

Sohbet sobre Ramadán

Escrito por Editor

Jueves, 09 de Agosto de 2012 23:55 - Actualizado Viernes, 10 de Agosto de 2012 00:05



Sohbet sobre Ramadán

Escrito por Editor

Jueves, 09 de Agosto de 2012 23:55 - Actualizado Viernes, 10 de Agosto de 2012 00:05

Estamos en Ramadán, durante 12/13 horas no ingerimos ni sólidos ni líquidos. Para que los procesos digestivos se hagan posibles, no solamente hay que comer y beber, sino respirar. Sin el oxígeno de respiración, el proceso digestivo se detiene. O sea que sería ese oxígeno, que oxigena la sangre, el que permite los procesos digestivos. Entonces, al no tener comida ni líquido en el estómago, esa respiración no encuentra aquello para lo cual tiene previsto la oxigenación. Hay un vacío en el cuerpo y solamente podemos tener las experiencias de nuestra vida diaria, que es también un alimento.

Tanto la digestión de los alimentos sólidos y líquidos, como su expulsión del cuerpo, se producen sin ningún tipo de intervención de nuestra parte. Sin embargo, en el proceso de la experiencia de nuestra vida diaria, podemos optar por dos posturas: o la dejamos pasar como hacemos con todo, sin tomar en cuenta nada de lo que nos sucede, en cuyo caso no estamos ni conscientes en lo que nos pasa ni presentes en lo que nos pasa, de manera tal, que si hay que hacer algo con esas experiencias, nada se hace; o aprovechamos estas horas que no tenemos comida ni líquido, en nuestro aparato digestivo, para intentar, por lo menos, otra cosa.

Evidentemente, no solamente en Ramadán tenemos que evitar la mentira, la hipocresía, la malicia, todo lo demás; sino que eso tiene que ser intentado todos los días de nuestras vidas. Pero aparentemente el Ramadán es un lapso especial donde podemos hacer otro tipo de intentos. El cuerpo, el organismo humano, en esos días, donde no hay comida ni bebida durante 12/13 horas, es visitado por otras sustancias, que son secretadas por el cerebro, en la ausencia de alimentos, que producen cambios metabólicos, de los cuales, tampoco estamos conscientes. O sea que dejando de lado el aspecto religioso de Ramadán, que tiene su importancia, y que es necesario resaltar a través de nuestro Islam; existen otros procesos que van más allá de ese aspecto externo, aunque importante: existe la posibilidad de transformarnos profundamente, por lo menos intentarlo, por lo menos durante un corto lapso.

Siendo el hombre una fábrica de 3 pisos de pura energía, por eso dije que era un organismo, no algo mecánico, todo su cuerpo está formado por energía; podríamos decir que se trata de un huevo energético, con 3 secciones. Esa energía es alcanzada por el ayuno y se producen cambios, en su composición y en su estructura.

Todos los pueblos tradicionales han ensayado el ayuno, al principio los cristianos también ayunaban, y tengo entendido que en la ortodoxia oriental también se ayuno, y creo también que había ayunos de 40 días, no de 30. Luego el cristianismo lo perdió, y terminó en una parodia ajustada a las necesidades de hacer el menor esfuerzo posible de nosotros. El ayuno exige un

Sohbet sobre Ramadán

Escrito por Editor

Jueves, 09 de Agosto de 2012 23:55 - Actualizado Viernes, 10 de Agosto de 2012 00:05

esfuerzo que la mayoría de nosotros no estamos dispuestos a hacer, más allá de que existen algunos motivos para que algunas personas no puedan hacer el ayuno. Yo estoy hablando exclusivamente para las personas que pueden hacer el ayuno, es decir que no tienen ningún inconveniente físico, que no están tomando remedios, que no cumplen con alguna enfermedad crónica, que no pueden interrumpir el tratamiento, o que el ayuno le empeore los síntomas, etc; ellos están excluidos y tienen prohibido hacer el ayuno. O las madres en el periodo de amamantamiento, etc; y todas las demás cosas que el iman ha explicado y que se le puede preguntar. O personas que simplemente el ayuno le produce un caos tan grande que no lo pueden hacer. Pero dejando de lado eso, por el simple hecho de no hacer el ayuno por fastidio, por incomodidad, por no pasar hambre, por no pasar sed, por todo lo que el ayuno produce; eso no es ningún impedimento para hacerlo, sino que hay que sobreponerse a eso y hacerlo por que es el 4to pilar del Islam, y es uno de los pilares mas importantes. Tan importante que se ha destacado cuando Allah dice que el ayuno es para Él. Y que el mal aliento de los ayunantes es el halito del paraíso.

En ese cambio que se produce, se produce también otra cosa, evidentemente el *nafsi ammara*, o sea el ego que induce al error, el ego que nos tiene atrapados; está sostenido por la energía producida, entre otras cosas, por la comida y la bebida. Nosotros los musulmanes que tenemos prohibidas las bebidas alcohólicas y todo tipo de estupefacientes, todo tipo, sabemos que uno de los motivos por los cuales se prohíben esas cosas es para no darle mas fuerza al *nafsi ammara*

, que se envalentona con el alcohol y con la droga y con la comida mundana. Por eso los sufis decimos que comemos poco, dormimos poco, por que el sueño prolongado también produce efectos sobre el

nafsi ammara

, efectos negativos; y hablamos poco, por que el

nafsi ammara

tiene como característica hablar por hablar, aunque no haya necesidad de hablar, se habla. Por lo menos tratar de no hablar externamente, internamente es imposible dejar de hablar. O sea que si ustedes observan, con cuidado, verán que todo el día se están hablando, por que el *nafsi ammara*

sostiene su mundo hablando, es una charla interior ininterrumpida las 24 hs del día, por que de noche también se habla el

nafsi ammara

. Y se habla de cosas rarísimas que si las grabáramos y las pudiéramos escuchar me parece que como dije el sábado pasado, nosotros mismos nos internaríamos. Pero por lo menos hablar poco es un esfuerzo para no hablar lo que absolutamente innecesario de hablar. Entonces el ayuno, también, no solamente es un ayuno de comida y de bebida y todo lo demás, sino también de palabra. Hay que tener mucho cuidado con lo que sale de la boca, no solamente con lo que entra en la boca, sino con lo que sale de la boca, que muchas veces lo que sale de la boca es mas peligroso que lo que entra. Por que lo que entra por la boca nos puede hacer mal a nosotros solos, lo que sale de la boca puede hacer daño a otras personas. Saben ustedes que un ataque de ira desmedido corta el ayuno también.

Entonces volviendo a lo que estábamos hablando al principio, se produce un cambio metabólico con el ayuno, por lo menos por un lapso, las glándulas internas empiezan a secretar otro tipo de sustancia, que son dentro del organismo, como cometas desconocidos que entran en el organismo.

Haciendo alusión a la aleya comentada por el iman, que el conocimiento le fue ofrecido a la naturaleza y lo rechazo y el hombre lo aceptó, por que en verdad el conocimiento es del hombre y no de la naturaleza y debía aceptarlo, forzosamente. La pregunta es, qué clase de conocimiento, a qué conocimiento aspirar, qué es lo que queremos conocer, y para qué lo queremos conocer. Dicen los hombre sabios, que el único conocimiento valido y digno del ser humano es *conocerse a si mismo*, y que aquel que no se conoce a si mismo no conoce a su Señor, y *aquel que se conoce a si mismo lo conocerá a su Señor*. Y ¿qué significa conocerse a si mismo? ¿Ir a un psicólogo? ¿Mirarse al espejo con mucha frecuencia? ¿Romper los espejos que reflejan nuestra fealdad? ¿Y agrandar los espejos que muestran nuestra belleza? ¿Saberse joven y lindo y armonioso? ¿Crear que uno tiene talentos? ¿Saberse reconocido por la gente? ¿Tener éxito en determinadas actividades? ¿Eso es conocerse a si mismo? Dicen los que saben que no. Dicen los que saben, que eso que acabo de mencionar yo, es simplemente conocer la mascarita. ¿Por qué digo mascarita? ¿Por qué no digo máscara? Por que el disfraz social que nos ponemos para andar en el mundo, es simplemente patético. Entonces no vale la pena hablar de máscaras, sino de mascaritas. Nos sentimos ofendidos y atacados por todo y por todos. Nadie nos reconoce el valor que tenemos. Nadie nos comprende. Nadie nos contiene. Nadie entiende el enorme sufrimiento que tenemos. Nadie se compadece del extraordinario esfuerzo que hacemos. Como a si mismo, nosotros no nos compadecemos por nadie ni reconocemos nada a nadie, salvo a nosotros mismos.

Cuando estamos ayunando, durante las horas de ayuno, si ustedes son finos observadores de ustedes mismos, pero con una finura muy especial no con la forma burda que tenemos de mirarnos, deben darse cuenta que algo distinto nos pasa. Algo sede en nuestro interior. Algo empieza a perder fuerza dentro nuestro. Si podemos sobreponernos al fastidio de no comer ni beber y dejar de lado hábitos, deberíamos darnos cuenta que algo distinto nos está sucediendo mientras ayunamos. Por que ese es el sentido del ayuno. Por que la única forma en que Allah nos tome, que el ayuno sea para Él, es cuando deja de interponerse el *nafsi ammara* en el medio de nuestros actos; y en esas horas, especialmente en verano, cuando el ayuno en lugar de ser de 12 horas es de 17 horas, algo pasa.

¿Por qué las revelaciones se produjeron durante el mes de Ramadán? Tal vez, por qué el cielo esté mas cerca de la tierra. Y ¿cuál es nuestro cielo? No es acaso que durante todo el tiempo

Sohbet sobre Ramadán

Escrito por Editor

Jueves, 09 de Agosto de 2012 23:55 - Actualizado Viernes, 10 de Agosto de 2012 00:05

el cielo está igual de cerca que nosotros que en el mes de Ramadán. Pero nuestro *nafsi ammara*

bien alimentado, bien bebido y bien lleno de hábitos no nos deja verlo. ¿Qué hace falta para ver el cielo? ¿No comer? ¿No beber? Algunos de nosotros no ayunamos por razones de salud y algunos otros no ayunamos por que no queremos. Algunos de nosotros nos sobreponemos a dificultades y ayunamos, otros inventamos dificultades para no ayunar. Y pese a que nos explicaron bien, el día que nos hicimos musulmanes, que el ayuno es uno de los pilares del Islam, y nosotros, a parte de dar testimonio, lo aceptamos; cada mes de Ramadán volvemos a encontrar excusas y no ayunamos. Entonces, cómo no llamarnos mascaritas, patéticos, hipócritas y mentirosos. Cómo es posible que las personas que no ayunan por que no quieren sean tan hipócritas consigo mismo que no se den cuenta de lo que están haciendo.

A todos nosotros se nos dan muchas oportunidades para poder enmendar nuestras faltas. Ustedes saben, dicen los hombres sabios, que hay dos clases de maestros, dos clases de sheijs: el sheij de carne y hueso y el sheij invisible. El sheij de carne y hueso es cualquier sheij y el sheij invisible es la vida. Con el sheij de carne y hueso se puede hablar, se puede negociar, se pueden pedir nuevas oportunidades, se pueden pedir disculpas, se pueden jactar de dar explicaciones. La vida no escucha explicaciones, la vida es un sheij terrible. Que te quita y te da, con el permiso de Allah, lo que te tiene que quitar y lo que te tiene que dar, lo quieras o no lo quieres, te guste o no te guste, ruegues o no ruegues. Mucha gente cree que por que le va bien en la vida, la vida le entrega regalos permanentemente y se siente satisfecho consigo mismo, tienen éxito en lo que hacen. Sin embargo olvidan que dentro de la vida, ha sido dejado, con el permiso de Allah, alguien o algo llamado *shaytan* y que no hay mejor forma que perder a una persona que llenándolo de regalos. Por eso se dice en tariqah que *si te va mal tienes que agradecer y si te va bien ten paciencia*

Entonces la persona deja de ayunar, no pasa nada; deja de rezar, no pasa nada; deja de ir al dergah, no pasa nada, al contrario cada vez le va mejor en lo que hace. Y finalmente la persona se engola, se enfatua, y dice: todo lo que me dijeron es mentira, las cosas no son como me las explicaron. Son como los cerdos que son engordados para que produzcan un buen jamón.

Aquellos de ustedes que tienen la salud suficiente para ayunar, tienen que ayunar. No busquen excusas, no se engañen, ayunen. Y es tan sabio el Islam, es tan misericordioso el Islam, que le prohíbe ayunar a las personas cuya salud no les permite ayunar. Les prohíbe ayunar, así como obliga ayunar a los que pueden hacerlo. Y si ayunan es la mejor oportunidad para conocerse, para saber de que pasta estamos hechos; para saber cual es el grado de nuestra fe; para saber hasta donde llega nuestra mentira interior; para saber hasta que punto nos engañamos a nosotros mismos. Incurriendo lo que el Profeta Muhammad (PyB) dijo: *la peor de las mentiras es la mentira que el hombre se dice a si mismo*

. No se mientan, no se excusen, no se escondan de ustedes mismos. Es inútil por otra parte. Sean sinceros con ustedes, no sean hipócritas.

Sohbet sobre Ramadán

Escrito por Editor

Jueves, 09 de Agosto de 2012 23:55 - Actualizado Viernes, 10 de Agosto de 2012 00:05

Hace poco un derviche me dijo, ante una pregunta mía, le pregunte: ¿usted ama al camino? Me dijo, yo estoy comprometido al camino, soy fiel al camino y obedezco a lo que el camino me dice. ¿Qué es comprometerse con el camino? ¿Qué es serle fiel al camino? ¿Qué es esforzarse por obedecer lo que dice el camino?

Sohbet pronunciado por el Sheij Abdl Qadr al-Halveti al-Jerrahi en el Dergah de Buenos Aires, Argentina, el día 21 de julio de 2012 - 2 de Ramadán de 1433.