
www.elalepheditores.com

ISBN: 978-84-7669-894-5

Reservados todos los derechos

No se permite la reproducción total o parcial de este libro ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos sin el permiso previo y por escrito de los titulares del copyright. La infracción de estos derechos puede ser constitutiva de un delito contra la propiedad intelectual. (Arts. 270 y siguientes del Código Penal).

*A mis padres Paquita y Gaspar.
A Verónica.*

*La vida es efímera,
pero sus días pueden ser inmortales.*

PÍNDARO

Esta es la noche más inquietante, porque estás profundamente dormida, bajo los efectos de un somnífero, y tengo que hablarte hasta que entre por la ventana la luz clara y limpia de la isla. Serás mi oyente dormida. No hay peligro de que despiertes, el de hoy ha sido el primer somnífero de tu vida, así que voy a hablarte en voz alta. Sí, voy a intentar sacar la voz de la radio, alta y calmada, pero de momento te pido disculpas: estoy nervioso. A medida que avanza la noche espero estar a la altura de las circunstancias y lograr esa voz con la que debería transmitir, me dijiste, una vibración especial. Me pareció entender que te referías a la vibración que debe tener la voz cuando nos dirigimos a las plantas —disculpa la comparación— y con el tiempo crecen más esplendorosas. Esta semana he sabido que un investigador de tu país asevera que las palabras modifican la estructura molecular del agua, o sea, nuestra estructura molecular, puesto que somos básicamente agua, igual que las plantas. Tú crees que las palabras y las vibraciones te pueden curar, y yo lo respeto; pero tu médico se echaría las manos a la cabeza si supiera que su paciente, enferma de cáncer, pretende curarse de esta manera tan extravagante, y en sólo una noche. Por fin esa noche ha llegado, y me tiembla la voz.

Me sorprende tu respiración: estaba acostumbrado a oír en ti una respiración precisa, muy sonora, amplificadas por el cuello, por la glotis que forzabas durante las clases para que yo siguiera, como una pauta, la entrada y la salida del aire. Tu respiración ahora, en cambio, va y viene ajena a la voluntad y parece utilizar tu cuerpo para transitar por él, como a través de una caña. Pausas limpias entre la inspiración y la espiración: intento focalizar la atención en esta pausa breve, en el instante fugaz en el que la inhalación y la exhalación confluyen, pero mis pensamientos circulan en otra dirección. Hace medio año me enseñaste que los pensamientos no se pueden controlar, que sólo podemos dejarlos desfilarse, como si fueran nubes. Lo explicaste entre risas, como siempre; cuando reímos somos felices porque no pensamos. Yo creo, Umiko, que tienes un auténtico talento para la felicidad. *Felicidad*, una palabra azucarada y merengosa, aunque incluso los científicos la utilizan: científicos de la Universidad de Wisconsin han concluido que un biólogo molecular francés de unos sesenta años, que hace treinta abandonó la ciencia para abrazar el budismo, es «el hombre más feliz del planeta». Hace años que investigan su cerebro, sometiéndolo a resonancias magnéticas de hasta tres horas de duración, conectándole, si mal no recuerdo, hasta ²⁶⁵ sensores para medir los

niveles de irritabilidad, enojo, placer o satisfacción. Después de comparar los resultados con los de otros centenares de voluntarios, resulta que este monje budista francés ha desbordado todas las previsiones: su cerebro, de gran plasticidad, tiene una facilidad colosal para alejar los pensamientos negativos y concentrarse en los positivos. Un cerebro entrenado, como si fuera un músculo, para suprimir sentimientos que creíamos inherentes a la condición humana. Estoy convencido, querida Umiko, de que ahora mismo, y a pesar de la enfermedad, conseguirías unos resultados parecidos. De hecho, cuando te conocí, tuve la impresión de que, pese a ser joven y bella, tenías algo de monja budista (aunque ¿dónde está escrito que las monjas budistas no puedan ser atractivas?). Quién iba a decir que tu cerebro tan bien adiestrado enfermaría gravemente. Después de la primera resonancia magnética, el médico te comunicó que tu expectativa de vida era de unos dos meses. Ya han pasado siete semanas.

Te hablo con un escrúpulo de pudor, me da vergüenza mirarte. Como puedes comprobar sigo tus enseñanzas y me fijo en las sensaciones que me asaltan. También me enseñaste a volver al presente siempre que la cabeza se me fuera al pasado o al futuro o se dedicara a hacer conjeturas. El presente de tu casita blanca, de la ventana entreabierta, con el sonido del viento oscuro silbando afuera, las olas rompiendo contra los acantilados. El presente del olor a incienso, la lámpara de papel blanco de arroz, el termo de té verde por si me invade el sueño. Cuando entré en la habitación ya dormías (he tropezado con el tatami y ni te has inmutado), y cuando me vaya continuarás profundamente dormida. Llegará un momento en que amanecerá y oiré el chasquido de alguna moto volviendo del cabo de Barbaría, la isla infestada de ciclomotores, y entonces me pondré los zapatos, me iré sin hacer ruido, cogeré el primer barco hacia Ibiza y después un avión a Barcelona, soñoliento, incapaz de distinguir la noche de la vigilia, porque no habré dormido ni cinco minutos. Ni quiero ni puedo dormir, estoy como un médico el día de su estreno, tengo que cumplir una tarea sumamente importante. Tu amiga Pema me ha advertido esta tarde: «Es un ejercicio crucial. ¿Estás preparado?» La he observado sin atreverme a decir nada. Debo de haber estado, más o menos, un minuto absorto en la ventana, la mirada perdida en las olas finas del mar; incluso he estado a punto de mordirme las uñas (yo, que no me las muerdo desde que era pequeño). «¿Estás nervioso, quizás?» Sí, estaba nervioso, querida Umiko; estaba nervioso y aún lo estoy; lo quieras o no, me encuentro sometido a

una gran presión. «No te sientas presionado», me ha dicho tu amiga con ese aire suyo tan atolondrado, «pero has de saber que hace una semana que estamos diseñando con pelos y señales el ejercicio clave de esta noche, que seguro harás a la perfección. Eres la persona ideal. Eres un especialista de la voz. Sabrás crear la vibración adecuada. Por eso te hemos escogido. Y por otra razón de índole personal, que ahora no viene al caso.» Y entonces no me he atrevido a responderle, querida Umiko, que quizás se trataba de un malentendido, que si bien es cierto que me gano la vida gracias a mi voz, también es cierto que soy una persona normal (aunque el calificativo de «normal» no sé muy bien qué significa), y que no tengo nada de esotérico, a diferencia de ella. Me ha preguntado: «¿Necesitas algo para la voz?» «¿Qué quieres decir?» «Si necesitas beber algo caliente para la garganta o hacer algún ejercicio de preparación.» He contestado que no, gracias; solamente necesitaba tiempo para ordenar mis ideas. Y puesto que finalmente no he podido disponer de ese tiempo —sólo he tenido un rato para preparar alguno de los aspectos que quiero enfatizar durante esta noche y madrugada—, siento decirte, querida Umiko, que tendré que ordenarme las ideas a medida que vaya hablando. O sea, que voy a hacerte una retransmisión en directo de mis pensamientos. Tendré que explicarte, así, muchas cosas que ya sabes. Espero que no me lo tengas en cuenta. Necesito entender, a medida que avance la noche, por qué estoy aquí, por qué estás profundamente dormida, qué sentido tiene exactamente que yo te esté hablando seis o siete horas. Esto, hablarte, es la primera parte del ejercicio. De la segunda parte, la que Pema ha llamado «el acto de clausura de la noche», prefiero no decir nada todavía: me estremezco con sólo pensar.

No debe de hacer mucho que te has tumbado en el futón; antes de entrar he ido al baño, he notado húmeda la toalla y las velas que rodeaban la bañera estaban tibias, unas velas que confieren al baño una atmósfera monástica, a pesar del olor a limón y el verde de la cera. Me parece que el olor a limón estimula el equilibrio físico y mental, y que el verde corresponde al cuarto chacra, el del corazón, el órgano que marca el ritmo de la vida y el único que no contrae cáncer. Las paredes blancas y desnudas de la casa tienen un aire de austeridad provisional. Igual que las manchas de corrosión en el mercurio del espejo del recibidor, los trastos de cocina, atados con cordeles a una escalera, o la chimenea con una escobilla condenada a tener una existencia sombría, porque me admitirás que es

difícil —me duele decirlo—, es difícil que llegues hasta el invierno. A pesar de todo, a simple vista no pareces una enferma de cáncer devastada. Suena fatal, eso de «devastada», pero así hablan los médicos (sí, ya sé que los médicos no son garantía de nada); o no, estoy equivocado, ellos se refieren a ti como una enferma desahuciada. Si tu médico de Ibiza te viera ahora mismo quizá dudaría del diagnóstico; no, para él sólo cuentan las resonancias magnéticas. Sigue dándome vergüenza observarte, querida Umiko. Qué pinta más cómica, yo sentado en la silla, mirándote de reojo. Sí, somos amigos, pero nunca habíamos estado solos en una habitación, y mucho menos de noche, y mucho menos en tu casa mientras duermes. De hecho, nuestra amistad siempre ha mantenido una cierta distancia, una distancia elegante y sobria de contención en los gestos y las palabras, de respeto por el espacio y el tiempo del otro, no sé si por tus raíces japonesas, o porque empezamos siendo profesora y alumno. Aunque de esto hace medio año, así que tampoco se puede decir que la nuestra sea una amistad consolidada, o quizás ni se puede llamar amistad, ya que después del curso sólo nos hemos visto un par de veces en Barcelona, cuando hemos quedado para comer o tomar un té y hemos acabado hablando de mis prácticas meditativas, de la posición del loto que me continúa torturando si la mantengo horas; son demasiados años acostumbrado a la silla. Por cierto, esta silla me va muy bien; supongo que querías que empezara hablándote desde aquí. No se me hace extraño hablar para una oyente que no me mira, al fin y al cabo me gano la vida más o menos así, pero me cuesta aceptar que estás dormida y que yo esté invadiendo tu intimidad, aunque sea con tu consentimiento. Y, sobre todo, me cuesta aceptar que tu cerebro tan bien adiestrado haya enfermado gravemente; siento lástima, la siento literalmente en el pecho, en forma de opresión. Voy a desviar la atención, me fijaré en otra cosa, en el olor a incienso. El olor áspero a incienso ya empieza a saturar el aire de la estancia (por suerte la ventana está entreabierta). Incienso Nag Champa, fabricado en Bangalore, un clásico. Nag Champa, me dijiste, es el nombre de un árbol tropical asiático, con una flor anaranjada y un pétalo superior que parece la capucha de una cobra. Tú veías esta flor en Japón cada mañana al despertarte, durante el retiro de un año y medio que hiciste en aquel monasterio zen antes de llegar a Formentera. Debería vencer el pudor y observarte. Es un escrúpulo de pudor semejante al que he tenido esta mañana en la playa, cuando estaba haciendo tiempo para quedar con tu

amiga Pema, aunque entonces no sabía que se llamaba Pema, ni que vendría en tu lugar a darme las instrucciones para esta noche, junto con el diario de cubiertas negras del que leeré algunos fragmentos durante la noche. Bueno, pues eso, me sentía relajado, en la playa, pese a la incertidumbre. El viaje ha sido muy agradable, con el cielo bajo, la lluvia, el repiquetear de las gotas sobre la madera del barco, las pequeñas burbujas en el agua. Aquí no llovía, desde el barco se divisaba la isla bajo un cielo azul claro, con los matojos, las aliagas y las sabinas de corteza cenicienta sobre las colinas pedregosas (qué isla tan árida y rocosa). Me estoy desviando del escrúpulo de pudor: estaba tumbado en la arena, solo en la cala, medio dormido por la pesadez del aire, leyendo el libro de las meditaciones de Tulku Thondup que quería regalarte, cuando ha aparecido una chica. Estaba leyendo que según Thondup cuando enfermamos tenemos que observar mentalmente nuestra frente, entre las cejas, y fijarnos en una célula de luz de entre las miles de millones, y entonces, con la imaginación, penetrar en esa célula como si entrásemos en nuestra habitación, recorrerla y notar que no solamente es tan inmensa como el espacio exterior, sino que está llena de energías sanadoras —estaba leyendo este fragmento del libro de Thondup cuando ha llegado una chica y ha empezado a desvestirse. Thondup, por cierto, escribe que el enfermo no debe obsesionarse nunca con las expectativas sobre lo que tendría que pasar después de la meditación, que el hecho de aferrarse a los resultados termina convirtiéndose en un torniquete que constriñe las energías físicas y mentales, de modo que si estamos enfermos y utilizamos la meditación para sanar no deberíamos imponernos límites mentales en el tiempo, como por ejemplo pensar «tendría que curarme en tal o cual fecha». Al contrario de lo que tú pretendes, Umiko. Tú quieres curarte esta noche. Aunque, claro está, existe un matiz inteligente en tus intenciones: no crees que la curación esté del todo en tus manos, cosa que te estresaría, ni piensas que nada depende de ti, lo que te sumiría en la impotencia. La chica que ha llegado a pocos metros de donde yo estaba ha dejado los bártulos y el casco en la arena, ha lanzado al aire las chanclas, se ha desecho de la camiseta, del sujetador del biquini, de los pantalones verde militar, que se ha ido quitando con parsimonia, y ha sido entonces, viendo la morosidad sinuosa con que iba enseñando sus formas bien hechas y la parte inferior del biquini, que también se ha sacado, dejando entrever el tatuaje inguinal de un pez, ha sido entonces cuando me he preguntado si era moralmente lícito

observar aquel estriptís involuntario, y he sentido pudor, igual que ahora. La chica debía ser consciente de que mis ojos ociosos la podían estar observando (entre Thondup y la chica, los ojos se han quedado con la chica), por mucho que en Formentera el nudismo esté a la orden del día, si bien es cierto que aquella no era una playa nudista. Enseguida he devuelto la mirada al mar, como esperando alguna clase de indicación. Pero después del reciente golpe de levante el mar estaba liso, impávidamente azul, de una indiferencia total. Cuando he entrado en la habitación, al verte así, mi memoria emocional ha conectado con la sensación de esta mañana. Me ha costado entenderte. No me ha sorprendido que durmieras boca arriba, los labios entreabiertos, un brazo apoyado en la almohada, en una postura risueña, la misma que debes adoptar en la playa tomando el sol, con la axila al descubierto, bien depilada, a pesar que en esta isla siguen de moda las axilas selváticas, probablemente porque aún quedan muchos neohippies que han venido desde la otra punta del mundo para reencontrarse consigo mismos (o quizá no tienes la axila bien depilada, quizá no tengas vello). En cualquier caso, duermes totalmente desnuda. Tú no tienes ningún tipo de pudor —claro que en tu estado lo último que se debe tener es pudor— a la hora de mostrar el cuerpo terso, la piel blanca, de una blancura de leche condensada, y unos pechos de dulce turgencia que a cualquier espectador casual le parecerían morbosos. En cierto modo, yo soy un espectador casual. Cuando he querido cubrirte, no he encontrado ninguna sábana en toda la habitación.

En cuanto a tu propósito me gustaría que supieras que he venido sin el escepticismo que me invadía hace una semana. He venido convencido de que podía ayudarte (sinceramente, pensaba que estarías despierta y que la ayuda consistiría en leerte algún texto como el de Thondup o, como mucho, recitarte algún mantra), pero entonces he visto a Pema, hemos ido a su casa, me ha contado exactamente lo que tendría que hacer y de nuevo me han asaltado las dudas, especialmente cuando me ha contado, avergonzada, la segunda parte del ejercicio, la que tendría que ejecutar de madrugada, el llamado «acto de clausura». Al fin y al cabo, la primera parte, la que ya hemos empezado —hablar y hablar—, no es nada del otro mundo. Si descontamos, por supuesto, que estás dormida y desnuda. Pues bien, te decía que he venido a la isla con menos escepticismo que hace una

semana, porque en los últimos días he llevado a cabo una modesta investigación periodística que me ha demostrado que somos unos analfabetos en lo que a las posibilidades de autocuración se refiere. Cuando el fin de semana pasado leí tu primer correo electrónico, un correo sobrio, bien escrito, sin los signos de admiración obligados en internet —es admirable que en sólo dos años viviendo aquí domines nuestro idioma como para escribir aquel correo—, en el que me informabas del diagnóstico fatal y me decías que estabas razonablemente bien, llevando a cabo un «trabajo personal», cuando leí ese correo, mientras experimentaba indignación y tristeza y una sensación de injusticia —en un rincón del inconsciente tenemos grabado que la vida tiene que ser justa, que una chica de veintiocho años no puede enfermar ni morir—, lo primero que decidí fue que investigaría sobre la enfermedad y tus intenciones. Deformación profesional, supongo. Respecto a la enfermedad, el cáncer llamado glioblastoma multiforme, averigüé que es el tumor del cerebro primario más habitual y que la perspectiva de los enfermos es pobre: a medida que se acerca la muerte dejan de ver, de oír, de andar, de controlar los esfínteres. Algún efecto debe de tener tu «trabajo personal», porque de momento solamente —es un decir— has tenido mareos y dolores de cabeza. Esta semana he descubierto que hay bastantes enfermos como tú, que tampoco se resignan: cuando los médicos les han asegurado que como mucho vivirán unos meses, que lo único que les pueden ofrecer es mejorar la calidad de su día a día, buscan soluciones alternativas a la medicina tradicional. El resultado acostumbra a ser que el tumor sigue creciendo.

Hace una semana yo hablaba de casualidades, ahora hablo de sincronías. Resulta que tres o cuatro meses atrás mi tío, de sesenta y siete años, un hombre culto, con una biblioteca de quince mil volúmenes en castellano, catalán, francés, inglés, italiano y alemán, lenguas que domina a la perfección, de repente cayó al suelo y cuando recuperó el conocimiento, a medida que intentaba hablar o leer, se iba dando cuenta de que se había quedado sin una parte de su prodigiosa memoria: la causa, un tumor en el cerebro. En algún momento de mi consternación pensé que era lógico que su cerebro hubiera enfermado, después de llenarlo de tantos conceptos. En lo que se refiere al cáncer, lo único que yo sabía, lo sabía por el escritor Baltasar Porcel, ya que sufrió uno —un linfoma— y, como él declaraba, lo había vencido. Un neurocirujano del hospital Clínic de Barcelona le serró el cráneo. «Tenía el linfoma enganchado en la parte derecha de la

mollera», me dijo, «y me lo han limpiado». A los pocos meses, Porcel, con una cicatriz y una ceja muy alzada como únicas secuelas, recibía todo tipo de homenajes, se le condecoraba con la medalla de oro del Ajuntament de Barcelona, se celebraban simposios en su honor en Cataluña y en Mallorca, y los mismos políticos que en otros tiempos le criticaban e incluso le cuestionaban los gastos en taxis cuando dirigía el Institut Català de la Mediterrània, ahora no sólo le invitaban a cerrar la feria del libro de Frankfurt en nombre del país, sino que potenciaban su candidatura al Nobel. Me acuerdo de la última noche que le vi antes de que le diagnosticasen el cáncer. Cenábamos con unos amigos, y nos había explicado que hacía unos días que no veía del todo bien (el oculista le había asegurado que no era nada relacionado con la vista, y en unos pocos días tenía hora con el neurólogo). Porcel, a quien siempre había visto comer y hablar a la vez con una furia incontenible, como si en su interior tuviera lugar algún fenómeno biológico que le nutría de ideas, ahora masticaba el salmón con patata sin ánimo, con la parsimonia de un rumiante.

Cuando supe que mi tío estaba enfermo —entre pruebas y más pruebas: los médicos de hoy queriéndose curar en salud, sin tener en cuenta la salud emocional del paciente— le llamé. Me hizo una breve crónica de la caída pero enseguida cambió de tema, como si considerase de mala educación hablar de sí mismo. Con voz jovial me contó que había visto una foto de mí al lado de un artículo en uno de los periódicos en los que colaboro, una foto nueva, en la que yo aparecía con un sombrero (un sombrero de paja). El verano pasado estuvimos con Carlota recorriendo islas del Mediterráneo, me hizo fotos simpáticas, y a la vuelta pensé que estaría bien salir en el diario con el sombrero puesto: así quizás alguien te leerá, me dije. Mi tío es un experto en sombreros, y siempre lleva uno. «Me ha hecho mucha ilusión que me imitaras. Así que te he comprado uno y te lo voy a regalar cuando nos veamos.» Al cabo de unos días fui a visitarle al hospital Josep Trueta de Girona, con el tumor diagnosticado ya definitivamente y los médicos dudando entre enviarle o no al Clínic de Barcelona para que le operasen (el médico que tenía que decidirlo estaba en Nueva York, de viaje; todos esperando a que regresara, mientras el tumor no paraba de crecer). En cuanto me vio, aquel hombre que es lo más parecido a un *gentleman* inglés que he conocido nunca, un hombre no sólo leído sino muy viajado, buen gourmet, economista, asesor de grandes

bancos y, sobre todo, un hombre contenido en la expresión de los afectos, en cuanto me vio, me abrazó y se echó a llorar. «Estoy perdiendo la memoria», se lamentó, secándose las lágrimas con un pañuelo que llevaba bordadas sus iniciales. Y añadió: «Creo que he perdido unos cinco años de memoria». Nada que ver con un enfermo de Alzheimer: reconocía las caras perfectamente. Pero no recordaba que en los últimos años su hija había abierto un restaurante con éxito, y que su hijo se había licenciado en dos carreras, lo que le había alegrado enormemente cuando se había enterado, de nuevo, el día antes. Le dije, para contagiarle positividad: «Suerte que tienes estos hijos tan espléndidos que llegarán ahí donde no llegue tu memoria». En otro momento también le dije, para quitarle hierro al asunto, que en parte perder un poco de memoria era una suerte (seguramente me pasó): «Así, como escribió no recuerdo qué filósofo, serás un viajante con menos equipaje». Rió y comentó que él se ocuparía de rellenar aquellos cinco años de vacío a partir de las fotos y los papeles que fuera recopilando por casa. El día anterior, con Jordi, su hijo, se había dedicado a recitar los nombres de los protagonistas de *La montaña mágica*, y cuál fue su alegría al constatar que se acordaba de todos. Aquella misma tarde, tan pronto como le hubieran hecho una nueva resonancia magnética, releería a Mark Twain en inglés. Estaba nervioso, rebosante de aquella energía de los enfermos que se parece a la ilusión, una ilusión parecida a la esperanza. Se le notaba el pulso latiendo bajo la piel. Llevaba una bata blanca que dejaba la espalda al descubierto y los calzoncillos a la vista, como si los pacientes del hospital tuvieran vetado el derecho a la intimidad. Durante el rato que estuvimos en la habitación del hospital, con él y con mi padre, su hermano, que disimulaba como podía los ojos acuosos, me asaltó la duda del alcance real de sus lesiones: de si realmente tenía afectado un periodo de cinco años de memoria, como él decía, o era más. Me extrañaba que el cerebro pudiera ser tan preciso a la hora de borrar los recuerdos, caliginosos como los sueños, y realizar un corte exacto en la frontera de los cinco años. De lo que dudé de veras fue de si hablarle o no del sombrero, el sombrero que me había comprado, porque temía que no se acordara de su promesa de regalármelo, una promesa que había hecho sólo diez días atrás, un momento reciente que teóricamente su memoria no debería de haber borrado. Finalmente opté por lanzarle la pregunta de manera ambigua:

—¿Algún día vas a regalarme uno? —le pregunté, señalando su sombrero de fieltro de Verona colgado en la silla.

—¡Por supuesto! En casa tengo los que quieras —se me quedó mirando unos instantes y luego añadió, muy serio—: ¿Nunca has llevado sombrero?

Cuando recibí tu correo, Umiko, supe que haría todo lo que estuviera a mi alcance para ayudarte (aunque te hubiera ayudado igualmente sin la enfermedad de mi tío). No hace falta que te diga que el e-mail me dejó helado. Te habían diagnosticado el tumor después de fuertes vértigos que al principio el médico de cabecera atribuyó al oído interno o a las cervicales y tu acupuntor a la angustia, pero tan pronto como supiste el diagnóstico fatal, después de solicitar una segunda opinión médica —la de aquel doctor de Ibiza que llegó a decirte que como mucho te quedaban dos meses—, te buscaste la vida por tu cuenta, recurriendo a un tipo de medicina que a duras penas puede calificarse de alternativa. En cuanto a la expectativa de vida «hecha por un médico irresponsable», no querías tenerla en cuenta, me dijiste, porque si la tenías en cuenta a buen seguro que la profecía se cumpliría. Pues aquí te traigo un recorte de prensa, fruto de mi modesta investigación periodística, con un caso que será de tu interés. Te lo quería dar en mano, junto con los otros recortes de la carpeta; cuando me vaya te los dejaré al lado del futón. Antes, voy a leer algunos fragmentos. Como ya te he comentado, esta tarde, en casa de Pema, he preparado un poco lo que quería decirte, como si tuviera que hacer un programa de radio de seis o siete horas —nada, sólo llevo algunos apuntes—, porque la mejor improvisación es una improvisación preparada. El recorte informa del caso protagonizado por un médico de Nashville llamado Clifton Meador, que en el año ¹⁹⁷⁴ trató a un paciente, un vendedor de zapatos jubilado que tenía cáncer de esófago, a pesar de saber, como todo el entorno del enfermo, que la curación era imposible (entonces el cáncer de esófago era considerado letal). Por consiguiente, a nadie sorprendió que unas semanas después el vendedor de zapatos jubilado muriera. Con todo, la sorpresa llegó durante la autopsia: apenas se encontraron restos del cáncer. Solamente unas leves manchas, insuficientes para causarle la muerte. Unos años después, el doctor Meador declaró en televisión, en un reportaje sobre el caso: «Está claro que no murió de cáncer», y se preguntaba, en un tono de claro arrepentimiento: «¿De qué murió? ¿Murió porque creía que iba a morir? Yo creía que tenía cáncer. Él creía que tenía cáncer. Todos a su alrededor creían que tenía cáncer. ¿Le

robé de algún modo la esperanza?» Como te decía, Umiko, he encontrado bastantes casos de enfermos que piensan como tú y que no se resignan ante la expectativa de vida anunciada por los médicos (aunque no acostumbran a llamarles irresponsables, como has hecho tú). Me acuerdo de que en el e-mail añadías que vivimos una media de setenta u ochenta años porque esto es lo que nos hemos repetido a nosotros mismos toda la vida y lo que nos ha dicho la sociedad, la esperanza de vida que flota en el inconsciente colectivo, «pero si uno mismo se dice —porque la sociedad le dice, o el médico en su nombre— que le quedan dos meses de vida, eso es lo que va a vivir». Seguías con tu crítica severa a los médicos: lamentabas que no se atrevan a proclamar que la mente y el cuerpo son la misma cosa. La medicina actual, afirmabas, sólo cree en la energía de la persona cuando se manifiesta en el cuerpo físico, como una enfermedad. Sin embargo, la física cuántica, las biomatemáticas y la tecnología, a través de las imágenes cerebrales, de la percepción de neurotransmisores, han demostrado, decías —lo tengo bien apuntado—, que en el mundo de la energía subatómica mente y cuerpo son lo mismo, la misma vibración. «Una vibración que nosotros podemos alterar o armonizar.» En el siguiente correo me pareció entender que yo te podía ayudar, mediante la voz, a armonizar esta vibración. Las palabras son sanadoras, me dijiste; la voz es energía. Y yo, que me gano la vida hablando, y que además tengo conocimientos de meditación —gracias a ti; nunca te lo agradeceré lo suficiente— podía ayudarte en tu trabajo personal. Y esto es lo que estoy haciendo, hablar como si estuviera meditando, prestando atención a todas y cada una de la palabras. Aunque de momento, si te soy sincero, aparte de contarte cosas que ya sabes pero que necesito decir a fin de poner en orden las ideas, de momento no tengo la sensación de estar ayudándote.

Lo de armonizar las vibraciones me recuerda a un curso de introducción al chi-kung que hice unos años atrás en la Casa Àsia, una mañana muy fría de enero, animado por una novia un poco new age como tú. Del curso no me sorprendieron las posturas ondulantes que hicimos, los hombros rectos, los pies paralelos como vías de tren, y, al final, una pierna levantada como una mantis religiosa mientras movíamos los brazos como si nadáramos (había visto aquellas posturas en fotos y vídeos: centenares de abuelos chinos a primera hora de la mañana en el césped y cerca de los árboles manteniendo una tradición que se había conservado a pesar de la represión, pero que ahora se iba perdiendo a causa de la occidentalización de las

nuevas generaciones); me asombró que a pesar de la manga corta, los shorts y la temperatura bajo cero no pasé frío. Y eso que durante casi media hora, antes de colocar las piernas como una mantis, no me moví ni un milímetro. El chi, la energía básica, circulaba por mi cuerpo tal y como yo quería —tal y como la profesora quería— y me calentaba. Aprendí que el chi es la energía más pura que recorre el cuerpo y permite el dinamismo de cualquier ser vivo (en nuestra lengua no es que no haya traducción para esta palabra, que no la hay, sino que ni siquiera existe el concepto). De tu correo deduje que intentarías modular esta energía o vibración. A través de la meditación —y de mi ayuda, esta noche; menuda responsabilidad— tratarías de armonizar las energías emocionales, mentales y físicas. El chi circulando por los meridianos, sin bloqueos. Si lo he entendido bien, aparte de tu dieta vegetariana rica en cereales integrales, legumbres, fruta, verduras frescas y biológicas, aparte de tomar suplementos antioxidantes que refuerzan el sistema inmunológico como própolis, el hongo chiitake y la uña de gato, aparte de respirar el aire puro de la isla, de hacer ejercicio moderado y llenar los chacras de luz solar, has intensificado las meditaciones para que el chi circule de nuevo con fluidez. Pero ahora acompañas la meditación con visualizaciones. A través de las visualizaciones pretendes transmitir a tus células «imágenes teñidas emocionalmente»: inspirándote en el color verde de la tarde verde, «una buda que tiene la capacidad de eliminar obstáculos y enfermedades», ves un rayo de luz que te entra por la coronilla en dirección al cerebro, a la zona del tumor que tienes perfectamente identificada, y este rayo verde imaginado —aunque tú lo ves como si fuera real— va quemando o derritiendo el tumor. Te gusta más pensar que lo derrite, porque no quieres percibir el cáncer como un enemigo al que hay que combatir, sino como una máscara que esconde temporalmente la salud, unas células que van por libre. «Sé que te parecerá una locura», me decías en el correo electrónico, «pero el propósito de mi trabajo es conseguir curarme a mí misma. Lo que los médicos llaman una remisión espontánea».

No me pareció una locura. Me pareció un imposible. A pesar de todo, cuando terminé de leerlo, lo primero que pensé fue: no juzgues. Haz lo que haces en la radio con los oyentes o los invitados que te cuentan teorías extravagantes, o sea, no juzgar. Sólo escuchar y acompañar. Acompañar para llegar allá adonde el oyente quiere llegar y, en el caso de un entrevistado, para llegar allá adonde tú quieres llegar, sutilmente,

consiguiendo que el otro se vaya abriendo poco a poco, sin actuar como un fiscal o como un juez. Seis meses atrás me habías enseñado que mientras escuchamos nuestra voz interior va juzgando, haciendo comentarios, comparando con lo que ya hemos vivido, de manera que nuestro pensamiento se convierte en una cámara llena de aire viciado, un aire respirado y vuelto a respirar: estamos ante una persona y no vemos la persona, sino lo que pensamos sobre la persona. No juzgues, pensé. Umiko está pasando por un trance difícil, seguramente el peor trance por el que puede pasar un ser humano —después de la pérdida de un hijo—, es decir, tener fecha de caducidad fijada —pero todos la tenemos—, y tú en su lugar harías lo mismo, no tirarías la toalla y probablemente te autoengañarías imaginando que puedes curarte. Además, estaba toda la cuestión de los manuales de autoayuda. Nunca te lo dije por respeto, cuando vi todos aquellos libros ocupando algunos estantes de tu estudio, y porque en Japón, antes de encerrarte en el monasterio zen, te ganabas la vida traduciéndolos del inglés, aprovechando que allí empezaban a estar de moda —nunca te lo dije, pero sentía una gran desconfianza hacia los manuales de autoayuda. Me provocaban urticaria los grandes titulares y los argumentos minúsculos, el tono solemne y la vacuidad celestial, las respuestas prefabricadas a modo de ideologías. Siempre me han asustado las personas demasiado convencidas de algo. Y aún así, me he pasado la última semana leyendo manuales de autoayuda; para ayudarte, y también por curiosidad o deformación profesional, que viene a ser lo mismo. El motor de mi investigación periodística, de la que ahora voy a hablarte, aunque sólo voy a contarte lo más interesante para no parecer un guionista de la serie *House*, aunque irremediabilmente en algo sí lo voy a parecer, el motor de la investigación ha sido una pregunta que nunca se me hubiera ocurrido plantear en la radio porque hubiera irritado a la más que conservadora comunidad médica y me hubiesen acusado de divulgar teorías carentes de fundamento científico. Siempre que entrevisto a oncólogos, una vez se han explicado sobre temas obligados como la importancia de las mamografías o el uso terapéutico de la marihuana, llega un momento en que les pregunto cuál es la mejor actitud para enfrentarse al cáncer, y todos responden que «una actitud positiva ayuda» y basta, y callan, dejando un silencio espeso y mantecoso a la espera de la siguiente pregunta. Después, a micrófono cerrado, suelen reconocer que han callado por cautela, porque ni ellos mismos ni yo podemos transmitir la idea «falsa» de que si la gente se

autoengaña se va a curar. La pregunta que me ha hecho andar de cabeza — cuando te la hice me respondiste que en efecto eso era lo que te proponías —, la pregunta que tiene un no sé qué de anuncio en la página izquierda de una revista esotérica, es la siguiente: ¿un enfermo puede curarse a sí mismo con la mente?

Si mi mujer supiera que te estoy hablando mientras duermes, diría que he perdido el juicio. Si supiera que además estás desnuda, me temo que no se lo tomaría muy bien. La enfermedad es un lugar aparte, nunca sabemos qué queda justificado en nombre de la salud y qué no. Carlota sólo sabe que hoy te estoy hablando, haciendo algo así como un programa de radio para una sola oyente (de hecho, esto es lo que yo pensaba antes de encontrarme con Pema; creo que ya te lo dije). Carlota debe imaginarse que estamos tomando un té abajo, en la sala donde impartes las clases de meditación y que, como el resto de la casa, apenas ha registrado tu presencia suave. Carlota seguramente imagina que hace horas que te hablo, tu mirada perdida en la ventana y en la luz voluptuosa del mar, hasta que los perfiles de los objetos se han vuelto confusos, grisáceos, y hemos resuelto ir terminando. No se imagina que duermes, que de momento casi no te has movido, y que yo estoy sentado en una silla elaborando un monólogo para tu inconsciente. Pema me ha dicho que en el fondo yo le hablaría a tu inconsciente; me gustaría saber si capta lo que le digo o más bien la manera cómo lo digo, la música, digamos. Según Pema, los rituales son la mejor forma de conectar con el inconsciente, y por eso me ha propuesto un ritual dividido en dos partes. Ahora representa que estoy llevando a cabo la primera, y justo al final de la noche o ya de madrugada debería ejecutar la segunda, el maldito acto de clausura: te avanzo que no me hace ninguna gracia.

De momento voy hablando, tembloroso, como un asistente no iniciado en una ceremonia. Se me hace extraño no verte los ojos: cuando te conocí hace medio año, en aquel teatro de Sant Francesc que lo usáis tanto de cine como de sala de conferencias, me maravilló tu mirada adhesiva. Una mirada de ojos límpidos y divertidos literalmente clavada en mí durante toda la charla. De las diez o doce personas del público, tú fuiste quien me escuchó con más atención. Ahora sé que se le llama atención consciente: escuchar con todos los sentidos, el diálogo interior silenciado, sin hacer

asociaciones de ideas mientras el otro habla. Los que habéis practicado meditación durante años tenéis mucha energía disponible para mirar. Llevabas puesto un vestido rojo y unas sandalias blancas que te habías ido poniendo y sacando, como haciéndote un masaje en los dedos de los pies. Cuando después de la charla viniste a saludarme tus ojos me miraban con una fijeza eufórica, consumidos por el placer del momento. Te hará gracia saber que pensé: esta chica se ha fumado un porro. También pensé que tenías la cara de una monja budista, en el sentido de que tus facciones pálidas y finas no mostraban tensión, como si los músculos faciales del sosiego, muy desarrollados, hubieran impedido no sólo la formación de arrugas en la piel, sino de aquellas expresiones involuntarias que se nos quedan grabadas en la cara y que son el resumen de las actitudes con las que nos hemos enfrentado a la vida. Tu cara informaba al interlocutor de que la actitud predominante había sido la serenidad, si es que la serenidad es una actitud. El presentador del acto, a mi lado, te repasaba de arriba a abajo. No sé si estarás de acuerdo conmigo en que hoy en día las miradas de los hombres son neutras, desprovistas de aventura y de imponderable, siempre y cuando no detecten a una mujer de buen ver, momento en el que pasan a ser descaradas. Yo, claro, también soy un hombre, y, aunque a veces me enfrento a situaciones difíciles, trato de adiestrar la mirada. Esta mañana he mirado a la chica de la playa parapetado detrás del libro —es decir, he hecho el primo—, y a ti hasta hace pocos instantes te miraba de reojo. Te decía, pues, que me viniste a saludar pero que no me comentaste nada de la charla —no, no te lo decía; te lo digo ahora—, una charla que no fue mal del todo, a pesar de mi timidez a la hora de hablar en público (quiero decir delante de unos ojos que me escrutan), y a pesar del tema, la actualidad, o, mejor dicho, la sensación creciente de que la actualidad no conecta con la vida. Eso con que los periodistas saturamos la atmósfera y retransmitimos de manera febril y con todo lujo de detalles inconsistentes, acompañados de la cháchara de analistas y comunicadores sin nada para comunicar, tiene muy poco que ver con la vida. La realidad sólo interesa si entretiene, dije; hace falta recuperar la realidad, rescatarla del cubo de la basura. Hubo aplausos, algunos oyentes os acercasteis a saludar. Me dijiste, con tu acento ululante: «Cada noche me acuesto contigo». Te confieso que tiempo atrás, cuando alguien me decía que cada noche se iba a la cama conmigo, no sabía cómo reaccionar. No sabía si tomármelo como un halago o una crítica a mi voz tal vez soporífera. A pesar de todo, con los

años fui constatando que casi todas las que me lo decían eran mujeres, y que me lo decían con una sonrisa perversa en los labios y el marido al lado. «Celebro ser aburrido y darte sueño», te respondí, y nos reímos. Me dijiste que lo que más te gustaba no era el programa en sí, que no te interesaban los temas que tratábamos. Una chica sincera, pensé. «En Japón no acostumbramos a hablar de política.» Y yo te respondí: «Señal de que el país funciona». Te gustaban los blancos que dejaba en antena, entre frase y frase, y algunas veces entre palabra y palabra. Antes de despedirnos me dijiste: «Has de saber que durante los silencios que mantienes, quizá sin ser consciente, es muy probable que estés meditando». Eras profesora de meditación, y cuando yo quisiera estaba invitado a un curso intensivo.

Así fue, gracias a ti, como empecé a meditar. Así fue como traté de ir más allá del pensamiento, trascenderlo. Así fue como descubrí que meditar no es una experiencia aparte, y que no tiene nada que ver con el origen de la palabra en latín, en el sentido de dar vueltas a alguna cosa. Meditar es una forma de percibir la realidad, al contrario de lo que solemos hacer, según he aprendido de ti, Umiko, y de lo que he ido estudiando desde entonces: vamos por la vida pensando la realidad, y observando aquello que pensamos de ella. Desde la Ilustración hemos hipertrofiado las mentes cargándolas de ideas, palabras y conceptos: viajamos a una ciudad y no vemos la ciudad sino todo lo que hemos visto y leído y fantaseado sobre ella. Hablamos con alguien y no percibimos a ese alguien, sino nuestro monólogo interior que va juzgando a ese alguien (pero esto ya te lo he dicho y además lo sabes de sobra). Cuando al día siguiente le expliqué a Carlota la invitación de quien entonces era una desconocida, una japonesa que hacía dos años que vivía en la isla, mi mujer dibujó una media sonrisa, se preguntó retóricamente qué demonios hacía una japonesa en Formentera, y me dijo con socarronería irónica: «En cualquier caso, tus oyentes ya no saben cómo tirarte los trastos». Que no te sepa mal; Carlota cree que suscito en las otras mujeres el mismo interés que en ella, y nada más lejos de la realidad. Además, la radio no es la televisión, la gente no nos va tirando los trastos, aunque se establezca un vínculo entre el oyente y el locutor. Una voz escuchada noche tras noche, probablemente en la cama, tiene que causar a la fuerza algún efecto en quien la escucha, y más cuando la voz transmite como quien dice la esencia de la persona —alguien dijo el alma—, y más cuando el tono es nocturno, un susurro al oído. Por fortuna yo no era famoso, aunque había recibido algunos e-mails de admiradoras:

de vez en cuando una oyente me quería conocer, alguna exagerada afirmaba no poder dormir si no escuchaba mi programa, y hasta se había dado el caso de alguna mujer que aseguraba masturbarse mientras me escuchaba. También recibí el e-mail de una abuela supuestamente millonaria, escrito por su secretaria, en el que me anunciaba que si yo daba el visto bueno me haría heredero de su fortuna porque mi voz le merecía «confianza». Rechacé amablemente la oferta, alegando que ni yo mismo confiaba en mi voz. Aquellas muestras de cariño tenían poco que ver conmigo, y mucho con la fantasía de las oyentes. Sin embargo, le dije a Carlota, esta chica llamada Umiko no va tan lejos; me invita a hacer un curso intensivo de meditación, igual que algunos ayuntamientos me invitan a sus fiestas mayores o a l'Aplec del Cargol. Al final acepté tu oferta: me apetecía profundizar en la paz que había experimentado en los silencios de la radio. Viajaría al cabo de unas semanas, aprovechando un puente de cuatro días en el que mi mujer se iba al Rossellón de excursión con sus alumnos. El primer día del curso, al atardecer, llamé a Carlota desde la pensión para resumirle cómo había ido mi estreno como meditador. Cuando le dije que al día siguiente continuaríamos la meditación pero solos, la profesora Umiko y yo, porque el resto de los alumnos vivían en Formentera y no tenía sentido para ellos hacer un curso intensivo pudiendo ir cada semana —volverían el siguiente sábado y el otro—, mi mujer respondió: «Rectifico. Tus oyentes sí que saben cómo tirarte los trastos».

La curación a través de la mente. Ojalá mis apuntes te den ánimos. Empecé a investigar en internet, pero enseguida apagué el ordenador porque aquello era un verdadero circo, a ver quién da más: cibernautas asegurando que ya existe cura para el cáncer pero que no interesa divulgarla ni a los políticos ni a las farmacéuticas; múltiples blogs sobre el origen kármico del cáncer según el cual el mismo espíritu se encarna en un cuerpo predispuesto a tener la enfermedad para aprender las lecciones pendientes (no me extrañaría que los monjes del monasterio zen donde estuviste creyeran lo mismo); webs que aseveran que todos los cánceres provienen de un parásito que se aloja en los intestinos y que se puede matar con un aparato eléctrico que venden contra reembolso; y supuestos terapeutas que recetan tratamientos de veneno de serpiente o de escorpión azul, que recomiendan tomar el sol desnudos, y el remedio «infalible» de beberse la propia orina.

Me levanté de la mesa con la sensación que internet es una barra de bar a las dos de la madrugada con un nivel de ebriedad común. Recorrí mis librerías habituales donde, a pesar de conocerme, cuando les dije lo que buscaba me miraron con estupor. Fui a Excel·lence, la principal librería de autoayuda de Barcelona, donde aprendí que la distinción entre manuales de autoayuda y libros serios ha quedado desdibujada. La encargada de la librería, mientras me buscaba algún título sobre la curación a través de la mente como aquel que busca un libro de Javier Cercas —tenían uno en el escaparate—, me dijo que hoy en día la mayor parte de los libros de autores de prestigio toman como modelo los manuales de autoayuda «que antes se hacían por la patilla» y emulan no sólo el estilo de titular y aconsejar, sino los temas, unos temas que antes los mismos editores y autores consideraban cursis o demasiado trascendentes, como la felicidad, y que ahora son el pan de cada día. De la decoración de Excel·lence me llamaron la atención los sofás de color rosa, y las afirmaciones positivas esparcidas por doquier, en libretas, pósters, lápices y camisetas con la frase impresa: «Cada día genero milagros en mi mundo maravilloso». (Hay que decir que las librerías literarias venden camisetas con la sentencia de Bartleby «Preferiría no hacerlo».) Mientras deambulaba por la sala, intentando esquivar los obstáculos y prejuicios que mentalmente acumulaba por el camino, pensando que aquello era un mercado al por mayor de recetas de individualidad, de miles de libros que te ofrecían la solución a todos los problemas siempre que te centraras en tu ombligo, y mientras observaba que la clientela estaba formada únicamente por mujeres —más adelante he sabido que los hombres también compran manuales de autoayuda, pero a escondidas—, me llamó la atención un monitor en el que aparecía un señor venerable de larga barba, algodonosa, polar. Hablaba dejando largas pausas. Durante los silencios abría mucho los ojos y los clavaba en el vacío, expectante, vestido con una túnica de gurú. Quizás esperaba que el espectador sintiera lo mismo que él, una paz semejante a la que yo experimentaba en la radio cuando nos conocimos, Umiko, durante los silencios por los que me habías felicitado. De repente, el hombre retomaba el monólogo, hablando con las manos a la altura de la barbilla, moviéndolas como si agarrase un hilo invisible: «La liberación se encuentra en el intervalo entre dos pensamientos. Si permites que los pensamientos se encadenen, al final esta cadena te aprisiona». No me sorprendía. Tú ya me lo habías enseñado. Él hacía aquellas pausas para

contribuir a popularizar la meditación en Occidente. Se llamaba Osho, según me dijo la encargada en la caja mientras le pagaba un libro de Jean Shinoda Bolen del que he traído bastantes anotaciones. Sin dilación me dirigí a la librería Epsilon donde, además de cedés de música relajante y cartas del tarot y de vidas pasadas, iluminadas por una bombilla que irradiaba una luz insulsa y fantasmal, vendían libros de autoayuda. Me atendió una amable dependienta de pestañas tiznadas y tatuaje patibulario en el abdomen que me consiguió exactamente lo que yo andaba buscando: manuales de autoayuda de autores algo sólidos. Compré una docena, una ruina. Impaciente, los empecé a hojear en la terraza de un bar al lado de la librería, en la calle Enric Granados, la calle, por cierto, de la sede del periódico *Avui*, justo en medio —el bar— de un prostíbulo y una frutería que exhibía una colección resplandeciente de manzanas verdes y rojas y las manzanas estelares de la temporada, las reineta. Justo en el momento que empezaba a leer pasó por delante el director del periódico, Vicent Sanchis, que tras observar el libro que tenía entre las manos, musitó:

—Efectivamente, si algo necesitas es curar tu mente.

Se alejó hacia el periódico riéndose.

En los días siguientes, mientras devoraba los libros saltándome los capítulos que hacían referencia a los ángeles al perdón o a la compasión, mientras acortaba las noches de sueño y leía y releía, me iba repitiendo como si se tratara de un mantra «lee y no juzgues». Y en paralelo, a medida que apuntaba todo lo que quería que supieras, un interrogante silencioso iba tomando forma en mi trastienda mental: ¿cómo puede ser que todo esto me sorprenda? No entendía que el contenido tan discutible de aquellos libros no fuera objeto de debate público, de polémica, si hacía falta, con gente que argumentara a favor y en contra, en lugar de las polémicas estériles que potenciamos los medios de comunicación. Pero no debería haberme extrañado de una sociedad —esto lo pienso ahora— en la que aún se sospecha de la homeopatía, en la que los médicos no pueden atender a un enfermo ni diez minutos, o en la que aún se empastan las muelas con amalgamas de mercurio, prohibidas en la mayoría de los países civilizados, como el tuyo, Umiko. Al margen de esta cuestión, o quizá no tan al margen, también me llamó la atención la lucha que muchos de los autores, como el matrimonio Borysenko y el matrimonio Simonton, debieron

mantener en sus contextos médicos para avanzar en las investigaciones sobre la curación a través de la mente: sus colegas los menospreciaban, se reían de ellos, les hacían la vida imposible. Algunos autores, a pesar de ser médicos, hablaban de la medicina alopática como si fuera la práctica de unas tribus primitivas, como si no hubiesen acumulado conocimientos durante siglos, como si los avances científicos no hubiesen salvado millones de vidas. Muchos criticaban que se sometiera el cuerpo a quimioterapia y radioterapia para prevenir recaídas y, en cambio, aseguraban que para evitar que el cáncer reaparezca más agresivo en otro punto se tiene que eliminar el patrón mental que lo ha causado. Por haber hecho este tipo de afirmaciones, algunos médicos se han visto en apuros. Dudo que sepas que el doctor alemán Ryke Geerd Hamer gozó de prestigio y reconocimiento hasta que el 18 de agosto de 1978, en Córcega, en una fiesta celebrada a bordo de un barco, un aristócrata italiano disparó, sin que se sepa bien por qué, contra un desconocido que dormía sobre la cubierta de un barco cercano: era Dirk Hamer, de 19 años, hijo del doctor Hamer. Murió cuatro meses después. La tragedia y el largo proceso de investigación afectaron tanto a la familia que el doctor Hamer generó un cáncer de testículos y su mujer sufrió distintos cánceres hasta que murió de un infarto. A partir de entonces, el doctor Hamer desarrolló su teoría: «El cáncer es un proceso biológico que el cuerpo pone en marcha cuando la persona sufre un shock traumático inesperado. Mientras dura el conflicto, el cáncer se expande. Pero si el conflicto se resuelve, el cuerpo mismo lo hace desaparecer; y, por tanto, en muchos casos, la mejor manera de curar un cáncer es actuar sobre el sistema psíquico y emocional». Sostener esta afirmación hasta sus últimas consecuencias le costó más de una y de diez denuncias. Le han perseguido judicialmente durante más de dos décadas. Le inhabilitaron. Le metieron en prisión. Sus colegas intentaron ingresarlo en un hospital psiquiátrico. El doctor Hamer ha curado a muchos enfermos. De todos modos, Umiko, incluso los médicos que defienden sus teorías discrepan de él en un punto: no todos los cánceres tienen un origen psicológico o emocional o traumático.

Para empezar, los libros, que te resumo con apuntes y fotocopias en mano, para ser preciso, empezaban criticando la dicotomía cuerpo-mente o dando por supuesto que cuerpo y mente son un todo, a diferencia de lo que afirmaba Descartes, para quien la única fuente de conocimiento era la mente. En boca de todos los autores de autoayuda el cuerpo es el espejo de

la conciencia, hasta el punto que lo que no funciona en nuestra vida, afirman, generará tensión en alguna parte del cuerpo y eso hará que a la larga enferme. Me viene a la memoria el escritor Marcel Proust, que, haciendo referencia a su abuela enferma, decía algo así como que en la enfermedad nos damos cuenta de que no vivimos solos, sino encadenados a un ser de un reino diferente, un ser del que nos separan abismos y que no nos conoce y que es imposible que nos entienda: nuestro cuerpo. Los autores de autoayuda aseguraban lo contrario, o mejor dicho, aseguraban, si lo entendí bien, que no hay abismos entre nosotros y nuestro cuerpo, sencillamente porque el cuerpo es una prolongación de la mente. Sin embargo, el doctor Andrew Weil, en *Spontaneous Healing*, reconocía que los libros de autoayuda han empujado a los pacientes a sentirse excesivamente responsables de su enfermedad, porque les insinúan que enfermamos a causa de determinados hábitos mentales, como consecuencia de no descargar las emociones negativas, o por no llevar una vida espiritual, «y este mensaje crea una carga de culpabilidad. Sentirse culpable de la enfermedad, decirse que uno mismo se ha causado el cáncer es destructivo. De ninguna manera puede ayudar al sistema sanador.» No obstante, el doctor Weil, que ha sido profesor de Medicina en la Universidad de Harvard, critica que para la mayoría de médicos los casos de curación espontánea sean casos de curación espontánea y nada más. «No investigan. No van más allá. A un hombre con los pulmones llenos de tumores cancerígenos se le manda a casa a morir, después de decirle que la medicina no puede hacer nada por él. Seis meses después reaparece en la consulta, sin rastro de los tumores. Una joven diabética, muy fumadora, yace inconsciente en la unidad coronaria después de un infarto grave. Su médico, angustiado, ve la rapidez con que disminuye la función cardíaca y se declara impotente para salvarla. Pero a la mañana siguiente la joven ha recuperado el conocimiento y le apetece hablar, claramente en vías de recuperación.» Weil sostiene que para la mayoría de médicos estos casos no son más que historias. Ni las analizan ni las consideran fuentes creíbles de información sobre la capacidad del cuerpo para curarse a sí mismo. Para Weil, incluso cuando se aplican tratamientos con buenos resultados, estos buenos resultados provienen de la activación de mecanismos sanadores propios. «Estoy seguro de que los mecanismos de curación en los planos más complejos de la organización biológica aparecerán cuando los investigadores empiecen a buscarlos.»

El doctor Bruce H. Lipton afirma que las remisiones espontáneas se consideran desviaciones inexplicables a las versiones establecidas o, sencillamente, diagnósticos erróneos. «La ciencia no tiene ni la menor idea de por qué un gran número de individuos infectados por el sida no manifiestan la enfermedad durante décadas. Más desconcierta, todavía, el número de pacientes con cáncer terminal que han recuperado la normalidad después de una remisión espontánea.» Según él, la mente ha sido prácticamente descartada en medicina no sólo por el dogmatismo, sino por variables de índole económica. «Si la mente puede curar las enfermedades del cuerpo, ¿por qué deberíamos comprar medicamentos?» Lipton denuncia que las compañías farmacéuticas tienen la intención de eliminar de sus ensayos clínicos los pacientes que mejoran con píldoras de azúcar, gracias al conocido *efecto placebo*: «La eficacia de las píldoras de placebo supone una amenaza para las farmacéuticas. El efecto placebo tendría que ser un tema de estudio principal en las facultades de Medicina; en cambio, le restan importancia. Si los investigadores llegasen a descubrir cómo utilizar el efecto placebo, los médicos dispondrían de una herramienta basada en la propia energía, y sin efectos secundarios. Los sanadores energéticos dicen que ya disponen de estas herramientas, pero yo no soy un científico. Cuanto más descubra la ciencia sobre el efecto placebo, más oportunidades tendremos para utilizarlo en las instalaciones clínicas.» En ²⁰⁰², en la revista *Prevention and Treatment* de la Asociación Psicológica norteamericana, el profesor Irving Kirsch reveló que el ochenta por ciento de los efectos antidepresivos descubiertos en los ensayos clínicos podían atribuirse al efecto placebo; en ²⁰⁰⁸ se concluía que una buena parte de la acción del Prozac se debe al efecto placebo. Para muchos médicos el efecto placebo es otra forma de llamar a la acción de la mente. Otros hablan de remisiones espontáneas, o de milagros (de milagros hablan, sobre todo, los pacientes). Un médico que no creía ni en el efecto placebo ni en la acción de la mente ni en los milagros era el doctor Bruce Moseley, que en el ²⁰⁰² publicó en la revista *New England Journal of Medicine* un estudio de la Facultad Médica de Baylor en donde evaluaba la eficacia de la cirugía en pacientes con dolores graves de rodilla. «Los buenos cirujanos saben que en la cirugía no existe el efecto placebo», declaró antes de realizar el estudio. Quería descubrir qué parte de la cirugía provocaba la mejora en los pacientes. Dividió los enfermos en tres grupos: en el primero rebajó el cartílago maltrecho; a los del segundo grupo les limpió la articulación de

la rodilla con el fin de eliminar cualquier material que pudiera estar provocando la inflamación (ambos tratamientos constituían el tratamiento estándar de la artritis de rodilla); y el tercer grupo recibió una «falsa cirugía»: una vez el paciente estaba sedado, el doctor Moseley hacía las tres incisiones de rigor y luego hablaba y actuaba exactamente como solía hacerlo durante las intervenciones quirúrgicas reales, hasta que, al cabo de cuarenta minutos, cosía las incisiones como si de verdad hubiera llevado a cabo la operación. El resultado fue sorprendente. Tal y como se esperaba, los grupos que se sometieron a una cirugía real mejoraron. Pero el grupo placebo mejoró tanto como los otros.

—Todo es posible cuando te convences de ello —ha dicho recientemente en el Discovery Health Channel uno de los enfermos de este último grupo, actualmente jugador aficionado de básquet—. La mente puede hacer milagros.

A veces no hace falta nada del otro mundo. Jean Shinoda Bolen sostiene que los médicos te envían a hacer pruebas y más pruebas para cubrirse las espaldas, para que si algo sale mal no acaben denunciados por negligencia, y olvidan que antiguamente el médico de cabecera, atendiendo a su ojo clínico, te diagnosticaba el mal y te decía «no te preocupes, todo irá bien», y diciéndote eso ya te estaba curando un poco. Leí, Umiko, ocho estudios que dicen que las palabras ayudan a curarnos (siempre que, digo yo, la persona que las escucha no esté dormida). También ayudan a curarnos las palabras que nos decimos a nosotros mismos, como afirma tu compatriota, el científico Masaru Emoto. De hecho, ya hace muchos siglos que los budistas afirman que dar según qué nombre a la enfermedad puede ser contraproducente para el enfermo: la palabra cáncer no ayuda. Además de las palabras está el afecto: te dejaré un artículo de un catedrático de la Universidad Autónoma de Barcelona que explica el caso de un enfermo terminal, ingresado en la unidad de curas paliativas, el cual un buen día le dijo a su médico: «La mujer que viene cada día a limpiar la habitación es un poco extraña.» «¿Qué quiere decir?», le preguntó el médico. «Viene cada día, pero no limpia nada.» «Entonces, ¿qué hace?» «Simplemente, se sienta y me da la mano.» Al cabo de unos días el abuelo abandonaba la unidad de curas paliativas. Aún vive.

Y termino, querida Umiko, esta pequeña disertación que parece un episodio de *House*, pero sin el protagonista cínico y sin la tecnología desfasada (si la comparamos con tus intenciones). He venido deseando que

mi investigación te sirva de algo. Quizá te ayuda a alimentar la esperanza, quién sabe, y la esperanza refuerza el sistema inmunológico. Pues bien, todos los especialistas coinciden en que para generar una remisión espontánea, en primer lugar hace falta una respuesta emocional positiva, o, dicho de otro modo, la esperanza o la convicción de que es posible curarse. Esto se transmite al sistema inmunológico, y éste responde. Lo demostró científicamente la doctora Candance Pert, codescubridora de las endorfinas, y lo explicó en un artículo publicado en *Journal of Immunology*: cada pensamiento afecta al sistema inmunológico. Cada pensamiento libera una sustancia química (un solo pensamiento nos puede hacer sonrojar o provocar una erección). Cada pensamiento genera moléculas informativas o neuropéptidos, proteínas sintetizadas en el cerebro que transmiten información al resto del cuerpo. Un gran número de especialistas concluían que el descubrimiento de Pert demostraba científicamente lo que ellos habían visto en muchos de sus pacientes, a saber, que con la mente podemos llenar de emoción cada célula y regenerarla. El doctor Lipton aplaude los avances de Candance Pert en *The Biology of Belief* y afirma que los pensamientos positivos y negativos no sólo tienen consecuencias en nuestra salud, sino en todos y cada uno de los aspectos de nuestra vida: «Tus creencias actúan como los filtros de una cámara, cambian la forma como percibes el mundo. Y tu biología se adapta a estas creencias. Cuando reconozcamos que nuestras creencias son así de poderosas, estaremos en posesión de la llave de la libertad.» Respecto a tus visualizaciones, Umiko, respecto al hecho de imaginar el rayo verde que te derrite el tumor, encontré información en el libro del matrimonio Simonton, médicos que trabajan desde hace años con esta técnica: el paciente imagina que cura la parte del cuerpo enferma con un líquido o con un rayo sanador que va llenando de salud cada célula. En el centro que dirigen en Tejas han constatado la remisión de muchos tumores de enfermos que teóricamente tenían los meses de vida contados. Utilizaron por primera vez las visualizaciones en el año ¹⁹⁷¹ con un paciente considerado médicamente incurable, y el paciente practicó la visualización tres veces al día, visualizando su cáncer, imaginando que el tratamiento llegaba hasta el tumor y lo destruía, los glóbulos blancos de la sangre atacando las células cancerígenas y expulsándolas del cuerpo, hasta que los resultados hablaron por sí mismos: el paciente desahuciado recuperó la salud. También en Estados Unidos el Institute of Noetic Sciences publicó

Spontaneous Remission: An Annotated Bibliography, donde se documentaban ⁴³⁰ casos de remisión espontánea —sin tratamiento alopático— una vez los médicos habían diagnosticado lo peor. Leí algunos de ellos, y ninguno me impresionó tanto como la historia del señor Wright. Después de leerla concluí que muchos de los ensayos que nuestra clase intelectual considera imprescindibles son de espíritu limitado si los comparamos con los manuales de autoayuda. Merecía la pena ir a la isla y hacer lo que estuviera en mis manos para ayudarte. Te pasaría toda esta información. Si conocemos la historia de alguien que se ha curado, y que quizás tenía unas perspectivas peores que las nuestras, es más fácil salir adelante.

El caso del señor Wright está descrito por su médico, el doctor Bruno Klover, en las páginas ³²⁹⁻³⁴⁰ de *Psychological Variables in Human Cancer. Journal of Projective Techniques*. El señor Wright tenía un linfosarcoma terminal: «enormes masas tumorales del tamaño de una naranja distribuidas por todo el cuerpo» que le provocaban graves dificultades para respirar: cada dos días tenían que extraerle líquido del pecho. A pesar de todo, el señor Wright se aferraba a la creencia de que si lo trataban con un medicamento llamado Krebiozen se curaría (la prensa popular había publicado que dicho fármaco hacía milagros). Casualmente el Krebiozen estaba a punto de probarse experimentalmente en la clínica donde el señor Wright se encontraba ingresado, y aunque no era un enfermo adecuado para tales pruebas, porque para someterse a ellas uno debía tener una expectativa de vida de como mínimo tres meses, una expectativa que Wright ya no tenía, después de mucha insistencia el médico cedió y le inoculó una inyección. Esto sucedió un viernes. Cuando el doctor Bruno Klover regresó al hospital dando por hecho que el señor Wright estaría agonizando, si es que no había muerto, se encontró al paciente paseando por la sala y «charlando alegremente con las enfermeras». Tras examinarlo, el doctor Klover descubrió que «las masas tumorales se habían derretido como bolas de nieve en un horno». En diez días el señor Wright fue dado de alta, sin rastro, prácticamente, de los tumores.

Pero cuando dos meses después el señor Wright leyó en la prensa que las últimas pruebas clínicas del Krebiozen confirmaban a los especialistas que el medicamento no garantizaba los mínimos terapéuticos deseables, se desanimó y volvió al estado anterior, enfermo terminal. De nuevo en el hospital, el doctor Klover le mintió deliberadamente y le dijo que no se creyera lo que decían los periódicos, que él había conseguido un nuevo

Krebiozen —mejorado, de doble potencia— con el que conseguirían unos óptimos resultados. Cuando el señor Wright le preguntó por qué había recaído, el médico le respondió —mintiendo otra vez— que a veces la sustancia podía perder el efecto, pero que ya se había perfeccionado y que el nuevo medicamento le llegaría al día siguiente y él sería el primero en probarlo (con el invento del envío, el médico quería reforzar la expectativa: «su esperanza de curación llegaría a la cota más alta»). Con mucha solemnidad, al día siguiente, el doctor Klopher le administró una inyección de agua destilada. La segunda recuperación del señor Wright fue aún más espectacular: ni rastro de los tumores, que volvieron a deshacerse como bolas de nieve en un horno. Pero la historia da un giro definitivo cuando al cabo de dos meses un informe concluyente de la American Medical Association demostró la ineficacia del Krebiozen. Toda la prensa se hizo eco del informe. Pocos días después de leerlo, el señor Wright recayó y murió.

Di por finalizada la búsqueda ayer a media tarde; tenía que ir a la radio y hoy ya viajaba hacia tu isla. Pero al cerrar la libreta de apuntes pensé que no era suficiente, que no podía quedarme sólo con la teoría, aunque fuera una teoría contundente que demostraba que la curación a través de la mente es plausible: faltaba contrastar aquellas lecturas con un médico abierto de miras. El día antes había cenado con Baltasar Porcel, me había hablado de su cáncer ya superado —«lo he vencido: o lo derrotas tú o te derrota él»— y no me había atrevido a comentarle nada de tus intenciones, por miedo a que me dijera que eran una estupidez y me desanimara. Tampoco le había dicho nada a mi tío, a quien había llamado un rato antes y me había contado que en su casa no paraba de ir de un lado a otro, revolviendo papeles antiguos y fotos y diplomas, dándose cuenta de que no se acordaba de muchos aspectos de su pasado, aunque tenía el consuelo de que no había olvidado ninguno de los idiomas y los continuaba leyendo y hablando a la perfección. «¿Y los médicos qué te dicen?», le pregunté. Con un tono indignado me respondió: «Ahora dudan que tenga cáncer.» «¿De verdad? ¿Pero no te lo habían diagnosticado?» «Sí, pero ahora insinúan que igual se equivocaron, y que aún no me pueden decir nada más, que necesitan hacer más pruebas.» No supe qué decir. Ante mi silencio, me comentó que estaba traduciendo libros, que esa tarea le llenaba de ilusión, o no sé si era la tarea

que le llenaba de ilusión o el hecho de conservar la memoria para recordar los idiomas y traducir. Al final me preguntó qué tal estaba yo, qué hacía. Y comprenderás, Umiko, que no me atreviera a decirle que llevaba a cabo una investigación periodística a raíz de un tumor fatal de una amiga que quería curarse a través de la mente. Tenía el mismo miedo que con Porcel, es decir, que me instase a que me dejara de tonterías. Lo mismo temía que me dijera un médico que no fuera abierto de miras. Por eso acudí a la hemeroteca de la emisora a buscar nombres de doctores que fuesen a contracorriente. Estaba sentado en la mesa, concentrado en la sección de un periódico que suele publicar entrevistas, llamémoslas *new age*, cuando el jefe de política pasó por delante de mí y me dijo: «No entiendo cómo puedes dar credibilidad a esta sección. Entrevistan a todos los *freaks* que pasan por Barcelona diciendo bobadas.» Algo debía de estar cambiando en mí —educado, como te he dicho, en el rigor— porque le respondí: «Los *freaks* y las bobadas, yo las busco en la sección de política».

No tardé mucho en encontrar lo que quería, una entrevista a una doctora llamada Carmina Queralt que empezaba así: «El oncólogo propone extirpar el tumor y quimioterapia y radioterapia con tal de prevenir las recaídas. Es un enfoque reduccionista. Las células se relacionan con nuestras partes más sutiles, como la emocional o la mental, que no por el hecho de ser más difícilmente cuantificables son menos importantes en el momento de enfermar». Al cabo de un rato ya me encontraba en la recepción de una clínica llamada Naturmed para hablar con la doctora Queralt. De la entrevista había deducido que su trabajo empezaba cuando el resto de médicos habían tirado la toalla. Combinaba la medicina tradicional con la homeopatía y la acupuntura y otras de las llamadas terapias alternativas. En recepción hice una cosa de la cual me arrepiento, aunque la volvería a hacer en circunstancias idénticas: me aproveché de mi condición de periodista para un asunto personal, o sea, enseñé mi credencial a la recepcionista, le pedí hablar con la doctora Queralt para contrastar una noticia —me preguntó cuál era, y no se lo dije alegando que se trataba de un tema vidrioso; no, no me podía esperar al lunes—, e insistí y volví a insistir ante su perplejidad y después ante la perplejidad de la secretaria de la doctora, ambas desacostumbradas no sé si a que un periodista se tomara la molestia de ir a la clínica —estas consultas se suelen hacer por teléfono— o desacostumbradas directamente a los periodistas. La doctora no me recibió hasta una hora y media más tarde. Hasta que puso a raya mi

urgencia haciendo pasar antes a todos y cada uno de los pacientes de la sala de espera, donde yo también esperé con un sentimiento de estupor tranquilo, mientras observaba a los enfermos con ojos oblicuos y extraños, como aliviado de no sufrir lo que ellos sufrían y de no percibir —aún— el mundo de afuera como una irrealidad donde la gente se dedica a perseguir sombras y a dotarlas de sentido. Cuando finalmente me recibió, cuando aquella doctora pequeña y morena de ojos como botones negros me hizo pasar a la consulta y escuchó mis disculpas por haber explicado a la recepcionista «una mentira piadosa», lo primero que me dijo, Umiko, te sonará: «Algunas noches me acuesto contigo». Lo dijo con una sonrisa y una voz suaves que me hicieron concluir que su ligereza no era una señal de debilidad, sino de maleabilidad, que se moldeaba al paciente ya de entrada con tal de hacerle sentir bien. Después de haberle resumido la documentación extraída de los manuales de autoayuda, la fisonomía de la doctora adoptó un aire reflexivo. Y cuando le conté que todo lo hacía por una amiga que se quería curar, que practicaba meditación y visualizaciones y que además, para reforzar estos ejercicios, para armonizar la vibración de su cuerpo, me había pedido que le hablase durante un rato largo, unas horas, de noche, si podía ser, la doctora arqueó las cejas en señal de interrogación.

Empezó a hablar dejándome claro, antes que nada, que ella creía en la medicina alopática: «es imprescindible en muchos casos». Pero a diferencia de otros colegas no descartaba ninguna otra medicina ni ninguna alternativa. No hay ninguna enfermedad que en un paciente u otro no se haya curado. De todas maneras, me dijo, si hubiese un tratamiento eficaz contra el cáncer no tardaríamos en conocerlo. Para hablar con propiedad no nos teníamos que referir al cáncer sino a los cánceres, porque había centenares de tipos. La radioterapia y la quimioterapia pronto quedarían obsoletas: «Se potenciará el propio sistema inmunológico para que sea él mismo el que venza a las masas tumorales». Cada paciente hacía lo que podía, con tal de estimular su sistema inmune, «pero todavía no hay leyes». Sus ojos se movían más que los tuyos, Umiko, pero no reflejaban ningún tipo de luz espiritual. Una consulta firme, con las paredes color tierra, un escritorio rústico, una fotografía del cuerpo humano con palabras en chino debajo de los puntos energéticos, y una ventana a través de la cual entraba el zumbido de la ciudad en viernes por la tarde y la luz vagamente tocada de color de yema de huevo. «¿Usted constata remisiones espontáneas?», le

pregunté, bajando un poco los ojos. Su bata blanca desprendía un leve olor a café. Me respondió con toda naturalidad: «Sí, bastantes. Yo y todos mis colegas. De enfermos que hacen visualizaciones y de enfermos que no las hacen. Y a pesar de que las visualizaciones son el método, ahora mismo, más eficaz, hay pacientes que mueren haciendo exactamente las mismas visualizaciones que otros que se han curado.» A continuación me explicó que el doctor norteamericano Joe Dispenza hacía ocho años que estudiaba remisiones espontáneas y que había llegado a la conclusión que uno de los puntos en común de todas ellas era que el enfermo creía que había algo más poderoso que él que lo podía ayudar a sanar, que no todo dependía de la persona. «Pues mi amiga no está segura de salirse con la suya. Dice que la sanación no depende totalmente de ella», le dije satisfecho, adoptando un tono optimista. Entonces la doctora se me acercó y me dijo:

—Hay una cosa que no entiendo. ¿Te puedo hablar con sinceridad?

—Claro —le respondí—, sólo faltaría. —Pensé que me diría que estábamos perdiendo el tiempo, o que me reprendería por haberme presentado en la clínica de improviso. Mi urgencia y mucha más debían de tener una buena parte de las personas que la iban a ver, y seguro que nadie se saltaba los pasos reglamentarios. Seguro que ni Porcel ni mi tío se saltaban los pasos reglamentarios. Seguro que habían aprendido a convivir con la incertidumbre, a dotarla incluso de sentido. Como todo el mundo, ellos debían permanecer en la sala de espera un largo rato antes de que los atendiera un médico con quien habían concertado visita unas semanas atrás, un periodo de tiempo eterno durante el cual habrían hecho conjeturas de todo tipo, pensando qué harían si las palabras del médico eran negativas, cómo cambiaría su vida, qué darían para que el mensaje del doctor fuera esperanzador, qué harían si tuvieran la oportunidad de empezar de nuevo. Quizá el miedo a morir es en realidad miedo de no haber hecho en la vida todo lo que tendríamos que haber hecho (por comodidad, o torpeza o falta de coraje).

—No entiendo qué papel tienes tú en la curación —me comentó la doctora, arqueando otra vez las cejas.

—¿Cómo?

—Que no entiendo cuál es tu papel exacto en el proceso de curación de tu amiga.

—Bueno, hablar. Lo único que sé hacer relativamente bien. Hablar y hablar. Hasta que amanezca. Mi papel es así de fácil —concluí.

—Pues no lo entiendo —dijo la doctora. Y continuó hablando con unos gestos que desprendían resolución y una inteligencia despierta que no se andaba con chiquitas—: No me cabe duda de que tu amiga hace aquello que tiene que hacer si pretende conseguir una remisión espontánea: visualizaciones. Si las acompaña de meditación, mejor. Pero para hacerlo necesita soledad. Sí, siempre es bueno tener a alguien al lado, una buena red de afectos refuerza el sistema inmunológico. Que alguien te hable puede ser recomendable, pero no en el sentido que tú me dices. No tiene nada que ver con un proceso de curación de esas características. Por eso no entiendo cuál es tu papel. Te aseguro que para intentar curarse tu amiga no necesita a nadie más.

Visiblemente desconcertado, dije:

—Bien, pues muchas gracias. Supongo que ya me lo esclarecerá ella mañana cuando nos veamos. —Me levanté de la silla, me puse la chaqueta, y mientras encajábamos las manos me preguntó:

—¿Has visto la serie *Twin Peaks*?

Ahora, quien arqueó las cejas fui yo. Supuse que quería romper el hielo antes de despedirnos, igual que al principio me había dicho que cada noche se acostaba conmigo. Sí, la había visto, con Carlota nos habíamos enganchado con años de atraso. Una serie paranoica, fluctuante como la mente. Carlota a veces tenía miedo, cerraba los ojos, se agarraba muy fuerte a mí, yo nunca sabía si hacía broma, y por eso me gustaba aún más aquella serie de enanos y caballitos. Más adelante, cuando supe que David Lynch practica meditación desde hace años para sumergirse en los misterios y las profundidades de la conciencia pura o campo unificado, y una vez allí se imagina que pesca, una pesca de peces que para él son ideas (cuanto más al fondo de la conciencia pura, más brillantes son las ideas), entonces entendí de dónde había salido la serie.

—Pues me parece —me dijo la doctora con una sonrisa indulgente, mientras yo me libraba de su mano— que hagas lo que hagas con tu amiga tú serás como aquella mujer de *Twin Peaks* que acuna todo el día un leño en sus brazos. Mejor dicho, tú serás el leño. Da igual que le hables o no. Da igual lo que le digas. La señora está convencida de que el leño tiene poderes, y eso es lo único que importa. Serás un leño parlante.

Por todo eso, querida Umiko, si hoy hubiésemos podido charlar, te hubiera hecho preguntas sobre mi tarea en tu proceso de curación con la mente. Ya sé que tiene una importancia relativa, que mis dudas, al lado de la gravedad de tu enfermedad, son secundarias. Que en las circunstancias actuales tengo que olvidarme de esos cuentos y darlo todo para que te cures. Pero entenderás mi curiosidad. La comparación con el tronco de árbol es graciosa. Ya me gustaría ser el tronco de un árbol, inmune a la afrenta. O quizá preferiría ser bambú, pura flexibilidad. Siempre preferiré una naturaleza agitada, como la del bambú, a una quieta. Tu naturaleza, ahora mismo, es agitada. Creo que desde hace unos minutos estás soñando: has cambiado de posición, tus mejillas han cogido un poco de color, has balbuceado medias palabras. Ahora tu cuerpo y tus piernas forman una Z. Gracias a una franja de luz puedo entrever tu abdomen, un abdomen liso que se hincha ligeramente. Umiko respirando con el diafragma, una respiración abdominal, la más recomendable: el abdomen expandiéndose, presionando los órganos, masajeándolos levemente, sedando el sistema nervioso, desbloqueando tensiones, con vitalidad y fortaleza en cada exhalación, limpieza y equilibrio durante la exhalación, y transportando la energía hasta el último rincón del cuerpo durante la retención del aire. Tenemos las respiraciones contadas, me dijiste hace medio año, así que es mejor respirar lentamente, como las tortugas o los elefantes. De nada te ha servido respirar lentamente, Umiko. Ahora sigues envuelta en tu sueño. Dormirás unas diez o doce horas, supongo, a diferencia de las seis que acostumbras a dormir desde que fuiste al monasterio, ya que la meditación hace que necesites menos horas de sueño para sentirte construida. No sé si cerrar la ventana, el viento sopla cada vez más fuerte, un viento de mar persistente que arrastra el ruido de las hojas de las palmeras batiendo como escobas secas. Me imagino las barcas del puerto, el temblor de las luces en el agua espesa y oleosa, con verdosidades de concha. Pema vive al lado, quizás estará ensimismada, fumando, pensando en ti, en nosotros (una mujer nerviosa; no creo que pueda dormir). Esta tarde, cuando nos hemos visto, o sea, durante toda la tarde, le he hecho preguntas sobre tu proceso de curación, y aunque me ha esclarecido algunos aspectos, digamos, técnicos, relacionados con el inconsciente, sobre cómo podía conectar durante la noche con tu inconsciente —es lo que trato de hacer—, al final me ha suscitado más preguntas, especialmente cuando me ha hablado del acto de clausura. Me ha dicho que era muy importante que yo hiciera esta

segunda parte del ejercicio durante el amanecer, antes de irme. Es crucial, ha insistido con voz avergonzada. Ha empezado a explicármelo y de repente he palidecido. Al verme así, tu amiga, rápidamente, ha ido a buscar unas flores de Bach que dicen que son útiles para aliviar la tristeza y la angustia.

Luego Pema ha continuado hablando, como lo hago yo ahora, con la diferencia de que su interlocutor estaba despierto (mis brazos entrelazados, sus teorías descabelladas). Ha habido un momento en que ha parado y yo he dejado de hacerle preguntas, porque íbamos mal de tiempo: quería ordenarme las ideas —cosa que al final no he podido hacer— y prepararme mínimamente este monólogo. No podíamos continuar hablando, había oscurecido, y además —me ha dicho— en tu diario encontraría respuestas. Empezaré a leerlo dentro de unos minutos, cuando haga una pausa y salga a estirar las piernas al jardín. Es bastante extenso, no tendré tiempo de leerlo todo, ni mucho menos, pero te prometo que le voy a echar una ojeada. Me parece que no voy a encontrar ningún lugar común sobre casas de té, ni de cortesanas, ni sobre la lucha del sumo.

No hace falta que te diga que Pema es una mujer peculiar. Yo estaba leyendo en la playa al lado de aquella chica desnuda cuando se ha plantado delante de mí una mujer corpulenta, menuda, de unos cuarenta años, diciendo que venía en nombre de Umiko. Me conocía de la conferencia de Sant Francesc, se llamaba Pema, y tenía que explicarme muchas cosas. Lo primero que me ha llamado la atención de ella ha sido el vestido estampado de flores rosas y amarillas que no sé si imitaba el estilo hippy de los años sesenta o es que directamente lo había comprado durante los sesenta. Obviamente también me he fijado en su pelo teñido de color caoba, en sus cejas pobladas sin depilar, en el piercing de la nariz, y en su cara bonita que debe de haber causado estragos en la isla los últimos quince años, que es el tiempo que hace que vive aquí, según me ha dicho. Se ha sentado en la arena mientras con una mano apagaba el móvil y con la otra se deshacía del sobre de papel de tabaco de liar: «Perdona, hacía años que no fumaba. Estoy de los nervios con todo esto de Umiko, ya me gustaría tener su aplomo. Supongo que tú también estarás afectado», me ha dicho, sin acento balear, mientras cogía una cajetilla de cerillas de la bolsa casi al mismo tiempo que empezaba a enrollar tabaco, con los dedos temblorosos de impaciencia (ahora me doy cuenta de que la voz ya no me tiembla; con un poco de suerte, Umiko, dentro de un rato la voz ya podrá

generar «la vibración» que me has pedido). Los ojos de Pema, a diferencia de los tuyos, que atrapan la mirada del interlocutor y no la sueltan, no paraban de moverse. No sólo porque su pensamiento debía ir muy rápido —Umiko no le ha enseñado a meditar, he pensado— sino porque parecía querer captar todo lo que sucedía en su campo de visión: el mar, las barcas meciéndose en el agua, la luz bajando por la ladera de los pinos y las dunas, invadiendo el mar y la arena. Le he preguntado: «¿Por qué no ha venido Umiko? ¿Hay algún cambio para esta noche?». Ella continuaba mirando todo el entorno, ahora se fijaba en la chica que tomaba el sol, y mientras tanto me decía que no, que no había cambios, que estabas encerrada haciendo visualizaciones. Era muy importante que estuvieras sola y concentrada durante las horas previas a «la noche decisiva». Por eso habías pactado que ella me daría las instrucciones de la noche «con ecuanimidad». El ritual que llevaríamos a cabo no era «cualquier cosa» y hacía falta seguir las instrucciones. Mientras me preguntaba a mí mismo si tu amiga era un buen ejemplo de ecuanimidad —debe de tener más ecuanimidad Umiko, he pensado, aunque sea ella quien sufre el cáncer—, Pema se ha levantado y ha saludado a la chica que tomaba el sol desnuda. Se conocerían, porque la chica se ha levantado enseguida, la ha abrazado; y ha sido entonces, mientras hablaban, cuando he pasado un aprieto. Cuando he entrado en la habitación y te he visto sin ropa me he dicho que no se volvería a repetir. Sería inaceptable, estás enferma.

Resulta que cuando he mirado a aquella chica hablando con Pema, de pie, exhibiendo las formas bien hechas de su cuerpo, su cabellera rubia, ondulante, sedosa, y unos pechos inesperadamente voluminosos en un cuerpo tan delgado, resulta que he tenido una erección. No lo entiendo: por mi cabeza no ha pasado ni un solo pensamiento libidinoso. Los científicos aseguran que tiene que haber un pensamiento para generar la sustancia química que modifique el estado del cuerpo, pero te puedo asegurar que yo no he tenido ningún pensamiento libidinoso, a pesar de que la chica era exuberante y sin duda lo pudiera suscitar (quizá, como dice el tópico, el pene tiene vida propia). Continuaban charlando, Pema y la chica, ambas de pie, la chica con las manos entrelazadas detrás de la nuca, Pema gesticulando mucho, fumando, expulsando el humo hacia abajo, doblando el labio inferior. He pensado: sólo llevas bañador, es tu única vestimenta, ni siquiera tienes toalla, se te nota la erección. Cuando Pema vuelva te verá así, impresentable, y no tendrás credibilidad. No lo puedes disimular con el

libro en el regazo porque harás el ridículo. Ha sido entonces, Umiko, cuando he pensado que el único remedio era meditar. Aceptar la situación. Tener presente que la conciencia es un espacio de quietud desde donde experimentamos aquello que está pasando. La conciencia es como el cielo, y los pensamientos y las emociones son nubes que lo atraviesan, es decir, no son sustanciales. Así, observaría los pensamientos como si fuesen nubes, sin darles importancia, hasta que la sangre dejara de concentrarse en aquella parte del cuerpo juguetona. He empezado a meditar.

Un episodio parecido —sin erección, pero más comprometido— me sucedió hace un mes y pico, mientras presentaba un acto delante de dos mil personas. Gracias a aquel trance descubrí que mi práctica meditativa iba por buen camino, y me sentí orgulloso de mi progreso (al día siguiente del acto, no durante el mismo; entonces lo pasé fatal). Yo meditaba veinticinco minutos cada día. Parecen pocos, veinticinco minutos, pero descubrí que si practicaba un rato cada día, si cuando me dedicaba a ello sabía que el tiempo era muy limitado, obtenía mejores resultados, dando por sentado que no se trata de obtener resultados de la meditación y que deberíamos meditar igual que viajamos o igual que bailamos o interpretamos música, gozando del baile o de la interpretación, sin que nos importe el final sino el camino: si los bailarines y los músicos tuvieran la obsesión de llegar al final, los mejores serían los más rápidos. El episodio tuvo lugar en el auditorio del Fórum de Barcelona, delante de dos mil enfermeras (como ya te he dicho, no tuvo nada que ver con una erección). Me habían contratado para presentar el acto de entrega de los premios a las mejores profesionales del año. Me inspiraba mucho respeto, no sólo por las enfermeras, de las que siempre me ha impuesto su amabilidad firme y su bata blanca de la que no voy a hacer ninguna broma, porque ya se han hecho demasiadas y quizás por esta razón flota en el inconsciente colectivo el supuesto morbo de las enfermeras, una fama de la que se quejan —no sólo me daba mucho respeto por ellas, sino porque cuatro mil ojos estarían pendientes de mí, escrutándome, comparando mi voz con mi físico. Además, aquel día estaba muy resfriado. En el escenario había una pantalla gigante de vídeo para que las espectadoras del fondo de la sala pudieran captar todos los detalles. Cuando yo hablaba, la cámara me enfocaba el rostro (allá arriba la nariz debía de medir un metro de largo). Bien, pues a pesar de mi inexperiencia

y torpeza en el escenario, la presentación fue bien, la entrega de los premios, los parlamentos de las autoridades, y mis presentaciones de cada apartado y galardón. Hasta que llegó el momento álgido. El momento en el que yo tenía que hacer un discurso en nombre del colegio de enfermeras, que era quien organizaba el acto y quien me había contratado. Un discurso que no leería, lo había memorizado (si leemos, el público desconecta). Un discurso referente a la falta de prestigio social que tienen a pesar del sacrificio y la abnegación que conlleva estar cerca de los enfermos horas y horas, muchas más de las que están los médicos, los cuales hacen la ronda y ven al paciente sólo un rato al día. El discurso tenía el mismo objetivo que los premios que acababan de dar y que el acto en sí, es decir, subir la moral del colectivo. Pero justo en el momento de empezar, el foco ya iluminándome, un primer plano de mi rostro en la pantalla gigante, justo en ese momento me quedé en blanco. Y me quedé en blanco no porque hubiera perdido el hilo, ni a causa de los nervios, ya que por suerte sólo había tenido nervios los cinco minutos antes de empezar (había contado respiraciones para sosegarme). Tampoco me quedé en blanco por el hecho de tener dos mil enfermeras delante de mí, ya me había acostumbrado a su presencia, y además no parecían enfermeras porque iban vestidas de calle. El motivo era mucho más prosaico: justo cuando subí al atril, mirando a cámara, a punto de empezar a hablar con voz solemne, el resfriado quiso sus minutos de gloria: una gota de mucosidad empezaba a bajarme lentamente por la nariz. Era una gota de dimensiones considerables, o sea, que era más que una gota. Metí la mano en el bolsillo de los pantalones, y me di cuenta de que me había dejado el paquete de clínex en el camerino. No quería ser desagradable, Umiko, pero estoy hablando de un moco líquido y esponjoso a la vez y de un verde tierno —sí que es desagradable, la imagen— de cuando estamos muy resfriados y vamos todo el día con el pañuelo en la mano. El moco era imperceptible para las espectadoras, ya que todavía no había abandonado la fosa nasal; para mí era completamente real, tangible, horrendo. A aquella velocidad, en treinta o cuarenta segundos empezarían a escucharse las primeras carcajadas; claro que subiría la moral de la tropa. De hecho, ya me llegaban los primeros murmullos interrogativos. Cogí aire por la nariz, como preparándome para la solemnidad del parlamento, pero con el objetivo secreto de hacer subir la mucosidad hacia arriba. Volví a coger aire por la nariz dos o tres veces, el aire hacia arriba, pero no había nada que hacer, estaba muy resfriado y la

mucosidad era abundante. Me había quedado en blanco, no sabía qué decir, no tenía sentido que empezara el discurso —tampoco me acordaba— porque tendría que interrumpirlo al cabo de pocos segundos, cuando el moco se hiciera visible para las enfermeras que cada vez cuchicheaban más. También murmuraban entre ellas las autoridades de primera fila, el presidente de la Generalitat, la consejera de Salud, el alcalde de Barcelona, y la presidenta del colegio de enfermeras, que empezó a gesticular con las manos, como diciéndome que espabilara, que empezara a hablar de una vez. Si me hubiera ocurrido en el estudio de radio hubiese pedido un clínex a alguien del equipo, hubiera apretado el interruptor que desconecta el micrófono y después de una breve pausa hubiera continuado con el programa, quizás forzando un poco la voz. Pero no estás en el estudio, pensé; deja de especular. No pienses que vas a hacer el ridículo, aunque sepas perfectamente que lo harás. Dentro de nada habrá dos o tres espectadores que empezarán a reír y el resto del público se les irá sumando, y con un poco de suerte creerán que es una broma a modo de despedida. Pero no pienses en ello: medita. Aunque parezca imposible, intenta meditar. Eres algo más que este cuerpo y tu experiencia personal. Mírate como si fueses otro. Como si fueran de otro los pensamientos y las sensaciones que te asaltan —qué mala suerte, me hacía ilusión que el acto estuviera a la altura; no acostumbran a encargarme eventos con público—, y deja que todo pase como si fuesen las nubes de una tempestad. Me parece, Umiko, que lo conseguí. Me concentré en la respiración, en el vaivén del aire, en las sensaciones que me asaltaban, tensión, paciencia, frustración, ansiedad, y quizás un poco de lástima hacia mí mismo, y no sé si las acepté, pero como mínimo las reconocí. Me convertí en observador de mí mismo, como si el ridículo lo estuviera a punto de hacer otro, un fenómeno que luego he aprendido que los psicólogos llaman disociación. Sí, medité (como te he dicho, al día siguiente me sentía orgulloso). Finalmente la mucosidad empezó a hacerse visible. Pero yo estaba meditando y sentía, curiosamente, paz. Observaba la escena con ecuanimidad. Había aceptado la situación —no hablaría durante la clausura del acto—, y todo estaba bien. Y finalmente no hablé, porque la presidenta del colegio de enfermeras improvisó una solución: empezó a aplaudir, dando el acto por concluido. Se sumaron el resto de autoridades, de manera que dejé de ser el centro de atención; la luz de los focos desplazándose a los asientos de primera fila. Sonreí, dije muchas gracias, y huí corriendo

del escenario para encerrarme en el camerino, y nunca más nadie me va a contratar para presentar ningún acto.

Cuando esta tarde en la playa Pema volvía de saludar a la chica desnuda — desnuda como tú; ya te dije que tiempo atrás hablaba de casualidades y ahora hablo de sincronías—, yo intentaba hacer lo mismo que el día de las enfermeras: meditar. Aceptar la situación. De ti aprendí que la mayoría de los problemas aparecen por no saber decir sí con mayúsculas a lo que la vida nos ofrece, de no saber aceptar la situación presente. Mientras Pema se acercaba andando con pasos cortos, hundiendo los pies en la arena, con aire descuidado, el cigarro en una mano y la otra agarrando el dobladillo del vestido de flores para que no se ensuciara, aunque la arena estaba limpia y tenía una calidad de miel —mientras Pema se acercaba yo dejaba deslizar los pensamientos de temor a hacer el ridículo como si fuesen nubes. En un momento llegaría a mi lado, me miraría el bañador con una alarma especulativa, pensaría que no tengo ningún tipo de credibilidad; pero todo estaba bien. Quizás me compararía a los bañistas que van a la playa nudista a mirar y que cada dos por tres se meten en el agua para rebajar la tensión; pero todo estaba bien porque yo meditaba. La chica desnuda se había vuelto a tumbar en la toalla, tomando el sol, el pelo en libertad, perfumado por el viento. Y al final, como el día de las enfermeras, ha ido bien meditar: cuando Pema ha llegado yo continuaba sintiendo paz y, lo más importante, mi bañador ya no estaba tenso. Tu amiga me ha contado que conocía a la chica de su tienda de ropa. Era una buena cliente.

—Por cierto —ha añadido—, me ha dicho que la puedes mirar directamente. Que para espiarla no hace falta que te escondas detrás de un libro.

Mi piel se ha vuelto acarminada, del color de un langostino hervido. Es curioso que nos sonrojemos y tengamos erecciones sin que los pensamientos tengan nada que ver, todo es más rápido, los pensamientos aún no se han formado cuando de repente el cuerpo toma la iniciativa. La luz de la playa tenía una blancura gaseosa. Ahora Pema me contaba sin transición, con aquella desenvoltura suya tan fresca, que quería vender la tienda de ropa: le gustaría dedicarse a su vocación, la llamada armonización energética, «una súper vocación desde hace tres años». La armonización energética, me decía, es un tipo de reiki pero más

sofisticado, sin imposición de manos. Una terapia que trabaja con el aura de la persona. El aura se podía medir, desde hacía pocos años, y todo era más científico de lo que parecía. No, ella no podía hacer nada para curarte, Umiko, el tumor estaba demasiado avanzado, pero las dos estabais convencidas de que su tratamiento había aliviado algunos de los síntomas. Sin lugar a dudas, si no sufrías tantos mareos ni dolores de cabeza era gracias a su terapia. El mar estaba prácticamente inmóvil, y tenía algo de cristal enturbiado en el que se reflejaba la escenografía de los acantilados, un cristal roto, de vez en cuando, por una ola moviéndose con una voluptuosidad casi ensortijada. Hasta el rincón de la cala donde estábamos llegaba el olor intenso de los pinos, realmente agradable. De repente Pema ha sacado una libreta de la bolsa —«antes de que me olvide»— y me la ha dado. Una libreta negra, de tapas gruesas: tu diario. Era importante, me ha dicho, que leyera algunos fragmentos, sobre todo el final, a lo largo de esta noche y madrugada. Tendría tiempo de sobra de echarle una ojeada y a la vez hacer el ejercicio. El diario me podría servir para descansar, para hacer pequeñas pausas y beber té, aclararme la voz, bajar al jardín a estirar las piernas:

—Hay una pequeña farola debajo de las palmeras; podrás leerlo tranquilamente. Ve con cuidado con los mosquitos. Después, sube arriba y sigue hablando, y no sufras, porque ella continuará profundamente dormida.

La he mirado con ojos incrédulos. Era la primera noticia que tenía de que estarías dormida, Umiko. Como ya te he dicho, yo pensaba que vendría a hablarte un rato pero estando despierta, a recitarte un mantra, como mucho. Pero no he podido hacer ninguna pregunta a tu amiga, porque de pronto su expresión se ha enrarecido. Tenía que contarme la pequeña historia de tu diario. Naturalmente lo habías escrito en tu lengua, ya que se trataba de un diario íntimo; pero cuando llegaste a la isla, cuando ya hacía meses que os conocíais, ella te había animado a traducirlo. Os conocisteis en clase, ella fue una de tus primeras alumnas, y cuando terminó con las clases —no acababa de salirle bien, lo de meditar— pasó de alumna a amiga. Tan amiga que le contaste la experiencia «durísima» del monasterio zen. Y ella te recomendó traducir el diario como terapia, porque escribir sobre las heridas siempre es una buena terapia, las cicatriza. Reescribir el diario, darle vueltas, sería terapéutico. Según Pema, viendo el estilo de vida que llevabas quedaba claro que no habías superado aquellos hechos. A

ti, la idea no te pareció mal. Además, no descartabas, a la larga, publicarlo en forma de libro; podría interesar a muchos occidentales que se proponen hacer retiros en un monasterio zen (algunas agencias especializadas ya organizan retiros de diez días, y viajes en autocar hasta el monasterio con karaoke incluido). Pero lo que más te motivaba era publicar un libro de contenido autobiográfico, con una cierta calidad literaria, lejos de los manuales de autoayuda que habías traducido durante años.

—La aconsejé mal. Traducirlo fue un error —me ha dicho observando la arena donde apagaba el cigarro. En sus ojos se reflejaba la situd y decaimiento. La brisa esparcía la arena fina por encima de las páginas del libro de Thondup—. Lo mejor hubiera sido dejar el diario en paz. No tendríamos que haber removido el episodio del monasterio zen.

Tu amiga me ha seguido explicando que durante meses, por su culpa, habías estado reviviendo una experiencia traumática, y este revivir, en lugar de haberte servido de terapia, había hecho resurgir el sufrimiento.

—Todos generamos enfermedades —me ha dicho—: todas las enfermedades son psicósomáticas.

Pema sostiene que tu enfermedad no se gestó por el sufrimiento del monasterio, sino a fuerza de recordar aquella experiencia, de volver un día sí y otro también mental y emocionalmente a ella. Mientras me metía el diario en la mochila, me ha propuesto ir a su casa para continuar hablando y darme «las instrucciones para esta noche».

Antes de que empiece a echar una ojeada al diario me gustaría explicarte que vine a practicar meditación contigo a raíz de una pequeña crisis. Seguramente las crisis son una oportunidad, tal y como las define el ideograma chino. Nada que ver, supongo, con tu crisis en el monasterio zen, de la que ahora mismo sólo sé lo que me ha comunicado el rostro consternado de Pema. Cuando la empecé a sufrir o a transitar, puesto que no sabía cómo definirla, porque no era una crisis existencial ni sentimental ni laboral, aunque tenía repercusiones en el trabajo, no la llamaba crisis. No obstante, lo era. Una crisis relacionada con las palabras. Un señor problema, puesto que yo me ganaba la vida con las palabras. Todo surgió cuando en la radio empecé a ponerme nervioso durante algunas entrevistas. No era tensión, sino indignación. Salía del estudio abrumado, me iba al parque a pasear, a ver si mirando el verde de las hojas, oyendo las

golondrinas, embelesándome, se me calmaban los nervios. Fui constatando que me ponía nervioso durante las entrevistas a los políticos y los líderes de opinión (qué extraño dedicarse a ser «líder de opinión»). Al principio pensé que la causa de mi nerviosismo era la cantidad industrial de café que tomaba para estar despierto —entonces yo creía que la manera de estar despierto era tomando café—, pero fui descubriendo que todo se debía a algo relacionado con la falta de autenticidad de lo que decían. Cuando hablaban se producía una desarmonía entre las palabras y los gestos, entre la comunicación verbal y la no verbal. No es que mintiesen, aunque algunos mentían descaradamente —no querría generalizar: hay políticos y líderes de opinión que rezuman honestidad, a pesar de la rigidez, a años luz de la soltura esquelética de Obama—, sino que en su discurso, por muy bien argumentado que estuviese, algo se tambaleaba, alguna cosa que entonces no sabía cómo definir. Ahora sí que lo sé, Umiko, gracias a tus enseñanzas. Resulta que no hablaban con lo que los japoneses llamáis *hara*. A mí, como supongo que le pasa a mucha gente, la palabra *hara* me sonaba al harakiri, el rito tradicional japonés del suicidio. Pero me informaste de que hablar con el *hara* no quería decir hablar con las entrañas o el estómago, sino con el centro vital de la persona. O hablas con tu centro vital o las palabras que dices no tienen nada que ver con lo que estás comunicando. Yo, entonces, no lo sabía, pero me iba poniendo nervioso a medida que durante la entrevista constataba este no sé qué, esta desarmonía: la pierna moviéndose febril mientras la boca pronunciaba palabras de bonanza económica con voz flemática, el trazo manicomial del lápiz con el que la mano dibujaba garabatos, los ojos ensimismados, o unas pupilas afincadas en el rincón derecho o izquierdo, en posición de inventar o fantasear mientras la boca juraba y perjuraba que en Irak había armas de destrucción masiva. Una parte de mí, muy en mi interior, se negaba a escuchar; pero si desconectaba no podría repreguntar y haría mal mi trabajo. Una noche se lo conté a un amigo economista, mientras tomábamos unas cervezas, y él me confesó que había roto con una diputada con la que estaba liado porque de noche en mi programa declaraba una cosa y al levantarse, a la mañana siguiente, le decía, con el corazón en la mano, que ella en realidad pensaba todo lo contrario. «Es más sutil», le expliqué, «no es necesario que mientan». «Cuando echo en falta autenticidad en lo que me dicen, cuando no se lo creen de verdad, una parte de mí quiere desconectar y largarse.» «Entonces deja de entrevistar a

políticos y entrevista a verduleras. Ellas se creen el producto.»

Durante las semanas siguientes fui cogiendo manía a las palabras o, mejor dicho, al abuso de las palabras, a las palabras banales que me daba la impresión que saturaban la atmósfera, sobre todo —aunque no sólo— a través de los medios de comunicación. Nuestra conciencia, un campo de operaciones para que todos hagan sus maniobras. Como no podemos ir todo el día con tapones en los oídos nos vemos obligados a escuchar la elocuencia siniestra de gente que habla por los codos y se esfuerza en decir el mayor número posible de obviedades. La situación ya la vislumbró Lao-Tse: los que hablan no saben, y los que saben no hablan (aunque después tuvo que escribir un libro para dar a conocer todo lo que sabía). Los que hablan no saben: es como si la época quisiera llenar el vacío existencial con palabras, palabras que junto con los conceptos y las creencias tapan la realidad. No son la realidad, sino un tipo de pantalla o filtro entre nosotros y la vida. Hemos puesto las palabras por encima de los significados. Tú, Umiko, me habías enseñado que el zen utiliza el término *mushin*, que significa no-mente, para explicar la manera de estar en el mundo con la mente limpia como un espejo y captar su naturaleza original sin la distorsión de los conceptos y las palabras. Todo esto lo razono ahora, con lo que he aprendido en los últimos meses. Entonces, al principio de la crisis, lo sentía y basta. Y me ofuscaba la visión de futuro, porque me ganaba la vida con las palabras, sobre todo con las de los otros, ya que como sabes en la radio hablo poco y tiendo a moderar y a preguntar. En casa, cuando encendía el televisor y nos asaltaba aquel hablar por hablar de las tertulias, sobre todo de las deportivas, especulando sobre la derrota de hacía cuatro años, o los desplazamientos en autocar para un partido que se jugaría al cabo de tres días, yo empezaba a ponerme nervioso y mi mujer venía al sofá con una expresión de divertimento ávido y una aspirina que en contacto con el agua producía una efervescencia festiva. Yo echaba en falta autenticidad en buena parte de lo que escuchaba a través de los medios de comunicación. Era como una obra de teatro mal representada. Todo cambió a raíz de las entrevistas que hice al actor John Malkovich y al músico Pascal Comelade. A Malkovich lo entrevisté con la excusa de una obra de teatro que dirigía en Barcelona sobre Dalí y Freud y de entrada cuando lo tuve enfrente me sorprendió su aire, un aire que a pesar de las cejas inquisidoras, tan útiles para interpretar psicópatas, a pesar de las bambas rojas, la corbata de patos y la cajetilla de cigarrillos Next que sus

manos acariciaban con suavidad, las mismas manos que sujetaban la barbilla, por turnos, y que hacían gestos contenidos y admirablemente ligados a la matización de la frase, como si una parte desocupada de la mente se ocupara de la coherencia entre la comunicación verbal y la no verbal, tenía algo de beatífico, como si el actor estuviera impregnado de la atmósfera de un monasterio. Le hice la primera pregunta y antes de contestar —creo que le pregunté sobre la costa francesa, donde vive— dejó un silencio largo, muy largo. Lo mismo pasó después de la segunda pregunta, de la tercera, de todas. No eran pausas dramáticas, de las que acostumbran a hacer los malos actores o la gente que se hace la interesante. Eran silencios absortos durante los cuales Malkovich pensaba. Y no sólo me entusiasmó que un invitado se tomara tiempo para pensar, para decir algo original, para construir frases bien escandidas, melódicas, de una suavidad turbadora —un esfuerzo que otro hubiera considerado una pérdida de tiempo en un medio donde lo que cuenta es ir al grano—, sino que durante los silencios experimenté un tipo de paz, de bienestar ingrátido, como nunca lo había sentido hasta entonces.

Busqué más invitados que dejaran pausas similares, pero al final opté por hacerlas yo mismo. No obstante, antes, impaciente como estaba por volver a sentir aquella paz, en las entrevistas formulaba preguntas breves, inesperadas (las preguntas breves suelen provocar un silencio de tres o cuatro segundos antes de la respuesta, ya que el interlocutor queda descolocado). En pocos meses entrevisté a dos presidentes de la Generalitat consecutivos que dejaron unos silencios que les humanizaron pero que a mí no me hicieron sentir aquella paz, seguramente porque en el estudio había demasiado ajeteo de cámaras: silencios de ocho y seis segundos, respectivamente, durante los cuales uno de ellos, el presidente digamos más joven—pero que tenía el pelo blanco y la voz ronca—, miró por la ventana en dirección al tranvía de la Diagonal con aire ausente de sonámbulo, como si no estuviera en el estudio ni física ni mentalmente, y el otro, el presidente más mayor, jugó con un clip que tenía entre las manos, el mismo clip con el que, por cierto, y nunca lo he contado a nadie, cuando estábamos solos se había limpiado las orejas. Me dio tanto por los silencios, tal y como los entendía entonces, es decir, como ausencia de ruido —un nivel de silencio superficial, como aprendería más adelante— que incluí una sección en el programa que consistía en retransmitir un silencio en directo a través de una unidad móvil que se desplazaba cada día

a un sitio distinto del país. Cada silencio era único, tenía su propia textura, estaba interrumpido por sonidos diferentes, sonidos mínimos como el del follaje, el aire fino, unos leves pasos o unas voces a lo lejos que el técnico captaba a la perfección, bien equipado como iba con el micrófono que se usa para las retransmisiones de conciertos de música clásica y para las misas del monasterio de Montserrat. Y además entraba en juego la imaginación del oyente cuando retransmitíamos el silencio de la pelusa de polvo de una habitación de hotel con la insinuación de secretos y caricias pasadas. Con todo, la sección no duró mucho, ya que el jefe de programas decidió que no tenía sentido gastarse el dinero en una unidad móvil para retransmitir la nada. Sin embargo, mi obsesión por los silencios prosiguió y se vio recompensada con creces cuando entrevisté al músico Pascal Comelade. Como ya me habían avisado de que era un conversador difícil, porque hablaba muy poco, cuando entró en el estudio lo primero que le solté, en tono jocosos, fue: «Me han dicho que haces sufrir a los entrevistadores.» Cualquier otro invitado hubiera sonreído. Él me clavó una mirada larga, recelosa. Al empezar la entrevista, ya en la primera pregunta —cómo se sentía en la ciudad en medio del gentío un hombre rústico como él— tardó no cuatro ni seis ni diez ni veinte segundos en responder, sino un minuto y pico, una eternidad en la radio, un tiempo infinito durante el cual mantuvo la expresión arisca con la que había entrado, hizo alguna mueca, giró la cara hacia uno y otro lado, se rascó el pelo ondulado, las patillas, miró con ternura a la jefa de prensa, como buscando inspiración, y una vez pareció tener clara la respuesta, una vez adoptada de nuevo la rudeza ingenua que tiene encima del escenario cuando toca el piano de juguete, aún dedicó unos segundos más a pensar cómo expresar bien la respuesta, cómo decir con palabras inteligibles lo que no debía de ser ni siquiera una idea, sino un pinchazo en el estómago. Durante aquel minuto larguísimo fui feliz. Sentí el mismo embeleso que en la entrevista a Malkovich. Todo estaba bien, a pesar del aturdimiento del técnico de sonido, que no sabía qué hacer —los oyentes debían pensar que se les había estropeado el receptor—, y de la guionista, cuya mirada decía «yo ya te he avisado». No recuerdo la respuesta de Comelade. Las palabras fueron lo de menos. A partir de entonces, de alguna manera imité los silencios de Comelade y Malkovich (poca cosa más podía imitar), con la diferencia de que ellos no parecían experimentar mucha paz cuando los dejaban; Comelade seguro que no. Mientras yo callaba, en lugar de pensar

la siguiente frase, o de cavilar acerca de la sintonía que estaba a punto de sonar, en lugar de fijarme en la mirada alterada del técnico de sonido, o en la luz de la luna que entraba por el ventanal que da a la Diagonal, una avenida atravesada por los últimos tranvías de la noche moviendo unos cables vacilantes de resplandor y oscuridad, me dejaba llevar por el recogimiento del estudio, de la moqueta azul en las paredes y el suelo (el piloto rojo solicitando precaución), subía el volumen de los auriculares, escuchaba mi respiración, el entrar y salir del aire, y todo estaba bien.

Cuando te conocí me felicítaste por aquellos silencios. Yo, sin saberlo, durante los silencios estaba meditando. Tú me invitabas a un curso intensivo de meditación, y, como te he dicho, acepté para profundizar en aquella paz. Entonces no te lo comenté, pero el primer día de meditación fue un fracaso. Y eso que fui con la intención de hacerlo bien. Tu casa parecía construida en el fin del mundo, no sólo por el tono dramático y ferruginoso del paisaje, por los ocre y los rojos y la salinidad en la parte alta de las higueras y los pinos, no sólo por la lluvia de aquella mañana, la luz debilitada, sino porque en esta zona no vivía ni vive prácticamente nadie. Tu casa me pareció una delicia. Qué maravilla la fachada blanca, con esos emblanquecidos azulados típicos de Formentera, el blanco de la cal fundiéndose en un tono violáceo líquido. Mientras me acercaba por el camino de grava, de un rojo oxidado que debe de tener alguna propiedad estimulante, me pregunté cómo podía tener una casa así una chica que se ganaba la vida dando clases de meditación. Yo entonces no sabía que tus padres habían muerto cuando eras adolescente, en un accidente de coche, y que habías heredado su dinero, no mucho, aunque suficiente como para permitirte los gastos de alquiler de la casa después de la experiencia desoladora del monasterio zen. Éramos cuatro personas, haríamos la clase en el comedor, una sala polivalente, amplia, el suelo de parqué, almohadas granates, un pequeño aparato que reproducía un cdé de mantras y una mesilla con té verde. De entrada, la profesora Umiko se descalzó, se sentó en la posición de un buda, apagó el reproductor de CD, nos dio la bienvenida mirándonos a todos y cada uno de los asistentes a los ojos, la mirada enérgica, y nos preguntó qué esperábamos de aquella clase. La temperatura de la sala era benigna, a pesar de que afuera continuaba lloviendo. Recuerdo que las dos primeras respuestas fueron: «Conocerme a

mí misma», y «conectar conmigo misma». Y también recuerdo que yo, para romper el hielo, pregunté:

—¿Y si cuando me conozco bien me llevo un desengaño?

Nadie sonrió. A excepción de ti, claro. Tu mente daba vueltas a tanta altura que encontraba cualquier asunto risible. Nos explicaste que habíamos ido a tu casa sencillamente «a estar». Aquí no sabíamos «estar»: siempre teníamos que hacer cosas. Aunque tus fuentes eran budistas, la meditación que compartiríamos no tenía nada que ver con las religiones, si bien es cierto que tú no considerabas el budismo una religión. Aprenderíamos a sosegar la mente, a desarrollar la concentración, a canalizar las emociones negativas y, con un poco de suerte, podríamos entrever la naturaleza de nuestro ser. En todos y cada uno de nosotros está contenida toda la felicidad, dijiste, y lo único que nos impide gozar de ella es la propia mente: las creencias limitadoras, los temores, los deseos, las expectativas. Hablabas vocalizando, componiendo las frases con anticipación, sin prisa ni nervios. Te creías aquello que explicabas, no había disonancia entre lo que decías y cómo lo decías. Nos mirabas uno a uno fijamente, ininterrumpidamente, con ese tipo de mirada adhesiva que pensé que los especialistas en comunicación verbal criticarían, porque según ellos si miramos a alguien más del ochenta por ciento del tiempo le intimidamos, ya que de repente el otro teme que intuyamos cosas que ni él mismo sabe. Según me dijiste más adelante, mirabas así para captar el tono vital de la persona (no porque te hubieses fumado un porro). «Vamos por la vida», continuaste, «percibiendo la realidad como agua de río mezclada con lodo.» El propósito de la meditación de aquel día sería conseguir depositar el lodo en el suelo para ver el agua clara. De entrada teníamos que estar pendientes de las fosas nasales, del aire que entraba y salía por ellas. En cuanto a los pensamientos, si uno nos asaltaba, lo acompañaríamos amablemente hacia la salida, sin recrearnos en él. Esto es lo que haríamos durante las siguientes cuatro horas. Nos sentaríamos con las piernas cruzadas, la espalda recta, la cabeza estirada como marionetas sostenidas con hilos invisibles y la nariz alineada con el ombligo. Por lo menos lo intenté. Las cuatro horas se me hicieron eternas. Te aseguro que traté de acompañar los pensamientos hacia la salida, pensamientos sobre la casa, tan bonita, sobre las palmeras con un toque masculino, sobre aquella desconocida que se ganaba la vida enseñando a la gente a no pensar, cuando de esto en realidad ya se encarga la sociedad y la cultura de masas,

o, mejor dicho, enseñaba a la gente a no dar importancia a los pensamientos, como intentaban poner en práctica las dos chicas y el chico que me acompañaban y que debían de ganarse la vida como camareros o tocando la guitarra o los bongos en los chiringuitos de la isla, o fabricando productos artesanales, yendo de mercado en mercado, pendientes de las ventas para sobrevivir, un deambular estresante para unos jóvenes que habían venido a la isla buscando la tranquila pureza que la civilización ha perdido —trataba de acompañar estos pensamientos hacia la salida pero fracasaba una y otra vez, porque cuando no me distraía con los pensamientos (también pensé en Carlota; qué debía de estar haciendo en el Rosellón, en qué debía de estar pensando) me distraía mirándolos a ellos, los ojos cerrados, las respiraciones convencidas, los paquetes de tabaco para liar, el pelo con rastas, la piel de los pies endurecida, sobre todo la de una chica que a pesar de la lluvia había venido descalza, y que de repente empezó a roncar. Mi concentración se fue al traste. No creo que te dieras cuenta, Umiko, pero al cabo de un rato yo también me dormí.

Qué difícil es mantener fija la atención. Cada minuto perdemos la atención entre seis y doce veces. Todo mejoró un poco al día siguiente, domingo. Ese día estaríamos solos, y si no llovía meditaríamos en la playa. Había pasado la noche en la pensión en un estado de ingenuidad casi angelical, con la sensación de que al día siguiente sí que reencontraría y alargaría la paz de los silencios de la radio. Durante toda la noche había chispeado; cuando me levanté, sobre los campos había una gasa de vapor de agua muy tenue pero no llovía. A lo lejos, en la otra punta de la isla, el Pilar de la Mola flotaba en una esponjosidad azulada. El comentario de Carlota —«rectifico: tus oyentes sí que saben como tirarte los trastos»— me había dejado un sabor agrí dulce: ella difícilmente se mostraba celosa, yo tenía que deducir sus celos tangencialmente, con salidas de tono como aquella, si bien no estaba seguro de que aquello fuera una muestra de celos, ni que fuera una salida de tono. Iríamos a meditar, me dijiste, a una cala situada entre Punta Pedrera y Punta Gavina; afortunadamente estaríamos lejos de cala Saona. Como recordarás, hacía un día prodigioso de primavera, y no quedaba ni rastro de la lluvia. En la playa había una luz filtrada que acentuaba la matización del paisaje, la calidad dorada de la arena, y cerca de las rocas el mar estaba agitado. Habíamos quedado directamente en la cala, porque tú querías ir en bicicleta; yo fui en moto, sin casco: me lo habían robado el día antes en el puerto, mientras

compraba un sombrero, pocos minutos después de alquilar el ciclomotor (en tu isla se había puesto de moda robar cascos). Cuando nos encontramos, después de los dos besos, quise comentar algunas dudas sobre la meditación del día anterior, pero me respondiste que era mejor no hablar antes de la práctica, que ya lo haríamos luego, porque «hablar rompería el equilibrio» (en cambio, ahora, durante esta noche y madrugada, quieres que te hable). Un dulce aroma mentolado impregnaba tu camisa de lino blanco. Ya sentado encima de la arena —la maldita postura— me ayudaste a estirar el cuello y la cabeza, como si tuviera que tocar el cielo con la coronilla. «De esta manera, la circulación del *chi* será fluida», murmuraste, la voz con inflexiones de ternura, como si hablaras a un niño. Después me dijiste que dejara descansar la lengua en contacto con el paladar y que intentara adaptar la respiración al ritmo de las olas para que el aire del mar entrara en mi interior transmitiéndome «la paz de un océano más allá del pensamiento». No pude evitar contestarte: «no cuesta mucho, estar más allá de mi pensamiento». Sonreíste, doblaste la camisa, te sentaste encima de ella balanceando el cuerpo, buscando un punto de equilibrio natural, mientras dirigías los ojos al horizonte moviendo los huesos, desperezándote. «Hemos perdido el contacto con el horizonte. Pasamos demasiado tiempo entre paredes». El mar tenía una dulzura acariciante, a pesar de la pequeña brisa insistente y del blanco de la espuma del agua que golpeaba contra las rocas de los acantilados, realzando la grandiosidad natural del lugar. Al cabo de unos veinte o veinticinco minutos, cuando ya me habían asaltado pensamientos de toda clase, empezando por todo lo que no sabía de ti, qué vida habías tenido antes de llegar a la isla, si siempre habías sido así de tranquila o habías cambiado después del periodo del monasterio zen, pasando por mi temor de volver a repetir el fracaso del día anterior, y terminando por la ropa que llevabas aquella mañana, una ropa de licra muy apretada, quizás demasiado, quiero decir que se marcaba mucho la carne, hasta los pezones, cosa que no encajaba con tu talante minimalista, si bien, aquello era, claro está, minimalista —cuando me habían asaltado estos pensamientos me dijiste, sin dejar de mirar al horizonte, que la mente es como el mar, que cuando sopla el viento hay grandes olas que suben y bajan, pero cuando el viento se calma las olas decrecen y entonces la mente tiene la claridad del agua cuando no la agitas y se convierte en un espejo donde te puedes reflejar: «Ahora hay muchos pensamientos en tu mente, pero si no les das

importancia irán desapareciendo hasta que conseguirás una mente clara como un espejo que refleja lo que te rodea.» Has de saber que pensé: no entiendo qué gano siendo un espejo, me gustaría ser yo mismo vívidamente y no un espejo (Umiko me está proponiendo una felicidad anestésica). Pero no pienses, hazle caso, trata de adaptar tu respiración a las olas. Deja que entre por los sentidos o por los poros o por donde sea el azul silencioso de este entorno natural. Y justo después de pensar eso, oí un zumbido. Una abeja revoloteaba a mi alrededor. La respiración me iba más deprisa que las olas, también el latido del corazón. La abeja iba y venía, y cuanto más pensaba en ella, más venía y menos se iba (los pensamientos como un imán). Tú seguías concentrada en la línea del horizonte. La abeja cerca de mis pies, de la pierna. Y fue cuando se me acercó al abdomen, atraída, supongo, por el sudor en torno al ombligo, fue entonces cuando abandoné la postura, espanté a la abeja con el sombrero, y el ejercicio se acabó. Te giraste, riendo, y empezaste a aplaudir.

—¡Bien! —exclamaste—. Mientras estabas pendiente de la abeja no has pensado en nada más. Has meditado. Te he traído a esta cala porque hay muchas abejas.

Después aprendí que es habitual que los buenos meditadores incluyan en la práctica abejas y mosquitos para así integrar el cosquilleo de las patas o hasta el aguijonazo del insecto como una sensación más que se disolverá de un momento a otro, el dolor como objeto de meditación, igual que también se disolverá el temor, el miedo a la picadura, o a tragarse el insecto accidentalmente, y una vez disuelto el temor surgirá otro pensamiento o sensación, una fantasía, un recuerdo, un deseo, el deseo de abandonar porque me estoy aburriendo, pero al cabo de unos minutos se va el aburrimiento y viene el enojo, y me enfado conmigo mismo porque soy incapaz de meditar, o por estar en la playa un fin de semana perdiendo el tiempo delante del mar, y cuando te digo que estoy enfadado —sin concretarte el motivo— me respondes que el de ahora es un buen momento para sentir el calor de la ira, cómo hace centrifugar la energía, hasta que al cabo de unos segundos esta energía agresiva se disuelve y se transforma en otra que tiene forma de pensamiento o sentimiento o emoción que también se disolverá al cabo de poco, y así toda la meditación, y así toda la vida. Por eso es una tontería apegarse a nada, porque todo se va. Sólo hay un

lugar donde aferrarse, me dijiste después de la segunda o la tercera clase, aquí, en tu casa, mientras tomábamos té: «el espacio donde todo transcurre. De alguna manera nosotros somos este espacio». Te comenté que Joan Vinyoli tiene un poema que dice algo así como que somos transparencia. Proseguiste, como si no te hubiera dicho nada: «Podemos conectar con este espacio a través del silencio que hay entre los pensamientos.» Bebí un sorbo de té. No era ni la primera ni la última vez que tomaba té mientras escuchaba afirmaciones de ese estilo. Era una manera inconsciente de disolver el escepticismo que se me instalaba en el estómago. Te recuerdo que por aquel entonces me salía urticaria con sólo escuchar la palabra *autoayuda*.

Por la mañana, en la arena, mientras aquellas afirmaciones contundentes formaban parte de la lección práctica, todo fluía, a pesar de los pensamientos críticos que me asaltaban de vez en cuando. Pero por la tarde, dichas así, sin salino, me parecían más difíciles de digerir. No porque fuesen declaraciones extravagantes o inverosímiles, que lo eran, sino porque eran demasiado bonitas. Y pronunciadas así, tal cual, como si fueran mantras o eslóganes electorales —salvando las infinitas distancias entre los mantras y los eslóganes electorales— sin ninguna argumentación ni matiz posterior, me parecían frases y nada más. El escritor Jorge Luis Borges, ante una afirmación demasiado bonita, aunque fuese suya, acostumbraba a decir: «Es sólo una frase.» Claro que me podrás rebatir que en Japón cualquier maestro zen debe de hacer afirmaciones como aquellas, frases que por poco que se matizaran perderían su sentido original, granítico. Claro que tú misma las debías haber aprendido de algún maestro. Pero a veces pensaba —discúlpame— que las habías leído en algún manual de autoayuda que daba palos de ciego e intentaba reproducir lo que había dicho algún sabio. Claro que lo decías con la mejor de las intenciones —aún gracias que me invitabas y me regalabas tu tiempo—, pero no podía evitar ese nudo en el estómago. Tenían un deje de filosofía barata. No sabía hasta qué punto tus conocimientos provenían del monasterio zen o de los libros de autoayuda; por lo que tenía entendido, los monjes budistas hablan más bien poco, y tú, la verdad, hablabas por los codos. Quizás mi escepticismo estaba influido por el lugar donde nos encontrábamos, tu estudio, que en aquella hora tenía un punto de tristeza, con una luz vaporosa teñida de gris (en tus cabellos negros hacía el efecto como de pelusilla). O quizás influían las figurillas de Buda que tenías y tienes, las

cajas de incienso, la docena de botellas de flores de Bach, las piedras rojas y verdes, el relicario, un mandala, un libro del I-ching, fotografías del Dalai Lama y dos grandes estantes metálicos con libros, donde entreví muchos manuales de autoayuda.

Me habías leído fragmentos de dos manuales, de Deepak Chopra y Eckhart Tolle. Chopra decía algo así como que el silencio entre pensamientos es la vía de conexión con la energía del universo, la misma energía que hace mover los planetas y las estrellas. En cuanto a Tolle, a quien, por cierto, habías ido a ver a Barcelona, afirmaba que la humanidad está viviendo un cambio de conciencia: durante milenios la mente humana ha sido poseída por los pensamientos, por un pensamiento detrás de otro, o sea, la completa identificación con la mente, y eso ahora está cambiando, porque cada vez hay más gente que cree que no somos los pensamientos, sino algo más. «Tolle es un hombre optimista», te dije, «yo creo que la gente sigue como siempre.» «Pues yo pienso como él», contestaste. «Si no, no hubiésemos ido a verle 3.000 personas en Barcelona, pese a que en ningún medio de comunicación os hicisteis eco de la visita.» Reíste, como rebajando la carga de aquella frase, y continuaste leyendo en el azul cada vez más denso del atardecer. De vez en cuando me mirabas sin decir nada; para ser exacto, me mirabas las manos. Cuando levantaba la cabeza de la libreta me daba cuenta de que tus pupilas estaban clavadas en mis manos, sin moverse, como si aprovecharas aquellos pequeños momentos para meditar, haciendo de mis manos tu objeto de meditación.

Supongo que recuerdas la situación incómoda que vivimos la última tarde del curso, antes de despedirnos. Fue por mi culpa, yo no tenía que haber sido tan brusco ni sincero. Pero quizás sobrevaloramos la sinceridad, un concepto que no sé muy bien qué significa. Teniendo como tenemos sesenta mil pensamientos al día, si queremos ser sinceros los tendríamos que decir todos en voz alta, o al menos todos los que generan una determinada persona o situación: puesto que los pensamientos son contradictorios, nuestra sinceridad nunca sería ni blanca ni negra, sino gris y caótica. El caso es que ya me habías contado todo lo que tenías que contarme, y yo te había agradecido tu amabilidad y paciencia conmigo. Ahora ya disponía de las herramientas para empezar la práctica de la meditación por mi cuenta, en casa, como si se tratara de una rutina gimnástica, hasta que a la larga, me dijiste, ganaría ecuanimidad. A la larga encontraría un ángulo de paz desde donde vivir, dejaría de ser un

esclavo de las circunstancias, la felicidad ya no dependería de lo que ocurriera a mi alrededor. Pero antes de despedirnos, puesto que me sobraba tiempo para coger el barco y el avión, me invitaste a ver un dvd que acababa de regalarte tu amiga Pema. «Es un documental que promete mucho», me dijiste. Acompañaríamos la sesión con unas pastas de cabello de ángel que habías hecho tú misma «expresamente para la ocasión». Te lo agradecí de nuevo y me senté en el suelo, encima de unas almohadas enormes —de la tienda Natura— y delante de un pequeño monitor que sólo utilizabas para ver documentales seleccionados, como aquél. El dvd duró más de una hora. He aquí mi resumen: hay un secreto universal que ha permanecido escondido durante siglos, pese a que han tenido acceso a él todos los personajes que han «triunfado», desde compositores hasta empresarios multimillonarios, pasando por místicos como Gandhi. El secreto es la llamada ley de la atracción, es decir, el método para atraer a nuestra vida aquello que deseamos, tanto si se trata de salud, dinero o amor. Aunque sean deseos aparentemente imposibles. El documental se apoyaba en frases de los siguientes testigos: un «visionario», el «creador» del programa *Riqueza más allá de la razón*, un «estudioso de los principios de la verdadera riqueza y prosperidad», y el coautor de la «exitosa» serie *Sopa de pollo para el alma*. Joe Vitale, un metafísico que antes había sido indigente, declaraba: «Todas las cosas que te rodean ahora mismo en la vida, incluso aquellas que más lamentas, las has atraído tú. Sé que esta idea te parecerá molesta, pero te la digo a la cara.» También atraemos, según el documental, las enfermedades. Había un capítulo dedicado a la salud: cómo curarte las propias enfermedades. Cuando salieron los créditos, la verdad es que no me atrevía a mirarte. La sensación que se me había instalado en el estómago iba mucho más allá del escepticismo. Era como si me hubiera tomado una mezcla de licores de garrafa. Tú, Umiko, con la fisonomía expectante, me preguntaste qué me había parecido.

—Si quieres que te diga la verdad —te dije—, me ha parecido una americanada.

—Pues a mí me ha encantado —dijiste, con un semblante risueño—. Está explicado de una manera un poco sensacionalista, pero estoy totalmente de acuerdo con el trasfondo de lo que dice. —No sé si me sorprendió más el hecho de que te hubiera gustado, o la inocencia y naturalidad con que lo decías. El oreo lento movía las cortinas, y aullaba contra el marco de la ventana. Me di cuenta de que tenía los labios

fruncidos, sentía rabia. Me exasperaba que una mujer sensible e inteligente como tú pudiera hacer caso de una americanada como aquella, y que una americanada como aquella hubiera triunfado. Ahora sé que sentimos rabia porque tenemos unas expectativas demasiado elevadas sobre cómo deberían ser los otros. Cuando la emoción nos domina, tendríamos que salir a dar una vuelta, pero nunca expresarla directamente a quien nos la ha provocado (en el fondo nos la provocamos nosotros), porque es como lanzarle un cubo de agua fría. Y supongo que esto es lo que hice, Umiko. No tanto por lo que te dije, sino por cómo te lo dije. Se me debía notar una fuerte carga de indignación en la voz y en el rostro.

—Umiko, siento decírtelo, porque veo que a ti te ha entusiasmado, y que conste que te lo digo con todo el respeto, pero no entiendo cómo a una mujer inteligente como tú, que conoce este tipo de asuntos, le puede gustar ese batiburrillo de recetas fáciles. Como lo monjes zen casi no hablan, a veces pienso que necesitas acudir a manuales para almacenar algo de teoría, porque ellos no te la dieron. Aquí no hay ningún tipo de rigor. Te hacen creer que todo depende de ti. La manera como hablan es un insulto a la inteligencia del espectador. De hecho, todo el dvd es un insulto a la inteligencia del espectador.

Tu cara se apagó. Fue la primera vez que te vi seria. Me pediste que te disculpara, que ibas un momento al baño. Cuando volviste la piel alrededor de los ojos había cogido un tono malva. Te ofrecí un pañuelo, y lo rechazaste con un gesto elegante de desdén.

[Martes, ²¹] Me voy. Lo dejo. Llevo aquí casi dos semanas y esta debe de ser la cuarta o la quinta vez que pienso de verdad en irme. Quizás no de verdad; hasta que no lo he escrito en este papel no he visto claro que lo mejor sería dejarlo. Intuyo que al maestro no le gustaría saber que estoy escribiendo. Tampoco les gusta que lea más de la cuenta. Todavía no sé cómo se llama, el maestro. Kazuo-san me sugiere que no lea mucho, porque corro el peligro de terminar viviendo a través de los ojos de otro. Quiere que me concentre en el presente. De hecho, por eso he venido. Y para saber quién soy ahora, en el instante en el que escribo estas reflexiones con la estilográfica que me regaló mi padre. Del zen me atrae la radicalidad. El hecho de que sea una práctica radical, ambiciosa, cuyo objetivo es liberar a la persona de todas sus identificaciones. Cortar los lazos que nos atrapan, que nos aprisionan. Abrir puertas más allá del intelecto, de eso se trata. Espero los koans como agua de mayo. La expectativa del koan es lo que me frena de irme, junto con la intuición que si escarbo en mi interior voy a encontrar algo más. Somos más grandes de lo que nos dicen. Si escarbo en mi interior quizá me sentiré en casa. Nuestro único problema es la nostalgia del auténtico hogar. Quiero sentirme en mi hogar en este cuerpo que últimamente han tocado demasiados hombres. Quiero sentirme en casa, esté donde esté. Necesitaba una ruptura radical, por eso vine. Por eso acepto este ascetismo. Tengo dos futones. En uno duermo y en el otro tengo la ropa, bien doblada; también ahí me tumbo para leer y escribir. Demasiado grande, esta habitación, para una persona sola. Me gustan las paredes de madera, la imperfección de la puerta corredera que a veces salta de los raíles sobre los que está montada. Me gusta la imperfección de las vigas de madera del techo, troncos de árboles poco trabajados. La imperfección de la ventana demasiado pequeña comparada con el techo, muy alto. Suerte de la ventana. Me deja huir, ver el camino que llega a la cocina. También me deja ver las flores de color naranja del nag champa. Y sobre todo me permite abstraerme delante del arce, con las típicas hojas de otoño, las que parecen estrellas rojas. Aquí el tiempo, este concepto curioso, no ha pasado. Aquí no ha llegado la globalización, continúan instalados en el mundo de antes, de la época de mis abuelos. No hay ni mesas ni sillas. Quizás alguien tiene escondida una conexión a internet para hacer los pedidos; o no, porque no hay pedidos que hacer. Cuando el empleado de alguna fábrica de comida nos trae restos, restos de serie, los monjes saltan de alegría. Me gusta este aislamiento. Al lado de la puerta

hay un tiesto con un ciprés hinoki, un bonsái típico de la zona. Tendré que cuidarlo el año que voy a pasar en el monasterio —si es que no me voy. Al otro lado de la puerta hay un repisa hecha a mano por un carpintero no muy hábil, llena de irregularidades, que me sirve para dejar la tetera y la taza de nácar, decoradas con caracteres chinos. Hay también dos cuencos de madera, uno con agua y una flor de loto, y otro con guijarros grises. La flor de loto la habrán cogido del lago, a medio camino entre el monasterio y la casa del maestro. Un lago que desprende grandeza. En cuanto a los guijarros, son iguales que los de los márgenes del camino de madera que lleva a la sala de meditación y a la cocina. El lago es inmenso, lleno de peces y de flores de loto que evitan que haya demasiadas algas y ayudan a mantener el agua fresca, incluso en verano, según me cuenta Kazuo-san. Yo, de momento, no he podido comprobar las cualidades térmicas de mi flor de loto, porque la temperatura del otoño ya mantiene fría el agua. Me doy cuenta de que quizá, haciendo un repaso a todo lo que hay en la habitación, estoy meditando. Igual que cuando el monje nos ordena que repasemos todas las partes de nuestro cuerpo, como si la mente fuera un escáner. Pero él no tiene ni idea de lo que es un escáner. No necesito esta técnica para darme cuenta de que mis piernas son recipientes llenos de agujas. Demasiadas horas meditando en la posición de medio loto. Me dicen que dentro de unos meses podré conseguir la posición del loto, y quizá dentro de unos años el doble loto. Me dicen también que tengo suerte de ser una mujer, que las mujeres son más flexibles. Y me dicen que si trabajo duro a la larga nada me dolerá, que no sentiré ni frío ni calor. Podré meditar en medio de un campo helado o encima de las brasas. Pero hace ya dos semanas que trabajo muy duro y no noto ninguna mejora.

Me despierto a las cuatro de la madrugada, me levanto rápidamente con la sensación de haber dormido cinco minutos, me lavo la cara con agua fría, me visto y me voy a la sala de meditación. Tengo que salir afuera, y hace un frío que pela. Cuando llego a la sala de meditación me descalzo, hago una reverencia a la estatua del buda de la meditación, una reverencia al monje que nos controlará durante las tres horas siguientes —se enfadaría si supiera que digo que nos controla; teóricamente nos acompaña, pero en la práctica nos increpa si nota que nos despistamos—, y también hago una reverencia a la almohada sagrada sobre la que, se supone, me llegará la iluminación. Y entonces empieza el maldito dolor. Va de menos a más, y de más a menos; así durante las tres horas de

meditación. Luego salimos, hacemos unos ejercicios de estiramiento, y vamos a desayunar. Arroz, fruta, yogur. Después de haber cantado los sutras correspondientes. Cuando terminamos cada uno se va a trabajar. Al huerto, al jardín, a la cocina. Luego me permiten hacer una siesta de media hora, un tiempo muy valioso que estoy malgastando escribiendo estas líneas. A continuación me voy a la cocina, a trabajar un poco más, antes de comer. Qué poca variedad, con respecto a la comida. No hay carne, porque estimula la agresividad. Hay verduras hervidas, verduras en escabeche, verduras condimentadas. Con un poco de suerte hay arroz y fideos. Pero todo ligero, porque después empezamos de nuevo: tres horas más de meditación, y tres horas más antes de cenar. Una disciplina muy dura, pero no es esto lo que me asusta. Temo estar perdiendo el tiempo, salir de aquí sin haber aprendido nada. Tengo la sensación de haber aprendido más con la traducción de libros introductorios al zen que con los especialistas en zen. Aquí no hay teoría que valga. Aunque, quizá, la teoría se imparte en la casa que hay al otro lado del jardín. Después de la meditación de la mañana los monjes, sin excepción, hacen cola delante de aquella casa. Una casa pequeña, de madera, con dos rocas colosales delante, recubiertas de musgo. Allí vive el maestro. Los monjes van a verle cada día, pero yo lo tengo prohibido.

Los monjes hacen cosas que yo tengo prohibidas. Ellos avanzan, y yo me quedo atrás. A ellos no les cuesta mucho mantenerse despiertos durante la meditación, aunque Kazuo-san me dice que todos se han dormido alguna vez. Esto no me reconforta. Si como mínimo pudiera dormirme sin caerme... Ayer, durante la meditación de la mañana, después de una lucha feroz, me venció el sueño. Puesto que aún no domino la posición de medio loto, caí y me di un golpe fuerte en la cabeza contra la espalda del monje que meditaba delante de mí. El monje que nos controlaba se enfadó conmigo y me mandó a la cocina a trabajar. No entiendo para qué sirve tanta práctica, si igualmente acaban irritándose como cualquier mortal. El caso es que me parece que estoy retrocediendo. Ni siquiera puedo hablar con el maestro y dejarme aconsejar. Vine al monasterio por mitómana e inmadura, y lo estoy pagando. Se me duerme una pierna aunque esté de rodillas o tumbada. Ahora mismo, apoyada en la pared, me entran ganas de cortarme las extremidades. A veces, de noche, tengo unas rampas tan fuertes que tengo que morderme para no chillar. Se me hinchan las venas de las piernas; parecen a punto de estallar. Pero lo peor no es eso, porque

al fin y al cabo el dolor físico terminará desapareciendo. Lo peor es llevar casi dos semanas en el monasterio y no haber aprendido nada. Kazuo-san me dice que todavía estoy llena de los valores de fuera. Que tengo demasiada prisa. Que el aprendizaje, para que sea de verdad, necesita hervir muy lentamente. Kazuo-san dice que ahora mismo soy una taza de té agujereada: por mucho que vaya sirviendo té, nunca se llena. Por eso, según él, antes que nada tengo que arreglar la taza. Una vez la taza esté en condiciones, el contenido no se escapará por ningún sitio y yo me llenaré del té de la sabiduría. Por ahora Kazuo-san es lo más parecido que tengo a un maestro. Yo pensaba que sería diferente, que el maestro del monasterio sería más accesible, dispuesto a solucionar las dudas de los discípulos. Pero hace ya dos semanas que estoy aquí y sólo he hablado con él el día que llegué. Después le he visto por los jardines del monasterio, andando como si levitara, con la sonrisa grabada en el rostro, vestido con un hábito sencillo de mangas anchas que no es exactamente un kimono. Cuando le veo, mientras trabajo en el huerto o limpio el jardín o ayudo a cocinar, sólo me puedo inclinar ante él, pero no puedo hablarle. Son las órdenes que he recibido del monje mayor, el que nos controla en la sala de meditación y nos corrige. No puedo hablar con el maestro hasta que él no me hable, o me haga llamar. Más de una vez he estado tentada a abalanzarme sobre él y soltarle todas mis dudas. Me pregunto qué pasaría. Si continuaría sonriendo, o le cambiaría el gesto. Si me respondería, o se iría, con su andar vaporoso.

La verdad es que desde que he entrado en el monasterio me noto más nerviosa. Antes nunca se me hubiera ocurrido la idea de abalanzarme encima de nadie. La meditación me tensa como a la cuerda de un violín. Y no consigo concentrarme. Me gustaría poder hablarlo con el maestro, porque Kazuo-san sólo sonrío y me pide que sea paciente. Cuando llegué al monasterio me recibió Kazuo-san, me preguntó qué quería, le dije que quería hablar con el maestro para preguntarle si me podía quedar un tiempo y aprender las enseñanzas del budismo zen de Rinzai. Lo dije así, con convicción infantil. Kazuo-san sonrió y no me dijo nada. Al cabo de unos minutos apareció un hombre alto, de unos cincuenta años, que coincidía muy poco con la imagen que yo tenía de un maestro. Me los imaginaba más viejos, centenarios. Sus ojos eran dulces y líquidos, como de aceite. Le hice una reverencia, una breve inclinación, y cuando quería contarle por qué me gustaría quedarme una temporada en el monasterio,

él, con voz suave pero seca, se me adelantó, me dijo que no aceptaba huéspedes en el monasterio, y me deseó un buen día. Le dirigió unas palabras a Kazuo-san que no entendí, el discípulo le hizo una reverencia, y desaparecieron. Entonces me puse a llorar. Nada que ver con el llanto atónito del día en que me llamó un funcionario informándome del accidente de coche de mis padres. Me había costado mucho tomar la decisión de cortar con todo y venir al monasterio. No acababa de decidirme, enganchada como estaba a la vida cómoda que llevaba. Bueno, cómoda pero llena de huidas hacia adelante. Ahora con más perspectiva, veo que mis relaciones con los hombres eran huidas hacia adelante, con el fin de no aceptar la imposibilidad de enamorarme. Me acostaba con ellos, y el día siguiente era un calvario de arrepentimiento. El sexo había sido anestésico. Al día siguiente las heridas existenciales seguían intactas. Los cuerpos, uno encima del otro, tratando de aliviar heridas existenciales; qué cándido. El trabajo era como un refugio, aunque había estudiado traducción con la ilusión de llevar a la cultura japonesa los mejores clásicos del inglés y había terminado traduciendo manuales de autoayuda. Me pagaban mucho más por traducir autoayuda; además, no eran libros que yo menospreciara. Siempre me han gustado, los clásicos y los manuales de autoayuda. Es una mezcla que algunos amantes, al verla en la estantería de casa, me han criticado. Pero yo siempre digo lo mismo: el arte y la vida se complementan. Los clásicos son arte, y los manuales de autoayuda son vida. Es una afirmación tramposa, lo sé, porque cualquier obra de arte rezuma vida. Los manuales me habían servido para aprender a descargar la ira, para aprender a decir que no, para gestionar el miedo, para ser más amable. Pero no me habían servido para conseguir amigos, amigos y basta, hombres que no quisieran llevarme a la cama. Tampoco me habían servido para aprender a meditar —y eso que había traducido algún libro sobre meditación. También por eso me vine al monasterio. La cabeza me iba a mil por hora. Estaba cansada de mí misma. De viajar conmigo misma. De vivir conmigo misma. Y de traducir como una loca. Una búsqueda inagotable de sinónimos y expresiones concretas. Un mirar con lupa un alfabeto diferente al tuyo. Encontrar la expresión exacta. Me pasaba los días encerrada en casa, sin relacionarme con nadie, traduciendo las páginas que me autoimponía para entregar a tiempo el libro. Me había ido encerrando desde que mis padres habían muerto, justo cuando terminaban de comprar la casa en Nara, una ciudad famosa por el

brote de la sakura, la flor del cerezo. Me había ido encerrando, pero me encontraba y me encuentro muy bien en soledad, demasiado bien. Me lo reprochaban todos los hombres que pasaban por casa. Tampoco tantos; los amantes habituales para una chica de veintipocos que no quiere ataduras. Hombres solteros o casados, con novia o sin novia. Novias diligentes que saben cocinar. Mis amantes sólo tenían un punto en común: unas manos preciosas.

Lo primero que me llama la atención de un hombre son sus manos. Me da igual que tengan unos dientes caóticos, una barriga de buda, o poco pelo, y que no hayan leído ni un sólo libro. No iba con ellos para tener charlas elevadas; de hecho, a veces sentía que los utilizaba. Aquella sensación me asaltaba a las tres o a las cuatro de la madrugada, cuando habíamos concluido la sesión de sexo y ellos se querían quedar a dormir. No sabía cómo decirles que por favor se largaran a su casa, que no era que no me gustasen, pero que me quería quedar sola, y no con un cuerpo con el que no me apetecía compartir el café, las tostadas, la mantequilla, la sugestión de soledad del comedor cuando amanece. Supongo que en el fondo no buscaba la carne, sino el afecto. Pelaba la carne como si fuera una cebolla, buscando algún centro entre las capas. Al final, me daba cuenta de que las capas de la cebolla no son la envoltura de un centro. Y todo empezaba con las manos de los hombres, unas manos masculinas, firmes, bien hechas. Sobre todo me gustaban las manos con vello. No es fácil encontrarlas.

Allá, plantada en la puerta del monasterio, lloré. Tenía que volver a casa. No quería ir a ningún otro monasterio. Tenía que ser aquél. El mismo monasterio que cincuenta años atrás había acogido al poeta de la generación beat Gary Snyder, amigo de Jack Kerouac hasta que la diferencias entre los dos fueron insalvables. Kerouac era la superficialidad, el hedonismo, la adolescencia prolongada. Snyder era la profundidad, la felicidad serena. Kerouac era yo misma. Snyder era aquél en quién quería convertirme. En 1956, cansado de la vida fácil, Snyder fue a vivir al monasterio que me acoge, para formarse en el budismo zen Rinzai. Siguiendo este camino se puede conseguir la iluminación del satori a través de la meditación y la resolución de koans. Los koans, para quien no lo sepa —nota por si el diario llega a publicarse alguna vez— son enigmas que propone el maestro y que no tienen una solución lógica. Yo era una mitómana y tenía que ser este monasterio el que me acogiera,

ningún otro. Y ahora estaba llorando a sus puertas. No sé cómo, pero de repente me invadió una sensación de coraje: algo muy adentro me dijo que no me iba. Tampoco tenía nada mejor que hacer, había entregado el último libro, y las editoriales con las que trabajaba sabían que estaría un año fuera; dejaría de ser una fábrica de traducciones durante un año. Nadie me esperaba en casa. Siempre he sido una mujer de pocos amigos. Y la mayoría de los amigos, al cabo de un tiempo, se convertían en amantes. Y dejaban de ser amigos y amantes al cabo de tres o cuatro meses, o cinco o seis como máximo, cuando se cansaban de esperar algún acercamiento por mi parte. No me enamoraba ni por asomo. Me dolía, me sentía culpable porque no respondía sus e-mails ni sus llamadas al ritmo que ellos hubieran deseado; o porque les pedía por favor que se fueran de casa, porque quería dormir sola. No, aquello no tenía nada que ver con ellos; eran cosas mías. Pero todo esto ya es pasado: ahora yo estaba delante del monasterio, como quien dice expulsada antes de entrar. Los monjes no me querían allí. Me senté en el suelo, entre las hojas de principios de otoño. Había muchas. Ahí me pasé un buen rato, entre las hojas, acurrucada. Miraba el jardín, lleno de flores: la aralia, formada por pequeños clavos blancos que estallan desde el centro; los crisantemos blancos, rojos, amarillos; los arces de hojas rojas, los sauces llorones, el nag champa. Por detrás de los árboles sobresalía el monasterio, con las puntas del techo levantadas hacia el cielo, como una geisha que se aguanta el vestido al bajar las escaleras. Quedé absorta un buen rato, horas, diría, hasta que me cansé y me puse a trabajar en el jardín. Me remangué las mangas de la camisa, dejé la bolsa encima de una piedra, y me puse a recoger hojas del suelo.

Cada mañana, cuando paso por la entrada del monasterio para ir a la sala de meditación, me acuerdo de mí recogiendo el follaje. Hojas rojas, naranjas, amarillas, todas pequeñas. Cada mañana me recuerdo rompiendo con la mano las ramas secas, y esta visión, no sé por qué, me da fuerzas para enfrentarme a las tres horas de meditación, los músculos hirviendo. Me pasé horas arreglando el jardín. Sacando las hojas secas del bambú, arrancando de las piedras el musgo maltrecho. Hasta que oscureció y abandoné. De vez en cuando pasaba un monje por delante, me sonreía, continuaba su camino. Empecé a intuir que la sonrisa de un monje budista no es nada personal, que es la representación visible o la metáfora de algo que está más allá y que desconozco. Llegó la noche, el sueño, el

hambre, el frío. Me quedé acurrucada en el agujero de la escalera. Me tapé con un jersey. No quería volver a casa. Intenté dormir. Entonces, todo empezó a cambiar. Estaba medio adormecida cuando delante de mí se plantó el monje que me había recibido —ahora sé que se llama Kazuo-san — dedicándome una sonrisa, con un plato de verduras en escabeche en la mano. Lo dejó a mi lado, como si dejara comida para el gato, y se fue con rapidez felina. Deduje que estaba haciendo algo que no estaba permitido. Por cierto, mientras me dejaba el plato le miré las manos: eran pequeñas y femeninas. Aquella noche devoré las verduras y dormí profundamente. A la mañana siguiente me despertaron unos pasos a mi lado, y unas risas: una docena de monjes me miraban desde el jardín. Me levanté, los huesos doloridos; yo también miré y enseguida vi al maestro. Sacudía los árboles. Las ramas se movían y dejaban caer hojas y más hojas que se depositaban suavemente en el suelo. De nuevo el jardín quedó como una alfombra. La imagen fue espléndida, con el maestro envuelto en la tela de mangas anchas y los árboles en movimiento dejando caer las hojas rojizas y amarillas, pero yo me indigné: el suelo estaba como el día anterior, como si yo no hubiera recogido las hojas y mi tarea no hubiera servido de nada. Sin darme cuenta ni tiempo para reaccionar, Kazuo-san agarró mi bolsa, el plato vacío, y entró en el monasterio, seguido de los otros monjes. Cuando estaban todos dentro y en el jardín sólo quedábamos el maestro y yo, se me acercó, me dio la mano y me dijo: «El resultado no tiene ninguna importancia. Lo que de verdad importa es el trabajo que has hecho. Y yo te lo agradezco». Y me empujó con suavidad hacia el interior del templo.

En el jardín, cuando he terminado de leer las primeras páginas del diario, debajo de la pequeña farola de la entrada, me he dicho que no juzgaría nada de lo que escribiste. Había un mosquito, lo he ahuyentado, ha vuelto. He decidido que su zumbido sería una buena práctica meditativa, que si me picaba me aguantaría, y con un poco de suerte el dolor leve me serviría para meditar unos instantes ante las palmeras, las hojas batiendo, y a lo lejos el viento furioso sobre el mar levantando una polvareda de espuma, como humo de partículas de cristal. Hubiera preferido una noche más calurosa, el aire inmóvil, sin las olas empujándose, saltando una encima de la otra, como debías de hacer tú con los hombres con los que te acostabas antes de entrar en el monasterio, un cuerpo cabalgando encima del otro, lo que me parece magnífico, tanta vida vivida, y más aún si lo miramos desde la perspectiva actual, pobre Umiko, o mejor dicho, no me parece ni bien ni mal, porque no tengo intención de juzgar nada de lo que lea. Ya sabes que al ego le encanta juzgar para hacernos sentir diferentes, superiores a los demás. El mismo poder tienen las banderas, las patrias, los equipos de fútbol, el de otorgarnos una identidad propia, una ilusión. No hace falta que te diga que las primeras páginas del diario han cambiado mi percepción de tu pasado reciente, puesto que yo pensaba que era arcádico (el león al lado del cordero, la rosa sin espina) y que la serenidad la llevabas en los genes. Todo lo contrario, la serenidad para ti ha sido una conquista. Mis peripecias con la meditación no son nada comparadas con las tuyas. Déjame cambiar de tema: me parece que por fin te hablo con la voz que me habías pedido. Me falta poco para generar la vibración especial. Pema, si lo supiera, estaría contenta. Ha dedicado unos minutos de la tarde a explicarme cómo se genera esta vibración. Según ella, hay un sinónimo —«quizá lo conoces», me ha dicho— que se suele utilizar en vuestros ámbitos místicos: «un estado elevado de conciencia». Yo había oído hablar de ello, si bien lo asociaba a prácticas más elevadas que una sencilla meditación. Pues bien, aquí es donde tendría que llegar yo para que la primera parte de la noche saliera bien.

—Pema, esto suena muy grandilocuente. Se necesitarán años de práctica. No sabría ni por dónde empezar.

—No es nada del otro mundo, guapo. Y menos para un buen orador como tú.

—No te creas. Un día, encima de un escenario, me quedé en blanco. De repente tuve mocos. No creo que sea un buen orador. Lo que se me da

mejor es escuchar. Y últimamente ni eso, porque casi todo me parece cháchara.

—Seguro que eres buen orador. Me lo ha dicho Umiko. Yo no te puedo escuchar por la radio porque tengo clientes en la terapia, pero ya se ve que hablas muy bien. De un modo espiritual.

—Lo dices porque callo. Mi especialidad son los silencios, y los silencios son magníficos porque cada uno los interpreta como quiere. Si eres inteligente, te parecen silencios inteligentes. Si eres indeciso, te parecerá que dudo.

—En cualquier caso —ha proseguido Pema, con intención claramente pedagógica: yo era un analfabeto en las cuestiones que ella dominaba— tienes que saber que cualquier buen orador, en el momento en que habla delante de un auditorio y consigue conectar profundamente con el público, está generando un estado elevado de conciencia. Porque claro, algo cambia en la atmósfera. Lo mismo pasa con los cantantes, los músicos, los actores: de repente el público conecta con una parte de ellos que los trasciende. — Tu amiga, para dar más peso a sus argumentos, ha ido a buscar una carpeta, parecida a la mía, pero mucho más gruesa y cubierta de dibujos taoístas blancos y rosados. Ha sacado un artículo de *ABC* que trataba el tema. He pensado que, a su manera, también intentaba ser rigurosa. Con la diferencia que ella buscaba rigor en temas aéreos, inconsútiles.

—En el caso de los músicos, cuando generan un estado elevado de conciencia, los ensayos empiezan a sonar de un modo distinto. Mira, aquí tienes el artículo de un tal Andrés Ibáñez que lo explica súper bien. Gira alrededor de un músico que se llama Werner Thäricgen, percusionista de la Filarmónica de Berlín. —Pema ha pronunciado el nombre alemán a la perfección. Se nota que tiene muchas clientas alemanas en la terapia de armonización energética—. Este Thäricgen explica que cuando el director Furtwängler entraba en la sala de ensayos todos percibían que algo cambiaba en el aire. O sea, entraba en la sala de ensayos y las interpretaciones empezaban a sonar de un modo diferente: se decía que llevaba la música con él. En realidad Furtwängler, como cualquier artista genial, conectaba con un estado único, generaba una vibración única, y la mantenía durante el tiempo que dirigía la orquesta. Quién sabe, escribe el articulista, si la técnica principal de un artista consiste en aprender a entrar en ese estado y mantenerlo durante el tiempo necesario (y ser suficientemente listo como para darse cuenta del momento en que el estado

le abandona). Yo creo que el arte, igual que la curación que nos proponemos para esta noche, consiste en una intensa comunicación psíquica transpersonal. Como decía Buda, nos comunicamos de mi alma a tu alma. Porque esto que llamamos alma, termina diciendo el articulista, no es otra cosa que energía.

—Es bonito —le he dicho a Pema—. Lástima que yo no sea un artista genial, ni siquiera un artista. Hablar lo puede hacer cualquiera. Lo hace cualquiera.

Durante unos minutos ha seguido disertando sobre el tema, vinculándolo ahora con la psicología, intentando, supongo, que yo encontrara más factible llegar a ese estado. Me ha informado de que un estado elevado de conciencia también tiene que ver con «salir del yo y fluir con las circunstancias». Se trata de entrar en un estado de flujo, tal y como lo ha descrito el psicólogo de nombre impronunciable que tu amiga me ha deletreado una y otra vez a la perfección, Csikszentmihalyi, cuyos libros y manuales de autoayuda me ha mostrado: a pesar de ser decano del departamento de psicología de la Universidad de Chicago sus colegas lo critican por no escribir textos más académicos. Pues bien, él utiliza el término *fluir* para definir aquel estado en que nos sumergimos de tal manera en nuestra tarea que nos elevamos por encima del yo y experimentamos una forma de felicidad, seguramente la más auténtica. Se ve que la tarea —«como la de esta noche», me ha dicho Pema— no tiene que estar por encima de nuestras posibilidades, si bien debe exigirnos el máximo de atención y esfuerzo. Csikszentmihalyi habla de «la experiencia óptima» para referirse a los momentos en que tenemos la sensación que todo depende de nosotros, que somos dueños de nuestro destino: la que siente un marino que sujeta el timón mientras el barco avanza fulgurante, o la que siente un pintor cuando los colores de su cuadro empiezan a mostrar una tensión magnética. Momentos que no son pasivos, sino que ocurren cuando el cuerpo y la mente han llegado al límite de su esfuerzo voluntario para conseguir algo diferente y que merezca la pena. Los puede experimentar alguien que cocina, o alguien que habla.

—Cuando notes esto en el estómago —ha concluido tu amiga— querrá decir que habrás conseguido el estado elevado de conciencia.

Me parece, Umiko, que lo estoy empezando a sentir. Estoy metido de lleno en el discurso, si es que a esto se le puede llamar discurso, y no tengo pensamientos en paralelo a medida que te voy hablando. Este sería, sin

duda, tal y como ha dicho Pema, el principal obstáculo para entrar en el estado elevado de conciencia, o para generar la vibración especial: la distracción. Conozco muchos oradores, profesionales de los medios audiovisuales, que explican algo mientras piensan en otra cosa. Normalmente esto es relativamente fácil que suceda si lees alguna cosa que no te importa mucho. La voz va por un lado, y la mente por otro. Hay presentadores de telediario que hablan de la crisis económica mientras van planeando el fin de semana, igual que algunos actores míticos han reconocido en sus memorias que a veces recitaban Shakespeare mientras pensaban en la ropa tendida y, más concretamente, en los calzoncillos. En cuanto a los presentadores televisivos, esta falta de sintonía entre los pensamientos y las palabras se nota en que trastabillan a menudo. Si alguien trastabilla mientras presenta una noticia, quiere decir que no domina la materia de la que habla, o que tiene la cabeza en otro sitio. Te hará gracia saber que una emisora española ha impartido un curso a sus locutores para que se trastabilen más, con el fin de transmitir más naturalidad y ser, por así decirlo, más personas. Sonaban tan perfectos y envarados que perdían oyentes.

—El secreto —me ha revelado Pema— es que estés muy concentrado en lo que dices. Atención y esfuerzo máximos. Y que seas consciente de que Umiko se juega mucho en el ejercicio. No querría presionarte más, pero... se lo juega todo, ¿de acuerdo?

Me estoy precipitando. Vayamos por partes. Una hora antes, desde la playa donde aún estaba aquella chica tomando el sol, haciendo nudismo, tu amiga me ha llevado hasta su casa en un coche que debes conocer de sobra, un Seat Panda de segunda o tercera mano pintado de verdes y rosas pastel, con los asientos maltrechos, llenos de arena y migas de pan. El polvo del cristal filtraba la luz de la tarde, haciéndola más opaca, y he bajado la ventana: el aire de la isla empezaba a dorarse y daba a los blancos azulados de las fachadas un toque de irrealidad. Ha entrado una racha de viento que ha esparcido la ceniza por encima de las manos de Pema, aunque ella ha seguido fumando y conduciendo como si nada. Le he dicho que era una suerte poder vivir en esta isla. «Sin ninguna duda», me ha contestado, «sobre todo durante el otoño y la primavera, porque en invierno sopla demasiado viento y en verano se llena de turistas italianos y españoles:

parece que compitan entre ellos para ver quién hace más ruido. Suerte que en septiembre llegan los alemanes, que van por la isla de puntillas.» Sin embargo, ella vive de los turistas italianos, ya que son los principales clientes de su tienda: vende desde tejidos asiáticos hasta estampados en telas suntuosas, pasando por quimonos. «Como puedes ver, estoy muy influida por Umiko», me ha dicho gesticulando con todo el cuerpo, como una italiana. Antes de tu enfermedad, Pema debía de tener un carácter jovial, una actitud abierta de par en par. Por cierto, el otro día leí un estudio en el que se afirmaba que las personas de carácter expansivo contraen menos cánceres que las reservadas (perdóname; quizá no tendría que hacer esta observación). Pema seguía contándome, mientras yo me agarraba al asiento, preparándome para la siguiente sacudida del chasis, que trabaja de sol a sol, porque cuando la tienda permanece cerrada, durante los mediodías y los atardeceres, se dedica a los clientes de las terapias, mujeres la mayoría. Van a su casa, se relajan en una sala llamada «la habitación del relax» (con tantas almohadas parece un buen sitio para echar una siesta) y después salen al comedor, se tumban en la camilla y se someten a su reiki sofisticado para aliviar dolores de espalda y migrañas. En la puerta de la casa, pequeña y blanca, de una planta, el cartel deja bien claro cuál es su verdadera vocación: «Terapia del aura».

Pero todo esto ya lo sabes, querida Umiko. Avancemos. Pema ha ido al grano. En el recibidor se ha sacado las zapatillas, me ha pedido que me descalzara yo también y una vez dentro del comedor ha dejado la bolsa en el suelo, se ha acercado a la minicadena para poner un cedé llamado *Asian chill out* (ha sonado toda la tarde), se ha liado otro cigarrillo, pero esta vez de marihuana, y me ha dicho: «Empezaremos ensayando lo que harás durante la noche.» Sin transición se ha tumbado en el suelo, encima de una alfombra llena de dibujos de elefantes; he pensado que tu amiga era amante de las extravagancias, pero no he seguido el hilo de este pensamiento, ya que enseguida ha proseguido: «Así estará Umiko durante toda la noche: tumbada en el futón y dormida. Pero eso ya lo sabes». Ya lo sabía, sí, porque me había enterado por ella hacía un rato, en la playa. Tú sólo me habías dicho que tendría que hablarte generando una vibración especial, en ningún caso mencionaste el hecho de que estarías dormida; pero no tenía sentido enredarnos en una charla sobre lo que me habías dicho y lo que no. «Dime qué dudas tienes», me ha soltado mientras daba la primera calada al cigarrillo de marihuana, expulsando el humo hacia el

techo. He pensado que tu amiga no sólo era amante de las extravagancias, sino que se meneaba con una especie de sobreactuación parecida a la de las actrices aficionadas —estás juzgando, me he dicho—, pero enseguida he tenido otro pensamiento, un pensamiento sobre ti, del que me arrepiento. Sí, ya sé que no nos podemos sentir culpables de lo que pensamos, que no somos nuestros pensamientos, que muchos son erróneos. Hace medio año me enseñaste que cada día desfilan por nuestra cabeza sesenta mil pensamientos como si fueran nubes, unas nubes que se deshilachan o se disuelven en el azul si no son objeto de nuestra atención, pero que se convierten en tormenta si reparamos demasiado en ellos: la mayoría de las personas viven convencidas de que son esta tormenta, que así es su temperamento, que qué se le va a hacer. He pensado, mirando a Pema y haciendo una asociación de ideas contigo y lo que esperaba de esta noche: «Será como hablarle a un cadáver». A pesar de todo, he dejado que el pensamiento desfilara como una nube, he echado una ojeada a mi alrededor y he generado otro pensamiento, éste en relación con la decoración de la casa: hay casas en las que los detalles son tan elocuentes como en la ciencia exacta. No me han sorprendido mucho las diez o quince figuritas de Buda rodeadas de centenares de pétalos de rosa, esparcidos por el suelo del recibidor. Ni los pétalos que salpicaban la mesa del comedor, de la cocina, el mármol del baño entre el secador y el líquido para las lentillas (y un desodorante marca Veritas). Respecto al orden hay dos escuelas, la que afirma que las personas con orden interior suelen ser desordenadas, y la que afirma que tal y como tienes tu casa, así tienes la mente. Lo que me ha sorprendido, Umiko, es la imitación que tu amiga ha hecho del estilo japonés clásico. La casa tiene pocas ventanas y todas son pequeñas, como la ventana del dormitorio del monasterio zen, de manera que la luz natural es escasa, y la poca que entra está filtrada y amortiguada por unas cortinas japonesas que me parece que se llaman *shôji*. La intención de Pema, según me ha dicho más tarde, era hacer de las sombras un objetivo estético. Reforzaban este efecto las paredes desnudas, con grises y tonos neutros. La belleza de una estancia japonesa, me ha dicho más adelante, depende del juego de sombras más o menos intenso que se produce en ella. Incluso la taza en que me ha servido el té imitaba el estilo japonés, una taza gastada, con el blanco de la cerámica volviéndose marronoso, profundo. La tetera no está bruñida porque a Pema le gusta ver cómo la superficie va perdiendo lustre y con el tiempo oscurece; la belleza se encuentra en la imperfección.

Viendo que tu amiga estaba impacientándose he parado de cavilar, y mientras ella apagaba el cigarrillo le he soltado todas mis dudas, como si fuera un entrevistador incontinente:

—¿Por qué esta noche es tan decisiva? ¿Qué papel juego en la curación de Umiko? ¿Por qué no le basta con la meditación y las visualizaciones? ¿Por qué estará dormida? ¿Cómo me va a escuchar mientras le hablo, si está dormida?

A partir de entonces ha hablado y hablado, la voz clara y vibrante. Solamente ha interrumpido su monólogo para levantarse, tres o cuatro veces, a buscar algunos manuales de autoayuda, la carpeta con los artículos, zumo de limón, té blanco y marihuana. Fumaba la marihuana con los dedos negligentes. Al principio no parecía que la hierba le hiciera ningún efecto. Al atardecer me ha ofrecido un poco, pero he rechazado la invitación: la marihuana me produce sueño y, además, puesto que no sé fumar, me atraganto y no paro de toser (sin embargo, me gusta contemplar mujeres que fuman). En otro momento me ha ofrecido un zumo de salvia y limón que está tomando para depurar el organismo. A medida que avanzaba la tarde sus ojos parecían más grandes, como si se estuvieran dilatando artificialmente. Ha estado sentada en el suelo, en el sofá, con la cabeza apoyada contra las almohadas granates, mirándome a los ojos, mirando el techo, el incienso, el porro. Ha habido momentos en los que tenía la respiración ansiosa y la nariz casi tan dilatada como los ojos —el piercing era el único punto estable de su nariz. En otra ocasión, al verme pálido, me ha ofrecido gotas de Bach para disolver la tristeza y la angustia: me ha hecho abrir la boca y ha depositado unas cuantas encima de la lengua, con sabor a licor, a brandy (pero esto ya te lo he contado). Ha habido dos momentos inquietantes: la media hora que ha dedicado a averiguar cómo estaba yo energéticamente y el rato en que hemos tocado el tema de la segunda parte del ejercicio de esta noche: el acto de clausura. Un acto simbólico (así lo califica, aunque no tiene nada de simbólico). Dentro de un rato te voy a hablar de eso. Sólo de pensarlo me recorre un escalofrío. No entiendo cómo has aceptado cerrar la noche de esta manera. Supongo que por eso te has desnudado: ya estás a punto.

En cuanto a la terapia energética, en un rincón del comedor, al lado del corcho clavado en la pared, que conoces muy bien porque hay unas cuantas fotos de Pema contigo haciendo excursiones por la isla, está la camilla en la que me he tumbado a media tarde (después de pasar por la habitación del

relax). En el corcho tiene una foto envejecida, en blanco y negro, en la que aparece una chica con la cara sucia de barro. «Soy yo en una vida pasada», ha especificado. No bromeaba. No he querido juzgar, y, siguiendo sus instrucciones, me he tumbado encima de la camilla, tapado con una gran toalla blanca, los ojos cerrados. De pronto ha empezado a mover los brazos y las manos a unos veinte o treinta centímetros de mi cuerpo, para comprobar si mis campos energéticos tenían «una forma y un ritmo coherentes», unos campos energéticos que parece que no sólo rodean el cuerpo sino que lo interpenetran. La famosa aura, que ahora se puede medir científicamente. He entreabierto los párpados y he espiado cómo movía los dedos encima de mi cabeza, como tocando un arpa imaginaria. Al cabo de veinte minutos me ha anunciado que estaba bien energéticamente, aunque en la columna vertebral tengo un ligero desvío: ha especificado la vértebra exacta. Sin haberme tocado en ningún momento. Hace cinco años una radiografía me informó de lo mismo.

Antes, durante toda la tarde, ha hablado sin tapujos. Cuando te diagnosticaron el cáncer, tu aplomo ante la adversidad la dejó estupefacta. Puesto que era tu mejor —y única— amiga sabía perfectamente que no disimulabas: no te encerrabas en casa para llorar. No te lamentaste. Tu fisonomía no adoptó un aire ausente. Estabais en contacto diariamente, te acompañaba al médico, a hacerte más pruebas, igual que ahora, de vez en cuando, te hace la compra del supermercado y la de la farmacia (sólo medicamentos homeopáticos y antioxidantes). Ni siquiera después del segundo diagnóstico hiciste lo que era lógico: negar la enfermedad, simular que no existía. Tampoco montaste ningún drama preguntándote qué habías hecho para sufrir aquel mal, por qué te había tocado a ti. No te sentiste confundida, ni fracasada, ni desesperada, no te levantabas a media noche sollozando como si todo hubiera sido una pesadilla, sin disponer de tiempo suficiente para aceptar el cáncer. Sin la esperanza de constatar las ligeras mejoras que día a día son el gran motor del paciente. Sin el entorno familiar y de amistades que ayuda a amortiguar el golpe emocional. Ni siquiera hiciste planes para aprovechar el último tramo del camino, despidiéndote de los seres queridos, aunque fuesen pocos, dejar los papeles legales arreglados, los de Japón y los de aquí, decidir qué harías con los escasos objetos atesorados durante los últimos años, a quién legarías los libros con tus anotaciones en letra pequeña y arácnida, si se publicaría o no tu diario. En última instancia, tampoco pensaste en el funeral, cómo

querías que fuera, o en la ceremonia de lanzar tus cenizas al mar, con la que tiempo atrás, en una tarde lenta de marihuana, habías fantaseado con Pema (me ha dicho que Umiko en japonés quiere decir *hija del mar*). Continuaste siendo la de siempre; seguramente más hermética, pero la de siempre. Cuando supiste el diagnóstico, como si hubieses esperado aquel momento desde hacía años, con toda la naturalidad del mundo le dijiste a Pema que el universo te informaba de que tenías que meditar más. Hiciste caso de todas y cada una de las recomendaciones de tu amiga en cuanto a los suplementos antioxidantes y algas y hongos varios, y todavía te los tomas. Pero antes hubo la escena del hospital: habíais ido a pedir una segunda opinión médica, te habían vuelto a hacer la maldita resonancia magnética, habías estado cuarenta y cinco minutos dentro del tubo gris y angustiante, hierros martilleándote el oído, un tiempo que aprovechaste para meditar, haciendo del ruido un objeto de meditación, una actitud radicalmente opuesta a la de los pacientes que se pasan el rato observando a la enfermera a través del pequeño espejo retrovisor, hasta que ya no pueden más y mueven las piernas suplicando que los saquen de esa máquina que tiene algo de ataúd (se producen muchos ataques de ansiedad, allí dentro). Al salir estabas tan sosegada que, en el bar del hospital donde fuisteis a hacer tiempo, te tomaste un café. Era la primera vez que tu amiga te veía tomar café, y de hecho aún se pregunta si fue la cafeína la que te hizo reaccionar como reaccionaste cuando al cabo de dos horas el doctor te dijo, sin saber cómo decírtelo, con los hombros encogidos, que lo sentía mucho, que se confirmaba la peor de las posibilidades, que no había esperanzas de recuperación. Después de un breve silencio soltaste una carcajada. Una risa franca, abierta, expansiva. Una risa larga, de un minuto, aproximadamente. Los ojos del médico transmitían el siguiente mensaje: ¿Dónde está la gracia?

Ni Pema ni yo sabemos muy bien por qué reías. Se ve que hay una antigua afirmación zen que dice: «Después de años de búsqueda en la cima de la montaña, finalmente ahora puedes reír a carcajadas en el fondo del lago.» No reíste para no pensar. Tampoco fue una risa histérica o nerviosa. No pretendías utilizar el sonido de la risa como un mantra. Mi interpretación, que coincide con la de Pema, es que aquella risa fue una señal de liberación: finalmente la vida te anunciaba que después de años de búsqueda espiritual podías dejar de buscar. A partir de ahora el instante presente no estaría teñido de la necesidad de ir más allá, y por lo tanto

vivirías el presente con más intensidad que nunca (suena muy fuerte, pero en cierto modo era un regalo). Después de la risa juntaste las manos, le hiciste una reverencia al médico y te fuiste con Pema a planificar —mínimamente— los días siguientes. Suspendiste las siete u ocho horas semanales de clases y te encerraste —todavía más— para llevar a cabo una serie de meditaciones específicas desde las seis de la mañana hasta el atardecer, en armonía con la luz del sol. Igual que antes del diagnóstico, tu actitud era serena. Sólo cambiaste, pues, en el sentido de que te encerraste más, lo que era comprensible, aunque Pema se fue preocupando, ya que no sacabas la tristeza ni la rabia. Al principio no te lo dijo, por respeto y porque tampoco tuvo la oportunidad, ya que a partir de entonces vuestros encuentros se convirtieron en largos paseos silenciosos. Tu amiga interpreta retrospectivamente que con aquellos paseos le quisiste hacer un regalo, otra manera de aprender a meditar. Cada día durante más de una hora practicabais el *kinhin*, la meditación que se hace andando. Ibais a la zona de los acantilados y andabais lentamente, con las manos cogidas por debajo del esternón, la espalda recta, la mirada baja, poniendo toda la atención en la respiración y en la planta de los pies hundiéndose en la arena. El objetivo era hacer cada paso con atención plena. El primer día le dijiste que siempre que la mente se alejara del paso, aunque fuera hacia el paisaje que os rodeaba, los peñascos que se recortaban en el aire suave, los marrones y grises violentos de las piedras, el mar del color ópalo pálido de la absenta, siempre que la cabeza se alejara teníais que recordar que aquel paso era precioso y único y que nunca más volvería a existir. Tu amiga te hizo caso, permaneció casi siempre en silencio, y por lo tanto se quedó con las ganas de acercarse más a ti, saber realmente cómo estabas, en qué te podía ayudar. Te hubiera hecho muchas preguntas, pero tenía el convencimiento de que las evitabas como si encontraras que el hecho de hablar sobraba. Acababais los paseos en el cabo de Barbaría, en la cueva donde antiguamente se escondían los corsarios y piratas. Os sentabais y compartíais una sandía, no muy fresca, y cuando Pema iba a decir algo la invitabas a contar las semillas negras de su trozo en media luna, o la animabas a fijarse en la superficie del mar, la línea de espuma blanca que se prolongaba varios metros, como una arteria. Te gustará saber que ella está convencida de que finalmente, gracias a aquellos paseos, ha aprendido a meditar, o, dicho de otro modo, a practicar la atención consciente. Cuando lava los platos lava los platos, si toma el sol se queda en la playa y

no viaja a un escenario del futuro o del pasado —retornar la mente a la playa, nunca más se volverá a repetir ese instante. Se da cuenta de que ha vivido cuarenta años como despistada, que la falta de atención ha teñido casi todas sus acciones. Ahora, por lo menos, ha interiorizado la importancia de enfrentarse a cada momento con la sensación de novedad. Ahora y aquí todo empieza de nuevo, tal y como demuestra la física cuántica, los cuerpos muriendo a cada instante, volviéndose a formar con patrones de información y energía. Hay que pararse a cada instante, dejar de hacer con el fin de ser. Vivir no es correr, sino ser. De todos modos, digo yo, haciendo de abogado del diablo, una cosa es tenerlo claro y otra distinta es llevarlo a la práctica (ya te he dicho que yo he notado a Pema muy nerviosa). Interrumpisteis los paseos el atardecer en que no pudo aguantar más, se desahogó, te confesó su sentimiento de culpa, te criticó y terminasteis discutiendo. Es extraño, Umiko, que aceptaras entrar en una discusión.

Estabais fuera, en el jardín, a punto de despediros después del paseo, cuando te dijo, incómoda, que lamentaba interrumpir el silencio pero que necesitaba hablarte. Tus ojos la miraban con fijeza, aparentemente dispuestos a escucharla, pero tus manos seguían abriendo la puerta de la cerca. Ni siquiera la invitaste a entrar; la primera parte de la conversación transcurrió detrás de la tapia cubierta de hiedra, con la ondulación de fondo de las nubes blancas y los campos labrados. Soplaban viento de levante, y de la tierra llegaba olor de tomillo. Cuando te hubo explicado su sentimiento de culpa, se puso a llorar: aquel sentirse culpable por el hecho de haberte animado a traducir el diario, a darle demasiadas vueltas. Y cuando te dijo, saltando de un tema a otro, que estaba destrozada, y mucho más al constatar que no exteriorizabas las emociones —«lloro porque tú no lloras»— la abrazaste. Durante unos minutos le acariciaste la cabeza, como si la enferma fuese ella. Mientras le acariciabas los cabellos largos, fluviales, y las nubes se arrebujaban y se dispersaban y el levante pasaba de las rachas impetuosas a las calmas cortas —es decir, que estuvisteis un buen rato—, Pema recordaba la soledad en la que vivías cuando llegaste a la isla, cuando a la salida de clase te invitaba a dar una vuelta, a cenar con los alumnos, a tomar una copa en los chiringuitos de la playa, y tú rechazabas todas las invitaciones alegando excusas que ni siquiera te esforzabas para que sonasen verosímiles. Desde el primer momento en que te vio, cuando fue a clase atraída por el anuncio de color fucsia que habías

clavado en el corcho de la panadería Manolo, tuvo el convencimiento de que eras un ejemplo a seguir: tenías un bien preciado que a ella le faltaba, a pesar de que había asistido a numerosos cursos y talleres de crecimiento personal en retiros de fin de semana en las afueras de Barcelona, siempre con una inquietud ansiosa por alcanzar un mayor bienestar emocional. Tu presencia, tu expresión, tu gesto, irradiaban una indiferencia tranquila y reflexiva hacia la mayoría de los problemas del común de los mortales. Pema admiraba tu comportamiento, la fortaleza, la sensación de que nada te podía alterar. Sin embargo, la tuya era una serenidad melancólica. Al cabo de los meses, cuando finalmente aceptaste salir de excursión con ella al amanecer, después del fracaso de la fiesta de la Carpa de los Piratas, la primera y la última fiesta a la que fuiste, también animada por Pema, una noche en la que te aburrías soberanamente a pesar de que tu amiga te empujó a sentarte al lado de un grupo de jóvenes intelectuales, o precisamente por eso te aburríste, porque no te gusta que la gente hable sin el *hara*, de modo que bostezabas mientras algunos italianos discutían sobre el bien y el mal y otros se te insinuaban, y Pema no paraba de ir y venir haciendo de relaciones públicas, saludando a todo el mundo, y después besándose cerca del mar con una chica que también había sido alumna tuya —al cabo de poco meses, durante la excursión al amanecer, le confesaste que estabas en pleno proceso de duelo (el motivo, me ha dicho Pema, está escrito en el diario). Estuvisteis charlando largo rato. Terminaste dándole la razón: la solución a aquel duelo, o mejor dicho, la luz al final del túnel, porque no se puede hablar de solución mágica en relación a un proceso de duelo, no llegaría solamente con la meditación. Con las siete u ocho horas diarias de meditación, refugiándote en lo más profundo de ti misma, sin mover ni un músculo, sólo disimulabas los problemas psicológicos. Y así te propuso traducir el diario. Si no lo hubieras escrito, tanto ella como cualquier psicólogo te hubieran recomendado escribirlo. Los manuales decían que era una buena terapia.

Y ahora, mientras le acariciabas los cabellos, tu amiga recordaba aquella época y se planteaba hasta qué punto en las últimas semanas, con el trabajo para curarte con la mente, no estabas yendo por el camino equivocado. O mejor dicho, por un camino insuficiente. De repente Pema te preguntó:

—¿Por qué no lloras?

Entonces la invitaste a entrar en tu casa, fuisteis al estudio, y le dejaste el libro de un conocido tuyo, Hiroshi Tasaka, de quien esta tarde he leído

algún fragmento (no hace falta que te diga que he encontrado muchos paralelismos entre su caso y el tuyo). No osabas escribirle, porque sabías que si lo hacías te recomendaría que te encerraras de nuevo en el monasterio zen. A Tasaka los médicos le diagnosticaron un tumor incurable a los veintitantos. Le daban dos meses de vida. Ahora tiene sesenta, es presidente de un banco de ideas y profesor de la Universidad de Tokio. En la foto de la solapa del libro, que se titula, si no recuerdo mal, *Encuentra tu cumbre* —lo ha publicado una editorial de autoayuda— se ve a un hombre afable, de ojos reflexivos, el pelo largo y femenino, con el hoyuelo de la barbilla viril. Tasaka dice algo así como que una vida larga no es necesariamente una vida feliz, y que una vida corta puede ser más satisfactoria que una larga. ¿Qué tenemos que hacer para tener una vida satisfactoria?, se pregunta. «Se trata de vivir la vida preparados como si la muerte tuviera que acudir mañana. Si vivimos cada día dispuestos a morir al día siguiente, cada día será con toda seguridad un día rico y satisfactorio.» Tasaka interpela al lector y le pregunta: «¿Qué harías si tu médico te dijera que sólo te queda un mes de vida? Te sentirías como lanzado a un vacío negro. Pero cuando empieces a aceptar tu destino, empezarás a vivir de una forma especial. ¿De qué manera? Vivirás amando ese día. Como si lo cogieras entre los brazos. Y al final del día pensarás que esta jornada irremplazable se ha ido. ¿Cuál es la diferencia entre que te queden treinta días de vida o treinta años? Ninguna. Porque los dos son instantes. ^{13,700} millones de años desde el nacimiento del Universo. ^{4,600} millones de años desde el nacimiento de la Tierra. Comparado con este tiempo inconmensurable, nuestra vida de ochenta años es un parpadeo. Nada más que un instante. No hay ninguna diferencia entre tener por delante treinta días de vida o treinta años. Ambos periodos son un parpadeo». Pema me ha dicho que Tasaka, cuando le diagnosticaron el tumor incurable, se recluyó en un monasterio zen. Durante aquel periodo, su mejor amigo, de quien había estado secretamente celoso cuando le informaron del tumor, porque viviría muchos años más que él, murió en un accidente de tráfico. Tasaka fue al entierro, volvió al monasterio, y cuando consiguió ver al maestro y explicarle el diagnóstico y su desolación al tener los días contados, éste, con una voz alta y áspera le soltó una frase que lo transformó radicalmente: «Tanto da: igualmente vivirás hasta que mueras».

A Pema, mientras le dabas las mismas flores de Bach que ella me ha

ofrecido esta tarde, le dijiste que ahora, más que nunca, hacías tuyos los argumentos de Tasaka. Con unos movimientos más lentos de lo que es habitual te sentaste en el suelo, encendiste una barra de incienso, apagaste la cerilla cuando estaba a punto de quemarte los dedos, observándola durante unos segundos que a Pema se le hicieron eternos, y le contaste que en tu día a día no cabía la tristeza. No porque después de la estancia en el monasterio hubieras agotado las reservas de tristeza, ni porque negaras la enfermedad, sino porque la agradecías.

—¿Agradeces tu enfermedad? —preguntó tu amiga, perpleja.

Sí, dabas las gracias a la enfermedad, cada día. No sólo aceptabas la enfermedad y la veías como una parte de ti, una parte transitoria, por otro lado, como todas, sino que interpretabas la enfermedad como una oportunidad. La enfermedad, le dijiste con soltura, era una oportunidad para crecer, para liberarte de antiguos esquemas físicos y mentales y para viajar hacia un nuevo equilibrio, hacia el origen de quien realmente eres. Tu amiga no entendió esto del nuevo equilibrio; en cualquier caso, pensó que habías perdido el juicio. Mostrabas el atrevimiento vigoroso de las personas a las que se les ha muerto un ser querido y en el entierro sonrían, incluso ríen, reparten abrazos por doquier, y se alegran tanto de que estés ahí que uno teme que su inconsciente todavía no se haya enterado de la noticia de la muerte de su padre. Tu amiga te miraba de reojo mientras te levantabas e ibas a la cocina a preparar una sopa de melón, vestida con la camiseta blanca y los vaqueros desteñidos con los que habías ido a andar, una ropa de una austeridad práctica y desoladora. Una vez en la cocina cortaste el melón, metiste unos trozos en la batidora y lo mezclaste con tres yogures naturales. Le dijiste, riendo, que en Japón, en un restaurante de lujo, una noche te habían servido crema de melón encima de una base hecha con aquellos caramelos que estallan y burbujan en la boca. «¿Y tú qué hacías en un restaurante de lujo?» «El tonto. Me había dejado engatusar por un amante con mucho dinero.» Fuera se había puesto a llover a cántaros con una fuerza impelente. Se sentía roncar el mar, chocando contra los pedruscos del litoral. Al cabo de un rato, volviendo a la enfermedad, le dijiste que todo tiene una causa: no sabías si el episodio del monasterio te había hecho enfermar, pero sí sabías que si del monasterio no hubieras salido hecha polvo no habrías realizado el trabajo de los últimos años y ahora no podrías ver la enfermedad como una oportunidad. Mientras te servías más crema de melón —la acequia no daba abasto; por

su interior descendía un agua turbia y ruidosa— pusiste el ejemplo hipotético de un hombre que a la semana siguiente se tiene que someter a una operación a vida o muerte: en nuestra cultura, le dijiste, «con la conexión tan débil que tenemos con el momento presente» es probable que el hombre se pase la semana sin poder reír ni comer ni dormir, constantemente preocupado por una posibilidad de futuro «que no deja de ser una ilusión de la mente», ya que, pese a las expectativas de la operación, se encuentra bien y puede hacer vida normal. «La función del cerebro», dijiste parafraseando a Ramesh Balsekar, de quien habías traducido un libro sobre no-dualidad, «es servir al momento presente y no enviar a las personas a una lucha encarnizada con el fantasma de un futuro que no existe. Cuando funciona como es debido, el cerebro es la forma más elevada de sabiduría instintiva. El principal obstáculo es el pensamiento horizontal en el tiempo. El cerebro tendría que funcionar con el instinto de las palomas mensajeras y el de la formación del feto en el vientre de la madre, sin verbalizar el proceso.» Eso es todo lo que le dijiste a Pema, antes de que os discutierais. De repente, sin venir a cuento, puso en duda la eficacia de tus ejercicios para sanarte con la mente. Es sorprendente que aceptaras entrar en una discusión, y no me extraña que fueras la primera en apagar el fuego. Al día siguiente, cuando te pasó a buscar para ir al hospital, a hacerte una nueva resonancia magnética, le propusiste hacer un saludo zen consistente, si lo entendí bien, en miraros a la cara sonriendo, y sólo romper la sonrisa para hablar de la propia responsabilidad en la discusión.

—A veces dudo de que te quieras curar —te dijo Pema. Esta fue la frase que detonó la disputa. Ahora reconoce que se pasó, que lo dijo porque estaba muy inquieta, y porque a veces le parecía como si estuvieras cómoda, en aquel estado. En caso contrario, no hubieras reído cuando el médico te comunicó el diagnóstico fatal. O no sentirías agradecimiento hacia la enfermedad. Según ella te habías instalado en el presente con tanta exageración que no parecía que dieras a la muerte, a la posibilidad inminente de morir, la importancia que merecía. Sí, ahora, cuando hace ya once días de esta discusión, Pema reconoce que se pasó; aunque añade que lo volvería a hacer. Si no hubiera estallado, yo no habría terminado viniendo a tu casa, y esta noche «crucial» no tendría lugar. O no tendría lugar contigo dormida, tu cuerpo ahora mismo en forma de Z, y yo hablándote apoyado en la pared, con la taza de té en la mano, a un par de

metros de ti. Sí, estás un poco lejos, pero mi cabeza funciona de altavoz. A esto se le llama utilizar las cavidades de resonancia. Puesto que tengo una cabeza grande el altavoz es potente, de modo que tú o tu inconsciente me podéis oír bien. Pema continuó:

—Pareces anestesiada —te dijo sollozando—. Una anestesia de verdad. No como la que buscabas en Tokio con tus amantes.

Había chubascos intermitentes, las gotas repicando en los cristales, el viento pasando por las rendijas de las ventanas. La tarde apartada, abstraída del tiempo.

—Tampoco sé si te importa mucho lo que te digo —continuó Pema—, porque ignoras olímpicamente a tu entorno. No sé si eres consciente de que tu entorno sufre, Umiko, guapa. Sólo te preocupa tu dosis diaria de anestesia en forma de meditación.

—¿De qué entorno me hablas? —le preguntaste, con el desconcierto dibujado en tus ojos oscuros, que no comprendían nada.

—Te hablo de mí, ¿te parece poco? —respondió, sonrojándose. Ni una sola vez te habías planteado cuáles eran sus sentimientos ante la posibilidad de tu muerte, y eso le parecía de un egoísmo astronómico.

—Estás siendo muy injusta —murmuraste, abrumada, mientras la oscuridad se intensificaba.

Sin embargo, Pema siguió desahogándose y, mientras afuera paraba de llover y la nebulosidad del cielo se afinaba, te dijo algo como que hacías las visualizaciones porque tocaba hacerlas, por rutina: las dos sabíais que si el cuerpo y la mente están centrados en las visualizaciones, éstas surten efecto al cabo de unos días o de una semana como mucho, y tú ya hacía demasiadas semanas que practicabas visualizaciones sin obtener ningún resultado.

—¿Y tú cómo lo sabes? —le preguntaste, con un atisbo de rabia en la voz. Como no te contestó, le dijiste que al día siguiente iríais sin falta a hacer una nueva resonancia magnética, a ver si había resultados tangibles. No tenías hora, pero con suerte la enfermera encargada de las tomografías te haría un hueco. Pema te interrumpió:

—Que conste que me rompe el corazón decírtelo, pero en la resonancia aparecerá que el tumor sigue creciendo.

Según Pema, era cuestión de días que se empezaran a intensificar los mareos, las neuralgias, que vieras borroso y no te pudieras mover del futón. No afrontabas la causa primera, te negabas a llegar hasta el origen

de la enfermedad. Las dos sabíais de sobra cuál era el origen. De acuerdo, ella te había aconsejado mal en relación al diario, pero al menos había intentado ir al origen de tu duelo y curar la herida. «Con mucho éxito», le contestaste irónicamente, pero no te hizo caso y puso fin a su verborrea malcarada diciéndote que ahora la herida no sólo continuaba abierta sino que se había agrandado, cosa lógica: el cuerpo intentaba resolver aquello que la mente había dejado empantanado, a través de un tumor que te alertaba desesperadamente de que hacía falta coger el toro por los cuernos. Y fue cuando te dijo «ya es hora de coger el toro por los cuernos», cuando te salió el orgullo, o cuando hiciste una mala gestión de la ira —no me extraña— y, después de recordarle que la enferma eras tú, y que si algún periplo estaba lleno de dolor era el tuyo, gritaste:

—¡Lárgate!

Al día siguiente, después de la lluvia, los azules y verdes de la isla se brillantan. El mar muestra una calma apacible parecida al abandono de la convalecencia. Pema te pasa a recoger por casa, tal y como habíais quedado, y de la discusión y la ira ya no queda rastro más allá de un gesto de reproche en el pliegue de sus labios, y las bolsas moradas bajo los ojos (tú no desprendes rencor). Practicáis, tú lo propones, el ejercicio zen de disculpa que ojalá me enseñes algún día —de entrada me parece tan risible como aplaudir con una sola mano— y vais al hospital a hacer la tercera y supongo que última resonancia magnética. Después de la resonancia entro en tu vida, o entro de forma contundente, hasta el extremo que ahora estoy aquí hablándote en un ejercicio salpicado de inconciencia (al fin y al cabo, una gran cantidad de acciones humanas están salpicadas de inconciencia). Durante el trayecto hasta el hospital Pema no te dice que no ha dormido ni una hora, ni que se siente fatal por su estallido de cólera y, sobre todo, por haber intentado condicionar tu trabajo de curación. Con todo, ahora lo volvería a hacer, porque está convencida de que las meditaciones y las visualizaciones no son suficiente: «El budismo zen entierra muchos problemas en lugar de resolverlos». Estarás de acuerdo conmigo, Umiko, en que aquel episodio ha condicionado tu trabajo. Hasta entonces ella te había influido en la cuestión de los hongos y las algas antioxidantes que te tomabas a raíz de sus sugerencias; después de la nueva resonancia magnética añades un nuevo ejercicio a las visualizaciones, un ejercicio

supuestamente definitivo que estoy tratando de practicar lo mejor que sé. Según Pema, te fías de su intuición. Sin ánimo de juzgar a tu amiga, me pregunto si sus conocimientos médicos, o, para ser exactos, sus conocimientos en terapias radicalmente alternativas son de fiar. De entrada me ha dado la impresión de que iba picando de aquí y de allá —una impresión que se repite: tú también la suscitabas—, yendo de curso en curso, de terapia en terapia, de manual de autoayuda en manual de autoayuda, buscando recetas. Ahora bien, los casos que te he resumido demuestran que cualquier método puede ser bueno para crear una remisión espontánea siempre y cuando se produzca una danza intangible y misteriosa entre el cuerpo y la mente, una danza de la que la clase médica no tiene ni la más remota idea. Pero me estoy desviando. Estábamos en el hospital, a punto de hacerte la nueva resonancia magnética. Acudes a la prueba más nerviosa que a las dos resonancias anteriores. El primer día no te imaginabas que estuvieran a punto de diagnosticarte un tumor en el cerebro, el segundo contabas con la posibilidad de un error en el diagnóstico, y, si la cosa se ponía fea, esperabas tener recursos propios para afrontar la enfermedad y el trabajo de curación. Pero ahora, si la resonancia demostraba que el tumor había crecido, difícilmente quedaría algo que hacer, por mucho que Pema se empeñara. La intensidad de los ejercicios de las últimas semanas te había dejado al borde de la extenuación. No podías hacer nada más, te habías centrado en la enfermedad, incluso la habías agradecido; habías esparcido el agradecimiento por las células, las enfermas y las sanas. Y eras consciente de que tu amiga tenía razón en un punto: las visualizaciones tardan poco tiempo en surtir efecto (te dejaré la carpeta de las fotocopias con los casos que lo corroboran). Así pues, vas a hacerte la resonancia con un punto de ansiedad. Y al mismo tiempo, sin expectativas. Has aprendido a no generar expectativas en ninguna situación, casi un patrón mental. Andas con paso firme sobre el linóleo de los corredores del hospital, pero cuando te metes dentro del tubo, justo en el momento en que la plataforma móvil se para en el fondo de la máquina y el ruido de los hierros empieza a martillearte el oído, te desmontas. Te echas a llorar. No es racional, no piensas en la enfermedad, ni siquiera en la tristeza que no has sentido hasta ahora, ni en el ruido de martillos menudos parecido al que sale de la tienda —contigua a la panadería Manolo— donde hacen copias de llaves. De hecho, durante un rato tu pensamiento se vuelve práctico: te preocupa que las lágrimas

sean excesivas y estropeen la máquina. Sí, te asalta este pensamiento ridículo mientras vas mirando a la enfermera —borrosa— a través del retrovisor. Ella está al otro lado del cristal, junto a unos ordenadores, no parece sospechar que estás llorando, y va mirando tus pies descalzos, que sobresalen del tubo blanco, por si acaso los mueves en señal de alerta. Te das cuenta de que el temor a que se estropee la máquina es absurdo, lo dejas desfilarse como una nube, y ahora te preocupa que las fotos de la resonancia salgan movidas (la enfermera te ha dicho que estuvieras muy quieta; te has movido cuando has empezado a derramar lágrimas). Decenas, centenares de fotos de tu cerebro fotografiado desde todos los ángulos, un cerebro de color gris, en las imágenes, con dos glóbulos oculares blancos, como de extraterrestre. Y dentro del cerebro una bola oscura, casi negra, del tamaño de una ciruela. Hoy quizá ya tiene el tamaño de un melocotón. O quizá ya no tiene forma y, como si fuera una telaraña, se ha infiltrado en todos los tejidos del cerebro. Especulas con el futuro inmediato: saldrás de la máquina, esperarás un par de horas, vendrá el médico con el semblante pálido a decirte que la mancha se ha hecho más grande —¿y si no fuera así?— y entonces el futuro será atroz. Intentas meditar: notas la tristeza en el cuerpo, por primera vez te ha asaltado, le das la bienvenida (no la esperabas en estos momentos clínicos). Te concentras en la respiración a pesar del ruido de la máquina, relajas el estómago, las células inspirando y espirando, y aprovechas para hacer una visualización: cada respiración se desplaza por todo el cuerpo en forma de energía sanadora. Te relajas, las lágrimas se secan y ahora te vienen pensamientos relacionados con la muerte. Nunca has podido aceptar la manera de vivir la muerte que adopta la mayoría de la gente. Algo tan extraordinario como el alma humana, como el alma de tus padres, no puede desaparecer para siempre. Los padres y los seres queridos muertos están a nuestro alrededor, por todos lados. Cuando te mueras, un día u otro, tanto da, te gustaría que alguien repartiera tus cenizas a los seres queridos. Le dijiste a Pema, aquella tarde remota entre porros de marihuana, que deseabas ser esparcida —las cenizas, se entiende— por el paisaje de Formentera, pero ahora concluyes que te gustaría tener muchas cajetillas, como las de las pastillas Juanola, para repartirlas entre la gente que amas. Lástima que haya poca gente que te ame, el entorno al que se refería Pema es muy limitado: te has ido cerrando, no sabes muy bien por qué. El martilleo de los hierros se debilita, ya falta poco para que te saquen de la

máquina, la humedad de las lágrimas se ha evaporado. Te viene a la cabeza un fragmento de Sebald, o de Walser, no lo recuerdas, sobre la ceniza, la ceniza como modelo de humildad, de intrascendencia. La ceniza es la primera que se obsesiona con la creencia de que no sirve para nada: si soplas sobre la ceniza, ni un solo miligramo se negará a dispersarse al instante, volando.

Cuando termina la resonancia, ya en el bar del hospital, tomando un agua mientras hacéis tiempo para saber los resultados del llamado diagnóstico por la imagen —qué suerte, una isla pequeña donde todo el mundo se conoce; en la ciudad os harían volver al cabo de dos o tres días —, le explicas a Pema lo que has pensado dentro de la máquina. Le comentas que has llorado, y ella sonrío, aliviada, y exclama: «¡Por fin!» Inmensos rayos de luz entran por la ventana. El bar está lleno de turistas con picaduras de medusa y heridas causadas por pequeños accidentes de moto. Huele a aceite de fritanga, de calamares recalentados en el microondas. También le explicas a Pema que has tenido una buena idea para un negocio: fabricar en China cajetillas baratas donde poder conservar un pequeñísimo puñado de cenizas de la persona querida. Nada, cajetillas para repartir a los amigos.

Me viene a la cabeza Baltasar Porcel. Él se lo pasó bien, dentro del tubo. «La gente se pone muy nerviosa con la resonancia magnética; para mí fue como volar. El ruido era monótono como el de una avioneta. Casi me duermo.» Al día siguiente de la operación se despertó con ganas de comer marisco, y eso fue lo primero que hizo al salir del hospital, una mariscada, con el también escritor Valentí Puig. Fuentes bien informadas me dijeron que Porcel no paró de hablar, la mente centelleante, haciendo planes, bocetos de próximas novelas, incluso una policíaca, con un asesinato en las Terres de l'Ebre, mientras Valentí Puig lo escuchaba con aquel aire suyo indefinido de hombre de otro tiempo. Cuatro meses después, a pesar de estar recuperado del linfoma, Porcel se sometía, también en el hospital Clínic, a un autotransplante de células madre, para evitar, en la medida de lo posible, que el tumor se le reprodujera en alguna otra parte del cuerpo. Durante las tres semanas de ingreso hospitalario, durante las largas horas en las que había estado aislado en una habitación del Clínic con el fin de evitar el contacto de su entonces debilitado sistema inmunológico con

cualquier tipo de microbio, mientras las máquinas le limpiaban la sangre —«has rejuvenecido», le dije después; «claro, tengo la sangre nueva»—, había releído a Darwin y la experiencia había sido maravillosa. Darwin era muy grande y eran muy grandes los médicos del Clínic. Había depositado en ellos toda la confianza, les había hecho caso en todo, no como otros pacientes que en lugar de reposar continúan llevando una vida normal. «He superado el cáncer teniendo plena confianza en los médicos. Tienes que ponerte en sus manos, y dejarte llevar», me dijo al cabo de poco tiempo, él comiendo ostras y yo un atún a la plancha. Darwin había sido un gran observador, un genio que no creía en ninguna especie de Dios y sí en una inteligencia que se había ido creando a sí misma, sin objetivos previos. *El origen de las especies* tenía casi ciento cincuenta años y era un libro moderno. En un mundo de recursos escasos sólo algunas copias sobreviven lo suficiente como para, a la vez, reproducirse: las que tienen unas variantes más ventajosas en un entorno particular. El amarillo de las flores es más ufano si crecen encima del estiércol. A lo largo de la cena le dije, consciente de que una persona pierde respetabilidad intelectual si admite fantasías de esta índole, que yo, que no creía en Dios y menos aún en un Dios que reparte castigos y pecados, estaba convencido de que pronto los científicos norteamericanos demostrarían que existe una inteligencia universal. Una conciencia transpersonal que nos envuelve a todos, como una placenta. Se ocupa del movimiento de los astros, de la vibración de los átomos. «Pertenece a una red viva más allá del propio límite corporal y psicológico», sugerí. La cara de Porcel quedó dividida entre el enojo y la hostilidad. Bebió la copa de vino de un solo trago, la volvió a llenar, y replicó: «Cambiemos de tema. No puedo hablar de estas cuestiones con alguien con mentalidad new age. Lee a Darwin y deja de perder el tiempo.» No me acuerdo de qué más hablamos, o de si hablamos de algo más. Sólo sé que salí de la cena contento: mi amigo tenía la potencia de siempre.

Dudo que para Baltasar Porcel, a diferencia de lo que querrías que fuera para ti, el cáncer haya supuesto una oportunidad. Si le dijeras que el cáncer es una oportunidad para crecer, para librarse de antiguos esquemas físicos y mentales y viajar hacia un nuevo equilibrio, hacia el origen de quien es uno realmente, te respondería que estás diciendo tonterías. O, puesto que se lo dirías tú, una chica guapa y desconocida, se quedaría mirándote con una sobriedad especulativa antes de cambiar de tema y hacerte una pregunta sobre los gatos japoneses. «El cáncer es una putada. O le vences o te vence.

Y yo le he vencido», afirmaba poco después de la operación, la cabeza rapada, comiendo un pastel de chocolate. Se me hacía extraño verle sin la perilla ni el flequillo legendarios. Yo diría, Umiko, que en lugar de viajar hacia un nuevo equilibrio gracias a la enfermedad, Baltasar viajó hacia su nuevo libro. Da gracias al cáncer —es un decir— porque le ha permitido terminar la novela. Antes de la enfermedad estaba en un callejón sin salida. Lo comprobé en Mallorca, donde le fuimos a ver con un amigo en pleno agosto, pese a que mi amigo no soporta dormir en una cama que no sea la suya y que ni a él ni a mí no nos hacen gracia los colapsos turísticos, ni los hoteles, bares y restaurantes que brotan a cada paso (Porcel siempre dice que Mallorca ha reventado, de tanto «vómito turístico»). Una vez en Sant Telm comimos con su madre, que aún vivía —«siempre me llevé ideológicamente mal con mi madre», me confesó hace poco, «y ahora que está muerta echo en falta su lenguaje antiguo, genético»— y, después, mientras daba de comer a los gatos, nos explicó que estaba preocupado porque no resolvía la novela que tenía entre manos.

—Estoy absolutamente parado —dijo, cabizbajo.

La novela trataba sobre las vicisitudes de dos hombres, sobre las fuerzas y las masas urbanas de la Barcelona actual, y denunciaba, aunque Porcel, como buen novelista, no lo denunciaría explícitamente, la asepsia política y la falsa problematización de la vida, la gente preocupada por debates estériles. Por la noche, junto a la piscina, en medio de una caliente humedad ambiental, le pregunté:

—¿Y por qué no escribes una novela breve de amor? A mí me haría ilusión leer una pequeña historia de amor escrita por ti.— Yo había terminado *El animal moribundo*, de Philip Roth, locura y ultraje, y creí que estaría bien leer alguna cosa por el estilo que viniera de Porcel, a quien, por cierto, el crítico norteamericano Harold Bloom había comparado con el mismo Roth. Porcel se quedó mirándome, con la inflexión creciente de un silencio sarcástico. En sus labios se dibujaba un rictus de enojo, pero no contestó y nos invitó a subir a una colina cercana desde la que se veía la deliciosa noche estrellada. Soplaban un viento intermitente, de poco cuerpo, que removía las agujas de los pinos, las ramas de los almendros; la luna creciente, azul pálido. Al fondo se vislumbraba el mar, y en primer término el pequeño valle, semicerrado como una herradura. Por la cresta de la loma pasaba, rítmicamente, la luz blanca que venía del faro del cabo de Llebeig, de la isla de sa Dragonera. Cerca de allí, el escritor Josep Pla, muchos años

antes, le había dicho que aquella vista era una maravilla, un gran descubrimiento, y que escribiría algunas páginas. Porcel le replicó: «Pero si ya has escrito sobre esta colina en dos libros diferentes». Y es que Pla, de quien supongo que no has oído hablar, Umiko, el mejor escritor que hemos tenido en Catalunya, no tenía manías a la hora de describir con mano maestra paisajes que ni siquiera había pisado. Prefería quedarse en el hotel, viendo el mar, siempre a lo lejos, al lado de una chimenea y de un licor, o en los últimos años acompañado de un vino barato (un litro y medio de vino al día). Porcel había conocido bien a Pla, le había admirado, pero después del cáncer, más sincero que de costumbre, que ya es decir, me confesó que a veces su literatura, la de Pla, era de vuelo gallináceo. Se refería a los temas costumbristas que trataba.

Como te decía, si de algo le sirvió la enfermedad a Porcel fue no sólo para recibir toda clase de homenajes, con los que no tuvo nada que ver — en mi país vuelves de la enfermedad como un héroe de guerra—, sino para terminar la novela en la que estaba emboscado. Los días antes de la operación, como no veía bien, dictó algunos textos a su hija Violant. Ella estuvo encantada de la vida, según me dijo aquella misma semana, cuando quedamos para tomar un café; veía a su padre muy animado. «¿Y no te habla sobre el cáncer?» «No, nunca; él continúa trabajando sin parar. Es una máquina. Como no puede estar delante del ordenador, toma apuntes. Se pasa horas. También contesta llamadas de gente que le desea suerte, pero enseguida vuelve al trabajo.» «¿Y no tiene miedo del cáncer?» «No, de ninguna manera. Se le ve absolutamente tranquilo.» Cuando salió del hospital le hice la misma pregunta a él, si había tenido miedo. Se me quedó mirando, la intensidad seria en los ojos, pero esta vez me respondió: sólo había tenido miedo unos instantes, la tarde antes de la operación, tumbado en la cama del hospital, delante de sus hijos, o quizá no fue miedo exactamente, porque miedo solamente había tenido una vez en su vida, en un atardecer remoto en África, solo ante un guepardo con el que se había cruzado mientras hacía una excursión. No había nadie más en unos cuantos kilómetros, el guepardo lo miró, él le devolvió la mirada, y así estuvieron un buen rato, mirándose uno frente al otro, sin que Porcel supiera si era mejor largarse corriendo o abalanzarse y clavarle los dientes, sí, él al guepardo, pero al cabo de unos instantes aquella ferocidad se transformó en temor, los ojos de Porcel aterrorizados, su cuerpo pétreo, hasta que a la bestia le apeteció marcharse, y aquel miedo había sido tan intenso que

Porcel de repente se había quedado sin vanidad, aquella vanidad que hace las funciones del orgullo y del coraje. Éste había sido el único día que había sentido miedo de verdad, y yo diría que allí nació la relación tan estrecha que Porcel tiene con los felinos, especialmente los gatos (una noche, saliendo del garaje de su casa, en Valldoreix, atropellé sin querer a uno de sus gatos: quedé aturdido viendo al gato dar saltos de dolor sobre del asfalto, como un saltimbanqui; y desde entonces Porcel tiene conmigo una actitud agreste). No, Baltasar no había sentido miedo la noche antes de la operación, sino tristeza. Tiene una concepción de la familia parecida a la de los Corleone: la familia es de las pocas cosas estables que merecen la pena de este mundo inestable. Volviendo a la operación, aunque Violant temía que saliera mal, y nada le daba más pánico que la posibilidad de que su padre se quedara sin poder leer ni escribir —«si no puede leer ni escribir es hombre muerto»—, la operación fue un éxito. Una vez recuperado, antes de ir a comer marisco, lo primero que hizo fue leer a los presocráticos y trabajar en la novela encallada. Diez horas diarias escribiendo en la cama del hospital. A veces se despertaba solo, cansado, y pensaba que no vería más a su familia ni a los gatos, pero enseguida volvía a la escritura, con ilusión renovada, mientras el paciente contiguo no paraba de mirar la televisión. «No entiendo cómo la gente puede mirar la televisión en el hospital. Tienen cáncer, quizá morirán al cabo de unos días, y se dedican a mirar la televisión en lugar de hacer algo de provecho como leer.» Porcel escribía y sentía, cada vez más, un ímpetu de vitalidad e ilusión en las fibras corporales y cerebrales, según dijo un año después, durante la rueda de prensa como ganador del premio Sant Joan: «He podido terminar la novela gracias al cáncer. Estaba encallado, como sabe un amigo mío que ahora está sentado en la última fila y que me vino a ver a Mallorca cuando no salía adelante con la novela». Todos los periodistas se volvieron hacia mí. Yo había entrado sigiloso, para pasar desapercibido. Y porque iba a celebrar su éxito, no a trabajar. Porcel dijo: «es tímido, el muchacho», y prosiguió, explicando el proceso de gestación del libro. Antes del cáncer la novela pecaba de conceptual: en esta ciudad y en este país pesa demasiado la reflexión política, y eso era un lastre para la narración. Pero en el hospital el afán de vivir se había filtrado en el libro y lo había convertido en algo magnífico. La primera novela libre y vital que había escrito. Cuando hacía una hora y pico que hablaba, y eso que los periodistas sólo le habían formulado dos preguntas, se puso más trascendente. Se refirió al

deber, incluso «al placer» de la lucha contra el cáncer. Sí, había mucha gente hundida por el dolor y la destrucción pero también había otra gente, como él, que creían en el deber y el placer de la lucha. «Si no es por nuestra vida y nuestras ilusiones, por el amor que nos une los unos a los otros, ¿por qué tendríamos que luchar?» Muchas de las cosas que desde la política y las patrias se nos venden como prioridades colectivas y personales eran solamente demagogias, inferioridades. «Quien tiene la razón suprema somos yo, el cáncer, la novela. Me parece que hace ya una hora y media que hablo. Supongo que he hablado demasiado, pero qué más da. Gracias a todos por haber venido, y gracias también a mi amigo de la última fila, que de pronto se nos ha hecho creacionista.»

[Jueves, 6] Hacía días que quería volver a escribir, pero he estado demasiado centrada en la meditación. Además, han cambiado algunas cosas. Para empezar, nada de quererme ir. Sigo haciendo las mismas tareas que antes, duermo poco, las piernas son un campo de minas, pero estoy contenta. Hubo un día estelar en que me vino a recoger Kazuo-san para llevarme ante el maestro. De repente, sin previo aviso. Salimos al jardín, yo descalza, clavándome ramas y piedras, y recorrimos en silencio los escasos doscientos metros hasta la casa del maestro. Era la primera vez que me reunía con él. Nadie me había explicado el protocolo. Hoy la situación me da risa. Ojalá mi sonrisa se pareciera a la de los monjes, con su indiferencia contemplativa. Ahora el ritual para presentarse delante del maestro ya forma parte de mí, lo repito cada día. Pero cuando Kazuo-san me lo explicó en la puerta de entrada de la casa del maestro, en mitad de una noche escarchada, no entendí nada. Él no tenía frío; parecía no distinguir entre el frío y el calor, como si su cuerpo se autorregulase. Entré: el maestro estaba en una silla, pero prescindía del respaldo y me esperaba sentado en la posición del doble loto. Me incliné sin mirarle a los ojos, esforzándome para que no se notara que había olvidado qué tenía que hacer. Y entonces moví las piernas no sé cómo, bruscamente, de manera que di sin querer un puntapié a la tetera. Resultado: el té chino derramado sobre la barra de incienso. El maestro me miró con ademán serio, aunque al cabo de un momento las facciones se le endulzaron, sin llegar a sonreír. Kazuo-san entró alertado por el estrépito, y se llevó la tetera y el incienso. El maestro me preguntó por qué había derramado el té. Era la segunda vez que escuchaba aquella voz —una voz plácida pero apremiante. «Lo siento, de verdad. Es que estoy un poco nerviosa.» «¿Qué te pone nerviosa?» Y como cuando me pongo nerviosa no sé muy bien lo que digo y empiezo a desvariar, le respondí que hacía más de tres semanas que estaba en el monasterio y no había podido hablar con él ni una sola vez. Kazuo-san entró con un cojín limpio y seco para mí. Me di cuenta, al sentarme, que tenía el culo empapado. Trajo otra barra de incienso, de un olor magnetizante que no se encuentra en ningún otro rincón del monasterio. Kazuo-san se disponía a servir el té, pero el maestro lo mandó a dormir, y cogió él mismo la tetera; vació el té en la taza, y cuando la taza estuvo llena continuó sirviendo, y siguió y siguió. El té se derramaba, mojaba la alfombra, el suelo de madera; se colaba por las grietas, mojando de nuevo las almohadas. «Tú eres como esta taza de té», me dijo. «Estás tan llena

que no cabe nada más.»

Antes de iniciar el camino, me dijo el maestro, tenía que vaciarme, para que dentro de mí cupiera el té que había ido a buscar. Tenía que vaciarme de prejuicios y expectativas. «Ven mañana, después de la meditación, con los demás. Serás la última en entrar. Ahora beberemos el té en silencio y te irás a dormir.» Y fue entonces cuando me invadió una especie de alegría que se fue repitiendo día tras día, y que hace que ya no quiera irme. No sé si fue una conexión con algo más grande que yo, o con el poder del universo, que dirían los manuales de autoayuda; yo qué sé. El caso es que mientras sorbía el té con dificultad, como si hubiera olvidado el aprendizaje básico de beber, tragar, de pura alegría me levanté, dibujé una reverencia mal hecha, y me fui a la habitación sin un ápice de sueño. Tenía ganas de saltar y de bailar. Como una adolescente.

[Viernes, 7] De hecho, releendo las últimas líneas me veo como una adolescente. El insomnio, al día siguiente, me pasó factura. Durante la meditación de la mañana aún pude mantener el tipo, aunque no pude meditar. No paraban de asaltarme recuerdos de la noche anterior. Repasaba cada detalle, cada palabra. Suerte que los budistas hablan poco y recordar las palabras del maestro era fácil. Vaciarme de prejuicios y de expectativas. No estaba segura de tener muchos prejuicios, pero sí muchas expectativas. Expectativas sobre qué me diría el maestro cuando nos volviésemos a ver, sobre cómo sería la vida en el monasterio cuando yo fuera una más. Curiosidad, también, por saber si todos los monjes sentían lo que yo había sentido bebiendo té con el maestro. Ahora sé que no se puede expresar con palabras, porque la esencia del zen no se expresa con palabras. Pero me atrevería a decir que fue un instante perfecto. De hecho, el zen se dedica a esto, a trabajar la perfección del instante. Liberar y dominar todas las energías que están dentro de nosotros ahora y aquí. Con respecto a lo que me dijo el maestro, que no tuviera expectativas, que la expectativa nos alejaba del camino de Buda, he aprendido que hace falta sustituirla por la ilusión. El matiz es sutil, pero existe. Y si obviamos esto, no he aprendido nada más. Sé muy pocas cosas, en comparación con los monjes que me rodean. Me siento una adolescente y en parte me satisface sentir algo, después de tanto tiempo llevando una vida adocenada.

[Sábado, 8] *Me gustaría escuchar música. Ojalá pudiera escuchar con el iPod a los Yoshida Brothers. Siempre he pensado que tienen mucho talento con el shamisen, el instrumento de tres cuerdas y sin traste que se toca con un utensilio de madera. Me gusta que lo mezclen con música pop occidental. Como Murakami, tan occidentalizado. Me gusta la mezcla. Como me pasa con la literatura y los libros de autoayuda. Al fin y al cabo, a los amigos y a los amantes, cuando se quedaban boquiabiertos ante la cantidad ingente de libros de autoayuda que tengo en el piso —siempre me preguntaban: «¿Y te los has leído todos?»— les decía que la autoayuda se remonta al siglo v antes de Cristo. Los estoicos y los cínicos ya hablaban de cómo vivir mejor, de cómo estar mejor en el mundo. A veces pienso que Séneca es un autor de manual de autoayuda. O Confucio, o Yourcenar. La autoayuda, más que un género concreto, son pautas para vivir mejor, y estas pautas se pueden encontrar en una novela, un poema o una película. A veces los libros de autoayuda que traduzco —que traducía— se quedaban demasiado en la epidermis de la vida, y entonces tenía que sumergirme, de nuevo, en la literatura.*

El día de la iniciación con el maestro fue el punto de partida de un nuevo camino. Las horas antes de verle otra vez, durante la meditación, me costó mucho concentrarme, aunque las piernas me dolían menos que otras veces. No paraba de balancearme encima de la almohada, hasta que el monje que controlaba la meditación me pidió, aparentemente enfadado, que dejara de molestar. Después de tres horas de meditación me uní por primera vez a la cola con los otros monjes, delante de la casa del maestro. Intenté participar en alguna broma; por primera vez me empezaba a sentir integrada. Hasta entonces sólo había hablado con Kazuo-san, que tiene un régimen especial: hace las meditaciones con nosotros, pero no visita al maestro, si bien, mientras cultivamos el huerto o cuidamos el jardín, hace encargos para él. Sólo de vez en cuando echa una mano en la cocina. Los otros monjes tampoco hablan mucho con él. En cambio, entre ellos hay complicidad. A veces bromean como adolescentes: yo sería bienvenida. Pero cuando tienen que hacer cola para ver al maestro todos sin excepción adoptan un ademán grave. Se esperan sentados en el suelo, bien colocados, en la posición del loto o doble loto, según la capacidad de cada uno. El caso es que yo estaba haciendo cola con los otros monjes cuando se me acercó Kazuo-san y me repitió el protocolo. Tomé buena nota: dos medias reverencias, una reverencia entera, la cabeza en el suelo, y de rodillas.

Sobre todo, nunca podía estar más elevada que el maestro; era una señal de respeto. Le pregunté a Kazuo-san qué creía él que me diría el maestro aquella mañana. Kazuo-san sonrió y calló. Cuando hubieron pasado todos los demás, llegó mi turno. Entré, me fijé en el suelo, ya limpio, y en una tetera y dos tazas; pero esta vez el maestro no me ofreció té. Su mirada continuaba siendo dulce y líquida, como de aceite. Ojos con un deje de circunspección; intuyes que pueden pasar sin transición de ser desdeñosos a ser burletas. Me dijo: «Estás empezando el camino de Buda. Hoy te voy a dar el primer koan.» Así, a partir de ese momento tendría que centrar la meditación en el koan. Sólo cuando el koan pasara a formar parte de mí, se me revelaría la solución. Cerré los ojos para sentir mejor su voz, y continuaba con los ojos cerrados cuando, de repente, sin percibir movimiento alguno, noté una respiración tímida cerca de mi oreja y el susurro del maestro: «¿Qué se ve cuando las luces se encienden?» La piel de la pierna y el brazo izquierdo se me erizó. Me estremecí. Lo pienso, lo escribo, y lo revivo: toda la parte izquierda del cuerpo erizada.

[Jueves, ²⁷] Este ha sido mi koan durante las últimas tres semanas. «¿Qué se ve cuando las luces se encienden?» No he hecho más que darle vueltas. Ya sé que descifrar el koan no es una cuestión de lógica, así que me lo tomo con calma. Se trata de conectar con un punto que se encuentra en mi interior: una sabiduría que nace del tálamo y del hipotálamo. Los sutras, las conferencias del maestro, cuando sucedan, si suceden, quedarán grabadas, gracias al inconsciente, no en la memoria, sino en el tálamo. Allí encontraré la respuesta al koan. No tengo prisa: hay monjes que han tardado años en resolver su primer koan, el más difícil, porque te obliga a conectar con el inconsciente, una parte de ti hasta el momento olvidada, aunque gobernaba tu vida sin tú saberlo. En principio, el asunto de los koans sólo concierne al maestro y al discípulo. Pero como me moría de ganas de saber si Kazuo-san había completado el camino de los koans o, al menos, si había resuelto alguno, ayer se lo pregunté. No me lo pudo explicar, ya que de repente uno de los monjes estalló de rabia y me recriminó que intentara hacer dos cosas a la vez: comer y hablar. «Si comes, come. Si hablas, habla. Pero si comes y hablas, ni comes ni hablas», me dijo, ya más sosegado. Como castigo, me «recomendó» contar los granos de arroz a medida que me los iba metiendo en la boca. No me ha

costado mucho entender que este tipo de «recomendaciones» son órdenes camufladas. Así que pasé toda la comida ocupada en contar los granos de arroz.

El camino de los koans es muy duro. Se establece una relación única entre maestro y discípulo. Cada mañana, después de la meditación, el discípulo se encuentra con el maestro y, por así decirlo, le enseña cómo va el proceso de resolución de su koan. El maestro puede encaminarte, dirigirte, o quedarse callado. A veces es el mismo discípulo quien calla, por una cuestión de honestidad, ya que quizá no ha avanzado nada desde el día anterior. Para mí éste es el mejor momento del día. Durante las primeras visitas al maestro me sentía con la necesidad de mostrarme ingeniosa, inteligente. Pero estoy muy lejos de la respuesta honesta. Hay monjes que han encontrado la respuesta al koan en los lugares más insospechados: en el váter, o dentro de la vagina de una mujer. Yo tenía entendido que los monjes budistas practicaban la castidad por alguna especie de decreto o de ley escrita o por alguna enseñanza de Buda. Pero resulta que no es así. De hecho, hay monjes que se acuestan con más de una mujer, e incluso con prostitutas. También los hay que han renunciado al sexo porque lo consideran un obstáculo para la vida meditativa. Yo diría que el sexo bien hecho, con la intensidad del amor, tiene que ser un buen ejercicio de meditación. Y del mismo modo que un monje te puede resolver un koan mientras mantiene relaciones, la solución también puede llegarme a mí en cualquier momento. Por eso, la última semana me lo he tomado con más calma. Me he limitado a gozar del hecho de estar cerca del maestro. Me gusta estar a su lado, sin decirnos nada. A veces, cuando me voy, me toca la nuca. Salgo de la estancia alegre, sin sueño, con ganas de seguir trabajando. A esto, los franceses, lo llaman el gozo de vivir.

[Viernes, ²⁸] Veo al maestro por la ventana, yendo a la cocina —como si levitara—, lo que significa que es la hora de comer. La campana tiene que estar a punto de sonar. Ninguno de los hombres que he conocido ha llenado tanto mi espacio.

No te esperabas los resultados de la última resonancia magnética. Tampoco son los que Pema suponía y, ni mucho menos, lo que daba por descontado el médico, que te ha hecho esperar un rato eterno para comparar las imágenes con las de las dos resonancias anteriores, a fin de asegurarse que se han seguido los protocolos, o que no se ha producido una confusión con otro paciente. Un médico relativamente joven, de unos treinta y cinco años, el único neurólogo de Ibiza. Luce barba de cuatro o cinco días, las uñas bien recortadas, y cuando os ve llegar os mira con un deje impostado de corrección y os dirige un saludo frío; todavía se toma a sí mismo demasiado en serio, piensa tu amiga, o quizá es inseguridad. Supongo, Umiko, que es el médico a quien en el primer correo electrónico que me enviaste calificabas de irresponsable por haberse atrevido a poner fecha de caducidad a la vida de un enfermo, a tu vida. Mientras abre el sobre y coloca las radiografías contra el cristal iluminado de la pared —porque son radiografías, ¿no?—, Pema sigue pensando y concluye que en este médico no hay una conexión profunda entre lo que es y lo que le gustaría ser, su aura es tibia, seguramente porque no querría estar ejerciendo aquí después de tantos años de carrera, ocupándose de traumatismos craneales de accidentes de moto en una isla perdida. Tu amiga te mira y una vez más queda maravillada de tu comportamiento: observas la situación como el entomólogo lo hace con el insecto, con una curiosidad distanciada. Como si hubiera pasado mucho tiempo desde la tercera resonancia magnética, cuando sólo hace tres horas que has salido del tubo blanco después de haber llorado, después de haber tenido la idea de las cajetillas fabricadas en China con las cenizas que te gustaría repartir a los amigos. Si no fuera por los ojos hinchados de quien ha llorado, cualquiera diría que para ti han pasado días desde la resonancia; para ti, siempre es remoto el pasado. Tu amiga deja de cavilar cuando el médico os dice, sin saber cómo decirlo, para variar, y esta vez, además, con algún balbuceo:

—El diagnóstico por la imagen nos da noticias que no esperábamos. — Su mirada se pasea por encima de vuestros hombros y se clava en la lejanía. A través de la ventana se pueden ver las higueras de un huerto cercano. Algunas son enormes, de grandes faldones y estacas plantadas en el suelo para sostener las ramas. El médico se queda callado unos instantes, pensando qué es lo que debe decir y qué no. Lo hace con todos los pacientes, tal y como se lo enseñaron en la facultad, en la única asignatura que se ocupa de la relación llamémosle humana con el enfermo. Se trata de

llegar hasta allí donde el paciente quiere llegar, no darle ni menos ni más información. Pero en este caso la peor información ya fue dada. Ahora lo puede decir todo, incluso dará buenas noticias:

—El tumor crece más lentamente de lo que suponíamos. De hecho, corrijo, no crece. Tiene exactamente el mismo tamaño que en la última resonancia. No ha crecido ni un milímetro.

Pema suelta un grito de alegría, y, exultante, levanta los brazos y abre las manos como si acabara de protagonizar una victoria deportiva. De repente está acalorada; se saca la chaqueta, de color amarillo garbanzo. Tu amiga es consciente de que tiene un carácter variable, que pasa de la desolación a la euforia con mucha facilidad, pero si en algún momento este cambio está justificado, es justamente ahora. Tú interrumpes la escena, y le preguntas al médico en voz baja pero sin dudar:

—¿Qué quiere decir, exactamente?

—Sinceramente no lo sé —te responde, con una voz que ha tomado un matiz vergonzoso. Al fin habla la persona, el joven desconcertado ante unos resultados que no constaban en el temario que estudió durante la carrera y para el examen del MIR, un diagnóstico aparentemente imposible, idiopático. Incluso una remisión espontánea sería más fácil de clasificar, aunque en la carrera no las estudió, las remisiones. No merecía la pena, los porcentajes eran muy bajos.

—Así pues —le pregunta Pema—, una de cal y una de arena, ¿no?

El médico no contesta; su cara dividida entre la incredulidad y la duda. Al cabo de unos instantes, los justos para recordar que lo que cuenta son los resultados, y que tiene que ceñirse al diagnóstico por la imagen, termina diciéndolos:

—El tumor continúa estando allí, y es igual de maligno que el primer día. Si ahora mismo repitiéramos la biopsia, comprobaríamos que es maligno. Con matices. No ha seguido la evolución que esperábamos. No os podré decir nada más, o no te podré decir nada más —no sabe a cuál de las dos mirar— hasta que no sepamos cómo evoluciona las próximas semanas. Tendremos que hacer un seguimiento —añade con solemnidad fingida.

—¿Más resonancias? —le preguntas, Umiko, sonriendo.

—Pues sí —te contesta con franqueza, menos rígido, antes de volverte a tratar de usted:— Pero como mínimo esto querrá decir que usted estará viva para hacerlas.

Salís del hospital y Pema te propone ir a celebrarlo. Ella se equivocaba, los peores augurios médicos se equivocaban: celebrémoslo. No te han dado las mejores noticias pero tampoco las peores: brindemos. No obstante, en la línea de lo que ella sospechaba, la masa tumoral no se ha desecho. Pero tampoco se imaginaba ni por asomo que habrías conseguido que el tumor no creciera. Durante el viaje de vuelta en barco de Ibiza a Formentera desconciertas un poco a tu amiga: con la habitual voz reposada le dices que valoras aquel resultado. Como siempre, ves las cosas en positivo: «Al fin y al cabo, tendré más días de vida, ¿no?» Tu amiga no sabe si realmente te alegras o si te estás quedando con ella, teniendo en cuenta que últimamente no ha parecido que le dieras mucha importancia, siguiendo el aprendizaje de Tasaka, al hecho de vivir más o menos tiempo. Pero al cabo de un rato, cuando estáis llegando a la isla y divisáis las sabinas y los pinos en el aire dorado, quizás influida por el entusiasmo de tu amiga —el entusiasmo tan pegadizo, según he aprendido últimamente, a través de las neuronas espejo—, bromeas sobre todo lo sucedido, y le dices entre risas que tú te pensabas que el tumor ya sería del tamaño de un melocotón, y resulta que todavía tiene el tamaño de una ciruela. «A mí no me molesta, esta ciruela, que se quede, si quiere», subrayas mientras salís del barco, «ya he aprendido a vivir con los mareos.» Una vez en tierra miras las nubes de color plomizo con aquellos ojos de reconocimiento en los que la ilusión de volver a casa se mezcla con la necesidad de descanso. Por la noche, tomando una copa de cava, la primera vez en cinco años que bebes alcohol, o para ser exactos, después de haberte tomado unas cuantas copas de cava, aceptas lanzarte a hacer el ejercicio que te propone Pema, no sólo porque no tienes nada que perder sino porque no lo ves incompatible con las visualizaciones, que seguirás practicando al mismo ritmo. Si continúas haciendo lo mismo que hasta ahora obtendrás los mismos resultados que hasta ahora. Si tus ejercicios solamente han frenado el crecimiento del tumor —que ya es decir—, hace falta algo más para conseguir acabar con la masa tumoral. El ejercicio de Pema no es necesariamente incompatible con los tuyos (todo lo contrario, los puede reforzar). Se lo dices a tu amiga con los ojos brillantes por el cava y ella no sabe exactamente si lo dices para satisfacerla, o porque crees de verdad que merece la pena intentarlo. Seguís bebiendo con las ventanas abiertas mientras las cortinas de gasa ondean al ritmo del viento, la noche rutilante, y te sientes extraña porque habías decidido no beber más alcohol el día en que habías descubierto que

no sólo te impedía tener la mente clara, que no sólo echaba a perder las meditaciones de los días anteriores, sino que sacaba de tu interior un cinismo que no tenía nada que ver con la esencia de quien eres —seguís bebiendo mientras Pema te explica que el ejercicio lo ha diseñado ella, con mucho esmero, y que tiene como propósito conectar con tu inconsciente. Hasta aquí todo bien, porque tú, como escribiste en el diario, ya conectaste con el inconsciente, o lo intentaste, para resolver el koan de tu maestro de mirada dulce como el aceite. Pero cuando tu amiga te confiesa que se ha inspirado en las enseñanzas de Jodorowsky haces lo mismo que he hecho yo: te echas las manos a la cabeza.

Pema ha asistido a bastantes cursos de él, retiros de cinco días, y se siente con legitimidad para diseñar un ejercicio a partir de sus enseñanzas. Sin embargo, al oír el nombre de Jodorowsky automáticamente sientes la misma inaceptable extrañeza que yo (le he conocido, a Jodorowsky; ahora te contaré nuestro encuentro). Aún así, aceptas seguir adelante, haces tuyas las ideas de Pema y al día siguiente, a propuesta suya, me envías aquel correo electrónico pidiéndome ayuda. En el texto haces referencia a la vibración que quieres que yo genere con la voz, si bien no concretas que estarás dormida —ni mucho menos desnuda—, y tampoco haces referencia a la tercera y última resonancia magnética, la del día anterior. En resumen, evitas mencionar la ambigüedad actual de tu expectativa de vida. Me dices una mentira piadosa, o no me cuentas toda la verdad, ya que no me explicas que los médicos te daban dos meses de vida pero de repente, gracias a la meditación y las visualizaciones, la expectativa de vida se ha alargado no se sabe cuánto. Tal vez, digo yo desde la ignorancia, si continuaras haciendo las mismas meditaciones y visualizaciones podrías vivir indefinidamente con el tumor en el cerebro, ya que no te afecta a las funciones básicas. Ya se sabe que utilizamos una parte muy reducida del cerebro y afortunadamente «la ciruela» no ha crecido justo en medio del órgano. En cualquier caso, tienes que estar de acuerdo conmigo en que me dijiste una media verdad. Cuando se lo he planteado esta tarde a Pema —«me extraña que Umiko no fuera sincera del todo»— me ha contestado que había sido idea suya, que la disculpara, que hacía falta que yo viniese lo más pronto posible a la isla para hacer el ejercicio, y que la mejor forma de conseguirlo era revelándome la expectativa de vida más cruda y corta que daban las dos primeras resonancias. «Tampoco es que ahora podamos decir que la expectativa de vida sea larga», ha murmurado, con voz

preocupada. «Sencillamente, nadie lo sabe.»

En cuanto a los ejercicios de Jodorowsky, déjame decirte que su personaje no me cae mal del todo. En *petite comité* se define como un payaso místico. Le conozco porque le entrevisté en la radio. Me interesaban, como te puedes imaginar, sus silencios. Tuve noticias a través de una tercera persona, Francesc Miralles, a quien también había entrevistado unas semanas antes. Francesc es un chico afable de mi edad, licenciado en filología alemana, que por aquel entonces, hace unos meses, acababa de publicar un libro sobre el zen aplicado al mundo de la empresa. Demasiados objetos en la mesa del despacho implican energía estancada. El espacio donde trabajas es un reflejo de tu mente. O te ocupas del asunto que tienes entre manos, o lo delegas, o lo tiras: no dejes temas pendientes. La editora del libro me había propuesto una entrevista a Francesc Miralles, yo había aceptado, y justo cuando la habíamos terminado y se había cerrado el micrófono yo le había confesado que me había gustado mucho un silencio puntual que había dejado mientras pensaba no sé qué título de su cantante preferida, Keren Ann. «Pues si quieres silencios, entrevista a Jodorowsky. El otro día estuve en su casa, en París, y entre frase y frase dejaba unos silencios brutales.» Resulta que Miralles, además de escribir ensayos y thrillers, era autor de manuales de autoayuda: ha publicado más de cuarenta libros de autoayuda, bajo diferentes seudónimos. Por eso, Àlex Rovira, escritor, también, con millones de ejemplares vendidos en el mundo de sus libros de autoayuda —si bien, para ser sincero, Umiko, empieza a cansarme la etiqueta de autoayuda y prefiero definir a Àlex Rovira como escritor a secas—, le ofreció trabajo a Francesc en calidad de asesor. Rovira tenía que viajar a París, donde se entrevistaría con Jodorowsky con el fin de preparar un libro a cuatro manos; Miralles también estaría allí, y al cabo de unos días tendría que asesorarles sobre cómo llevarlo a cabo (Miralles, antes que escritor, había sido editor; un muchacho polifacético: tiene un grupo de música y dos gatos). O sea que se va a París al estudio de Jodorowsky, situado en el *12m arondissement*, y una vez allí les abre la puerta un asistente muy elegante, rondando los cuarenta, que les hace pasar a un salón en el que tres gatos holgazanean sobre el sofá. Cuando aparece Jodorowsky, lo primero que dice, dirigiéndose a Àlex Rovira pero mirando de reojo a Miralles, lo dice con una voz insolente: «Y este tipo, ¿hasta qué hora se va a quedar?» Una vez dentro, según explica Francesc, Jodorowsky les comenta que ha

desarrollado una nueva terapia que consiste en regalar oficios a muchos de los asistentes a sus talleres. Parte de la base que mucha gente tiene la autoestima baja porque no se sienten únicos. Una ley del marketing dice que si no eres el primero en lo que haces, tendrás que inventarte una nueva categoría en la que sí lo seas. De manera que, en un curso de Jodorowsky, a un hombre gris lo nombró masajista de gatos («sin duda el mejor de París, porque debe de ser el único»). Y a otro hombre le recomendó que limpiara las sombras, de manera que éste señor ha montado en su casa un estudio con focos que reflejan la mala sombra del cliente sobre una superficie blanca, y el limpiador, único en su especialidad, coge el trapo y la deja impoluta. Francesc Miralles ha escrito que quizá tienen razón los psicólogos que critican los métodos de Jodorowsky, «pero también es sano que de vez en cuando alguien dé un puntapié a todo lo que es normal y políticamente correcto. Como demuestran las mejores personas —sin un oficio singular— que sufren depresiones y angustias de toda clase, también la normalidad mata.» Jodorowsky, como sabes, Umiko, se define como psicomago. Empezó siendo dibujante de cómics, ha dirigido películas y ha sido actor, pero es conocido por la terapias diseñadas a partir de lo que ha aprendido de los chamanes. Después de nacer y crecer entre ellos, en Chile, aplica el chamanismo en la psicología. Lo hace a través de actos simbólicos, espectaculares, que no sólo quedan grabados en el inconsciente, sino que lo remueven. Como sabes mejor que yo, Umiko, el inconsciente no responde a palabras sino a imágenes y conceptos y metáforas. Jodorowsky lo lleva al extremo y no se corta ni un pelo a la hora de espectacularizar los actos y los rituales, aplicando lo que aprendió en el teatro. Huelga decir que el hombre es un poco salvaje. Hace poco, durante un curso, una mujer explicó ante todos los asistentes que, por un defecto genético, había nacido sin vagina y no podía tener relaciones sexuales con penetración, cosa que para ella suponía un trauma. Por eso había ido a ver a Jodorowsky, y había hecho centenares de kilómetros de viaje. El psicomago le espetó con ademán solemne: «Esto es fácil de arreglar: búscate a alguien que te dé por detrás». Para rematar el tratamiento, le recomendó un libro muy completo sobre sexo anal.

Así, cuando Jodorowsky vino al estudio, yo ya estaba preparado. Teniendo en cuenta que esto sucedió hará unos tres meses, ya había aprendido meditación contigo, me iba entrenando en casa, y aunque no tenía la obsesión de antes por los silencios, me seguía haciendo gracia

estimularlos. No tenía la obsesión de antes porque con la meditación conseguía la paz y la ecuanimidad que había descubierto durante los silencios de la radio. En cualquier caso, entrevistar a Jodorowsky era una forma de tratar de repetir los silencios de Malkovich y Comelade. Yo estaba preparado en el sentido que las preguntas que le haría serían más sobre él y su filosofía de vida que sobre sus métodos concretos, porque no quería ni imaginarme cómo reaccionaría la audiencia si Jodorowsky disertaba sobre las terapias como la del sexo anal a la mujer sin vagina. También me había preparado, querida Umiko, para meditar durante los silencios. Hacer expresamente aquello que me había salido espontáneamente durante las entrevistas de Malkovich y Comelade, es decir, no preocuparme por los gestos del técnico de sonido, por el qué dirán, y vivir el instante presente, sumergiéndome en él. Ahora no tenía miedo de lo que diría el jefe de programas, puesto que lo habían cesado, y el nuevo jefe de programas estaba y está encantado con los silencios, hasta el extremo que dice que los tengo que potenciar, que me dan «personalidad», y que estaría bien recuperar la sección que iba en busca de silencios. Para lo que no estaba preparado, querida Umiko, era para el carácter de Jodorowsky. Comparados con él, el pulcro Malkovich o el ensimismado Comelade son entrevistados de lo más accesibles. Lo primero que hizo cuando entró en el estudio, con aire soñoliento, despeinado, con la voz apagada y los ojos algo idos, fue pedir un café. «Aunque yo nunca tomo café, porque si tomas té o café haces el juego a las plantas. Existen muchas personas con alma de planta de café; se comportan como ellas. ¿Qué quieres que te diga? Las plantas están invadiendo el planeta.» Éste fue de los pocos comentarios que hizo antes de empezar la entrevista. Pese a que el hombre se conservaba muy bien para tener setenta y nueve años y para haberlos vivido de manera intensa, se le veía cansado o apático, cansado por el viaje en avión, o apático por tener que someterse a una entrevista más para promocionar su nuevo taller (a pesar de los fans, que lo consideran un gurú, necesita las entrevistas si quiere llenar los talleres). Le quise comentar algunos de los temas que trataríamos durante la conversación radiofónica, pero me contestó que no lo quería saber, que tanto daba. Justo antes de empezar le dije: «En cualquier caso, gracias por haber venido, señor Jorodowsky». Había intercambiado, sin querer —un lapsus—, las letras *d* y *r* de su apellido. Su reacción me recordó a las de Porcel. Jodorowsky despertó de golpe y me soltó, con una voz arrogante y

retadora, la voz de aquellos que se quieren batir en duelo a vida o muerte:

—Cuando alguien se equivoca con mi nombre, y dice Joro en lugar de Jodo, entonces igual el tipo tiene problemas sexuales y es el inconsciente que les está traicionando. Es Jodo, de joder. Si me llamas Joro, igual tienes algún bloqueo sexual. Con el joder. Vaya, que no jodes bien, ¿no es cierto?

Todo cambió cuando empezó la entrevista. De repente, la arrogancia y la mala leche dieron paso a la amabilidad. Supongo que la transformación se debió a que sabía que lo escuchaban miles de personas y que, o aparcaba su bravura, o la gente no compraría las entradas para el taller. O quizá le salió el actor que lleva dentro, y ahora tocaba interpretar el personaje de viejo bonachón, un poco de vuelta de todo. O quizá me equivoco, y en realidad Jodorowsky es un anciano entrañable (a quien el café hace saltar como las cabras). Con todo, hay otra explicación plausible que ha ido tomando cuerpo en la trastienda de mi mente: cuando estábamos a punto de empezar la entrevista, entró en el estudio Carlota. De vez en cuando venía a ver el programa, si algún invitado le hacía gracia: había visto a Jodorowsky en algún vídeo de YouTube, le había parecido «encantador», y me había avisado de que vendría a verme. Al entrar en el estudio me hizo un gesto con la mano, se sentó en una silla del rincón, y cuando volvió a mirar en dirección a nosotros, mientras yo ya hablaba por antena, presentando al invitado, Jodorowsky le devolvió el saludo, con sonrisa incluida. Una sonrisa llena de ingenuidad. «¿Es cierto que usted, en la intimidad, se define como un payaso místico?» Ésta fue mi primera pregunta. Antes de la respuesta dejó un silencio de unos veinte segundos durante los cuales no me miró ni una sola vez: sus ojos de un azul abstracto se dedicaron a repasar a Carlota de arriba abajo, sin cortarse ni un pelo. Una de aquellas miradas descaradas que te comentaba hace un rato. Tuve algún pensamiento dedicado a la madre de Jodorowsky, pero lo dejé pasar como una nube y me concentré en mi respiración, el aire entrando y saliendo, amplificado por el volumen de los auriculares, mientras el técnico de sonido me miraba tranquilo y por el ventanal se veía pasar el tranvía que yo situaba en el mismo nivel que Jodorowsky, es decir, en el nivel de los fenómenos de naturaleza transitoria que cruzan nuestra vida dejando una leve huella (no tan leve, recuerdo demasiados detalles; y encima ahora estoy haciendo un ejercicio inspirado en él). Finalmente, sin dejar de escrutar a Carlota, que llevaba un vestido blanco con los hombros y las piernas al descubierto, unos hombros de una tirantez incitante, y unas

piernas esbeltas, inacabables, sin dejar de escrutarla Jodorowsky respondió: «Cierto, cierto, de alguna manera soy un payaso. Ser payaso significa poder utilizar la parte cómica de la vida. Mira, Wittgenstein, el gran filósofo del siglo xx, escribió que el saber y la risa se confunden. Éste es un dato fundamental. No es contingente que cuando los monjes zen se iluminan suelten una gran carcajada. Pero la risa búdica es diferente de la risa común en el hecho de que la gente de la calle ríe de alguna cosa, su risa es como una crítica, ¿no es cierto?; pero cuando ríes de forma búdica no ríes de nada: ríes de felicidad, y esto sí es lo máximo».

Se me ocurre, Umiko, que quizá la risa que no hemos sabido muy bien cómo interpretar con Pema, la que soltaste delante del doctor —mientras él te preguntaba mentalmente «dónde está la gracia»—, después de que te anunciara de forma irresponsable que te quedaba poco tiempo de vida, quizá era una risa búdica. Supongo que me quedaré con las ganas de saberlo. La siguiente pregunta a Jodorowsky no fue una pregunta, sino una afirmación para romper el hielo —por antena— y hacer que los oyentes conocieran más a la persona. «Le veo bien», le dije. «Tiene usted casi ochenta años y se le ve en plena forma.» Esta vez no tardó mucho en responder. Durante los segundos que permaneció callado, aparte de continuar mirando a Carlota, que ahora recordaba que se había dejado el móvil encendido y revolvía el bolso para apagarlo, Jodorowsky se terminó el café y adoptó un ademán modesto, mientras yo recordaba que Josep Pla decía que la modestia es siempre falsa modestia, pero dejé pasar este recuerdo y me fijé en mi respiración, un poco más acelerada de lo habitual, porque quieras que no Jodorowsky impone, y más cuando te acaba de decir que tienes problemas con el joder (suerte que cuando me lo había dicho Carlota aún no había llegado; ella creía que era un anciano encantador; tampoco se trataba de desmontarle el mito, ni desmontar los argumentos del mito). Al cabo de unos segundos respondió sin responder: «No contesto a la pregunta», y a continuación calló. De nuevo otro silencio. El aire del estudio se estaba cargando, como si el aparato del aire acondicionado se hubiera estropeado. «¿Por qué no quiere contestar?», pregunté. «Porque si te digo que me conservo en plena forma, pareceré pretencioso. Y si te digo que no, pareceré un pobre hombre. Acá me tienen, entregado en tiempo y forma. No voy a contestar semejante pregunta.» Y entonces, cuando me disponía a repreguntar, continuó argumentando: «Un terapeuta no habla nunca en nombre de sí mismo. Ni cura en su nombre. La diferencia entre

un auténtico terapeuta y los muchos brujitos que se dedican a esto que ahora le llaman terapias alternativas es que ellos curan en nombre de sí mismos y por ello se sienten genios. Pero un terapeuta verdadero siempre cura en nombre de otro. Canaliza la energía del universo. Incluso Jesús curaba en nombre de su padre.» Esta respuesta no fue tan seguida como te la he reproducido, Umiko: entre frase y frase dejaba silencios. Pero no se rascaba la cabeza ni las patillas ni me miraba, sino que tenía los ojos clavados en Carlota, que asentía muy interesada en el discurso del psicomago. Continuamos la entrevista, le hice más preguntas, él contestó agudizando el ingenio y a la vez bajando el volumen, consciente de que la sensación de intimidad se crea con la voz. A diferencia de los silencios de Malkovich y Comelade, sus silencios eran pausas dramáticas, con el fin de acentuar lo que diría después, o para que le escucharan más atentamente. Durante los blancos no pensaba, sino que disfrutaba del paisaje. Yo sí que podía pensar, no lo había hecho mientras él hablaba, concentrado como estaba en sus palabras. Hacia el final de la entrevista, le pregunté: «He leído en un libro suyo que, según usted, señor Jorodowsky, perdón, señor Jodorowsky, una pareja que hace el amor no puede ser casada por un cura que se masturba. ¿Nos puede explicar por qué?»

Aquí el hombre estuvo a punto de soltar una barrabasada, pero se contuvo y adoptó una pose neutra. Dado que ya conocía la respuesta de memoria, porque supongo que le debían haber hecho la misma pregunta mil veces, algo que dice muy poco a favor del entrevistador, es decir de mí, se quedó en silencio y se dedicó a sonreír a Carlota. Y mi mujer le devolvió la sonrisa con una carcajada. Hice el gesto de llevarme los dedos a los labios, diciéndole —sin decírselo— que se callara. «Carlota, se te oirá la risa por antena», pensé, «los micrófonos son potentes.» Reía, claro, porque es una de aquellas mujeres que constantemente está esperando la excusa para reír; tiene el mecanismo a punto, y sólo necesita una chispa de humor para que se active y estalle en carcajadas, enseñando los dientes blancos y ordenados, y haciéndote creer que eres un sol, porque has generado en ella la energía más poderosa después del amor (quizá la risa es una forma de amor). No sé si estás de acuerdo conmigo, Umiko, que a las mujeres se os seduce o bien por el oído o haciéndoos reír. El caso es que Carlota no paraba de reír, una risa que no tenía nada de búdica. De hecho, le estaba dando un ataque de risa. Le había hecho gracia la referencia a los curas que se masturban. Supongo que también le hacían gracia las caras de

Jodorowsky. Sí, no paraba de poner caras, y ahora incluso le guiñaba el ojo (aunque esto último yo no lo afirmaré ante un juez). Por antena, el silencio proseguía. El jefe de programas debía de estar contento; aquel silencio, teóricamente, me daba personalidad. Me resultaba imposible sentir paz alguna. No podía repetir la experiencia meditativa de Malkovich y Comelade. Carlota y Jodorowsky habían establecido un diálogo no verbal, aparentemente se caían la mar de bien, y yo iba generando pensamientos de rabia. No podía, Umiko, dejarlos desfilar como nubes; se iban encadenando. Me sentía culpable por sentir rabia, y más cuando Carlota parecía divertirse con todo aquello. Decidí interrumpir el silencio y dije por antena, dirigiéndome al invitado: «¿Sería tan amable de responder?» «Por supuesto, sólo faltaría. Una pareja que hace el amor no puede ser casada por un cura porque es una incongruencia. No me sirve. ¿Quién casa a la pareja, en realidad? Se casan ellos mismos. ¡Por favor! El otro es un símbolo, nada más. Igual les podría casar un perro. Yo casé a Marilyn Manson. Imagínate. ¿Y qué pasó? Nada. Se divorciaron al cabo de un mes. A una pareja sólo la casa el amor, un amor verdadero y profundo. Éste es el sacerdote. Un amor como el que sientes tú por tu mujer, si debo juzgar por la incomodidad que ahora mismo experimentas al ver la complicidad que tengo con ella. ¿No es cierto?». Me sonrojé, y pensé: suerte que por la radio no se ve cuando enrojeces. Jodorowsky prosiguió: «No, no te preocupes, no te sonrojes, ya cambio de tema. Mira: ¿sabes cómo sería bonito que un cura casara a una pareja? Masturbándose delante de los dos. Y rociando a los novios con semen. Eso sí que sería bonito. Porque el esperma es sagrado.» Ahora Carlota se reía tanto que tuvo que salir del estudio. Delante de mí, en la pecera, al lado del técnico de sonido, el jefe de programas me hacía gestos. Había bajado expresamente para decirme — la histeria reflejada en la cara— que cortara la entrevista (me hacía el gesto de las tijeras con la mano). Debía temer que la audiencia se escandalizara, teniendo en cuenta que la transmisión en directo de la misa de Montserrat era uno de los espacios más escuchados. No corté el discurso; Jodorowsky tenía libertad para decir lo que quisiera, y si alguien se sentía ofendido, podía acudir a los juzgados. Puesto que se nos terminaba el tiempo, di paso a una oyente que había llamado hacía rato: «Mire, señor Jodorowsky, desde hace tiempo, años, diría, siento una tristeza irracional, sin nada que la justifique. De repente, estoy triste sin motivo. ¿Me puede recetar un acto que sea terapéutico?», le preguntó la

oyente al otro lado del teléfono. Jodorowsky se sacó los auriculares, se remangó las mangas de la camisa, y le contestó: «Cierto, cierto, no me cabe ninguna duda de que todo es culpa de tu padre, de cómo te trató y te lastimó en la infancia. Ve a un jardín, excava un hoyo, bebe dos litros de leche y vomítalos dentro del agujero. A continuación planta un árbol.» Representa que de esta manera simbólica haría las paces con su padre, y la tristeza se desvanecería. La oyente dejó un silencio largo y elocuente.

Por eso, Umiko, cuando Pema me ha dicho que se había inspirado en Jodorowsky para diseñar el ejercicio de esta noche, me he echado las manos a la cabeza. Ella lo ve no sé si como un gurú, pero sí como un «excelente profesional» que rápidamente llega donde los psicólogos tardan años en llegar. Un terapeuta creativo, muy culto, un sabio, un chamán moderno, un genio: así lo ha definido Pema. En ningún otro momento ha sido tan hiperbólica. No merecía la pena llevarle la contraria. Mientras exhibía abiertamente su entusiasmo hacia Jodorowsky he pensado que éste debe de ser el secreto de los llamados actos simbólicos: quien lo protagoniza cree tanto en él, en el acto y en el terapeuta o chamán, que termina por provocar una especie de efecto placebo. Como pasa con los medicamentos, si tú crees que aquel ritual te curará, hay muchas posibilidades de que te cures: mi vida está en tus manos, tengo plena confianza en ti (igual que Baltasar Porcel en sus médicos). Parece ser, Umiko, que de entrada, igual que ahora yo, lo mirabas con desconfianza, tanto el personaje como el ritual; pero al final, siempre según la versión de Pema, has quedado convencida de la bondadosa eficacia del acto. El hecho de que fuera yo quien te hablara, una voz que te resulta agradable, ha sido decisivo. Al principio no lo aceptabas, nuestra amistad no era tan sólida, pero a medida que han ido pasando los días has visto con claridad que quizá, tal y como afirma Pema, son demasiados años de soledad y tu inconsciente necesita sentirse acompañado, arropado. Teóricamente esto es lo que mi voz posibilita ahora mismo. Y de paso armoniza la energía de tu cuerpo, los chacras, los canales sutiles. Me lo ha explicado tu amiga, y también, mientras me daba instrucciones, ha añadido que tendría que hablarte con una voz suave pero clara, «como el sonido del agua que cae sobre el cristal». No había peligro de que despertaras, porque estarías dormida bajo los efectos de un potente somnífero, el más potente del

mercado, y tú no estabas acostumbrada a los somníferos, de manera que dormirías como un tronco (aunque eso ya te lo he contado y además lo estás experimentando). Podría hablarte sentado en la silla, de pie, paseando por la habitación, como quisiera. Habría un momento, me ha dicho tu amiga, dirigiéndome una mirada amistosa y de débil disculpa, consciente de que lo que iba a decirme echaba aún más leña al fuego, y, efectivamente, así era, hasta el extremo de que he insinuado que se ha pasado un poco con el diseño del ejercicio, habría un momento, en la recta final de la noche, cuando ya hubiera conseguido un estado elevado de conciencia, algo que, si no me equivoco, estoy a punto de hacer, habría un momento en que debería sacarme los vaqueros (por comodidad), tumbarme en el futón, y hablarte al oído.

Es decir, que durante la tarde he ido de sobresalto en sobresalto mientras Pema iba de porro en porro, los ojos cada vez más dilatados. La luz, aunque filtrada por las cortinas shôji, acentuaba los matices de los objetos, especialmente los dibujos de la alfombra tibetana con un elefante que ascendía una montaña cuya cima simboliza la iluminación (más blanco el elefante cuanto más subía). Cuando Pema me ha informado de que debería hablarte al oído, yo me había levantado del sofá para estirar las piernas y estaba apoyado en el alféizar, observando el mar en calma del puerto. El motor de una lancha se ha puesto en marcha, desprendiendo un olor acre de gasolina quemada. Tu amiga me ha dicho que en un determinado momento tendría que acercarme a ti y hablarte al oído. Según Pema se trata de acercarme —metafóricamente, claro— a tu conciencia. No tenemos ni idea de dónde reside la conciencia. Los neurólogos afirman que es el resultado de la suma de muchos puntos del cerebro interconectados, y se quedan tan anchos. Pero la mayoría de la gente se imagina que la conciencia está en un punto intermedio de la cabeza, entre las orejas y detrás de la frente, un lugar por donde transcurre la cháchara incesante del cerebro con la que nos identificamos, ignorando que hay una dimensión más profunda. Se me ocurre que si Jodorowsky, en la radio, hubiera atacado esta dimensión más profunda de mí —aunque, por otro lado, no es de mí ni de nadie—, sí que me hubiera sentido herido. Pero según tengo entendido, esta dimensión está a salvo de los ataques mundanos. Es una lástima que ni yo mismo conozca la dimensión profunda. Sí, de vez en cuando, durante la meditación, o en el espacio entre pensamientos, tengo la sensación de entrar en ella, pero no he estado allí el tiempo suficiente para conocerla a

fondo. Tampoco he tomado pastillas ni setas alucinógenas. Me estoy desviando. En la recta final de la noche debería hablarte al oído, me ha dicho tu amiga. Ha añadido que tú estabas informada, y que lo deseabas, cosa que daba fuerza al ejercicio.

—Es importante que hagamos las cosas bien —ha sentenciado.

—Supongo que ya da igual —he contestado, con una sonrisa resignada.

Ahora, Umiko, tienes una oreja al descubierto, una oreja pequeña y densa. Continúas durmiendo en forma de Z, encogida. Quizá tienes frío. Voy a cerrar la ventana. Antes debías de tener pesadillas, porque respirabas de manera entrecortada. Ahora sigues respirando como al empezar la noche, alargando más la exhalación que la inhalación, con la boca entreabierta, como si la nariz no fuera suficiente para coger aire. Tal vez tienes un ligero desvío en el tabique nasal (aunque si lo tienes, no lo parece). Una nariz bien proporcionada, un poco helénica; la nariz como centro óptico y tranquilizador de tu cara, aunque no se puede decir que el resto de facciones blancas, regulares, sean nerviosas. Sólo los ojos, con aquella cosa medio de sorpresa medio de espera confiada, de vez en cuando llevan la contraria a la inmovilidad de tu cuerpo. Me pregunto cómo será tu cara vista de tan cerca. En un momento me recostaré a tu lado para hablarte al oído y lo comprobaré. Supongo que oyentes como tú, que os acostáis escuchando la radio, tenéis la sensación de que el locutor os habla al oído. Me pregunto cómo será tu aliento: puesto que tus dientes parecen estar bien de salud, muy bien, el aliento dependerá de si has cenado, de cómo has hecho la digestión. Pero no te preocupes, no me voy a ocupar de tu aliento cálido. Dentro de poco me sacaré los pantalones —por comodidad—, me tumbaré en la larga almohada blanca perpendicular a tu cuerpo, apoyaré la cabeza entre las manos y los brazos, y seguiré hablándote, bajando el volumen de la voz. A diferencia del volumen alto de toda la noche, será un volumen adecuado a la situación de intimidad que compartiremos. Ahora no me parece tan extraordinario el hecho de acercarme a ti y hablarte al oído —lo haré dentro de nada—, pero esta tarde le he dicho a Pema, con una voz delicada pero firme:

—Espero que las sorpresas terminen aquí.

—¿Qué quieres decir?

—Quiero decir que desde que he llegado no he parado de ir de sorpresa en sorpresa, y que me gustaría centrarme en el ejercicio de una vez por todas, sin estar sufriendo por si hay alguna cosa más que aún no sepa.

—Pero supongo que no lo ves mal, lo de acercarte al oído. Tiene mucho sentido, sobre todo en la recta final de la noche.

—No sé si tiene sentido o no; lo haré y listo —he bajado el volumen, que sin querer iba subiendo. Quería expresarme con asertividad, siendo lo más entendedor posible para tu amiga y defendiendo a la vez mis intereses, sin dejarme pisar. Pero no he podido evitar que la voz sonara categórica: —Pema, he venido a la isla por una buena causa, la mejor de todas, intentar ayudar a una persona gravemente enferma. Pero me siento un poco utilizado. Sí, no pongas esa cara, me siento utilizado: me habéis hecho venir engañado, o medio engañado, sin disponer de todos los detalles. He venido a la isla pensando que la curación a través de la mente de nuestra amiga se basaba en la meditación y las visualizaciones, en el rayo verde de la llamada tara verde. Sí, ya sé que es así; pero estarás de acuerdo conmigo en que las visualizaciones no lo son todo, y que esa parte no me la habíais dicho. He investigado para tener toda la información posible, y resulta que llego aquí y mi información es escasísima porque me habéis escondido detalles importantes de la noche. He venido a la isla imaginando que le hablaría a Umiko como se habla a las personas, es decir, despierta, y resulta que me espera una oyente dormida. No tengo nada en contra, sólo faltaría, pero me hubiera gustado saberlo antes. Como mínimo para comentarlo con mi mujer. He venido a la isla con ganas de hacer las cosas con rigor, con seriedad, y ahora resulta que venía a hacer un ejercicio basado en las enseñanzas de Jodorowsky.

—¡Pero Jodorowsky es un genio! —ha exclamado, con efusividad, olvidando al instante todo lo que acababa de decirle. La nariz se le ha dilatado casi tanto como los ojos. Estaba sentada encima de la alfombra, las piernas cruzadas, los pies descalzos (la piel de la planta de los pies de un tono negruzco).

—No vamos a discutir, no merece la pena que perdamos el tiempo. Pero que conste que todo esto me lo podríais haber dicho desde el primer día. Bueno, qué más da. Haré lo que se tenga que hacer, aunque hasta aquí. No voy a transigir en nada más.

Durante los minutos siguientes me ha pedido disculpas por segunda o tercera vez. Ha reiterado que, si me lo hubierais dicho todo desde el primer momento, difícilmente habría venido. Su querida amiga estaba lo suficientemente grave como para haber «cogido un atajo». Una luz pálida se ha ido extendiendo sobre la alfombra, sobre el sofá amarillo. El resto del

comedor era oscuridad y sombras. Recuerdo perfectamente el momento en que, coincidiendo con un quejido soltado por el motor de la nevera, tu amiga ha añadido, con cara de circunstancias, bajando la mirada:

—Pues el ejercicio no termina aquí.

—¿Cómo?

—Que aún tendrás que dar un último paso. El más importante. El acto simbólico de clausura de la noche.

—Pema, lo siento —he dicho, visiblemente contrariado—. Escucharé lo que tengas que decirme, pero no pienso ir más allá.

—Porfa, una última cosa y basta.

—No, Pema, creo que ya es suficiente —he intentado decir en un tono conciliador. He pensado que la mayoría de las veces es totalmente inútil intentar convencer al interlocutor. Al menos mientras dura la conversación, no puedes convencer al otro. Quizá termine cediendo, pero no porque cambie de parecer. Durante la conversación, como mucho, puedes sembrar una semilla que más adelante propicie el cambio; esto es lo que pretende hacer Pema conmigo, me he dicho. Pero no, ella no es maquiavélica; ella te quiere convencer ahora mismo. Desde su punto de vista, el de amiga íntima de una chica gravemente enferma, no puede entender por qué te resistes a hacer lo que sea necesario, sin poner trabas, con el fin de intentar curarla, y más cuando sabes que la curación puede estar en gran medida en tus manos. Y aunque creo, Umiko, que tenemos la razón sobrevalorada, como si fuésemos nuestra razón, y que parece que si atacas mi postura o mis ideas, que en el fondo nunca son mías, me estás atacando a mí, tal y como compruebo en la emisora, donde los políticos suelen discutir cuando hacemos un debate, incluso se pelean, y nunca ningún político ha dado la razón al otro, a pesar de que a micrófono cerrado pueden reconocer, como hizo aquella diputada, que piensan lo contrario de lo que han dicho por antena, aunque pienso que tenemos la razón sobrevalorada no podía darle la razón a Pema. A veces, con Carlota, cuando el tema no es importante, prefiero darle la razón y tener una velada tranquila. ¿Quieres tener la razón? Ningún problema, ya la tienes. Seguramente la que hoy yo creo que es mi razón mañana será la tuya, estamos hablando de conceptos, de abstracciones; es más importante una velada feliz. Y aún así, no podía darle la razón a Pema. He continuado defendiendo lo que yo considero que es mi parte de razón: según qué cosas no se pueden pedir. Ni tan sólo con el pretexto de la enfermedad. Pero me estoy avanzando.

—No, mira, yo te lo cuento —ha proseguido Pema, entusiasmada de nuevo, como si estuviera a punto de revelarme el secreto de un invento destinado a triunfar—. Pensarás que me he vuelto loca, que estoy delirando. Pero pondría la mano en el fuego en que si cierras la noche del modo que he planificado, con el acto de clausura, el inconsciente de Umiko se curará. Y rápidamente lo transmitirá al cuerpo.

—Pema, por favor, no seas ingenua. ¿Cómo sabes que se curará? No sabemos casi nada del inconsciente, precisamente porque es inconsciente. Además, siempre quedarán heridas, afortunadamente. Muchas son heridas lógicas. Cada proceso de duelo es una herida inevitable. Yo no quiero ni puedo cerrar las heridas de los procesos de duelo que he vivido, porque son los de mis muertos, y pienso como Umiko que de algún modo continúan en mí. ¿Y la muerte de los padres de Umiko? ¿No es una herida? ¿No tenemos que curarla también? ¿Y su soledad? ¿No es una herida?

—Es cierto, sí, la soledad es una herida, guapo. Y de rebote, con el ejercicio de esta noche, también la curaremos.

—Pema, perdona, pero eres un poco ingenua.

—Ya me lo has dicho antes. Y estoy encantada de serlo.

—...

—Yo seré una ingenua, pero tú aún no te has liberado de la mayoría de prejuicios, majo. Ahora conoces las visualizaciones que ha hecho Umiko, y, aunque no hayan sido suficientes, crees que la pueden curar. Pues bien: te recuerdo que hace una semana pensabas lo contrario. Si conocieras bien el trabajo de Jodorowsky, cambiarías de opinión. Porque claro, eres, perdona que te lo diga, eres como toda la gente que critica el mundo de la autoayuda a partir de los estereotipos que circulan por estos mundos de Dios. Yo les digo: meteos, id a los talleres, investigad, y luego criticad. Hay farsantes, obvio, pero también buenos profesionales. Hace unos años, cuando iba a Barcelona a hacer unos cursos de programación neurolingüística, aquí en la isla me miraban como si fuese una marciana. Yo regalaba sesiones de PNL a mis clientes, y las rechazaban; no se fiaban de este método (entiendo que el nombre es muy raro). Curiosamente, se fiaban más de la terapia del aura, de la armonización energética, porque lo asociaban con el reiki, bastante más popular. Con la programación neurolingüística puedes perder el miedo a volar en un cuarto de hora. Y yo he visto, en los cursos del maestro Oriol Pujol Borotau, en los que cuesta encontrar sitio porque sólo se desplaza unos meses a Barcelona, viviendo

como vive en la India, donde se gana muy bien la vida, por cierto, haciendo cursos de PNL y de cómo conectar con el inconsciente, yo he visto un alumno con un odio visceral al pescado, al que le entraban ganas de vomitar al olerlo, someterse a un ejercicio de diez minutos de PNL, que en el fondo es una sencilla visualización, y luego ir con toda la clase a comer pescado; te lo juro, yo estaba allí, comí a su lado. Con el PNL puedes adelgazar diez kilos en un mes aborreciendo los tipos de comida que sabes que engordan: el ejercicio dura como mucho un cuarto de hora: yo lo he hecho. Sí, no frunzas el ceño, yo estaba más rellenita, antes. Y todavía lo estoy, pero es el cuerpo que me ha tocado en esta reencarnación y lo acepto. Porque tan sólo es un vehículo. Lo que te decía: cuando volví de hacer los cursos de PNL y hablé de ello en la revista local de Formentera me dijeron de todo, como siempre. A pesar de que aquí hay gente de mi edad que teóricamente es progre. Y ahora resulta que la programación neurolingüística se enseña en todas las facultades de psicología —Pema ha detenido su efusividad para mirar por la ventana y comprobar la hora (ni ella ni yo llevábamos reloj). Ha girado la cabeza con un gesto rápido y felino; los efectos de la marihuana solamente se dejaban entrever en sus ojos. La luz, al comenzar a declinar el día, era de un gris pálido. No pasaba ni un ápice de aire. Las barcas volvían al puerto, los motores haciendo estrépito. Quedaba poco tiempo antes de acudir a tu casa, y quería tener un rato para preparar todo lo que tenía que decirte. Mientras se liaba otro cigarrillo de marihuana, ha proseguido—: Pues bien, con los métodos de Jodorowsky pronto pasará lo mismo que con la PNL. El psicochamanismo, te lo digo yo, es revolucionario. Y lo es, en parte, porque no revoluciona nada. Porque bebe de culturas milenarias que siempre han funcionado. De culturas que han creído que la enfermedad se podía curar confiando en un poder superior: no sintiéndote plenamente responsable, sino alejándola de ti, a diferencia de lo que hacen las pruebas médicas de hoy en día, que la convierten en el centro de atención (la amplifican tanto que terminas por ser tu enfermedad). Como lo oyes. Antiguamente, en cambio, las enfermedades se curaban a través de rituales. Con estos rituales se conecta con el más antiguo de nuestros cerebros, el reptiliano. Como sabes, el cerebro reptiliano se encarga de nuestra supervivencia en el ámbito físico, y busca la seguridad haciendo lo que convenga. Tiene tanta resistencia a los cambios, que a veces incluso rechaza la curación de una enfermedad. Es lo que le está pasando a la pobre Umiko. De manera que estoy

convencida de que tenemos que alcanzar su cerebro reptiliano a través del ritual. Como dice Cristóbal Jodorowsky (el hijo de Alejandro, que ha visto remisiones espontáneas de cánceres tras sus rituales, aunque a él no le gusta difundirlo a los cuatro vientos, porque no es médico) el cerebro reptiliano es un viejo dinosaurio dentro de nosotros: enquistada las situaciones, no soporta los cambios, ni siquiera los cambios de domicilio. Imagínate lo que está haciendo el cerebro de nuestra amiga: pobrecita. Umiko necesita un ritual urgente que le inocule una nueva información a través del cerebro reptiliano. Una información íntimamente relacionada con el amor. A través del ritual que he diseñado, desharemos el nudo que impide fluir a Umiko.

—No conozco a Jodorowsky junior —he dicho, lanzando pelotas fuera—. ¿Es borde como su padre?

—El padre no es borde, pero el hijo es dulce, una bellísima persona. Ha rescatado técnicas chamánicas de todo el mundo, las ha depurado del folclore y la superstición, y las aplica en su vertiente terapéutica, cariño. Su imaginación es energía en acción. Para decirlo de otro modo, trabaja para que el universo se exprese a través de él. Paradójicamente, ha tenido serios problemas con su padre, ¿sabes?

—No me extraña.

—Cristóbal nació en la misma fecha que su abuelo paterno, el padre de Alejandro. Y siempre tuvo la sensación de no ser él mismo, de cargar con los vínculos afectivos que su padre no había tenido durante la infancia. Esto generaba un conflicto. Para resolverlo, llevó a cabo un ritual: fue a casa de su padre, en París, y le dijo, disfrazado de su abuelo: soy tu padre. También le dijo: hiciste nacer a tu hijo el mismo día que yo para que llenara tus carencias. Entonces se abrazaron, y lloraron mucho. Y todavía disfrazado de abuelo, le dio la siguiente orden: ya puedes liberar a tu hijo Cristóbal, que está debajo del disfraz. Y poco a poco se fue sacando el vestido, y la máscara, hasta que se quedó desnudo. Luego le dijo a su padre Alejandro que lo pintara, con pintura, y que mientras lo hacía lo reconociera como un ser único. Su padre accedió a todas las exigencias del hijo, y aquella misma noche se fueron a un restaurante a celebrarlo. Ésta es la historia de su reconciliación, gracias a un ritual. Te lo digo muy sinceramente, si quieres conectar con el inconsciente son necesarios los rituales. Es importante que no sea un ritual de andar por casa, no debe provocarte indiferencia. Cuanto más rompedor y salvaje sea el ritual, más

conectas con el inconsciente.

A medida que iba oscureciendo, Pema me ha contado, con toda clase de referencias cultas al chamanismo, el acto simbólico que debería clausurar la noche. Antes de proseguir, querida Umiko, y, ahora sí, acercándome a ti para hablarte al oído, mientras intento no tropezar con el futón, querría dejarte claro —un momento; quiero pisar el futón con cuidado, resbala un poco bajo mis pies descalzos—, quiero dejarte claro, por mucho que lamente decírtelo, que no haré el acto simbólico y final. No, no lo voy a hacer. Según tu amiga sería el acto con más poder curativo de la noche —también dice que es simbólico, y de simbólico no tiene nada—, pero cuando en los próximos minutos te cuente cómo me he sentido mientras Pema me daba los detalles, seguramente me entenderás. Sabes que trato de ser abierto de miras, pero hay cosas que ni en nombre de la salud pueden pedirse. Y hoy me habéis pedido un imposible. Antes hablábamos, o hablaba yo, de lo que queda justificado en nombre de la salud y lo que no. Pues bien, lo que me habéis pedido para cerrar la noche no está justificado para nada. No me gusta hablar así, tan seco, pero creo que merece la pena que te lo deje muy claro. El acto que me habéis pedido no se aguanta por ningún lado. Salvo que fuéramos amantes. Y ni así.

No, no lo voy a hacer y me iré dentro de un par de horas, o una hora y poco, con la luz limpia y albeante, oyendo el chasquido de las primeras motos turísticas en dirección al cabo de Barbaría para ver amanecer —me iré después de haber leído partes sueltas del diario, y sobre todo, después de haber hablado las horas que pactamos. Me iré con la convicción de haber defendido mi parte de razón, o mis intereses, o mi dignidad, algo que tendríamos que hacer siempre si contamos con una mínima autoestima (para satisfacer al otro, nunca deberíamos dejarnos pisar). Yo quiero seguir teniendo paz de espíritu. No quiero arrepentirme de esta noche. Sin embargo, me iré de tu casa con un ligero sentimiento de culpabilidad, por no haber llevado a cabo el acto final. Me acerco a ti, aún más: trato de colocarme bien, trato de tumbarme encima de la larga almohada de seda donde descansa tu cabeza —como en una tabla de surf, con los pies sobresaliendo—, coloco los brazos y las manos como pilares donde apoyar la cabeza, una postura, de momento, incómoda, y voy hablando, como puedo, bajando el volumen de la voz, y, ahora sí, susurrándote al oído. Así

pues, me iré con un ligero sentimiento de culpa que quizás irá a más la próxima semana: si el tumor ha vuelto a crecer, me sentiré responsable. Pero no puedo hacer el acto simbólico de clausura de la noche, no puedo; perdona que insista. No es que lo haya decidido al caer la noche, después de haber reflexionado, sino que lo he visto claro desde el primer momento en que Pema ha empezado a contármelo, con viveza y a la vez sudando un poco (la piel vibrando minúsculamente, como si tuviera fiebre). Incluso a ella le costaba relatarlo; Jodorowsky lo hubiera descrito en un santiamén, como hizo con la receta del sexo anal a la mujer sin vagina. Escuchando a tu amiga se ha ido apoderando de mí la angustia, y una tristeza pugnaz. Cuando se ha dado cuenta, ha ido a buscar aquellas flores de Bach. He abierto la boca y me ha depositado cinco o seis gotas en la lengua, como si fuera mi madre y yo estuviera enfermo (se ve que es normal el sabor a brandy). Lo mismo debe de haber hecho contigo, Umiko, unas cuantas veces. Me resulta extraño hablarte desde tan cerca, o mejor dicho, me resulta extraño estar tan cerca de ti. Hacía cuatro años que no estaba tan cerca de una mujer que no fuera Carlota. Me resulta extraño poder observarte a pocos centímetros y con todo el tiempo por delante —es un decir—, porque normalmente, si esto pasa, quiero decir si estamos junto al cuerpo de una mujer que no es nuestra pareja habitual, ambos jadeando de deseo, su cuerpo y el nuestro, lo que seguro no tenemos es calma para observarlo. Y por la mañana, cuando nos levantamos, si es que nos levantamos juntos, contrariamente a lo que hacías con tus amantes, tenemos la cabeza en otro sitio, en el futuro o en el pasado reciente. Tu abdomen, visto desde aquí, parece hincharse con cada respiración más que antes: sube y baja, al mismo ritmo que las olas. Sigo oyendo el zumbido del mar, pese a haber cerrado la ventana. No me quiero dedicar a contemplar tu cuerpo, la piel que aún no tiene textura de naranja, los pechos turgentes, el pubis sin vello, con una peca minúscula allí donde empieza a formarse la vulva. No, no me voy a dedicar a contemplar tu cuerpo, aunque es inevitable que me llegue tu olor (el sentido del olfato no tiene párpados). Aunque te has duchado esta tarde, tu cabello desprende aquel olor cenagoso que tiene el cabello de mujer cuando hace un día que no se lava. Por el contrario, tu oreja desprende un olor infantil y dulce, el olor de gel de baño Nenuco. O quizás es todo el cuerpo el que huele a Nenuco, y no sólo la oreja. Si me permites la broma, esta oreja, con el lóbulo más largo de lo que parece a primera vista, esta oreja es hoy para mí

una especie de micrófono. Receptiva como el micrófono, fija como el micrófono, importante como el micrófono. Me acerco a un palmo de distancia, como hago con el micrófono de la emisora. Suerte que estás quieta: Josep Pla, de quien ya te he hablado, escribió que una de las ventajas del hombre sobre los animales es que tiene las orejas fijas, inamovibles. Pueden ser grandes o pequeñas, separadas de la cabeza o paralelas, redondas o rectangulares, o densas como las tuyas, tersas o flácidas, pero siempre fijas. No cabe duda, decía Pla, que los animales tienen la inquietud en las orejas, del mismo modo que la inquietud humana está en el corazón. Hablando del corazón, Umiko, me gustaría ser capaz de musitarte, ahora que he bajado el volumen de voz, casi un susurro, me gustaría ser capaz de musitarte cómo me he sentido exactamente mientras Pema me explicaba los detalles del ejercicio de clausura de la noche. Después de que tu amiga me depositara en la lengua las flores de Bach, una vez cerrado el frasco mirándome con una expresión escudriñadora, porque, supongo, no se esperaba una reacción angustiada en ese momento — aunque sí debía de intuir que me quedaría de piedra—, me he preguntado qué diría Carlota del final simbólico, y he vuelto a pensar en ti, y no sé por qué una tristeza inmensa me ha sobrecogido.

Ya sabes que ella, Carlota, lo primero que me dijo de ti fue: «Tus oyentes ya no saben cómo tirarte los trastos.» Claro que fue un comentario jocoso, que en el fondo no tenía nada que ver contigo, como no tenía nada que ver conmigo la crítica que me hizo Jodorowsky sobre el joder, igual que no tiene nada que ver con nosotros que un conductor toque la bocina, baje la ventanilla de su coche y nos insulte porque hace treinta segundos que estamos intentando aparcar (es lo que le sucede a Carlota a menudo, y ella se siente dolida, y también se alegra cuando un peatón le da las gracias por haberla dejado pasar), pero no he podido evitar recordar el comentario referido a mis oyentes que ya no saben cómo tirarme los tejos al oír el ejercicio final que Pema, vacilante, me exponía lentamente. A mí, sinceramente, oír aquello no me hacía ninguna gracia. Ni lo haré ni lo dejaré de hacer por mi mujer, pero en aquel momento he pensado en Carlota y me he preguntado qué pensaría ella. Me he preguntado qué sentiría si mañana me presentase en casa, con los ojos vidriosos, y le contase lo que he hecho exactamente esta noche, y, sobre todo, cómo ha terminado. Ayer, mientras estaba en la mesa del comedor de nuestro piso empezando a preparar lo que te diría hoy, Carlota fruncía el entrecejo. Yo

estaba con los apuntes sobre las remisiones espontáneas, los resumía imaginando que te los leería —como te he dicho— por la tarde y contigo despierta. A medida que pasaban los minutos me iba preocupando. Aquello no era suficiente: si bien la información que había recopilado por deformación profesional y curiosidad me podría ser útil para darte ánimos, me faltaba decirte aquello que una persona enferma necesita que le digan. Nadie me ha enseñado qué demonios decirle a un enfermo. No tenemos ni idea, no le podemos dar una palmadita en la espalda y decirle que la vida es injusta, que lo acompañamos en el sentimiento, que ánimos. Después de pensar en eso, le pregunté a Carlota, que estaba sentada en el sofá leyendo un libro: «Tú, si fueras su amiga, ¿cómo le darías ánimos?» Se me quedó mirando con expresión especulativa y después me respondió, con sequedad en la voz: «Abrazándola». No me dijo nada más, y siguió leyendo el libro. Al cabo de un rato, como estaba muy callada, le pregunté: «¿Te pasa algo?» «No, qué va. Estoy leyendo». Su comunicación no verbal me daba otra respuesta: además del entrecejo fruncido tenía las piernas cruzadas, y el labio inferior crispado. Pensé que quizá no le hacía ninguna gracia que yo viniera a la isla, pero dejé desfilas el pensamiento, un pensamiento tal vez equivocado, porque ella me daba su apoyo, obviamente, ante la perspectiva de ayudar a una persona enferma: «Si hace falta, ve al fin del mundo», me había dicho hacía pocos días, cuando acababa de recibir tu correo electrónico. Ahora bien, si mañana me presento en casa y le explico que he hecho el ejercicio de clausura, no sé cómo reaccionará. De entrada, se quedará atónita. Lo más probable es que salga a la calle, taciturna, sin decir nada. Cuando vuelva, al cabo de unas horas, en su rostro se leerá decepción y pena. Y en caso de que le pida por favor que intente comprenderme, me responderá: «¿Yo? ¿Yo tengo que entender que te vayas a Formentera con una casi desconocida a hacer ejercicios escabrosos mientras duerme desnuda? Estás de broma». «Pero está gravemente enferma, y además es mi amiga», le respondería yo. «Que está gravemente enferma sí, que la tenías que ayudar, por supuesto; pero esto de que es tu amiga déjame ponerlo en duda. Ahora resultará que a los pretendientes les llamamos amigos. Bueno, ellos sí que se definen como amigos: es la única manera que tienen de acercarse. Al fin y al cabo es una estrategia, y parece mentira que no te des cuenta. El camino lento y tibio de la amistad, la esperanza que terminará por cuajar como la nieve. Qué romántico.» Pero todo esto, Umiko, son suposiciones mías; una conversación imaginaria que

no sé por qué te cuento. Por ahora Carlota confía en mí; ya hace tiempo que decidimos cultivar la confianza en el otro en lugar de la sospecha sistemática. Por eso también me he sentido triste, porque llevar a cabo el final de la noche que me proponéis supone traicionar su confianza. Estarás de acuerdo conmigo en que el ejercicio de clausura va más allá de la extravagancia. Sí, ya he leído en el diario que durante años tu relación con los cuerpos de los hombres fue, por así decirlo, fluida. Llevar a cabo este final de la noche supondría para mí, en primer lugar, serle infiel a mi mujer. De todos modos, no es este el motivo por el que no lo haré.

Sí, ya sé que la infidelidad, en la sociedad actual, es algo muy relativo. Si quieres que te diga la verdad, así, en abstracto, puesto que es un concepto, no me interesa mucho, igual que no me interesa el concepto de patria, o el orgullo de nación. Algunos, en lugar de utilizar la palabra infidelidad, prefieren hablar de deslealtad —«lo que yo no soportaría es que me fueras desleal»—, pero nunca he entendido muy bien qué quieren decir. Supongo que se refieren a no romper el pacto que tienes con la pareja. La relación necesita unos pactos, cotidianos y mensuales y anuales. En cualquier caso, hoy en día la infidelidad circula en nuestra sociedad como una gran corriente subterránea, se da por hecha, y la gente se casa más que nunca mientras se pone los cuernos más que nunca. Me parece muy bien. El intercambio de fluidos es de lo más bonito. Aunque no está claro que el intercambio de fluidos o el tacto de la carne equivalga a ser infiel. Quiero decir que, según los estudios psicológicos y sociológicos, las mujeres consideráis más infidelidad, porque os duele más, que vuestra pareja se enamore de otra o de otro, que el hecho de que se acueste con otra o con otro. Los hombres, dicen los estudios, nos sentimos traicionados si nuestra pareja practica el intercambio de fluidos. Supongo que en Formentera debe de haber muchas parejas neohippies que no mencionan la palabra o el concepto de infidelidad, que lo encuentran carca, que tienen pactos para irse a follar con quien quieran, incluso haciendo tríos festivos, como los de Updike en aquel célebre libro de los sesenta. Además, para mujeres jóvenes y espirituales como vosotras —de la nueva espiritualidad, como decís— me imagino que el sexo tiene una importancia relativa. Creéis que está sobrevalorado, que total, sólo es eso: sexo, un cuerpo. Lo importante es lo que no se ve. Lo que se hospeda en el cuerpo. Y yo, si quieres que te sea sincero, también lo creo. Los cuerpos a secas son bonitos, pero son como la mantequilla recién sacada de la nevera: no se

puede untar el pan. A pesar de todo, sé que si saliera de esta habitación, dentro de un par de horas, con la sensación de haberle sido infiel a Carlota, me devorarían los remordimientos. Mucho más que si me voy sin hacerlo, sin hacértelo. Como ves, en este país los curas han hecho mucho daño, con el maldito sentimiento de culpa. Ahora bien, te preguntarás si realmente se puede considerar infidelidad a Carlota lo que me proponéis hacer, teniendo en cuenta que estás y estarás profundamente dormida. Yo sí lo considero infidelidad. Tu cuerpo no es virtual. A diferencia de ti, no estaré soñando. Hay un tópico que dice, como bien sabes, que con buenos sentimientos se hace mala literatura. Pues bien, a pesar del riesgo de hacer mala literatura —oral— te diré que si existe la relación ideal, actualmente tengo la suerte de transitarla. De todos modos, como te he dicho, la infidelidad no es el motivo por el que no voy a realizar el ejercicio de clausura. Ni en nombre de la salud puedo hacerte lo que me ha pedido Pema.

Recuerdo un momento de la charla en el que me ha dicho, con aquella intensidad seria en el fondo de los ojos:

—Porque lo que pasa es que la enfermedad es una gran oportunidad para recibir amor. Sin saberlo, hay gente como Umiko que se pone enferma para recibir amor. Ella no lo ha querido; su inconsciente sí; es la única salida que ha encontrado —y viendo mi cara de estupefacción, tu amiga ha intentado matizarlo:— la enfermedad es una gran oportunidad para recibir amor, quizá la mejor, ¿de acuerdo? Porque cuando enfermamos todos están pendientes de nosotros, nos cuidan, nos quieren más que nunca. Hacen por nosotros, y con nosotros, cosas que nunca se les hubieran pasado por la cabeza.

—¿Y no te parece suficiente que le esté hablando toda la noche?

—A mí sí. A su inconsciente no.

Es sorprendente que aceptes llevar a cabo la segunda parte del ejercicio, a pesar de la poca importancia que das a la carne. Por eso me has esperado desnuda, sin sábanas ni en el futón ni en el armario, cosa que recién ahora voy interpretando. Me ha sorprendido que aceptaras el acto de clausura diseñado por Pema: recuerdo nuestra amistad, una amistad, como te he dicho, no consolidada, que apenas si se puede calificar de amistad, en la línea de lo que sostiene Carlota, recuerdo nuestra amistad como una amistad asexual. No somos de la clase de amigos que han estado a punto

de enrollarse o que se han enrollado y luego reconducen la atracción sexual hacia una amistad de largo recorrido. Me parece que era Proust quien decía algo así como que nuestra vida social está llena de hombres y mujeres —él decía de mujeres, pero pensaba, como sabes, en hombres— que un día fueron la promesa de un gran amor. Como no les seducimos en su momento, reconducimos la situación hacia la amistad. Al fin y al cabo la energía de la amistad es parecida a la del amor, con la diferencia que tiene más posibilidades de perdurar, y no implica deseo sexual. En este medio año que hace que nos conocemos yo no he visto en tus ojos ninguna señal de deseo sexual. Tampoco he intuido que yo te interesara como alguna cosa más que un amigo, o un conocido: ni el día en que nos vimos por vez primera, cuando me dijiste con un tono socarrón que cada noche te acostabas conmigo, ni durante el curso de meditación que nunca te agradeceré lo suficiente, ni las dos veces que quedamos en Barcelona, la primera para tomar un té en la casa del Tibet y la segunda para comer en aquel restaurante con escarabajos: «mi vegetariano preferido de la ciudad», afirmaste. Esta tarde, mientras Pema me hablaba de tu soledad buscada, he hecho una asociación de ideas entre los escarabajos y tu afán de huir, de refugiarte kafkianamente de todo y de todos, empezando por la gente de tu país, que va mucho a la Sagrada Familia y al Paseo de Gracia a comprar figuras de Lladró pero no llega nunca hasta esta isla, a poca distancia. Quedamos para tomar el té y comer, fuiste amable conmigo, resolviste mis dudas sobre la práctica meditativa y, aunque es verdad que me propusiste quedar otras veces, no te tomaste mal el hecho de que yo no pudiera —la maldita falta de tiempo— y siempre me respondías en broma, diciéndome que era «lógico» que un hombre tan «mediático» como yo no pudiera quedar con una chica que se dedica a «cuestiones místicas». Lo decías, como siempre, con ironía. Me hacías mucha gracia. Tu ironía, quiero decir. Muchas veces no había ningún motivo aparente para tu carcajada, pero ya hemos quedado en que practicabas la risa búdica y, además, la hilaridad japonesa estalla sin ninguna excusa. Sin embargo, ahora que empiezo a verlo todo bajo otro prisma, me pregunto si durante ese tiempo no hubo algún indicio por tu parte, algún indicio de que buscabas alguna clase de aproximación hacia mi persona que fuera más allá. Quizá pasé por alto tus intenciones. Seguro que Carlota encontraría un montón de indicios, pero a ella no le hagas caso; ya te he dicho que hace muchas bromas y exagera. También me pregunto, pensando en voz alta, si los dos días que nos vimos

tu comunicación verbal ocultaba aquello que tu comunicación no verbal expresaba de forma elocuente. Viniste a nuestros encuentros vestida con ropa sencilla y a la vez elegante, con vaqueros y camiseta blanca, un día, y el segundo con un vestido negro de lino y unas sandalias también negras que te proferían una belleza natural y tímida de colegiala cuando andabas por la acera de la Rambla: la belleza, tal vez, es la armonía de los huesos en movimiento. Y tú la tenías, a pesar de que a veces caminas con paso vacilante, como si cojearas ligeramente. No llevabas maquillaje; aunque el segundo día te reseguiste la raya de los ojos con lápiz negro. Me regalaste una piedra roja para eliminar las malas vibraciones del estudio de radio, y una pequeña figura de Buda para la mesa de mi escritorio, y mientras me dabas los regalos me dijiste que no tenían ninguna importancia, que era una manera de hacer circular energía: el dinero es la representación visible de la energía que haces circular, y si das o regalas evitas que esta energía cósmica se quede estancada. También, ahora que lo pienso, me regalaste unas barras de incienso —de olor magnetizante— que habían pertenecido a tu maestro. Parezco un detective en busca de detalles reveladores. Tal vez el abrazo que nos dábamos cuando nos encontrábamos y nos despedíamos, un abrazo largo, en el que durante unos segundos dejabas descansar tu cabeza en mi hombro, como si fuéramos amigos de toda la vida que por fin se reencontraban, lo que, en aquel momento, pensé que debías de hacer con todo el mundo con quien tenías un mínimo de confianza, una manera de expresar afecto, tal vez el abrazo tenía un significado que yo desconocía, y desconozco. Quizá tu manera de clavar la mirada en mí mientras estábamos juntos, como si meditaras con la atención fija y centrada en mis ojos, o en mis manos, las manos que ahora sé que te gustan, quizá tenía un significado que yo desconocía, y desconozco. Puede que haya estado ciego, que no me entere de nada. Puede que sea un discapacitado a la hora de captar los sentimientos ajenos. O quizá voy por el mundo sin la antena puesta. Quizá, yendo más lejos en el tiempo, la invitación a participar en el curso de meditación, y la posterior invitación a hacerlo solos, tú y yo solos, delante del mar, aprovechando que el resto de alumnos vivían en Formentera, tenía un sentido que yo desconozco; pero no, no quiero pensarlo; eres una persona muy generosa: ¿por qué tenemos que pensar mal de la generosidad? ¿Por qué tenemos que interpretar mal a alguien amable y generoso? Además, si fuera así, es totalmente legítimo. ¿Qué mal habría en que yo te gustara? A mí me resultaría gratificante. Es gratificante

gustar a las personas, a las mujeres. Pero, como diría Pema, una de cal y una de arena: si es así, tienes que saber que tus sentimientos no son correspondidos. Además, no suscitas en mí un interés sexual. Obviamente éste tampoco es el motivo por el que no llevaremos a cabo la segunda parte del ejercicio. Si lo suscitaras, tampoco lo haríamos. Dicho así —que no suscitas en mí un interés sexual— suena muy duro, muy petulante; perdóname, no sé decirlo de otro modo; no tiene nada que ver con tu atractivo, como sabes eres una mujer sumamente bella (te lo habrán dicho mil veces). Pero hay bellezas que nos parecen frías, bellezas con las que no nos acostaríamos. Supongo que es una cuestión de piel, de química. Supongo que por este motivo hoy no te he contemplado embobado, y el escrúpulo de pudor se ha prolongado durante tanto rato, horas, casi. Sí, tienes un cuerpo opulento, perfecto, de carne aparentemente intacta, pero no me pidas un ejercicio maquinal. Tu inconsciente lo percibiría. Lo siento, insisto, siento decirte todo esto (es el problema de pensar en voz alta). Se ve que hay dos clases de personalidad, las que van por la vida de víctimas y las que van de culpables, y ahora mismo yo me siento culpable: estoy a punto de irme sin haber hecho el ejercicio de clausura de la noche, y acabo de decirte cosas que me podría haber ahorrado, teniendo en cuenta que sigo dudando de si realmente me oyes. En cualquier caso, el motivo de fondo por el que no pienso hacer el acto de clausura de la noche es el siguiente: por respeto a tu persona. A tu cuerpo.

[Miércoles, ²⁴] *La energía de las últimas semanas es brutal. Como no sé cómo canalizarla, hoy he pedido usar por primera vez el kyôsaku, el llamado bastón de la sabiduría. Ojalá me hubiera dolido todavía más. Necesito castigarme. El jikidô, el monje responsable de la meditación, se pasea con el kyôsaku, un bastón de madera largo y delgado, por toda la sala, de fila en fila, de uno en uno, y pega al monje que se lo pide. Tras un ligero movimiento de las manos, el monje se acerca a ti, te toca suavemente la espalda avisándote de lo que vendrá, y asesta el golpe. Un golpe duro y seco en un punto situado entre los hombros y el cuello, conectado con importantes centros nerviosos. El ruido que hace es impresionante. Un golpe certero y limpio, en el punto exacto. Igual que en las artes marciales; después del golpe, las dos personas, golpeador y golpeado, se saludan. No es un castigo: la persona golpeada le da las gracias al golpeador, porque así hará mejor el zazen. Pues al final se lo he pedido, una y otra vez. Necesito los golpes; la situación de las últimas semanas me resulta insoportable. Imposible calmar la mente. Y eso me saca de quicio porque había hecho grandes avances. Antes, cuando no me atrevía a pedir el kyôsaku, durante la meditación me pellizcaba la piel para concentrarme y no pensar en el hombre que ocupa mi mente y la hace saltar y voltear. Llegué a hacerme daño, a hacerme sangre. Algunos días he practicado el zazen con una piedra afilada del jardín escondida entre la manga y el antebrazo, y me la he ido clavando cuando la mente empezaba a divagar. Todo porque últimamente me dejo llevar por la cadena de pensamientos, la fortifico, hasta que me ahoga. Ahora que había conseguido progresos importantes, vuelvo a girar como una peonza. Soy toda contradicción a cada momento. Paso de la euforia al sufrimiento en pocos instantes: quizá porque son exactamente la misma energía. Tan pronto el koan se convierte en una obsesión, como deja de tener sentido, o las dos cosas a la vez.*

Ya sé que la razón de todo está dentro de mí, pero el hecho de haber roto la rutina tampoco me ayuda. Primero, hace un mes, todo cambió. Fue extraño, de hecho los otros monjes también estaban extrañados, pero los dokusan, los encuentros con el maestro, pasaron de ser sólo durante la mañana, a multiplicarse y llegar a encontrarnos con él hasta tres veces al día. Definitivamente, encontrarme con él tres veces al día me aleja de la serenidad y del koan. Muchas veces, delante de él, me cuesta hablar: como el primer día. Al menos ya no voy derramando el té. Y cuando hablo

siempre tengo la sensación de que lo podría haber hecho mejor. No sólo es autoexigencia: quiero gustarle. Cuando titubeo, me mira con ternura y me suelta cualquier cosa. Sin pensárselo. Suelta cualquier andanada sobre el tiempo, o las flores, o la vida. Practica, por supuesto, el mushin. El no-pensamiento. Sus palabras no pasan por el filtro del pensamiento; no habla después de que el cerebro haya dado la orden. El conocimiento intelectual es otra cosa; y sólo lo usa de vez en cuando. Yo había empezado a obtener ecuanimidad, pero he llegado a la conclusión de que la ecuanimidad es imposible si uno se enamora. El enamoramiento es obsesión, tal cual. No hay otra definición.

[Martes, 7] De nuevo, todo ha cambiado. Hemos pasado de ver al maestro hasta tres veces al día, a no verlo más. Ha desaparecido, no está en ningún sitio. Sólo lo entiendo como un aprendizaje más, como si el maestro nos quisiera enseñar a andar solos, sin ir con él de la mano (hablo en plural — por vergüenza—, pero en realidad creo que es una enseñanza dedicada sólo a mí. No me extrañaría que el maestro hubiera notado algo). Seguramente está encerrado en casa, meditando todo el día, en un retiro que consiste en meditar y dejar de comer y de dormir. Antes, el maestro salía de su casa e incluso compartía las comidas con nosotros. Recitaba los versos del Buda mientras comíamos en silencio. Luego, yo me encerraba en la habitación y releía los mismos pasajes, sintiendo aún el tono de su voz. Pero ahora ya hace casi dos semanas que no come con nosotros, no pasea por los jardines, no medita junto al lago. El lago huérfano; el bambú que lo rodea —símbolo de longevidad, sabiduría y flexibilidad— ha adoptado un color marronoso, como de corcho. «Cuando medites por tu cuenta un día de lluvia y te entre sueño, ve al lago», me dijo una vez. «El sonido de la lluvia tamborileando encima del bambú te mantendrá despierta.» Teníamos que aprender muchas cosas del bambú: una caña vacía, el símbolo perfecto del corazón vacío. Dentro del lago, las flores de loto son el símbolo de la fugacidad, no duran más de cuatro días. Abren sus pétalos cuando amanece y los cierran con la puesta del sol. Pero desde que el maestro no las visita ya cierran los pétalos al mediodía. Me he acostumbrado a meditar en el lago. Una noche Kazuo-san me vio. Supo que era yo por el pelo, sin duda. Mi cabello es sensiblemente más largo que el de los otros monjes. Ellos se rapan la cabeza cada cinco días,

mientras que yo tengo permiso para hacerlo cada dos o tres semanas. Al día siguiente, Kazuo-san me preguntó sobre mi escapada nocturna al lago, pero le di largas y no le respondí. No tenía ánimo para contestar a todas las preguntas que me hacía.

[Viernes, ¹⁰] Tendría que haberle contado, por ejemplo, los detalles del episodio del baño. Aunque seguramente ya se ha enterado y no me dice nada. El del baño es un momento muy placentero. Los monjes tienen una bañera muy grande en la que caben varias personas. La costumbre del monasterio, igual que lo hacían antiguamente muchas casas japonesas, es que los diferentes miembros de la sangha, la comunidad, o la familia, se bañen en el mismo agua. Eso es posible porque antes de meterse en la bañera cada uno se sienta en un taburete bajo, fuera, por supuesto, de la bañera, y se limpia bien con agua y jabón. Sólo cuando uno está limpio del todo, se mete en la bañera con el agua muy caliente. Al cabo de un rato, llega al baño otro monje, se quita la suciedad y se mete en la bañera. De este modo, durante un rato las energías limpias de dos monjes fluyen en el mismo líquido. No es lo mismo meterse en el agua el primero que el último, claro: aquí el orden jerárquico está muy marcado: primero se baña el maestro, luego los monjes principales, el cocinero, el maestro de las piedras, que se ocupa del jardín, y así hasta llegar a la última persona que, obviamente, soy yo. Además, como soy la única mujer, me dejan que me bañe sola. Pero esta vez el maestro ha querido bañarse el último, después de mí. Kazuo-san, sorprendido, me ha dicho que era una novedad sin precedentes. Le he preguntado —los ojos me brillaban— por qué, y mi amigo me ha recordado que era su decisión, que las decisiones del maestro no hay que cuestionarlas. Se lo he vuelto a preguntar: ¿por qué? No me ha contestado. Entonces me he dado la vuelta, me avergonzaba insistir, y he vuelto a la fila. Al principio avanzaba muy lentamente, porque los primeros monjes tienen derecho a quedarse más tiempo dentro del agua. Además, el ritual de limpieza en el taburete es muy lento. La madera del suelo, el agua, el jabón, la esponja, son objetos de meditación. El baño es un momento valioso para los monjes, de purificación y renacimiento. Cuando me ha tocado a mí, he hecho lo de siempre: he entrado en la sala, ya vacía, me he desvestido, me he lavado sentada en el taburete y me he metido en la bañera, con el agua hasta el cuello. Por primera vez no he

pensado en la energía contenida dentro de aquel líquido por el cual han pasado unos treinta monjes antes que yo, porque por primera vez el agua no contenía la energía del maestro, sus células. Él tendría que bañarse después de mí. Cuando llevaba unos minutos en el agua, alguien ha entrado en la sala, con una chispa de pudor en los ojos, un monje joven que sólo conozco de vista. Me ha informado, con la mirada baja, de que el maestro se bañaría conmigo. No recuerdo lo que he dicho; algo ininteligible que ha sonado, supongo, a un sí. Sin embargo, inmediatamente me he desdicho, he salido de la bañera, me he tapado con una toalla, y me he ido corriendo, hacia la habitación, dejando un reguero de gotas de agua.

Tendría que haberle contado todo esto a Kazuo-san, pero cuando —a raíz de las escapadas al lago— me preguntó cómo estaba, qué sentía, no me vi con fuerzas. Hoy, por fin, había decidido sincerarme con él, hoy que me estrenaba en el takuhatsu. Pero una escena que he visto y que no sé cómo catalogar ha frustrado el intento. Cuando pienso que el takuhatsu — ir a pedir limosna— es de las pocas maneras de financiar, casi la única, este monasterio, me indigno. Aunque para ellos sea una fuente de aprendizaje: quien da limosna se desprende de las cosas materiales, y quien la recibe aprende a tener la humildad del mendigo. De vez en cuando, cada monje desciende cuenco en mano la carretera empinada que nos separa del pueblo y se pasa algunas horas vagando por las calles, recitando sutras, con un sombrero que impide ver el rostro del que dona. Mientras tanto, la gente va dejando dinero o algo de valor en los cuencos. Hoy, en mi estreno, mientras pedíamos caridad, se me ha acercado un occidental que estaba viajando solo por la zona. Me ha querido hacer algunas preguntas para un libro que dice que estaba escribiendo sobre Japón. Era la primera vez en muchos meses que me relacionaba con alguien que no fuese monje. He comprobado que muchas cosas han cambiado en mi interior, aunque no me encuentre en una época de excesiva ecuanimidad. Es como si la época de ecuanimidad hubiera pasado: hasta hace poco me parecía que ya lo había logrado, que mi temperamento se había apaciguado y que mi ego era como un burro de carga: lo utilizaba yo a él, y no él a mí. Me parecía que si salía de aquí y seguía con el trabajo diario, podría mantener la ecuanimidad. Me imaginaba lejos de aquí, en una isla remota a la que siempre me ha hecho ilusión ir, porque leí el nombre años atrás en un cuento de Murakami —sólo se puede llegar en

barco; está cerca de Barcelona—, y me imaginaba llevando una vida monacal. Me imaginaba observando los movimientos físicos y mentales, los míos y los del mar, y rodeada de latinos que se mueven y hablan y se acercan y se tocan sin parar. Estaba, de hecho, a punto de abandonar el monasterio cuando me di cuenta de que no podía irme a causa de la maldita obsesión. Pero de esto hace ya tiempo. Esta mañana, delante de aquel occidental, he tenido la oportunidad de comprobar que muchas cosas han cambiado porque, aunque lo he visto a años luz de mí, no me he sentido orgullosa de esta diferencia, ni superior. Me he quitado el sombrero y lo he mirado como lo que es: un ser igual que yo. He reconocido los rasgos de algunos hombres con los que me había acostado antes de venir aquí. Las manos, por ejemplo. Unas manos bonitas, pero mediocres comparadas con las del maestro. Quería venir a toda costa al monasterio, entrevistarse con el maestro, cuando todo el mundo sabe que eso es imposible en cualquier monasterio de la zona; menudo escritor o periodista bien informado. Le he contestado que no, que no podía ser. Él ha insistido mucho, con una falta de tacto considerable; pero yo, con amabilidad, he continuado diciéndole que no. A eso, los manuales de autoayuda, que me quedan ya muy lejos, lo llaman la técnica del disco rayado: tú ve diciendo que no, hasta que el otro se canse. Y a pesar de que el hombre ha terminado insultándome y me ha dicho que soy una pobre mística sin sentido de la dignidad, porque voy pidiendo caridad por las calles, he conseguido no crisparme; y me he sentido orgullosa. Y a la vez no me he sentido superior a él. Y a la vez he pensado, para variar, en el maestro; en que existen personas que habrán vivido situándose muy por encima en la escala moral de los demás, y otras que quedarán presas de los mecanismos de siempre, una vida detrás de otra. Cuando se acercaba la hora de volver al monasterio he querido hablar con Kazuo-san; quería aprovechar el momento de distensión de la mendicidad para sincerarme con él, para escuchar sus consejos. Le he buscado, he recorrido los callejones del pueblo, uno a uno, parándome a hablar con la gente, hasta que le he visto subiendo la carretera que lleva al monasterio. Andaba al lado de un hombre que llevaba un maletín en la mano, y que hablaba con él con el semblante serio y grave. Les he seguido de lejos todo el camino. Cuando han llegado al monasterio han entrado directamente en casa del maestro, y en todo el día no han salido de allí.

[Sábado, ¹²] *El límite entre el bosque y la parte domesticada del monasterio es un límite artificial. Un límite hecho para el hombre. En la vida nada termina o empieza de manera tan abrupta, ¿verdad que no? Dime, maestro, que hace falta una transición. Como hace falta la transición del embarazo antes de nacer. En la muerte debería ser así, también. Nada ha servido para nada, he intensificado las escapadas nocturnas al lago, las meditaciones clandestinas, he abandonado el koan, he dedicado toda la energía que tengo a meditar para ti. Demasiado tarde. Nada ha servido para nada. Ahora sé que no se trataba de un aprendizaje nuevo, que no tiene nada que ver con el desapego. El koan es ahora algo menor, una broma de mal gusto. «¿Qué se ve cuando las luces se encienden?». Ayer, cuando las luces se encendieron, te vi a ti. Tumbado en el suelo. Todos entraban en el dojo, la sala de meditación, en una hora extraña, de nuevo yo excluida. ¿Cómo no me di cuenta? ¿Por qué no me habían avisado? Me acerqué al dojo y vi los zafu, los cojines para meditar, distribuidos de una forma extraña, en círculos. En el centro, una alfombra de paja, unas velas y una barra de incienso a medio quemar. Los monjes iban sentándose en los zafus y me impedían ver quién estaba tumbado en la alfombra, inmóvil: de repente sentí una urgencia desconocida, pero no necesité verlo. Lo supe en el instante en que me llegó el olor del incienso, único. Salí corriendo hacia el bosque. Corrí y corrí. En la vida nada termina o empieza de manera tan abrupta, ¿verdad que no? He corrido más aún, adentrándome en el bosque, fuera de los límites del monasterio, y aún más, descalza, y me he hecho daño en las piernas —las zarzas, arañazos— y en los pies. Me he quedado acurrucada junto a un tronco seco. Esperaba que vinieran los animales salvajes de la zona, atraídos por la sangre de los pies. Hasta que, sin transición, se ha hecho de día. Dime que hace falta una transición. Ven a buscarme, levántate y ven a buscarme.*

El resto del diario, del que debo de haber leído en total aproximadamente una cuarta parte, lo he pasado más rápido, querida Umiko, porque se me termina el tiempo, está amaneciendo, y porque tampoco he querido recrearme en la lectura de los fragmentos posteriores a la muerte de tu maestro. Son fragmentos sueltos, y parece como si no hubieras querido o podido escribir mucho más. O quizás esbozaste la traducción, pensando que ya lo acabarías más adelante. O quizás es que el horror y el asco —como el que viviste a partir de la muerte de tu maestro— sólo se pueden expresar de forma breve. Un estudio de la universidad holandesa de Groningen ha demostrado que hay una región del cerebro que se activa tanto si experimentamos repulsión por algo que comemos o vemos, como cuando leemos su descripción (ya puedes imaginarte lo que he sentido después de leer la última parte del diario, la que de momento no me atrevo a comentar). La Universidad de Groningen ha puesto a prueba a doce voluntarios en diferentes situaciones. Mientras registraban la actividad de su cerebro mediante una resonancia magnética —no creo que a ellos les introdujeran en el tubo— bebieron un líquido asqueroso, muy amargo. Luego les hicieron leer breves pasajes en los que se describían situaciones muy desagradables. Pues bien, los investigadores comprobaron que en las dos situaciones se activaba la misma región del cerebro en todos los participantes, la ínsula anterior, considerada el centro neurálgico de las emociones desagradables: sentían exactamente lo mismo. Hay enfermos con daños en este área que no tienen capacidad para asquearse y pueden beber tranquilamente leche agria, o comer huevos podridos. El caso, Umiko, es que al llegar a las últimas páginas del diario —que ahora te comentaré— he tenido que ir al baño a lavarme la cara. La toalla ya no estaba húmeda, a diferencia de cuando he llegado, al empezar la noche, y las velas que rodeaban la bañera se habían enfriado. Sigo pensando que confieren al baño una atmósfera monástica, a pesar del olor a limón y el verde de la cera. He prendido una, mientras pensaba en lo que acababa de leer, y en ti. He empatizado contigo, con lo que experimentaste después de la muerte del maestro, y he comprendido por qué llegaste a la isla en pleno duelo. O quizá ni siquiera llegaste en pleno duelo, quizá llegaste con las secuelas del shock, del fortísimo golpe emocional, y el duelo empezaste a sufrirlo más tarde. Si te soy sincero, no me extraña que enfermaras. Antes, la gente se ponía enferma de pena, se decía tal cual —ha enfermado de pena, o ha muerto de pena— y no hacía falta encontrar ninguna otra

explicación médica. A mí me parece que tu amiga tiene razón cuando dice que enfermaste de pena; el cáncer provocado por un trauma se puede manifestar años después. A continuación trataré de exponer los hechos del diario tal y como los entiendo yo. No es fácil entenderlos, no por tu letra pequeña y arácnida, sino porque son anotaciones cortas. Déjame ponerlos en orden, a ver si los he entendido bien (vuelvo a pensar en voz alta). Para empezar, está tu enamoramiento. Como siempre, el enamoramiento es obsesión y desvarío, sobre todo durante el periodo inicial, y más cuando no se sabe si somos correspondidos. En el monasterio vives por primera vez la euforia angustiada del enamoramiento, con el agravante de que aquello no lleva a ninguna parte: es tu maestro. Te enamoras, pues, de un imposible. Tiempo atrás, años atrás, tus amantes eran disponibilidad máxima. Durante unas semanas o meses, después de importantes avances en la meditación, tu determinación furibunda se va al traste, tus pensamientos no paran de encadenarse volviendo una y otra vez al objeto de tu amor, hasta que éste, el maestro, muere. En alguna página te preguntas lo mismo que me he preguntado yo contigo al principio de la noche: cómo puede ser que una mente tan bien adiestrada haya podido enfermar. No obstante, a continuación especificas que hay grandes maestros espirituales que han muerto de cáncer a una edad relativamente joven, como el tuyo, y lo atribuyes al karma. A continuación el diario se vuelve oscuro, y más crudo. No te quieres recrear en la desgracia, y compensas el dolor con la frialdad quirúrgica de tu prosa. Dedicas las horas y los días posteriores a la muerte de tu maestro, como no podía ser de otro modo, a la meditación de la muerte. Paradójicamente, aquellos días de meditación transcurren con una fluidez serena. Ya no te duele la posición del loto, ni tienes que pincharte con una piedra para concentrarte. Cuando por lo que sea te distraes, normalmente por el cansancio, cierras los ojos un momento y los vuelves a abrir, y más de una vez te sucede que los abres demasiado, miras el cielo, y entras en una especie de éxtasis. La única lectura que tienes es el fascículo del *Genjo-koan*, del *Shôbôgenzô*, del que tomas algún apunte: la leña se convierte en ceniza, la ceniza no se puede convertir en leña, y la leña no puede ver sus propias cenizas. Es la misma relación, escribes, que hay entre la vida y la muerte. «El zazen que pongo en práctica estos días equivale a entrar en el propio ataúd. Vivir el nirvana debe de ser lo mismo que la muerte. El nirvana es terminar por completo con todo, es *ku*. En el budismo Hinayâna llegan al nirvana dejando de comer, de respirar, etc., y

así desaparecen las ilusiones, aproximándose a la muerte.» De algún modo lo practicas, Umiko, porque durante casi dos semanas comes muy poco: alguna sopa y algún zumo de los que os regalan en el monasterio. Cuando tienes hambre, llenas el estómago bebiendo té. A pesar de la restricción calórica escribes que te sientes con más energía, pero al cabo de los días concluyes que quizás estás tranquila porque te estás debilitando. Hasta que Kazuo-san, al verte tan desmejorada, te convence de que te olvides del ayuno: parafraseando a Dôgen te explica que tener el vientre vacío no es la condición normal de la persona, ya que el cuerpo y la conciencia se debilitan (el cerebro se fatiga y la mente puede llegar a la alucinación). A partir de entonces comes un poco más, pero nunca volverás a tener, que yo sepa, el hambre de antes; tu estómago ya será pequeño para siempre. Mientras tanto el ambiente en el monasterio es de duelo, pero un duelo contenido: hay menos sonrisas que antes. Se recupera el ritmo del día a día, los jardines y el lago vuelven a estar bien cuidados, pero ya no se forman colas delante de la casa del maestro —hasta dentro de un año no van a nombrar a uno nuevo— y cada cual hace lo que puede con los koans, tratando de resolverlos sin la ayuda de nadie. Continúan las meditaciones colectivas, en memoria del maestro. De todos los rituales que hacías, Umiko, el único del que he entendido algo es el del *Phowa*: con el corazón invocabas la presencia de un Buda, observabas esa presencia como si fuera una luz radiante y te dabas cuenta de que sus cualidades de sabiduría, compasión y poder ilimitado eran las mismas que tenía tu maestro. Sentías literalmente, mientras meditabas, que la presencia del Buda invocado estaba viva: la presencia situándose en la cabeza de tu maestro, llenándola de luz. Finalmente, sentías la conciencia del maestro tomar la forma de una esfera de luz y la visualizabas yéndose de su cuerpo y disolviéndose en el corazón de Buda. Terminabas esta meditación pidiendo que tu maestro hubiera encontrado la luz y el espacio de la verdadera naturaleza de su mente para poder beneficiar a todos los seres.

Luego viene la parte del cementerio que me ha obligado a recogerme en tu estudio y finalmente acudir al baño a lavarme la cara. Espero que no te sepa mal que haya pasado unos minutos en el estudio, buscando información en internet: no entendía la jerga que utilizas para referirte a los rituales del cementerio. He visto en el estudio, por cierto, que efectivamente la mitad de tus libros son de autoayuda y la otra mitad clásicos, alta literatura, una mezcla muy curiosa, alejada de los cánones,

con libros de Bellow y Nabokov y Márai al lado de Wayne Dyer y Louise Hay y Paulo Coelho, todos con la fecha en que los compraste o que te los enviaron las editoriales, con anotaciones en japonés e inglés, siempre con tu caligrafía arácnida. Sí, es verdad que ya estuve en tu estudio, hace medio año, aquella tarde me enseñaste el documental de la ley de la atracción — quizá ahora, quién sabe, me gustaría—, pero entonces me pareció que solamente tenías manuales de autoayuda (vi sólo mis prejuicios y nada más). No descarto, Umiko, seguir tus pasos en el futuro: coger lo mejor de cada tradición y darlo a conocer a los oyentes de mi programa. Ahora debes reírte de mí; qué cambio, debes pensar, con toda la razón. Me han convencido tus maneras elípticas, o en realidad me he convencido yo mismo esta noche de monólogo y de asociaciones de ideas agrupadas y reagrupadas, como adherencias súbitas. Pero me estoy desviando: como te decía, he ido al estudio porque al principio no entendía para qué ibais al cementerio, situado a unos setecientos metros del monasterio. Estaba en el jardín, sentado en la silla de madera, bajo las palmeras, leyéndote en el frescor perfumado de jazmín y salobre, y cuando he llegado a este punto del diario me he dado cuenta de que no podía seguir si no entendía en qué consistía un ritual que mencionas, de manera que he subido a consultarlo en tu ordenador. Se me ha hecho tarde porque me ha costado, como siempre en internet, encontrar la verdad. Cuando he logrado lo que buscaba en una página de rituales que se practicaban en el Tíbet, no lo podía creer. Pues sí, me he dicho, la tradición civilizada del zen tiene prácticas morbosas y desagradables (como la ideada por Pema; no, me equivoco, la del cementerio del monasterio es más desagradable, sin duda). Podrás argüir, Umiko, que era necesario entregar la esencia física del maestro. O podrás argüir que Kazuo-san quería que meditases sobre la transitoriedad de las cosas, también de las personas, de los cuerpos, del cuerpo de un maestro con un elevado nivel de conciencia, pero cuesta entenderlo. El ritual lo practicaste durante los meses posteriores a la muerte del maestro, pero en el diario no queda claro cuántos meses fueron. Vosotros no lo definís como un ritual; lo llamáis «la meditación de la transitoriedad de todas las cosas». El primer día llegáis al cementerio tú y Kazuo-san, y te acompaña hasta el rincón más sombrío, allá donde las lápidas parecen más viejas, como si hiciera años que no entierran a nadie, con hierbas altas y matojos que Kazuo-san va arrancando con las manos para limpiarte el camino: «tendrás que hacerlo tú sola muchos días». Al final, en el rincón,

divisas una mesa de madera, maltrecha, con algo encima que, de lejos, te parece un maniquí, y que en realidad es el cadáver de tu maestro. Hay partes literalmente cubiertas por las moscas, la piel apergaminada empieza a pudrirse, las cuencas de los ojos picoteadas por los buitres. El estado de los ojos es lo que más asco te da, también los colores: la pigmentación de la piel empieza a tomar un color amarillo mostaza, y en las manos hay grandes manchas moradas, supurando una grasa parecida a la de la cera. No tienes tiempo de observar nada más, porque te entran arcadas y te vas corriendo a vomitar. Cuando vuelves, al cabo de un rato, Kazuo-san, que se ha quedado practicando meditación delante del cuerpo agarrotado, te abraza y lloras en su regazo. Es la primera y la última vez que lloras por la muerte de tu maestro. Mientras Kazuo-san te abraza concluyes que te ha llevado hasta aquí porque se ha enterado de todo; desde el primer momento ha sabido tus sentimientos hacia el maestro. De hecho, él te acompañó el último día que lo viste con vida. Aún faltaban dos o tres días para la escena de los monjes entrando en la sala. El maestro no podía valerse por sí solo, mandó llamarte, Kazuo-san vino a buscarte, y una vez delante de él, con la voz frágil, el maestro te dijo que al cabo de unos meses estarías a punto para dar a luz a lo que llamáis *bodhi* (en ese pasaje, Umiko, no he entendido la letra, y no sé a qué te refieres con *bodhi*). Él quería hacerte la transmisión o *inka* en aquel momento. Como si hubieras resuelto el koan. No lo habías solucionado aún, pero a él no le quedaba tiempo, aunque no te lo dijo. En el diario explicas que *transmisión* no significa que el maestro traspase su conocimiento, algo imposible, sino que nos ayuda a terminar de deshacernos de lo que sobra. También explicas que aquella no fue una transmisión al uso, no sólo por el estado de salud del maestro —un cáncer de páncreas fulminante, escribes en otro momento—, sino porque no hubo ritual de preparación. El maestro no te dijo nada. Se quedó callado. Te miraba con sus ojos dulces y líquidos de aceite, sentado en el suelo, al lado de la figura de un Buda. Os envolvía una extraña lasitud. Kazuo-san os dejó solos. Durante unos minutos, no hicisteis nada más que miraros a los ojos. La transmisión consistió en la apertura de las dos mentes. «Un vacío completo. La unión entre las dos mentes. Dos mentes que se convierten en una sola.»

En el cementerio, mientras te abraza, Kazuo-san te explica que la gran lección de la vida es la transitoriedad, y ahora tienes una oportunidad única para trabajar esta lección: «El maestro ya no está dentro de este cuerpo.

Seguro que ya ha encontrado otro.» Durante no sé exactamente cuántas semanas o meses, cada día, bajo la luz limpia y clara (la misma que empieza a asomar ahora en la isla) te acercas al cementerio para practicar la meditación de la transitoriedad. La practicas de pie, ante el cadáver, y ni el hedor de descomposición, ni los insectos que rodean el cuerpo, o que lo penetran y se alimentan de él (gusanos, sobre todo, que ves con claridad pétrea) te distraen de la meditación. En el diario haces alguna referencia a la carne magullada, a los huesos astillados, a los miembros contorsionados, a las orejas, que han sido lo primero en desprenderse del cuerpo, pero no haces una descripción exhaustiva del cadáver, pese a que te pasas horas observándolo. Sí que describes tus sensaciones, que van desde los escalofríos hasta el delirio. Procuras, en la medida de lo posible, no identificarte con ellas: no es que esté triste, te repites una y otra vez, sino que por mi cabeza ha pasado un pensamiento de tristeza. Vas a ver al maestro descalza, y la piel de tus pies y tu vestimenta, hecha jirones, participan de ese aire de desolación corrosiva. En el diario hay muchas referencias a los textos clásicos. Se trata, por lo que he entendido, de «despertar la verdad de la impermanencia: al ver la descomposición del cadáver, el ignorante despierta la verdad de la impermanencia de todas las cosas y los seres». También te refieres a la naturaleza impura de todo, que se hace evidente en el cuerpo que ha dejado de ser un cuerpo para transformarse en podredumbre, en gusanos bailando una danza macabra. «Pero no hace falta olvidar», dicen tus mismos textos, «que este cuerpo antes era también impuro: al lado de un rostro sano y tal vez bello había pus y sangre y grasa, y sudor y orina y excrementos. Una vez muerto, el cuerpo se vuelve más repugnante que el de un perro.» La mayoría de citas son del llamado *El gran cese*, de un monje llamado Yanizaki, que especifica que las meditaciones ante un cadáver humano tienen que seguir la gradación de los cinco estadios del cambio: el primer estadio se da en la fase de putrefacción, el segundo es la fase sanguinolienta, el que sigue es el de supuración, el cuarto es la fase de decoloración, y por último la de omofagia. Te imagino, Umiko, yendo a meditar cada día ante el cadáver de tu maestro, aceptando la situación muy lentamente, con la mente haciendo de espejo de tu pesadilla de cansancio, de estupor, de ignominia, hasta que un día decides que ya has superado la meditación de la contemplación de la impureza. O no, no lo dices así: escribes que la tienes integrada. Ya no tiene sentido desplazarse físicamente cada día frente al cadáver, observar

el rostro totalmente desdibujado, algunas partes saqueadas por los animales. No tiene sentido desplazarse físicamente al lugar del cadáver porque lo tienes «tan interiorizado» que puedes practicar la meditación por tu cuenta. De hecho, los textos sagrados recomiendan continuar meditando cada día, evocando en la memoria los rasgos del cadáver como si estuviera delante de nosotros. El cerebro no distingue entre aquello que imaginamos y aquello que tenemos delante y que los sentidos captan a la perfección. Al cabo de poco tiempo abandonaste el monasterio y viniste a la isla. Me asalta la duda, Umiko, de si continuaste practicando esta meditación. Me asalta la duda de si la estás practicando estos días.

Tengo que irme. En las cortinas se refleja, con la primera luz del día, el eco de la claridad del agua de la playa. La superficie del mar tiene la calidad algodonosa que deja el viento del sur. Me pregunto qué se ve cuando las luces se encienden: imagino que aparecerá lo que siempre ha estado allí y nosotros no veíamos a causa de la oscuridad de los prejuicios y las ideas, igual que la oscuridad me ha impedido ver hasta este momento los blancos de las casas esparcidas sobre el verde, blancos que ennoblecen el paisaje de tu isla seca y rocosa. Sobre el blanco, el dibujo de las ventanas azules adopta una perfección voluptuosa, parecida a la de tu sonrisa leve (debes de estar viviendo un sueño agradable). La sonrisa afina tu cara ovalada, una cara que durante toda la noche y madrugada ha mantenido una expresión de ausencia, como si oyera una melodía lejana. Ahora sigo hablándote al oído, pero ya debes haber notado que no estoy perpendicular a ti, encima de la almohada. Cuando he vuelto del estudio he dejado el diario encima de la mesilla de noche, me he sacado la ropa, por fin, y he decidido tumbarme a tu lado. Visto a la luz del día tu cuerpo no es tan blanco como pensaba. Ahora el olor a jabón Nenuco que desprendes es más tenue, se mezcla con el olor corporal, un olor delicioso. Realmente mi postura de antes, encima de la almohada, era ridícula. También es risible que durante parte de la noche te haya hablado desde tan lejos. Bueno, me he bebido hasta la última gota del té verde que me habías preparado; recogeré la tetera y el vaso y los dejaré en la cocina, antes de tomar prestados un par de libros que me han llamado la atención en tu estudio, libros sobre visualizaciones durante la enfermedad que querría dar a conocer a mis oyentes. Así pues, dentro de unos minutos me vestiré, iré de nuevo a lavarme la cara, saldré de tu casa,

pasearé un rato, y, si me apetece, cosa que dudo, porque aún tengo el estómago removido por lo de tu maestro, pasará por la panadería Manolo a comprarme un cruasán, antes de ir al puerto de la Savina, coger el barco hasta Ibiza y después el avión a Barcelona, soñoliento pero tratando de ser consciente de cada paso, de cada minuto, de cada segundo. Dentro de un par o tres de horas, cuando el efecto del somnífero se vaya disipando, vendrá Pema y esperará hasta que despiertes. Luego, supongo, te preparará un buen desayuno a base de frutas y cereales integrales, e iréis a andar practicando la atención plena. La pobre no debe de haber pegado ojo en toda la noche, cavilando, agobiándose a medida que pasaban las horas y se le encadenaban pensamientos compungidos. Por la tarde, cuando terminé de contarme el ejercicio «simbólico» que debería concluir la noche —el ejercicio que no he llevado a cabo—, murmuró:

—Como puedes suponer, para mí no resulta nada fácil pedírtelo. Y menos aún imaginármelo. Yo tampoco pegaré ojo en toda la noche. Todo por culpa de la maldita imaginación.

Pero no he hecho el ejercicio. Tal vez quien tendría que hacerlo —con algunas variaciones, por supuesto— es Pema. Al fin y al cabo a vosotras sí que os une la energía del amor, aunque adopte forma de amistad. No descarto llamarla más tarde, y proponerle que sea ella quien lo haga, en su variante femenina. No obstante, me asaltan las dudas: si me voy sin decirle nada, quizá crea que me lo he pensado mejor y que finalmente lo he llevado a la práctica, y tú también, y el hecho de creerlo puede que intervenga favorablemente en la curación —el efecto placebo, de nuevo.

Con todo, no me gustaría despedirme hablando de esto. No sé cuándo nos volveremos a ver, ni si nos volveremos a ver; ya he terminado mi singular programa de radio de una noche para una oyente, y no tengo previsto volver a la isla a corto ni a medio plazo. Por eso merecería la pena que nos despidiéramos bien o muy bien. Despedirme de ti, y de paso, del salobre y del viento de la isla. No me puedo ir, después de todo lo que hemos compartido, no me puedo ir diciéndote adiós y basta. No puedo despedirme con un beso en la mejilla. Ni tampoco quiero despedirme con un beso en los labios (aquí en Formentera es el pan de cada día). Antes había pensado en despedirme compartiendo una meditación, pero lo he descartado: focalizaría la atención en la pausa minúscula que dejas entre la inspiración

y la espiración, e iría adaptando mi respiración y los latidos de mi corazón a los tuyos. Entonces empezaría a hacer una meditación guiada, basada en Thondup, utilizando la respiración como fuerza benefactora. La respiración serviría para difundir las ondas curativas: notarías que la luz y la energía sanadoras eran transportadas a las células de tu organismo cada vez que inspirases y espirases. Pero lo he descartado, porque es más de lo mismo (tú ya lo haces cada día). Así que he tomado la decisión de terminar la noche en silencio. He decidido darte un abrazo. Un abrazo de cuerpo entero. Ya sé que no hace falta que te pida permiso, que tú me lo dabas para un acto que iba mucho más allá. Estos últimos días he leído algún fragmento de no recuerdo qué libro cuyo autor afirma que los abrazos también pueden ser terapéuticos. Si las manos del reiki pueden ser terapéuticas, ¿por qué no puede serlo todo el cuerpo? Una mujer, Amma, va repartiendo abrazos a diestro y siniestro por todo el mundo. Tal y como estoy ahora el abrazo es plausible, porque me das la espalda. Me encuentro a pocos centímetros de ti, noto la tibieza de tu cuerpo (Pema diría que noto tu aura, los cuerpos sutiles). Al final de la espalda tienes algo de vello, apenas visible, que se extiende hasta el inicio de las nalgas, un vello parecido a la pelusilla de algunos frutos, como la almendra. Antes he dicho que era una cuestión de piel, el hecho de que no sintiera deseo sexual hacia ti, pero no he acertado demasiado con la expresión —durante ese rato no he acertado con casi ninguna expresión— ya que en verdad tienes una piel extraordinaria: tersa, caliente, invasiva. Así que te abrazo como Dios manda, el brazo por debajo de tu cabeza, todo mi cuerpo detrás de ti y... un momento. No, esto no tenía que pasar. Perdóname; después del episodio en la playa delante de aquella chica desnuda, ¿no me había prometido que contigo esto no me volvería a pasar?

Nota final

Umiko generó una remisión espontánea la primera semana de julio de 2008 mediante la técnica de visualizaciones, y creyendo que el «ejercicio final» se había llevado a cabo. Actualmente vive en Barcelona y es profesora de meditación y yoga.

Agradecimientos

El autor agradece las sugerencias de todo tipo que le han hecho las siguientes personas: Berta, Sira Abenoza, Montse Barderi, Raquel Bouso, Leoncio Hernández, Albert Jornet, Eva Juan, Jordi Llavina, Concha Pinós, Sira Ponsa, Ricard Rotllan y Miquel Saumell.

Los únicos libros que no se especifican en la novela son *El espejo vacío*, de Janwillem Van de Wetering (Kairós), y *Crónica japonesa*, de Nicolas Bouvier (Brau).

El autor también quiere expresar su agradecimiento al escritor Francesc Miralles y a la agente Sandra Bruna, a los editores Bernat Puigtobella, Ester Pujol y Fèlix Riera, y a Verónica Sánchez Orpella (sin ella los hechos del monasterio zen nunca hubiesen salido a la luz).

Table of Contents

[El silencio](#)