



Capítulo II





Hacia una concepción de la enfermedad y sus causas

La raíz metafísica del sufrimiento: el mito de la caída del alma

En el Corán se dice repetidamente que la mayor injusticia que puede realizar el ser humano es negarse a reconocer los signos de Dios en el mundo: “¿Y quién es más injusto que quien inventa mentiras sobre Allāh o niega la verdad de Sus signos? Realmente los injustos no tendrán éxito”¹. Y es que según el Islam la falta (*ḍanb*) más grave es la asociación (*širk*) de otras divinidades a Dios, que es la causa de todas las demás faltas. Ibn ‘Arabī, en su explicación del nombre divino *al-Nūr* (la Luz)², dice que *al-Nūr* es el que, por Su esencia, tiene reparo y aversión (*naḡara*) a que se Le atribuya aquello que Su esencia no requiere y que no es apropiado ni digno de Él. Por ello ha dicho en el Corán: “Allāh no perdona que se Le asocie”³, estableciendo que la asociación (*širk*) es la más grave de las faltas⁴.

Recuérdese aquí que la primera parte de la *Šabāda* implica la inexistencia de todo lo que es distinto de Dios. No reconocer los signos implica creer que los fenómenos existen con independencia de Dios, y en esto consiste asociar o sustituir a Dios. El hadiz según el cual el ser

humano vive dormido en este mundo tiene que ver con esta tendencia. Según ʿĪlī este sueño consiste en la inconsciencia respecto al origen de las percepciones sensibles, en aceptarlos simplemente como datos materiales y someterse a ellos, sometimiento que es la condición del Infierno, pues es una rebelión respecto a la teofanía como tal, porque al ignorar en qué consiste se substituye por el yugo de las objeciones esclavizadoras. La condición paradisiaca, por el contrario, consiste en superar este sometimiento y en aceptar la teofanía como condición fundamental del universo⁵.

En el origen de este sometimiento está el *nafs* o Yo compulsivo. Como apunta Chittick, el que verdaderamente profesa la Unidad (*muwāḥḥid*) ve con la visión de la gnosis que todas las cosas dependen absolutamente de Dios y obtienen toda su realidad de Él, mientras que el “asociador” (*mušrik*), en cambio, sufre una ilusión cuya fuente es su atribución de realidad a su propio yo individual⁶. Es decir, el ego, que se considera autosuficiente, una divinidad al lado de la única Divinidad, es un velo que oculta al Espíritu subyacente, el cual es la verdadera esencia inmortal del alma y es independiente de las formas mentales.

Esto afecta no sólo a los incrédulos sino también a los creyentes cuya fe es puramente externa. Dice Nasr que todos los musulmanes creen en la Unidad, como queda expresado en el sentido más universal posible por la primera parte de la *Šabāda*: *lā ilāha illā-Llāh*. Sin embargo, muchos hombres profesan la creencia en un sólo Dios pero realmente viven y actúan como si hubiera muchos dioses. Así, adolecen del pecado cardinal de “politeísmo” o *širk*, de una hipocresía por la cual a un nivel profesan una cosa y a otro actúan según otra cosa. El sufismo busca desenmascarar este *širk* y curar con ello al alma de esta enfermedad mortal. Todo el programa del sufismo, de la vía espiritual o *ṭarīqa*, es liberar al hombre de la prisión de la multiplicidad. En otras palabras, la meta del sufismo es la integración del hombre en toda la profundidad y extensión de su existencia, en toda la amplitud propia de la naturaleza del hombre universal (*al-insān al-kāmil*). Sólo el gnóstico sabe así el significado real del *tawḥīd*. Sólo él ve a Dios en todas partes⁷.

Según la tradición, este estado del hombre en la tierra como individuo separado de su prototipo espiritual se debe a la caída de Adán, que a su vez proviene del hecho de que Dios expulsó a Iblīs (Satán) del Cielo, como relata el Corán: “Y os creamos, os dimos una forma y luego dijimos a los ángeles: ¡Postraos ante Adán! Y se postraron todos, menos Iblīs, que no estuvo entre ellos. Dijo: ¿Qué te impide postrarte habiéndotelo ordenado? Contestó: Yo soy mejor que él; a mí me creaste de fuego, mientras que a él lo has creado de barro. Dijo: ¡Desciende de aquí! En este lugar no cabe que seas soberbio. ¡Sal de él! Tú serás de los humillados”⁸.

Rūmī atribuye la razón por la que Iblīs no se inclinó ante Adán a que miraba con un sólo ojo y no vio más que la parte externa de Adán, pero no veía su parte interna, que era el espíritu insuflado por Dios, es decir, no vio su realidad divina: “Vio la arcilla de Adán, pero no vio su obediencia a Dios; vio en él este mundo, pero no el espíritu que contempla el otro mundo”⁹.

Asimismo, Rūmī contrapone en muchos pasajes de su obra la inteligencia de Iblīs con el amor de Adán: “El que está bendecido y conoce (los misterios espirituales) sabe que esta inteligencia es de Iblīs, mientras que el amor es de Adán”¹⁰. Según Chittick, mientras Iblīs representa la tendencia del hombre hacia la ignorancia y la dispersión, los ángeles que se inclinaron ante Adán están relacionados con la naturaleza más íntima del hombre y con sus facultades espirituales, y así con el amor a Dios, la gnosis, y el conocimiento integral de la esencia del hombre. Rūmī expone esto así: “La carne (*nafs*) y el diablo (también) han sido (esencialmente) una misma cosa desde el principio, y han sido un enemigo y un envidioso de Adán. El que vio a Adán como un cuerpo huyó (de él con desdén), mientras que el que (lo) vio (como) la Luz fiel se inclinó (venerándolo)”¹¹.

Iblīs representa así la tendencia a ver la parte externa de las cosas, desconectándolas de su sentido interior, y es esa la tendencia humana que ocasionó la Caída y que se identifica con el *nafs* o yo carnal. Antes de la expulsión, Adán veía las “cosas” como aspectos de Dios, sin exis-

tencia separada. Pero cuando fue tentado quiso ver las cosas tal como existían en sí mismas y por sí mismas. Y Rūmī asocia este deseo por el “fruto prohibido”, simbolizado aquí por el trigo, con la causa de la enfermedad: “Cuando el deseo de Adán por el trigo creció, le robó la salud al corazón de Adán”. Así, al igual que Iblīs no podía ver nada más que los aspectos exteriores, la caída de Adán también se produjo cuando éste sólo miró la forma externa de la creación y vio el mundo como una realidad independiente aislada de Dios. Iblīs tentó a Adán para que mirara el estado de la existencia contingente desde el punto de vista de la propia contingencia, y como resultado Adán, y todo el mundo con él, cayó en este estado. Y esta caída implica que el hombre vive en un estado de desconocimiento de sí mismo: “El desgraciado hombre no se conoce; viene de una elevada posición y ha caído en lo bajo”¹². La ilusión del ego es así un velo para que el hombre llegue al auto-conocimiento de su propia naturaleza divina.

Sin embargo, como señala Chittick, la caída de Adán, aunque moralmente se considera un defecto, desde el punto de vista metafísico puede verse como una consecuencia necesaria del despliegue de las posibilidades principales o arquetipos contenidos en el ‘Tesoro Escondido’. Iblīs es así la personificación de la tendencia que hay en el universo hacia la separación y distancia respecto a Dios. Pero el aspecto positivo de esta tendencia es que mantiene el mundo. En el Edén no había desatención respecto a Dios, por ello si ahora todos los hombres alcanzaran el estado de Hombre Universal, el mundo sería reintegrado en el Principio y el Edén se restablecería, es decir, el mundo dejaría de existir como tal. El mantenimiento del mundo depende así de un equilibrio entre el contemplativo que ha realizado el estado de Hombre Universal y el hombre caído. Ambos son necesarios para que las posibilidades de los nombres divinos puedan manifestarse. Por ello es deseo de Dios que existan dos mundos hasta un término fijado¹³.

Esta tendencia separativa o negativa se traduce, pues, en que el alma caída está dispersa en el mundo exterior. Como apunta Burckhardt, el *nafs* “es cómplice del ‘mundo’ en lo que éste tiene de múltiple y

cambiante, pues se adapta pasivamente a la condición cósmica de la forma”¹⁴. Y en palabras de Lings, “el alma (*nafs*), que tiene el hábito del flujo de los fenómenos, se entrega a ellos sin resistencia, vive en ellos y es dividida y dispersada por ellos, e incluso más que eso: llega a convertirse en lo que piensa y lo que hace”¹⁵. Por tanto, concluye Lings, “debe producirse en el alma un movimiento interiorizante hacia el Corazón para neutralizar la atracción del mundo exterior”¹⁶. Y este es el objetivo del método sufi, que se desarrollará más adelante.

El principio inferior del ser humano

Así pues, el hombre fue creado en la mejor estatura (*aḥsan taqwīm*), pero luego cayó en la condición terrestre de separación y alejamiento de su prototipo divino, una condición que el Corán denomina la inferior de las inferiores (*asfal sāfilīn*): “Que en verdad creamos al hombre en la mejor armonía y luego lo convertimos en uno de los más bajos”¹⁷.

Esta condición corresponde al lugar más bajo de la escala evolutiva del *nafs*, que como vimos recibe el nombre de *al-nafs al-ammāra*. Es el estado del hombre dormido, ignorante de su realidad esencial y atado a impulsos negativos inconscientes que lo gobiernan. Se trata del “yo” que está por naturaleza lejos de Dios y es incapaz de ver la realidad espiritual de las cosas, que se satisface con el mundo sin darse cuenta de que es sólo la sombra de algo más real. El *nafs* se encuentra aquí en un estado “salvaje”, sin domeñar. Vemos que muchos autores sufíes utilizan la palabra *nafs* restringiéndola en muchas ocasiones a éste sentido negativo, equiparando el término al principio inferior del ser humano. En adelante también el presente estudio se referirá con el término *nafs* a esta connotación negativa a no ser que se especifique.

La tradición sufi ha descrito el *nafs* como un enemigo interior que habita en el corazón del hombre y al que hay que vencer. Rūmī nos recuerda las palabras del profeta Muhammad al respecto: “Si describiera al enemigo que hay dentro de vuestras almas, estallarían las vesículas hasta de los valientes: nadie seguiría su camino ni le preocuparía

su trabajo”¹⁸. Y él mismo habla del *nafs* con las siguientes palabras, que hace pronunciar al protagonista de una de las múltiples fábulas de animales que aparecen en el *Matnawī*, en este caso un león: “Estoy casi muerto por la astucia y artimañas de los hombres, me han picado la serpiente y el escorpión humanos; pero peor que todos los hombres embusteros y rencorosos es el hombre de carne (*nafs*) que se agazapa en mi interior”¹⁹. Y en otro lugar: “Oh reyes, hemos matado al enemigo externo, pero dentro de nosotros hay uno peor. Acabar con él no es trabajo de la razón ni de la inteligencia”²⁰.

Otro autor sufi, el Šayj Al-‘Alawī, explica la historia de cómo su maestro, el Šayj Al-Būzidī, le instó a abandonar la práctica que tenía de domeñar serpientes y en lugar de ello se dedicara a domeñar a su alma (*nafs*), comparando el veneno de ésta con el veneno de la serpiente: “Un día en que estaba con nosotros en nuestro taller, el Šayj me dijo: “He oído decir que sabes encantar serpientes y que no tienes miedo de que te piquen.” Asentí. Luego dijo: “¿Puedes traerme una ahora y encantarla aquí, delante de nosotros?” Respondí que esto era posible y, saliendo de la ciudad, busqué durante medio día, pero no encontré más que una serpiente pequeña, larga como casi la mitad del brazo. La llevé conmigo y la puse ante el Šayj, después de lo cual empecé a realizar mis prácticas habituales mientras él, sentado, me observaba. “¿Podrías encantar una serpiente más grande que ésta?”, preguntó. Repuse que el tamaño no tenía importancia para mí. Entonces dijo: “¿Quiero mostrarte una más grande que ésta y mucho más venenosa, y si eres capaz de dominarla, es que eres un verdadero sabio.” Le pedí que me indicara dónde se hallaba y dijo: “Hablo de tu alma que está entre los dos costados de tu cuerpo. Su veneno es más mortal que el de una serpiente y si tú eres capaz de dominarla y de hacer de ella lo que te plazca eres, como he dicho, de seguro un sabio.” Luego añadió: “Ve y haz con esta pequeña serpiente lo que acostumbras a hacer con ellas y no vuelvas nunca a estas prácticas.” Salí, preguntándome acerca del alma y sobre cómo su veneno podía ser más mortal que el de una serpiente”²¹. La serpiente es así un símbolo tradicional del *nafs*. Sin embargo, este animal es también símbolo de la medicina; esta contradicción aparente se explica por el hecho de que, según el sufismo, la

educación del *nafs*, como se ha dicho, va asociada a la adquisición paulatina de la salud. Esta idea se desarrollará más adelante en el apartado sobre los antiguos hospitales islámicos.

En otras tradiciones, como la judía, vemos la misma concepción; así, el pensador andalusí Ibn Paqūda declara que “todo hombre tiene dentro de sí a su propio enemigo [...]”²². Y no sólo las religiones del Libro sino también otras religiones expresan el mismo principio, pues por ejemplo según el Budismo existen tres venenos en el interior del ser humano contra los que hay que estar precavidos: el odio, el deseo y la ignorancia²³.

Hay que destacar que para el sufismo el *nafs* tiene una existencia ontológicamente objetiva. Rūmī afirma tal objetividad: “El hombre tiene muchos enemigos secretos; la persona cauta es sabia. Hay criaturas ocultas, buenas y malas: a cada instante descargan sus golpes sobre el corazón. Si vas al río a lavarte, te pinchas con una espina en el agua. Aunque la espina se esconde bajo el agua, sabes que está ahí, puesto que te punza. Los agujeros de las inspiraciones angélicas y de las tentaciones satánicas provienen de mil seres, no sólo de uno. Espera a que se transmuten tus sentidos corporales, para que puedas verlos y se resuelvan las dificultades; para que veas de quién son las palabras que has rechazado y a quién has elegido como tu capitán”²⁴.

El filósofo y médico musulmán Ibn Sīnā (Avicena), describe el *nafs* a modo de energías psíquicas que acompañan el alma induciéndola continuamente al error. Estas energías guardan relación con las clásicas potencias del alma propuestas por Platón, clasificación que Avicena conserva, eso es, concupiscible, irascible e imaginativa. Avicena les da un trato personal (malos compañeros, demonios, etc...) porque usan de estrategias y tienen la capacidad de dominar y subordinar a la persona: “Esos que te rodean y jamás te abandonan son malos compañeros [...]. Ese que marcha siempre por delante es un embustero, un charlatán frívolo, que adorna falsedades y forja ficciones [...], mezcla lo cierto y lo falso, mancilla la verdad con errores, a pesar de presentarse como tu ojo derecho y tu luminoso guía”²⁵. [...] En cuanto a ese

compañero que está a tu derecha, es muy violento; cuando es presa de la cólera, ninguna opinión puede controlarlo; tratarlo cortésmente no atenúa en nada su excitación²⁶. Por último, el compañero que tienes a tu izquierda es un indecoroso, un glotón, un lúbrico [...]. Y es a estas malas compañías, ¡oh infortunado! a las que se te ha unido”²⁷. Corbin, en su comentario sobre este relato, dice que los apetitos concupiscible e irascible que Avicena tipifica como dos temibles compañeros del alma o como los *demonios* del alma son *Energías psíquicas*, es decir, la masa de energías demoníacas que agitan y llenan de tinieblas el mundo del alma: la ansiedad y la cobardía, la ambición y las pasiones, la traición y la hipocresía, todas esas potencias tan humanas que los demonios ponen en movimiento²⁸.

También Ibn ‘Arabī otorga una existencia ontológica propia a las sugerencias que llegan al corazón. El Šayj, al igual que otros maestros, clasifica los “pensamientos incidentales” o “inspiraciones” (*jawātir*), es decir, las ocurrencias o incidencias que llegan al interior del corazón en cuatro categorías: *inspiración* divina (*ilāhī*) —también llamada “misericordiosa” (*rahmānī*) o “señorial” (*rabbānī*)—, *inspiración* espiritual (*rūḥānī*), *sugestión* anímica o psíquica (*nafsānī*) y *tentación* satánica (*šayṭānī*)²⁹. Las dos primeras corresponden a lo que podríamos llamar propiamente ‘corazonadas’.

Kubrā, en su exposición sobre el significado de los colores y las formas vistas por los discípulos durante el retiro, afirma que los *jawātir*, los pensamientos aparecidos en el corazón, pueden surgir del corazón humano o del alma inferior, y proceder de los ángeles o de los *ḡinn*³⁰. Y que es a través de los pensamientos como el demonio (*šayṭān*) sintoniza con el alma. Si está corrompida, la embauca y la agita, proporcionando al mal la apariencia del bien³¹. En el Corán se encuentra la base de esta concepción: “Él (el *šayṭān*) y su hueste os ven desde donde vosotros no les veis. A los que no creen les hemos dado los demonios como amigos”³². Rūmī comentando esta misma aleya dice lo siguiente: “El corazón es como una gran casa: la casa del corazón tiene vecinos escondidos; por las rendijas de ventanas y paredes espían los pensamientos ocultos, por una rendija que el dueño de la casa no

concibe y en la que no interviene”³³. Y dice que también los espíritus iluminados pueden influir en el corazón: “Puesto que los diablos, a pesar de su grosería, conocen nuestra alma, pensamiento y creencias interiores y pueden secretamente entrar, venciéndonos con sus mañas ladronas, (y dado que) continuamente nos causan daños y perturbaciones, pues son los amos del túnel (interior) y de las rendijas de las ventanas, ¿cómo no iban a conocer nuestro estado oculto los espíritus iluminados del mundo?”³⁴.

La psicología jungiana, por su parte, también acepta esta concepción, pues Jung habla en los siguientes términos de las figuras que encontró en su mente durante la época de confrontación y análisis del inconsciente: “Filemón y otras figuras de la fantasía me llevaron al convencimiento de que existen otras cosas en el alma que no hago yo, sino que ocurren por sí mismas y tienen su propia vida. Filemón representaba una fuerza que no era yo. Tuve con él conversaciones imaginarias y él hablaba de cosas que yo no había imaginado saber. Me di cuenta de que era él quien hablaba, y no yo. Él me explicaba que yo me comportaba con mis ideas como si las hubiera creado yo mismo, mientras que, en su opinión, estas ideas poseían su propia vida como los animales en el bosque o los hombres en una habitación, o los pájaros en el aire: «Si ves hombres en una habitación, no se te ocurriría decir que los has hecho o que eres responsable de ellos», me explicó. Así me iba yo familiarizando paulatinamente con la objetividad psíquica, la realidad del alma. A través de las conversaciones con Filemón se me hizo patente la diferencia entre yo y mi objeto ideológico. También él se me presentaba objetivamente, por así decirlo, y comprendí que hay algo en mí, que puede expresar cosas que yo no sé, ni sospecho, cosas que, quizás, vayan dirigidas incluso contra mí”³⁵.

Esta concepción se entiende mejor a la luz del esquema presentado sobre los grados o planos del ser. Como hemos visto, la cuarta *ḥaḍra* o mundo *Imaginal* es un intermundo con plena existencia según la cosmovisión sufi, y es en él donde habitan los seres de luz y los del mundo de las tinieblas.

La guía inconsciente incorrecta

En los puntos anteriores se expuso que mientras el alma o *nafs* no esté identificada y unida con lo real, que es su verdadera esencia, se identificará con todo lo falso, creyendo ser ello y confundiéndose con ello. En esta situación la persona se identifica con su *nafs*. El *nafs* tiene así la capacidad de usurpar el lugar de la verdadera esencia del individuo, y cuando esto sucede cualquier pensamiento o emoción negativos se experimentan como correctos, legítimos y justificados, puesto que no se ve su fundamento falso. El *nafs* actúa pues desde el inconsciente, guiando la voluntad sin que ésta perciba el engaño. Podríamos decir que éste es el mayor obstáculo para vencer el egoísmo: que pasa desapercibido las más de las veces. Por ejemplo, respecto al orgullo, Yāmī llega a decir lo siguiente: “No presumas de tener orgullo, pues es más invisible que la huella del pie de una hormiga sobre una oscura roca en una noche cerrada; No creas que es fácil extirparlo de tu corazón, pues es más sencillo arrancar una montaña de la tierra con una aguja”³⁶.

Rūmī dice que el alma carnal o *nafs* “tiene cien lenguas y cada una cien idiomas: su fraude y su astucia son indescriptibles. [...] es elocuente y expone cien mil argumentos capciosos. Engaña a (toda) la ciudad salvo al rey, pues no puede desviar al sagaz monarca”³⁷; aquí, con la figura del rey, se refiere Rūmī al *šayy* o maestro espiritual que está cerca de Dios y del que se hablará más adelante. Así, el *nafs* o alma carnal “tiene (en su lengua) la glorificación de Dios y en su diestra el Corán, pero en la manga lleva puñal y espada”³⁸. Pero este engaño no es percibido por el común de la gente, ya que “los ciudadanos comunes no conocen el engaño del alma carnal y del cuerpo, pues ésta no se somete más que por inspiración (divina) del corazón”³⁹.

La actividad inconsciente del *nafs* se manifiesta sin embargo en el mecanismo de la proyección al exterior de sus características indeseables, proceso que Rūmī explica así: “¡Oh lector, muchas iniquidades que ves en otros están en tu propia naturaleza! En ellas brilla toda tu hipocresía, perfidia e insolencia. Tú eres el malvado y descargas los golpes sobre ti mismo: eres tú a quien estás maldiciendo ahora. No ves

con claridad el mal en ti, si no, te odiarías con toda tu alma. Te atacas a ti mismo, oh simple, como el león que acometió contra sí. Cuando alcances el fondo de tu naturaleza sabrás que la vileza era tuya”⁴⁰.

Se trata del concepto de la proyección psicológica de la “sombra” según la psicología jungiana, que consiste en el error de atribuir un aspecto de la vida interior a alguien o algo del exterior. Según Jung “lo inconsciente, cuando no es hecho consciente, está siempre actuando, como es sabido, en extender sobre todas las cosas una falsa apariencia: siempre se nos aparece en los objetos, pues todo inconsciente es proyectado”⁴¹. Marie-Louise von Franz, cercana colaboradora de Jung, dice que son todas las cualidades e impulsos que un individuo niega en sí mismo pero que puede ver claramente en otras personas —cosas tales como egotismo, pereza mental y sensiblería; fantasías, planes e intrigas irrealles; negligencia y cobardía; apetito desordenado de dinero y posesiones— etc⁴². Y el analista junguiano Robert A. Johnson, citado arriba, explica el proceso así: “Al proyectar una parte negada de ti mismo, dotas a otras personas y cosas del poder de hacerte feliz o desgraciado. Entonces te diriges a tu alrededor y alabas o culpas a una persona o situación, mientras que en todo momento estás reaccionando a una parte de ti mismo interna, inconsciente [...]. Las proyecciones transforman el mundo en una réplica de tu propio rostro desconocido, e implican cualidades y emociones que normalmente niegas en ti mismo, pero que puedes ver sencillamente en otras personas”⁴³.

Cuando esto sucede, pues, la persona se identifica con una visión distorsionada del mundo, la cual no se corresponde con la realidad. El *nafs* o “alma carnal o apetitiva” anula así la capacidad de discernimiento, como apunta Rūmī: «He visto cosas asombrosas que surgían de la falsedad del alma carnal, pues con su magia hace desaparecer la facultad de discernimiento»⁴⁴. Y esta distorsión sucede cuando se debilita la naturaleza espiritual: “El hombre tiene, igualmente, otra naturaleza espiritual. Cuando ésta se debilita, sus sentidos reflejan el error”⁴⁵. En otras tradiciones, como en el Budismo, vemos expresado el mismo principio, en este caso aplicado a la capacidad de las emociones aflictivas, que en términos del presente estudio serían causadas por el *nafs*, para distor-

sionar la apreciación correcta de la realidad: “Las emociones afflictivas también tienen una dimensión irritante: nos animan a suponer que las apariencias se corresponden invariablemente con la realidad”⁴⁶.

Por otro lado, anteriormente se expuso que el ser humano sólo puede actualizar la condición de vicerregente cuando llega a ser conciente de que cualquier posesión que tenga, ya sea de orden material, poder o gloria mundana, no es sino prestada. Según esto, el origen del mal estaría en la confusión por la cual la persona cree que en realidad es ella el verdadero origen y única propietaria de estos dones, es decir, en atribuirse a sí misma las cualidades de los atributos divinos, eternos en sí mismos, y sin reconocer su condición señorial. En esto consiste la ilusión de atribuir una realidad independiente al propio yo individual, que como vimos es el origen de la falta considerada más grave, que es el *širk*.

Esta es pues una de las características principales del *nafs* o alma carnal: su completa ignorancia sobre lo que es eterno y lo que es transitorio, por lo que sólo desea lo que no dura. El Corán declara que “todo cuanto en ella [la tierra] hay, es perecedero. Pero la faz de tu Señor, Dueño de la Majestad y Honor, permanece”⁴⁷. El *nafs* desconoce esta verdad fundamental. Como dice Rūmī: “Esta vil alma carnal ansía conseguir lo que es pasajero”⁴⁸; y expone una parábola para mostrar el final fatal de esta atribución errónea: “El niño predilecto por amor a quien lloraba el mundo, el mundo le está repeliendo de sí: ¿cuál es el delito? “El delito es éste: que se puso un adorno prestado e hizo pasar estas vestiduras por propiedad suya. Nosotros se las volvemos a quitar para que él sepa con certeza que es Nuestro el almiar y que los hermosos son (tan sólo) espigadores. Para que sepa que esas vestiduras eran cosa prestada: eran un rayo del Sol del Ser. Aquella belleza y fuerza y disposición de ánimo intrínseca y aquel conocimiento han viajado hasta aquí desde el Sol de la Excelencia. Ellos, la luz de aquel Sol, de estos muros vuelven otra vez como las estrellas. El rayo del Sol ha vuelto a casa, cada muro es dejado oscuro y negro”⁴⁹. En otro lugar utiliza Rūmī el mismo símil del muro: “La Luz de Dios en relación con los fenómenos es como una luz que brilla sobre una pared; la

pared es un vínculo para estos esplendores: necesariamente, cuando el reflejo se movió hacia su fuente, el descarriado perdió la luna y dejó de ensalzar; o 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 torna 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”⁵⁰.

Y Huxley lo expresa así: “El mal consiste en olvidar que el reino, el poder y la gloria son de Dios, así como en actuar a raíz de la creencia demente y criminal de que son nuestros”⁵¹.

Sin embargo, si el *nafs* no evoluciona, es decir, si la persona no emprende el camino del desarrollo espiritual, sus aspectos negativos internos actuarán de velo, ocultando esta verdad fundamental. Por esta razón en las tradiciones espirituales como el sufismo se llama a estos aspectos el “enemigo interior”, pues impiden el acceso a este conocimiento.

Recuérdese que los rasgos negativos de carácter no tienen existencia en sí mismos, sino que son malas aplicaciones o desviaciones de los rasgos existentes en el *wuḥūd*. Uno de los sentidos del término *nafs* es el de vida o hálito vital, por lo que los comportamientos negativos son en cierta manera los instintos con los que se protege la vida, pero que han degenerado. Esta degeneración puede deberse a presiones de todo tipo en el desarrollo de la personalidad, por lo que los aspectos esenciales han sido tapados. Por eso, cuando la persona se confunde con su *nafs*, cualquier intento de eliminarlo es experimentado como un peligro de muerte, ya que los rasgos de carácter negativos le han servido quizás para proteger su vida emocional y psicológica. Es decir, la persona supone a un nivel inconsciente que si la manifestación del *nafs* es suprimida ella también perecerá, puesto que ha habido una total identificación. Si una persona no es consciente de su pobreza espiritual esencial, luchará contra cualquier amenaza exterior, real o ilusoria, que pueda romper la falsa identificación. Si alguien no se da cuenta de que, en esencia, no es ni el poder ni la belleza que tiene, pensará que si estos se desvanecen él o ella también perecerá. Dice

Rūmī que “aunque (alguien) sea el retrato de un sultán o de un magnate, es una (mera) forma: no saborea (no es consciente de) su propio espíritu. Su belleza es para otros: sus ojos y boca se abren en vano. Oh tú que te has dedicado a la lucha, no has distinguido a los otros de ti mismo. Te detienes ante cada forma que ves diciendo: «Yo soy eso». Por Dios, no eres eso. (Si) la gente te abandona un momento (te hundes) hasta la garganta en ansiedad y pesar”⁵².

El miedo, por tanto, es responsable de muchas conductas erróneas, entre ellas los estallidos emocionales. La ciencia da una explicación de este proceso por el cual detrás de manifestaciones emocionales se esconde a menudo un primitivo miedo a la muerte. El neurocientífico Le Doux descubrió que muchos estímulos que recibimos por los sentidos de la vista y del oído eluden la previa interpretación racional que pueda dar el neo-córtex del cerebro y afectan directamente al sistema límbico, responsable de las reacciones emocionales. Esta es la causa de los llamados “secuestros emocionales”, que producen todo tipo de reacciones lamentables. El sistema límbico es un centro o cerebro primitivo que responde a mecanismos de supervivencia como el peligro de muerte o las necesidades de alimento y de reproducción. Uno de los centros de este sistema es la amígdala, ligada a los afectos y a las pasiones. Le Doux descubrió que la primera estación cerebral por la que pasan las señales sensoriales procedentes de los ojos o de los oídos es el tálamo y, a partir de ahí y a través de una sola sinapsis, la amígdala. Otra vía procedente del tálamo lleva la señal hasta el neocórtex, el cerebro pensante. Esa ramificación permite que la amígdala comience a responder antes de que el neocórtex haya ponderado la información a través de diferentes niveles de circuitos cerebrales, se aperciba plenamente de lo que ocurre y finalmente emita una respuesta más adaptada a la situación. Por lo tanto se ve que cuando un estímulo sacude el sistema límbico sin pasar por el filtro de la razón se ponen en marcha mecanismos muy básicos y primitivos destinados al instinto de supervivencia, y por tanto difíciles de controlar una vez han sido ya activados. Según Le Doux este circuito explicaría el gran poder de las emociones para desbordar a la razón⁵³. Por lo tanto vemos que una apreciación incorrecta de la rea-

lidad lleva a desencadenar tales estímulos, originados en una infundada amenaza y que inconscientemente desencadenan una lucha por la supervivencia.

De aquí que emociones como la ira puedan adquirir tanto poder. La ira es una potencia del alma que puede ponerse en movimiento con determinados estímulos aunque carezcan de justificación o veracidad. El pensador andalusí Ibn Baġġa (Avempace), médico y filósofo musulmán, divide las conductas entre animales y humanas. Las primeras se caracterizan por no ser nunca libres, pues tienen un origen inconsciente. Estas conductas remiten a la condición de animalidad, la cual es responsable de las reacciones y conductas desproporcionadas tales como las causadas por la emoción de la ira, de la que pone el siguiente ejemplo: “En efecto, lo único que predomina en las acciones de los animales irracionales es la afección pasiva que acontece en el alma bestial. El hombre también actúa a veces de esta manera, como [...] cuando rompe una piedra que le ha golpeado o una rama que le ha arañado, solo porque le ha arañado. Todos estos actos son animales. En cambio, si rompe [dicha rama] para que no dañe a los demás o movido por una reflexión que le exija romperla, entonces aquello es un acto humano. Así pues, toda acción que se realiza no para obtener un fin distinto de la operación que se lleva a cabo o que [se hace] sin pretender alguna finalidad o que si hay una finalidad que se busque no es de una manera consciente, esta tal acción es animal y procede únicamente del alma bestial”⁵⁴. La impulsividad en las reacciones, de origen inconsciente, es así una característica del *nafs*, por lo que éste puede denominarse también ‘el yo compulsivo’.

En el esquema aviceniano encontramos la misma noción de arbitrariedad en las conductas derivadas del *nafs*, en éste caso de las conductas relacionadas con la potencia irascible: “Uno de los dos grupos infernales caminantes, el que es semejante a las fieras (la potencia o facultad irascible), acecha en el hombre la inesperada llegada de cualquier pequeña molestia. Entonces lo agita, mostrándole con los más risueños colores las acciones más p rfidas, como matar, mutilar,

arruinar y menospreciar; alimenta el odio en el alma, le incita a la injusticia y la arbitrariedad”⁵⁵.

También considera el Budismo a la ira como fuente de mucho sufrimiento, como dice el Dalai Lama: “La inutilidad de la emoción aflicta se percibe con total claridad en el caso de la ira. Cuando nos enojamos, dejamos de ser compasivos, amorosos, generosos, dispuestos al perdón, tolerantes y pacientes [...]. La ira genera sufrimiento. En el caso más leve de los posibles, genera el dolor de la vergüenza. Por ejemplo, siempre he disfrutado reparando relojes; sin embargo, recuerdo unas cuantas ocasiones en las que, de adolescente, perdía por completo la paciencia con los minúsculos componentes del engranaje, cogía el mecanismo y le pegaba un golpe contra la mesa. Por supuesto que después lo lamentaba y me avergonzaba de mi comportamiento, sobre todo cuando, como sucedió una vez, tuve que devolver el reloj a su propietario en peor estado que antes de proceder a repararlo”⁵⁶.

Respecto a la potencia concupiscible, Ibn Sīnā hace constar la apariencia hermosa que toman las acciones inspiradas por estas energías: “El otro grupo de los caminantes (la potencia o facultad concupiscible) nunca cesan de murmurar en secreto al corazón del hombre, embelleciendo las indecencias, indignidades y perversidades; les inspira el ansia, les mueve a la envidia. Sin apearse del burro de su cabezonería, este grupo se obstina hasta conseguir que el hombre se domestique”⁵⁷.

Y en la tradición judía lo leemos de la mano del filósofo andalusí Ibn Paquda: “Así, la pasión les hace ver como hermoso el competir con los demás para aumentar las riquezas y les lleva a amar el bienestar y los honores hasta que, al fin, se ven zambullidos en el océano de todos estos afanes [...]”⁵⁸.

Vemos así que el intelecto puede ser una arma de doble filo, pues o está bajo control consciente o bien estará bajo dominio del *nafs*. Por eso Rūmī advierte: “Tu intelecto es como el conductor de camellos y tú eres el camello; te lleva de un lado a otro bajo su férreo control”⁵⁹. Este proceso no es consciente, pues la mayoría de personas

suponen que crean sus propios pensamientos, pero, tal como se ha visto arriba, no es así.

La inteligencia puede estar al servicio del amor propio y guiar a la persona sin que ésta se percate, tomando incluso las formas más sutiles y noblemente sublimadas y velando así el acceso a la Verdad, pues como apunta Huxley: “Dios puede ser amado perfectamente sólo por parte de aquellos que han aniquilado las formas más sutiles y más noblemente sublimadas del amor propio⁶⁰. Rūmī advierte también de este peligro: “Si la vil alma carnal desea que obtengas algo noble, detrás se esconde algún truco o trama”⁶¹.

En múltiples aleyas del Corán encontramos el concepto de transgresión asociado a la apreciación incorrecta de la realidad: “[...] Así es como hacemos que a los que se exceden les parezcan hermosas sus acciones”⁶². La costumbre de cometer faltas insensibiliza así cada vez más la capacidad de oír la voz del discernimiento, la cual se apaga progresivamente hasta el punto en que la persona ya no discierne si su conducta es adecuada o no, llegando incluso a pensar que actúa bien cuando de hecho está actuando movido por motivos innobles o egoístas; como avisa el Šayj al-Sulamī (s. x): “Entonces el pecado recubre la inteligencia, el conocimiento y el discernimiento. Y así, según una tradición profética: «La pasión y el deseo vencen a la inteligencia, el conocimiento y el discernimiento»”⁶³. Al-Sulamī cataloga de enfermedades del alma a todas las conductas o inclinaciones que tienen su origen en la parte animal del alma. Así, según él: “Una de las enfermedades del alma es cometer tantas faltas que el corazón se endurece. [...] Y el Profeta [...] también dijo: «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»”⁶⁴. El ser humano debe evitar por tanto llegar al punto en que el *nafs* compulsivo vela por completo al corazón.

El racionalismo materialista como uso negativo de la razón

En el apartado del método sufi se analizará el tema de la fe en relación a su dimensión terapéutica, pues en el Corán se dice que Dios da su compasión a quien cree y hace buenas obras. Sin embargo, para llegar a entender lo que significa realmente la creencia es necesario entender también su contrario, la duda. Así, otra de las características del *nafs* es su tendencia a negar cualquier dimensión espiritual. Vemos que los distintos autores sufíes son plenamente conscientes del papel de la inteligencia como instrumento para ir a favor de la verdad o bien en su contra. La función de la inteligencia es distinguir entre lo real y lo ilusorio. Sólo un intelecto sano (*al-‘aql al-salīm*) puede realizar su función auténtica, que es la de conocer a Dios. Pero si el intelecto está oscurecido por las pasiones, por el *nafs* compulsivo, entonces se convierte en un velo que esconde la realidad divina. Por ello en el Corán encontramos muchos versículos que equiparan a los que están descarriados con los que no pueden usar su intelecto (como en la expresión *wa lā ya‘qilūn*, «ellos no entienden» o literalmente «no usan su intelecto»)⁶⁵. La razón, entendida como el reflejo del intelecto en la psique, es así una espada de doble filo, que puede convertirse en un instrumento para alcanzar las verdades divinas halladas en la revelación, o bien en un velo que esconde al hombre estas mismas verdades⁶⁶. Rūmī advierte de esta última posibilidad diciendo que, aunque el alma carnal es sagaz y aguda, su *qibla* es este mundo”⁶⁷.

Existe un mecanismo de esta inteligencia negativa que tiende a quitar valor a cualquier hecho de índole espiritual reduciéndolo a explicaciones causales puramente materiales. En el Corán encontramos múltiples aleyas que hacen referencia a este aspecto del *nafs*, por el cual la persona se niega a creer en todo lo que no pueda verse o tocarse. Desde esta perspectiva, la no creencia es fruto más bien de una reacción de oposición a la creencia. Así, aquellos que no creen, aunque vieran signos milagrosos seguirían sin creer y los atribuirían a otras causas. Valgan las siguientes aleyas como ejemplo: “Y juran por Allāh con toda la gravedad, que si les llegara un signo, creerían en él. Di: Los signos están junto a Allāh. ¿Pero no os dais cuenta

de que, aunque os llegaran, no ibais a creer en ellos?”⁶⁸; “Incluso si les abriéramos una parte del cielo por la que pudieran subir dirían: Nos están haciendo ver visiones, nos han hechizado”⁶⁹. “Si vieran un trozo de cielo cayéndose dirían: Es una acumulación de nubes”⁷⁰; o: “Cuando se le recitan Nuestros signos, dice: leyendas de primitivos”⁷¹. Y un conocido episodio histórico narra los hechos acaecidos en una noche de luna llena, cuando un grupo de incrédulos se acercó al Profeta y le pidió que la partiese en dos como prueba de que él era realmente el Enviado de Dios. Cuando éste llevo a cabo la petición surgió el asombro general al verla dividirse en dos mitades que se alejaron la una de la otra hasta que a cada lado de la montaña refulgió una media luna. “Dad testimonio”, dijo el Profeta. Pero los que se lo habían pedido rechazaron este milagro óptico tachándolo de pura magia y diciendo que los había hechizado, como relata el Corán: “Hora se acerca y la luna se ha partido en dos. Si ven un signo milagroso se desentienden y dicen: Es magia persistente”⁷². Sin embargo, los creyentes que estaban presentes se regocijaron y algunos de los que titubeaban abrazaron el Islam, mientras que otros se acercaron más a él⁷³.

Es decir, se trata de un mecanismo que tiende a reducirlo todo a la expresión “esto no es más que...”, despojando así el mundo de todo misterio. Este proceso empobrece la vida y la vuelve algo sórdida, como por ejemplo pasa cuando se reduce el amor a simples reacciones químicas del cerebro, pues se despoja a la vida de su elemento más importante. Más adelante se verá que uno de los frutos del método sufi es el estado de perplejidad mística ante la realidad divina, pues ésta no se puede reducir ya a ninguna explicación causal y sólo puede ser objeto de adoración y amor.

En el origen de esta inteligencia negativa se encuentra, una vez más, el *širk* o acto de asociar otras divinidades a Dios, como dice la aleya siguiente: “¿O tienen un dios diferente de Dios? ¡Gloria a Dios, Que está por encima de lo que Le asocian!”⁷⁴. El Corán, refiriéndose a los incrédulos coetáneos del Profeta que adoraban a distintos dioses en lugar de al Dios Único, dice también que esta adoración es en realidad

la divinización de los deseos: “¿Qué te parece quien ha divinizado su pasión? ¿Vas a ser tú su protector?”⁷⁵. Negar al Dios Único es síntoma, por tanto, de que otras divinidades ocupan su lugar. Y según esta aleya en realidad se trata de los deseos. Así, se puede afirmar que debajo de este aspecto reduccionista de la mente se encuentra una dependencia a motores inconscientes de orden pasional. En esto consiste básicamente el *širk*. Por ello a las citadas aleyas que se refieren al milagro por el que la luna se partió y que fue negado por los incrédulos, les sigue esta otra: “Han negado la verdad siguiendo sus pasiones [...]”⁷⁶. Y es también esta sujeción inconsciente a las pasiones lo que lleva a negar cualquier idea de rendición de cuentas, como según el Corán dicen los incrédulos: “¿Acaso cuando estemos muertos y seamos tierra y huesos se nos va a pedir cuentas?”⁷⁷. Esta negación da así vía libre al alma compulsiva (*nafs*), pues no se ve coartada por ninguna idea de sanción posterior.

Por otro lado, es propio del *nafs* atribuir el origen de todos los hechos perjudiciales a causas fortuitas, a la pura casualidad, a la ‘mala suerte’. Esta negación, basada en el desconocimiento de las leyes del Ser, se erige así en excusa perfecta para no asumir responsabilidad alguna. Si los hechos, en cambio, son atribuidos a la desatención de los principios superiores ello implica que es necesario un cambio en la manera de actuar y de ver las cosas. Por ello el Corán habla reiterativamente de aquellos que son injustos consigo mismos. De ahí la importancia de inutilizar o inhibir esta inteligencia reduccionista que lo remite todo a causas secundarias, y la única manera de hacerlo es a través de la Revelación, que habla de las leyes del Ser o *wuġūd*, cuya desatención genera consecuencias, y que ofrece un método para protegernos de las pasiones destructivas. El planteamiento espiritual y su método es por tanto lo único que puede neutralizar este mecanismo. Más adelante se desarrollará esta idea de límite metafísico y de las consecuencias de los actos.

Rūmī atribuye esta visión superficial de las cosas a que el no creyente mira sólo la parte externa del mundo, sin poder ver su sentido interno, debido a que el espejo de su corazón no se ha pulido: “El

argumento del infiel es sólo que dice: «No veo más morada que este mundo externo». Nunca reflexiona sobre el hecho de que donde haya algo externo, este (objeto) está dando información de propósitos ocultos y sabios. [...] El hombre de poca visión no ve nada de esto: su inteligencia carece de movimiento, como las plantas de la tierra [...]. De manera similar, todo el mundo ve lo invisible y el futuro, el bien y el mal, de acuerdo con la medida de su intuición. Cuando se quitan la barrera que está delante y la que se halla detrás, el ojo penetra y lee la tabla de lo invisible. Cada uno, según la medida de su iluminación espiritual, ve lo invisible en proporción con el pulido (del espejo de su corazón). Cuanto más pule, más ve y más visible es para él la forma (de las cosas ocultas)”⁷⁸.

Ibn Sīnā habla de la potencia imaginativa, a la cual pertenecen todas las facultades de orden intelectual como la inteligencia y la imaginación, como la potencia susceptible de caer presa de este mecanismo reduccionista propio del *nafs*: “En cuanto a la infernal milicia voladora, lleva al hombre a tener como falso todo cuanto no puede verse con los ojos del cuerpo. Les presenta las obras naturales y los artefactos humanos como lo más digno de ser adorado; con sigilo, mete en las entretelas del corazón del hombre que la resurrección no existe, que no habrá retribución alguna por las buenas o malas acciones, y que no hay un Ser Eterno subsistente por sí mismo que gobierne sobre el Reino de los Cielos y de la Tierra”⁷⁹.

En relación a eso, Mircea Eliade dice que aunque el ser humano es por esencia religioso (*homo religiosus*), puede llegar a la condición agnóstica o atea por oposición a la religión: “El hombre no religioso se ha formado a base de oponerse a su predecesor, en un intento de «vaciar» de toda religión y de todo significado transhumano”⁸⁰. Desde esta perspectiva el ser humano que es contrario a la religión no lo es tanto por convicción sino por una reacción de oposición, pues según el Corán, el ser humano tiende por naturaleza a ser discutidor incluso ante las pruebas más evidentes: “Hemos explicado a lo largo de esta Recitación todo tipo de ejemplos para los hombres, sin embargo el hombre es lo más discutidor que existe”⁸¹.

La medicina sintomática y el materialismo médico como velos

Ese uso negativo de la inteligencia consiste así en una pérdida de la función original del intelecto, que se degrada hacia un simple racionalismo materialista. Ibn ʿArabī dice que este modo de proceder vela el conocimiento esencial: “Siempre que una cosa creada es atribuida a otra cosa creada, constituye una metáfora, una forma por medio de la cual se vela la percepción humana”⁸². Es decir, este tipo de conocimiento, en lugar de ir a las raíces de las cosas, se queda en las ramas. En lugar de buscar la Causa Primera, examina detenidamente las causas segundas. El mundo actúa así de velo que oculta a Dios. Por ello, una vez más, es necesaria la Revelación para superar el velo de las causas secundarias, pues, como dice Rūmī: “El Corán todo entero consiste en el sajar causas [...]”⁸³.

Este principio tiene profundas implicaciones a nivel terapéutico. En el campo médico encontramos la expresión de tal racionalismo materialista en el llamado “materialismo médico”, que emergió a principios del siglo xx y que actualmente sigue siendo el paradigma médico dominante, aunque desde diversos ámbitos médicos se ha empezado ya a reivindicar una medicina más espiritual. Este planteamiento consistía en la descalificación sistemática de los estados religiosos por considerarlos simples “neurosis” provocadas por malas disposiciones orgánicas. El filósofo de la religión William James reivindicó por el contrario el derecho de la experiencia religiosa a poseer un valor espiritual por sí misma: “El materialismo médico acaba con San Pablo cuando define su visión en el camino de Damasco como una lesión del córtex occipital, y a él como un epiléptico; o con George Fox cuando considera su fijación en la verdad espiritual como un síntoma de trastornos de colon, pues todas estas excesivas tensiones mentales son debidas a la acción patológica de algunas glándulas que la fisiología descubrirá”⁸⁴. Según James hay que renunciar a la noción absurda según la cual una cosa se desvirtúa cuando es clasificada con otras o muestra su origen.

Dice James que esta manera de desacreditar los estados de ánimo por los cuales sentimos antipatía nos es familiar; todos la utilizamos de

alguna manera para criticar a ciertas personas con estados afectivos que nos parecen excesivos. Pero cuando son los otros los que critican nuestros momentos más exaltados y los denominan “nada más” que expresiones de nuestra disposición orgánica, nos sentimos ofendidos y heridos porque sabemos que, fuesen cuales fuesen las peculiaridades de nuestro organismo, nuestros estados mentales tienen su valor sustantivo como revelaciones de la verdad viva, y deseamos acallar este materialismo médico. Así, san Pablo, seguramente sufrió un ataque de epilepsia, pero James se pregunta en qué medida la condición orgánica de una lesión en el córtex quita valor de verdad a su visión. Si esto fuera así, entonces ninguno de nuestros pensamientos y sentimientos, ni tampoco nuestras doctrinas científicas tendrían valor de verdad, ya que cada una de ellas, sin excepción, brota del estado del cuerpo del poseedor en aquel momento. Como dice James: “Según esto las teorías científicas están tan condicionadas orgánicamente como lo están las religiosas, y si pretendiéramos un conocimiento de los hechos bastante profundo veríamos al hígado como determinante de las afirmaciones del ateo pertinaz, tan decisivamente como en el caso del metodista convencido, preocupado por su alma. Cuando la sangre filtrase de determinada manera, tendríamos al metodista, cuando lo hiciese de otra, encontraríamos la mentalidad atea”⁸⁵. El valor de verdad de un estado de ánimo religioso, por tanto, no hay que buscarlo en su origen sino en sus frutos, en sus consecuencias.

En el campo de la psicología y de la psiquiatría este aspecto reduccionista de la mente, que reduce todo fenómeno psico-espiritual a causas puramente físicas, se traduce en un método también puramente reduccionista que actúa de velo e impide el desarrollo de la persona. Carl Jung, en base a su dilatada experiencia como psiquiatra, concluyó que el método analítico-reductivo en psicología no puede reemplazar las necesidades filosóficas y religiosas de la humanidad: “El método reductivo trata de reemplazar las necesidades filosóficas y religiosas de la humanidad por sus componentes más elementales de acuerdo con el principio de «nada, pero», no obstante, el método constructivo las acepta como tales y los considera ingredientes indispensables de su trabajo”⁸⁶. Según Jung el método reductivo lleva así al encasillamiento

del enfermo: “Desde el denominado punto de vista clínico, que entonces predominaba, para los médicos no se trataba de ocuparse de los enfermos mentales como hombres, como individualidades, sino de tratar al paciente X de acuerdo con una larga lista de diagnósticos y síntomas. Se le «rotulaba», se le estampillaba con un diagnóstico, y con ello el caso quedaba listo en la gran mayoría de los casos”⁸⁷. Por el contrario, Jung apela siempre a la persona que hay detrás de los síntomas: “Me di cuenta más de una vez que en tales pacientes (demencia, esquizofrenia) se oculta en el trasfondo una «persona» que debe definirse como normal y que en cierta medida es testigo”⁸⁸. Y en consecuencia apostaba por un tratamiento individual y personal: “Yo trato a cada paciente lo más individualmente posible, pues la solución del problema es siempre personal”⁸⁹.

Otro psicólogo del siglo veinte, Victor Frankl, fundador de la logoterapia, psicoterapia centrada y focalizada en lo espiritual, llama la atención sobre el temor de los pacientes religiosos a la incompreensión del psiquiatra: “He aquí por qué los pacientes religiosos no ponen con facilidad sus experiencias íntimas en manos de gente que podría quizá no acabar de entender y, en consecuencia, podría malinterpretarlas. Estos pacientes pueden tener miedo de que el psiquiatra trate de «desenmascarar» su religiosidad para calificarla de «nada más» que la manifestación del inconsciente psicodinámico, o bien como conflictos o complejos. O puede que teman que se interprete su religiosidad como algo impersonal, sea bajo el sentido de «arquetipo» inconsciente o como «inconsciente colectivo». Uno puede llegar a entender el miedo que tiene el paciente a verse un día publicado en forma de «caso», y que sus sentimientos religiosos se acaben rebajando a un mero objeto de detalladas investigaciones científicas”⁹⁰.

Como ejemplo, Frankl cita de forma anónima el testimonio de uno de sus pacientes: “Uno de mis pacientes declaró una vez, de forma espontánea: «¿Cómo es que me avergüenza todo lo religioso si a mí todo eso me da igual, casi que me molesta ese tema? Bien, sí que sé perfectamente por qué me avergüenzo de esa manera ante mis deseos religiosos: durante todo mi proceso psicoterapéutico, empezado ya hace más de

veintisiete años, ha subyacido la más o menos tácita convicción por parte de mis médicos de que tales deseos no dejaban de ser especulaciones poco realistas y sin fundamento. Como ellos dicen, sólo lo tangible es real, y todo lo demás carece de sentido, ya sea causado por un trauma o por el deseo de escapar de la vida huyendo hacia el trastorno. Así que cada vez que expresaba mi deseo de Dios, me entraba el pánico de que acabaran poniéndome la camisa de fuerza. Hasta ahora, todas las escuelas de psicoterapia por las que he pasado obviaban este punto»⁹¹.

Frankl, frente a este reduccionismo mecanicista de planteamientos anteriores que reducían al ser humano a un compuesto formado sólo de mente y cuerpo, defiende la idea de la responsabilidad como característica principal del ser humano. Así, según él, la persona es en esencia espiritual, y además tiene capas psicofísicas. Por tanto no se puede justificar una visión del hombre que sólo contemple el «todo psico-somático». Cuerpo y mente pueden formar una unidad, la unidad psicofísica, pero esta unidad no representa todavía la plenitud del hombre. Plenitud significa la integración de lo somático, lo psíquico y lo espiritual⁹².

La medicina puramente sintomática, al no contemplar la dimensión espiritual de la persona, puede convertirse asimismo en un velo que coarte cualquier posibilidad de desarrollo espiritual. Si la enfermedad es vista sólo como un conjunto de síntomas que los avances de la ciencia pueden extirpar, no se ahonda jamás en los motivos profundos. Por tanto este tipo de medicina, aunque necesaria, debe complementarse con una visión más holística del ser humano en la que se le restituya su sentido de la responsabilidad.

La libertad y la responsabilidad son dos conceptos que determinan toda la concepción ética del Islam y, por supuesto, del sufismo. Como se ha expuesto, el *nafs* o alma puede evolucionar o involucionar. Así, el esfuerzo por avanzar moral y espiritualmente, por madurar y crecer como persona, se basa en la libertad para escoger, sin la cual no podríamos hablar de dignidad humana, puesto que ésta consiste en este progreso evolutivo fruto del esfuerzo personal.

Según el sufismo, la libertad o ‘libre albedrío’ es algo inherente al ser humano. Gracias a ella podemos escoger entre llevar un tipo de vida u otro, realizar unas acciones y abstenernos de otras. Las personas que no creen en la dimensión espiritual de la vida reducen la existencia del alma y de su actividad pensante, como se ha visto, a simples procesos físicos y químicos, a meras interacciones de la materia. Sin embargo, esta concepción mecanicista es incompatible con el sentimiento de libertad que cualquier persona experimenta en su interior. Si todo está predeterminado por mecanismos causales entonces no puede existir la libertad para escoger. Según esta concepción el ser humano es un mero robot, pues sus acciones, palabras y decisiones se deben solo a reacciones físico-químicas. Pero este planteamiento no deja lugar para la autoconciencia y la libertad. La creencia materialista conduce a un nihilismo moral, a un ‘nada tiene importancia’, puesto que hagamos lo que hagamos no depende de nosotros, y por tanto tampoco tenemos ninguna responsabilidad sobre ello. Por el contrario, si llevamos este planteamiento al terreno del espíritu, es decir, de la espiritualidad, ello nos sitúa necesariamente en el plano de la moralidad y de la acción ética.

Para todas las religiones la ética surge de un presupuesto incontestable: la espiritualidad de la vida humana. Dicho de otra forma, la moralidad no es posible sin un alma independiente de la materia, de procesos y de causas, con un núcleo espiritual que es esencialmente libre, que tiene poder de elección. Dominar el *nafs* compulsivo es sólo posible mediante un uso responsable de la libertad; renunciar a unas determinadas líneas de acción en favor de otras puede significar a menudo un acto de genuina libertad. Por ello afirma Jung que “no hay moralidad sin libertad. Si un bárbaro deja libre su bestia, eso no es libertad, sino falta de libertad. Para poder ser libre es preciso que antes sea vencida la bestia”⁹³. Una persona, por tanto, puede estar fuertemente influida, pero siempre dispone de un margen irreducible de libertad. Y esta libertad esencial del ser humano desemboca en un profundo sentimiento de responsabilidad moral, es decir, de responsabilidad sobre las propias acciones.

El concepto metafísico de límite y las consecuencias de su trasgresión

Según Frithof Schuon existen dos verdades fundamentales: la existencia de un solo absoluto (Dios) y la conformidad a Él de los seres contingentes (Islam): «El Islam afirma [...] que hay un solo Absoluto, que es a la vez el Único y Total; en segundo lugar, afirma que la Ley universal —el Dharma, como dirían los hindúes— es la conformidad de los seres contingentes al Absoluto, y eso es lo que expresa la propia palabra Islam, ‘Abandono’, ‘Sumisión’ o ‘Resignación’; en tercer lugar, que la esencia de la salvación es el reconocimiento —o la conciencia— del Absoluto y nada más; y, en cuarto lugar, el Islam enseña que el vínculo entre el Absoluto y lo contingente, o entre Dios y el mundo, es que Dios envía periódicamente Mensajeros para recordar las dos verdades fundamentales, la del Absoluto y la de la Conformidad al Absoluto: Allāh e Islam»⁹⁴.

Esta concepción sobre la Ley universal implica la idea metafísica de ‘límite’, que corresponde al término coránico *ḥudūd*⁹⁵. Este límite separa la conducta correcta y lícita, correspondiente al término *ḥalāl*⁹⁶, de la conducta que va más allá y cae en el terreno de la trasgresión, eso es, de la conducta ilícita, correspondiente al término *ḥarām*⁹⁷. Así, la búsqueda de lo lícito es, según un hadiz citado a menudo por los autores sufíes, un deber de estricto cumplimiento para todo musulmán⁹⁸. Otro hadiz relevante lo encontramos recogido por Nawawī: “Ciertamente, lo lícito (*ḥalāl*) es evidente y lo ilícito (*ḥarām*) es evidente, y entre los dos hay cosas dudosas, que mucha gente desconoce. Quien se guarda de lo dudoso preserva su religión y su honor, y quien cae en lo dudoso, caerá en lo ilícito. Como el pastor que apacienta su rebaño alrededor de un recinto vedado (*ḥimā*), que no está lejos de hacerlo pacer en él. Todo rey posee, ¿no es verdad?, un terreno vedado. Pues bien, el vedado de Dios son sus prohibiciones (*maḥārim*)”⁹⁹.

Ibn ʿArabī, en su comentario del nombre divino *Al-Raqīb* (el Guardián, el Vigilante, el Observador, el Controlador, el Supervisor)¹⁰⁰ dice lo siguiente: “Tienes necesidad de Él —Glorificado sea— para pedirle

que te conceda llegar a la perfecta y constante observancia (*murāʿā*) de Sus límites (*ḥudūd*) de modo que no cometas descuido alguno”¹⁰¹. Otro hadiz cita explícitamente la idea de límite: “Ciertamente Dios Altísimo ha impuesto obligaciones, no las descuidéis; ha fijado límites (*ḥudūd*), no los traspaséis”¹⁰². Como se verá en breve, hay límites evidentes, como los explícitos en el Corán y en la Sunna, y límites que necesitan cierto grado de visión interior para ser discernidos.

En última instancia, todos los límites remiten a un límite metafísico que encontramos formulado en la séptima sura del Corán, *al-Aʿrāf*. Según la opinión generalizada este término se refiere a una montaña o una muralla, a la separación entre el paraíso y el infierno, pues una aleya de esta sura habla en estos términos: “Hay entre los dos un velo. En los lugares elevados habrá hombres que reconocerán a todos por sus rasgos distintivos y que llamarán a los moradores del Jardín: «¡Paz sobre vosotros!» No entrarán en él, por mucho que lo deseen”¹⁰³. Anteriormente se habló de *al-Aʿrāf* como el lugar del Paraíso cuyos habitantes ya habían conocido a Dios durante su vida terrenal, es decir, que habían sido conscientes de la ley secreta del universo como teofanía. *Al-Aʿrāf* es por tanto los ‘lugares elevados’ desde los cuales es posible la percepción teofánica, es decir, la percepción visionaria del ser divino como si se epifanizara en cada cosa, con sus Atributos, siendo cada cosa una forma teofánica de éstos¹⁰⁴.

Según Corbin varios autores asocian a este concepto de *al-Aʿrāf* uno de los *ḥadices* del Profeta en el que se centra toda la hermenéutica esotérica del Corán: cada aleya tiene un exotérico (*ẓāhir*, el texto literal que se recita), un esotérico (*bāṭin*, el sentido oculto que debemos comprender), una delimitación (*ḥadd*, que establece el comportamiento práctico) y «una altura de mira» que es lo que Dios pretende realizar en el hombre y a través del hombre. *Al-Aʿrāf* sería así el lugar que el hombre debe alcanzar para percibir el sentido espiritual del mundo, es decir, la dimensión invisible de los datos literales y de los acontecimientos terrenales¹⁰⁵. Y este conocimiento oculto, según la asociación con el hadiz citado, se relaciona también con el comportamiento práctico. Conocer las leyes ocultas del otro mundo, cuya manifestación son los

datos sensibles de este, implica conocer el curso de acción correcto, es decir, los límites del comportamiento. La ética y la moral en el Islam no son por tanto fruto de una convención social sino que se derivan de las mismas leyes del Ser. Se recordará también que *Al-A'rāf* era el lugar de la Proximidad divina, lugar al que aluden las dos aleyas coránicas siguientes: “Es cierto que los temerosos estarán en jardines y ríos. En un lugar de reposo verdadero, junto a un Señor Todopoderoso”¹⁰⁶. Vemos así que el conocimiento esotérico de estas leyes del Ser lleva a un temor de traspasar los límites que de ellas se derivan, temor que por tanto tiene una función protectora. Más adelante se desarrollará este concepto del temor reverente en relación a las etapas de la vía sufi.

Caer, pues, en la conducta que va más allá de este límite metafísico genera consecuencias perjudiciales. El Corán afirma en varias aleyas la responsabilidad del ser humano en aquello que le sucede: “Cualquier dolor que os aflija es a causa de lo que buscaron vuestras manos, sin embargo Él pasa por alto muchas cosas”¹⁰⁷; “Cada hombre es rehén de lo que se forjó”¹⁰⁸. Y también Rūmī insta continuamente a percibir este mecanismo, no evidente, por el cual las propias acciones retornan a quien las realizó; así, compara el mundo con una montaña que nos devuelve el eco de nuestros actos: “Este mundo es la montaña y nuestros actos el grito: el eco de los gritos nos viene devuelto”¹⁰⁹.

Sin embargo, este principio es difícil de apreciar porque las consecuencias que retornan no se parecen a los actos que las engendraron. Rūmī pone ejemplos de signos presentes en el mundo natural y humano para mostrarlo, pues, como se apuntó, el plano de la realidad sensible es signo y metáfora de los planos superiores del ser y se rige por los mismos principios: “Tu obrar que nace de tu alma y cuerpo se agarra como tu hijo a tu falda. En el mundo del No-visto se le da una forma al obrar: ¿no se erige una horca por el acto del robo? ¿Cómo se parecería la horca al robo? Pero esa es la forma dada por Dios que conoce las cosas no-vistas [...]”¹¹⁰; “La rama y su flor no se parecen a la semilla: ¿cómo se parecería el semen al cuerpo del hombre? La materia elemental no se parece al producto: ¿cuándo se ha parecido

la semilla al árbol? [...]. Ningún origen se parece a su producto: por tanto no puedes conocer el origen de la pena y del dolor de cabeza. Pero este castigo no está sin origen: ¿cómo iría Dios a infligir una pena sin una trasgresión? Aquello que es el origen de esa cosa (penosa) y la efectúa, si ésta no se le parece proviene sin embargo de ello. Que sepas, pues, que tu pena es el resultado de algún extravío: la calamidad de esa aflicción tuya nace de alguna concupiscencia”¹¹¹.

Este principio o ley esotérica lo vemos expresado en todas las grandes religiones. En religiones orientales como el hinduismo, por ejemplo, toma el nombre de *karma*, como apunta Huxley: “Una vez más, los maestros de las grandes religiones se han mostrado unánimes en este punto. Existe una ley del *karma*; de Dios no se mofa nadie, y el hombre habrá de recoger lo que siembre. A veces, esa cosecha es extremadamente obvia, como cuando un bebedor habitual recoge enfermedades físicas y fracasos de su capacidad mental. Muy a menudo, por el contrario, la cosecha es de una naturaleza tal que resulta sumamente difícil de detectar, salvo para los ojos de los iluminados”¹¹².

También la ciencia ha demostrado, de la mano del científico japonés Masaru Emoto, que efectivamente incluso los pensamientos y la conciencia humana tienen consecuencias físicas en el entorno. En múltiples experimentos con cristales de agua Emoto demostró que la forma de estos ganaba en armonía y belleza cuando se enviaban al agua pensamientos de amor y buenos deseos¹¹³.

Vemos así que el concepto metafísico de límite separa la acción justa de la injusta que acarrea consecuencias perjudiciales. En el siguiente punto se verá que estas consecuencias, cuando aparecen como una enfermedad, constituyen a la vez una oportunidad para iluminar aspectos de la conciencia, aportando así la luz necesaria para transformar aspectos del carácter y modificar la conducta. Veremos así que la enfermedad tiene una función iluminadora.

Una vez introducido el concepto metafísico de límite vamos ahora a examinar la capacidad nociva del *nafs* como agente que impulsa a

traspasar estos límites y por tanto como causante de muchas enfermedades. Multitud de patologías pueden ser contempladas desde esta perspectiva. El origen de estas enfermedades hay que situarlo por tanto en una enfermedad del alma, cuyas inclinaciones llevan a experimentar pensamientos y emociones dañinos y a realizar conductas perjudiciales. Tanto las más antiguas tradiciones espirituales como la medicina psicosomática moderna aceptan la relación entre determinadas emociones y ciertas patologías. Valgan los ejemplos que se citan a continuación.

Como hemos visto, al-Sulamī cataloga la inclinación a la ira como una enfermedad del alma: “Una de las enfermedades del alma es su inclinación a la venganza, a la hostilidad y a la ira”¹¹⁴. De esta enfermedad anímica se derivan diversas patologías. Según el sistema médico tibetano, por ejemplo, la ira es la fuente primera de muchas enfermedades, entre las cuales hay las asociadas a la presión alta, insomnio y trastornos degenerativos¹¹⁵. Así, a modo de prescripción médica, cualquier enfermo debería educar esta emoción. Por tanto, vemos la potencia irascible, puesta en movimiento por el *nafs*, como origen real de estas enfermedades. Cabe recordar que la ira, como atributo de carácter, no es negativa en sí misma, sino que es su uso indebido lo que la convierte en perjudicial. Por ejemplo, una ira bien expresada y canalizada se convierte en auto afirmación y firmeza, que puede servir a propósitos nobles.

Siguiendo el esquema platónico-aviceniano de las tres potencias del alma, la potencia imaginativa, que como hemos visto es la responsable de negar la existencia de cualquier objeto de conocimiento trascendente, sería responsable también de efectos psicosomáticos. Según el psicólogo citado Viktor Frankl, la represión de la religiosidad inconsciente puede ser causa de ciertas patologías, como enfermedades cardíacas: “[...] el trascendente reprimido se manifiesta o se hace notar a veces como un «desorden del corazón». En mi libro *The Doctor and the Soul*, describo un caso en el que esta angustia degenera en una alteración cardíaca «psicosomática», o en este caso, noosomática. Así pues, lo que sirve para el inconsciente en general también sirve para la

religiosidad inconsciente en particular: la represión acaba en neurosis”¹¹⁶. Según Frankl, pues, existe una religiosidad inconsciente en el ser humano que debe ser traída de nuevo a la conciencia. Recuérdese aquí que en el primer capítulo, referente a las premisas de la cosmovisión sufí, se habló de la doctrina de la preexistencia de las almas, según la cual cuando éstas fueron creadas y antes de venir al mundo reconocían ya a Dios. Existe por tanto, también según el sufismo, una religiosidad inconsciente que debe ser recordada.

Otro ejemplo, esta vez relacionado con la potencia concupiscible, son todas las enfermedades derivadas de la obesidad que tiene por causa un exceso de comida. El exceso de peso se produce cuando se traspasa el límite de la cantidad necesaria de alimento. Y el deseo desmesurado es aquello que lleva a traspasar este límite y a ingerir más cantidad de alimentos de la que el cuerpo necesita. De aquí que en el Corán se diga: “[...] comed y bebed, pero no os excedáis. Es cierto que Él no ama a los que se exceden”¹¹⁷. Vemos, por tanto, que hay un deseo que no está en armonía con el equilibrio que pide el cuerpo. Así pues, la única forma de mantener el cuerpo en equilibrio es poner límite a este deseo desproporcionado. La potencia concupiscible bajo el control del *nafs* compulsivo es pues la causa real de estas enfermedades.

También todas las patologías físicas relacionadas con malos hábitos posturales y exceso de tensión muscular tienen su origen en el *nafs*. Hemos visto como una de las características del *nafs* es la de pasar desapercibido, es decir, de actuar a un nivel inconsciente y de presentar lo falso como correcto. En el plano puramente físico de la apreciación sensorial vemos también que los sentidos y las sensaciones corporales nos pueden engañar y presentar lo falso como real y lo patológico como correcto, de hecho es éste un tema recurrente en la historia de la filosofía. Trasladado al terreno del cuerpo físico y de las aplicaciones terapéuticas, vemos que las tensiones del cuerpo tienen su origen en impulsos negativos, que con el tiempo y la repetición convirtieron la tensión en algo crónico. El exceso continuado de tensión muscular deviene tensión crónica y se convierte en un hábito patológico. Las sensaciones corporales dejan entonces de ser fiables y de reflejar la

realidad, puesto que no indican ya la presencia de la tensión. Así, uno de los hábitos más comunes relacionados con la apreciación sensorial incorrecta tiene que ver con la *pauta de sobresalto*, una reacción instintiva de miedo consistente en una serie de respuestas del cuerpo delante de un estímulo, como por ejemplo un ruido fuerte e inesperado, en la cual se tensan los músculos sub-occipitales, en la parte superior de la columna vertebral, lo que hace que la cabeza vaya hacia atrás y hacia abajo, se levanten las espaldas y se bloqueen las rodillas. No hay problema cuando esta reacción se da de forma necesaria, sino cuando no es necesaria y se da igualmente, a menudo quedando establecida de forma permanente en mayor o menor grado sin que la persona se percate de ello. Por tanto, un miedo injustificado sería aquí el responsable de la tensión crónica. F. M. Alexander, el descubridor de los principios de la técnica de reeducación psico-física que lleva su nombre, empezó a darse cuenta, gracias a la ayuda de un espejo, de que aquello que le indicaban sus sensaciones corporales no se correspondía con lo que estaba pasando en realidad, ya que él sentía que no ponía tensión pero el espejo le indicaba todo lo contrario, pues estaba tensando el cuello y causando así la retracción de la cabeza cada vez que hablaba, motivo de la afonía que sufría y que le llevó a investigar su propio funcionamiento. Alexander desarrolló un método para contrarrestar este proceso, método que se basa en la aplicación de ciertos principios espirituales¹¹⁸.

Otro ejemplo son las patologías relacionadas con dolores de espalda que tienen su origen en el uso continuado de zapatos con tacones excesivamente altos y que, por tanto, son desarrolladas mayoritariamente por mujeres. La causa aparente de estas patologías son los tacones, que por su altura levantan el cuerpo y desplazan su centro de gravedad hacia adelante, con lo que el cuerpo necesita contrarrestar el desequilibrio para no caerse y lo hace generando una tensión en la espalda, que con el tiempo se convierte en dolor. Sin embargo, si se examina con atención, vemos que el origen real es la motivación que hay detrás; las personas que usan zapatos con tacones altos lo hacen normalmente por motivos distintos al de la comodidad, como por ejemplo el deseo de ganar altura, por una cuestión estética, etc. Por tanto, son

estos deseos los responsables reales de los dolores de espalda y no los tacones en sí, pues éstos son sólo una causa secundaria. Vemos otra vez cómo el *nafs* es capaz de llevar a la persona a sobrepasar los límites, en este caso del equilibrio postural. Huelga decir aquí que el objetivo de este estudio no es juzgar a nadie, sino poner de manifiesto los principios espirituales a través de ejemplos.

Hasta ahora hemos visto que existe un estado inicial de ignorancia respecto al origen del propio funcionamiento que es causa de sufrimiento. Se trata de una guía inconsciente incorrecta respecto a la existencia de la cual el ser humano puede estar totalmente velado. Sólo se puede empezar a salir de este estado inicial de caída cuando se arroja luz sobre este proceso interno, es decir, cuando lo inconsciente es llevado a lo consciente. A continuación veremos como algunos de los más importantes sufíes coinciden en afirmar que las crisis pueden abrir una puerta a este conocimiento interior, ya que gracias a ellas se iluminan aspectos de la conciencia. El sufrimiento y los síntomas de las crisis pueden tener así un papel de guía orientador, favoreciendo el acceso al primer grado de desarrollo espiritual, el grado de *tawba*, que consiste en darse cuenta de la necesidad de un cambio. Por tanto, es conveniente recordar aquí de nuevo la conveniencia de ampliar la perspectiva de la medicina puramente sintomática, la cual elimina el síntoma sin tener en cuenta que es la manifestación de un proceso interno más profundo, de forma que impide el acceso al desarrollo espiritual que según el presente estudio es la fuente última de una salud integral.

La función iluminadora de la enfermedad

En este punto se quiere mostrar que según el sufismo la enfermedad, así como la privación o la aflicción en general, puede desempeñar una función iluminadora. Esta concepción parte de la premisa, ya comentada, según la cual la indisposición aparece en el ser humano olvidado de su origen y dimensión divinos, como apunta Ibn ʿArabī: “La ausencia de visión de la Faz de Dios en las cosas es el origen de la indisposición espiritual (*marad*)”¹¹⁹. A continuación se presentan las

opiniones de diversos autores sufíes sobre el papel que desempeñan el sufrimiento y la enfermedad en relación con la actualización y el descubrimiento del anhelo interior de transcendencia. Antes de empezar esta enumeración, sin embargo, es conveniente citar algunas de las aleyas coránicas más significativas en relación a este tema: “[...] Dios hará que a la adversidad suceda la felicidad”¹²⁰. “Porque es cierto que junto a la dificultad hay facilidad. Sí, junto a la dificultad hay facilidad”¹²¹.

Ya en Gazālī encontramos esta idea, pues según él la enfermedad es una de las formas de experiencia por las cuales el hombre llega al conocimiento de Dios. Gazālī distingue las causas segundas de la enfermedad de su causa Primera. Si un hombre, dice, entra en depresión, el doctor dirá que es un caso de melancolía y le prescribirá una determinada receta; el físico dirá que es un caso de sequedad del cerebro y que sólo se recuperará en un ambiente de aire húmedo; y el astrólogo la atribuirá a ciertas conjunciones u oposiciones de los planetas. Gazālī dice que cada uno de esos tres especialistas está sin duda en lo cierto respecto a su particular rama del conocimiento, pero ellos no ven que Dios ha puesto a este hombre en esta situación y ha ordenado a sus sirvientes, los planetas o elementos, producir semejante condición en él, de forma que se pudiera volver del mundo a su Hacedor. El conocimiento de este hecho es una perla del conocimiento inspirado, pues todos los demás tipos de conocimiento, dice Gazālī, no son sino islas en este mar¹²².

Ibn ‘Arabī distingue entre dos grandes tipos de compasión divina: “La compasión (*rahma*) tiene una epifanía (*taʿallī*) en la forma del castigo (*ʿadāb*)... y una epifanía en la forma de la dicha (*naʿīm*), de modo que adopta dos formas opuestas”¹²³. Es decir, la compasión divina puede tomar la forma de un bien manifiesto o de un daño aparente que en realidad esconde también un bien. En la definición del nombre *Al-Raḥīm* (el Misericordioso), el mismo Ibn ‘Arabī dice que “la esencia divina requiere que haya en la existencia corrupción y salud”¹²⁴. Según Beneito, el término corrupción (*balāʾ*), que significa también ‘pena’ o ‘prueba’ y que con tanta frecuencia se comenta en los textos akbaríes, ha de comprenderse a la luz de su significado y su función alquímica en el proceso de transmutación espiritual¹²⁵. Desde esta perspectiva, la

compasión, cuando toma forma de castigo, tendría un aspecto redentor. El nombre *al-Rahīm* está, por tanto, relacionado tanto con el bien manifiesto como con el bien oculto, como afirma Ibn ʿArabī: “Este nombre está relacionado con todo bien (*jayr*) que no conlleva implícito daño (*darar*) y con todo daño *aparente* en cuyo interior hay un bien”¹²⁶.

En su descripción de otro Bello nombre de Dios, *al-Muntaqīm* (El Vengador, el Castigador, el Intransigente), Ibn ʿArabī vuelve a poner de manifiesto este aspecto de gracia oculto en el sufrimiento: «El Vengador es el que castiga la trasgresión (*ḍanb*) sin dispensarla ni condescender»¹²⁷, y «[...] todo lo cual es *aparente* represalia (*intiḳām*) y oculta merced (*ʿāzāʾ jafī*) que no todos perciben, pues incluso el dolor del niño de pecho es una merced (*ʿāzāʾ*)»¹²⁸. Este ejemplo ilustra la idea de que todo dolor tiene un aspecto oculto de gracia. Así, el sufrimiento desempeña una doble función purificadora y orientadora: por un lado, el calor del fuego posibilita la sublimación, por otro, los síntomas de una enfermedad ponen de manifiesto su existencia e indican la necesidad de sanación. En este sentido, el dolor hace de guía en el camino a la felicidad señalando los límites. Si al acercarse un niño al fuego y quemarse no le doliera, podría sin temor consumirse en sus llamas. En la cosmovisión akbarí, pues, necesariamente hay una gracia oculta tras toda manifestación de la majestad divina. Para ilustrar este punto, Ibn ʿArabī emplea a menudo la imagen del remedio de efecto curativo, pero de apariencia desagradable¹²⁹.

Este principio es aplicable a todas las adversidades en general. En el punto anterior se expuso la idea de las consecuencias que generan los actos y, anteriormente, se expuso también el carácter probatorio de la vida. En relación a esas dos ideas hay una aleya del Corán muy explícita al respecto: “Eso es porque Allāh no cambia el favor que ha concedido a una gente mientras ellos no cambien lo que hay en sí mismos. Y Allāh es Quien oye y Quien sabe”¹³⁰. Según esto, las circunstancias de la vida están en directa relación con el interior de las personas. Si las circunstancias que sobrevienen a una persona son de signo adverso, ello indica la necesidad de un trabajo interior. Las circunstancias actúan así de espejo y a la vez de oportunidad para cambiar aspectos internos. En esta aleya se afirma implícitamente que cuando estos aspectos han

sido cambiados ya no hay necesidad de estas pruebas y entonces dejan de presentarse. Las dificultades son enviadas para perfeccionar al creyente, pero cuando éste se perfecciona ya no hay necesidad de ellas. Es decir, Dios cambia las situaciones externas de las personas cuando ellas hacen el esfuerzo de cambiar su interior. Más adelante se verá cómo la cosmovisión y el método sufíes sirven a este propósito transformante.

Respecto a la actualización de la compasión por parte del ser humano, vemos que Ibn ʿArabī distingue entre dos tipos de *rahma* a actualizar: (1) la compasión natural (*rahma ṭabīʿiyya*) y (2) la gracia conferida por Dios (*rahma mawḍūʿa*): “La compasión divina conferida va acompañada en el siervo de distanciamiento (*ʿizza*) y autoridad (*sulṭān*) y no está ligada a la piedad emocional (*ṣafaqa*), mientras que de la compasión natural sí resulta el sentimiento de piedad (*ṣafaqa*)... La compasión conferida sólo se manifiesta, de hecho, en los encargados del ejercicio del gobierno (*julafāʾ*). ¿No has reparado en que quien ve cómo el califa castiga, oprime y veja a la gente inculpada siente conmiseración y lástima (*ṣafaqa*) por los inculcados y los castigados y dice: “este gobernante no tiene compasión; si yo estuviera en su lugar me apiadaría de ellos”...? El hecho es que, al ocupar su puesto, a quien así decía Dios le vela y aparta de la compasión natural que produce la piedad (*ṣafaqa*), confiriéndole en su lugar la compasión acompañada de distanciamiento (*ʿizza*) emocional y responsabilidad (*sulṭān*) civil, para que gobierne y sea compasivo con la necesaria determinación consciente (*maṣīʾa*), sin dejarse llevar por la emoción de la piedad (*ṣafaqa*)”¹³¹.

Esta compasión correspondería a la compasión ejemplificada por Jidr en el relato coránico sobre su relación con Moisés. Así, Ibn ʿArabī distingue entre “la compasión que está en la naturaleza congénita” (*al-rahma allatī fī l-ḥibla*) —es decir, la compasión natural (*ṭabīʿiyya*)—, por la cual Jidr apuntaló el muro (C. 18:77), y “la compasión oculta en lo aparentemente reproable y detestable (*al-rahma al-mabṭūna fī l-makrūh*) que confiere la ciencia divina *ladunniyya*, por la cual mató Jidr al muchacho (C. 18:74) o averió la nave (C. 18:71)”¹³². A esta gracia oculta bajo un daño aparente también la llama Ibn ʿArabī *rahma jafīyya*, la gracia escondida, por ejemplo, en el medicamento de sabor desagradable¹³³.

Por su parte, Rūmī atribuye también a la enfermedad una función iluminadora, es decir, asociada al despertar espiritual: «El remordimiento y la humildad ocurren durante la enfermedad, que es el momento de estar completamente despierto. Cuando estás enfermando, rezas a Dios para que perdone tus faltas; se te muestra cuán horrible es tu falta y decides volver por el buen camino. Haces promesas y votos diciendo que de allí en adelante tu curso elegido no será nada sino obediencia: así, pues, está visto con certeza que la enfermedad te da conciencia y despertar»¹³⁴. Una aleya coránica corrobora este principio: “Cuando al hombre le afecta algún daño, ruega a su Señor y se vuelve a Él [...]”¹³⁵.

La aflicción sería así la puerta para acceder al grado de evolución del alma en el que ésta empieza a asumir la responsabilidad de sus propios defectos y faltas, que como vimos corresponde al estado de *al-nafs al-lawwāma*. Rūmī dice que antes de la llegada de la aflicción el alma no reprobará su conducta ni escuchará los consejos de su corazón: “Antes de que su cabeza dé en el muro de la aflicción, su oído sordo no escuchará el consejo de su corazón. La avidez por torta de nueces y por azúcar hace sordos contra amonestaciones los oídos de los niños: (sólo) cuando comienza el dolor de su abceso se vuelven abiertos para buenos consejos sus oídos”¹³⁶.

Rūmī habla así de un cierto tipo de bienestar, basado en una aparente salud y riqueza, que es en realidad un velo: “Entre la criatura y Dios [...] sólo hay dos velos de los que provienen todos los otros velos: la salud y la riqueza. El hombre sano dice: «¿Dónde está Dios? Yo no lo sé ni lo veo». Pero cuando aparece en él el sufrimiento, exclama: «¡Oh Allāh! ¡Oh Allāh!» y todas sus palabras y confianzas se vuelven hacia Dios. Así pues, la salud es un velo para él y Dios se esconde bajo ese sufrimiento”¹³⁷. Vale la pena apuntar aquí el planteamiento de Carl Jung por su similitud con el de Rūmī en este punto, pues dice lo siguiente: “en nuestros tiempos, hay millones de personas que han perdido la fe en toda clase de religión. Tales personas, ya no entienden su religión. Mientras la vida se desliza suavemente sin religión, la pérdida permanece tan buena como inadvertida. Pero cuando llegan los sufrimientos es otra cuestión. Es cuando la gente comienza

a buscar una salida y a reflexionar acerca del significado de la vida y sus turbadoras y penosas experiencias”¹³⁸.

Esta postura representa una inversión de los valores a los que el sentido común está acostumbrado, pues la buena fortuna puede ser en este sentido incluso perjudicial, como aclara Rūmī en otro pasaje: “Dios dice: «Después de todo, la desolación y el padecimiento te han vuelto recto y han hecho que rogaras humildemente. Quéjate de la buena fortuna que cae sobre ti y te aparta de Mi puerta y te convierte en desterrado»”¹³⁹.

Así pues, como Ibn ʿArabī, también Rūmī dice que el sufrimiento tiene una función sublimadora y purificadora, semejante al efecto del fuego del horno sobre el oro y la plata: “¿Cómo dejaría materias impuras la sublimación? El propósito de tan severa disciplina y duro trato es que el horno separe la escoria de la plata. Lo bueno y lo malo son puestos a prueba para que hierva el oro llevando a la superficie la espuma de la escoria”¹⁴⁰.

Y en otra parte: “En realidad, cada enemigo (tuyo) es tu medicina, es un elixir benéfico que intenta ganar tu corazón. [...] Hay un animal llamado *ushgur* (puercoespín): los golpes le hacen crecer y fortalecerse. Cuanto más le pegas, más prospera: engorda con los golpes del palo (saca las púas). Ciertamente el alma del verdadero creyente es como un puercoespín, pues cuando la tribulación la apalea, engorda y se robustece. Por ello la mortificación y las penalidades que caen sobre los profetas son mayores que las que padecen todas las (otras) criaturas del mundo, y así sus almas son más fuertes que las demás, pues ninguna otra clase de personas ha sufrido tal aflicción. Al cuero le zahiere la medicina (la sustancia para curtirlo) pero luego se dulcifica como la piel de Taif; y si el curtidor no lo frotara con el líquido acre y amargo, se volvería fétido, desagradable y apestoso. Has de saber que el hombre es como un cuero sin curtir, y los humores lo vuelven ruidoso y grosero. Dale acritud y amargura (disciplina) y mucho resregar (tribulación) para que pueda tornarse puro, bello y muy resistente; y si no puedes (mortificarte), alégrate, oh astuto, de que Dios te envíe penalidades sin elección (por tu parte), pues el sufrimiento

(que manda) el Amigo es (el medio) para que te purifiques. Su conocimiento supera a tus argucias”¹⁴¹.

Rūmī aporta, por otro lado, el ejemplo histórico de un enfermo al que visitó el Profeta: “La enfermedad me ha traído esta buena fortuna, que el sultán haya venido a mi lado de mañana, de forma que la salud y el bienestar me vienen de la llegada de esta rey sin séquito. ¡Feliz dolor, enfermedad y fiebre! ¡Bendita angustia y desvelo! En mi ancianidad, Dios en Su munificencia me ha concedido tal indisposición. También me ha dado dolor de espalda para que, a medianoche, tenga que despertar de repente y no duerma toda la noche, como un búfalo; Dios en Su gracia me da sufrimientos. Por esta debilidad surge la compasión de los reyes y quedan silenciadas las amenazas que el infierno me hacía”¹⁴².

Finalmente, y para no alargar más la gran cantidad de ejemplos sobre este tema que se encuentran en la obra de Rūmī, hay que destacar que, según él, la enfermedad es una preparación para la alegría, como apuntaban las dos aleyas citadas al principio: “Aunque el pensamiento de la aflicción le ponga celada a la alegría, está haciendo preparaciones para la alegría. Violentemente te barre la casa limpiándola de otras cosas de modo que pueda entrar una alegría nueva desde la fuente del bien. Dispersa las hojas amarillas de la rama del corazón para que crezcan incesantes hojas verdes. Desarraiga a la alegría vieja para que un deleite nuevo pueda entrar marchando desde el Más Allá. La aflicción arranca lo podrido y torcido para poner al descubierto la raíz que está velada de la vista. Cualquier cosa que la aflicción pueda hacer que sea descargada del corazón o que pueda quitar, seguramente traerá en sustitución otra mejor, en particular para aquel que sabe con certeza que la aflicción es la servidora de los que poseen certeza”¹⁴³. Podemos concluir el pensamiento de Rūmī sobre este tema con la siguiente definición que da del sufismo: “¿Qué es el sufismo? Sentir alegría en el corazón cuando llega el sufrimiento”¹⁴⁴.

Otro autor sufi del siglo XIII, Ibn ‘Aṭā’ Allāh, en varios de sus aforismos habla también de este aspecto oculto del sufrimiento: “Algunas veces, Él da mientras te priva, y, a veces, Él te priva al darte”; “Un regalo del

hombre es una privación; pero una privación de Dios es munificencia”; “La privación te duele sólo porque no comprendes que Dios está en ella”; “Para mitigarte el sufrimiento de la aflicción, te ha enseñado que Él es quien hace que caigan sobre ti las adversidades”¹⁴⁵.

También en los relatos visionarios de Ibn Sīnā vemos esta función orientadora de las crisis representada por el símbolo del relámpago, que ilumina y permite al alma ver por un momento su estado de caída. En el relato de Salāmān y Absāl es un relámpago el que ilumina la noche de bodas de Absāl y descubre a éste la impostura de la mujer de Salāmān, que pretende suplantar inadvertidamente a la novia, su hermana, sin que Absāl se de cuenta. La mujer de Salāmān representa a las potencias irascible y concupiscible del alma (*al-nafs al-ammāra*) y su acto de impostura simboliza la estrategia que usan estas energías al ocultar su verdadera naturaleza para conseguir sus fines, aspecto del funcionamiento del *nafs* que se ha visto más arriba. Corbin nos recuerda también que el primer episodio de la ascensión del profeta Muhammad (*Mi‘rāṣ*) se produce en una noche de relámpagos. El símbolo, pues, es bien claro: el relámpago es una merced del cielo que ilumina momentáneamente la situación actual del individuo. Es a partir de aquí que Absāl, que representa el intelecto contemplativo, empieza la lucha. Y es también a partir de aquí que el Profeta empieza su ascensión celestial.

Vemos así que, para los autores sufíes, las adversidades de cualquier tipo pueden ser una gracia. Sin embargo, este tipo de compasión está limitada y restringida, pues no todos tienen acceso a ella. Según esto, cuando se expresan las partes negativas de aquellos que han sido favorecidos con la guía divina, éstos reciben sanción desde el exterior, pues, por ejemplo, a menudo sus acciones crean repulsa en el entorno y la misma vida se encarga de sancionarlas. Por tanto, la privación a la que son sometidos esconde en realidad un don, pues mediante ella van corrigiendo la negatividad interna. En el lado opuesto, en el caso de los que no disponen de la guía, las partes negativas no crean fealdad aparente en el entorno y por tanto no reciben sanción, sino que adquieren un aspecto seductor que las refuerza. De aquí que en el Corán se diga de estos últimos que son el enemigo, contra el cual se

insta al mismo Profeta a estar precavido: “Cuando los ves, te gusta su aspecto y si hablan, sus palabras captan tu atención. Son como madeiros que no sostienen nada. [...]. Ellos son el enemigo, tened cuidado. [...]”¹⁴⁶. Ibn ‘Aṭā’ Allāh, en otro de sus aforismos, también habla sobre este principio, según el cual las acciones de origen patológico pueden tener una apariencia seductora que impulsa al individuo a seguir practicándolas, pues no encuentra resistencia que le lleve a un replanteamiento de las mismas: “Y puede que te mantenga a distancia, sin tú saberlo, aunque sólo sea porque Él te deje hacer lo que quieras”¹⁴⁷. Y Rūmī nos recuerda el ejemplo del Faraón de Egipto: “Dios había dado al Faraón, durante cuatrocientos años, el mando, la soberanía, la realeza y el goce. Todo aquello era un velo que lo alejaba de la presencia de Dios. No le dio ni un solo día que no le fuese favorable y sin hastío, para que nunca se acordase de Dios. El Altísimo le dijo: «Ocupate de tu propio deseo y no te acuerdes de Mí»”¹⁴⁸.

La necesidad de desarrollar el criterio de discernimiento

Hemos visto que existe una guía inconsciente incorrecta, es decir, que la acción del *naḥs* pasa desapercibida. Esto, entre otros efectos, tiene el de producir una distorsión en la apreciación de la realidad que puede llevar a no distinguir entre lo perjudicial y lo beneficioso, lo bello y lo feo, lo correcto y lo incorrecto. Rūmī pone ejemplos de realidades aparentemente iguales, pero muy distintas en esencia: “[...] de una, la avispa, proviene una picadura, y de la otra, la abeja, la miel. Ambas clases de ciervo comieron hierba y bebieron agua: uno produjo excrementos y el otro almizcle puro. Ambos juncos bebieron de la misma fuente de agua, pero uno está vacío y otro lleno de azúcar. Considera cientos de miles de comparaciones, [...] puede que el agua dulce y la amarga tengan la misma claridad. ¿Quién puede percibir la diferencia salvo un hombre con gusto? Encuéntrale: sabe distinguir el agua dulce de la salmuera”¹⁴⁹. Con ello, Rūmī pone de manifiesto la necesidad de desarrollar un criterio de discernimiento, una ‘piedra de toque’, que permita la apreciación correcta de la realidad: “Sin la piedra de toque no podrás diferenciar el oro de ley del adulterado.

Aquél en quien Dios ponga la piedra de toque podrá distinguir la certeza de la duda”¹⁵⁰.

El criterio de discernimiento permite, pues, distinguir la verdad de la falsedad y el bien del mal, y es de vital importancia puesto que un criterio equivocado lleva a la acción perjudicial. El sufismo podría considerarse así como la ciencia que proporciona este criterio de discernimiento. Así, con la paulatina adquisición del conocimiento esencial va desarrollándose también la capacidad para discernir. Este criterio se asocia al tipo de conocimiento que fue otorgado a Jidr, según relata el Corán, como se expuso anteriormente, y que se conoce como ciencia *ladunniyya*: “Así dieron con uno de Nuestros siervos al que le habíamos concedido una gracia procedente de Nosotros y al que habíamos enseñado un conocimiento de Nuestra parte”¹⁵¹. El episodio coránico del encuentro entre Jidr y Moisés muestra claramente esta necesidad, pues gracias a este conocimiento Jidr pudo distinguir el bien del mal y actuar en consecuencia, aunque en principio sus actos no fueran comprendidos por Moisés. El nivel de Jidr es el más alto al que se puede llegar respecto a este tipo de conocimiento.

Según Ibn ‘Arabī, uno de los requisitos para poder adoptar la cualidad del nombre divino “el Vigilante” es desarrollar la capacidad de discernimiento para así poder diferenciar las inspiraciones positivas de las negativas: “El que atentamente observa en su corazón (*qalb*) las huellas (*ātār*) de su Señor —las inspiraciones divinas— para poder así diferenciarlas con claridad de las huellas de su propio deseo (*hawā*) y de su demonio personal (*ṣayṭānu-hu*) es decir, las sugerencias egocéntricas o satánicas; [...] tal siervo se ha revestido de la cualidad de Su nombre *al-Raqīb*”¹⁵².

El tema del discernimiento parece ser un tema de vital importancia, pues es incluso el título de un capítulo o sura del Corán¹⁵³. Llama la atención que la primera aleya de esta sura menciona el hecho de que el discernimiento es un don divino: “¡Bendito sea Aquel que ha hecho descender a Su siervo el Discernimiento para que fuera una advertencia a todos los mundos!”¹⁵⁴.

Gazālī distingue entre conductas lícitas, ilícitas y las que se encuentran en medio de ambos extremos y que pueden aparecer como ambiguas, y pone estas últimas en relación a la capacidad de discernimiento¹⁵⁵. Así, la Ley revelada da información sobre algunas conductas que son declaradamente lícitas o ilícitas, por lo que no es necesario ningún acto de discernimiento. También existen conductas que, aunque no se detallan en el Corán, son declaradamente lícitas; Gazālī pone como ejemplo el hecho de que un hombre recoja agua de lluvia en una tierra de su propiedad o en una tierra sin propietario¹⁵⁶. Aquí no hay tampoco ambigüedad posible. Sin embargo, hay otras muchas situaciones en las cuales no es tan evidente el criterio de conducta a seguir, y por tanto para decidir es necesario haber desarrollado el discernimiento. Gazālī cita un ejemplo extraído de un episodio de la vida del gran sufí egipcio *Ḍū l-Nūn al-Miṣrī*: mientras éste se encontraba prisionero y hambriento, una mujer piadosa le envió alimentos por medio del carcelero, pero él no comió de ellos y se excusó diciendo que ella se los había llevado sobre el plato de un hombre injusto, por lo que, de comerlos, hubieran sido ilícitos¹⁵⁷. Aunque se trata de un ejemplo extremo y quizás discutible, pone de manifiesto una conducta que depende del criterio de discernimiento.

Por otra parte, muchas conductas adoptan una apariencia de bien cuando en realidad esconden un mal en su interior. Incluso la respetabilidad y correcta ciudadanía pueden ser ejemplos de ello. Jesús, dice Huxley, no dejó de lanzar invectivas contra los escribas y fariseos, los cuales eran modelos de austeridad, respetabilidad y correcta ciudadanía. Sin embargo, sus virtudes eran las del hombre no regenerado, e inclusive las virtudes de los no regenerados tienden a eclipsar a Dios, e impiden a quienes las tienen progresar hacia el conocimiento de la Realidad definitiva, que es la finalidad y el propósito de la vida¹⁵⁸. Por tanto, un criterio de discernimiento es absolutamente necesario para discernir las realidades más allá de las simples apariencias.

Según Ibn Sīnā, uno de los primeros frutos del trabajo espiritual es el desarrollo de lo que él denomina la ciencia fisiognómica, la cual consiste en desentrañar el interior de las personas a partir de los signos

externos: “La ciencia de la fisiognomía es de aquellos saberes cuyo beneficio paga al contado, pues te descubre lo que cada cual mantiene oculto de su carácter, de tal modo que, en consecuencia, puedes obrar con talante abierto o reservado”¹⁵⁹. Gazālī, por su parte, dice que hay signos exteriores que pueden informar sobre la licitud o ilicitud de algo o de alguien. La apariencia exterior, actitud y hábitos, actos y palabras de alguien, pueden denotar que es poseedor de lo ilícito. Si uno ve, por ejemplo, a un hombre injuriar a otro en un ataque de cólera, es éste un signo fiable. Pues, muchos hombres, dice Gazālī, prudentes en su búsqueda de bienes materiales, no son en cambio dueños de sí mismos en los ataques de cólera o de pasión. Y en caso de conductas ambiguas donde sea difícil decidir, dice que el único medio que tiene el hombre para decidir es consultar su corazón¹⁶⁰. Existe un hadiz al respecto que encontramos también recogido por Nawawī: “Consulta tu corazón. La virtud es lo que tranquiliza el alma y el corazón de uno. Y el pecado es lo que se remueve dentro del alma y se agita en el pecho, te digan lo que te digan aquellos a quienes consultes”¹⁶¹. Los dichos y hechos del profeta, que conforman la *Sunna*, constituyen así también una guía y un criterio para la conducta justa.

En otro capítulo del Corán encontramos una significativa aleya: “¡Creyentes! Si teméis a Dios, Él os concederá un Criterio, borrará vuestras malas obras y os perdonará. Dios es el Dueño del favor inmenso”¹⁶². Vemos así que la adquisición del discernimiento se asocia al temor reverente de Dios, el cual sólo puede desarrollarse si primero se tiene conciencia de Su poder y Su presencia. En el capítulo siguiente se tratará el proceso que lleva en el sufismo a la adquisición de esta conciencia y su consecuente temor protector. La salud dependerá, por tanto, de una atención constante sobre el interior y el exterior y de una conducta basada en los principios superiores. Más adelante se verá que esta atención o temor reverente, junto con la asidua práctica de las técnicas propias del método sufí, deja paso progresivamente al conocimiento místico y éste al Amor, que es la auténtica medicina.