

## Educar per a la vida, educar per a la mort

**Josep Gustems Carnicer (Universitat de Barcelona) i Diego Calderón Garrido (UNIR)**

---

Sogyal Rimpoche. *El libro tibetano de la vida y de la muerte*.  
Barcelona, Urano, 2015, 545 p.

---

Bona part del budisme a Occident ha vingut de la mà i de la presència exemplar de lames tibetans a l'exili, com Sogyal Rimpoche o el mateix Tenzin Gyatso (XIVè Dalai Lama), qui prologa aquest llibre que ja ha arribat a les 30 edicions en castellà i ha estat traduït a més de 27 idiomes, amb més de 2 milions de còpies venudes. L'autor, format inicialment a Tibet i més tard a Cambridge, és un infatigable divulgador del budisme i de les seves pràctiques, professor de molts cursos al nostre país, de vídeos a Youtube i amb una especial relació amb Richard Gere que el va fer mereixedor de certa fama entre el públic occidental.

Més enllà de l'explicació sobre les tesis centrals del budisme (*karma*, vacuïtat, impermanència, consciència plena, present, meditació, reencarnació...) i fugint de l'interès ocasional dels qui titlla de «turistes espirituals», l'autor centra especialment el seu discurs en la íntima relació entre la vida i la mort, posant especial atenció en fer-nos conscients de tots els nostres actes, amb un estil directe, respectuós, commovedor i compromès amb la formació de les persones.

L'estil occidental de vida planteja paradoxalment un peculiar estil de «peresa»: ens fa abarrotar la vida d'activitats compulsives per així no poder disposar de temps per abordar tot allò que importa realment. Ens sobrecarreguem de preocupacions i activitats supèrflues i ens

compliquem innecessàriament la vida. ¿No resulta paradoxal que s'instrueixi els joves en tants temes menys en aquells que són claus per copsar plenament el sentit de la vida?

Els qui creuen –com l'autor– en una vida després d'aquesta, tenen una actitud diferent davant la vida, un clar sentit de la moralitat i responsabilitat personal. El nostre ritme de vida sovint és tan frenètic que l'últim que se'ns ocurreria és pensar en la mort. La proximitat de la mort –en primera persona o bé dels qui tenim a prop– és una gran oportunitat per assolir un major enteniment de la pròpia vida, sovint fugint dels béns materials i aproximant-se al dolor i a les necessitats dels altres. Si desitgem morir bé, hem d'aprendre a viure bé. I aquest és un dels objectius d'aquest llibre: fer-nos conscients de com redreçar i orientar la vida per a fer-la més plena, descobrint la bondat natural que emana de nosaltres, portant l'alegria als altres. Aprendre a morir és aprendre a viure; aprendre a viure és aprendre a actuar no només per aquesta vida, sinó pensant en les vides per venir. Poder transformar-nos per ajudar als altres i al món de la forma més poderosa possible, una veritable pedagogia en la seva vessant més compromesa, ètica i ecològica.

Aquest camí, aquesta epifania no és instantània sinó que porta el seu temps; com diu l'autor: «apresúrate lentamente» (p. 176). Cal la comprensió intel·lectual a

partir de l'anàlisi i la meditació de fets quotidians que ens envolten, que comencen paulatinament a confirmar les veritats apreses dels mestres de vida amb qui haguem tingut la sort de coincidir.

Aquest llibre és també un homenatge a la figura dels mestres com a portadors, canals i transmissors de les benediccions dels seus mestres anteriors, en una cadena ininterrompuda de llinatges de persones especials que mantenen un vincle vivent amb certes veritats, una salvaguarda essencial que manté l'autenticitat i puresa d'un ensenyament eminentment presencial. El mestre, en aquest context, desenvolupa una presència interior en el deixeble que s'alimentarà en les trobades amb aquell ésser real que transformarà la nostra forma d'encarar el món i enfrontar les transicions, canvis i oportunitats que ens depararà el futur.

Al llarg del seu relat autobiogràfic, trobem molts mestres tibetans que van influir en la seva educació, així com referències a molts d'altres pensadors occidentals que han tractat la transcendència i el trànsit a la mort, com E. Kübler-Ross. El llibre també descriu determinades pràctiques bàsiques per purificar les emocions, augmentar la compassió, bondat, equanimitat i alegria, les quatre virtuts budistes principals. A més, inclou un annex amb adreces d'interès i testimonis impactants que expliquen la seva experiència de proximitat a la mort i el que va significar per a les seves vides.

Tot i tractar-se d'una tradició mil·lenària, sorprenen els paral·lelismes entre les ensenyances de Buda i alguns plantejaments de la física moderna. Del diàleg entre el misticisme, la neurociència, la consciència i les ciències de la matèria podria sorgir una nova visió de l'univers i de la nostra responsabilitat vers tot allò creat. Esperem que llibres com el que comentem col·laborin en la construcció d'un món millor i més humà.