

donde se realizan también todas las operaciones del alma, ya que es precisamente su mundo, es por tanto el lugar de la comprensión interior y el plano donde se desarrolla la historia del alma. En el siguiente punto se verá que el alma según el sufismo puede avanzar o retroceder por una escala de grados de desarrollo espiritual, y que por tanto su purificación y educación es la tarea principal del sufí. Se apuntará también que este desarrollo y el éxito de esta empresa es fuente de paz y de salud.

El concepto de alma (nafs) y sus grados

Según la concepción sufí el alma es una realidad intermedia entre el Espíritu y el cuerpo. En el Corán se dice que el espíritu fue insuflado en el cuerpo por el propio aliento de Dios, de aquí que los seres humanos estén próximos a Dios por su espíritu, pero lejos de Él por sus cuerpos, que están hechos de barro: “Y cuando tu Señor dijo a los ángeles: Voy a crear a un ser humano a partir de barro seco, procedente de barro negro moldeable. Y cuando lo haya completado y le haya insuflado parte de Mi espíritu, caeréis postrados ante él”¹⁴⁸.

Cuando Dios le insufla el espíritu al barro, pues, esto da lugar al alma o al propio ser (*nafs*), de aquí su condición intermedia, lo que significa que posee cualidades de ambos lados¹⁴⁹. En las traducciones del Corán¹⁵⁰, el término árabe *nafs*, con frecuencia ha sido traducido por *alma*, *conciencia*, *espíritu*, *fondo del corazón*, *hombre*, *imaginación*, *interior*, *mente*, *pensamiento*, *persona*, *propia persona*, etc¹⁵¹. Este término indica, pues, el interior, el espíritu o la esencia del individuo. Sin embargo, el alma no es una realidad estática, sino dinámica, y debe su dinamismo a su capacidad para identificarse con distintos objetos.

Así, según los autores sufíes, el alma o *nafs* es susceptible de evolución e involución, es decir, puede elevarse hacia las más altas facultades espirituales, o bien degradarse hacia lo más bajo, hacia los instintos puramente animales, e incluso más abajo aún. Es por ello que Rūmī describe al ser humano como un ser con alas de ángel y cola de burro

(por su libertad para escoger), esto es, a medio camino entre la condición angélica y la animal: “Se cuenta en este hadiz que Dios el Augusto creó en tres especies las criaturas del mundo. Una categoría es enteramente razón y conocimiento y munificencia: es el ángel, y éste no conoce nada sino postración en adoración. En su naturaleza prístina no hay ninguna concupiscencia ni sensualidad: es luz absoluta que vive por amor a Dios. Otra categoría está desprovista de conocimiento, como el animal en gordura por forraje. No ve nada sino el establo y el forraje, no hace caso de miseria y gloria. La tercera es el descendiente de Adán y el hombre: la mitad de él es del ángel y la mitad de él es asno. La mitad asnal se inclina por cierto hacia lo que es bajo, la otra mitad se inclina hacia lo que es según la razón. Aquellas dos categorías se hallan en reposo (exentas) de guerra y combate mientras que este hombre está en tormento con dos adversarios”¹⁵².

Corbin, tomando como base un relato aviceniano, habla de las dos caras del alma: la que está vuelta hacia el mundo corporal, eso es, el intelecto práctico, y la que está vuelta hacia el mundo de luz, es decir, el intelecto contemplativo. Así, incumbe al intelecto práctico someter a las potencias vitales para que el intelecto contemplativo pueda realizar su función¹⁵³.

Vemos, pues, que el *nafs* puede evolucionar o degradarse, moviéndose entre la luz y la oscuridad, la inteligencia y la ignorancia, la conciencia y la inconsciencia, la perfección y la imperfección. Y el esfuerzo por domeñarlo, por sacarlo de su estado inicial y hacerlo evolucionar hacia las facultades más altas es aquello en lo que consiste la dignidad del ser humano. El alma debe así transmutarse, convertirse en corazón, de modo que su oscuridad sea plenamente infundida de luz espiritual. La actualización de la disposición original o *fitra*, representada dentro del alma por las cualidades luminosas del espíritu, constituye así el objetivo de la existencia humana.

Puede decirse, entonces, que la premisa básica en la que se fundamenta el método sufi es que el *nafs* se puede educar, y esta educación consiste primero en un proceso de desidentificación. Si bien en la etapa inicial

el alma se identifica y confunde con cosas que son falsas y que no son su verdadera esencia, a medida que evoluciona se purifica de todo ello, y es en la culminación de este proceso en lo que consiste la verdadera meta del ser humano, según afirma el Corán: “Habrá triunfado quien se purifique”¹⁵⁴. Así, la consecución de la perfección humana¹⁵⁵ consiste en este despojarse de todo lo ilusorio hasta llegar, en el nivel más alto, a la identificación con Dios, que es lo únicamente real. O dicho en otras palabras, la evolución del alma consiste en purificarse de todo aquello que no es ella y en llegar a manifestar su verdadera esencia, la cual es divina. Se debe tener presente aquí que uno de los Bellos nombres de Dios en la tradición musulmana es *al-ḥaqq*, que significa el Verdadero o el Real, como expresa el Corán: “Eso es porque Dios es el Real y aquello que invocan fuera de Él es lo falso [...]”¹⁵⁶. Esta identificación, como se ha expuesto ya, la explican también los sufíes como la unión entre el amante y el Amado, unión a la que tiende todo verdadero camino místico.

Una aleya del Corán sugiere esta idea del viaje ascensional: “Remontaréis de piso en piso”¹⁵⁷, la cual algunos comentaristas relacionan con la ascensión (*mi’rāy*) del Profeta¹⁵⁸. El Corán no especifica qué “pisos” o “estados” son por los que ha de ascenderse, sin embargo, se deduce que podrían ser cielos o moradas espirituales¹⁵⁹.

Los sufíes suelen describir tres estadios del alma por medio de la terminología coránica: *el alma que suscita el mal* (*al-nafs al-ammāra*)¹⁶⁰, *el alma que (se) culpa por sus defectos* (*al-nafs al-lawwāma*)¹⁶¹, y *el alma en paz* (*al-nafs al-muṭma’inna*)¹⁶² con Dios. Para los sufíes, estos son los tres niveles sucesivos de desarrollo del alma¹⁶³. Véanse por ejemplo las palabras de Kubrā, quien habla de la invocación (*dīkr*), que se verá en el apartado del método sufi, como técnica fundamental para realizar este progreso: “Hay tres almas: Está el alma instigadora del mal (*al-nafs al-ammāra*), que es el alma de la mayoría de las personas. Vive sumida en tinieblas y cuando surge la invocación, es como la lámpara que ilumina la casa oscura. En ese momento se vuelve crítica (*al-nafs al-lawwāma*), pues ve que la casa está llena de ratones, perros, puercos, guepardos, panteras, asnos, toros, elefantes y otras muchas cosas

lamentables. Entonces intenta expulsarlos de la casa. Tras haber sido mancillada por los ratones y herida por las bestias feroces, se aplica asiduamente a la invocación de Dios y al arrepentimiento, hasta que el Rey de la invocación se manifiesta y los expulsa. Después, llega la serenidad. No deja de trabajar embelleciendo su hogar con todo tipo de muebles, hasta que acaba de adornarla con diferentes objetos agradables. Por fin la encuentra a su gusto; la casa está dispuesta para acoger el descenso del rey y, en verdad, desciende. Cuando desciende el Rey —Dios Se manifiesta—, es serenada (*al-nafs al-muṭma'inna*)”¹⁶⁴.

Aunque estos son los tres grados generales, hay otras clasificaciones que incluyen subdivisiones. Por ejemplo, Burckhardt habla de un nivel todavía menos evolucionado y anterior al de *al-nafs al-ammāra*, que es el de *al-nafs al-ḥayawāniyya*, literalmente el “alma animal”, es decir, el alma en tanto obedece pasivamente a los impulsos naturales¹⁶⁵. Y otros autores amplían hasta siete los grados del *nafs*. A menudo se utiliza en las traducciones el término psicológico ‘ego’ para designarlos: el *Ego Imperante* (*al-nafs al-ammāra*), el *Ego Censurante* (*al-nafs al-lawwāma*), el *Ego Inspirador* (*al-nafs al-mulhima*), el *Ego Calmado* (*al-nafs al muṭma'inna*), el *Ego Satisfactorio* (*al-nafs al-rāḍiyya*), el *Ego Admitido* (*al-nafs al-marḍiyya*) y el *Ego Perfecto* (*al-nafs al-kāmila*)¹⁶⁶, el cual es el estado del ser humano real o Hombre Perfecto.

En el presente estudio se quiere poner de manifiesto que la evolución del alma conduce a la salud, mientras que su degradación a la enfermedad. Esta conclusión se basa en la premisa según la cual el alma es un principio metafísico que rige al cuerpo, o dicho de otra forma, que el cuerpo sigue al alma. En base a esto se pondrán en relación algunas de las etapas con su dimensión terapéutica.

En primer lugar, se examinará el primer estadio del *nafs* (*al-nafs al-ammāra*), en el cual éste permanece todavía sin evolucionar, y se le identificará como la causa real de la enfermedad y del sufrimiento. Luego se verá cómo la enfermedad puede ser una oportunidad para alumbrar este estado de ignorancia y dar paso al primer nivel de evolución. Este momento se conoce en terminología sufi como *tawba*, en

el cual la persona toma conciencia de la necesidad de un cambio, es decir, se trata de un reajuste de la orientación, de la *qibla* en el camino. A continuación, se analizarán las técnicas del sufismo, las cuales forman ya parte del trabajo espiritual que se empieza en el segundo nivel de evolución del *nafs*. Finalmente se verá como este trabajo puede conducir a la recepción del conocimiento superior y a la adquisición del criterio de discernimiento para una conducta justa, propias del tercer nivel del *nafs* en el que se llega a la estabilidad. Es a partir de este nivel donde se empieza a establecer una salud permanente.