

## Sufismo y Psicología

Elisa Moreno García

Psicóloga. Aluna del Doctorado en Psicología en  
la Universidad Complutense de Madrid (España)

End.: Travesía La Tejera, 5 - 1º A  
28430 Alpedrete (Madrid) España

e-mail: lisamore@mixmail.com

### RESUMEN

En este artículo he querido poner de manifiesto la contradicción que conlleva la idea de asimilar una doctrina religiosa, – en este caso el Sufismo-, con la Psicología o el Psicoanálisis en algunos conceptos teóricos, así como en algunas prácticas. Tomando como referencia a dos eminentes Maestros sufíes que, asimismo, son destacados doctores en Psiquiatría, veremos que a través de sus escritos y declaraciones intentan conciliar las creencias religiosas y el pensamiento científico hasta un punto en el que la fe y la ciencia no pueden equipararse. Me centraré en dos conceptos: ego y transferencia que serán utilizados por ambos – según la óptica sufí,

de forma distinta a cómo se entienden desde una perspectiva psicológica.

Palabras clave: sufismo, mística, transferencia, ego, nafs-e amm ara.

## ABSTRACT

In this article I would like to present the underlying contradictions of trying to assimilate a religious doctrine – Sufism in this case-, with Psychology or Psychoanalysis in some theoretical concepts and some practices, as well. Referring to the statements of two eminent Psychiatrists, being both of them Sufi Masters too, there is an attempt to make compatible the field of science with religious faith, which is, in fact, a rather difficult task. I will focus on two concepts: ego and transference, used both from the perspective of Sufism, quite different from the Psychological knowledge.

Key words: sufism, mystic, transference, ego, nafs-e amm ara.

La palabra “mística” procede de un vocablo griego que significa oculto o secreto. En su sentido más propio debe aplicarse a las manifestaciones de la vida religiosa sometida a la acción extraordinariamente sobrenatural de la Providencia, sea cual sea la creencia que se profese. Misticismo es, pues, el conocimiento experimental de la presencia divina, en que el alma tiene, como una gran realidad, un sentimiento de contacto con Dios (Hatzfeld, 1955).

El sufismo, corriente mística del Islam que, según algunas fuentes, se remonta a principios del siglo VIII d. C. y que está implantándose en el mundo occidental desde hace algunos años, comparte con la mística cristiana la búsqueda del conocimiento de la presencia divina, mediante la iluminación y no a través del conocimiento intelectual o el razonamiento discursivo. Según el filósofo Mario Méndez Bejarano, en su “Historia de la filosofía en España hasta el siglo XX”, en el capítulo XIV sobre El misticismo y los místicos, escribe: “(...) el hombre ha nacido para la acción, no para el

éxtasis. La propensión a la vida contemplativa supone una disminución de la personalidad. El estado místico se presenta a título de anormalidad psíquica y fisiológica; va saturado de sentimentalismo y exige un recogimiento interior que se siente en el alma cual si tuviera otros sentidos que sustituyen a los externos" (Méndez Bejarano, M. 1927, p. 183) Esta afirmación se hacía en 1927 y su autor era un representante de los intelectuales racionalistas, de ideas liberales, aunque, de ningún modo, un anticlerical extremista.

Además, sufíes y místicos cristianos también comparten ciertos modos de ascesis (ejercicios del cuerpo y esfuerzos del espíritu: mortificaciones, oración, meditación, etc.), así como la resultante de algunas manifestaciones psíquicas y físicas que, en casos extremos, pueden considerarse anormales o, incluso, patológicas. Podrían citarse, entre otras, la insensibilidad e inmovilidad absoluta del sujeto, aparición de estigmas y cambios físicos (lágrimas de sangre, por ej.), etc. Pueden producirse también fenómenos de orden cognoscitivo: apariciones, visiones imaginarias, don de lenguas, etc. De hecho, la Psiquiatría y Psicología no dudarían en identificar los signos y síntomas que se dan en los estados de trance, éxtasis y raptó místico como estados alterados de la conciencia que, en algunos casos y tal como se describen en el DSM-III-R, caerían de lleno dentro de la psicopatología: desde trastornos disociativos, pasando por estados psicóticos esquizoides, histeria de conversión, ataques epilépticos y otros.

Sin entrar en detalle en las prácticas que llevan a alcanzar tales estados y a modo de ejemplo, veamos este texto extraído del discurso del Dr. Javad Nurbakhsh, Psiquiatra<sup>1</sup>: "Las audiciones y el raptó espiritual de los sufíes se llama SAMA. El sufí, en el estado de raptó espiritual, dirige toda su atención hacia el Bienamado y, al ritmo de movimientos apropiados acompañados de música armoniosa, se sumerge (...).El sufí en este estado de embriaguez es como un amante que, olvidándose de todo, incluso de su propia existencia, se sumerge totalmente en el recuerdo del Amado".

Y extractado de un escrito sobre Los principios de la Orden Sufí Naqshbandi<sup>2</sup> se lee:

(...)El seguidor deberá recitar todos los días la Negación LA ILLAHA y la afirmación ILLAHA entre 5.000 y 10.000 veces con la lengua o con el corazón (...), el seguidor repite esto con cada respiración inhalando y exhalando (...). El seguidor eventualmente alcanzará el estado donde en una sola respiración podrá repetir LA ILLAHA ILLALLAH veintitrés veces(...).

Al socaire del florecimiento de grupos de "iniciación espiritual", estamos asistiendo a la expansión de una nueva propedéutica espiritual que pretende sintetizar conceptos y métodos tomados prestados de Oriente y Occidente. Desde hace algunas decenas de años, esta síntesis está siendo extendida en Occidente por pequeños grupos o pioneros aislados que han trabajado en la difusión de métodos de desarrollo de la conciencia practicados en Oriente (la teosofía, Gurdjieff, Meher Baba, Krishnamurti..., creando un estado de opinión favorable a sistemas de creencias tales como el budismo, tantrismo, taoísmo, zen ..., o el sufismo).

En este entorno, el sufismo es considerado por algunos foros intelectuales y de vanguardia, más como una escuela de pensamiento que como una religión. Se le adjudica cierto aire progresista en comparación con los planteamientos fundamentalistas de otros grupos islámicos, de triste actualidad hoy en día, adjudicándole un "corpus teórico" que, por un lado, se acerca a la mentalidad cristiana y por otro, tiene ciertas similitudes conceptuales con la psicología actual. Por citar un ejemplo, el 5 de marzo de 2003, aparecía en el periódico español, de tirada nacional, La razón un artículo de Mar Velasco, redactora de la sección de religión, titulado: El sufismo, los antitalibanes islámicos, en el que se hacía un paralelismo entre Teresa de Jesús y una mística sufí. El titular ya es suficientemente explícito acerca de la consideración liberal del sufismo frente a la ideología islámica de los talibanes.

Veamos si sufismo y psicología podrían compartir algunos aspectos, tanto teóricos como prácticos, si nos atenemos a lo manifestado por eminentes Maestros sufíes.

Es interesante resaltar, a tenor de la obra del Dr. Javad Nurbakhsh, Psiquiatra y Maestro sufí, la comparación que establece entre sufismo y psicoanálisis. Desde la autoridad que le otorga ser un experto en ambos campos, el Dr. Nurbakhsh (2005b) compara la transferencia en el psicoanálisis con la "transferencia" de la eradat.

1. La transferencia es el establecimiento de la relación adecuada entre el paciente y el analista, que puede conducir a la curación del paciente, llevándolo al estado de persona normal. Eradat, por otro lado, es la relación espiritual entre el discípulo y el maestro, establecida para elevar el estado de la persona normal al de Hombre Perfecto.
2. La transferencia es el establecimiento de una relación con un analista para satisfacer los deseos del nafs-e ammara, el yo dominante, mientras que eradat es el amor hacia otra persona establecido para escapar a la auto-adoración.
3. El fenómeno de transferencia requiere elegir a un oyente adecuado que escuche las palabras del auto-adorador que habla, mientras la eradat requiere convertirse en un oyente cualificado, para aprender como adorar la Verdad.
4. "Y finalmente, la transferencia es un fenómeno material, relativo y temporal, mientras que la eradat es algo espiritual, absoluto y eterno" (Nurbakhsh, 2005b, p. 4).

Detengámonos brevemente para examinar lo que el psicoanálisis nos enseña sobre la transferencia: ésta se produce cuando el paciente proyecta o desplaza sobre el analista sentimientos inconscientes (y que, paulatinamente, se hacen conscientes), causantes de conflictos. Mediante el Análisis de la Transferencia se camina hacia el fin de la terapia, que consiste en proporcionar autoconocimiento y autocomprensión al paciente. Debe ser este estado al que se refiere el Dr. Nurbakhsh como "auto-adorador" y que conlleva una simplificación errónea: la idea vulgarizada de que la cura psicoanalítica busca reforzar al Yo (o Ego). Por el contrario: un reforzamiento del Ego no hace sino encubrir la problemática inconsciente.

La consideración del terapeuta como oyente adecuado y del paciente como hablante "auto-adorador", para justificar que en la "transferencia mística" el alumno se vuelve "oyente cualificado", adorador de "la Verdad" (adoctrinada por el Maestro), constituye otra explicación sesgada, pues el analista (en terapia psicoanalítica) en principio, permanece anónimo, como una pantalla sobre la que el paciente proyecta sus fantasías. La reacción no punitiva ni adoctrinadora del analista, permite que el paciente avance en el desarrollo de los aspectos más inconscientes, tornándolos conscientes, permitiendo el análisis y la interpretación de los mismos (Gross, 1992).

A través del proceso de análisis, el terapeuta continúa siendo una persona real; el paciente se aleja de las relaciones de transferencia para formar una percepción adecuada del analista como persona con características propias. Aquí si debemos concordar con lo que el Dr. Nurbakhsh (2005a, p. 4) afirma: la transferencia es un fenómeno temporal, relativo y material, ya que se extingue a medida que el paciente crece en su capacidad de autoconocimiento. No existe ninguna "divinización" en tal proceso, sino la motivación y el trabajo de dos seres trabajando con mecanismos psicológicos.

El doctor Nurbakhsh (2005b, p. 5), asimila la neurosis narcisista enunciada por Freud y la auto-adoración que, según la doctrina sufí, será eliminada del discípulo por medio de la *er dat* y así éste podrá dirigir toda su atención hacia el maestro, sin preocuparse por el mundo y sus asuntos. Así, cuando Freud dice: "La experiencia demuestra que las personas aquejadas de neurosis narcisista no tienen capacidad para la transferencia, o tan sólo para vestigios insuficientes de la misma. Se apartan del médico, no con hostilidad, sino con indiferencia". (Freud 1961, p. 374).

Lo que constituye una radical distinción es que, para el sufismo, el sujeto que se somete a la transferencia de la *er adat*: "debe poseer, mental y físicamente, madurez y salud" (Nurbakhsh, 2005b, p. 5)., mientras que para el psicoanálisis, el sujeto que se analiza está aquejado de alguna enfermedad, disfunción o desajuste de índole psicológica. Y esto queda bien patente cuando analizamos lo que el término narcisismo implica: Freud introdujo el término

'neurosis narcisista' como grupo de patologías en las cuales la libido se retira de los objetos del mundo exterior y se dirige por completo al yo. Incluyó en este grupo la paranoia, la esquizofrenia, los estados maníacos y la melancolía, es decir, nos referimos a cuadros patológicos graves, que el propio Freud reconocía como no abordables por la terapia psicoanalítica.

Así pues, la asimilación hecha por el Dr. Nurbakhsh encierra en sí misma una falacia: no son comparables la situación de un discípulo que, según el sufismo, debe ser sano y maduro, proclive a someterse a la transferencia mística, con la situación de un esquizofrénico, incapacitado totalmente para establecer relaciones con el exterior, retraído en sí mismo.

En otro párrafo del artículo del propio doctor Nurbakhsh, al definir lo que es un sufí afirma que, ya que la aspiración del sufismo es llegar a la perfección, a ser el Hombre Perfecto, y al conocimiento de la Realidad Absoluta, cree que este conocimiento no lo puede alcanzar el hombre común ya que "con sus imperfecciones, sufre una enfermedad que hace que su percepción y su discernimiento sean constantemente erróneos". (Nurbakhsh, 2005a, p. 1-2).

Tanto la psicología como el sufismo sostienen que la mayoría de los actos y comportamientos de los seres humanos vienen determinados por el inconsciente. Pero, mientras que el sufismo entiende que el ego, el yo dominante o nafs-e amm ara, es intrínsecamente erróneo, perverso o malo, por lo que se deberá "curar" (cambiar) a toda costa, para la psicología, sea cual sea la tendencia, el ego, como conciencia de uno mismo, resultante de las representaciones y relaciones simbólicas, unidas a una identidad sexual y generacional, es nuestro mejor aliado en cuanto a la inserción del individuo en su entorno

En una doble entrevista realizada por Craig Hamilton para la revista *What Is Enlightenment?*, al Sheik Ragip (o Robert Frager)<sup>3</sup>, pone de manifiesto que el Sufismo y la Psicología se han dedicado en profundidad al estudio de la naturaleza y mecanismos del ego, llegando a conclusiones bien dispares sobre qué es el ego y qué papel juega para lograr la integración del individuo. Ya al inicio, el entrevistado dice: "(...) puede considerar que está entrevistando a un

esquizofrénico (...) probablemente me contradiga a mi mismo. Cuando me pongo el bonete sufí, a menudo, digo cosas terribles acerca de la psicología". (Robert Frager-Sheik Ragip, 2000a, p.1).

Veamos como resuelve el sheik Ragip o Robert Frager esta contradicción entre dos formas de estudio del desarrollo humano, cuyos objetivos son, aparentemente, irreconciliables y en los que él es una autoridad.

Hablando sobre el concepto de ego, asume que las modernas teorías de la personalidad están basadas en la noción del ego como el sentimiento de sí mismo. El ego sería lo que media entre los instintos del id, los ideales del superyo y la realidad del mundo exterior. Asimismo, nos confiere la sensación de individuación, de separación entre yo y el mundo.

Por su parte, el sufismo reconoce en el ego la capacidad del individuo de reconocerse a sí mismo, en consecuencia, la capacidad de podernos objetivar, vernos como objetos. Esta capacidad implica una dualidad ya que, si existe un "yo", debe existir un "otro", el individuo y el mundo componen dos entidades intrínsecamente distintas. Pero, si desde el punto de vista sufí, la tendencia es a buscar la unidad con la divinidad para alcanzar la perfección, este ego individualista resulta un gran impedimento en el camino espiritual del ser humano.

Según Robert Frager (2000b, p. 1) (o sheik Ragip), la psicología académica occidental centra su estudio en la mente, estudia el cerebro e intenta comprender las interacciones del individuo desde esta perspectiva, eludiendo el lado espiritual, el "alma". Ateniéndose a la etimología griega, "psyche" sería el espíritu o alma. La psicología y el psicoanálisis serían, literalmente, el análisis científico del alma, lo que, según él, es contradictorio. Además, si la lógica debe guiar ese proceso, nos agarramos a una herramienta muy limitada porque no puede comprender procesos que tienen su origen en el corazón y el espíritu.

El sufismo, sin embargo, a medida que se adentra en los estadios superiores del ser humano, desecha la lógica. Según Robert Frager (2000b, p. 1-2) el campo clínico de la psicología se ocupa de los niveles más bajos del nafs (ego). La moderna clínica psicológica puede explicar procesos que ocurren en los estadios inferiores del

ego y, de hecho, resulta muy útil para comprender algunos mecanismos de la psique que el sufismo no puede explicar. Por ejemplo, los referentes a la represión o la proyección, que la teoría freudiana ha desarrollado de manera consistente. Pero, pensar que el psiquismo se reduce a eso, resulta absurdo para un sufí. Veamos sus propias palabras a este respecto: "(...) de hecho, (la psicología) nos enseña algunos aspectos sobre el nafs (ego) que, de otra forma, nunca llegaríamos a conocer. La tradición sufí, por ejemplo, no dice nada acerca de estos fascinantes mecanismos de defensa (...)" (Frager, 2000b, p. 2). Pero la psique – según él – va mucho más lejos.

Es interesante observar que, tanto el Dr. Frager como el Dr. Nurbakshs conceden al ego la cualidad de ser una parte esencial de la personalidad, el centro alrededor del cual el individuo se reconoce a sí mismo y es capaz de reconocer el mundo exterior –aquí se identifica con el principio de realidad que enuncia la psicología, en cuanto el ego sería mediador entre impulsos primarios, los ideales del superego y el mundo exterior-. Pero, el sufismo adjudica al ego un nivel inferior en el que se movería el individuo no esclarecido, ya que los niveles superiores del ser humano no están sujetos a conocimiento empírico ni obedecen a constructo científico alguno.

De hecho, el ego es considerado por el sufismo como una bestia a la que se debe controlar, domar, para poder crecer espiritualmente. ¿Y como conseguirlo?. En otro momento de la entrevista Frager, haciendo una síntesis de su doble condición afirma: "(...) hasta cierto punto, el autoconocimiento, la conciencia del ego, es básico en el desarrollo humano. No se puede evolucionar sin él. Quiero decir que sin la conciencia del ego, probablemente seríamos seres con poca inteligencia, más cercanos a los animales(...)" (Frager, 2000a, p. 3). Asimila sufismo y psicoanálisis cuando compara un dicho sufí que afirma: "Aquellos que se conocen a sí mismos, conocen al Señor" y, a continuación: "(...) ciertamente, el psicoanálisis es un medio poderoso de conocimiento de nosotros mismos" (Frager, 2000b, p. 4).

Repasemos de forma somera lo que el psicoanálisis clásico nos dice sobre el ego. Éste sería el depositario de la conciencia, del juicio de la memoria, la inteligencia, los afectos, la percepción, el

control motor, los mecanismos de defensa, la autopreservación, el control de los instintos, el sentido del tiempo, las identificaciones con objetos de la infancia, pero en particular, la percepción, la motilidad y la conciencia, a los que Freud llamó el "núcleo del ego" (Freud, 1923). Y, en relación a la identidad, el ego es una organización con una notable tendencia a la unificación, de tal forma que la persona "dentro" del Yo lo siente como el mejor equilibrio posible para su identidad particular.

Pero el énfasis, tanto en los escritos del Dr. Nurbaksh, como en lo que afirma el Dr. Frager, vuelve siempre a la necesidad de considerar al ego como algo a combatir, vencer y trascender. Aquí ya no hay metodología científica; el ego se trasciende gracias a la guía espiritual que aporta el Maestro, de quien el discípulo dependerá totalmente. Y, ¿cuál es el conocimiento y de dónde le viene éste al guía?. La doctrina sufí afirma que nadie enseña a los grandes maestros. Su iluminación les viene de una fuente espiritual de sabiduría que dimana de la Divinidad.

Este aserto, sin base científica alguna y que se sustenta en la fe religiosa, es proclamado fervientemente y de forma unánime por estos doctores, profesionales que han bebido en las fuentes de la ciencia occidental y se sirven de las herramientas que la misma les proporciona, y, por otro lado, como creyentes y maestros sufíes proclaman una suerte de sabiduría inmanente que procede de Dios.

Cuando se pregunta al Dr. Frager acerca de esta cuestión, cómo se acepta la sabiduría de un maestro, él responde refiriéndose a su propio maestro: "(...)mi experiencia me enseñó que él conocía los niveles más profundos de la psique intuitivamente, de una forma tan poderosa y directa que el conocimiento de cualquier constructo teórico sólo le habría podido distorsionar (...)"(Frager, 2000a, p. 4).

La absoluta sumisión al guía está en la base de la creencia sufí. Sólo el maestro es capaz de poner de relieve las trampas que el ego irá poniendo a lo largo del camino espiritual que el adepto deberá recorrer hasta llegar a la perfección. Incluso algo tan común y asumido como las prácticas ascéticas están sujetas a ser reconvertidas por el ego en algo cercano a la soberbia. Como dice el Dr. Frager: "(...) así pues, la ascesis tiene un gran potencial de alimentar el ego, pero si

somos conscientes del mecanismo, podremos minimizar al ego.”(Frager, 2000a, p. 6) Si entendemos, como lo hace la cultura occidental, que la ascesis es algo íntimo, individual que sólo compete a la conciencia del individuo, el sufismo no cree que sin la guía constante del maestro se pueda realizar satisfactoriamente. Quizás, a este respecto, pretenden identificar la dependencia del adepto hacia el maestro con el terapeuta y el paciente en tanto que ayudan al “enfermo” a ser consciente de sus perturbaciones. Sin embargo, mientras que en terapia psicoanalítica se evita –por motivos éticos– utilizar la sugestión que lleva implícita la transferencia, la doctrina sufí considera la adhesión total al maestro como única fuente de conocimiento y vía hacia la perfección del discípulo.

Después de lo expuesto anteriormente, no sería descabellado pensar que el hecho de que muchos de estos guías espirituales sufíes sean psiquiatras o psicólogos, con habilidad en el manejo del psiquismo humano y que, a la vez, estén revestidos de una autoridad espiritual incontestable, tenga que ver con la dificultad implícita en la creencia religiosa para ofrecer respuestas consistentes y adecuadas a las cuestiones que angustian al ser humano hoy día. De hecho, el mero intento de comparar una creencia basada en la fe y sostenida por principios espirituales emanados de la Divinidad –sea la que sea– transmitidos por un maestro que ha alcanzado la iluminación, poco o nada tiene que ver con el estudio de la psique humana, que procura ofrecer una comprensión de los mecanismos que facilitarán una mayor autonomía y autoconocimiento del sujeto, con un Yo saludable que le permita adaptarse a la realidad e interactuar con el mundo exterior.

## Notas

1 El Dr. Javad Nurbakhsh, nacido en Irán en 1926, Psiquiatra; estudio en la Sorbona (París). En 1974 recibió el doctorado “honoris causa” de la Asociación Mundial de Psiquiatría. Tiene una extensa obra escrita. A los dieciséis años fue iniciado en la Orden sufí Nematollahi. El texto que aparece un discurso pronunciado en la Universidad de La

Sorbona, en 1963 y publicado en: [www.nematollahi.org/queessufismo\\_sama.htm](http://www.nematollahi.org/queessufismo_sama.htm).

2 Este texto fue extraído de la página oficial que la Asociación Naqshbandi Haqqani de Argentina tiene en Internet: <http://www.naqshbandi.com.ar//contenidos/laoracion>

3 Robert Frager, Ph.D. por Harvard y presidente-fundador, en 1975, del Instituto de Psicología Transpersonal en California. Es, asimismo, Maestro de la rama sufí Halveti-Jerrahi en Redwood City (California). Es autor de numerosos trabajos sobre psicología y sufismo.

## Referencias

Asociación Naqshbandi Haqqani de Argentina (2005). Las diferentes oraciones. Recuperado en 1 mayo 2005: <http://www.naqshbandi.com.ar//contenidos/laoracion>

Frager, R. (2000a) The man with two heads: Taming the tyrannical nafs. *What Is Enlightenment?*, 17. Retrieved May 1<sup>st</sup>, 2005: <http://www.wie.org/j17/frager.asp>

Frager, R (2000b). The man with two heads: The beast on which the buda rides. *What Is Enlightenment?* 17. Retrieved May 1<sup>st</sup> 2005: <http://www.wie.org/j17/frager.asp>

Freud, S. (1961). *Introductory lectures o psychanalysis* (J. Rivière Trad.). London: Hogarth Press.

Freud S. (1991). *El yo y el ello* (Obras Completas). Madrid, España: Biblioteca Nueva. (Originalmente publicado en 1967).

Gross, R. (1992). *Psicología: La ciencia de la mente y la conducta*. Méjico: El Manual Moderno.

Hatzfeld, H. (1952). *Estudios literarios sobre mística española* (2a ed.). Madrid, España: Gredos.

Méndez Bejarano, M. (1927). *Historia de la filosofía en España hasta*

el siglo XX. Madrid, España: Renacimiento.

Nurbakhsh, J. (2005a). ¿Qué es el sufismo? Recuperado en 3 mayo 2005: <http://www.nematollahi.org/queessufismo.htm>

Nurbakhsh, J. (2005b). Una comparación entre el sufismo y el psicoanálisis. *Revista Sufí*, (3). Recuperado en 3 mayo 2005: <http://www.nematollahi.org/revistasufi/leertex.php?articulo=32>

---

Recebido em 20 de julho de 2004

Aceito em 14 de setembro de 2004

Revisado em 20 de fevereiro de 2005