

La psicoterapia sufi

La música y la danza

Dr. Javad Nurbakhsh

Los grandes maestros sufíes recurrían en ocasiones al *samā* o audición musical y a la danza, y los consideraban un medio de curación de las enfermedades psíquicas; es decir, el *samā* sería lo que hoy llamaríamos musicoterapia o danzoterapia. «Y hay muchos locos a quienes curan a través del *samā* y los vuelven a su estado de cordura», afirma la obra clásica sufi, *Sharh-e ta'rif*.

Uno de los beneficios del *sama* y de la danza es que el enfermo psíquico a través de su práctica se vacía o se libra de sus estados de inquietud o agitación y así se reduce la presión de dichas emociones inconscientes, lo que le ayuda a recuperar su calma perdida y a aliviar los síntomas de emociones inconscientes, tales como las depresiones reactivas y el desánimo. En el *samā* y la danza, la psique toma al cuerpo como un instrumento para manifestar, mediante ciertos movimientos, sus carencias; movimientos cuyos orígenes están en los niveles inconscientes, o semiconscientes, de la persona, que, de esta forma, se libra de las tensiones inconscientes que sufre.

Las palabras del maestro persa Abu Sa'id Aboljeir¹ sobre el *samā* son una referencia a este hecho de vaciar las inquietudes:

Preguntaron a Abu Sa'id: «¿Por qué permites a los jóvenes participar en el *samā*?» Y el maestro contestó: «El *nafs* (el ego) de los jóvenes no está vacío de la pasión, y están dominados por ella. Tal pasión domina todos y cada uno de sus miembros. Cuando en el *samā* dan palmas la pasión que domina a sus manos se aleja de ellos y cuando patean la pasión que domina a sus pies también disminuye. Así, cuando la pasión de sus miembros se reduzca, serán capaces de salvaguardarse de la tentación y de la pasión de los actos censurables. De lo contrario, si estas pasiones no son desahogadas y se acumulan, inclinarán a la persona hacia pecados mayores. Es mejor que la llama de la pasión se vaya extinguiendo a través del *samā* y no mediante otros actos». (*Asrār al-Tawhid*)

En este mismo sentido, Yoneid² dice: «Si ves que a un discípulo le gusta el *samā*, has de saber que todavía existen huellas de vanidad en él». En otras palabras, si alguien busca el *samā*, es signo de que sus problemas psíquicos no han sido resueltos por completo y necesita ser curado.

Una vez preguntaron al gran maestro sufi Abu Soleymān Dārāni³ acerca de la danza, y él contestó: «Cualquier corazón que se mueva por un bello canto todavía es débil y necesita ser sanado para volverse fuerte, de la misma forma que el niño pequeño cuando le hablan o le cantan para hacerlo dormir. Nada, salvo Dios, debe existir en el corazón, ya que, de lo contrario, si hay algo en él, lo inquietará». (*Risālah Qosheyri*)

De ahí que los sufíes no solamente utilizasen el *samā*, la danza y los cantos como una forma de manifestar la felicidad, el gozo interior y enfocar la atención en Dios, sino que también representaba para los maestros sufíes, concedores del alma humana, un medio eficaz para sanar la psique de sus discípulos y generar en ellos salud interior.

Es necesario recordar que lo dicho anteriormente se refiere a los principiantes de la Senda; sin embargo, los maestros y los más avanzados en la Senda experimentan en el *samā* estados místicos y alcanzan la contemplación divina. Sus movimientos serán símbolos y enigmas de sus misterios. En cada movimiento, melodía o canto oírán la llamada del Amado eterno y, según la morada espiritual que posean, reaccionarán con movimientos llenos de alusiones y enigmas que la gente común no es capaz de percibir.



1. Abu Sa'id Aboljeir (1049)

2. Yoneid, Abol Qāsem Ibn Mohammad (910)

3. Dārāni, Abu Soleymān (830)



DERVICHE QADERÍ EN SAMĀ. KAVEH GOLESTAN.