

7. SUFISMO

Para el sufí, la debilidad básica humana es la de estar constreñido por el yo inferior. Los santos han vencido su naturaleza inferior y los novicios intentan huir de ella. Un antiguo maestro sufí decía que «la meditación durante una hora es mejor que la adoración ritual durante un año entero».

La meditación principal entre los sufís es *zikr*, que significa «rememoración». El *zikr* por excelencia es *La ilāha illā 'llah* («no hay más dios que Dios»). Bishi al-Hafí, un antiguo sufí de Bagdad definió al sufí como «aquel que mantiene su corazón puro». El sufí aspira a una pureza total y permanente. El camino hacia esta pureza es la rememoración constante de Dios. El mismo profeta Mahoma dijo: «Hay un pulimento para todo que hace desaparecer el orín, y el pulimento del corazón es la invocación de Alá.» La rememoración de Dios mediante la repetición de su nombre purifica la mente del seguidor y abre su corazón a Él. Por ejemplo, la danza sufí está

siempre acompañada de un *zikr*, el cual refuerza el efecto de la danza para rememorar a Dios durante su ejecución. «La danza abre en el alma una puerta por la que pueden entrar las influencias divinas», escribió el sultán Walad, hijo de Rumi. «La danza es buena cuando procede de la rememoración del Amado.»

Zikr es también una meditación solitaria. Al principio es una repetición oral, y más tarde silenciosa. Un manuscrito del siglo xiv dice: «Cuando el corazón empieza a recitar, la lengua debe detenerse». El objetivo del *zikr*, como el de todos los sistemas de meditación, es superar el estado natural de la mente, de falta de cuidado y atención. Una vez dominada su mente, el sufí puede concentrarse exclusivamente en Dios. El comentario sufí sobre la conciencia normal es que los humanos están «dormidos y teniendo una pesadilla de deseos insatisfechos», y con la trascendencia que aporta la disciplina mental, esos deseos desaparecen.

El estado normal de atención —disperso y azaroso, irreflexivo y descuidado— caracteriza al profano. La rememoración, que ancla la mente del sufí en Dios, centra su atención y le permite apartarse de las tentaciones del mundo. Un sufí egipcio del siglo ix comentó los esfuerzos especiales que hace el seguidor: «Las masas se arrepienten de sus pecados, mientras que el elegido se arrepiente de la distracción.» Tras una práctica intensiva de meditación o cántico en grupo, la relajación posterior de los esfuerzos puede acarrear una marea de viejos hábitos mentales. El grado de esta recaída sirve como medida del progreso espiritual. No se adquiere ninguna

virtud si los hábitos y reacciones condicionados se imponen tan pronto como disminuye el esfuerzo del seguidor.

Existe una interacción entre el esfuerzo y la gracia en la senda sufí. Un itinerario de la senda sufí que se remonta al siglo XI y se debe a al-Qushari, relaciona las estaciones espirituales (*maqam*) debidas a los propios esfuerzos. Estos actos purificatorios preparan al sufí para obtener estados (*hal*) que son independientes de su propio esfuerzo. Estos estados sin esfuerzo son un don de Dios. La primera etapa es la de «conversión», en la cual el sufí resuelve abandonar la vida mundana y dedicarse a la búsqueda espiritual. Viene luego una serie de esfuerzos de autopurificación, que incluyen una lucha abierta contra su propia naturaleza carnal, auxiliada por el retiro en la propia soledad para desembarazarse de malos hábitos. En esta etapa, el sufí puede minimizar su participación en actividades mundanas y renunciar incluso a placeres saludables que de ordinario le están permitidos. Puede ser voluntariamente indigente, aceptando sus tribulaciones como pruebas de pureza y poner en práctica la aceptación sin reservas de cuanto le acaezca. Esta última situación se funde con el primer estado otorgado por Dios, la satisfacción por las cosas tal como Dios las dispone.

La premisa central que apoya estos actos de renuncia-ción impregna el pensamiento sufí: Abu Saïd de Mineh la expuso así (Rice, 1964: p. 34): «Cuando te ocupas del yo estás separado de Dios. El camino hacia Dios comporta un solo paso: el paso para salir de ti mismo.» Al-Ghazali, un legalista del siglo XII que se hizo sufí, co-

mentó así la esencia del camino del sufí (Nicholson, 1929: p. 39):

... el don de la doctrina radica en vencer los apetitos de la carne y librarse de sus malas disposiciones y tendencias viciosas, de modo que el corazón esté limpio para albergar sólo a Dios, y el medio para limpiarlo es *dhikr Allah*, la conmemoración de Dios y la concentración de todo pensamiento en Él.

A lo largo de su camino hacia la carencia de deseos, el sufí pasa por estados característicos de progreso en muchas otras clases de meditación. *Qurb* es una sensación de la constante proximidad de Dios inducida por la concentración en Él. En *mahabba*, el sufí se pierde en la conciencia de su amado. Entre los frutos de *mahabba* hay visiones y la «condición de unidad», en la que *zikr* (la rememoración), *zakir* (el que rememora) y *mazkur* (el recordado) se convierten en uno solo. Un budista theravada podría ver estas experiencias como ingreso en el primer *jhana*. Los sufíes reconocen el dominio de su práctica en el punto en que la atención del *zakir* se fija en el *zikr* sin esfuerzo, expulsando otros pensamientos de su mente. Los sufíes ven este estado, llamado *fana*, como un puro don de gracia en el que el *zakir* está «perdido en la Verdad». *Fana* significa «desaparecer en Dios». Arberry (1972) observa que se alcanza cuando «tanto el yo como el mundo se han dejado de lado.» El cese de la conciencia interna y externa en un punto concentrado en el *zikr* señala la absorción de *fana* por parte del sufí, comparable al *jhana* budista.

En la senda sufí, la práctica se extiende a todos los momentos de vigilia, como se evidencia en las orientaciones para una técnica de orden protosufí (Bennett, 1973: p. 34): «Está presente en cada movimiento respiratorio. No dejes que tu atención divague ni un solo momento. Acuérdate de ti mismo siempre y en todas las situaciones.» La extensión de la práctica a todas las situaciones culmina en *baqa*, la permanencia en cierto grado de la conciencia fana, mientras uno sigue en medio de las actividades ordinarias. El sufí del siglo décimo al-Junaid de Bagdad da una definición clásica de fana como «morir para el yo», que perdura como *baqa*, «vida en Él». En esta transición, el sufí no cesa de funcionar como un individuo, y más bien su naturaleza se perfecciona. El sufí Idries Shah (1971) habla de este cambio como una «dimensión especial de ser» que opera en paralelo al conocimiento ordinario, y la denomina «conciencia objetiva». Otros hablan de una transformación interna por la que el sufí adquiere «reflejos que conforman una realidad espiritual.»

Los sufíes insisten en que su enseñanza nunca debe tener un dogmatismo inamovible, sino que ha de ser lo bastante flexible para satisfacer las necesidades de personas, tiempos y lugares concretos. Como expresa un maestro moderno, el sufí Abdul-Hamid (Shah, 1972: p. 60): «El maestro lleva a cabo la Obra de acuerdo con su percepción de la situación en la que se encuentra. Esto significa que no hay libro de texto, ni sistema, ni método, más que los pertenecientes a la escuela del momento.» Se han preparado muchos libros de texto para el seguidor sufí en

diferentes épocas y lugares. Uno de tales es el de Abu al-Najib (1975), *Regla Sufí para novicios*, del siglo XII, un manual clásico de la senda sufí. Aunque esta regla sufí guarde una escasa semblanza con la práctica contemporánea, nos permite tener unos atisbos útiles de los detalles del método sufí, así como efectuar comparaciones instructivas con otras sendas espirituales.

Ibn al-Najib (1097-1168 d. C.) estableció sus reglas de conducta para principiantes en la orden Suhrwardi a la que pertenecía, y su propósito es comparable al de la Visuddhimagga. Aunque estas reglas pertenecen a un grupo determinado en un tiempo y un espacio concretos, han sido utilizados en todo el mundo musulmán y constituyen la base de posteriores obras de instrucción de los sufíes. Estas reglas ofrecen una de las muchas variaciones del adiestramiento sufí, y en no pocas de ellas resuenan los consejos a los seguidores budistas, hindúes, cabalistas y primeros cristianos. Del mismo modo que al bhakti se le dice que siga al satsang, al-Muridan aconseja: «El sufí debe asociarse con personas de su clase y aquéllas de las que pueda beneficiarse.» El novicio debería adherirse a un maestro cualificado, o *shayk*, que busca constantemente su orientación y le obedece plenamente. Se le insta a que preste servicio a su shayk y sus iguales. El servicio se exalta como la mejor vocación para el aspirante, y se dice que el puesto del sirviente sigue de inmediato al del mismo shayk. Como en el Visuddhimagga y en el Sermón de la Montaña de Cristo, la regla del novicio dicta: «Uno no debe preocuparse por las provisiones para mantener la vida ni debería ocuparse en buscarlas, reunir las y

almacenarlas», pues el mismo Profeta «no almacenaba nada para el mañana». Codiciar alimentos, ropas o refugio obstaculiza la pureza del sufí, pues Dios reveló: «Aquellos corazones atados a sus deseos eran cernidos y separados de Él.» Aunque los sufíes no tienen que observar el celibato, estas reglas del siglo XII afirman: «En nuestros tiempos es mejor evitar el matrimonio y suprimir el deseo por medio de la disciplina, el hambre, las vigilias y el viajar.» Finalmente, el sufí debe ser un musulmán por excelencia, observador de todas las reglas de la fe al pie de la letra, pues «cuanto más santo sea el hombre, más estrictamente será juzgado.»

Cada maestro, orden y grupo sufí tienen sus propios métodos o combinación de técnicas de enseñanza. Las maneras varían, pero el objetivo es el mismo. Mahmud Shabastri, un maestro y autor de *El jardín secreto*, lo expresó así:

El hombre que no se detiene en las etapas del camino
llega al secreto de la unidad.

Tu ser no es nada más que espinas y hierbajos,
arrójalo todo lejos de ti.

Ve a llorar fuera de la cámara de tu corazón,
prepáralo para que sea la morada del Amado.

Cuando te marches, Él entrará
en ti, vacío de ti mismo, y exhibirá
Su belleza.

La doctrina sufí sostiene que los hombres están atados por su condicionamiento, las espinas y los hierbajos que

los mantienen separados de Dios. El hombre ordinario está atrapado en el sufrimiento a causa de este condicionamiento. Los fuertes hábitos de pensamiento, sentimiento y percepción dictan las reacciones humanas al mundo, y el hombre es un esclavo de sus hábitos. La gente está dormida, pero no lo sabe. A fin de que despierten a su condición —el primer paso para escapar de ella— la gente necesita una conmoción. Una función de los relatos instructivos sufíes, como el cuento de los ciegos y el elefante, es la de proporcionar esa conmoción. Estos cuentos tienen muchas capas de significado, algunas ocultas para la mayoría de los oyentes y otras obvias. Nadie obtiene las mismas lecciones de los relatos, y por ello lo que el oyente escucha depende de la etapa en que se encuentre a lo largo de la senda sufí. El maestro hábil utiliza el cuento adecuado en el momento perfecto para impartir una lección que entenderá el estudiante si está maduro.

Tales conmociones y lecciones ayudan al aspirante sufí en su camino hacia la purificación interna. De acuerdo con la psicología sufí, nuestros impulsos habituales constituyen la materia del alma inferior, o *nafs*, la cual debe ser disciplinada y observada continuamente, a fin de evitar que conduzca al seguidor hacia el mal y le aparte de Dios. Al-Muridin recomienda superar la influencia de *nafs* por medio de la observación objetiva de su funcionamiento. Dice un refrán que *nafs* es como un ídolo; si se le mira con simpatía es idolatría, y si se le escruta es adoración. A través de una mirada escrutadora y objetiva de sus estímulos, impulsos y deseos más bajos, el sufí puede eliminar la

influencia que ejercen sobre su mente y sustituir así sus cualidades negativas por otras virtuosas.

Al-Muridin comenta en sus reglas que «el sufi consumado está en una posición de estabilidad y es inmune a los efectos de los estados mentales cambiantes o las circunstancias severas». Esta ecuanimidad permite al sufi consumado estar en el mundo pero no ser del mundo. Sin embargo, un exterior sosegado puede que no refleje el éxtasis interno de una estrecha comunión con Dios. Un shayk moderno describe el estado supremo del sufi como «internamente borracho y exteriormente sobrio».

Un maestro antiguo incluye en su lista de los atributos del sufi consumado: una sensación de estar sometido por entero a Dios más que a la propia voluntad; el deseo de no tener deseos personales; «gracia», esto es, realización perfecta de actos al servicio de Dios; veracidad en los pensamientos y actos; poner los intereses ajenos por delante de los propios; prestar servicio con una entrega total; rememoración constante de Dios; generosidad, carencia de temor y capacidad de morir noblemente. Pero los sufíes pueden resistirse a tales fórmulas específicas para medir el progreso espiritual, o peor aún, al intento de medir los logros de otro mediante semejante lista de verificación.

Aquellos que juzgan a los demás deberían atender el consejo contenido en un cuento sufi contado de nuevo por Idries Shah (1971: p. 75):

Yaqub, hijo del juez, dijo que un día interrogó a Bahaudin Nawshband de esta manera: «Cuando estaba en compañía del Murshid de Tabriz, éste hacía regular-

mente un signo indicativo de que no debía hablarse cuando se hallaba en un estado de reflexión especial. Pero tú eres siempre accesible para nosotros. ¿Puedo inferir correctamente que esta diferencia se debe a tu capacidad sin duda mayor de imparcialidad, capacidad que está bajo tu dominio y no es fugitiva?»

Bahaudin le dijo:

«No, siempre estás buscando comparaciones entre las personas y entre los estados. Siempre buscas evidencias y diferencias, cuando no buscas similitudes. La verdad es que no necesitas demasiada explicación en materias que están fuera de tal medida. Los modos diferentes de comportamiento por parte de los prudentes deben considerarse como debidos a diferencias en la individualidad, no de cualidad.»