

“El Desarrollo Espiritual del Ser Humano”

Clase impartida por Martha Khadija

30 de diciembre de 2018 y 6 de enero de 2019

Por la gracia de Allah, somos musulmanes ahora, tenemos a Allah en nuestro corazón y nos hemos sometido a Él. Tenemos también al Profeta Muhammad, paz y bendiciones sobre él, como su mensajero. Al dar nuestra *shahadah*, *subhana Allah*, nos dicen que todas nuestras faltas anteriores se han borrado. Pero, al empezar de nuevo ¿qué empezamos a hacer?: a cometer nuevas faltas, que ahora sí van a contar. Por eso, cada musulmán tiene las herramientas para tratar sus propios problemas, sean individuales, de familia, etc. Tenemos al Corán y tenemos lo que el Profeta Muhammad, paz y bendiciones sobre él, dijo y enseñó. La primera vez que leí esto me fascinó: “*Dios no cambia la condición de una gente, mientras éstos no se cambien a sí mismos* (Corán, *sura al-Raad*, el Trueno, 13:11). Esto puede ser tratado por la psicología y la psiquiatría, pero la base de todo ello está aquí, en este enunciado.

¿Qué es lo que hay dentro de nosotr@s mism@s?

Tenemos una parte que es física, pero ésta no está dentro, dentro de nosotr@s. La parte que está más dentro de nosotr@s es la parte espiritual, nuestra alma. El alma en el islam es una palabra de la que se ha hablado extensamente, y lo que se ha dicho del tema depende de quién lo está explicando. La palabra árabe para alma es *nafs*. Descubrí que la única traducción del Corán que menciona parte de este tema es la traducción de Yusuf Ali en la *sura al-Qiyama* (La Resurrección), 75:1-2, la cual dice que, en el Día del Juicio Final, Allah va a traer al alma reprochadora. Tenemos un alma reprochadora y un alma más superficial, que apunta a la *dunya*, a lo más terrenal.

¿Qué hay en esta *dunya* o vida terrenal?: lo que nos gusta y lo que no nos gusta, la envidia, el egoísmo, el poder, la necesidad de controlar, el orgullo, la soberbia, el pasatiempo trivial, la vanidad, etc. Esto está en el área superficial del *nafs*. Antes de que Allah nos llamara al islam, ¿cuánto de esto estábamos haciendo?

Hay muchas personas latinas y no latinas que piensan que la única manera de divertirse es con alcohol y con las amistades; para ellas no hay otra manera de estar contentas

si no es con eso. En la sociedad en general, el alcohol está institucionalizado. Yusuf Ali clasifica a esta parte de nuestro ser como el *nafs al-ammarah*. Según el *tafsir* o comentario de Yusuf Ali, existen tres niveles del alma. Al *nafs* se le conoce como el ego, el yo, etc. No es necesario aprenderse este nombre en árabe, aunque es necesario tener consciencia de estas etapas. El *nafs al-ammarah* es la etapa en la que estábamos -en cierta manera- antes de entrar al islam; es un nivel muy peligroso que debe controlarse. Lo que hay aquí es el odio, la envidia, la pasión enfermiza, la tristeza y la depresión. Como estamos en esta situación superficial, no sabemos lo que queremos y nos sentimos vací@s. Alguien puede ir a una fiesta y beber; pero inmediatamente se sentirá vací@. Es un círculo vicioso. Se busca evitar ese momento a solas entre uno mism@ y su Creador, se busca evitar esta conexión. En esta etapa se busca únicamente lo superficial y se está buscando satisfacer los deseos terrenales, la *dunya*. No se quiere retomar esa parte espiritual que hace falta. Es necesario entender que cada persona tiene una parte física, pero también espiritual; las dos deben estar en equilibrio. Si no hay equilibrio, lo que pasa es esto. Cuando hablamos de lo físico, habría que pensar en el cuidado de nuestro organismo, incluso pensar en nuestra nutrición.

Conocer este tema es necesario para analizarnos a nosotr@s mism@s, porque vamos a empezar un año nuevo. Tenemos que cuestionarnos sobre la etapa en la que estamos, dónde es que estamos, si acaso estamos en el *nafs al-ammarah* o en el *nafs al-lawamma*, que es la siguiente etapa. Tenemos que tener nuestro instinto de supervivencia para comer, para cubrirnos del frío, etc.; pero éste es separado de lo interno, de lo que pasa con nuestra alma. De aquí viene el concepto de la limpieza del corazón. Hay varios sheijs que dicen que lo necesario es tener una limpieza del corazón. ¿Cómo vamos a llegar a ella? A través de este conocimiento. ¿Dónde está la *yihad*? Está entre ésta y la siguiente etapa, que se llama *al-lawammah*.

Si tomamos en cuenta este conocimiento, podemos comenzar a construir o a fortalecer los cimientos de nuestra casa de la fe. Así, ésta estará fuerte y sólida en momentos de temblor y no se sacudirá. Hay que considerar esta limpieza del corazón para que nuestra alma no se vuelva gris. Podemos decir que “ya pasamos la primera etapa” porque volvimos al islam; pero las actitudes negativas que tenemos en nuestra vida cotidiana son muestra de que no hemos internalizado totalmente a Dios en nuestro corazón.

Etapa #1. El *nafs al-ammarah*. El alma que manda a transgredir o a la maldad.

Esta etapa superficial, el *nafs al-ammarah*, tiende a llevarnos a realizar diversos tipos de errores que no complacen a Allah. Algunos ejemplos del *nafs al-ammarah* se encuentran en el Corán en los siguientes versos:

Sura 25:43-44. Sura *al-Furqan* (El Criterio de la Verdad - periodo de La Meca)

(43) ¿Has considerado alguna vez a ese [tipo de hombre] que hace de sus deseos su dios? ¿Acaso podría hacérsete [Oh Profeta] responsable de él? (44) O, ¿es que piensas que la mayoría de ellos prestan atención [a tu mensaje] y hacen uso de su razón? Son como el ganado --¡qué va, son aún menos conscientes del camino recto!

Sura 7: 179. Sura *al-Aaraf*. (La Facultad del Discernimiento - periodo de La Meca)

(179) Y ciertamente hemos destinado al infierno a muchos seres invisibles y hombres que tienen corazones con los que no comprenden la verdad, ojos con los que no ven y oídos con los que no oyen. Son como el ganado --¡ que va! son aún menos conscientes del camino recto: ¡ellos, precisamente, son los [realmente] inconscientes!

¿Por qué estos versos hacen referencia al ganado? Porque el ganado camina con la cabeza agachada, haciendo lo que es la voluntad de sus dueños. ¿Acaso nuestros dueños son las pasiones y los apetitos que nos llevan a sobrepasar los límites de lo que Allah nos ha estipulado? Nos creemos libres de hacer nuestra voluntad; pero esa es únicamente una satisfacción del ego.

¿Cómo podemos superar esta etapa mundanal y destructiva para el ser humano?

Lo que requerimos es:

1. Hacer una auto-reflexión, para ver lo mundano de nuestro comportamiento.
2. Mantenernos en guardia o vigilia de nuestras acciones, sea a cada momento y también al final del día.

3. Dejar de culpar a las demás personas, a las fuerzas externas, a los traumas del pasado, a nuestros padres, al medio ambiente, a la cultura. Podemos buscar asesoría profesional.
4. Buscar conocimiento de Allah, a través de la lectura de libros que nos enriquezcan espiritual, emocional y culturalmente.
5. Invocar a Dios y pedirle ayuda.

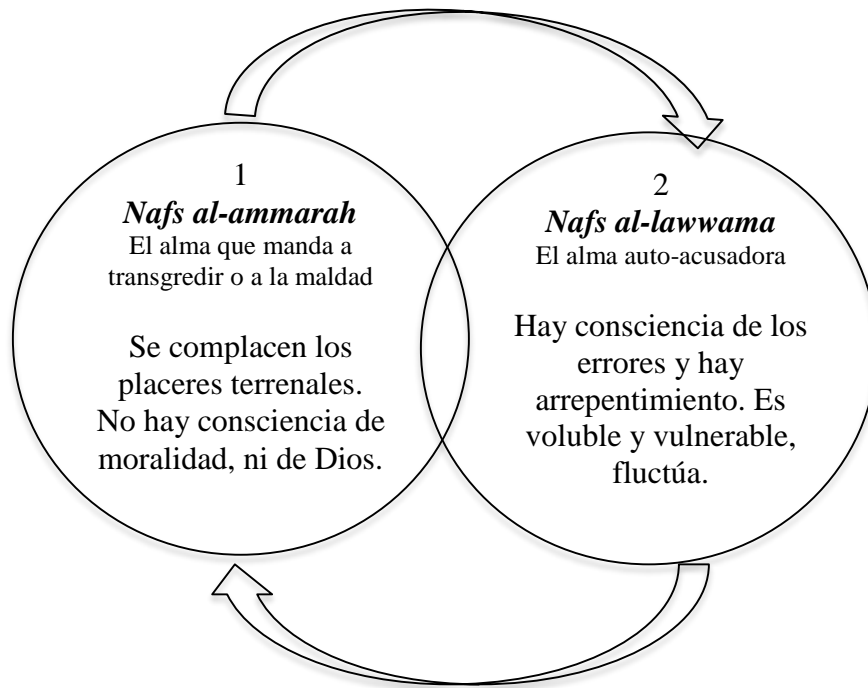
Etapas # 2. El *nafs al-lawwama*. El alma auto-acusadora o el alma reprochadora.

En la sura *al-Qiyama* (La Resurrección) 75:2, el *tafsir* y la traducción del Corán por Yusuf Ali dice que nosotros tenemos un alma auto-acusadora. El verso mencionado dice: “*¡En verdad, llamo para atestiguar a la voz [auto]acusadora en la conciencia del hombre!*” (2). La nota número dos, que corresponde a este verso, dice que el alma ‘auto-acusadora’ es la voz subconsciente que reprocha al alma sus faltas y sus errores.

Según *The Study Qur’an*, el *nafs al-lawwama* es esta etapa intermedia del alma en proceso de crecimiento espiritual; está en medio del alma que manda al mal y el alma que está en paz. Se le llama alma auto-acusadora o alma culpable porque sabe reconocer cuáles son las faltas que nosotr@s hemos realizado. El alma culpable tiene un papel importante, ya que en el Día del Juicio Final, Allah preguntará y expondrá las faltas que cada persona realizó en esta vida.

El *Study Qur’an* también dice que *al-lawwamah* se relaciona con la naturaleza caprichosa y cambiante del alma, aquella que obedece, desobedece, está feliz y luego triste, etc. El *Study Qur’an* menciona un hadiz que dice: “No hay alma piadosa o perversa sino la que se culpa a sí misma en el Día de la Resurrección. Si ha hecho el bien, dirá: ‘¡Por qué no hice más!’. Si ha hecho el mal, dirá: ‘¡Ojalá no hubiera hecho esto!’”.

Debemos tomar en cuenta que nosotr@s nos encontramos fluctuando entre el *nafs al-ammarah* y el *nafs al-lawwama*, tal como puede verse en la imagen siguiente:



¿Cómo entender este proceso?

Allah nos manda pruebas.

¿Es que cuentan los hombres que se les va a dejar decir ¡creemos! y no van a ser puestos a prueba?... Para que Allah haga distinguir quiénes son los sinceros y quiénes son los falsos [que se haga evidente para ellos mismos]. Sura al-Aankabut (La Araña - periodo incierto).

Traducción de Yusuf Ali.

La estación del *nafs al-lawwama* trae cosas buenas para nosotr@s, ya que si nuestro anhelo y amor por Allah es fuerte, vamos a superar las pruebas y fatigas de este viaje sin desfallecer. Si nuestro supuesto amor y anhelo espiritual por Allah es débil, regresaremos a la etapa del alma que nos llevará a transgredir otra vez, al *nafs al-ammarah*.

¿Qué podemos hacer para avanzar en el camino a la salvación?

1. Practicar el arrepentimiento (*al-tauba*).
2. Desarrollar nuestra *taqwa*, o consciencia, manteniendo a Allah en nuestra mente en cada una de nuestras acciones.

3. Ser constantes en la oración, los actos de caridad, el ayuno y realizar *du'a* o súplicas.
4. Seguir la sunna del Profeta Muhammad.
5. Leer diariamente el Corán, aunque sea por poco tiempo.
6. Administrar nuestro tiempo. ¡No hay pretextos!

Etapa # 3. El *nafs al-mutma'innah*. El alma pacífica o sosegada.

La sura *al-Fajr* o del Alba, 89:27, dice:

(27) [Pero a los justos Dios les dirá:] “¡Oh tú, alma sosegada! (28) ¡Vuelve a tu Sustentador, complacida [y] digna de [Su] complacencia. (29) Entra, pues, con Mis [verdaderos] siervos. (30) Sí, entra en Mi paraíso!”

(Traducción de Muhammad Asad).

Esta etapa está llena de satisfacción espiritual. Nos encontraremos libres de dolor, de dudas, de penas, de luchas y de pasiones enfermizas.