

### Un solo instante

¡Alma mía! Toda la eternidad es un solo instante,  
un aliento sin graves, sin agudos.

Considera un regalo este instante que vives,  
apúralo feliz, no hay tiempo de estar triste.

Porque si pasa tu oportunidad, no volverás a verla,  
y tu tiempo es más corto que el instante más corto.

Te sonreirá la vida, si tú también sonríes,  
pero si te entristeces, todo lo verás negro.

No entregues a este mundo pasajero  
tu corazón, porque ese mundo es inestable.

Alégrales la vida a los demás, y sé también tú alegre:  
no hay bien mejor en este mundo.

¡Oh Nurbakhsh! No perturbes a ningún corazón,  
porque esto es mejor que el trono y la corona de Ýamshid<sup>1</sup>.

—*Divan de poesía sufi*. Javad Nurbakhsh

—Traducido por José M<sup>a</sup> Bermejo

1.- Ýamshid: rey mítico de los antiguos persas, llamado también Chemshid, monarca sabio y grandioso de la dinastía Pishdāiyān, al que se refiere también la literatura sánscrita en el *Avesta* y en los *Vedas*.



*EL ABRAZO*  
CECIL COLLINS