

de que es la misma Realidad divina (*‘ayn al-ḥaqq*) [lo que amamos]. En este caso, amamos el nombre y no conocemos la esencia real que es el Verdadero. Entre nosotros se cuentan quien Le conoce ya en este mundo y quien no Le conoce hasta que, llegado el momento, muere amando algo en particular. Entonces, al retirarse el velo se le descubre que en realidad no ha amado sino a Allāh —cuyo velo es el nombre de la creatura—»²⁷⁰.

Por otro lado, Ibn ‘Arabī recuerda el imperativo coránico de adorar sólo a Dios; es decir, no realizar esta ascensión desde lo concreto hacia lo universal, desde el mundo hacia *Allāh*, lleva a idolatrar las cosas creadas al considerarlas poseedoras en sí mismas de los atributos divinos, olvidando su verdadera fuente. En el siguiente punto se verá como el recuerdo de Dios, técnica fundamental del método sufi, es el medio para ir reorientando el amor por lo perecedero hacia el amor por lo eterno y verdadero.

Reminiscencia platónica y el *dīkr* sufi como técnica de ascenso

La teoría de la reminiscencia o *anámnesis*, que constituye uno de los pilares del pensamiento platónico, tiene un paralelismo con la técnica principal del *dīkr* (recuerdo) sufi. Dice Platón que el aprender no es realmente otra cosa sino recordar, pues el alma aprendió en un tiempo anterior aquello de lo que se acuerda (aprende) en su vida terrena²⁷¹. Y es a través de la contemplación de la belleza de este mundo que, recordando la verdadera, le salen ‘alas’ al alma y le entran deseos de alzar el vuelo, y no lográndolo, mira hacia arriba como si fuera un pájaro²⁷². El recuerdo del otro mundo es por tanto según vemos en este texto el medio que libera y hace ‘alzar’ el vuelo al alma. En esta ascensión, como vimos, el alma se libera de la ilusión que supone considerar este mundo como única



realidad, confundiendo su propia identidad con las formas pasajeras y creando así el ídolo del ‘yo’ o ego. Sin embargo, Platón habla en términos poco claros de la manera de hacer esta liberación-ascensión, pues en el mismo texto declara que sólo con esfuerzo y a través de órganos poco claros les es dado a unos pocos, apoyándose en las imágenes, intuir el género de lo representado, mientras que la mayoría caen en el olvido de lo sagrado²⁷³.

En la cosmovisión sufi vemos que la idea de *recuerdo* es también omnipresente. El mismo Corán se presenta a sí mismo como Recuerdo en varias aleyas, por ejemplo: “¡Por el Corán que contiene el Recuerdo!”²⁷⁴. Y el Recuerdo es principalmente recuerdo de la Unidad divina: “Esto es un mensaje dirigido a los hombres para advertir con él, y para que sepan que Él es un Dios Único, para que recuerden los que posean un corazón despierto”²⁷⁵. Como vimos, según la cosmovisión sufi, el conocimiento de la Unidad divina está presente en el alma, pues en el día de *alast*, las almas dieron testimonio de ella al ser creadas. Por tanto, coincidiendo con la perspectiva platónica del conocimiento como recuerdo, el recuerdo de Dios y de su Unidad es una actualización de este conocimiento fundamental y previo que toda alma lleva en su interior. En la tradición sufi este proceso se lleva a cabo a través de la lectura/recitación del Corán y de la técnica de rememoración/invocación de los Bellos Nombres divinos, técnica fundamental conocida como *dīkr* y que constituye uno de los pilares del método sufi.

La palabra *dīkr* significa, pues, literalmente ‘recuerdo’. Así, la expresión *dīkr Allāh*, se refiere al recuerdo o remembranza de Dios. El Corán destaca la importancia del recuerdo de Dios incluso por encima de la oración ritual (*ṣalāt*):

«¡Recita lo que se te ha revelado de la Escritura! ¡Haz la azalá! La azalá (*ṣalāt*) prohíbe [prevé contra] la deshonestidad y lo reprobable. Pero el recuerdo (*dīkr*) de Dios es más importante aún. Dios sabe lo que hacéis»²⁷⁶.



El *dikr*, pues, implica una extensión del recuerdo de Dios que se da en las oraciones prescritas, pues éstas se ciñen a cinco momentos concretos del día establecidos por la tradición o *sunna*, pero el *dikr* no tiene limitación temporal y puede abarcar todo el día, practicándose la rememoración en todo momento y situación. Si nos atenemos a la premisa de la situación de exilio del alma, correspondiente a la de los prisioneros de la caverna, el *dikr* deviene el requisito imprescindible para ir hacia la luz y recuperar la unidad perdida, es decir, es la pieza clave de la integración del hombre.

En diversas aleyas aparece esta idea de recuerdo de Dios asociada a la de meditación o reflexión sobre los signos divinos presentes en el mundo, pues recordemos que según la cosmovisión sufí el mundo entero es manifestación o epifanía divina:

«En la creación de los cielos y de la tierra y en la sucesión de la noche y el día hay, ciertamente, signos para los dotados de intelecto, que recuerdan a Dios de pie, sentados o echados, y que meditan en la creación de los cielos y de la tierra [...]»²⁷⁷.

Con la ayuda del *dikr*, combinado con la reflexión o meditación (*fikr*), el ser humano obtiene primero un alma integrada, pura, y llega finalmente a la aniquilación (*fanā*) del ego y a la subsistencia (*baqā*), y se da cuenta de que nunca estuvo separado de Dios, ni aun en el principio. Restaurar la unidad perdida es así el propósito fundamental del *dikr*. Rumi dice que dulce es la unidad del Amigo con Sus amigos, y que en el más allá éramos una misma sustancia, pero cuando la Luz tomó forma y se hizo múltiple perdimos aquella unidad, por lo que debemos consumir la forma para vislumbrar debajo la unidad como un tesoro²⁷⁸.

El ser humano, por tanto, está siempre alejándose de su centro y dispersándose en la periferia confundiendo lo ilusorio con lo real, es decir, creyéndose sus propias identificaciones con la forma. Por ello es necesario que invierta esta tendencia y dirija su aten-



ción más hacia el centro, que es donde reside el Uno, la fuente del Ser. Valga aquí un paralelismo con la mitología griega, concretamente con el mito de el Rey Midas: sólo purificándose éste en la fuente de la que nacía el río *Pactolos*, pudo liberarse del perjudicial poder que su deseo insaciable de riquezas le había llevado a adquirir, a saber, convertir en oro todo lo que tocaba, poder que se le había girado en contra cuando incluso la comida que tocaba se transformaba también en oro. Así pues, sólo la fuente tiene el poder de limpiar las cualidades negativas, e ir a la fuente del río equivale en la tradición sufí a la concentración en Dios a través del *dikr*, la cual el Corán prescribe al profeta Muhammad, considerado el primer sufí:

«Y recuerda el Nombre de tu Señor y concéntrate totalmente en Él»²⁷⁹.

El *dikr* tiene esta capacidad, pues, ante todo, purifica el corazón, es decir, lo barre de todos los contenidos mentales negativos que lo perturban y por tanto de todas las identificaciones con la forma. Una aleya habla de esta capacidad tranquilizadora:

«Los que creen y tranquilizan sus corazones por medio del recuerdo de *Allāh*. ¿Pues no es acaso con el recuerdo de *Allāh* con lo que se tranquilizan los corazones?»²⁸⁰.

Ibn 'Arabī cita un importante hadiz que establece esta capacidad purificadora del *dikr*:

«Ten presente que el corazón, cual el espejo metálico, se oxida. Así lo dijo el profeta: “Los corazones se cubren de orín, lo mismo que se oxida el hierro”. Preguntáronle entonces: “Y cómo se limpian para que estén tersos?”. Respondió: “Con el recuerdo de Dios y la lectura del Corán se limpian”»²⁸¹.



La purificación del corazón es así el triunfo máximo, y va asociada al *dikr*: “Triunfa el que se purifica y recuerda el nombre de su Señor y ora”²⁸².

El *dikr* lleva también, como se comentó, a mantener la atención dentro del cuerpo y centrada en el corazón, es decir, dentro del cuerpo en su aspecto positivo, como templo (*haykal*) del espíritu. La mente está siempre errante de un pensamiento a otro. Ser capaz de mantenerla dentro del cuerpo significa estar totalmente presente, aquí y ahora, en el instante que conecta lo temporal con lo eterno. Por ello el *dikr* va a menudo asociado también a las técnicas respiratorias.

Así, la conciencia de uno mismo está también directamente relacionada con el *dikr*, pues, según una aleya, olvidarse de Dios implica olvidarse de uno mismo:

«No seáis como quienes, habiendo olvidado a Dios, hace Él que se olviden de sí mismos»²⁸³.

Y en base a la idea de la Unidad divina, de la que también el ser humano es expresión, puede decirse que el recuerdo de uno mismo, propugnado por escuelas como por ejemplo la del místico armenio Gurdjieff, es también recuerdo de Dios, pues actualiza la presencia divina. La capacidad de autoobservación que se busca desarrollar en muchos tipos de meditación presupone que quién observa, el observador que hay detrás del pensador, no es otro que la luz de la conciencia liberada de cualquier identificación con la forma. A veces se le llama el Yo profundo o con otros nombres. Es un tipo de observación que no puede apresarse a sí misma como objeto, sino que su identidad radica en esta capacidad de ser conciencia pura, de actividad que no queda atrapada ni confundida en ningún objeto. Aunque sí es vivida también como la Presencia de algo esencial. Recuértese aquí que el término *nafs* se puede definir también por ‘conciencia’, lo que implica que en su connotación



positiva y original el *nafs* corresponde a esta conciencia pura que no se identifica con ninguno de sus objetos mentales. Por ello dice Rumi que el nivel espiritual de una persona está en relación con su capacidad de ser consciente:

«Ya que la conciencia es la naturaleza más íntima y la esencia del alma, cuanto más consciente es un hombre, tanto más espiritual es»²⁸⁴.

Autoconocimiento y conocimiento gnóstico

El conocido imperativo ‘Conócete a ti mismo’ es común en ambas concepciones platónica y sufí. En el sufismo, sin embargo, se da un paso más y, de acuerdo con el hadiz, se afirma que ‘Quien se conoce a sí mismo conoce a Su Señor’. La explicación de este hadiz tiene que ver con la comentada premisa central según la cual todo el mundo, es decir, tanto nosotros como las cosas que nos rodean, son formas de la manifestación divina.

Como vimos, el Absoluto o Esencia divina se manifiesta en las cosas del mundo siguiendo unas formas determinadas de hacerlo, uno canales concretos, que son los Nombres o atributos divinos. Así, estos Nombres se concretan primero en los arquetipos permanentes y luego en las cosas concretas del mundo. Por tanto, podemos decir que, como ya vimos, las cosas del mundo *son y no son* Dios, puesto que son formas limitadas, que concretan y delimitan lo que en sí es infinito e ilimitado. Pero, a pesar de esta limitación o concreción, las cosas apuntan a su fuente ilimitada, de la cual son expresión.

Sin embargo, nosotros sólo podemos contemplar las cosas externas que nos rodean desde fuera. No podemos penetrar en su interior y experimentar la vida divina que palpita en su seno. Pero, en cambio, sí que somos capaces de penetrar en nuestro interior mediante nuestra autoconciencia y experimentar la vida divina

