

importantes del camino, pero existen diversos itinerarios⁵⁰. E incluso, apunta Schuon, las estaciones pueden darse de forma simultánea: “Toda vía consta de etapas sucesivas, las cuales pueden ser al mismo tiempo modos simultáneos”⁵¹. Por tanto, todos los esquemas son orientativos, pues constituyen sólo una ayuda para el alma en su viaje.

Como se dijo al principio de este estudio, el objetivo es poner en relación el método del sufismo con su dimensión terapéutica, por lo que se examinarán las primeras etapas. Cabe citar aquí las palabras del Šayj al-‘Alawī (1869-1934), según el cual, aunque pocos son los discípulos de una vía sufi que llegan al final del viaje y a “realizarse en Dios”, la gran mayoría, sin embargo, se eleva lo suficiente para alcanzar la Paz interior⁵², que aquí se asocia con la salud. La adquisición de esta paz se relaciona con las cuatro primeras etapas, entre las cuales fluctúan quienes han abordado un exigente y continuo trabajo sobre sí mismos, y que llevan al estado de *fanā’* o aniquilamiento, el estado en que el ser humano actualiza su pobreza espiritual y dependencia absoluta de Dios, con la consecuente extinción de su yo individual o separado, ilusión que era origen de todo el sufrimiento. Las tres últimas etapas corresponden al estado de *baqā’* o subsistencia en Dios, y son etapas muy superiores del desarrollo humano. En los puntos siguientes se verá como los ritos y las técnicas del método sufi constituyen vehículos de ascenso para realizar este viaje.

Tawba, la puerta del camino

Así pues, la primera etapa, según el esquema de al-Sarrāy, es la de *tawba*, que puede considerarse como la puerta de entrada al camino sufi. Se trata de un primer despertar de la situación de desatención y olvido (*gafla*) en la que vive el ser humano dormido. La *tawba* puede despertar en el alma por cualquier situación inesperada, como una palabra profana comprendida en sentido religioso, un trozo de papel en el que esté escrita alguna frase importante, la recitación del Corán, un sueño o un encuentro con un hombre santo⁵³. Según el presente estudio las crisis pueden favorecer también esta toma de consciencia.

Por ello, este momento puede ser en mayor o menor medida traumático, de ahí que Corbin hable del “desgarro de la conciencia pre-iniciática”, pues es el momento en que el alma es sacudida y se descubre como extranjera en un mundo que hasta entonces le había resultado familiar. El alma rehúsa por naturaleza cuestionarse a sí misma mientras todo le funciona. Sólo en la aflicción empieza a sentir la necesidad de un cambio.

En las crisis se experimentan estados pasajeros. Si bien las estaciones espirituales son etapas permanentes del camino, los sufíes hablan también de los estados pasajeros (*ahwāl*; singular: *hāl*) que se experimentan y que no son fruto del merecimiento como las estaciones, sino dones divinos que aparecen y desaparecen. Schuon señala que los *ahwāl* pueden ser anticipaciones de las estaciones o *maqāmāt*⁵⁴. Así, por ejemplo, durante las crisis preiniciáticas de tipo existencial es posible que la persona experimente estados pasajeros anticipatorios de la etapa de la extinción o *fanā'*, es decir, estados en los que puede vislumbrar y experimentar la inexistencia o carácter ilusorio del yo individual o de algunos de sus aspectos. Pero al no tener el soporte de la realidad divina como planteamiento metafísico este estado le puede causar angustia, pues no sabe todavía que la muerte del yo superficial es el paso previo al renacimiento espiritual del Yo profundo. De aquí el peligro de tratamientos psiquiátricos que no contemplen una cosmovisión metafísica, ya que el desconocimiento de la verdadera causa espiritual de la crisis puede llevar a una sobre medicación que coarte cualquier posibilidad de desarrollo.

Según la clasificación de los estados espirituales de algunos sufíes, esta primera etapa no tiene que ir necesariamente ligada a una entrada en una vía iniciática como la del sufismo y a ser iniciado por un maestro, ni tan siquiera a desarrollar una firme creencia en Dios de forma consciente. Por ejemplo, Huýwīrī, antigua autoridad sobre sufismo, establece la conversión como etapa propia y la sitúa después del arrepentimiento⁵⁵. Y en las célebres *Cuarenta Estaciones* del maestro sufí del siglo XI Abū Sa'īd ibn Abī l-Jayr, la estación del discipulado viene después de la conversión y el arrepentimiento⁵⁶.

Esta primera etapa, por tanto, es una puerta que puede llevar a la persona a practicar múltiples métodos psicofísicos que cumplen este primer paso de alejarse del mundo del error y dirigirse hacia el de la Verdad. En otras palabras, la primera parte del sendero espiritual consiste en el proceso de desenredar las raíces del alma del mundo psicofísico al que están atadas, y este trabajo puede empezarse con tales métodos. Pero la continuación del trabajo consiste en sumergir esas raíces en lo divino, y esto sólo puede ser hecho con una verdadera iniciación espiritual. Llega un momento en que debe descubrirse un hecho fundamental, explicado por Ibn ʿArabī en su comentario de un relevante hadiz: “Ha dicho el Profeta: «He sido enviado para perfeccionar los nobles caracteres». Así pues, aunque no sea consciente de ello, quien se conforma a las nobles cualidades sigue una ley de su Señor [...]”⁵⁷. Encontramos aquí una clave fundamental para entender el propósito del sufismo. Según esto, se puede seguir la Ley divina sin ser consciente de ello. El Sufismo permite hacer este desvelamiento, por el cual se descubre que el esfuerzo hecho hasta el momento ha sido en realidad un esfuerzo orientado a realizar los atributos divinos. Sin embargo, este desvelamiento permite continuar y desarrollar el camino iniciado por otras vías como los previos y necesarios métodos psicofísicos. Pero pueden pasar incluso años entre este primer momento y la iniciación sufi.

La *tawba* implica la iluminación de aspectos internos de la conciencia que antes permanecían ocultos. Esto permite que la persona asuma su responsabilidad en lo que le sucede. El Corán declara que aunque todo, bueno o malo, proceda de Dios⁵⁸, la causa inmediata del mal estriba en la conducta humana: “Lo bueno que te sucede viene de Dios. Lo malo que te sucede viene de ti mismo”⁵⁹. Por ello Rūmī dice: “No pongas el pretexto en el Hado, oh joven: ¿cómo podrás poner en otros tu propia trasgresión? [...] Da vueltas en torno de ti mismo y percibe tu trasgresión [...]. Sospecha de ti mismo, oh joven, no sospeches la retribución de la Justicia. Arrepiéntete como un hombre, vuelve tu cabeza al Camino, porque todo aquel que hace lo que pesa lo más minúsculo lo verá. No te dejes engañar por las artimañas del alma apetitiva, porque el Sol divino no ocultará ni lo más minúsculo”⁶⁰.

Empezar a sospechar de uno mismo, asumiendo la responsabilidad de los propios actos y sus consecuencias, resulta pues fundamental. Esta toma de conciencia de la injusticia realizada contra uno mismo desemboca así en una reorientación interna, que de hecho es el significado auténtico de *tawba*. Para los maestros sufíes, la *tawba* no está relacionada sólo con la entrada al camino, sino que también es un antídoto contra la distracción o «negligencia dispersa» durante todo el trayecto. Lings cita una frase del gran sufi egipcio Dū I-Nūn al-Miṣrī (m. 861): «Para la mayoría, el arrepentimiento se refiere a los pecados, pero para los elegidos concierne a la distracción (*gafla*)», y dice que este acto permite así dar la espalda al mundo y orientarse hacia el Corazón. El arrepentimiento, por tanto, consiste esencialmente en volverse hacia Dios, a imagen de lo que Él hace volviéndose hacia el hombre⁶¹. De hecho, como apunta Nicholson, el arrepentimiento es puramente un acto de la gracia divina que va de Dios al hombre, no del hombre a Dios⁶². Efectivamente, para que el alma pueda arrepentirse de sus malas costumbres, tiene que darse un previo alumbramiento de la conciencia en el que ésta pueda verse, aunque sea brevemente, en relación con una posibilidad de perfección superior. Y este alumbramiento es siempre una gracia divina.

Este primer momento va asociado a la idea del perdón divino. Si el objetivo del ser humano es revestirse de los atributos divinos, primero es necesario aceptar las imperfecciones humanas, para luego transformarlas en la medida de lo posible. La noción de *tawba* implica esta aceptación. Por otro lado, en el apartado sobre el concepto del límite metafísico y las consecuencias de su trasgresión, se vio que ir más allá de la conducta lícita, es decir, llevar a cabo actos y pensamientos dañinos, puede generar consecuencias perjudiciales. Habíamos dicho que este principio no era aplicable siempre, sino sólo con respecto a los que eran objeto de la guía divina, como el caso de las personas cuyas crisis o enfermedades constituyen una oportunidad para despertar. Así, por ejemplo, el Faraón de Egipto citado en el Corán quedó excluido de esta guía al no recibir sanción alguna hasta prácticamente el fin de su vida, pues sus innumerables trasgresiones habían velado de forma irrevocable su corazón. De aquí la necesidad de “ganar la

partida” al *nafs*, pues de otro modo la inteligencia se convierte en *nafs*, y entonces las consecuencias dejan de percibirse y ya no hay oportunidad para retroceder. A continuación se retomará este punto desde la perspectiva del perdón divino, que es necesario solicitar en esta vida.

Encontramos la fuente de este principio en dos explícitas aleyas del Corán, entre otras, en las cuales se insta al Profeta a recomendar a los creyentes la demanda de perdón divino: “Di: ¡Siervos míos que os habéis excedido en contra de vosotros mismos, no desesperéis de la misericordia de Allāh. Es verdad que Allāh perdona todas las faltas, pues Él es el Perdonador, el Compasivo. Y volved a vuestro Señor y someteos a Él antes de que os llegue el castigo, pues luego no seréis socorridos”⁶³.

Por su parte, Rūmī dice lo siguiente: “Si no sabes discernir esa trasgresión mediante la reflexión, haz en seguida suplicación humilde y busca perdón. Póstrate cien veces y di sin cesar “Oh Dios, esta pena no es otra cosa que lo que me corresponde y lo que me he merecido. Oh tú que eres trascendente en santidad y libre de injusticia y opresión, ¿cómo le infligirías aflicción y pena al alma cuando no ha cometido falta alguna? No conozco exactamente mi falta, pero necesariamente habrá una falta para la angustia”⁶⁴.

Vimos así que, mientras no se adquiriera el discernimiento, cuyo desarrollo es uno de los propósitos del sufismo, la persona puede llevar a cabo actos injustos sin percatarse de ello, por lo que las consecuencias negativas son recibidas sin tener conciencia del acto que las generó. Según el sufismo, este proceso de causa-efecto puede interrumpirse con la demanda de perdón divino y un cambio en la conducta.

El Šayj al-Sulamī dice lo siguiente: “Una de las enfermedades del alma es cometer tantas faltas que el corazón se endurece. El remedio correspondiente es pedir mucho perdón (*al-istigfār*) a Dios y arrepentirse a cada aliento; y también continuamente ayunar, pasar la noche en oración, servir a las gentes de bien, sentarse con las gentes virtuosas y asistir a las sesiones de invocación (*maʿālis al-dīkr*). En efecto, un

hombre se lamentó al Profeta —que Dios le prodigue bendiciones y paz— de tener duro el corazón; y el Profeta le dijo: «Acércalo a la invocación (*dikr*)». Y el Profeta también dijo: «En verdad pido perdón a Dios setenta veces al día». Y también: «Si el siervo comete una falta, aparece un punto negro en su corazón, si se arrepiente y pide perdón, ese punto negro se va. Pero si comete otra falta, aparece otro punto negro en su corazón, y sucede así hasta que el corazón ya no reconoce el bien ni niega el mal». Luego, el Profeta —que Dios le prodigue bendiciones y paz— recitó este versículo: «¡No! Sus corazones han sido endurecidos por lo que han llevado a cabo»⁶⁵.

En árabe la noción de perdón divino remite a los términos “*gufrān*”, “*istigfār*” o “*magfira*”, todos formados a partir de la misma raíz lingüística: “g f r”⁶⁶. En la aleya citada arriba (39:53) aparece el nombre divino “*al-Gafūr*”, que se traduce por ‘El muy Perdonador’, El Indulgenteísimo’ o ‘El que cubre con un velo protector’⁶⁷. En su significado está, por tanto, la noción de cubrir con un velo. Ibn ‘Arabī explica la dependencia (*ta’alluq*) del creyente respecto a este nombre de la siguiente manera: “Tienes necesidad de Él —Glorificado sea— para que deje caer el velo (*isbāl al-sitr*) protector del perdón —que cubre las faltas— de modo general, entre tú y todo daño (*darar*) cuyo efecto recaiga sobre ti, y lo tienda sobre todo aquello, de cuanto resulte censurable, que ha puesto en ejecución en ti, ya sea en el plano de lo sensible o en el plano de lo inteligible”⁶⁸.

Obsérvese cierta proximidad léxica con la noción de “*Kufr*”, de raíz ‘k f r’, que se refiere al rechazo con el que el hombre niega a Dios⁶⁹. Así, de la misma manera que el ser humano es capaz de ocultar a Dios y velarlo tras la autoafirmación de su ego, en el caso opuesto, Dios puede ocultar y velar el ego del ser humano, transformando sus debilidades en sus contrarios y anulando los efectos perniciosos de su acción. Pero para ello es necesaria la solicitud de perdón o *istagfār*, pues el Corán la prescribe al mismo profeta: “Sabe que no hay dios sino Allāh y pide perdón por tus faltas y por los creyentes y las creyentes. Allāh conoce vuestro ir y venir y vuestra morada”⁷⁰. Su fórmula habitual, que los sufíes, basándose en el hadiz citado arriba, repiten

setenta veces cada día como mínimo, es *astagfiruLlāb*, que literalmente significa ‘pido perdón a Allāh’, y que conlleva implícitamente todos los conceptos comentados: aceptación de la propia imperfección, aceptación de la perfección absoluta y misericordia ilimitada de Dios, etc. Este término se encuentra en otras diversas aleyas junto con el nombre *al-Gafūr*, por ejemplo: “Quién obra mal o es injusto consigo mismo, si luego pide perdón a Dios, encontrará a Dios indulgente, misericordioso”⁷¹. Y en otra aleya se aconseja la recitación de esta fórmula antes de la salida del sol, pues refiriéndose a los creyentes que en la otra vida son merecedores del Jardín dice la aleya: “Era poco lo que dormían de noche, y en el tiempo anterior al alba pedían perdón”⁷².

Resumiendo, la petición de perdón por parte del ser humano comporta la aceptación de la propia imperfección y orienta su conducta hacia el modelo de perfección humana, señalado por santos y profetas y que consiste en la adquisición de los nobles rasgos de carácter. Esta aceptación es en sí misma protectora, pues impulsa hacia un comportamiento justo. Por esta razón dice Rūmī que “el hombre justo está libre de ataques y a salvo en su corazón”⁷³. Recuérdese aquí que a menudo las adversidades sirven de espejo reflector del interior del ser humano, pues una vez que es corregida la injusticia interior, también paralelamente el exterior es modificado.

Las primeras etapas de la vía

LA ABSTINENCIA O *WARA'*

Una persona que haya pasado por una crisis puede empezar a ‘sospechar’ de sí misma, es decir, a intuir los impulsos negativos de su interior que la llevan a ejecutar acciones perjudiciales para ella. Este conocimiento de que, sin saberlo, se pueda estar cometiendo injusticia incluso contra uno mismo, genera un sano temor que permite el desarrollo de una actitud más atenta y cuidadosa respecto al propio funcionamiento y la propia conducta. Se entra entonces en la segunda estación, que es la de *wara'* o abstención. Si la *tawba* es más