

# La psicoterapia sufi

## *La música y la danza*

---

Dr. Javad Nurbakhsh

**L**os 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 Aboljeir<sup>1</sup> 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, Yoneid<sup>2</sup> 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 Dārāni<sup>3</sup> 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.*