

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 confundándose 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 péfidas, 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.