



El método sufí y su dimensión terapéutica

El aspecto operativo de la creencia

Ibn ʿArabī señala que toda persona tiene una visión de la realidad. El Šayj usa la palabra árabe *iʿtiqād*, que se suele traducir por ‘creencia’, y que significa anudarse, atarse o establecerse con firmeza. Con esta palabra se refiere a todos los nudos que moldean el entendimiento. Ser humano significa tener una perspectiva determinada, una opinión del mundo. En otras palabras, la creencia, creer en algo, es inevitable. Y las creencias, conscientes o inconscientes, están en la raíz de cada pensamiento y de cada acción humana¹. Así, la no creencia también es en cierto sentido una creencia; el no creyente también está “atado” a una visión de la realidad que condiciona la manera en que vive, aunque según nos dicen los autores sufíes esta visión es superficial, pues por ejemplo Rūmī la atribuía a la incapacidad del no creyente para ver el sentido interno del mundo debido a que no había pulido todavía el espejo de su corazón.

Según la perspectiva del Islam ser creyente significa creer en los seis principios o artículos de la fe (*imān*) musulmana: creer en Dios y Sus

Ángeles, Sus libros, Sus Enviados, en el Día del Juicio, y creer que ningún bien o mal viene sino de su Providencia. Un objetivo de los sufíes es llegar a desarrollar al máximo posible estas certezas, es decir, a tener un conocimiento directo por el corazón que va más allá de la simple creencia intelectual, por esto los sufíes son conocidos también como los verificadores. Sin embargo, al principio del trayecto espiritual, es necesaria una fe inicial en este planteamiento, aunque sea débil y basada más en la esperanza que en una experiencia directa.

Como se vio en el primer punto sobre la noción de exilio espiritual del alma, según la concepción sufi el ser humano fue enviado a este mundo con el propósito de actualizar el conocimiento latente en su interior, es decir, su disposición original con todos los atributos de perfección incluida la fe en Dios que tenía en el Día de *alast*. Pero en su estado de caída, en tanto que no evoluciona, el hombre está encadenado a su principio inferior, y esto es causa de enfermedad. Acceder a la gnosis es liberador y por tanto fuente de salud. Pero la gnosis no se da al hombre mientras éste no se conozca a sí mismo y haya dominado su interior. Como se expuso, la función del intelecto es conocer a Dios, pero no puede realizar tal empresa mientras el ego se interponga. Con el método del sufismo, el ego puede llegar a desaparecer de modo que el intelecto realice su función natural. Pero esta empresa enorme sólo la podrá acometer el alma precisamente orientándose hacia lo divino. Éste es uno de los aspectos distintivos del método sufi: el ser humano está velado al conocimiento de Dios y sólo actuando como si ya conociera a Dios podrá apartar los velos que esconden a Dios. Esta es la dimensión operativa de la creencia.

Todo un aspecto del método del sufismo que permite desarrollar esta ciencia del alma se encuentra implícito en síntesis en uno de los hadices más citados en la literatura sufi, el hadiz del *iḥsān*. Varios sufíes han definido el sufismo con este hadiz². La raíz lingüística del término árabe *iḥsān* (ḥ s n) se utiliza en la construcción de otros términos cuyos significados son, por ejemplo, 'bello', 'belleza', 'beneficiencia', 'bien', 'hacer el bien', 'bienhechor' etc.³, por ello *al-iḥsān* ha sido traducido a menudo por «la virtud espiritual»⁴. De ahí que este hadiz se conozca

también como el hadiz de la excelencia, pues expresa la actitud o conducta excelente que debe desarrollar el ser humano para realizar esta actualización. Cuenta la historia que al preguntarle el ángel Gabriel a Muhammad “¿Qué es el *iḥsān*?”, el Profeta respondió: “Adorar a Allāh como si Le vieras, pues aunque tú no Lo veas, Él te ve”⁵. Hay dos principios fundamentales implícitos en este hadiz: el primero consiste en la actitud de adorar a Dios como si se le viera; el segundo es el de que Dios ve al ser humano. La primera parte se refiere por tanto al ser humano corriente, que mira el mundo sin ver los signos divinos en él, pues todavía no ha despertado a la visión del Corazón. Como dice Rūmī, Dios está fuera del mundo de la dualidad y no podemos conocerle a través de ningún contrario u opuesto: “Las cosas escondidas se revelan por sus contrarios; como Dios no tiene opuesto, está oculto”⁶. Por ello el hadiz recomienda primero hacer “como si” se viera a Dios.

Lings destaca este aspecto del “como si” como una actitud fundamental del método sufi: “Todo un aspecto del método sufi reside en la palabra *ka’anna*, «como si...» [...]. Aunque siempre debe combinarse con el precepto de actualidad, que dice «pero de hecho». Nadie como el místico es tan lúcidamente consciente de la caída del hombre, hasta el punto de que estima que una cosa es positiva en la medida en que es capaz de desencadenar una vibración en dirección al Corazón y de abrir un paso hacia él”⁷. Se recordará aquí que el corazón es el órgano del conocimiento esencial y que está siempre en contacto con el mundo espiritual, recibiendo sin cesar sus manifestaciones, pero que en el caso del hombre encadenado a su principio inferior su corazón se encuentra velado y la luz que refleja no llega al alma. Lings compara el alma del hombre caído con una noche en la que el cielo está cubierto de nubes; así, lo que puede incitar a alguien a buscar la iniciación es que en la noche de su alma la capa de nubes debe ser lo suficientemente fina para que al menos algunos resplandores de la luz del Corazón puedan traspasar las tinieblas⁸.

Al principio se trata por tanto de un presentimiento, que a menudo se presenta durante las crisis. Como vimos, las crisis podían constituir una oportunidad, pues la necesidad de cambio propicia la apertura del

alma hacia otras perspectivas que antes no contemplaba. Es entonces cuando la persona puede empezar a vivir de forma diferente, “como si” las formulaciones teóricas propuestas por la doctrina fueran verdad. La doctrina mística dirige a la mente una llamada a trascenderse a sí misma. Al principio empieza a trabajar con una ‘hipótesis de trabajo’, pues intuye que hay una realidad superior que la doctrina le plantea. Ciertas experiencias pueden llevarle a sospechar que hay una voluntad superior, y presiente que ahondando en esta dirección va a alcanzar la paz cuyo ejemplo vivo es el maestro que le ha abierto el camino. Veremos la importancia de la figura del maestro espiritual más adelante. Sin embargo, aunque se le dice que Dios es Uno y que es trascendente e inmanente al mundo, con el intelecto sólo no puede comprender totalmente estas verdades, sino que es a través del rito, es decir, del método, como puede llegar a comprenderlas. El planteamiento espiritual se presenta así como una gracia divina que ofrece al hombre de mente confundida una nueva orientación, para, en terminología coránica, sacarlo de las tinieblas a la luz.

Esta aceptación de la hipótesis espiritual tiene un primer efecto terapéutico tranquilizante al dotar de sentido la vida. Jung, por ejemplo, sostiene que la creencia en un elemento doctrinal como la continuación de la vida después de la muerte (que correspondería a uno de los seis principios de la fe musulmana) ofrece sosiego al alma. Sostiene asimismo que aunque no se tengan pruebas es beneficioso creer igualmente en ello, lo que en cierta manera ya es una aplicación del principio del *ihsān*, pues implica hacer “como si” fuera cierto: “Pese a todas las consideraciones razonables que hablan en contra de la certeza de estas cuestiones, no hay que olvidar una cosa: significa mucho para la mayoría de los hombres el aceptar que su vida tiene una indeterminada continuidad más allá de la actual existencia. Entonces viven más juiciosamente, les va mejor y se sienten más tranquilos. Desde tiempos inmemoriales, los hombres tuvieron ideas acerca de un Ser Supremo (uno o varios) y acerca de la Tierra del más allá. Solo hoy día piensan que pueden pasarse sin tales ideas. [...] El hombre moderno puede afirmar que él prescinde de tales conceptos y que puede apoyar su opinión insistiendo en que no hay prueba científica

sobre su veracidad. O, incluso, puede lamentarse de la pérdida de sus creencias. Pero, puesto que estamos tratando de cosas invisibles e inconocibles (porque Dios está más allá de la comprensión humana y no hay medio alguno de demostrar la inmortalidad), ¿por qué nos preocupamos de su demostración? Aun cuando no conociéramos con la razón nuestra necesidad de sal o de alimento, nadie dejaría por eso de utilizarlos. Podría argumentarse que la utilización de la sal es una mera ilusión del gusto o una superstición; no obstante, seguiría contribuyendo a nuestro bienestar. Entonces, ¿por qué nos privamos de ideas que demostrarían ser útiles en las crisis y darían sentido a nuestra existencia? Sin embargo, hay una poderosa razón empírica en por qué habríamos de fomentar pensamientos que jamás pueden ser demostrados. Es que se sabe que son útiles. El hombre, positivamente, necesita ideas y convicciones generales que le den sentido a su vida y le permitan encontrar un lugar en el universo. Puede soportar las más increíbles penalidades cuando está convencido de que sirven para algo; se siente aniquilado cuando, en el colmo de todas sus desgracias, tiene que admitir que está tomando parte en un ‘cuento contado por un idiota’. La misión de los símbolos religiosos es dar sentido a la vida del hombre. [...] Una sensación de que la existencia tiene un significado más amplio es lo que eleva al hombre más allá del mero ganar y gastar. Si carece de esa sensación, se siente perdido y desgraciado”⁹.

La postura de Jung tiene cierta correlación con el corriente filosófico conocido como “pragmatismo”, del cual fue el filósofo de la religión ya citado William James uno de sus máximos exponentes. Su idea central es que la verdad de una creencia tiene que establecerse en función de si de ella se derivan consecuencias positivas, es decir, se juzga verdadera en la medida en que las consecuencias prácticas de su adopción son buenas. No se puede rechazar ninguna hipótesis si se desprenden de ella consecuencias útiles para la vida. Esta posición pragmática fue criticada por filósofos como Bertrand Russell, quién argumentó en su contra aduciendo que este planteamiento no prueba si la creencia es realmente verdadera o falsa. Así, según Russell, el punto de interés no es saber si creer en Dios sirve o no para la vida sino en saber si realmente Dios existe¹⁰.

El planteamiento del sufismo, como el de cualquier mística, va sin embargo más allá de los límites de la simple filosofía ‘positiva’. Como apunta Corbin, ésta no admite más que dos fuentes de conocimiento: la percepción sensible, que aporta los datos llamados empíricos, y los conceptos del entendimiento, es decir, el mundo de las leyes que rigen estos datos empíricos. Pero este tipo de conocimiento es limitado y no permite penetrar en el mundo intermedio o mundo imaginal (*‘ālam al-miṭāl*), que es un mundo que no puede percibirse a través del órgano de conocimiento común, ni puede demostrarse o rechazarse a través de la argumentación común: un mundo tan distinto que no puede verlo ni percibirlo más que el órgano de una percepción «*hūrqlayāna*»¹¹. Y aquí Corbin se refiere a la Imaginación activa. El que esta Imaginación activa en el hombre tenga su función noética o cognitiva propia, es decir, que nos permita acceder a una región del ser que sin ella queda cerrada y prohibida, esto es lo que una filosofía científica racional y razonable no podía considerar. De acuerdo con ella, de la Imaginación sólo puede proceder lo imaginario, es decir, lo irreal, lo mítico, lo maravilloso, la ficción, etc¹². Por ejemplo, en el caso de los estados extáticos de los sufíes, que tradicionalmente fueron negados por quienes no tenían experiencia directa de ellos, Gazālī dice que aquellos que niegan la realidad de los éxtasis y otras experiencias espirituales, deberían tener en cuenta que es difícil creer en la realidad de estados de los que uno no tiene experiencia personal, de la misma forma que para el hombre ciego le es difícil entender el placer de mirar la hierba verde y el agua en movimiento. Pero un hombre sabio, aunque no tenga experiencia de tales estados, no negará su realidad”¹³. Recuerdese aquí la tendencia del *nafs* compulsivo a negar cualquier valor de verdad a los hechos espirituales y a rebajarlos a sus manifestaciones materiales con expresiones del tipo “esto no es más que...”.

El principio del “como si” implícito en el hadiz del *iḥsān*, no es sólo un método para vivir mejor y dotar la vida de sentido, lo que en sí ya es beneficioso, sino sobre todo la condición indispensable para acceder a un grado de conocimiento superior, en el cual se confirman experimentalmente aspectos doctrinales. Como dice Nasr, un hombre que todavía no ha sentido la atracción divina y no ha entrado en la senda

espiritual se consuela a sí mismo con el mundo de la multiplicidad. Pero una vez que por la gracia de Dios llega la atracción divina (*ḡadb*) y el alma empieza a practicar la disciplina espiritual ofrecida por el sufismo, el hombre empieza a pasar por las experiencias que comprenden los estados (*aḥwāl*) y las estaciones (*maqāmāt*)¹⁴. Así, alguien que rechace toda creencia religiosa difícilmente practicará los métodos que llevan a una experiencia gustativa de estas verdades. Y estos estados en los que se tiene una experiencia personal no pueden ser entendidos a menos de que se experimenten, y por tanto no tiene sentido negarlos.

Es importante resaltar que según el sufismo las dudas no pueden ser resueltas sólo intelectualmente, sino que también se requiere el esfuerzo de las obras de adoración (*‘ibāda*) propias del método sufi. Con esto se llega al principio metafísico básico según el cual la creencia es lo contrario de la duda. Es decir, sólo se puede actualizar la creencia absoluta luchando contra todas las dudas que asaltan el corazón y echándolas de él. La creencia deviene así una actitud, más que algo puramente intelectual. Por eso Rūmī dice lo siguiente: “Vacía tu cerebro de incredulidad en el Amigo, para que pueda percibir dulces perfumes de su rosaleta”¹⁵. Aumentar la fe sólo es posible quitando los obstáculos que se interponen. Entendida así, la fe deja entonces de ser una mera hipótesis intelectual y pasa a ser una realidad viva, que actúa de motor y de Luz para guiar hacia la Presencia. Pero ésta sólo puede ser experimentada cuando ya no hay dudas que la velan. En otras palabras, no se trata de resolver del todo las dudas, cosa que no es posible, como condición previa para creer y empezar entonces el trabajo, sino de empezar el trabajo y vaciar el corazón de cualquier duda, persistiendo en ello hasta obtener los resultados garantizados de antemano según todos los autores sufíes. Ibn ‘Arabī cita, en relación a esto, las palabras del primer califa, Alí: “La fe es como un punto blanco que, al aumentar, va limpiando la negrura del espíritu, hasta dejarlo limpio por completo” y dice que cuando esto sucede desaparecen los velos y aparecen las contemplaciones espirituales y místicas¹⁶. Es aquí donde el “como si” cobra su pleno sentido. Y la técnica que permite realizar este trabajo de vaciamiento es la del Recuerdo o *dhikr*, técnica fundamental del método sufi que se examinará más adelante.

También más adelante veremos la danza sagrada de los sufíes, el *samāʿ*, uno de cuyos rituales preparatorios es el de pisar el pie izquierdo con el derecho, acción que el danzante realiza antes de empezar su giro y que simboliza precisamente “pisar” la duda.

La creencia, por tanto, tiene un primer efecto de dar un sentido a la vida, pero es cuando interviene el elemento dinámico de la voluntad que alcanza toda su profundidad operativa y transformante. El estudio de la doctrina es necesario para una primera integración del alma y para liberarla de ciertas tensiones, sin embargo, no puede por sí sólo transformarla. Según Burckhardt, puesto que la inteligencia doctrinal es esencialmente estática, para lograr transformar realmente al alma necesita del concurso de la voluntad, que representa el elemento dinámico de la vía. Y la voluntad debe conformarse a la virtud espiritual, que representa una especie de concentración latente del alma, una base sólida y natural de la concentración directamente operativa, cuyo objetivo es atravesar el velo de la conciencia continuamente absorta en el mundo de las formas¹⁷.

Esta concentración operativa, por tanto, puede atravesar todas las formas mentales (entre las cuales están las dudas) a las que se apega el alma sólo si ésta se concentra en un “foco” de atención trascendente. Valgan aquí las palabras de la filósofa neoplatónica Iris Murdoch, citada anteriormente, según la cual es el apego a lo que existe fuera del mecanismo de la fantasía, que nos va a liberar del mismo, ya que no es el examen del propio mecanismo lo que libera. Para salir de la fuerza centrífuga de este oscuro sistema de energía al que la autora llama fantasía, hay que usar, por así decirlo, la idea de un “objeto” trascendente, que es en cierto sentido misterioso¹⁸. Así, aunque el alma no pueda describir a Dios, y por tanto su esencia misteriosa se escape a la intelección, sí puede sin embargo concentrarse plenamente en Él. Y esta concentración es según el sufismo el medio más efectivo para librarse del egoísmo.

Se recordará también aquí el ejemplo del método de reeducación psico-física conocido como ‘técnica Alexander’, que es una aplica-

ción de este mismo principio pero en el plano de la relación mente-cuerpo. F. M. Alexander, cuando todavía era actor de teatro, no podía evitar que ante el estímulo de querer hablar se disparara su hábito perjudicial de poner tensión en la zona del cuello, lo que provocaba su afonía. Después de largas investigaciones consigo mismo desarrolló un método centrado en la instrucción consciente: recordando las direcciones vertical y horizontal del cuerpo, es decir, pensando que su espalda se alargaba y se ensanchaba y su cabeza se iba hacia arriba y adelante, conseguía inhibir los estímulos causantes de la tensión muscular. No se trataba de ‘hacer’ nada con su cuerpo, ni de concentrarse en sus percepciones sensoriales, pues como se vio éstas le indicaban erróneamente que no había tensión, mientras que el espejo le mostraba lo contrario, sino que se trataba de ‘dejar de hacer’, y esto lo conseguía pensando o recordando las direcciones. Vemos por tanto también aquí una aplicación en el plano físico del cuerpo del uso consciente de la voluntad para centrar la atención en un foco trascendente, orientación que inhibe los estímulos causantes de la tensión y encauza las energías subyacentes hacia un uso consciente de sí mismo. Dada la concepción sufi de la Unidad del Ser, se puede decir que esta técnica se basa en cierta manera en el mismo principio espiritual contenido en el hadiz del *ihsān*. Adorar a Dios como si se le viera, recordarlo y concentrarse plenamente en Él, es así el núcleo de la técnica del *dīkr* o Recuerdo de Dios, técnica esencial uno de cuyos efectos es, como veremos, el de inhibir las reacciones compulsivas del *nafs*.

El punto relevante es que ningún sufi ha empezado el trabajo sin una mínima fe inicial, aunque ésta fuera al principio débil y tomada como ‘hipótesis de trabajo’. Luego, con el trabajo espiritual, empiezan a llegar las contemplaciones y las revelaciones y con ellas se refuerza la hipótesis espiritual y se hace más fuerte la creencia. Este planteamiento es común también a otras tradiciones espirituales; Huxley, por ejemplo, aboga por trabajar al principio como si de una hipótesis de trabajo se tratara, de igual forma que lo hace el método científico, pues es necesaria una mínima hipótesis de trabajo para llegar a tener experiencias relevantes. Huxley redactó su hipótesis en términos utilizados por las religiones orientales, sin embargo su

planteamiento es relevante debido a la proximidad con el punto que nos ocupa. Su hipótesis fue la siguiente: “Que existe una Divinidad, un Fundamento, *Brahman*, Clara Luz del Vacío, que es el principio no manifiesto de todas las manifestaciones; Que ese Fundamento que cimienta el ser es a un tiempo trascendente e inmanente; Que es posible que los seres humanos amen, conozcan y, a partir de la virtualidad, lleguen a ser idénticos al Fundamento divino; Que lograr ese conocimiento unitivo de la Divinidad es la finalidad y el propósito de la existencia humana; Que hay una Ley o *Dharma* que ha de ser obedecida, un Tao o Camino que ha de ser recorrido, si los hombres han de alcanzar esa finalidad; Que cuanto más haya del yo, menos habrá de la Divinidad; que el Tao es por consiguiente una vía de humildad y de amor, el *Dharma* una ley viviente de mortificación y de conciencia autotrascendente”¹⁹.

Relación entre doctrina y método: grados de la gnosis y proceso ascético-místico

El sufismo se compone básicamente de doctrina y método. La doctrina es esencial, ya que proporciona una orientación y dirección iniciales y favorece así una primera integración entre la mente y el ser del hombre. Según Nasr, la persona que es propensa a pensar y a aprender, y que quiere conocer las causas de las cosas, sólo puede empezar a seguir la senda espiritual si se le presenta una doctrina sobre la naturaleza de la realidad, donde estén interrelacionadas distintas áreas, y así su necesidad de causalidad queda colmada. La doctrina sufí se presenta al hombre de mente confundida como un conocimiento teórico de la estructura de la realidad y del lugar del hombre en ella. Es en sí misma fruto de la visión espiritual de sabios a los que, habiendo logrado el estado de totalidad, les ha sido dada una visión del todo. Y a su vez es el medio por el que otros pueden ser conducidos a la totalidad. Así pues, esta doctrina se encuentra al principio y al final del camino espiritual²⁰. En los dos primeros apartados se expusieron algunos puntos de la doctrina sufí, la cual comprende una metafísica, una cosmología, una psicología y una escatología.

De la metafísica vimos la doctrina de la unidad o *tawhīd*, que es su eje central, así como los planos del ser.

Respecto a la cosmología, es necesario decir en primer lugar que la cosmología sufi se centra en los aspectos cualitativos y simbólicos de las cosas, y no en sus aspectos físicos o químicos. Las cosas pierden así su opacidad habitual y se insertan en un mapa de relaciones y significados. La cosmología sufi ofrece por tanto un plano para que el hombre pueda orientarse en su viaje, y muestra la interrelación y la unicidad entre todas las cosas. Más adelante, en el punto sobre el *Tafakkur* se verán más detalles sobre este planteamiento.

En cuanto a la psicología, hemos tratado de los grados de desarrollo del alma. La psicología sufi presenta también un plano del viaje del alma hacia su propio centro. Prepara al viajero para el sufrimiento del necesario «descenso al infierno» antes de su subida hacia el «purgatorio» y finalmente al «paraíso», etapas que se corresponden con los grados de desarrollo del *nafs* y con las distintas estaciones espirituales. Esta exposición previa tiene el efecto de integrar el plano mental y el psíquico antes de emprender el auténtico viaje. Un aspecto de extrema importancia en relación con el objetivo del presente estudio es que, en palabras de Nasr, “debe recordarse que el sufismo contiene un método completo de curar las enfermedades del alma y, de hecho, tiene éxito allí donde tantos métodos psiquiátricos y psicoanalíticos modernos, con todas sus extravagantes pretensiones, fallan. Esto se debe a que únicamente lo superior puede conocer lo inferior; sólo el espíritu puede conocer la psique e iluminar sus oscuros rincones y grietas. Sólo aquel cuya alma se ha integrado e iluminado tiene el derecho y los medios para curar las almas de los demás”²¹.

Finalmente, la escatología tiene el aspecto macrocósmico y el microcósmico. Este último se basa en el consejo del Profeta de morir antes de morir, que significa la muerte a la vida del alma compulsiva.

Vemos así la importancia de la doctrina en el papel de la integración del ser humano. Sin embargo, como apunta Burckhardt, la doctrina

es como una prefiguración simbólica del conocimiento que se debe alcanzar²². Es a través del método como se llega al descubrimiento real de las verdades cuyo conocimiento teórico comunica la doctrina. La doctrina, pese a su extrema importancia, por sí sola no es suficiente. De hecho, sin un método espiritual auténtico demasiado estudio de la metafísica sufi sólo puede causar una mayor separación entre la mente y el resto de la propia naturaleza y volver así más difícil la integración final del ser total del hombre. Por esto doctrina y método van siempre combinados en todos los caminos espirituales íntegros, como un par de piernas con que debe el hombre emprender su viaje espiritual²³.

En el Islam, pues, conocimiento y *praxis* nunca son dos realidades desligadas entre sí. Al examinar la raíz lingüística árabe de ambos términos descubrimos una proximidad que no es casual, como señala Beneito: “En la tradición islámica —y más entre sufíes— la noción de ‘ciencia’ (*‘ilm*) está indisociablemente unida a la noción de *praxis* (*‘amal*). Ambos términos árabes tienen las mismas letras en sus morfemas radicales (‘-l-m / ‘-m-l), lo cual propicia su asociación”²⁴. Por eso Ibn ‘Arabī, en su descripción del proceso de adopción del nombre *al-Hakīm* (el Sabio) dice lo siguiente: “Aquel a quien es dado conseguir el conocimiento (*ma‘rifa*) de estas cosas, tanto por lo que se refiere a la adquisición de las ciencias (*‘ulūm*) como a la aptitud para enseñarlas (*ta‘līm*) y a la capacidad de realizar las obras (*a‘māl*) que de ellas se derivan, así como la habilidad de invocar a Allāh escogiendo el nombre adecuado (*ism munāsib*) que a cada necesidad en particular corresponde de modo específico (*tajāsīs*), tal siervo ha adoptado entonces los rasgos característicos de este nombre”²⁵. Es decir, la adquisición del conocimiento tiene sentido con relación a su aplicación práctica.

El método del sufismo es, por tanto, esencialmente operativo. Vemos que según el sufismo existe un tipo o nivel de conocimiento inicial que enseña cuál es el camino a seguir y que debe conducir al nivel del conocimiento real, el cual se identifica con la Verdad. Así, la vía que lleva de uno a otro nivel es la vía o sendero espiritual, donde la ascesis, el conocimiento y los estados místicos se van entrelazando.

El primer tipo de conocimiento, dice Rūmī, es el que proporciona la Ley religiosa, la cual es como una candela que enseña el camino²⁶. Se trata de la doctrina que presenta una cosmovisión y un camino a seguir. A este tipo correspondería, por ejemplo, la explicación que el califa Omar dio al embajador de bizantino sobre las etapas o moradas del camino espiritual: “Omar le recordó los estadios que atraviesa el alma y los viajes del espíritu, y el Tiempo vacío de tiempo, y la estación de santidad que siempre es majestuosa, y la atmósfera donde el Simurg del espíritu ha volado y experimentado la gracia divina²⁷. Este primer tipo de conocimiento, que es la doctrina, consiste en una visión de la montaña a la que hay que subir y señala la ruta como si de un mapa se tratara. Sin embargo, de la misma manera que el mapa no es el territorio, este conocimiento sobre el camino tampoco es el camino en sí. El camino en sí, afirma Rūmī, sólo lo puede hacer uno mismo andando por él (la *ṭarīqa*), y llegar al término de dicho camino es llegar a la Verdad (la *Ḥaqīqa* y la *Maʿrifā*): “Cuando has entrado en el camino tu caminar es el Camino, y cuando has llegado al término del viaje es eso la Verdad”²⁸.

Rūmī compara los tres momentos, eso es, la Ley, el Sendero y la Verdad con las ciencias de la alquimia y de la medicina: “En fin, la Ley es como aprender la teoría de la alquimia con un maestro o un libro, y el Sendero es el hacer uso de productos químicos y el frotar el cobre contra la piedra filosofal, y la Verdad es la transmutación del cobre en oro. [...] O bien puede ser comparada la Ley con el aprender la ciencia de la medicina, y el Sendero con el regular su régimen alimentario según la medicina y el tomar remedios, y la Verdad con el alcanzar salud perpetua y el llegar a estar independiente de los dos”²⁹. Así, cuando se llega a la Verdad, ya no son necesarios los dos anteriores: “Como cuando el cobre se vuelve oro o era originalmente oro: entonces no le hace falta la alquimia que es la Ley ni le hace falta frotarse contra la piedra filosofal, lo cual es el Sendero”³⁰. Y cuando el ser humano muere, solo permanece la Verdad. Resumiendo el proceso, primero está la Ley o conocimiento que ilumina el Sendero, luego está el seguir el Sendero, que es la acción, la cual lleva finalmente a alcanzar la Verdad, que Rūmī identifica con el llegar a Dios³¹.

Por su parte, Ibn ʿArabī habla de tres niveles de conocimiento: en primer lugar está el conocimiento del intelecto (*ʿilm al-ʿaql*), que se obtiene por evidencia inmediata, como las leyes de la lógica basadas en el principio de no contradicción, o bien tras la indagación de un indicio demostrativo (*dalīl*). El segundo nivel es el del conocimiento de los estados, que sólo puede adquirirse a través de la experiencia inmediata (*dawq*). No puede describirse intelectualmente, de la misma manera que pasa con la dulzura de la miel, pues sólo se puede conocer experimentándola directamente³². Cabe recordar aquí que el sufismo ha sido descrito a menudo como un «sabor»³³. Y, finalmente, el tercer nivel de conocimiento es la ciencia de los secretos, la cual está por encima del estadio del intelecto. Ibn ʿArabī señala que este conocimiento es infundido por el Soplo del Espíritu Santo en el corazón, y es propio de los profetas y de los Amigos de Dios³⁴.

Hay otra clasificación sobre los grados del conocimiento místico bastante común en el sufismo, y es la de los tres grados de certidumbre. La Verdad divina está simbolizada aquí por el fuego como elemento. Así, en primer lugar está la «Ciencia de la Certeza» (*ʿilm al-yaqīn*), que consiste en la certeza obtenida al escuchar una descripción del fuego. La doctrina mística corresponde a esta Ciencia. Ésta conduce a la «visión de certidumbre» o «Ojo de la Certeza» (*ʿayn al-yaqīn*), que se compara con la visión de las llamas y que es el grado del conocimiento por el Corazón, y por tanto la estación de los gnósticos. Y finalmente está la «Verdad de la certeza» (*ḥaqq al-yaqīn*), que se compara con la certeza que proviene del hecho de ser consumido por las llamas, que es el lugar reservado a los amigos de Dios y la estación asociada al estado de extinción (*fanāʾ*) de toda alteridad, único medio de realizar la Identidad suprema³⁵. El místico sufi Ḥallāwī simbolizó este proceso como el comportamiento de una mariposa nocturna que experimenta *ʿilm al-yaqīn* cuando ve la luz de la vela, *ʿayn al-yaqīn* cuando se aproxima a ella y siente su calor, y *ḥaqq al-yaqīn* cuando finalmente es quemada y consumida por la llama³⁶. Y Rūmī, refiriéndose a esta misma llama, dijo: “No podrás vivir sin la llama, cuando conozcas el éxtasis del ardor”³⁷.

Finalmente, está también la clasificación que relaciona los tres grados de la *gnosis* con los tres grupos de gnósticos: el conocimiento común, el de la élite, y el de la élite de la élite³⁸.

Según todas estas clasificaciones, el conocimiento gnóstico no se obtiene sin esfuerzo y sin la gracia divina, es decir después de haber seguido el camino de la ascesis y las prácticas devocionales y haberse purificado de toda mancha del egoísmo, pues sólo en este estado de humildad se es digno de él; si la mente no es humilde, no puede llegar a lo sagrado. Esto significa que mientras el alma esté dominada por el *nafs* todo su conocimiento será superficial; su intelecto estará al servicio del egoísmo y no de la Verdad. Por tanto, la primera etapa por la que tiene que pasar todo buscador consiste en librarse en la medida de lo posible del egoísmo y llegar al estado de humildad. Por eso, como ya se ha visto más arriba, el Corán establece la meta de la purificación como el auténtico triunfo del ser humano en el mundo: “Habrá triunfado quien se purifique”³⁹. Vemos así que se trata de un proceso que consiste en quitar, más que en añadir. Ibn ‘Arabī señala al respecto que sólo la purificación hace aflorar la esencia del ser humano, y que ésta es en sí misma virtuosa: “Perfeccionar los nobles caracteres consiste en despojarlos de cuanto ocasionalmente pudiera envilecerlos, pues los caracteres sólo son viles por accidente, siendo nobles por esencia”⁴⁰. Por su parte, Gazālī dice que el amor a Dios, fruto del conocimiento de Él, no puede tomar posesión del corazón del hombre hasta que éste es purificado del amor al mundo, purificación que sólo puede ser efectuada por abstinencia y austeridad⁴¹.

Por tanto, el conocimiento esencial o sagrado, que corresponde, como hemos visto, a la Verdad (según Rūmī) o al tercer nivel de conocimiento (según Ibn ‘Arabī), se obtiene necesariamente a través del proceso asceticomístico, donde conocimiento y *praxis* se van entrelazando hasta que el buscador llega al final del camino, eso es, a la Verdad o, en términos de Ibn ‘Arabī, a la “intuición esencial”. Según Rūmī, “la sapiencia es el resultado del ascetismo pasado. El ascetismo es el penoso trabajo del sembrar, la sapiencia es el crecimiento de la semilla”⁴².

Cabe recordar aquí que esta concepción coincide con la identificación platónica entre virtud y conocimiento, según la cual sólo al alma purificada por la práctica de la virtud y el ejercicio de la filosofía le es posible acceder a un mundo de realidad más allá de la percepción de los sentidos. En el siguiente punto se verá que la exposición de los estados espirituales en el sufismo es inseparable del de las virtudes. La meta del sufismo no es poseer una virtud determinada, sino llegar a la unión con el Amado. Pero para alcanzar lo trascendente, más allá de las virtudes, el hombre debe primero poseer las virtudes; para alcanzar la estación del aniquilamiento y subsistencia en Dios el hombre debe haber atravesado ya el resto de estados y estaciones⁴³.

Así, Rūmī señala que este proceso es gradual y que no se puede pretender llegar apresuradamente al final sin un duro combate ascético: “La luna nueva está interiormente libre de la imperfección: su imperfección aparente es un crecer gradual [...]. Dice con consideración detenida: «Oh necio arrebatado, (sólo) paso tras paso se puede subir al techo». Deja que llegue gradualmente a hervir el puchero como lo hace un hombre ducho; el estofado cocido con precipitación loca no es de ningún provecho. [...] ¿Por qué se hace en nueve meses la creación de un niño? Porque lo gradual es un rasgo característico de aquel Rey, [...] no como tú, oh hombre necio, que te has precipitado hacia adelante ahora mismo: eres un niño y te has hecho pasar por un Anciano. Has subido apresuradamente cual (vástago de) calabaza a la cumbre de todos: ¿dónde están la guerra y el combate (que hubieran sido necesarios) para sostenerte?»”⁴⁴.

Ibn ʿArabī describe el proceso ascético-místico así: “El fenómeno místico, que en lo interior del hombre se da, es paralelo y se corresponde con el fenómeno ascético que en su exterior aparece. El acto de lo interior es una intuición o experiencia viva del espíritu. El acto de lo exterior es un ejercicio práctico de virtud, de que el espíritu está revestido. Pero de ambos, el primero es de dos clases: hay una intuición o experiencia espiritual, que consiste en una revelación divina y de la cual se engendra el acto exterior o ascético; y hay otra intuición que a su vez se engendra del acto exterior. Esta segunda intuición, si

bien la examinas, encontrarás que, a su vez, produce como consecuencia otro acto ascético exterior. De modo que todo fenómeno místico participa o pertenece en común a dos fenómenos ascéticos: al que lo ha engendrado y al otro que es consecuencia suya. Este es el proceso del camino espiritual, hasta que el alma llega a una intuición, tras la cual ya no existe acto ascético exterior. Esa última intuición es la intuición esencial”⁴⁵.

Rūmī describe de forma similar el proceso, pues en primer lugar está un primer conocimiento que impulsa al ser humano a practicar actos de devoción y renuncia, es decir, ascéticos, luego y a consecuencia de estos viene un segundo tipo de conocimiento: “Pues el devoto ha conquistado su fervor por medio del conocimiento, y la devoción sin conocimiento es imposible. ¿Qué es la devoción? Renunciar al mundo y tender a la sumisión a Dios y al otro mundo: eso es la devoción. [...] Este proceso implica el conocimiento, sin el cual es imposible la devoción. Por consiguiente, el verdadero devoto es a la vez sabio y devoto. Es verdad que este sabio vale más que cien devotos, pero no se ha comprendido el sentido de estas palabras. El conocimiento es algo que Dios da a alguien después de la devoción y el conocimiento anterior. El segundo conocimiento es fruto del primer conocimiento simultáneo a la devoción. Un sabio así vale ciertamente más que cien mil devotos”⁴⁶.

Por su elocuencia, merece la pena describir el proceso en palabras de un autor no sufí, Huxley, ya citado: “Y es que a medida que renunciamos a la vida del yo [...], a medida que abandonamos lo que los místicos alemanes llaman el «yo, mi, me» nos hacemos progresivamente capaces de recibir la gracia. Mediante la gracia se nos permite conocer la realidad de forma más completa, y este conocimiento de la realidad nos ayuda a renunciar más aún a la vida del ego; así, sucesivamente, en una creciente espiral de regeneración e iluminación. Nos volvemos diferentes de lo que éramos y, al ser diferentes, dejamos de estar a merced de un destino que, en tanto seres «naturales», no regenerados, nos habíamos forjado por medio de nuestros malos pensamientos y nuestros malos actos”⁴⁷.

Estados y estaciones espirituales

Vimos que el sufismo conserva la concepción tradicional del hombre como compuesto de cuerpo, alma y espíritu. Así, el alma es la materia del trabajo espiritual, aquello que se debe transformar o, hablando en términos alquímicos, es el plomo que debe ser transformado en oro. Y a medida que evoluciona, el alma va adquiriendo las virtudes espirituales, las cuales se identifican con las clásicas estaciones espirituales en el sufismo. El camino sufi puede ser descrito así como un viaje, y el sufi como un viajero (*sālik*) que avanza en lentas etapas (*maqāmāt*) a lo largo de un camino (*ṭarīqa*) hacia la meta de la unión con la Realidad (*fanā' fi l-ḥaqq*)⁴⁸. En uno de los más antiguos textos autorizados, el *Kitāb al-lumá'*, el sufi Abū Naṣr al-Sarrāy enumerar siete principales estaciones espirituales (*maqāmāt*), que se han hecho famosas en el sufismo posterior y que son las siguientes: el arrepentimiento (*tawba*), la abstención o abstinencia (*wara'*), el ascetismo o renuncia (*zuhd*), la pobreza (*faqr*), la paciencia (*ṣabr*), la confianza en Dios (*tawakkul*) y el contento o satisfacción (*riḍā*)⁴⁹.

Estas estaciones tienen una correlación con los tres grandes momentos o grados de evolución del alma según la terminología coránica que se describieron anteriormente: *al-nafs al-ammāra*, el alma que suscita el mal o «el alma que manda», es decir, el alma pasional y egoísta, *al-nafs al-lawwāma*, el alma que (se) culpa por sus defectos o «el alma que censura» y *al-nafs al-muṭma'inna*, el alma en paz o «el alma apaciguada», es decir, el alma reintegrada al Espíritu. Así, las estaciones son las virtudes que el alma va adquiriendo de forma permanente a medida que progresa. En el sufismo, por tanto, una virtud no es vista como un acto o un atributo externo, sino como una forma de ser, por lo que posee un aspecto ontológico definido.

Aunque en todas las descripciones de los distintos autores sufíes las características principales de cada estación son semejantes, el orden y el número pueden variar. Como dice Nasr, es lo mismo que querer describir el número de pasos que uno debe dar para escalar una montaña. Se conoce el principio y el final, así como las peculiaridades más

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, Huṡwīrī, 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 ‘Arabī 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 sufí egipcio *Ḍū l-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 Indulgéntísimo’ 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 (*ḍarar*) 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 *astagfiruLlāh*, 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

bien la puerta de entrada al camino, *ward'* es la primera estación donde empieza realmente el trabajo espiritual y la gradual toma de conciencia que aspira al conocimiento de la verdadera realidad.

La abstención surge naturalmente del temor a infringir inconscientemente las Leyes de la existencia. Esta noción de temor divino es de suma importancia y recibe el nombre de *taqwà*, que se traduce como “piedad”, “temor de Dios”⁷⁴, etc.; así, el *muttaqī* es “El que teme a Dios”, “El piadoso”. En el Corán múltiples versículos o aleyas hablan de este temor: “Pero la vestidura del temor de Dios, ésta es mejor”⁷⁵; “El [buen] fin es para los que temen a Dios”⁷⁶; “Y se les dirá a los que fueron temerosos (de Allāh): ¿Qué hizo descender vuestro Señor? Dirán: Bien. Los que hayan hecho el bien tendrán beneficio en esta vida inmediata, pero la morada de la Última es mejor. ¡Y qué excelente morada la de los temerosos (de Allāh)!”⁷⁷; “...Mi misericordia es omnímoda. Destinaré a ella a quienes teman a Dios”⁷⁸. Ibn ‘Arabī, basándose en esta última aleya citada dice lo siguiente: “Él ha restringido el alcance de Su gracia a quienes tengan temor reverente de Dios (*muttaqūn*), de modo que pedir que haga extensiva a ti Su gracia es como pedirLe que te permita llegar a ser uno de quienes tienen temor reverente de Dios”⁷⁹. Rūmī señala también esta relación entre el temor y la gracia divinos: “Es como la gente (de este mundo) que teme la pobreza, sumidos (como están) hasta el cuello en agua sucia. Si temieran al Creador de la pobreza, se les abrirían tesoros en la tierra. Por miedo a la aflicción están en la misma esencia de la aflicción: en su búsqueda de existencia (material) han caído en la no existencia”⁸⁰.

La *takwà* impulsa a practicar los actos de abstinencia, que son el primer paso en la vía sufí y, por tanto, también hacia la salud. Sin embargo, para desarrollarla es necesario, en primer lugar, como se ha visto, sentir la necesidad de un replanteamiento que lleve a una búsqueda, y en segundo lugar es necesario desarrollar una cosmovisión que dé sentido al sufrimiento y muestre el camino de liberación. De ahí la importancia de un primer acercamiento a la doctrina sufí, pues sólo mediante su estudio puede presentirse la existencia de un orden superior, divino.

Según varias aleyas del Corán este temor se funda en un conocimiento previo: “Y no enviamos Nuestros signos sino para infundir temor”⁸¹; “Realmente en esta Recitación hemos llamado la atención de los hombres con toda clase de ejemplos para que pudieran ser temerosos”⁸²; “En realidad sólo temen a Allāh aquellos de Sus siervos que tienen conocimiento”⁸³. Rūmī comenta la última aleya citada junto a un hadiz que señala también esta dependencia del temor respecto al conocimiento: “Esta humillación del yo nace del conocimiento de la majestad del Rey, porque (el Profeta ha dicho:) ‘Conozco a Dios mejor que tú y Le temo más que tú’, y Dios el Alto ha dicho: ‘Nadie teme a Dios sino aquellos de Sus siervos que poseen conocimiento’”⁸⁴. Vemos también una relación entre el temor y el recuerdo de Dios, pues sólo recuerda quien tiene temor: “Así pues, llama al Recuerdo, porque recordar beneficia. Recordará quien sea temeroso”⁸⁵; más adelante se desarrollará el tema del Recuerdo (*dikr*) y sus beneficios.

Cabe decir que el temor a Dios o *taqwā* es el único temor que el sufi considera legítimo. Dice Rūmī que “Dios hizo del temor la columna de este mundo: a causa del temor cada uno se ha dedicado al trabajo”⁸⁶. El sufi pretende reorientar este temor. Por ejemplo, como se ha visto en la cita de más arriba, según Rūmī no es legítimo temer a la pobreza pero sí en cambio temer al Creador de la pobreza. Sin embargo, para llegar a este punto es necesario como se ha visto un conocimiento previo.

Así pues, desarrollar una cosmovisión que lleve a la adquisición de la *taqwā* es lo que va a permitir cambiar realmente el estilo de vida causante de la enfermedad. Por ejemplo, el Corán declara implícitamente que la creencia en un elemento doctrinal como la idea del juicio final (Día de la Retribución) inspira un temor protector que sirve para refrenar el deseo: “Pero quien temió que habría de comparecer ante su Señor y refrenó su alma del deseo...”⁸⁷. Y Rūmī dice que sólo la abstinencia que surge de ese temor puede aplacar la lujuria: “La fogosa lujuria no se reduce satisfaciéndola; disminuye inevitablemente dejándola insatisfecha. Mientras seas como troncos en el fuego ¿cómo apagará la hoguera el que transporta leña? Cuando no echas más tron-

cos, el fuego se extingue, porque el temor de Dios lleva agua a las llamas. ¿Cómo va el fuego a ennegrecer el bello rostro de quien está sonrosado por el temor de Dios que habita en los corazones?”⁸⁸.

Las etapas de la abstención (*wara'*) y de la renuncia (*zuhd*) están ligadas también a los conceptos de esfuerzo y lucha, claves en el Islam. El temor o *takwā* ha orientado la dirección de la conciencia, sacándola del exterior y dirigiéndola hacia el interior, pues el aspirante se hace progresivamente consciente del enemigo interior o *nafs*. El trabajo consiste así en luchar contra las tendencias oscuras del *nafs*. Por ello las primeras etapas se relacionan con el grado intermedio de desarrollo del alma citado en el Corán como *al-nafs al-lawwāma*, «el alma reprobadora», que corresponde a la conciencia que observa las acciones del hombre y las controla⁸⁹.

Con relación a esto es necesario introducir aquí los términos *qabḍ* (contracción) y *bast* (expansión), que se encuentran frecuentemente en los tratados sufíes y que tienen su origen en los nombres o atributos divinos *al-Qābiḍ* y *al-Bāsiṭ* respectivamente. En las primeras etapas de la vía es necesario un esfuerzo inicial dirigido a suscitar un movimiento interiorizante, pues recuérdese que, en su estado de caída, el alma vive dispersa en el mundo exterior. Así, el sacrificio que conlleva la práctica de los actos ascéticos o de renuncia implica un movimiento de contracción (*qabḍ*) con miras a una posterior expansión (*bast*). Por tanto existe una relación entre el *qabḍ* del sacrificio y el *bast* del crecimiento, que corresponde al proceso ascético-místico. Lings observa que en árabe la palabra que indica el acto de aumentar de estatura (*tazkiyya*) significa también purificación. Es decir, sólo se puede crecer mediante la purificación, y este es el objetivo del *qabḍ*. El corazón está siempre en contacto con la Verdad, pero los canales que conducen al Corazón y provienen de él están obstruidos. El simbolismo de la poda, dice Lings, ilustra bien este principio, porque al podar, como hace el *qabḍ* al alma, se procede a un aminoramiento con vistas a un crecimiento que sobrepasará, con mucho, el estado que existía antes del sacrificio⁹⁰. Rūmī, dirigiéndose al Amado, dice: “yo menguo para que tu amor pueda aumentar y crecer”⁹¹.

Aunque prácticas como el ayuno o el retiro espiritual son los ejemplos más evidentes de *qabd*, entran también dentro de esta concepción todas las prácticas destinadas a la inhibición de los estímulos negativos internos y la abstención de las conductas derivadas de ellos. Una de ellas es la necesidad de hacer un uso responsable de los sentidos. El primer paso para efectuar la lucha contra las tendencias negativas del alma es evitar exponerse a situaciones que puedan romper la concentración del corazón. El sufismo preconiza así la necesidad de que el ser humano se responsabilice y haga un uso consciente de sus sentidos, gobernándolos y decidiendo a qué influencias o estímulos externos debe someterlos y a cuáles no. Como dice Rūmī, el Día de la Resurrección Dios dirá: ¿Dónde has derramado tus cinco sentidos? Has gastado ojos y oídos, intelecto y las puras sustancias celestiales: ¿qué has comprado en la Tierra?”⁹². La abstención comporta así apartarse en la medida de lo posible de las influencias negativas.

Sin embargo, no siempre es fácil discernir qué situaciones deben evitarse y cuáles no. Aquí es donde toma pleno sentido la necesidad de la Ley revelada y de las tradiciones proféticas. La falta de discernimiento sobre el curso de acción correcto es característica de las etapas iniciales y, por lo tanto, necesita ser compensada con las prescripciones escriturarias. Seguir la *sunna*, es decir, las orientaciones del Corán y el ejemplo de la vida del Profeta, es garantía de que no se estarán realizando actos que conlleven injusticia alguna oculta en su interior.

Por ejemplo, un *hadiz* da una regla de acción al advertir contra la curiosidad inútil: “Es signo de buen Islam el dejar lo que a uno no le concierne”⁹³. Y el Corán prescribe al mismo Profeta lo siguiente: “Y cuando veas a los que se burlan de nuestros signos apártate de ellos hasta que entren en otra conversación. Y si el Shaytán te hace olvidar, cuando recuerdes de nuevo, deja de permanecer sentado con la gente injusta”⁹⁴. El Corán advierte así de la conducta a seguir en caso de influencias que puedan afectar negativamente, en este caso en relación con el uso negativo del sentido del oído referido a escuchar las conversaciones de los ignorantes, pero todos los otros sentidos participan de esta concepción. Respecto al sentido de la vista, por

ejemplo, Ibn ʿArabī dice que “los sufíes, efectivamente, abominan de todo exceso en el mirar, lo mismo que abominan de todo exceso en el hablar [...]”⁹⁵.

El entorno puede ser así el causante de muchas de las patologías. El psicólogo Victor Frankl pone de manifiesto el influjo de los estímulos exteriores negativos y su capacidad para desencadenar estímulos similares en el interior del individuo. Concretamente señala la influencia nociva de la presencia de violencia en los medios de comunicación y en la industria del entretenimiento: “Diversos estudios clínicos han revelado los efectos contraproducentes observados en niños y adolescentes ante la violencia, brutalidad y sadismo que ven por televisión. Se han encontrado cientos de casos en los que la violencia en televisión ha causado efectos dañinos⁹⁶. El presidente de la Comisión de Causas y Prevención de la Violencia afirmó que «la dieta constante de conducta violenta en televisión provoca un efecto adverso en el carácter y las actitudes humanas». «Debería promoverse una reducción de la violencia presente en los medios de comunicación y entretenimiento», dice Jerome D. Frank⁹⁷. El *British Journal of Psychiatry* describe un experimento durante el cual se les mostraba a diversos «niños películas que contenían actos agresivos», y se encontró que «después de haber visto estas imágenes, aumentaba en exceso la tendencia a comportarse de forma agresiva, en comparación con la tendencia inicial»⁹⁸. John P. Murray, del Instituto Nacional de Salud Mental resume los resultados de unos cuantos estudios de la forma que sigue: «Asistir a violencia en televisión provoca que el espectador se vuelva más agresivo»⁹⁹.

Por tanto, los estímulos visuales desencadenan reacciones interiores. Se entiende que la ética en el sufismo y en el Islam en general no surge de una convención social, sino de un profundo conocimiento de las leyes del Ser, por lo que sus normas están basadas en los mismos principios que regulan la naturaleza. Así, estar sometido al influjo de palabras injustas es infringir estos mismos principios. Recuérdese, por ejemplo, el efecto perjudicial ya comentado que la palabra negativa tiene sobre el agua y, por tanto, sobre el cuerpo humano, según los experimentos del científico Masaru Emoto. Rūmī alude a un

símil astrológico para observar que las influencias negativas pueden corromper al corazón. En este sentido la abstención tiene un carácter preventivo: “El intelecto, por su propia naturaleza, ve el fin (la consecuencia); es el alma carnal la que no divisa. El intelecto vencido por la carne se transforma en ella; Saturno le da jaque mate a Júpiter y éste se torna desfavorable. No obstante, vuelve tu mirada hacia esa adversidad, contempla al Uno que te hizo infortunado. La mirada de quien observa este ir y venir atraviesa la influencia desfavorable y llega a lo favorable”¹⁰⁰.

La etapa de la abstinencia se relaciona con todo un concepto de vida en el sufismo, según el cual la vida es vista como una oportunidad para educar el *nafs*, por lo que el sufi debe vivir en el mundo y no de espaldas a él. El influjo de los estímulos externos hace que las tendencias egoístas salgan a la superficie; las situaciones cotidianas se presentan así como oportunidades para la educación y corrección de aspectos negativos del carácter. Vimos asimismo la concepción según la cual las situaciones exteriores que vive una persona están condicionadas por su interior, por lo que, cuando estos aspectos son transformados, las situaciones que servían de espejo dejan de presentarse¹⁰¹.

Rūmī, en su explicación del hadiz ‘No hay monacato en el Islam’, dice lo siguiente: “No te arranques las plumas, sino desapega de ellas tu corazón, porque el enemigo es la condición necesaria para esta Guerra Santa. Cuando no hay enemigo es inconcebible esta Guerra Santa. No tienes concupiscencia: no puede haber obediencia (abnegación del yo). No puede haber dominio de ti mismo cuando no tienes deseos; cuando no hay adversario, ¿qué falta hace tu fortaleza? Oye, no te castres a ti mismo, no te hagas monje, porque la castidad es prenda preñada de concupiscencia (no vale nada la virtud sin la tentación). Sin la sensualidad es imposible prohibir la sensualidad: no se puede demostrar heroísmo contra los muertos. [...] Igualmente, puesto que el Rey ha dado el mandato “Absteneos”, tiene que haber algún deseo del que deberías apartar tu cara. Por ende, [cuando Dios dice] “Comed” es por motivo del lazo del apetito; después hay “No os excedáis”: eso es la templanza”¹⁰².

La abstención del deseo es así como un ala que permite ascender hacia la Realidad. Esto es, dice Rūmī, porque los deseos por las cosas del mundo son en verdad actos de glorificación a cosas inexistentes, a fantasmas, ya que los fenómenos son sólo reflejos de la luz de Dios: “La reverberación de la luna apareció en un pozo y él metió la cabeza dentro y glorificaba (al reflejo). Su alabanza pertenece a la luna, no al reflejo, la loa se convierte en impiedad cuando se comprende mal el tema; ese audaz se desvió por (su) perdición: la luna estaba arriba y él creía que estaba abajo. Las personas se distraen con estos ídolos y luego se arrepienten del deseo que se han permitido, porque se permiten ansiar un fantasma y permanecen más alejados de la realidad (que antes). Tu anhelo de un fantasma es como un ala para que con ella puedas ascender a la Realidad. Cuando te consientes un deseo, tu ala se cae, te quedas lisiado y el fantasma huye de ti. La gente se imagina que está disfrutando: está arrancándose las alas por un fantasma”¹⁰³.

Un *ṣayy* sufi actual, Khaled Bentounès, dice lo siguiente sobre el camino sufi: “Podemos afirmar que se trata de un camino activo, es decir, que para orar, meditar o buscar a Dios, no es necesario que nos aislemos del mundo, excepto ocasionalmente con motivo de un retiro espiritual. Tenemos que cumplir nuestros deberes con la sociedad. Ésta es la razón por la que el *taṣawwuf* (el sufismo) recomienda que se viva la experiencia de un hombre corriente, que se acceda al matrimonio, que se tengan hijos, etc. La enseñanza privilegia a aquellos que se encuentran «en la lucha» diaria, a los que no están en retiro. Éste es el sentido que encierra el *jihād*, piedra angular de la tradición islámica y que alimenta tantos malentendidos”¹⁰⁴.

La noción de lucha contra el egoísmo es así central en el Islam. Según Lings, la clave del significado interior de todos los versículos del Corán que se refieren a la guerra santa (*jihād*) y a los infieles se encuentra en un conocido hadiz citado a menudo por los autores sufíes: un día, al volver de una batalla contra los infieles, el Profeta dijo: «Volvemos de la pequeña guerra santa a la gran guerra santa». Sus compañeros preguntaron: «¿Qué es la gran guerra santa?», y res-

pondió: «La guerra contra el alma». Así, dice Lings, se trata de la lucha contra los infieles del interior, es decir, contra los elementos rebeldes y no musulmanes del alma¹⁰⁵.

Rūmī dice lo siguiente respecto a esta lucha: “Cuando regresé de la contienda exterior, me volví hacia la interior. Hemos vuelto del *ḡihād* menor y nos dedicamos, junto al Profeta, al *ḡihād* mayor. Le ruego a Dios que me dé fuerzas, auxilio y triunfo para arrancar con una aguja esta montaña Qaf. No le des importancia al león que rompe las líneas enemigas; el verdadero león es quien se conquista a sí mismo”¹⁰⁶.

Los textos sufíes utilizan a veces la imagen de la doma del caballo o del perro, que reproduce de manera muy fiel la actividad del sufi. Por ejemplo, Rūmī dice: “Por ello doma al caballo (para que no tenga) malas costumbres; de lo contrario será rechazado ante el Rey”¹⁰⁷. Así, las facultades inferiores no deben ser suprimidas, sino controladas y dominadas a fin de que sirvan en el camino que conduce a Dios. Encontramos en el Corán múltiples referencias a este hecho, desde la vara de Moisés que le servía de apoyo, pero que también se podía transformar en serpiente, uno de los símbolos del *nafs*, que se comía las falsedades creadas por los magos del Faraón, hasta los genios que estaban al servicio del profeta Salomón. Según Nicholson cuando los sufíes dicen «Muere antes de morir», no quieren afirmar que el yo inferior pueda ser destruido esencialmente, sino que puede y debe ser purgado de sus atributos, que son completamente malos. Estos atributos —ignorancia, orgullo, envidia, falta de caridad, etc.— se extinguen, y son sustituidos por las cualidades opuestas, cuando la voluntad se somete a Dios y cuando la mente se concentra en Él. Por consiguiente, «morir para uno mismo» es «vivir en Dios»¹⁰⁸. Y Schimmel cita una elocuente historia sobre el profeta Muhammad, en la cual la palabra que se utiliza para designar las «cualidades inferiores, los instintos», es *ṣaytān*, «Satán», que puede asociarse al *nafs* inferior: “Preguntado Muhammad por la manera en que se comportaba su *ṣaytān*, respondió: «*Aslama ṣaytānī*»; mi *ṣaytān* se ha hecho musulmán y hace todo lo que yo le ordeno”. Es decir, todas las facultades inferio-

res de Muhammad, todos sus instintos, habían sido transformados en instrumentos útiles para servir a Dios¹⁰⁹. Recuérdese una vez más que los atributos negativos consisten, en realidad, en un desarrollo incompleto, desequilibrado y mal orientado de los nombres o atributos divinos, y que uno de los propósitos de camino sufi es el de transformar los rasgos de carácter censurables en rasgos loables.

Por otra parte, como se ha comentado anteriormente, la conciencia de ser visible para Dios implica una atención sobre la conducta, lo que significa también un esfuerzo personal. Aquí toman pleno sentido las palabras de Ibn ʿArabī: “Si tienes conocimiento de que eres visible objeto de contemplación para Él, esfuérzate pues, de modo que Él no te vea en cuanto te ha prohibido, ni te pierda de vista en cuanto te ha ordenado”¹¹⁰. Beneito señala que no es casual que Ibn ʿArabī emplee el término *īṭahid*, de la misma raíz que *īḥād*, al comentar el nombre de *al-ṣāhid*, ‘testigo’ (significado etimológico de ‘mártir’). Ibn ʿArabī alude pues al combate interior que el esfuerzo personal (*īṭihād*) implica¹¹¹.

También Lomba recalca este aspecto del esfuerzo como noción central en el Islam: “De todo ello se desprende una categoría básica en el Islam que resulta ser el alma de toda actividad posterior de la cultura islámica, incluida la filosofía: el *īṭihād* o esfuerzo. La revelación no es un algo dado que se haya de aceptar pasivamente: exige esencialmente un esfuerzo denodado, extremo, del creyente en todos los niveles: moral, político, cognoscitivo”¹¹².

Todo este esfuerzo va dirigido esencialmente hacia dos grandes objetivos: la educación del deseo y el control de la ira. Como se ha dicho, una cosmovisión que lleve a un temor o *takwā* es el punto de partida para la abstinencia en ambos casos. Rūmī cita como parábola el ejemplo de un sufi que en medio de la ira logró dominarse por la visión de las consecuencias: “Aunque el sufi estaba en llamas con el enfado, sin embargo echó un ojo a la consecuencia. El primer rango en la fila sigue perteneciendo con éxito a aquel que no muerde el cebo y que ve el aprisionamiento en la trampa”¹¹³.

La inhibición de los estímulos causantes de la ira está directamente relacionada con la noción de paciencia, también clave en el sufismo. Ibn ʿArabī define la adopción del atributo divino de la paciencia por parte del ser humano de la siguiente manera: “El paciente (*al-ṣabūr*) de entre los siervos es quien, ante la nocividad o agresividad (*adāya*) de otros hombres (*jalq*) hacia él, se contiene a sí mismo absteniéndose (*ḥabasa nafsa-hu ʿan*) de cualquier represalia hacia ellos y de la venganza por el castigo —si fuera capaz de tal cosa—, o bien absteniéndose de maldecirles o desearles mal alguno —si no lo fuera— rogando por el contrario en estos términos: “¡Señor nuestro! ¡Perdona a los míos, pues son ignorantes!” En esto consiste pues la adopción de este nombre”¹¹⁴.

Rūmī aconseja así vehementemente la paciencia como medio de pulir el corazón y cita el ejemplo de los profetas: “Que aguantes con paciencia el que te deje maltrecho el hombre ignorante: dale palabras hermosas y disimula la razón que es divinamente inspirada. La paciencia para con los indignos es el medio para bruñir a los dignos: dondequiera que exista un corazón, la paciencia lo purifica. El fuego de Nimrod era el medio para hacer puro, bruñéndolo, el espejo de Abraham. La inicua falta de fe del pueblo de Noé y la paciencia de Noé fueron los instrumentos para bruñir el espejo del espíritu de Noé”¹¹⁵.

Y, en último término, la abstinencia tiene que operar especialmente en el ámbito interno del pensamiento automático, por ello concluye Rūmī que es el principio de la medicina: “Si te hallas completamente perplejo y apurado, ten paciencia: la paciencia es la llave del alivio. Abstente de pensamientos que te distraigan, abstente. El pensamiento es como el león y el asno salvaje y los corazones de los hombres son las selvas donde cazan. Los actos de abstinencia son superiores a las medicinas, pues rascar aumenta el picor. Sin duda la continencia es el primer principio de la medicina: abstente y contempla la fuerza del espíritu”¹¹⁶.

Para terminar este apartado es necesario comentar que no pueden considerarse como verdaderos actos de abstinencia aquellos cuya orientación no es propiamente la espiritual. Por ejemplo, un niño puede

contener sus ganas de llevar a cabo comportamientos indeseables y “prohibidos” por miedo a recibir las consecuencias por parte de sus padres o educadores; un conductor puede inhibir el deseo de pisar el acelerador por miedo a los radares que señalan el límite entre la velocidad permitida y la prohibida; una modelo puede contener su deseo de comida para mantener la línea dentro de los parámetros impuestos por la moda; un enfermo de hipertensión puede contener su ira por miedo a sus efectos sobre su presión arterial, etc. Todos estos actos en sí mismos implican un cierto uso de la voluntad para dominar e inhibir los impulsos internos, pero este dominio no es fruto de la creencia y esconde otros deseos. La abstinencia sólo llevará gradualmente a la salud cuando la intención sea purificada y sean actos hechos sólo para el desarrollo espiritual. Una persona que evite por ejemplo comer compulsivamente en público sólo por miedo a la censura social, puede dejar libre su impulsividad cuando se encuentre sólo. Por lo tanto, sólo el conocimiento de Dios y de sus leyes y el temor reverente (*taqwā*) que de este conocimiento se deriva es lo que va a proteger realmente a la persona de su *nafs* en toda situación, pues, como se dijo, el enemigo está en el interior. La intención es, por tanto, básica.

LA RENUNCIA O *ZUHD*

Las prácticas del método sufi son de dos categorías: ritos obligatorios para todos los musulmanes y ritos supererogatorios. Los primeros son los llamados cinco pilares del Islam, eso es, la *Šabāda* o profesión de fe, la oración ritual cinco veces al día, la limosna, el ayuno del mes de Ramadán y la peregrinación a La Meca si se disponen de medios materiales para realizarla. Los segundos consisten en ritos voluntarios que el sufi realiza con la esperanza de que sean un medio de acercamiento y de unión final con Dios. En relación a esto existe un hadiz *qudsi* ampliamente citado: “El modo más excelente que mi siervo tiene de acercarse a Mí es cumplir las obligaciones que le he impuesto. Pero mi siervo no cesa de acercarse a Mí mediante obras supererogatorias hasta que Yo le amo; y cuando le amo, Yo soy el oído con el que oye, la vista con la que ve, la lengua con la que habla, la mano con la que ase, el pie con el que camina”¹¹⁷.

Los ritos supererogatorios pueden considerarse así como una extensión o una intensificación de los ritos obligatorios, pues, por ejemplo, todos los actos de abstención y renuncia tienen cierta relación con el pilar del ayuno ritual. La renuncia puede verse como una continuación de la fase anterior de la abstinencia. Si bien aquella se centraba en aguantar el embate de los impulsos negativos e inhibir su expresión, esta fase de renuncia implica el uso de la voluntad para realizar las prácticas propias del método sufí relacionadas con la mortificación del *nafs*. El principio de la mortificación es que el *nafs* se deshabitúe de las cosas a las que está acostumbrado, que se la anime a resistir sus pasiones, se someta su orgullo y se le hagan pasar sufrimientos y tribulaciones para que reconozca la vileza de su naturaleza original y la impureza de sus actos¹¹⁸. Sin embargo, estos ritos no son un fin en si mismo sino tan sólo medios, ya que no hay que olvidar que los místicos sufíes no son simples ascetas sino que su motor es el amor, que es la fuerza que separa el verdadero misticismo del simple ascetismo.

La fase de la renuncia consiste así en renunciar a posibilidades de acción que son lícitas según la Ley pero cuya renuncia constituye un eficiente medio para el trabajo interior. Esta etapa se centra sobre todo en los ejercicios (*Riyāda*) ascéticos, que son básicamente el hambre, el sueño y el silencio. Estos tres elementos que caracterizan la conducta sufí están expresados en la antigua sentencia *qillat al-ṭaʿām, qillat al-manām wa-qillat al-kalām*, «poco alimento, poco sueño, pocas palabras». Y los primeros ascetas fueron descritos a menudo como *qāʾim al-layl wa-ṣāʾim al-dabr*, «pasando sus noches en oración, en postura erguida y manteniendo durante el día un ayuno perpetuo»¹¹⁹.

Para los sufíes estas son las prácticas más eficientes para dominear el *nafs*. Pero el ayuno, entendido como prolongación voluntaria del ayuno del Ramadán, es quizás el elemento más importante. Véanse a continuación las opiniones de distintos autores sufíes al respecto:

De los primeros sufíes, dice Schimmel que el primer místico en hablar de «la alquimia del hambre» fue Šaqīq al-Baljī, de la escuela ascética

de Jorasán, según el cual cuarenta días de hambre constante podían transformar la oscuridad del corazón en luz¹²⁰. Y al-Huṣwīrī llega a decir que “el ayuno es realmente abstinencia, y eso contiene todo el método del sufismo”¹²¹. Sin embargo, según al-Sarrāy, la posibilidad de ayunar no está al alcance de cualquiera sino que es una gracia de Dios, pues “el hambre es el alimento de Dios, mediante el cual da la vida al cuerpo de los hombres rectos”¹²².

Para Rūmī el ayuno tiene múltiples propiedades benéficas y se refiere a él en muchos pasajes de su obra. El hambre, dice, previene y protege de otras enfermedades y por ello es la mejor de las medicinas: “De estar ausente el hambre, a consecuencia de indigestión cien otras aflicciones levantarían en ti la cabeza [...]. La aflicción del hambre es más pura que (otras) aflicciones, en el hambre en particular hay cien ventajas y excelencias. El hambre es por cierto el rey de las medicinas: escucha, mete hambre en tu alma, no la mires con tal desprecio”¹²³. También señala Rūmī que la posibilidad de ayunar es un favor divino: “En verdad, al hambre no lo conquista cada cual, porque este es un lugar donde el forraje abunda excesivamente. El hambre es dado como dádiva a los elegidos de Dios para que con el hambre lleguen a ser leones potentes. ¿Cómo se le daría el hambre a cada palurdo pordiosero? Ya que no escasea el forraje se lo ponen delante, diciendo: “¡Come! Esto es todo lo que vales: no eres ave acuática, eres un ave paniega”¹²⁴. Según Rūmī el hambre es también uno de los medios para desarrollar el discernimiento, pues recuérdese que los sentidos del hombre dormido reflejan el error y lo llevan a una apreciación incorrecta de la realidad: “Cuando ocurre el destino, no ves más que la piel, el exterior: no distingues a los amigos de los enemigos. Ya que éste es el caso, comienza a suplicar humildemente; disponte a lamentarte, a glorificar a Dios y a ayunar”¹²⁵. En definitiva, estar vacío del alimento de este mundo es la condición previa a la iluminación, pues, «¿Podría la flauta sonar si su estómago estuviera lleno?», tal era la pregunta que Rūmī no dejaba de repetir¹²⁶. En realidad, para Rūmī “la nutrición original del hombre es la Luz de Dios: el alimento animal no es adecuado para él; pero, a consecuencia de su enfermedad, su mente ha caído en este (error) de comer día y noche agua y arcilla”¹²⁷.

Ibn ʿArabī pone en relación la práctica del ayuno con el objetivo señalado por el dicho profético de “morir antes de morir”. Así, clasifica en términos cromáticos los distintos tipos de muerte a la que es sometida el alma en su proceso de evolución, y llama “muerte blanca” al hambre (*yūʿ*), la practica de la contención que es el ornato de la Gente de Allāh¹²⁸.

Al-Sulamī, por su parte, dice que el ayuno previene de caer en la pereza que lleva a la muerte del corazón: “Una de las enfermedades del alma es la pereza (*al-kasal*), que es una consecuencia de la saciedad. Así es, cuando el alma está saciada, se vuelve fuerte, y cuando se vuelve fuerte encuentra satisfacción, y cuando ha encontrado satisfacción, vence al corazón. El remedio correspondiente es hacer pasar hambre al alma. Porque si el alma tiene hambre, su satisfacción desaparece y, desaparecida su satisfacción, se pone débil; y cuando se pone débil, la vence el corazón, y el corazón, cuando la vence, la lleva a obedecer y hace que desaparezca de ella la pereza. En este sentido dijo el Profeta —que Dios le prodigue bendiciones y paz—: «El ser humano no llena peor receptáculo que su vientre; pero como eso es necesario, un tercio tiene que ser para la comida, un tercio para la bebida, y el otro tercio, para el aliento (*nafas*)»”¹²⁹.

Y finalmente aportaremos el testimonio de Kubrā, según el cual la influencia negativa del *nafs* o alma inferior disminuye cuando se reduce el alimento, práctica que debe ser el primer esfuerzo en el camino: “El primero requiere disminuir el alimento de una manera progresiva, ya que el cuerpo, el alma (*nafs*) y el demonio encuentran apoyo en la comida. Cuando el sustento disminuye, su influencia se reduce”¹³⁰.

En relación a estas prácticas es necesario comentar un ejercicio espiritual adicional que es practicado por todos los sufíes: el *jalwā*, literalmente ‘soledad’, que consiste en el retiro o aislamiento intencional durante un período que puede variar de tres a cuarenta días, durante los cuales el aspirante espiritual ayuna desde la salida hasta la puesta del sol y se concentra en la repetida recitación de los nombres divinos y de fórmulas para evocar y conservar el recuerdo de Dios (*dikr*) y en

la lectura del Corán. Según Lings esta práctica constituye el *qabḍ* más riguroso del método sufi¹³¹. Aflākī nos aporta un interesante detalle histórico de la vida de Rūmī, según el cual éste realizó, bajo la dirección de su maestro Šams-i Tabrizī, tres retiros consecutivos de cuarenta días. El Šayj le propuso realizar un retiro de siete días, a lo que Rūmī respondió que fueran cuarenta. Entonces lo instaló en un local adecuado y cerró la puerta con llave. Se dice que no había otra cosa en la celda que un poco de agua para realizar las abluciones y unas hogazas de pan. Cuando pasaron los cuarenta días el Šayj abrió la puerta y lo vio en una tranquilidad perfecta, en el seno de la meditación y ocupado en la contemplación de las maravillas del mundo esotérico. Al no ver respuesta salió y cerró de nuevo la puerta dando comienzo a un nuevo período de cuarenta días. Y este proceso se repitió una tercera vez consecutiva¹³².

*La bella conducta y las bellas palabras:
no dejar sitio a la enfermedad*

El principio del “como si” implícito en el hadiz del *iḥsān* puede aplicarse también al ámbito de la conducta. Si la forma de la conducta es bella, entonces los contenidos negativos o expresiones del *naḥs*, fuente de enfermedades, no podrán manifestarse. De ahí la importancia de la disciplina, pues con ella se suavizan las formas de la conducta y se contiene la expresión de los impulsos negativos. Por ello Rūmī advierte que “el hombre indisciplinado no sólo se maltrata a sí mismo, sino que incendia todo el mundo”¹³³.

Si aplicamos este principio al nivel de la vida en general, vemos que cuidar la forma en que vivimos permite que todas las posibilidades positivas latentes, que son los atributos divinos, lleguen a tomar forma. En el interior del ser humano existen en estado de semilla todos los atributos positivos, como el amor o la compasión, pero para germinar y florecer necesitan de la estructura adecuada: hablar con bellas palabras, realizar bellas acciones, escuchar bellas músicas, etc. Es decir, si la forma es la correcta ya no hay lugar para la enfermedad.

Se trata, por tanto, de relacionarse con el lado bello de la existencia. Una forma externa bella y ordenada mantiene a raya la expresión de contenidos negativos, con lo que la enfermedad ya no encuentra lugar donde instalarse, y al final aquellos llegan a desaparecer. Esto implica también no dejarse llevar por las emociones negativas. Para hacer esto es necesario, sin embargo, un uso de la voluntad.

El uso de la voluntad para realizar conductas bellas permite así ir corrigiendo aspectos de la personalidad que se ven activados en distintas situaciones. En el sufismo, uno de los métodos más eficaces para redirigir estos patrones negativos es un uso consciente del lenguaje, es decir, la bella palabra. En varias aleyas del Corán se resalta la importancia del buen hablar: “¿Acaso no ves cómo Allāh compara la buena palabra con un árbol bueno cuya raíz es firme y cuyas ramas están en el cielo? Da su fruto en cada época con permiso de su Señor. Allāh pone ejemplos a los hombres para que así recuerden. Pero una mala palabra se parece a un árbol malo que está desenraizado sobre la tierra, sin estabilidad”¹³⁴; “Y di a Mis siervos que hablen con las mejores palabras, porque es cierto que el Šayṭān siembra discordia entre ellos”¹³⁵.

Según esta última aleya el lenguaje es una herramienta para luchar contra el *nafs*, que continuamente genera conflictos, y domarlo. El lenguaje es considerado así un elemento básico para la transformación interior. Desde el punto de vista de la medicina psicosomática moderna es bien sabido que las emociones negativas pueden causar enfermedades de todo tipo, baste recordar que una emoción sostenida de enfado, ira o rabia, por ejemplo, suele estar asociada a patologías relacionadas con la hipertensión arterial. Pero las emociones son reacciones del cuerpo ante determinados pensamientos, por lo que la modificación del pensamiento influye necesariamente en las emociones y por tanto en el cuerpo. Y una de las herramientas más eficaces para modificar el pensamiento es, según el sufismo, el lenguaje. La atención en el lenguaje impide así la manifestación de pensamientos negativos que produzcan emociones dañinas que a su vez pueden causar trastornos somáticos.

Rūmī dice que las palabras son útiles y beneficiosas, pues nuestras intenciones se manifiestan al exterior a través de nuestras acciones y palabras: “La palabra cuenta; es incluso muy útil. Si siembras sólo la almendra de un hueso de albaricoque, no brota, pero si siembras el hueso con la corteza, brotará. Sabemos que la forma exterior también cuenta”¹³⁶. Es decir, las palabras que usamos en nuestro hablar cotidiano son las formas que permiten a los contenidos potenciales albergados en ellas florecer. De nuevo se reasalta aquí la importancia de la justa relación entre forma y esencia.

La ciencia, de la mano del científico japonés Masaru Emoto, ha contrastado este principio mediante un experimento que consistió en someter muestras de agua destilada al influjo de distintas palabras. Posteriormente el agua era congelada y se fotografiaban los cristales que se habían formado. El resultado mostró que las palabras positivas formaban en el agua hermosos cristales de forma armónica y equilibrada, mientras que las palabras negativas formaban cristales desfigurados y de aspecto caótico. Emoto demostró con éste experimento que a través de la forma de las palabras, escritas o pronunciadas, se expresa el contenido emocional o mental latente albergado en ellas. Así, por ejemplo, la palabra ‘gracias’ en sus distintos idiomas es un vehículo que permite expresar la emoción de la gratitud, que produce bellos cristales en el agua. Curiosamente, en un estudio también realizado por Emoto sobre los efectos de la música sobre el agua, se observó que el agua sometida al influjo de la pieza musical ‘Las variaciones Goldberg’ de Bach, compuesta por el autor con la intención de expresar gratitud, producía cristales de figura armónica similares a los del agua sometida a la palabra ‘gracias’ en japonés. Cabe recordar aquí que el cuerpo humano está formado en un 70% por agua, por lo que es susceptible y vulnerable a los efectos de las palabras y de la música¹³⁷.

Rūmī conocía pues, intuitivamente, este poder de la palabra hace ya más de ocho siglos. Constantemente nos recuerda la precaución que debemos tener al hablar, ya que, una vez dichas, las palabras no se pueden recoger: “Debes saber que una palabra disparada repentinamente

de la lengua es como una flecha que sale del arco. Hijo, esa flecha no da la vuelta: tienes que contener el torrente en la fuente”¹³⁸. Es importante destacar aquí el papel ya comentado de la libertad o libre albedrío. Se trata de ser disciplinado en todo aquello que se pronuncia, tanto externa como internamente. Hay un momento antes de hablar en que la persona puede ejercer su libertad para decir unas palabras o escoger otras, para hablar o para callar, y si no se pone atención justo en este momento, aquello dicho ya no se puede recoger.

Y Rūmī nos da el mismo argumento que la ciencia actual para querer realizar dicha contención: enfatiza que nuestras palabras no son neutras, sino que tienen un efecto en el mundo, lo dicho tiene siempre consecuencias. Por eso compara el mundo con una montaña que nos devuelve el eco: “Este mundo es la montaña, y tus palabras te vuelven desde el eco”¹³⁹, principio que ha sido ya comentado. Otro místico y músico sufi, Hazrat Inayat Khan, dice al respecto que “aquellos que saben de esto han de recordar varios sucesos de la historia en que el error de un poeta, al no utilizar las palabras adecuadas en honor del rey, provocó la destrucción del reino. Y sin embargo, ¡que poco piensa uno acerca de esto! Con decir, «bueno, puede que lo haya dicho, pero no quise molestar», la gente piensa que no ha hecho nada, mientras no lo haga con intención nada sucede. Pero incluso el decir algo aunque sea sin propósito puede tener un gran efecto sobre la vida”¹⁴⁰.

Así, uno de los aspectos a cuidar en el uso del lenguaje es el de no criticar a los demás ni de palabra ni de pensamiento. En realidad, dice Rūmī, el bien y los elogios que decimos de alguien los decimos de nosotros mismos. Si hablamos bien de alguien esta acción buena nos retornará. Vemos aquí que Rūmī conocía bien el mecanismo de la proyección psicológica. Hablar bien de los demás es pues de suma importancia, y en otra de sus obras, *Fibi mā Fibi*¹⁴¹, pone como ejemplo el hecho de plantar un jardín alrededor de nuestra casa: si tenemos la mente poblada de pensamientos bellos y agradables hacia los demás es como si al mirar por la ventana de nuestra casa viéramos el jardín poblado de bonitas flores, mientras que si tenemos la mente llena de ideas negativas sobre los otros es como si viéramos el jardín siempre

embotado de maleza. Obviamente esto tiene que influir en el estado anímico y por lo tanto en la salud. Por otro lado, existe un mecanismo oculto por el cual cuando hablamos mal de un tercero esta persona nos pensará y verá de forma detestable. Por eso Rūmī recomienda amar a todo el mundo, para poder estar así siempre entre las flores del jardín. Los santos piensan bien de todo el mundo y lo ven todo bueno no por alguien más sino por ellos mismos, nos dice Rūmī. Puesto que en este mundo es inevitable pensar sobre los demás, hay que esforzarse en pensar en los otros como amigos.

Es justo recordar aquí que no sólo la tradición sufi sino también otras tradiciones espirituales recomiendan esta actitud. Por ejemplo, existe en la tradición budista una meditación consistente en generar una cualidad amorosa de compasión sin objeto que no excluya a nadie y de permitir que acabe impregnando la totalidad de la mente¹⁴².

Otro autor sufi, Sulamī, llega a catalogar de enfermedad del alma la inclinación a hablar mal de los demás: “Una de las enfermedades del alma consiste en ocuparse de los vicios de los demás y cerrar los ojos ante los propios. El remedio correspondiente es constatar la enfermedad del alma, conocer el alma y reconocer sus astucias (*makru-hā*); y también la alternancia continua de viajes (*al-asfār*) y retiros (*al-inqīṭā*); y también mantenerse en compañía de la gente piadosa y aplicar sus preceptos. Pero, si el *murīd* no actúa para curar los vicios de su alma, que al menos se calle sobre los vicios de los demás, que los excuse y tape sus vicios esperando que así Dios cure los suyos. Porque como dijo el Profeta —que Dios le prodigue bendiciones y paz—: «Al que tape los defectos (*‘awra*) de su hermano, Dios le tapará los suyos». Y también: «Al que busque los defectos de su hermano, Dios le buscará los suyos y lo desenmascarará, incluso en medio de su casa». A Muḥammad b. ‘Abd Allāh b. Šāḍān le oí decir que Ibn Zādān al-Madā’inī había dicho: «He visto gentes que tenían vicios y que callaban sobre los vicios de los otros; y luego Dios tapaba sus vicios y estos vicios desaparecían. Y he visto gentes que no tenían ningún vicio y, habiéndose puesto a hablar de los vicios de los demás, contraían vicios»¹⁴³.

Pero también debe cuidarse el lenguaje dirigido hacia uno mismo. Muchas personas creen erróneamente que no pueden hacer nada para cambiar sus patrones negativos de pensamiento. Se ven inmersos en ellos y no ven ninguna salida, e incluso se alimentan emocionalmente de ellos. En realidad, según esta concepción, estos patrones los están creando ellos mismos constantemente debido a un mal uso del lenguaje. Si alguien elimina de su vocabulario expresiones negativas del tipo ‘yo no puedo...’, ‘todo me va mal’, ‘que torpe soy’, etc, ya está cambiando la situación. Es decir, el lenguaje utilizado, tanto el exterior como el interior, sitúa inmediatamente al hablante en una actitud determinada que transforma la situación.

Una de las capacidades de este uso consciente de la palabra es la de reconducir o reducir potenciales situaciones problemáticas a simples anécdotas sin importancia, como retrata una historia que tiene por protagonista a Nasrudín, sabio personaje singular de barba blanca representado a menudo montado sobre un mulo y que es el protagonista de múltiples parábolas utilizadas por los sufíes, tras el humor amable de las cuales se esconde una profunda sabiduría:

Un día la mujer de Nasrudín oye un tremendo ruido en casa y pregunta a su marido, al que supone en el piso superior:

- ¿Qué ha pasado Nasrudín?
- Nada, nada, que se ha caído un vestido por las escaleras
- contesta; pero su mujer insiste:
- A ver, ¿cómo puede ser que un vestido haga tanto estruendo?
- Al final, Nasrudín concede:
- Mujer, ¿por qué hacer grande el problema? ...yo iba dentro del vestido¹⁴⁴.

El maestro espiritual como médico del alma

En el Corán encontramos múltiples aleyas que hablan de los advertidores que son enviados a las comunidades para mostrar los signos. La

figura del maestro o director espiritual entronca con esta concepción, pues su función principal es la de aportar luz ahí donde había olvido. Según Rūmī los santos, entiéndase aquí los maestros, aparecen para guiar a los seres humanos que se encuentran en una situación de crisis existencial, entre las dudas y la fe, entre el conocimiento y la ignorancia: “Algunos hombres han obedecido a la razón hasta el punto de haber llegado a ser ángeles perfectos y luz pura: son los profetas y los santos. Están libres del temor y de la esperanza. «Están al abrigo de todo temor y no se les puede entristecer»¹⁴⁵. En otros la concupiscencia se ha impuesto de tal modo a la razón que se han convertido en animales¹⁴⁶; otros, finalmente, han permanecido en conflicto. Estos últimos son gentes que guardan en su corazón una pena, un dolor, un gemido y un pesar y que no están satisfechos de su propia vida: son los creyentes. Los santos los esperan para hacerles alcanzar su «morada» (*manzil*). Los hacen ser como ellos. Los demonios esperan igualmente para atraerlos hacia ellos y hacia los abismos”¹⁴⁷.

Esta figura, pues, referida con los términos de *šayj*, *muršid* o *pīr*, es omnipresente en toda la historia del sufismo. El maestro sufi es el representante de la función esotérica del Profeta del Islam y por el mismo motivo es la teofanía de la Misericordia Divina que se presta a los que desean volverse a ella. Estando él mismo conectado a través de la cadena iniciática (*silsila*) al Profeta y a la función de la iniciación (*walāya*) inherente a la propia misión profética, el maestro sufi puede liberar al hombre de los estrechos confines del mundo material hacia el luminoso espacio ilimitable de la vida espiritual. A través de él, que actúa como representante del Profeta, la muerte y el renacimiento espirituales tienen lugar en virtud de la *barakab* que lleva dentro de sí. Sólo el poder del *šayj* puede libertar al hombre de sí mismo —de su alma carnal— hasta el punto de capacitarlo para contemplar el Universo como realmente es y retornar al océano de la Existencia universal¹⁴⁸.

Por ello los sufíes aconsejan vehementemente la dirección espiritual de un maestro a cualquier discípulo que se inicie en la senda sufi. A continuación se presentan algunas de sus funciones en base a la opinión de diversos autores.

En primer lugar, hay que decir que el tipo de enseñanza que transmite el sufismo difiere de la enseñanza puramente académica, ya que el maestro transmite con todo su ser, y no sólo con conceptos intelectuales. El *šayj* iluminado, dice Rūmī, da conocimiento del Camino, además hace que la luz (interior) acompañe sus palabras¹⁴⁹. La transmisión del conocimiento se realiza por una especie de ‘contagio’, por el que las cualidades luminosas del maestro impregnan al alumno o discípulo haciendo emerger en él por resonancia las mismas cualidades latentes en su interior. Por eso dice Rūmī también que “la compañía de los santos te vuelve uno de ellos. Aunque seas roca o mármol, te conviertes en una joya cuando alcanzas al hombre de corazón.[...] busca el desarrollo espiritual con alguien que esté avanzado”¹⁵⁰.

La palabra *šayj* literalmente significa ‘anciano’¹⁵¹. Sin embargo, el concepto de ancianidad es aquí metafórico, pues abundan en la historia del sufismo maestros que lo fueron a edades tempranas. Dicho concepto implica más bien que la persona que ostenta dicho título espiritual se trata de alguien que ya ha recorrido el camino y conoce los pasos a realizar y los peligros que acechan.

En relación a esto, vemos que otra de las funciones del maestro, al que Rūmī se refiere con el término ‘*Pir*’, es ofrecer seguridad en el camino, como dice Rūmī: “Elige un *Pir* y considéralo la esencia del camino. [...] elige un *Pir*, pues sin un *Pir* este viaje está lleno de dolor, de miedo y de peligro. Sin escolta te confundes incluso en una senda que has recorrido muchas veces: así pues, no viajes solo en un camino que no conoces en absoluto; no apartes la vista del guía. Necio, si su sombra no está sobre ti, el grito del demonio hará que tu cabeza dé vueltas. El diablo te apartará de la senda y te arrojará a la destrucción: ha habido muchos más hábiles que tú en el camino (que han perecido)”¹⁵². Refiriéndose al alma carnal dice también que cuando ésta “se acerca al que está próximo a Dios, su lengua, de cien metros de largo, se acorta”¹⁵³.

Hacer el camino con un maestro es tan importante que incluso el profeta Muhammad se lo prescribió a Alí, el primer califa, incluso por encima de los demás actos de devoción, como cita Rūmī: “El Profeta

dijo a Alí: «Oh Alí, tú eres el León de Dios, un guerrero valiente, pero no confíes siquiera en tu corazón de león; ven a la sombra de la palmera de la esperanza. Ven bajo la sombra del Sabio a quien nadie puede apartar del camino. [...] Oh Alí, por encima de todos los actos devotos en el camino, elige la sombra del siervo de Dios. Todos se refugiaron en un acto de devoción y descubrieron algún medio de librarse. Refúgiate en la sombra del sabio para que puedas escapar del enemigo que te acecha en secreto. De todas las acciones devotas, ésta es la mejor para ti: precederás a los demás»¹⁵⁴.

También Avicena hace referencia a la necesidad de un maestro para una guía segura: “Si una mano orientadora te guía, te perfeccionas; si el Embaucador te seduce y encamina hacia el error, te extraviarás”¹⁵⁵.

Encontramos en el Corán la relación maestro-discípulo ejemplificada en el episodio ya citado de la relación entre Jidr y el profeta Moisés, siendo éste último discípulo del primero. Rūmī se hace eco de este episodio para indicar otra de las funciones de dicha relación entre maestro y discípulo, pues el acto de sumisión del discípulo es del todo beneficioso para someter su propio egoísmo: “Cuando el *Pir* te haya aceptado, atiende, sométete a él: ve, como Moisés, bajo la autoridad de Jidr. Lleva con paciencia cualquier cosa que haga un Jidr sin hipocresía, para que Jidr no diga: «Márchate, ésta es nuestra separación»¹⁵⁶. [...] Dios ha declarado que su mano (la del *Pir*) es como la Suya, pues dijo *la mano de Dios está sobre sus manos*”¹⁵⁷.

Este concepto, según el cual Dios actúa por medio de sus servidores, en este caso los maestros espirituales, es resaltado también por Ibn ʿArabī, quien establece la necesidad de encontrar un maestro como primer paso imprescindible, pues de él depende el éxito de toda la empresa espiritual: “No lograrás las moradas, hijo mío, mientras no te unas con Dios; ni te unirás, mientras no te anodades; ni te anodadarás, hasta que tengas fe viva; ni la tendrás, hasta que practiques habitualmente los actos de virtud correspondientes a cada morada; ni adquirirás estos hábitos, hasta que Dios te ayude con su gracia; ni, finalmente, obtendrás ésta, hasta que te acompañes de alguien que a

su vez posea ya aquellos hábitos que son fruto de la divina gracia. Si te acompañas de él, obtendrás la gracia, y con la gracia el hábito de la virtud, y con la virtud habitual la fe viva, y con la fe viva el anodamiento, y con éste la unión”¹⁵⁸. Vemos aquí esbozada implícitamente la idea de cadena iniciática, pues según esto un discípulo solamente puede ser iniciado por un maestro que a su vez recibió la iniciación de otro maestro, y así sucesivamente hasta el primer eslabón, que en el caso del sufismo corresponde a Muhammad, considerado por los autores sufíes como el primer sufi.

Ibn ʿArabī resalta también esa necesidad de someter la propia voluntad a la de un maestro, pues dicho acto de sumisión sirve de escalera para someterse a la voluntad del Preceptor absoluto: “Somete, después, tu alma bajo la autoridad de alguien que te mande y te prohíba, haciéndote su discípulo y tomándolo por maestro y director de conciencia, pues de otro modo no lograrías jamás que tus actos se realizaran conforme a una voluntad ajena y, por lo tanto, no abandonarías tu amor propio: aunque le impusieras a tu alma durante toda la vida las más duras pruebas, no dejaría ella de seguir su amor propio, puesto que era ella misma quien se las imponía; pues aunque al alma se le revelasen así los más sutiles misterios de la contemplación mística, tampoco por ello dejaría sus egoísmos y su soberbia, mientras no se sometiese a la obediencia de otra alma como ella y se dejara gobernar por sus preceptos y prohibiciones. Esto se debe a los espesos velos que al amor propio envuelven y al enorme politeísmo de que el alma adolece. Así [sometiéndose a otro], el alma se eleva hasta el Preceptor absoluto, sirviéndose de la obediencia a otro como de una escala para ascender a Él”¹⁵⁹.

Es decir, aquello que le cuesta más al alma es, según Ibn ʿArabī, renunciar a la supremacía: “lo único que al alma se le hace grave y difícil en extremo es el someterse de grado a otro; y ello es así, porque el alma tiende natural y espontáneamente a la supremacía y busca la preeminencia, y por eso, si alguien se le pone delante y se ve ella en lugar subalterno y sometida bajo el yugo de ajeno y subordinada al imperio de otro, de manera que sus cosas hayan de ocurrir según la

voluntad de ese otro y conformarse con las prescripciones positivas y negativas que él le dicte, se le hace esto muy difícil de soportar y muy duro de sufrir, aunque se trate de cosa pequeña. Ahora bien, este grado de perfección en que ahora estamos es para el alma la muerte de su voluntad”¹⁶⁰.

La guía de un maestro implica, así, un duro proceso de educación que conlleva aceptar los propios defectos. La función del maestro deviene aquí la de actuar de espejo ampliando la percepción de dichos defectos, que antes estaban escondidos en el discípulo, y corrigiéndolos. Esta es pues una de las funciones principales del maestro, la de actuar de espejo corrector.

A menudo, la única manera de corregir estas imperfecciones es a través de lo que Rūmī llama “bofetadas espirituales”. El discípulo tiene que aceptar estos golpes a su orgullo si quiere avanzar en el camino, pues son el único medio para quitar la máscara al egoísmo y hacer surgir la verdadera naturaleza espiritual: “Cuando hayas elegido Pīr, no seas pusilánime, no seas débil como el agua y desmenuzable como la tierra. Si cada golpe te enfurece, ¿cómo te convertirás en espejo si no te pulen?”¹⁶¹. “Mejor serían para ti las reprimendas y golpes de los reyes (espirituales) que las alabanzas de los que han perdido el camino. Trágate las bofetadas de los reyes (espirituales)”¹⁶². Este proceso tiene directa relación con el dicho profético de morir antes de morir. La función del maestro consiste, pues, en ayudar al discípulo a librarse de aquello que lo aleja de la verdad, en morir a lo viejo para renacer a lo nuevo y más auténtico, atravesando así velo tras velo, pues según la tradición hay miles de velos hasta llegar a la Verdad. Recuérdese aquí que, como se expuso anteriormente, el saber esencial o *gnosis* no consiste en añadir nada sino más bien en librarse de todos los obstáculos que impiden a la Verdad emerger.

Así, sin la guía del maestro el discípulo queda a merced de sus propios impulsos internos negativos, que como ya se vio pasan desapercibidos la mayoría de veces: “Cuando veas a alguien desnudo y desamparado, sabe que ha huido del maestro espiritual, para convertirse en lo que

desea su corazón, ese corazón suyo ciego, malvado y despreciable. Si se hubiera transformado en lo que su maestro deseaba, se habría adornado a sí mismo y a su estirpe; quien en este mundo se evada de su maestro, está huyendo de la felicidad. ¡Sabe esto (con certeza)!”¹⁶³.

Vemos esta necesidad de la guía a través de un maestro expresada también por otras tradiciones espirituales. Así, leemos del filósofo judío andalusí Ibn Paquda el siguiente alegato en favor de la figura del maestro: “Todo hombre tiene dentro de sí a su propio enemigo y sólo se libera de él en el caso de que goce de una especial protección de Dios y de que, por su parte, tenga a alguien que le amoneste o a un director autorizado que le enseñe el camino de la ascesis, le sujete con las bridas de la rectitud y le haga probar las amarguras que lleva consigo toda educación. Y, en caso de que haya de hacerse el bien, este maestro se lo hace cumplir y, aunque el alma del discípulo sea seducida por otras cosas, el maestro las ahuyenta y fuerza a su conciencia a llevar a cabo su buena acción”¹⁶⁴.

Cabe señalar aquí que también en la obra de Platón se encuentra la idea del maestro, en este caso encarnado en la figura de Sócrates, quien precisamente fue maestro suyo. Como es bien sabido, Sócrates fue condenado por ejercer su papel de maestro, que consistió, en su caso, en desmontar la orgullosa pretensión de sabiduría que ostentaban ciertos ciudadanos atenienses, provocando su airada reacción al demostrarles su real ignorancia¹⁶⁵. Por eso Mircea Eliade destaca este aspecto propio del maestro espiritual al decir: “Sócrates se comparaba no sin razón a una partera: ayudaba al hombre a nacer a la conciencia de sí, alumbraba al «hombre nuevo»”¹⁶⁶.

También es función del maestro espiritual discernir el origen de las inspiraciones que llegan al corazón del discípulo, para prevenir así las consecuencias que la confusión entre las distintas clases podría producir en su equilibrio psíco-espiritual, pues, como se expuso, estas pueden ser de cuatro tipos: inspiración divina, inspiración espiritual, sugestión anímica y tentación satánica. Pero el objetivo final es el de devolver la capacidad de discernimiento al discípulo, ya que, como

vimos también, la facultad de discernimiento se ve afectada en el ser humano que todavía se encuentra velado y sin evolucionar, es decir, en el estado del *al-nafs al-ammāra*.

Según Rūmī, la función de los maestros o santos es la de restaurar en el hombre su naturaleza espiritual para que pueda discernir correctamente la realidad, igual que el médico exterior actúa restaurando el médico interior: “Cuando ese médico se debilita, la naturaleza —corrompida o insegura— ve mal las cosas y da señales de divagar: pretende que el azúcar es amargo y el vinagre dulce. Necesita un médico exterior que le ayude a recuperar su equilibrio anterior y, después, vuelve a dirigirse a su propio médico. El hombre tiene, igualmente, otra naturaleza espiritual. Cuando ésta se debilita, sus sentidos reflejan el error. Los santos (*awliyāʾ*) son médicos. Le ayudan a restaurar su naturaleza y a reformar su corazón y su fe”¹⁶⁷.

Sin embargo, la historia del sufismo no está exenta de casos de sufíes que no tuvieron maestros visibles, es decir, terrenales. Corbin cita el ejemplo de Ibn ʿArabī, que tuvo por maestro principal a Jīḍr: “Ibn ʿArabī conoció y tuvo muchos maestros; sus numerosos viajes y peregrinaciones le permitieron conocer a casi todos los maestros sufíes de su tiempo. Y, sin embargo, nunca tuvo realmente más que uno y éste no se contaba entre los maestros visibles ordinarios. [...] Ibn ʿArabī fue ante todo discípulo de un maestro invisible, el maestro interior por el que su devoción no decayó jamás, la figura misteriosa del profeta al que tradiciones múltiples, a la vez significativas y confusas, confieren los rasgos que le emparentan, o tienden a identificarlo, con Elías, san Jorge, o con otros personajes. Ibn ʿArabī fue ante todo el discípulo de Jīḍr (Jaḍīr). [...] En todo caso, tener un maestro espiritual que por su relación confiere al discípulo una dimensión «transhistórica», presupone una aptitud para vivir acontecimientos que tienen lugar en un plano distinto al de la banal realidad física, acontecimientos que se transmutan de manera espontánea en símbolos”¹⁶⁸.

Corbin cita también el caso del asceta del Yemen Uways al-Qaranī como modelo de este tipo de sufíes, y que es recordado en numerosas

poesías y piezas de música sufi. “El caso de Ibn ‘Arabī, como discípulo de Jidr, entra de lleno en la categoría de aquellos sufíes que se autodenominaron *owaysīs*. Deben su nombre a un piadoso asceta del Yemen, Uways al-Qaranī, contemporáneo del Profeta, al que *conoció* sin haberle visto jamás en su vida; recíprocamente, el Profeta le *conocía* a él sin haberle visto nunca con sus ojos y a él era a quien aludía en estas palabras conservadas en un hadiz: «Siento el aliento del Misericordioso viniendo de la dirección del Yemen». Uways no tuvo un guía humano visible; no fue a Hiyaz sino tras la muerte del Profeta. [...]. Todos los sufíes que no tienen *muršid* (guía) visible, es decir, un hombre contemporáneo y terrestre como ellos, reivindican la cualidad y la denominación de *owaysīs*. Uno de los casos más célebres es el del sufi iranio Abū l-Ḥasan Jarraqānī (+ 425/1034), del que nos han llegado estas palabras: «Me asombro de esos discípulos que dicen necesitar tal o cual maestro. Bien sabéis que jamás he recibido enseñanza de ningún hombre. Dios fue mi guía, aunque siento el mayor respeto por todos los maestros». De forma más precisa, según una tradición referida por Ŷāmī, fue el «Ángel» (*rūḥānīyya*) de otro gran sufi iranio, Abū Yazīd Bastāmī (+261/875), quien guió a Abū l-Ḥasan por la vía espiritual. Tal fue también el caso, en Irán, del gran poeta místico Farīduddīn ‘Aṭṭār de Nīšāpūr (+617/1200), quien, también según Ŷāmī, tuvo por guía y por maestro al «ser-de-luz», de Maṣṣūr Ḥallāṭ (+309/992)”¹⁶⁹.

También fuera del ámbito del sufismo encontramos casos similares. Véase el siguiente extracto de la autobiografía de Jung:

“Más de quince años después me visitó un viejo y culto indio, un amigo de Gandhi y conversamos sobre la enseñanza india... [...] le pregunté si podía darme quizás información sobre la naturaleza de su propio guru, a lo que respondió... «¡Oh, sí, fue shankaracharya!»

«¿No se refiere usted al comentarista de los Vedas? —observé yo—. Éste hace muchos siglos que murió.»

«Sí, a éste me refería», respondió, con gran asombro por mi parte.

«Así, pues, ¿usted se refiere a un espíritu?», pregunté.

«Naturalmente, era un espíritu», corroboró él.

En este instante recordé a Filemón¹⁷⁰.

«Existen también gurus espirituales —añadió—. La mayoría tienen por guru a un hombre viviente. Pero hay siempre quienes tienen por maestro a un espíritu»¹⁷¹.

Vemos, por tanto, que la presencia del maestro espiritual se da incluso en el caso de estos sufíes sin maestro aparente. Por eso Rūmī concluye: “Si alguien, como rara excepción, ha recorrido este camino solo, llegó por la ayuda de los corazones de los Pirs”¹⁷². De ahí también el gran respeto que se tiene a la tradición en las cofradías (*ṭarīqa*) sufíes, con actos como por ejemplo el saludo ritual al maestro. Dichos actos llevan implícita la aceptación de esta larga cadena iniciática, visible e invisible, que conforma la tradición. De ahí también que, en el sufismo, se considere el servicio al maestro como un deber aconsejado a todo discípulo, ya que el servicio favorece las gracias o “regalos” espirituales. El gran sufí Mu‘īnuddīn Ḥasan Chišṭī (1135-1229), nacido en Isfahán y enterrado en Ajmer, fundador de la *ṭarīqa* sufí que lleva su nombre y que es actualmente la más importante en la India, cuenta que sirvió durante veinte años a su maestro y que solía acompañarlo en sus largos y frecuentes viajes llevando su equipaje incluso sobre su cabeza si era necesario. Finalmente, su maestro, reconociendo sus servicios, le confirió tales regalos, entiéndase gracias espirituales, que no pueden ser descritos¹⁷³.

El rito: forma y significado

Vimos anteriormente el hadiz del *iḥsān*, el cual dice que se debe adorar a Dios con una actitud determinada. Se trata de la actitud por la cual el buscador debe vivir como si estuvieran actualizados aspectos de verdad que de hecho no lo están efectivamente en acto, sino sólo en potencia. Sin embargo, con la actitud interior y exterior correctas estos aspectos pueden desarrollarse. Sólo así es posible despertar la vibración del corazón, hacer que resuene y se ponga en movimiento. Aparentemente puede parecer hipocresía, pero en realidad se trata de un método que le permite al peregrino avanzar, pues le predispone hacia la actitud nece-

saría para llegar a una comprensión real y efectiva de las verdades apuntadas por la doctrina. Y esta actualización se efectúa mediante el rito.

Vimos también que según el sufismo el ser humano está en una situación intermedia entre la condición angélica y la animal. Esta posición es la que le permite ir avanzando gradualmente por las estaciones de la progresión espiritual así como el acceso místico a los mundos superiores durante los estados pasajeros. Sin embargo, si atendemos a la ascensión (*mi'rāy*) mística por excelencia, la del profeta Muhammad, en la que éste atravesó los siete cielos hasta el Trono divino, vemos que el Profeta la realizó sobre Burāq, el caballo alado que le sirvió de montura. La idea de ascensión se asocia por tanto a la noción de 'vehículo'.

En árabe el término 'vehículo' corresponde a '*markab*', cuya raíz trilítera *R-K-B* significa 'subir a un vehículo'. El motivo de la '*markab*', en tanto que vehículo espiritual, se relaciona particularmente con el Arca de Noé. El término '*markab*' designa por tanto el vehículo en sí, que puede ser una montura —caballo, camello, etc.—, un carro, una embarcación y también en nuestros días, un avión¹⁷⁴. Pero el símbolo del Arca remite también a la forma humana primordial (*ṣūra*). El Arca de Noé es así también el Arca del hombre y, de ahí, el Arca del Corazón¹⁷⁵. Y además, como se verá más adelante, según la tradición, el alma de Adán fue instalada en su cuerpo, por lo que en cierta manera éste es también el vehículo de aquella y por tanto puede servir de puente entre ambos mundos. Y volviendo al motivo del Arca, es significativo que fuera construida en tierra, antes de embarcarse. Simbólicamente esto significa que antes de emprender el viaje es necesaria la construcción de un vehículo.

Este vehículo lo proporcionan de una parte la aspiración espiritual del viajero y de otra los ritos y técnicas propios de la tradición. Ibn 'Arabī relata su propia ascensión en la que vio el Arca de los gnósticos, una arca de esencia espiritual y de aparejos celestiales, cuyo timón (*sukkān*) era la quietud (*sukūn*) del corazón, que tenía por velamen (*ṣirā'*) la Ley revelada (*ṣarī'a*), como capitán la transmisión (*naql*), como teniente (*muqaddam*) el intelecto (*'aql*), como marineros las obras supereroga-

torias (*anfāl*), como viento las rememoraciones (*adkār*), etc. Esta nave, navegando en el mar del esfuerzo (*muṣābada*), dejó atrás el mar de la ilusión y llegó finalmente impulsada por los vientos de la providencia a la orilla de la contemplación (*muṣābada*)¹⁷⁶. Este viaje tiene lugar pues sobre el agua hasta que llega a la contemplación, momento en el que el peregrino se separa del agua y empieza la ascensión por los cielos, como él mismo dice: “Luego se me hizo ascender, cuando me separé del agua, hacia el primer cielo”¹⁷⁷. Las técnicas del sufismo constituyen así vehículos de ascenso especialmente contruidos de ritual, devoción y contemplación. El objetivo es llegar a ser receptivo al conocimiento esotérico e ir progresando por las distintas estaciones espirituales, pero el efecto inmediato es que el método permite atravesar ‘el mar de la ilusión’, lo que significa liberarse de las ataduras a las que está sujeta el alma y levantar los velos que impiden la contemplación. Esta liberación es la que se relaciona con el aspecto terapéutico del rito.

El rito, en un sentido general, es también el vehículo que permite la expresión o actualización de contenidos internos, tema que ha sido tratado por diversos eruditos. Karen Armstrong, por ejemplo, dice lo siguiente: “Todos necesitamos rituales en nuestras vidas que nos ayuden a crear una actitud interior: los ritos de cortesía, por ejemplo, nos ayudan a cultivar un hábito de respeto hacia los demás”¹⁷⁸. Desde esta perspectiva el ritual no es algo mecánico o vacío de sentido, sino que su función es la de evocar un significado y una actitud internas que de otra manera no podrían aflorar.

Este aspecto nos remite a la cuestión filosófica de la relación entre la forma y la esencia. Burckhardt señala que el rito es el acto cuya forma deriva de una revelación divina, es decir, que su esencia es la Palabra divina que transmite¹⁷⁹. El rito es así un símbolo por cuya repetición, con la correcta intención previa como se ha apuntado, el ser humano se sitúa en un modo de ser universal. Chittick, por su parte, señala que los sufíes reconocen que para alcanzar el espíritu que reside en una doctrina o una forma sagrada (como un rito o una obra de arte), hay que tener primero esa forma externa, que es la expresión de la Verdad que esa forma manifiesta¹⁸⁰.

Los distintos ritos de la tradición musulmana participan de esta concepción. Respecto a la oración ritual (*ṣalāt*), por ejemplo, Rūmī dice lo siguiente: “La oración está en el fuero interno: «Sólo hay plegaria con la presencia del corazón». Pero es necesario darle forma inclinándote y prosternándote (*rukūʿ* y *suṣūḍ*) exteriormente; entonces obtienes provecho de ella y realizas tu designio. [...] también el alma necesita inclinarse y prosternarse, pero es preciso que se manifieste mediante una inclinación y una prosternación corporales, ya que el sentido mantiene un vínculo con la forma. Si no están unidos, no tienen utilidad”¹⁸¹.

Así, actos como la oración ritual ofrecen una estructura que contiene en si misma una dimensión terapéutica. Y es que las posiciones corporales de la oración ritual permiten ‘liberar’ la oración del corazón. La prosternación del cuerpo, por ejemplo, significa anulación interior, y si no se hace con esta intención es meramente un acto físico, pero el hecho de postrarse ayuda a realizar esta anulación. Además, el hecho de dirigirse hacia la *qibla*, es decir, hacia la *Caaba*, reviste de una significación simbólica todo el ritual y tiene un importante efecto estructurante. Vimos que el ser humano puede estar sometido a tendencias e impulsos internos negativos e inconscientes, causados por el *nafs* o “ego”, lo que metafóricamente significa que puede estar ‘postrándose’ en muchas direcciones. Por tanto, el hecho de orientar el cuerpo postrándolo en dirección a un elemento externo y simbólico como la *Caaba*, permite también al alma postrarse hacia un foco trascendente, dando así una dirección interior y reorientando las múltiples direcciones internas dispersas. La atención, dispersa en la multiplicidad, es así llevada naturalmente a concentrarse en la Unidad.

Una vez más es necesario señalar que para que este proceso sea efectivo es necesaria la creencia previa que el musulmán tiene respecto al simbolismo de la *Caaba* como ‘Centro’. Burckhardt señala que el carácter ‘axil’ de la *Caaba* es afirmado por una leyenda musulmana muy conocida, según la cual la ‘casa antigua’ que por primera vez construyó Adán, que fue destruida por el Diluvio y reconstruida por Abraham, está situada en la extremidad inferior de un eje que atraviesa todos los

cielos; en el plano de cada mundo celestial, otro santuario, frecuentado por ángeles, señala el mismo eje. Así, el prototipo supremo de cada uno de estos santuarios es el trono de Dios, a cuyo alrededor gira el coro de espíritus celestiales. Según Burckhardt esta leyenda atestigua con claridad sobre la relación que existe entre la ‘orientación’ ritual y el Islam como sumisión o abandono (*islām*) al Designio divino. El hecho de volverse en la oración hacia un solo punto, inaprehensible como tal, pero situado en la tierra y análogo, en su singularidad, al centro de cada mundo, habla elocuentemente acerca de la integración de la voluntad humana en la Voluntad universal¹⁸².

Este proceso guarda una relación directa con el sacrificio simbólico del ‘alma carnal’, constituida por todos estos impulsos negativos que dispersan al alma en múltiples direcciones. Rūmī señala que las palabras que se utilizan para abrir la oración ritual “*Allāhu akbar*”, expresión que se conoce como *takbīr*, se utilizan también antes del sacrificio ritual (*kurbān*) de un animal, rito que tiene su origen en la conocida historia coránica de Abraham y su hijo Ismael, lo que simboliza que en la oración se sacrifica el alma carnal (el *nafs*): “el significado del *takbīr* es «Nos hemos convertido en un sacrificio, oh Dios, ante Ti». En el momento de inmolar (a la víctima) se dice *Allāhu akbar*; lo mismo cuando se mata el alma carnal que debe ser sacrificada”¹⁸³. El alma inferior es comparada, por tanto, con la parte animal del ser humano, y esta es la parte que debe ser sacrificada según los sufíes. Pronunciar el *takbīr* implica aceptar que Dios es el único Señor al que se le debe adoración, con lo que son así destronados los demás ídolos internos que son adorados inconscientemente. Este aspecto externo del ritual conlleva por tanto un efecto positivo y liberador en el subconsciente. Hemos visto el efecto estructurante de la orientación hacia la *qibla* en la oración ritual. Sin embargo, de la misma manera que cuando se entra dentro mismo de la Caaba (cosa que no está actualmente permitida a los peregrinos) ya no hay direcciones, el objetivo máximo del alma es fusionarse con su objeto trascendente, eliminando así todo rastro de dualidad. Y la técnica sufí por excelencia que lleva a este objetivo es la del *dhikr* o Recuerdo, que se analizará en el siguiente punto.

El Recuerdo (ḍikr) de Dios

DEFINICIÓN DEL CONCEPTO Y ORÍGENES DE LA TÉCNICA

La palabra “*ḍikr*”, de raíz ‘*d k r*’, significa literalmente ‘recuerdo’¹⁸⁴. Así, la expresión *ḍikr Allāh*, se refiere al recuerdo o remembranza de Dios. Mientras que la oración ritual (*ṣalāt*) forma parte de la vida espiritual musulmana común a los místicos y los no místicos, la forma de adoración que distingue al sufí es el *ḍikr*. Puede decirse, por tanto, que es una de las columnas centrales del método sufí, quizás su elemento más importante. Recordemos aquí el estado de exilio del alma (*gurba*), por la conciencia del cual los místicos sufíes se apresuran en recuperar la unidad primordial perdida. La dimensión terapéutica del *ḍikr* o recuerdo estriba en que éste es la pieza clave de la integración del hombre. Puesto que la separación era causa de enfermedad, el *ḍikr* será la medicina que retorna a la unión primordial amante-Amado.

Si bien este término aparece en el Corán bajo el sentido de mención, rememoración de Dios, en el método sufí adopta la connotación de una técnica altamente desarrollada. La «técnica» del *ḍikr*, pues, consiste en la práctica de la invocación mediante una fórmula o un término sagrado, que puede ser mental (*jafī*, mudo) o verbal (manifiesto, *ḡalī*, *ḡabrī*), o también, «de la lengua» (*lisānī*) o bien «del corazón» (*qalbī*). Estos dos tipos pueden ser practicados tanto individualmente como colectivamente; se habla entonces de *ḥaḍra*, *maṣlis*, *Ḍam*, etc¹⁸⁵.

Para los musulmanes el *ḍikr* remonta a las prácticas de los adeptos del Profeta. El primer adepto y pues primer depositario de la ciencia del *ḍikr ḡalī* (en voz alta) fue el Imām Alí. En contrapartida, se atribuye a Abū Bakr, discípulo de Muhammad y primer califa, la iniciación al *ḍikr* silencioso (*jafī*), en ocasión de un retiro forzado de tres días dentro de una caverna, cuando se dirigía a Medina en compañía del Profeta. Es sobre estas bases que el *ḍikr* deviene el símbolo de la iniciación sufí. Dado por el *ṣayy* al novicio, éste lo guarda toda su vida y mantiene la llama por la repetición cotidiana¹⁸⁶.

Los fundamentos de esta técnica se sitúan pues en las prácticas devocionales de los primeros tiempos del Islam. Por ejemplo, la petición de perdón por la repetición de la fórmula ‘*astagfiruLlāh*’, comentada anteriormente, es una modalidad de *dikr* que tiene su origen en las prácticas del Profeta. En la misma línea se sitúa el *wird*, liturgia consistente en fórmulas de pasajes del Corán recitadas en alternancia con la oración ritual, la contemplación (*fikr*) y la recitación del Corán.

La mayoría de las fórmulas de *dikr* corrientes provienen de versos coránicos, como *lā ilāha illā hū* (que se encuentra en 3,17; 6,103; 20,90; etc.). También la repetición de la primera parte de la *Šabāda* (*lā ilāha illā lāh*), ‘no hay divinidad salvo la única divinidad’, es muy común. Según Lings las cuatro palabras de esta expresión simbolizan los cinco planos del ser o *ḥaḍarāt* expuestos anteriormente: La primera es como la luz de la verdad proyectada en el mundo material para contrapesar la ilusión de que éste constituye la mayor realidad y para advertir al alma que no se enrola en esta dirección. La segunda corresponde al mundo de las almas, que constituye la zona peligrosa que concierne a la idolatría. El Corán alude a aquellos que de sus pasiones hacen dioses. La tercera palabra, representa al Espíritu y a los ángeles, que son el tercer *ḥadra* o tercera presencia. La palabra *illā*, así, es como una liberación de la cárcel que son las formas coaguladas, y señala el camino que conduce a la solución final dada en la cuarta palabra, que representa las dos Presencias más elevadas¹⁸⁷. Es oportuno recordar aquí que uno de los mecanismos del *nafs* era el de negar los objetos trascendentes reduciéndolos a la expresión “nada más que”, cuya fórmula es “*in hāzā illā*”¹⁸⁸. Así, la *Šabāda* utiliza la misma partícula “*illā*” pero invirtiendo su sentido, es decir, en la dirección de recordar que no existe nada más que Dios. La repetición de la *Šabāda* es pues de suma importancia, y en algunas órdenes sufíes, apunta Lings, el novicio debe recitarla centenares de miles de veces con el fin de aprender a hacerla brotar de un punto de conciencia más profundo¹⁸⁹.

Otras fórmulas repetidas en el *dikr* son, por ejemplo, el mismo nombre Allāh y sus variaciones: Allāhu (nominativo), Allāhi (genitivo),

Allāha (acusativo). Incluso, en la repetición acelerada, se va reduciendo la exhalación a un solo sonido hasta llegar a la H, que es la respiración del corazón que exhala¹⁹⁰. Hay, pues, muchas modalidades de aplicación.

Aunque los fundamentos son claramente islámicos, se ha podido demostrar con certeza que, en su desarrollo como técnica, el *ḍikr* tuvo también influencias extra islámicas. Zaehner, por ejemplo, se apoya en la identidad entre ciertas nociones del sufi Abū Yazīd Baṣṭāmī (m. 874) y ciertos aforismos hinduistas para establecer esta influencia. Por otra parte, al principio del siglo XIII fue traducido al persa y al árabe una obra en sánscrito (el *Amaratkund*), tratado de yoga y de la contemplación, obra que fue repartida entre los sufíes. Ahí se describen largamente las técnicas del *ḍikr* y de la respiración así como las posturas de yoga. Al tiempo de Ibn ‘Atā’ Allāh (m. 1309), los métodos de este género habían llegado ya a Egipto, antes de tocar el Magreb a mediados del mismo siglo. Hasta el siglo XIX estas obras fueron fuente de inspiración. En 1859 al-Sānūsī se referirá a ello en su famosa obra *Salsabil al-Mu’in*, que trata largamente del *ḍikr*. Otra mención del *ḍikr*, entre las más antiguas, remonta a Huṣwīrī (m. 1070). Quien atribuye a Sahl Tustarī (m. 896) la práctica sistemática y metódica. El tema del *ḍikr* es también evocado en la más antigua obra sobre sufismo, el *Kitāb al-ta’arruf* de Kālābādī (m. 990)¹⁹¹.

En relación a esto vemos que las técnicas de respiración son parte integrante de la técnica del *ḍikr*. Según During, el primer sufi en hacer mención del trabajo de la respiración es otra vez Baṣṭāmī, que habría dicho: «Para los gnósticos, la devoción consiste en la atención sobre la respiración.» Y Šiblī (m. 945) habría dicho lo mismo: «El sufismo es el control de las facultades de atención sobre la respiración». Así, una de las reglas del orden naqshbandī es la atención sobre la respiración. Encontramos también un detalle técnico de una de las técnicas de *ḍikr* más típicas, el ‘*ḍikr serrador*’, que remonta a Aḥmad Yasavī (m. 1167), discípulo de Yūsuf Hamadānī (m. 1140). Ella consiste en una emisión de sonido ronco y profundo, tanto en la expiración como en la inspiración. Vemos así que, en general, el ritmo de las fórmulas y

el imperativo de la repetición en común imponen naturalmente una respiración regular¹⁹². Más adelante, en el apartado sobre la música, se relacionará la recitación de los nombres divinos, la cual constituye una forma de *ḍikr*, con la ciencia del sonido articulado. Se verá que la acción de la respiración, convertida en los sonidos propios de cada nombre, favorece la adopción de los distintos nombres divinos por parte del ser humano.

Parece ser que la aparición del *ḍikr* mudo es anterior al común (*ḡalī*). Así, existe un corriente sufí que se abstiene de *ḍikr* público o colectivo, en beneficio solamente del *ḍikr* mudo (*jaḡfī*). Esta tradición, que como se ha dicho se adscribe simbólicamente a Abū Bakr, el primer califa, remonta a Yūsuf Ḥamadānī, o al menos a su discípulo Jāliq Guḡḡavānī, fundador de la *tariqa* de los Jwāyagān. Es a esta tradición que se adscribe Bahā'uddīn Naqshband (m. 1390), fundador de la orden que lleva su nombre y que ejerció una influencia considerable en oriente, notablemente en Asia central. Es posible que Bahā'uddīn, que expandió esta técnica, se inspirase de técnicas hinduistas y budistas, siendo él mismo originario de una villa nombrada *Ciudadela de los hindúes*. Por otra parte, la tesis del origen, o como mínimo de la influencia budista sobre la «técnica» del *ḍikr*, encuentra otro argumento en el hecho de que Simnānī (m. 1336), un sufí al servicio de un príncipe budista, apelase a un monje budista para formar a sus discípulos. De hecho, la disciplina naqshbandi del *ḍikr* interior, dice During, recuerda la meditación budista. Naḡmuddīn Kubrā, que se adscribe a la misma escuela, preconiza una postura semejante a aquella de los taoístas¹⁹³. Está fuera de duda, por tanto, que si bien la idea de repetir una fórmula sagrada basada en el Corán es de origen puramente islámico, es bajo la influencia de disciplinas ascéticas no islámicas que el *ḍikr* deviene progresivamente una institución y una técnica de los sufíes.

PROPIEDAD PURIFICADORA E INTEGRADORA DEL *ḌIKR*

La dimensión terapéutica del *ḍikr* se pone de relieve en la siguiente aleya: “Los que creen y tranquilizan sus corazones por medio del

recuerdo de Allāh. ¿Pues no es acaso con el recuerdo de Allāh con lo que se tranquilizan los corazones?”¹⁹⁴. Es decir, el recuerdo de Dios tiene el efecto benéfico de vaciar o barrer el corazón de todos los contenidos que lo perturban.

Distintos autores sufíes han hablado de este aspecto purificador del *dīkr*; recuérdese de nuevo el hadiz citado por Ibn ʿArabī: “Ten presente que el corazón, cual el espejo metálico, se oxida. Así lo dijo el profeta: «Los corazones se cubren de orín, lo mismo que se oxida el hierro. Preguntáronle entonces «y como se limpian para que estén tersos?»». Respondió: «con el recuerdo de Dios y la lectura del Corán se limpian»”¹⁹⁵.

Gazālī se refiere también al *dīkr* como al elemento clave para la purificación del corazón, pues esta es la primera condición del camino de los sufíes: “En resumen, qué decir de su camino, cuya purificación —y es la primera de sus condiciones— consiste en purificar totalmente el corazón de lo que no es Dios, cuya llave [...] es el sumergirse totalmente el corazón en la mención del nombre de Dios, y cuyo final consiste en el anonadamiento total en Dios”¹⁹⁶.

La técnica del *dīkr* desarrollada por los sufíes sirve a este propósito de vaciar el corazón y tranquilizarlo. During señala que uno de los métodos más corrientes de esta técnica consiste en acompañar la recitación mental o verbal con movimientos específicos. Estos movimientos pueden ser de dos especies: de la cabeza o del torso en posición sentada, o del torso y de la cabeza en posición de pie, siendo este segundo tipo practicado colectivamente. Los movimientos constituyen así un soporte para la recitación, que por ella sola no puede evitar el escollo de la distracción. Así, el movimiento de la cabeza acompañado de la respiración rítmica, a menudo de cadencia rápida y que lleva a una hiperventilación, produce un estado de estupor o obnubilación. Por otro lado, During señala que la hiperventilación es utilizada con mucha eficacia en psicoterapia por sus efectos catárticos. La técnica favorece, pues, la concentración mental exigida para la integración del sentido del *dīkr*¹⁹⁷.

Rūmī pone de manifiesto la capacidad de este estado para detener el pensamiento automático y compulsivo: “Pensar sobre las cosas creadas es enemigo de este dulce sueño: mientras su pensamiento no se duerma, su garganta estará cerrada (a recibir ideas espirituales). Se necesita una perplejidad (mística) para apartar el pensamiento: la perplejidad devora la cavilación y el recuerdo”¹⁹⁸. Es decir, el Recuerdo es lo que permite detener los contenidos que invaden la mente y cambiar viejos patrones de pensamiento automático, como describe en una interesante parábola: “Es como cuando el hombre desnudo se tira al agua para escapar de la picadura de las avispas: las avispas vuelan a su alrededor y cuando saca la cabeza le atacan. El agua es el recuerdo (*dīkr*) de Dios y la avispa el recuerdo, en ese momento, de tal mujer o tal hombre. Aguanta la respiración en el agua del recuerdo y sé fuerte para poder librarte de los viejos pensamientos y tentaciones. Después tú mismo asumirás enteramente la naturaleza de esa agua pura de la cabeza a los pies. La molesta avispa, igual que huye del agua, tendrá miedo de ti”¹⁹⁹.

Rūmī destaca asimismo que este poder del *dīkr* para quemar el pensamiento dañino se debe a que tiene su origen en el Espíritu: “Has visto el fuego que quema todo retoño: que veas el fuego del Espíritu por el que es quemado el fantasear”²⁰⁰.

Y Qushayrī utiliza el símbolo de la espada para referirse al *dīkr*, pues cada vez que el adepto encuentra dificultades en la Vía, “el *dīkr* es la espada con la que amenaza a sus enemigos, y Dios protegerá a aquel que se acuerde constantemente de Él en el tiempo de la aflicción y el peligro”²⁰¹. Esta idea guarda relación con una significativa aleya: “¡Vosotros que creéis! Cuando tengáis algún encuentro con una tropa, sed firmes y recordad mucho a Allāh para que así podáis tener éxito”²⁰². Según Burckhardt, el sentido esotérico de la tropa es el «alma que incita al mal» (*al-nafs al-ammāra*), por lo que hay entonces una transposición del sentido literal relativo a la «guerra santa menor» (*al-ġihād al-aṣḡar*), al plano de la «guerra santa mayor» (*al-ġihād al-akbar*)²⁰³. Otras dos relevantes aleyas al respecto son las siguientes: “Y si te solivianta una incitación del Šayṭān, busca refugio en Allāh,

es cierto que Él es Quien oye y Quien sabe. En verdad los que tienen temor (de Allāh), cuando una instigación del Šayṭān los tienta, recuerdan y entonces ven con claridad”²⁰⁴.

Lings se refiere también al simbolismo de la espada cuando dice que estos contenidos que perturban la mente constituyen el obstáculo que hay que remontar, por lo que en muchas tradiciones se le representa como un monstruo gigantesco. Así, nada podrá contre él, salvo una espada forjada en el cielo, que provenga ante todo del Nombre divino mismo. Este es pues el poder purificador del *dīkr Allāh*²⁰⁵.

Nasr resalta también el papel integrador del *dīkr*, pues de las tres áreas del hombre, eso es, cuerpo, mente y espíritu, es el plano mental el área en la que el hombre se identifica a sí mismo y en la que más a menudo se halla atrapado en un laberinto de imágenes y pensamientos incongruentes. Así, todos los elementos dispersos en el hombre sólo pueden ser reunidos gracias a la Presencia divina y a la *barakah* contenidas en los métodos del sufismo, y que se remontan al origen de la revelación coránica misma. El hombre ordinario está alejándose constantemente del centro de su ser hacia la periferia, dispersándose en la multiplicidad de este mundo como las olas que se rompen en mil gotas contra las rocas de la costa. Esta tendencia a ir hacia afuera debe ser reconocida y revertida para que el hombre pueda vivir internamente, con sus reacciones y tendencias moviéndose hacia el centro más que hacia el borde; porque en el centro reside el Uno, el Ser puro e inefable que es la fuente de toda beatitud y toda bondad, mientras que en la periferia está la no existencia, que sólo parece ser real debido a la percepción ilusoria y a la falta de discriminación del hombre²⁰⁶.

Como se ha apuntado anteriormente, las prácticas supererogatorias son una extensión de las prácticas rituales obligatorias para todos los musulmanes, es decir, los cinco pilares. El *dīkr*, como práctica voluntaria, puede considerarse así como una extensión de las oraciones diarias (*ṣalāt*). Vimos que la oración ritual ya es en sí un poderoso medio para llevar a cabo una profunda transformación, para volver la atención del alma de la multiplicidad a la unidad. El *dīkr*, como método principal

del sufismo, consiste en extender las oraciones hasta que lleguen a ser continuas. Según los sufíes sólo de esta manera la separación con respecto a lo divino es erradicada y el hombre alcanza el *tawhīd*. Como dice Nasr, aunque este proceso de transformar la psique del hombre aparece en un principio como gradual, el *ḍikr* termina por convertirse en la naturaleza real del hombre y la realidad con la que éste se identifica. Con la ayuda del *ḍikr*, combinado con formas apropiadas de meditación o *fikr*, el hombre obtiene primero un alma integrada, pura y entera como el oro, y luego en el *ḍikr* ofrece esta alma a Dios en la forma suprema del sacrificio. Finalmente en la aniquilación (*fanāʾ*) y la subsistencia (*baqāʾ*) se da cuenta de que nunca estuvo separado de Dios, ni aun en el principio²⁰⁷.

La técnica del *ḍikr* lleva también a centrar la mente en el cuerpo. Aunque al comenzar a adquirir conciencia de la vida espiritual, el hombre haya de separarse del cuerpo considerado en su aspecto negativo y apasionado, en los estadios más avanzados del camino el propósito es mantenerse dentro del cuerpo y centrado en el corazón, es decir, dentro del cuerpo en su aspecto positivo, como templo (*haykal*) del espíritu. La mente está siempre errante de un pensamiento a otro. Ser capaz de mantenerla dentro del cuerpo significa estar siempre totalmente presente, aquí y ahora, en el instante que conecta lo temporal con lo eterno²⁰⁸.

PROPIEDAD PREVENTIVA DEL *ḌIKR*

El *ḍikr* tiene asimismo una cualidad preventiva que permite inhibir la expresión de los impulsos negativos. El Corán destaca la importancia del recuerdo de Dios incluso por encima de la oración ritual (*ṣalāt*): “¡Recita lo que se te ha revelado de la Libro y establece el *ṣalāt*, es cierto que el *ṣalāt* impide la indecencia y lo reprobable. Pero el recuerdo de Allāh es mayor, y Allāh sabe lo que hacéis”²⁰⁹.

Vemos en esta aleya que el hecho de recordar a Dios y la conciencia de que Él sabe de nuestra conducta, son dos conceptos que van parejos. Existen diversos grados de Recuerdo, y en su última fase lleva a rea-

lizar la Unidad. Pero en fases previas, el Recuerdo tiene una cualidad preventiva que asegura una actitud y una conducta justas. Esta actitud se inicia ya en la fase de *tawba*, cuando los primeros signos han despertado un sano temor (*taqwā*), ya comentado. Si volvemos al hadiz del *iḥsān* vemos que si bien la primera parte se centraba en el aspecto operativo del “como si”, la segunda parte del hadiz se refería al hecho de que Dios ve al ser humano. El Corán reitera esta presencia de Dios en varias aleyas, por ejemplo: “[...] Está con vosotros dondequiera que os encontréis. Dios ve bien lo que hacéis”²¹⁰. Por ello el Corán condiciona el beneficio del Recuerdo a un previo temor reverente: “Así pues llama al Recuerdo, porque recordar beneficia. Recordará quien sea temeroso”²¹¹.

Ya en los filósofos antiguos encontramos la recomendación de recordar la divinidad para no descuidar la conducta. Jámblico, por ejemplo, se refiere a los pitagóricos con los siguientes términos: “Creían que cada uno, consciente de la variedad de su naturaleza, jamás debe olvidar la piedad y el culto divino, sino siempre tener en mente a la divinidad como observadora y vigilante de la conducta humana”²¹².

Rūmī enfatiza la cualidad preventiva de esta creencia: “Dios se ha llamado *Baṣīr* (El que ve) para que el hecho de que te esté viendo te disuada (de cometer faltas). Dios se ha llamado *Samīʿ* (El que oye) para que cierres los labios (y te abstengas de hablar mal). Dios se ha llamado *ʿAlīm* (El que sabe) para que temas meditar en una mala acción”²¹³.

Vemos, pues, que el Recuerdo de Dios y la conciencia de que Él sabe de nuestra conducta, son dos conceptos estrechamente relacionados. Esto se debe a la identidad fundamental entre el Contemplador y el contemplado, o el Observador y el observado, de la misma forma que, como vimos, hay una identidad entre el Amado y el amante. Ibn ʿArabī, en su descripción del nombre *al-Ṣabīd*, pone de manifiesto estos aspectos relacionados con el hadiz del *iḥsān*: “Tienes necesidad de Él para que te brinde la contemplación (*muṣābada*) de Él dondequiera que sea y para que te provea asimismo de pudor (*ḥayāʾ*) de Él. El Testigo (*al-Ṣabīd*) es el que está presente (*ḥāḍir*) y te ve cuando realizas. El Con-

templador (*al-Šahīd*) es también el Contemplado (*al-Mašbūd*) [...]. Él es el Testigo (*al-Šahīd*) que da testimonio de todas las cosas y que está presente con (*ma'a*) toda cosa. Si tienes conocimiento de que eres visible objeto de contemplación (*mašbūd*) para Él, esfuérzate pues, de modo que “Él no te vea en cuanto te ha prohibido, ni te pierda *de vista* en cuanto te ha ordenado”. Por otra parte, si eres testigo de Él tienes que aferrarte al pudor (*ḥayā'*) de Él. Él ha reunido ambos aspectos en un único comunicado profético (*jabar*) de probada autenticidad: “Adora a Dios como si Le vieras, pues aunque tú no Le veas Él te ve”²¹⁴.

Anteriormente se expuso la capacidad creativa y reveladora del “como si”, que ahora puede aplicarse al otro principio implícito en el hadiz del *iḥsān*. Éste principio consiste, pues, en la remembranza del hombre de que Dios observa sus actos y pensamientos. Gazālī habla de la importancia de la autoexaminación y del recogimiento en Dios, y señala el hecho de que la gente sólo ve el exterior, mientras que Dios ve tanto el exterior como el interior del hombre. Aquel quien realmente cree esto tendrá tanto su exterior como su interior bien disciplinados. Es decir, hasta que el hombre no está completamente convencido de que está bajo la observación de Dios, le es imposible actuar rectamente a todos los niveles. Pero llegar a desarrollar este profundo sentimiento de la presencia divina observando el ser más íntimo del ser humano, sólo es posible precisamente a través del recuerdo de Dios. Gazālī pone un ejemplo citado a menudo en los círculos sufíes: Cierta *Šayj* tenía una vez un discípulo favorito por encima de los demás, hecho que causaba la envidia de estos. Un día el *Šayj* dio a cada uno de ellos un gallo y les dijo que fueran y lo mataran en un lugar donde nadie les pudiera ver. De acuerdo a esto cada uno mató a su gallo en algún lugar retirado y lo trajo de vuelta, con la excepción del discípulo favorito del *Šayj*, quien trajo a su gallo vivo y dijo, “No he encontrado un lugar así, pues Dios mira en todo lugar.” El *Šayj* dijo a los otros, “Ahora veis su rango real; él lo ha conseguido con la constante remembranza de Dios”²¹⁵.

El *dīkr* desemboca pues, en la Presencia, es decir, con el Recuerdo o “llamamiento” el ser humano experimenta a Dios, siente su Presen-

cia, como dice Rūmī: “Estas palabras mías son, en realidad, un «Oh Señor» (una oración); las palabras son el cebo para el aliento del de dulces labios. ¿Cómo podría (el que busca una respuesta) dejar (de rezar)? ¿Cómo podría estar callado, puesto que «Aquí estoy» (siempre) es la respuesta a su «Oh Señor»? Es un «Aquí estoy» que no se puede oír pero se saborea de la cabeza a los pies”²¹⁶.

Dada la identidad fundamental ya comentada, esto es lo mismo que decir que el ser humano experimenta su propia esencia, la cual es divina, sin que esto anule el aspecto trascendente de la esencia divina, también comentado. Aquí se entiende la diferencia que establece Ibn ʿArabī entre el concepto de Dios y el de Señor (*rabb*). Izutsu lo cita cuando aquel comenta un significativo pasaje de la sura dedicada a Noé: “Noé dijo «Oh, mi Señor», y no «Oh, mi Dios». Tal hizo porque el «Señor» tiene una fijeza rígida (*tubūt*), mientras que «Dios» (*ilāh*) es variable a tenor de los Nombres, de modo que «se encuentra cada día en un nuevo estado»”²¹⁷. El Señor, dice Izutsu, es lo Absoluto manifiesto a través de un Nombre concreto, mientras que Dios es lo Absoluto que no deja nunca de transformarse, en cada momento, de acuerdo con los Nombres²¹⁸.

El objetivo final del *dīkr* es que sujeto de rememoración y objeto de rememoración vuelvan a ser uno, como lo fueron el Día de *alast*. Es decir, el objetivo es la contemplación (*mušāhada*), en la que sujeto y objeto no son finalmente discernibles. Así, mientras que la frase o pensamiento «¡Oh Dios!» implica la conciencia de la dualidad del sujeto y el objeto, el misterio último de la rememoración es el silencio perfecto²¹⁹. Este es el *dīkr* del corazón.

Así, el hecho de vivir “como si” Dios viera la conducta del ser humano en todo momento tiene dos funciones: una ya ha sido comentada en el punto anterior, y es la de ordenar la conducta en base a un temor a infringir las leyes de la existencia o *wāḥūd*. El otro, relacionado con este, es el hecho de que permite desarrollar el “observador” que está detrás del “pensador”. Decíamos en el primer apartado de este estudio que la unidad esencial de toda la existencia tiene su expresión

radical en el hecho de que ‘Amante’ y ‘Amado’ son en realidad uno sólo, y aplíquese lo mismo a la pareja ‘Observador’ y ‘Observado’. Es decir, el *dikr* o recuerdo de Dios y la conciencia de que Él ve, permiten desarrollar la cualidad de observador dentro del ser humano, la conciencia profunda de sí mismo, que es la vía para escapar de todos los patrones de pensamiento automático causantes de la mayor parte del sufrimiento.

Sólo la luz de la conciencia puede disolver la identificación con estos patrones negativos. En un estado de presencia consciente la mente queda limpia por completo; dicho de otra forma, para ‘ganar la partida’ al *nafs* hay que convertirlo en conciencia. Cualquier forma de negatividad interior causante de malestar o dolor intenta tomar el control y dirigir a la persona, pero cuando se la observa, cuando se le dedica atención consciente, cuando se proyecta la luz de la conciencia sobre ella sin que intervenga el pensamiento (ya que esto significaría que sigue teniendo el control generando más negatividad), cuando sólo se la observa sintiendo su campo de energía, entonces la forma negativa se transforma en conciencia. Este principio es básico: lo que se expone a la luz deviene luz. El *dikr*, como conciencia orientada, permite esta atención constante.

Este “observador” ha sido tratado por autores de todas las grandes tradiciones espirituales. A veces se le llama el Yo profundo o con otros nombres. Es un tipo de observación que no puede apresarse a sí misma como objeto, sino que su identidad radica en esta capacidad de ser conciencia pura, de actividad que no queda atrapada ni confundida en ningún objeto. Aunque sí es vivida también como la Presencia de algo esencial. Recuérdese aquí que el término ‘*nafs*’ se puede definir también por ‘conciencia’, lo que implica que en su connotación positiva y original el *nafs* corresponde a esta conciencia pura que no se identifica con ninguno de sus objetos mentales. Por ello dice Rūmī que el nivel espiritual de una persona está en relación con su capacidad de ser consciente: “Ya que la conciencia es la naturaleza más íntima y la esencia del alma, cuanto más consciente es un hombre, tanto más espiritual es”²²⁰.

Este “Observador” es el que realiza la escucha interna y permite detectar a tiempo el impulso negativo antes de que se transforme en acción. El nombre divino *al-Ḥasīb*, uno de cuyos significados es ‘el Contador’ o ‘el que lleva la cuenta’, guarda relación con este concepto. Ibn ‘Arabī describe este nombre o atributo divino de la siguiente manera: “Tienes necesidad de Él —Glorificado sea— para que te ayude a llevar la cuenta de tus respiraciones [...]. Cuando el siervo realiza cumplidamente aquello cuya ejecución le ha prescrito el Verdadero (*al-Ḥaqq*), de modo que se basta para encargarse del gobierno (*tadbīr*) de sí mismo, y cuando además se rinde cuentas a sí mismo *por sus actos*, tanto interna como externamente, haciéndose responsable tanto de sus pensamientos (*jaṭarāt*) como de sus movimientos (*ḥarakāt*), con atento sentido *autocrítico* (*naqd*) y *con la intención* de aclarar y limpiar las faltas (*tambīs*), es entonces *ḥasīb* [...]”. Es decir, se trata de estar atento en todo instante a la propia conducta de modo que sea posible pedirse cuenta de todo acto y, al recapitular, “hacerse responsable” de las propias obras. Para ello es necesario estar consciente de sí mismo y del entorno, objetivo que se puede conseguir con las distintas técnicas utilizadas en Sufismo, especialmente ésta del *dīkr*.

Para finalizar este apartado sobre el aspecto preventivo del *dīkr* es necesario hablar del Recuerdo de la Muerte (*dīkr al-Mawt*) que, aunque no consiste en ninguna técnica de invocación específica, implica igualmente la noción de Recuerdo, en este caso del recuerdo del fin postrero del ser humano. Así, el *dīkr al-Mawt* ejemplifica bien el aspecto operativo de la creencia comentado anteriormente, pues al tener presente su propia vulnerabilidad y finitud el hombre modifica su escala de valores y disminuye su afán por apropiarse del mundo. Rūmī cita un hadiz que habla de este aspecto: “Aquel capitán de la humanidad (el Profeta) ha dicho con verdad que nadie que ha partido de este mundo siente pesar ni añoranza por lo perdido ni desengaño a causa de la muerte, no, sino que siente cien pesadumbres y arrepentimiento por haber desaprovechado la ocasión. Y dice «¿Por qué no hice de la muerte, almacén de toda fortuna y toda provisión, mi mira y mi meta, sino que por ver doble hice de esos simulacros que se desvanecen a la hora fijada por el destino mi objeto de atención durante la vida

entera?». La pesadumbre de los muertos no es a causa de la muerte, es a causa de que «nos detuvimos con las formas y no nos dimos cuenta de esto: que son forma y espuma, que la espuma es puesta en movimiento y alimentada por el Mar»²²¹. El punto a destacar de este pasaje es que tener puesta la mira en el mundo venidero es lo que evita o previene de caer prisionero en el mundo de la forma evanescente y pasajera. Vemos así que aquí también funciona el principio del “como si” o *ka’anna* implícito en el hadiz del *iḥsān*.

PROPIEDAD REVELADORA DEL *DIKR*

Anteriormente vimos también que el aspecto operativo de la creencia no es sólo necesario para mantenerse dentro de los límites de la conducta justa, sino que es el único método para llegar al conocimiento esencial o gnosis. En relación a esto vemos que el efecto del *dīkr* es la revelación paulatina de los secretos esotéricos que ya están en forma latente en el corazón. Así, el *dīkr* prepara para las intuiciones del *tafakkur*, concepto que será tratado en breve. La técnica del recuerdo de Dios permite limpiar el corazón para que se manifiesten en él los misterios divinos.

El *dīkr* purifica el corazón para que puedan emerger los contenidos esenciales, es decir, la esencia noble del ser humano. Ibn ‘Arabī, en su definición del nombre divino *Al-‘Alīm* (el Sabio), dice lo siguiente: “por lo que respecta al hombre (*jalq*), las ciencias (*‘ulūm*) congénitas con que ha sido creado no las adquirió de otros”²²². El conocimiento está, por tanto, en el ser humano, y lo único que tiene que hacer es actualizarlo. El principio último del *dīkr* es pues el recuerdo, el despertar de una memoria ontológica de los orígenes que corresponde a un despertar espiritual total. Schimmel cita a Kālābādī, un sufi del siglo x, como uno de los primeros en hacer remontar el origen del *dīkr* al Pacto primordial: “Los hombres escucharon su primer *dīkr* cuando Dios se dirigió a ellos diciendo: *alastu bi-rabbikum* («¿no soy Yo vuestro Señor?»). Este *dīkr* fue sellado dentro de su corazón al mismo tiempo en que surgió el hecho en su intelecto. Así, en aquellos que escuchan el *dīkr* (los sufíes), las cosas secretas de su corazón aparecen”²²³.

Las formas absolutas de la esencia humana, que son los atributos divinos, ya están en el ser humano, y por tanto no pueden ser aprendidas más que recordándolas. Encontramos esta concepción ya desde antiguo, por ejemplo en Platón y su teoría de la reminiscencia²²⁴. Conocer es, pues, Recordar. Existe, por tanto, un conocedor en lo profundo del ser humano, detrás del “pensador” de la superficie, que conoce las verdades espirituales y las reconoce cuando las oye. El *dikr*, por así decirlo, desbloquea el camino para que este conocimiento esencial pueda emerger desde lo profundo. En terminología sufi esto significa que el corazón se pule hasta reflejar todos los misterios.

Respecto a esta faceta reveladora del *dikr*, dice Ibn ‘Arabī que la ciencia divina que fue concedida a Jidr, se obtiene a través de la invocación divina (*dikr*): “Pues a quien tiene dotes, si persiste en el retiro espiritual y la invocación divina (*dikr*), vacía el receptáculo [del corazón] de pensamientos discursivos y se sienta ante la puerta de su Señor como pobre que no tiene nada, entonces Dios —¡ensalzado sea!— le concederá y dará parte de Su Ciencia, de los Secretos divinos y de los conocimientos del Señorío que Dios encomendó —¡exaltado sea!— a Su servidor Jidr”²²⁵.

En base a este examen podríamos resumir los efectos o beneficios del *dikr* así: limpiar la mente y vaciar el corazón abriéndolo a la Presencia divina y a la recepción de los misterios divinos.

La meditación sobre los signos: el tafakkur

EL SER HUMANO COMO HERMENEUTA DE LOS SIGNOS DIVINOS

La meditación (*tafakkur*) es uno de los elementos más importantes del método sufi, quizás, junto al *dikr*, el más importante. La palabra *tafakkur* proviene del término coránico *tafakkara*, cuya raíz lingüística (f k r) implica la idea de ‘meditar’, ‘pensar’, ‘razonar’ o ‘reflexionar’²²⁶. Ibn ‘Arabī define esta reflexión o meditación como una de las cinco especies de oración del método sufi²²⁷.

El *tafakkur* consiste en un tipo de meditación sobre la realidad perceptible por los sentidos que permite conocer el mundo espiritual. Es decir, no se trata del pensamiento o razonamiento en el plano puramente horizontal de las relaciones lógicas entre las cosas, sino de un tipo de reflexión de orden vertical o ascendente, el cual apunta, a partir de la observación y reflexión sobre la realidad sensible, a un orden superior. El *tafakkur* permite de esta manera abrir un camino a la comprensión personal sobre el mundo de lo no-visto (*gayb al-muṭlaq*), comprensión en la que reside el conocimiento esencial o *gnosis* y que es, según el presente estudio, fuente de salud.

Como se expuso, la doctrina sufi está al principio y al final del camino. Las verdades planteadas de forma teórica que en el comienzo del camino eran sólo medio intuitas, van verificándose con la práctica del método sufi. Así, técnicas como la del *dīkr* preparan para las intuiciones espirituales del *tafakkur*. Este tipo de meditación, apunta Burckhardt, “procede normalmente según un movimiento circular: parte de una idea esencial, de la que desarrollará diversas aplicaciones para reintegrarlas al final en la verdad inicial, que adquiere así, para la conciencia reflexiva, una actualización más inmediata y más rica. Es lo contrario de la búsqueda filosófica, pues ésta considera la verdad como algo que no está esencialmente y *a priori* contenida en la inteligencia del conocedor”²²⁸.

Vimos anteriormente la teoría del *waḥdat al-wuṣūṭ* o Unidad del Ser, según la cual la creación es Epifanía, es decir, manifestación o auto-revelación de la esencia divina en sucesivos planos (*ḥaḍra*), siendo los inferiores metáfora o símbolo de los superiores. Según esta concepción, el mundo sensible (o quinto plano) constituye en sí mismo un símbolo o signo a partir del cual pueden entenderse los mundos superiores; el mundo sensible actuaría así de espejo del divino. El símbolo, dice Nasr, “es la revelación de un orden superior de realidad en otro inferior a través del cual el hombre puede ser reconducido al reino superior. Comprender los símbolos es aceptar la estructura jerárquica del universo y los estados múltiples del ser”²²⁹. La realidad externa y visible se presenta así como un símbolo o representación de la rea-

lidad interna e invisible. En relación a esto, apunta Lings que en la última revelación profética, el Corán, los milagros de Muhammad no ocupan ya el lugar central de la escena, como pasaba necesariamente con Moisés o con Jesús, sino que la Creación es ahora el milagro mismo, y el ser humano debe despertar su capacidad primordial de darse cuenta de ello²³⁰.

Los fundamentos del *tafakkur* en el Islam son, según Burckhardt, de una parte los versículos coránicos que se dirigen a «aquellos que están dotados de entendimiento» y que recomiendan los «signos» (los símbolos) de la naturaleza para la meditación, y de otra estas dos sentencias del Profeta: «Una hora [un momento] de meditación vale más que las buenas obras realizadas por las dos especies de seres que pesan [los hombres y los genios, *ġinn*]»; y: «No meditéis en la Esencia, sino en las cualidades de Dios y en Su Gracia»²³¹. La Esencia no puede convertirse en objeto del pensamiento, pero sí en cambio las cualidades y la gracia divina.

Múltiples aleyas del Corán, pues, instan a reflexionar sobre los signos, presentes en el cosmos, en las personas y en el Corán, que revelan la existencia y la grandeza de Dios y que conducen a él: “Observad lo que hay en los cielos y en la tierra”²³²; “¡Cuántos signos hay en los cielos y en la tierra! Pasan delante de ellos y se apartan”²³³; “En los cielos y en la tierra hay signos para los creyentes”²³⁴; “Es cierto que en la creación de los cielos y la tierra y en la sucesión del día y la noche, hay signos para los que saben reconocer la esencia de las cosas”²³⁵; “Los que recuerdan a Allāh de pie, sentados y acostados y reflexionan sobre la creación de los cielos y la tierra: ¡Señor nuestro, no creaste todo esto en vano! ¡Gloria a Ti, presérvanos del castigo del Fuego!”²³⁶. Y los signos se encuentran tanto en el macrocosmos como en el microcosmos humano: “En la tierra hay signos para los convencidos, y en vosotros mismos también. ¿Es que no veis?”²³⁷; “Les haremos ver Nuestros signos en el horizonte y en ellos mismos hasta que se les haga evidente que es la verdad”²³⁸. Finalmente, las aleyas del Corán se consideran también signos en sí mismas, pues la palabra ‘aleya’ corresponde al término árabe *āya*, que significa ‘signo’, ‘señal’.

Como hace notar Lings: “Si el tema del Corán es ante todo Allāh, su tema secundario es que viene directamente de Él por medio de la Revelación y que devuelve a Él por Su guía a lo largo del *camino recto*”²³⁹. La función del ser humano deviene, pues, la de interpretar, como hermeneuta de las aleyas o signos divinos, los dos Libros en los que se manifiesta la Palabra divina: el Corán y el Universo.

LA IMAGINACIÓN ACTIVA

El hadiz citado sobre la recomendación de meditar sobre las cualidades y la gracia divina y no sobre la Esencia explica el aniconismo en el Islam, es decir, la ausencia de imágenes que representen figurativamente a Dios. También el Corán establece esta imposibilidad de cualquier comparación: “Y no atribuyáis a nada semejanzas con Allāh, realmente Allāh sabe y vosotros no sabéis”²⁴⁰. Sin embargo, el Corán también se refiere a menudo a las semejanzas que Dios ha establecido de Sí Mismo a fin de lograr la comprensión humana. Por ello Ibn ‘Arabī dice que la propia creación es una vasta colección de semejanzas establecidas por Él: “Dios ha querido establecer semejanzas para los seres humanos. Dice: *Incluso de esa manera Dios crea semejanzas para aquellos que responden a su Señor* [13:18]. Por lo tanto, el cosmos entero y todo lo que contiene es una creación de semejanzas de modo que se pueda saber que Él es Él. Él ha hecho que el cosmos sea la prueba de Sí Mismo”²⁴¹.

El ser humano no puede por tanto crear símbolos para representar a Dios, sin embargo puede comprender a Dios a través de las semejanzas que Él ha creado para la comprensión humana. Es decir, el mundo es opaco y mudo para la persona todavía espiritualmente dormida, pero quien ya posee una fe inicial y ha dado sus primeros pasos en el camino espiritual, empieza a mirar el mundo en su calidad simbólica.

El mundo es así como un libro que nos enseña, sin embargo el ser humano debe interpretarlo, es decir, debe hacer el esfuerzo de sacar la lección que hay escondida en él. Varias aleyas del Corán exhortan a esta interpretación: “Sacad pues una lección de ello, vosotros que

tenéis visión”²⁴². El término árabe empleado aquí es *ʿtibār*, que significa ‘experimentar un tránsito (mental de una cosa a otra)’. Chittick señala que este término y el término empleado para referirse a la interpretación de los sueños, *taʿbīr*, proceden de la misma raíz lingüística, que significa “pasar por encima, cruzar, vadear”. La interpretación permite así ir desde el contenido formal, ya sea del sueño o de la realidad aparente, hasta su significado oculto o real²⁴³. Y el órgano que permite hacer este tránsito es la Imaginación activa. El alma necesita del soporte de la Imaginación para entender el mundo inteligible. Por ello los textos revelados están repletos de imágenes, pues sin ellas jamás se podría comprender la semejanza de Dios.

Cabe remarcar aquí que esta Imaginación no es en ningún caso simple fantasía, sino una imaginación real en el sentido de que explica cosas que no pueden ser explicadas de otra manera. De hecho, la facultad imaginativa es la misma en el hombre caído que en el hombre espiritualmente despierto, pero en el segundo caso ha sido transformada. Como ejemplo extremo, un criminal puede utilizar toda su capacidad imaginativa para visualizar y planear sus actividades delictivas, o quien no ha dominado y encauzado sus apetitos inferiores se ve constantemente asediado por imágenes que los inflaman. El místico utiliza la misma facultad pero orientada a la recepción del conocimiento espiritual en forma de imágenes. Este doble posible uso de la misma facultad explica por qué el símbolo astrológico de la luna, que como vimos corresponde al corazón que recibe y transmite los misterios espirituales, es a la vez también en la astrología tradicional símbolo de la mente inferior o ego (*nafs*) constantemente cambiante. La Imaginación activa, por tanto, sólo puede ser plenamente operativa cuando el espejo del corazón ha sido pulido, o dicho en lenguaje aviceniano, la facultad del intelecto contemplativo sólo puede ejercer su propia función cuando el intelecto práctico ha puesto bajo control a las potencias inferiores.

El método sufi permite hacer esta labor, pues prepara para la recepción de estas imágenes de los mundos superiores mediante la activación de esta facultad. La rememoración (*dhikr*), por ejemplo, dispone

a esta receptividad, lo cual propicia la inspiración y la revelación. Y esta facultad es subsistente por sí misma, pues como vimos su acción acontece en el mundo intermedio o *mundus imaginalis* (*‘ālam al-miṭāl*), mundo de las Formas imaginales, mediador y mixto entre el mundo sensible y el mundo inteligible, entre los cuerpos materiales y los conceptos espirituales. Ibn ‘Arabī señala que esta capacidad para dar forma *imaginal* a los significados corresponde al atributo o nombre divino ‘El Formador’ (*al-Muṣawwir*), cuya dependencia por parte del ser humano describe así: “Tienes necesidad de Él para dar forma *imaginal* a los significados (*taṣawwur al-ma‘ānī*) que, al manifestarse en ti, te revelan a la Imaginación activa”²⁴⁴.

Una de las funciones de la poesía mística es la de despertar la percepción imaginal de las auto-revelaciones de Dios. Por ello la poesía de autores como Rūmī rebosa de imágenes que permiten percibir lo infinito. El lenguaje racional y abstracto de la teología dogmática es limitado para expresar las auto-revelaciones divinas, pues éstas se dan en el reino imaginal en términos propios de los cinco sentidos. Lo que se ha percibido sólo puede expresarse en un lenguaje que describa objetos concretos y sensoriales. La imaginación es pues junto a la razón la otra facultad necesaria para percibir a Dios. Ibn ‘Arabī señala que los poetas obtienen su inspiración de la tercera esfera celeste o tercer cielo, el de Venus, la cual está habitada por José, el gran intérprete de sueños. Y de esta esfera se deriva también el orden armonioso y la belleza de las formas. Recuérdese que Ibn ‘Arabī, siguiendo los hadices acerca del *mi‘rāṭ* del Profeta, ubica a un profeta específico en cada una de las esferas y habla de las ciencias propias de cada profeta, que son adquiridas por el viajero que alcanza la esfera correspondiente²⁴⁵.

La Imaginación activa es por tanto la facultad que permite esta recepción de imágenes, es decir, la corporeización de los significados. Pero es también la facultad que permite la transmutación en símbolos de los datos sensibles, es decir, de los objetos sensoriales. Esta activación es la que se designa a través del término técnico de *ta’wīl* o *exégesis simbólica*, que etimológicamente significa «devolver» los *datos* a su origen, a su arquetipo, a su *donante*. No se trata de crear nuevos conceptos,

sino de ver aquello oculto en lo aparente. Se trata, pues, de reconducir las formas sensibles a las formas imaginativas para pasar así a significaciones más elevadas. Así, esta interpretación permite el acceso a un plano superior del ser.

La naturaleza simbólica de la realidad implica, por tanto, que existe otro mundo más real. Ibn ʿArabī dice que el mundo sensible que nos rodea, la supuesta «realidad», no es más que un sueño: “El mundo es una ilusión; no tiene existencia real”²⁴⁶. Sin embargo, como apunta Izutsu, esto no significa que el «sueño», la «ilusión» o la «imaginación» sean simplemente algo falso y carente de valor, sino que su significado es el de ser un reflejo simbólico de algo verdaderamente real²⁴⁷. Esta concepción tiene su raíz en el hadiz según el cual «Los seres humanos están dormidos, pero al morir despiertan»²⁴⁸. Ibn ʿArabī señala que “con estas palabras, el profeta destacaba el hecho de que lo que el hombre percibe en este mundo es para él lo mismo que un sueño para el hombre que sueña, y como tal ha de ser interpretado”²⁴⁹. Lo que se oculta tras el velo de lo fenoménico es la Realidad auténtica, que Ibn ʿArabī llama *al-haqq*. Sin embargo, la mayoría de los seres humanos no tienen acceso a ella, pues no advierten la naturaleza simbólica del mundo fenoménico. Por eso dice Rūmī que el hombre vive en el mundo en un estado de olvido, pues básicamente, en esto consiste el mundo, en un olvido: “¿Qué es este mundo? Olvidarse de Dios”²⁵⁰.

También Corbin apela a la misma sentencia del profeta para fundamentar el *taʿwīl*: “Una vez reconocido que todo lo que el hombre ve durante su vida terrena es del mismo orden que las visiones en sueño, *todas* las cosas vistas en este mundo, promovidas así al rango de imaginaciones activas, requieren una hermenéutica, un *taʿbir*; investidas de su función teofánica, es preciso reconducirlas desde su forma aparente (*ẓāhir*) a su forma real y oculta (*bāṭin*), para que la apariencia de lo Oculto se manifieste *en verdad*. Esto es el *taʿwīl*, y su aplicación, mediante la Imaginación activa es ilimitada. Es así como el Profeta aplicaba el precepto divino: «Y di: ¡Señor! ¡Aumenta mi ciencia!» (Corán 20/113), y realizaba el *taʿwīl*, la exégesis simbólica y mística, de todo lo que se le presentaba. [...] Sus compañeros le pregunta-

ban: «¿Cómo interpretas?» (es decir, ¿a que idea lo reconduces? ¿Cuál es tu *ta'wil*? ¿Con qué lo haces simbolizar?). Y él respondía: «Es el conocimiento» (*ilm*). Este ejemplo nos muestra cuál es la función universal y liberadora de la Imaginación activa: tipificar, transmutarlo todo en Imagen-símbolo (*miṭāl*), pecibiendo la correspondencia entre lo oculto y lo visible”²⁵¹.

La dimensión terapéutica del *tafakkur* consiste en que el *ta'wil* de los signos es en realidad el *ta'wil* del alma. Cuando la persona logra activar su Imaginación activa y empieza a transmutar los datos sensibles en símbolos, en realidad está accediendo al nivel del alma, que es el nivel del mundo *imaginal*. Hacer la exégesis simbólica del mundo significa transmutar alquímicamente el alma. La comprensión de los principios inteligibles libera así al ser humano de la prisión del mundo de la forma, pues recuérdese aquí que el ser humano no evolucionado está atado al *nafs* (*al-nafs al-ammāra*), cuya característica principal es la ignorancia.

El *tafakkur* aporta así la luz necesaria para escapar de esta sumisión. Esto es en lo que consiste el despertar del sueño en que vive el ser humano velado, pero para despertar, primero hay que morir al mundo fenoménico. Para Ibn ‘Arabī, la expresión «morir y despertar» que aparece en el hadiz según el cual el ser humano debe morir antes de morir, no es sino una referencia metafórica al acto de interpretación (*ta'wil*) entendido en este sentido. Es decir, dicha muerte es un acontecimiento espiritual consistente en traspasar los confines de lo fenoménico y ver lo que subyace tras la membrana de las cosas fenoménicas²⁵². Como apunta Corbin, esta muerte no tiene que ver con la muerte biológica, sino más bien con el hacerse ‘extranjero’ al mundo de la metáfora: “«Salir de este mundo», acceder al mundo verdadero, significará que la Tiniebla y las dudas serán arrancadas de la conciencia que, del estado de infancia (*ḥāl-i tīfuliyya*) pasa a la edad de la madurez. Llegar a esta conciencia verdadera de lo Verdadero Real es hacerse extranjero al mundo de la metáfora con el que la conciencia común se satisface como si fuera un mundo verdadero. Dejar este mundo no es «morir» como mueren aquellos de los que se dice que «han partido», pues muchos de los que así se marchan no han dejado jamás este

mundo. Su marcha es también metafórica, pues no es en absoluto así como se sale, en el verdadero sentido de la cripta cósmica. Para salir realmente de ella es necesario convertirse, reconvertirse más bien, en la Extranjera, es decir, en un alma regenerada en la Fuente de la Vida que ha efectuado el paso que supone el retorno de «Maḡāz» a «Ḥaḡīqa». Este paso hacia la Ḥaḡīqa, la Realidad comprendida en sentido verdadero, es el éxodo fuera de ese mundo, en el sentido verdadero”²⁵³.

Dentro del ámbito del *tafakkur* entran también todas las historias con contenido simbólico, como las historias de los profetas, las cuales tienen un significado por ser teofanías que permiten una exégesis del alma. Corbīn apunta que en el plano de la evidencia sensible, en el que se desarrolla lo que nosotros llamamos «la historia», el significado o verdadera naturaleza de esas historias, que son esencialmente «historias simbólicas», no puede percibirse. Tales historias configuran la hierohistoria, la cual transcurre en el lugar de la Imaginación Activa²⁵⁴. Tómese el ejemplo entre otros de la historia bíblica y coránica del profeta Moisés, el Faraón de Egipto y los hijos de Israel, de la cual Rūmī dice lo siguiente: “Esto (que voy contando acerca de Moisés y Faraón) no es una historia a los ojos de un hombre de experiencia propia: es una descripción de un estado actual (en toda alma)”²⁵⁵. La simbología de esta historia es clara, pues el Faraón representa el *nafs* o egoísmo que tiene esclavizada a la razón o alma, representada por el pueblo de Israel, y es necesaria la intervención de un principio liberador, Moisés, que ayudado con la gracia divina, cuando ésta envía el diluvio y las plagas a Egipto, consigue liberar a los israelitas y guiarlos hacia la seguridad. Pero también puede hacerse la exégesis simbólica de otras historias o leyendas profanas, como la leyenda de San Jorge, en la cual se repiten los mismos símbolos: el dragón representa el *nafs*, la doncella el alma y San Jorge el principio liberador.

EL TAFAKKUR EN LA OBRA DE RŪMĪ Y OTROS EJEMPLOS

Como se ha dicho, el *tafakkur* es el proceso mediante el cual una idea o principio teórico de la doctrina sufi es actualizado al nivel de la comprensión profunda mediante la reflexión sobre los signos. A con-

tinuación se presentan algunos ejemplos de este proceso clasificados según sus modalidades y su dimensión terapéutica:

INDICIOS ‘DEMOSTRATIVOS’ DE DIOS:

Una significativa aleya del Corán dice lo siguiente: “Aquel que dio principio a los cielos y a la tierra. Cuando decreta algo, le basta con decir: ¡Sé! Y es”²⁵⁶. Esta aleya viene de una anterior que afirma que “suyo es cuanto hay en los cielos y en la tierra y todos están sometidos a Él”²⁵⁷. Estas dos aleyas afirman por tanto que Dios es el Creador del universo, con voluntad para crear libre e ilimitadamente, pues no está sujeto a ningún otro orden superior del que dependa sino que, por el contrario, todo está sujeto a Él. Por otro lado, se recordará aquí que Ibn ‘Arabī establecía un primer nivel de conocimiento, el del intelecto (*‘ilm al-‘aql*), que se obtenía por evidencia inmediata, como las leyes de la lógica basadas en el principio de no contradicción, o bien tras la indagación de un indicio demostrativo (*dalil*). Pues bien, en este caso el ‘ejercicio’ de *tafakkur* consistiría en atender a los indicios demostrativos en el mundo que confirman esta premisa doctrinal.

En la aleya citada el nombre de Dios utilizado es *al-Badi‘*, uno de cuyos significados es “el Innovador”. Ibn ‘Arabī lo define de la siguiente manera: “el Innovador, el Inventor, el Incomparable, que no cesa de introducir novedades en Su creación (*jalq*) permanentemente, pues Él crea las similitudes (*amṭāl*) y las desemejanzas (*ḡayr al-amṭāl*), dado que necesariamente hay al menos un aspecto (*waḥḍ*) por el cual se distingue una imagen (*maṭal*) de su semejante (*miṭl*), y Él es el Innovador de este aspecto distintivo”²⁵⁸. Es decir, Dios introduce una innovación, un aspecto distintivo en todas las cosas como signo para la humanidad, para que se sepa que Él es Él. Los signos serían por ejemplo todas las cosas que, aunque pertenezcan a la misma clase de objetos, no son nunca exactamente iguales: las caras de las personas, los cristales de nieve, etc. A partir de este indicio la inteligencia infiere que esta infinita variedad no puede ser fruto de la simple casualidad o azar, pues si así fuera ya habrían aparecido dos realidades idénticas, sino que tiene que haber por tanto una inteligencia con voluntad para mantener esta innovación constante. El carácter inagotable de la manifestación es por tanto el reflejo de la infinitud del Principio.

El pensamiento de Rūmī es muy relevante en relación a esta modalidad de meditación, pues toda su obra rebosa de ejemplos en los que realiza la exégesis simbólica o *ta'wil* de hechos observables en el plano físico o natural, facilitando así al lector un soporte para la comprensión de las realidades inteligibles o principios espirituales. Véanse a continuación los siguientes, ya comentados algunos de ellos pero que ahora se examinan en relación al concepto de *tafakkur*:

ATENCIÓN SOBRE LA CONDUCTA:

“Si siembras sólo la almendra de un hueso de albaricoque, no brota, pero si siembras el hueso con la corteza, brotará”²⁵⁹.

A partir de una sencilla observación del plano natural como es la siembra de un hueso de albaricoque y su corteza, Rūmī confirma una verdad de orden superior sobre el vínculo entre la forma y el significado. Este principio, según el cual la forma exterior también cuenta, es aplicado a los ámbitos del lenguaje, mostrando la importancia de la buena palabra, así como al de la oración ritual, señalando que la prosternación corporal favorece la del alma, permitiendo emerger así la preciada cualidad de la humildad.

“El mundo es la montaña, nuestros actos el grito; el eco nos viene devuelto”.

El eco es un fenómeno físicamente observable, que se produce, por tanto, en el plano físico material; la exégesis simbólica permite aquí entender un principio inteligible del plano superior de las acciones. Este mecanismo oculto por el cual las acciones retornan al ejecutante es expresado por una aleya ya comentada según la cual Dios no cambia lo que da a todo un pueblo hasta que éste cambia lo que hay en su interior. El mundo es así un espejo o proyección de lo que hay en el interior del ser humano.

La comprensión de este principio facilita la adquisición de la *taqwà* y predispone a una actitud más atenta y responsable, con los efectos positivos sobre la psique y el organismo que ello conlleva.

DESAPEGO DEL MUNDO:

Otra modalidad de *tafakkur* es la que permite escapar del mundo de la forma y la belleza pasajeras. Según esto la belleza pasajera del mundo nos engaña y cautiva, pero al mismo tiempo el mundo nos advierte si somos capaces de atender a sus signos. Varias aleyas del Corán apuntan en esta dirección. Véase un ejemplo:

“Sabed que la vida del mundo es en realidad juego y distracción, así como apariencia, jactancia entre vosotros y rivalidad en riqueza e hijos. Es como una lluvia que admira a los sembradores por las plantas que genera, pero que después se secan y las ves amarillentas hasta convertirse en desecho. En la Última Vida habrá un duro castigo, y también perdón de Allāh y beneplácito. La vida del mundo no es más que el disfrute del engaño”²⁶⁰.

Rūmī recomienda también pensar en el fin de las cosas como método para escapar a la trampa del mundo:

“Un chico, por su donosura, se convirtió en el señor de su pueblo; después se estropeó y quedó expuesto a las burlas. Si los cuerpos de los que se hallan en la floreciente juventud te cautivan, piensa que con la vejez sus cuerpos están (pálidos) como una plantación de algodón. Oh tú que has visto ricas viandas, levanta y mira su residuo en la letrina. Di a la porquería: «¿Dónde están tu hermosura, tu sabor, tu excelencia y el aroma (que tenías) en el plato?». Responde: «Era un cebo y yo la trampa; puesto que has sido capturado, el cebo se esconde». Muchos dedos que en el oficio eran la envidia de los maestros artesanos han terminado temblando. Contempla cómo el embriagador ojo de narciso (de la amada) se nubla y lagrimea. El león (héroe) que avanza contra las filas de leones (valientes enemigos) es vencido al final por un ratón. El perspicaz, esclarecido y hábil genio, percíbelo finalmente incapaz como un burro viejo. El rizo que despedía un aroma de almizcle que quitaba el sentido acaba como el feo rabo viejo de un asno. Observa su existencia (la del mundo), al principio agradable y placentera; pero advierte su ignominia y corrupción al final, pues mostró la trampa

con claridad: le arrancó los bigotes al tonto en tu presencia. No digas: «El mundo me engañó con su argucia; de lo contrario mi razón hubiera huido de la trampa». Ven y mira cómo el collar de oro y el cinto se convirtieron en cadenas y grilletes. Acepta que cada partícula del mundo es así: ten en cuenta su principio y su final. Cuanto más mira uno el final más bendito es; cuanto más piensa en el establo más exiliado está”²⁶¹.

Esta modalidad de *tafakkur* permite así desarrollar la capacidad para distinguir lo eterno de lo efímero, recobrando así la dimensión de permanencia.

Se relacionan con esta modalidad también todos los ejemplos que permiten acceder a ver el mundo como reflejo de los atributos divinos, visión que permite desarrollar la cualidad de la pobreza espiritual, pues recuérdese que una de las raíces del sufrimiento es apropiarse de los atributos divinos sin reconocer su origen:

El ejemplo del muro que reflejaba la luz del sol es un símbolo de la condición señorial de los atributos divinos, pues la luz no es del muro, sino del sol.

Otro ejemplo es la bella imagen poética de las estrellas del cielo reflejándose en el cambiante curso de agua de un río, símbolo del reflejo de los eternos atributos divinos en el cambiante mundo terrenal:

“Debes saber que el mundo de los seres creados es como el agua clara y pura que refleja los atributos de Dios. Su conocimiento, justicia y bondad reflejan los atributos de Dios al igual que una estrella del cielo se refleja en el agua. Los reyes terrenales reflejan la realeza de Dios. Los eruditos reflejan la sabiduría de Dios. Los pueblos y las naciones pueden cambiar a medida que una generación reemplaza a otra, pero los atributos divinos son eternos. El agua del arroyo cambia muchas veces, pero el reflejo de la luna y las estrellas en el agua es siempre el mismo”²⁶². Vemos aquí como este símbolo aporta conocimiento sobre el plano de los atributos o nombres divinos.

ESPERANZA EN EL SUFRIMIENTO:

En el punto sobre la concepción de la enfermedad vimos que ésta tiene un doble sentido purificador e iluminador. Este conocimiento dota de un sentido al sufrimiento. Si la persona que sufre contempla la posibilidad de que su sufrimiento no sea una simple desgracia casual sino un camino hacia la salud verdadera, este conocimiento hace más fácil el proceso; la esperanza vuelve así más amable a la aflicción. Por ello Rūmī dice “La aflicción se vuelve amable cuando (el que sufre) ve la felicidad; la medicina se torna dulce cuando (el enfermo) considera la salud. Ve su victoria en la misma esencia del jaque mate”²⁶³. E Ibn Ata ʿIllāh dice que “para mitigarte el sufrimiento de la aflicción, te ha enseñado que Él es quien hace que caigan sobre ti las adversidades”²⁶⁴. Así, vimos múltiples ejemplos de *tafakkur* que favorecen la comprensión de este planteamiento, es decir, ejemplos que apuntan simbólicamente a que todo proceso de aflicción y de cambio lleva a una renovación, a que toda contracción (*qabḍ*) lleva a una expansión (*bast*). Recuérdese, entre otros, cómo el cuero debía ser sometido a un duro tratamiento para ser curtido, cómo el oro debía someterse a un duro proceso de aleación para ser puro, etc.

COMPENSIÓN DEL ORIGEN ESPIRITUAL DE LAS ENFERMEDADES:

La premisa teórica según la cual cada nivel de realidad es una expresión simbólica de los niveles que están por encima de él puede aplicarse también a los síntomas de las enfermedades. El *tafakkur*, como modalidad reflexiva que abre el camino desde el símbolo a lo simbolizado, es aquí también posible, pues, como decía Rūmī, toda rama enseña el camino de su raíz. El *taffakur*, por tanto, además de esperanza puede aportar también conocimiento de los aspectos ocultos del *nafs* que están detrás de los síntomas físicos. Vimos ya que Gazālī hablaba de la ciencia de la fisiognomía. Rūmī, dice al respecto que cuando una persona afligida ha percibido la interpretación de su pena, ve la victoria²⁶⁵. Esta interpretación la realizan en el nivel más alto los santos o maestros, que nombra como ‘médicos divinos’, quienes, por haber pulido sus corazones, pueden realizar esta transmutación simbólica en grado máximo y detectar enfermedades espirituales (es decir, en el plano del alma) en el semblante de amigos o extraños y en el tono de su voz y el

color de sus ojos, incluso sin estas (indicaciones), por medio del corazón: “Estos doctores del cuerpo saben (de medicina): conocen mejor tu enfermedad que tú, de forma que perciben el estado (de tu salud) [...], y por tu pulso, complexión y aliento diagnostican todas tus dolencias. ¿Cómo no iban a diagnosticarte los médicos divinos en el mundo sin necesidad de palabras? Viendo tu pulso, tus ojos y tu aspecto inmediatamente discernen cien enfermedades (espirituales) en ti. La verdad es que sólo los médicos de nueva enseñanza necesitan las muestras (externas). Los perfectos oirán tu nombre desde lejos y entrarán corriendo en lo más profundo de tu ser y existencia”²⁶⁶. Por ello Rūmī recomienda comportarse con sinceridad cuando se está entre ellos.

SIMBOLISMO ASTROLÓGICO:

Ya se han apuntado algunos ejemplos de *tafakkur* a partir de observaciones sobre los cuerpos celestes; recuérdese el hecho de que Júpiter cambia a Saturno como símbolo de la corrupción del corazón bajo la influencia del *nafs*, o el de la luna cuando refleja la luz del sol como símbolo del corazón que siempre está mirando al Espíritu y refleja el conocimiento espiritual en el alma, a no ser que esté velado, como las nubes que velan la luz de la luna, por lo que se habla entonces de la noche del alma, etc.

En otras tradiciones espirituales también encontramos el uso del *tafakkur* en este aspecto astrológico. El especialista en Cábala Z’ev Ben Shimon Halevi, comparando el simbolismo astrológico de la luna con la naturaleza de la mente del ego dice lo siguiente: “Aquí tenemos la aplicación del principio «así arriba como abajo», tan querido por todas las tradiciones esotéricas, ya que las mismas leyes se aplican tanto al macrocosmos del universo como al microcosmos del ser humano”²⁶⁷.

CUANDO EL PENSAMIENTO SE TRANSFORMA EN MARAVILLA

No se debe perder de vista que la hermenéutica espiritual está orientada al conocimiento y contemplación de Dios. Decíamos en el apartado sobre la nostalgia y el amor divinos que en virtud del misterio de la Unicidad del Ser, Dios es amor, amante y amado. Según los autores sufíes, cuando el gnóstico realiza este misterio vive y percibe

toda manifestación como teofanía, de tal modo que puede llegar a ver a Dios en todas las cosas²⁶⁸.

Ibn ʿArabī, en su comentario del nombre divino *al-Šabid*, después de afirmar que el Contemplador es también el Contemplado, establece distintos modos de contemplación de Dios: “Él es el Contemplado —Glorificado sea— en (*fī*) todas las cosas, ante (*qabla*) todas las cosas y tras (*baʿda*) todas las cosas, según la modalidad de contemplación que corresponda a las diversas clases de contemplativos (*ṭabaqāt al-qawm*)”²⁶⁹.

Podríamos decir que el *tafakkur* consiste en un pensar con luz. Y es que es a la luz a lo que apunta el proceso teofánico, ya que éste consiste esencialmente en la conducción del ser humano a la luz. En su grado más elevado, el *tafakkur* lleva a ver a Dios “detrás” de todos los fenómenos del mundo y, finalmente, a verlo “en” y “delante” de toda la existencia. Como apunta Beneito, “en última instancia, cuando realiza el misterio de la Unicidad del Ser —en virtud del cual Dios es Amor, amante y Amado—, el gnóstico vive y percibe toda manifestación como teofanía, de tal modo que puede llegar a ver a Dios en todas las cosas, sin que ello signifique la abolición de su condición de siervo o la anulación de la multiplicidad de los grados de la existencia”²⁷⁰. El *tafakkur* permite pues, en última instancia entender que Dios es la causa real de todos los sucesos y, en su grado más alto, permite llegar a ver a Dios en todo, momento en el que pensamiento cede su lugar a la maravilla (*ḥayra*).

El Šayj al-ʿAlawī explica esta parte final del proceso de la siguiente manera: “Toda reflexión es de hecho incompatible con el temor reverencial, el cual (en su sentido más pleno) no es sino deslumbramiento y maravilla ante la Esencia de Dios. Se puede meditar sobre las cosas creadas, pero no sobre la Esencia, tal como dijo el Profeta: “Meditad sobre todas las cosas, pero no meditéis sobre la Esencia, no fuera que perecierais.” El pensamiento sólo concierne a lo que es creado, pero cuando el Gnóstico ha llegado hasta el Creador su pensamiento se transforma en maravilla. Así, la maravilla es el fruto del pensamiento,

y una vez que se ha producido el Gnóstico no debe apartarse de ella ni cambiarla por lo que es inferior. Nunca puede sentir bastante maravilla ante Dios y, en verdad, el Profeta decía: “Oh Señor, acrecienta mi maravilla ante Ti.” La meditación se exige del *faqīr* mientras realiza su viaje. Se medita sobre lo ausente, pero cuando Aquel que se buscaba está Presente en Persona la meditación se torna en maravilla”²⁷¹.

Para Rūmī esta maravilla es la esencia de la búsqueda espiritual, a diferencia de la búsqueda meramente intelectual que se basa en las causas secundarias: “Has de saber que la búsqueda del intelecto y los sentidos tiene que ver con los efectos y las causas secundarias. La búsqueda espiritual es maravillarse o el padre de las maravillas. La iluminación del espíritu sucede; y no queda, oh tú que buscas la iluminación, ni conclusión ni premisa contradictoria o necesaria. Porque el que ve y en quien brilla Su Luz es independiente de las pruebas lógicas que son como el bastón de un ciego”²⁷². Este hecho de maravillarse ante Dios, sin pretender rebajarlo ya a una explicación causal inferior, devuelve la magia y el misterio al mundo, y con ellos vuelve necesariamente la alegría, la alegría del niño, si se quiere, para el que todo es mágico. Seguramente a ello se refieren las palabras de Jesús según las cuales para entrar al cielo hay que volver a ser como niños.

El Amor como medicina y la Belleza como camino

Según los autores sufíes el amor es en realidad el único medio legítimo para educar y transformar los aspectos viles del alma, pues sólo un amor puede sustituir a otro amor. Como se ha apuntado antes, todo el método del sufismo, con todas sus técnicas, no es un fin en sí mismo sino sólo un medio en el camino. Si seguir la vía sufí tiene sentido es porque a través de ella se puede llegar a este amor, que es realmente lo único con capacidad para curar.

Rūmī explica que el amor libera al alma, pues es la alquimia que permite hacer todas las transmutaciones, y que ese amor es el resultado del conocimiento: “El alma humana nunca se puede liberar de

las dudas ni las dificultades, salvo si está enamorada”²⁷³. “Por amor, las cosas amargas se vuelven dulces; por amor, pedazos de cobre se tornan oro; por amor, los sedimentos se aclaran; por amor, el dolor se vuelve cura; por amor, el muerto vive; por amor, el rey se convierte en esclavo. Además, este amor es resultado del conocimiento ¿Quién en su necedad se sentó en semejante trono? ¿Cuándo parió un conocimiento deficiente este amor? El deficiente engendra amor, pero sólo por lo que carece de vida”²⁷⁴. El amor está así al final del proceso, pues es el resultado del conocimiento, pero según Rūmī también está en cierta manera al principio, pues aunque todavía esté velado, el amor a Dios es la fuerza que impulsa a la búsqueda espiritual y lleva finalmente al conocimiento de Él: “El amor es el astrolabio de los misterios de Dios. El amor, ya sea de este lado terrenal o del celestial, al final nos lleva allá”²⁷⁵.

Según otro sufí, Kubrā, el amor, fruto del conocimiento místico, es el responsable de la extinción del ego: “Gracias al conocimiento se descubren los dones y las bendiciones, los cuales producen amor. Y el amor promueve la aniquilación del ego, que es la esencia del amor y su consecuencia”²⁷⁶. Por otra parte, dice Kubrā que el principio del amor es la búsqueda del Amado por él mismo²⁷⁷. Como se expuso en el punto anterior, llega un punto en que el pensamiento se transforma en maravilla ante el misterio de la esencia divina. Éste misterio es también el misterio del Amor, que no se puede razonar ni rebajar a una explicación, pero que mueve todo el universo. El amor, por tanto, sólo puede ser explicado por el amor mismo, en palabras de Rūmī: “Cualquier explicación o declaración que haga del Amor, cuando alcanzo el propio Amor, me avergüenzo de ella. Aunque el comentario de la lengua aclare las cosas, el amor sin lengua es más claro. La pluma se apresuraba a escribir, pero en cuanto llegó el amor, se partió. Disertando sobre el Amor, el intelecto cayó desvalido como un asno en el barro: sólo el Amor profirió explicación del amor y la hermandad”²⁷⁸.

Sin embargo, el amor a Dios, que es lo único que puede arrancar totalmente del corazón el amor al mundo, sólo es posible cuando se contempla Su Belleza, pues la Belleza, como apunta Corbin, es el

motor del Amor. Así, la Belleza es la teofanía por excelencia, pues Dios, que es Bello y ama la Belleza, se manifiesta en las formas del mundo²⁷⁹. El auto sacrificio, la muerte o transformación total del ego o yo fenoménico, del *nafs*, es posible por tanto cuando se inflama en el corazón este amor a la Belleza divina, un amor absoluto que lo quema todo salvo al Amado. Por ello en las poesías sufíes abundan los ejemplos de amantes que se auto anulan en pos de la amada: “¿Qué puede hacer un enamorado sino humillarse? ¿En qué pasaría sus noches, sino deambulando por el barrio de la Amada?”²⁸⁰. Es decir, sólo un amor por la belleza de la amada o del amado, símbolo de la Belleza divina, puede quitar otro amor por lo que es inferior. Aquí es donde aparece la diferencia fundamental entre simples ascetas y los amantes sufíes, que han intuito la Belleza y están enamorados, pues, en palabras de Rūmī: “¡Tras el velo existe tanta belleza!”²⁸¹.

Una aleya habla de la conocida historia del profeta Yūsuf, cuando un grupo de mujeres entraron en tal estado de trance al ver la belleza de su rostro que se olvidaron por completo de ellas mismas: “Cuando ella se enteró de sus maquinaciones las mandó llamar y les preparó acomodo. Les dio a cada una un cuchillo (para cortar unas naranjas que les había ofrecido) y dijo: ¡Sal ahora ante ellas! Y cuando lo vieron, se quedaron maravilladas y se cortaron en las manos sin darse cuenta. Dijeron: ¡Válganos Allāh! Esto no es un ser humano sino un ángel noble”²⁸².

Pero la percepción de la Belleza sólo es posible cuando el pensamiento ha cesado, cuando ya no hay intelecto que reduzca el mundo a causas y efectos ni busque apropiarse de él. Recordemos que según los sufíes existen dos tipos de inteligencia, y una de ellas, la negativa, va siempre contra la verdad, critica, duda, utiliza la ironía, etc. Así, es mejor mantenerse puro e ignorante que tener esta inteligencia. En relación a esto Rūmī dice lo siguiente: “El amor es el barco de los elegidos: rara vez (el resultado) es la calamidad; generalmente es la liberación. Vende la inteligencia y compra perplejidad: la inteligencia es opinión; la perplejidad, visión (inmediata). Sacrifica tu entendimiento en presencia de Mustafá (Muhammad); di: «*ḥasbiya Allāh* pues

Dios me basta» [...]. Puesto que la inteligencia es la que excita en ti el orgullo y la vanidad, vuélvete loco para que tu corazón permanezca cuerdo, no como el perturbado que se dobla con bufonadas, sino como el trastornado y perdido en Él. Los locos son (como) esas mujeres (de Egipto) que se hicieron cortes en las manos, tontas con respecto a sus manos pero (sabias) al advertir la belleza del rostro de José. Sacrifica tu intelecto por amor al Amigo [...]. Si mediante la perplejidad tu intelecto sale de la cabeza, cada cabello tuyo se convertirá en una (nueva) cabeza e intelecto”²⁸³.

Llegar por tanto a advertir la Belleza divina en las cosas creadas es lo que libera al ser humano de su propia prisión. El *iltibās*, la ocultación de la belleza preeterna en las formas creadas, es así un tema común en los grandes místicos de amor. Ŷāmī, por ejemplo, refiriéndose a Dios dice lo siguiente: “Tú eres el tesoro que enloquece a los amantes. Laylā no puede abrasar a Machnún (*Maʿynūn*) hasta que Tú secreta belleza, por su mejilla, hiere”²⁸⁴. La belleza externa es por tanto un reflejo de la belleza divina que se contempla con los ojos del corazón. Es un tema recurrente el de que Machnún descubre en sí mismo, en su propio interior, la belleza de Laylā. Por eso dice Rūmī lo siguiente: “¡Qué novia hay en el alma! [...]. No te fijas en la mejilla de carne que se corrompe y se pudre; contempla la mejilla espiritual”²⁸⁵.

Vimos así que el amor humano es una necesaria escalera para llegar al divino. Ibn ʿArabī, en relación a este tema dice lo siguiente: “Pues bien, así es nuestro amor por Allāh —enaltecido sea—: Le amamos en Sus epifanías (*maʿāli*) y en ese nombre particular (*ism jāṣṣ*) que es ‘Laylā’ o ‘Lubnā’ o quienquiera que sea, sin tener consciencia de que es la misma Realidad divina (*ʿayn al-ḥaqq*) [lo que amamos]. En este caso, amamos el nombre y no conocemos la esencia real que es el Verdadero [...]. Entre nosotros se cuentan quien Le conoce ya en este mundo y quien no Le conoce hasta que, llegado el momento, muere amando algo en particular. Entonces, al retirarse el velo (*kaṣf al-ḡiṭāʾ*) se le descubre que en realidad no ha amado sino a Allāh —cuyo velo es el nombre de la creatura (*ism al-majlūq*)—”²⁸⁶. Sin embargo, Ibn ʿArabī recuerda el imperativo coránico de no adorarle sino a Él²⁸⁷.

Según Corbin, toda la obra de Ibn ʿArabi intenta responder experimentalmente a la pregunta de qué significa amar a Dios y cómo es posible amarlo, pues los argumentos racionales de la filosofía racional no permiten experimentar a Dios. Así, si Dios se manifiesta en las formas del mundo, se trata de saber qué relación hay entre el Amado y la forma concreta en que se hace visible, pues la forma le muestra pero a la vez le oculta, y como vimos es a la vez Él y no Él²⁸⁸. Rūmī afirma esta misma verdad en una oda: “Dondequiera que me prosterne, es ante Él. En las seis direcciones, y fuera de las seis direcciones, está Él. El Jardín, la rosa, el ruiseñor, el concierto espiritual, la bienamada, son pretextos; a quien se busca es a Él”²⁸⁹.

En el punto sobre la música sufi se verá como la audición musical con fines espirituales, el *samāʿ*, es un medio para abrir el corazón. La belleza de la música, junto con la invocación constante del nombre divino (*dikr*) y el movimiento de la danza, inflaman un amor que se dirige sólo a Él. Se verá como el *samāʿ* tiene así la capacidad de re-fundar la relación de amor entre el hombre y Dios que se estableció en el pacto preeterno o Día de *alast*.