

Leer... dejarse interpelar. Es el momento del Yo interpelado por el otro y por lo otro. Escribir... permitirse la expresión. Es el momento del Yo expresándose hacia el otro y lo otro.

INTERIORIDAD Y LITERATURA

CRISTINA DE LLANO VARELA

LICENCIADA EN ARTE Y ESCRITORA

“Antes que nada sé auténtico contigo mismo, de lo que se seguirá, como la noche al día, que no podrás ser falso ante los demás”.

(Shakespeare, Hamlet, acto 1º, escena 3º).

Ambos momentos tienen algo en común: la interioridad, lo íntimo que habita en cada uno de nosotros, que vibra tanto en el acto de escribir como en el de leer. Sin esta premisa, sin un interior que al encuentro salga, lectura y escritura serían bastante estériles, pues ambas son manifestaciones del deseo y necesidad del ser humano de comunicarse.

En ambos quehaceres, lo que se pone en juego son el pensamiento, el sentimiento, la emoción y la voluntad.

Comunicarse con el exterior... pero también con uno mismo, pues la lectura y la escritura siempre son una invitación a la reflexión. Que, como toda invitación, se acepta o no. Porque también hay una manera de escribir y de leer “pasando por encima”.

“Interioridad” es definida como “cualidad de interior”. E “interior”, como “lo que está, se lleva, se hace, ocurre dentro de algo o alguien”.

Así pues, la interioridad de la persona es su intimidad: lo que lleva, lo que le ocurre dentro. Es algo propio de su vida interior; de eso que a veces llamamos espíritu, alma, corazón, entrañas...

Y de lo que sucede en ese “dentro de cada uno”, de eso que llamamos “vida interior”, brotan el pensamiento, el sentimiento, la emoción y la voluntad, que son las operaciones propias del espíritu. La capacidad de sentir es lo que llamamos “sensibilidad”. Y de ello se deduce que interioridad y sensibilidad están profundamente interrelacionados.

La conciencia de uno mismo, la vida interior, es el foco de irradiación de estas funciones espirituales básicas: la inteligencia, la imaginación, el deseo y la voluntad.

“Mi corazón”, “mi alma”, “mi yo más íntimo”, “mis vísceras”... son todas expresiones populares para referirse a lo mismo: mi vida interior. De la propia vida interior brotará una mirada particular al exterior.

La operación de interiorizar algo es hacer más íntimo y profundo ese algo. Hacerlo nuestro. Dejar que las sensaciones despertadas por estímulos exteriores calen hondo hasta despertar en nuestro interior sentimientos (es decir, estados afectivos) y emociones.

“Quiero más forjar mi alma que amueblarla”, dijo Michel de Montaigne. Porque no todo vale si únicamente se absorbe del exterior para volcarlo en el propio interior sin un mínimo proceso de apropiación, maduración, discernimiento, “digiriendo” lo que se absorbe hasta hacerlo propio con la forma adecuada a ése que eres.

Entrar en nosotros y descubrir las razones que nos mueven..., los sentimientos que nos hacen crecer y los sentimientos que nos bloquean..., los deseos que nos distraen..., los venenos que se nos adentran..., todo ello es, también, cultivar la interioridad.

Y todo cultivo de la interioridad conduce a la claridad. Nos descubrimos a nosotros mismos. Descubrimos las capas de nuestro Yo. Hacemos sitio, en definitiva, a la reflexión.

Cada uno de nosotros es quién está dentro de él, a quién lleva dentro. Cada uno de nosotros es la persona que le habita, no lo que le rodea. Cortar la comunicación con nuestro interior, acallar la propia voz que nos viene de dentro, es darnos la espalda a nosotros mismos, es dejarnos solos y desamparados en la vorágine del exterior. Es abandonarnos a nosotros mismos, perdernos en medio del todo, sin ese hilo de Ariadna que



“La contemplación no es más que la continua maravilla del existir”. Tagore

nos devuelva a nuestra esencia, a nuestro ser más auténtico.

El cultivo de la vida interior no es una tarea reservada a filósofos, místicos, soñadores, intelectuales... ni un privilegio de ellos, o algo para lo que estén naturalmente más dotados. El cultivo de la vida interior es la facultad de todos aquellos que aman la vida. Que suelen ser, también, todos aquellos que saben no tener prisa.

Rabindranath **Tagore** lo expresó así: “La contemplación no es más que la continua maravilla del existir”.

O **Chesterton** lo dijo de este modo: “El mundo no acabará por falta de cosas admirables, sino por falta de admiración”.

Y aunque **Alejandro Dumas** dijo: “El que lee sabe mucho, pero quien observa sabe más”, no cabe duda de que la literatura puede ser esa isla en la que refugiarse de vez en cuando para reinventar la vida.

Los grandes lectores y los grandes escritores saben mucho

de contemplación, de admiración, de asombro, de permitirse sentir, del tiempo lento de maduración, de silencio interior, de reflexión, de comunicación, de amar la vida, de salir al encuentro del otro y de lo otro.

EL YO INTERPELADO: LECTURA E INTERIORIDAD

Que la impaciencia es enemiga de la lectura lo saben todos los buenos lectores. Disfrutar una lectura es demorarse en ella, saborearla, levantar la cabeza de vez en cuando y perder la mirada para dejar que por dentro nos ande, nos viaje, la última frase leída, la última imagen provocada, la última palabra especialmente sonora... Disfrutar la lectura es, pues, meterla en el interior de uno mismo.

Y disfrutar de la lectura es dejarse arrastrar por el sueño de quien escribió lo que leemos. Y nosotros, a su vez, soñar nuestro propio sueño, elaborar, al compás de la lectura, un sueño propio nacido de aquel otro. Porque el ser humano necesita soñar.

Si cuando contemplamos y tenemos nuestros sentidos activos, los saboreamos y por ellos enriquecemos nuestra vida interior, lo mismo sucede, si queremos, cuando leemos desde la contemplación. La literatura es una realidad que se contempla. Y como tal, nuestros sentidos están ahí para llevar lo leído directamente al interior, vivamente al interior. Todos los buenos autores nos transmiten y nos evocan sensaciones en sus páginas: vemos con ellos, oímos con ellos, tocamos y palpamos con ellos, saboreamos con ellos, olemos con ellos... Las páginas de un buen libro suelen estar sensacionalmente vivas. De nosotros, los lectores, y de nuestra atención, de nuestra capacidad de imaginación, del ritmo saboreador de lectura que no galopa sobre las páginas, depende

que nuestros sentidos capten todo eso y nos lo hagan vivir. Y viviéndolo, será nuestro interior el que esté vivo.

La lectura es contemplación y fuente de cultivo de la vida interior cuando el que lee lo hace con actitud contemplativa: no se limita a la apariencia de la historia contada, sino que llega a la esencia de las cosas y capta la eternidad en lo efímero, y lo perenne en lo actual.

La imaginación, como casi todo, también se educa. La imaginación es algo que crece a medida que se la frecuenta. Apartar de nuestras vidas nuestra propia imaginación es algo que empobrece y resta calidad a esa vida interior que en buena medida se nutre de ella. Y la lectura es no sólo un magnífico disparadero para la imaginación, sino un campo vastísimo para que ésta recorra todos sus paisajes emocionales, sentimentales, intelectuales, sensoriales...

Aprendiendo a leer desde los sentidos y desde la imaginación, lo que estamos haciendo es afinando nuestra sensibilidad. Sensibilidad

que una vez despertada, que una vez ya vibrando, estará preparada siempre para ir más allá. Y será esa sensibilidad la que nos hará captar esas otras realidades que, desde la literatura, nos interpelan.

Y aquí entran en juego los sentimientos. La literatura, bien leída, nos despierta emociones. Nos invita a que, desde nuestra vida, nos metamos en otras vidas, y ahí empaticemos, aceptemos, rechacemos... nos hagamos uno con lo que leemos. Sentimos tristeza, alegría, horror, nostalgia, esperanza, miedo, atracción... y así, leyendo, podemos llegar a experimentar sentimientos de bondad, angustia, satisfacción, soledad, amor...

La literatura, la lectura, nos hace un gran regalo: liberarnos de la autorreferencia. Nos abre esa puerta maravillosa para salir de nosotros mismos y conectar con otras experiencias, situaciones, sentimientos, sensibilidades... Es decir, nos regala la capacidad de apertura a lo otro y al otro. Pero esto es posible mientras no haya-

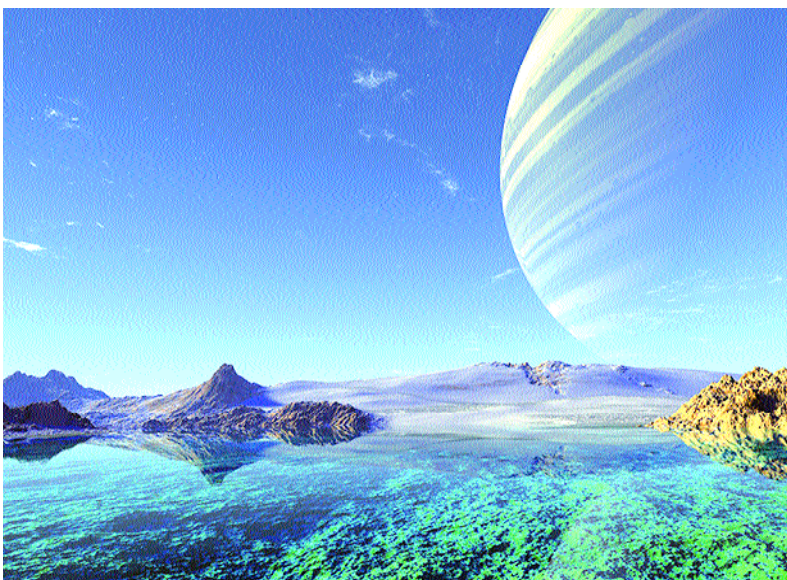
mos perdido la capacidad de asombro, que lleva en su seno mucho de admiración y agradecimiento ante la vida.

SUEÑOS Y PROYECTOS

La vida interior espoleada por la lectura es fecunda en sueños, deseos, proyectos... ¿Por qué? Porque la lectura es una ventana al mundo. La vida interior del ser humano se despierta y se robustece cuando es consciente de lo que hay más allá de uno mismo: lo otro y los otros. La lectura nos abre a otras realidades y nos pone en contacto con los demás y sus vivencias y sentimientos. En este sentido, la lectura nos hace crecer. Porque el ser humano medido, confrontado, animado, espoleado, por lo otro y por los otros es cuando crece. La anemia interior, la languidez de la interioridad, viene de alimentarse ésta exclusivamente de sí misma. Cualquier vida interior que en su día haya sido rica y que haya cerrado todas las puertas al exterior está condenada a palidecer, e incluso a extinguirse. Y la literatura es una de esas grandes puertas por las que entra a raudales lo otro y los otros; por ello, fuente interminable de crecimiento.

Alguien crece cuando se va dando cuenta poco a poco de que su persona y lo suyo no es el ombligo del mundo. La literatura, con el inmenso abanico que abre de otras realidades, es camino propicio para la relativización de lo propio. Ni mis sentimientos son los únicos, ni mi forma de ver la vida es la única, ni la manera de pensar y enfrentar las situaciones es la única, ni mis miedos son los únicos, ni mi lugar o mi tiempo o mis ideas son los únicos... Nada de lo mío es lo único ni lo mejor. Todo tiene su contexto, su razón de ser, su manera de vivirse... Todo esto enseña la literatura. Todo esto se

“Apartar de nuestras vidas nuestra propia imaginación es algo que empobrece y resta calidad a esa vida interior que en buena medida se nutre de ellas”



aprende con la lectura. Y quien esto aprende e interioriza, ni será fanático ni será intolerante. Tendrá en su interior bagaje para estar bien dispuesto a comprender y ponerse en el lugar de los otros. Habrá aprendido una lección de humanidad.

Leer es algo más que un viaje de una sola ida que va del exterior (lo que se lee y lo que esto transmite) al interior (las resonancias que despierta).

Leer es también una expectativa del interior del lector. El lector lee con la expectativa de encontrarse con lo que lee, en lo que lee, de un modo determinado.

Y esto sucede porque el poder de la imaginación acomoda cada lectura a su medida. Para que encajen en los anhelos y esperanzas propios, pero también para que en cada lectura encuentre confirmación de sus propios miedos y prejuicios.

Es decir, en este sentido el acto de leer es un fragmento de nuestro propio interior. Volcamos mucho de nuestra interioridad sobre lo que leemos.

Del mismo modo que cuando interpretamos el interior de otra persona, las ideas que nos hacemos o las opiniones con las que concluimos dicen más de nuestro propio interior que del ajeno... así, cuando interpretamos una lectura, solemos estar diciendo algo o mucho de nuestra propia interioridad.

EL MUNDO DE LAS EMOCIONES

Hay un tipo de literatura que nos facilita más la penetración en las distintas realidades, que nos interpela más hondamente, que toca los resortes más profundos del ser humano, y con ella nos identificamos, nos conmovemos, reflexionamos... Son esas historias con hondo calado emocional, sentimental, social... Esos personajes



creados desde todos sus matices, vivos, con los que parece que nos vamos a encontrar en cualquier momento, que reúnen, simbolizan y ejemplifican muchos de los caracteres más humanos, que nos enseñan a vivir mejor o a evitar vivir peor, que nos ayudan, desde ellos mismos, a comprender situaciones y personas... Ésta es la Literatura con mayúscula, a la que nos referimos como "los clásicos".

Y hay un tipo de literatura llamada de evasión, que más que hacernos reflexionar e interpelarnos, a lo que nos invita es a la fuga, a ese "tiempo muerto", a ese "stand by", en el que nada perturba demasiado ni nada conmueve demasiado, porque ya la vida diaria tiene mucho de eso y lo que se pretende es no complicarse más la mente.

Ambas literaturas son legítimas y tienen su momento y su lugar en el día a día nuestro. De nosotros depende saber cuál queremos escoger en cada instante y cuál nos sirve más para cultivar nuestro interior cuando estamos en disposición de ello.

Quizá exista el mito de que la poesía es lo que más despierta la sensibilidad, lo que más enriquece el mundo interior. Eso tal vez se ha producido porque el lenguaje poéti-

co tiene una ventaja con respecto a la prosa a la hora de despertar emociones y evocar imágenes: y es su poder altamente sugeridor por la capacidad de comprimir el contenido de lo que se quiere transmitir. A la poesía le basta a veces dibujar en el aire leves trazos, como quien apunta con una palabra, como quien bosqueja, como quien deja caer, para levantar todo un mundo de sentidos e imágenes. Esto en prosa es más complicado, porque lo suyo es elaborar una idea narrativa, donde el aliento no tiene que estar suspendido al máximo en un corto espacio, y sí en la poesía. Por decirlo de algún modo, en la prosa nuestro interior está a ratos en ebullición y a ratos en descanso, rítmicamente establecidos. Pero en la poesía nos cogen por la palabra y nos llevan en volandas, suspendidos por la emoción, en muy corto periodo de tiempo.

La poesía es fijar un estado del alma. Y es privilegio del poeta describir las emociones que traducen tal estado. Pero es privilegio del lector sentir la misma emoción.

Prosa y poesía tienen su puente en la prosa poética, donde sin renunciar a la idea desarrollada narrativamente, ésta se estiliza para sugerir poéticamente.

EL YO EXPRESÁNDOSE: ESCRITURA E INTERIORIDAD

Dice un dicho popular que el científico observa la realidad, y que el escritor la vive.

Hay escritores que han resumido así su vocación de escribir:

"Escribo para vivir eternamente".

"Escribo para expresar lo que de otra manera no sé expresar".

"Escribo para sentirme vivo".

"Escribo para que me quieran".

"Escribo para entender el mundo".

"Escribo porque no sé vivir de otra manera ni hacer otra cosa".

"Escribo porque si no lo hago, me ahogo".

"Escribo para comprenderme".

Todas estas afirmaciones están expresando algo profundamente vital y enraizado, que hace trascendente, para ellos, el hecho de escribir.

Escribir es un acto, primero, de recibir; después, de dejar macerar lo recibido en el interior de uno mismo; y más tarde, de sacar eso fuera de nuevo.

Se puede decir que no existe escritura sin vida interior; sin ese proceso de dejar que algo dé vueltas dentro de uno mismo. Y muchas veces, como en los partos naturales, la orden de salida no la da el escritor, sino eso que dentro de uno giraba y giraba y que, ya completo, lleno de vida, necesita salir... y sale.

En este sentido, Rilke decía que "para escribir un verso no

basta tener recuerdos; hay que saber olvidarlos cuando son demasiados y esperar con paciencia que vuelvan".

Cuando alguien escribe, se está buscando a sí mismo y está buscando a los otros.

Escribir es una necesidad del interior que halla en la escritura su mejor medio de expresión.

A veces, es una manera de organizar, precisamente, la propia vida interior.

Otras veces, es un modo de intentar comprenderse y comprender lo que se vive a través de su verbalización. Nada se verbaliza claramente si no se tiene claro en el interior. Y, a veces, buscar primero una verbalización clara lleva a clarificarse uno mismo.

Otras veces, escribir es un acto de puro placer: un jugueteo sabroso con las palabras y los sonidos y las imágenes que evocan. Es como carnalizar lo abstracto. Hincarle el diente y sacarle todo el jugo.

Otras veces, es un acto de catarsis. Lo verbalizado, una vez fuera, podrá olvidarse. Como quien se saca el puñal que tenía clavado y lo arroja lejos.

Otras veces, escribir es tender la mano a los otros, buscar la comunicación, establecer el puente entre el yo y los otros, ofrecer un campo (lo escrito) donde pueda producirse el encuentro.

El escritor es alguien que ofrece parte, a veces una gran parte, de su interior; lo pone a disposición de los demás, como quien invita. Para ello ha de saltar por encima de sus propias murallas (ésas que los seres humanos nos vamos creando en la vida para autoprotegernos o defendernos de los demás). Y desea que el lector entre en contacto con lo escrito de la misma manera, bajando murallas, bajando la guardia que acoraza su interior.

El escritor David Grossman lo ha expresado de maravilla: "los seres humanos nos vamos construyendo armaduras en las que cobijarnos, creyendo que así vamos a vivir mejor, sufrir menos, pero sin darnos cuenta de todo lo que aíslan. Lo que no hay que olvidar es que debajo de cada gruesa armadura siempre hay un ser humano. Y que cada ser humano es siempre una oportunidad de diálogo, si uno quiere, si uno se deja. La literatura es un buen camino, entre otros, para lograr este diálogo".

En definitiva, escribir es una suma de todo esto, y, para quien tiene en la escritura su mejor medio de comprensión y expresión, es tan vital como el respirar. Y es tan fundamental para su vida interior como ese aire que, inhalado, llega adentro y lo oxigena todo.

Para el escritor, escribir es acudir a un lenguaje personalísimo para, en el buceo paciente en uno mismo y en las cosas, dar forma a lo que se piensa y se siente para comunicarlo de la manera más adecuada y verdadera que pueda, en coherencia con su interior.

No dejemos escapar la oportunidad. Aunque hay personas que dicen que lo suyo jamás sería escribir (porque que si la inspiración..., que si las técnicas narrativas..., que si la paciencia..., que si el escoger las palabras...), el placer de la lectura está ahí, como libro abierto, ofreciéndose al alcance de todos.■