

Universidad de Vida

**Islam y sufismo:
ideas clave para el siglo XXI (2).
Ser sufí y morir en el intento.**

DOSIER 327

11 de febrero de 2025

ÍNDICE

UTILIDAD DEL DOSIER.....	3
LA UTILIDAD DE UdV.....	3
LOS 3 TEMAS DE ESTE TRIMESTRE DE UdV ONLINE.....	4
EL PRÓXIMO ENCUENTRO PRESENCIAL EN BCN:.....	4
¿DÓNDE ENCAJA EL TEMA DE ESTE MES?.....	4
DOS LIBROS QUE INSPIRAN ESTA SESIÓN.....	5
UN TEMA ESPINOSO (AL MENOS, EN EUROPA).....	6
DOS DIFICULTADES CLAVE.....	8
UN TRIPLE RETO ACTUAL.....	11
SUFISMO: EL ISLAM QUE SIENTO CERCANO.....	12
TAREA.....	16

UTILIDAD DEL DOSIER

Puedes plantear **preguntas, testimonios y dudas sobre el tema** al mail udv@danielgabarro.com

Recuerda: este **dosier no sustituye la sesión**, pero aclara y pone orden.

Seguir **la clase en directo o en diferido es el 80% del trabajo**.

Síguela en vídeo o en audio. El **canal de Telegram** permite escucharla con un solo clic.

El **área del alumnado** está a tu disposición con todo el material.

Tras cada sesión publicamos el resumen de la misma y un boletín con las dudas y testimonios que enviáis.

Observación importante para **personas nuevas en Universidad de Vida** como hay más de 300 de sesiones y siguen creciendo... **¡No te indigestes!**

Sigue la sesión de semana y, como mucho, recupera alguna antigua. Sin prisa, sin indigestarte. ¡Empecemos!

LA UTILIDAD DE UdV

UdV es un lugar para crecer y conocernos mejor, de forma libre y profunda.

Cada semana nos reunimos para:

1. **Conectar** con lo que realmente importa en nuestra vida.
2. **Mantener el foco** en lo esencial, sin perdernos en la rutina.
3. Tener un espacio para **hacernos y compartir preguntas**.

Lo importante no es que cada sesión sea espectacular, sino que nos ayude en estos tres puntos. ¡Eso es lo que realmente vale!

LOS 3 TEMAS DE ESTE TRIMESTRE DE UdV ONLINE.

Este trimestre tenemos estos 3 temas:

En **febrero**:

Islam y sufismo, ideas clave para el siglo XXI

En **marzo**:

Presencia y autoobservación.

En **abril**:

Películas y libros para crecer interiormente.

EL PRÓXIMO ENCUENTRO PRESENCIAL EN BCN:

UdV Presencial en Barcelona (en catalán) estas fechas:

Domingo **9 de MARZO** de 10 a 14 horas:

UdV y aspectos creativos.

Nunca limites tu participación por temas económicos.

Lo impartiremos Sergi Pérez y yo mismo.

¿DÓNDE ENCAJA EL TEMA DE ESTE MES?

Cada mes procuraremos **tener muy claro el tema y el área que trabajamos** para que el crecimiento interior sea claro, gradual y útil a las personas que estáis en UdV.

Así intentaremos que el **crecimiento sea más sistemático, gradual y asequible.**

La sesión de este mes, fortalece en el **punto 5 de nuestro programa: tradiciones sabias.**

Aunque también abordaré **un punto relevante del tercero: comprender**

el mundo en el que vivimos.

Os recuerdo las áreas o temas que tenemos en cuenta en UdV para irlos abordando sistemáticamente y crecer interiormente:

- 1. Autoobservación y personaje.**
- 2. Yo-experiencia o equilibrio psicológico** para un yo adulto.
- 3. Comprender el mundo** en el que vivimos.
- 4. Presencia.**
- 5. Arquetipos, ideas fuerza y tradiciones sabias.**
- 6. Conexión con lo Superior.**

DOS LIBROS QUE INSPIRAN ESTA SESIÓN



Para esta sesión me he inspirado en dos libros que leí hace un tiempo.

El primero es de Rafael Millán y se titula **“Cómo ser sufí y no morir en el intento”**, editorial Guante Blanco. **Rafa Millán** es un psicólogo madrileño que se convirtió al islam hace unos años.

Este autor tiene otro libro muy interesante: *“Las enfermedades psiquiátricas no existen, son los padres”* que, aunque aborda un tema totalmente diferente (el de las enfermedades

psiquiátricas), también es muy potente.

Quizás hable de este libro en abril, aprovechando que el tema será libros y películas inspiradores.



El otro libro en el que se inspira esa sesión es un libro que ha escrito una mujer que es una de las primeras imanes de una mezquita: **Kahina Bahloul** y se titula “**Mi islam, mi libertad**”, publicado por ediciones La Llave.

UN TEMA ESPINOSO (AL MENOS, EN EUROPA)

Vamos a hablar del Islam y, por lo tanto, abordaremos el área de tradiciones sabias.

Sin embargo, no voy a evitar un tema espinoso que está muy presente, al menos en Europa.

Y, por tanto, intentar aportar información para comprender el mundo en el que vivimos (otra área importante de UdV).

¿Cuál?

Pues **la violencia contra las personas que creen y practican el Islam.**

Pero **también la violencia que, en nombre del Islam, ejercen algunos practicantes de dicha religión.**

Igual como no hay un único cristianismo, ni tan siquiera un único catolicismo, tampoco hay un único Islam.

Creo que, con el ejemplo del catolicismo, se puede ver muy claro: no es lo mismo la posición del Opus Dei que la posición de los teólogos de la liberación; no es lo mismo la tradición de los curas obreros, que la tradición del catolicismo oficial en tiempos del franquismo.

En realidad, no existe un único catolicismo. Dentro de esta religión no todo el mundo cree en el mismo Dios, ni tiene la misma visión del mundo y de lo que quiere decir ser católico.

Lo mismo ocurre con el Islam. **No hay un único Islam, sino que hay muchos Islams diferentes.**

Y algunos son violentos.

Negar lo sería erróneo.

Igual como el **KuKluxKlan** es un movimiento violento de raíces cristianas, también el Islam tiene algunas ramas violentas.

Y, entre estas violencias, podemos encontrar grados diferentes: desde la presión social (un tipo de violencia sutil) hasta terrorismo.

En Europa este tema preocupa (y se vincula al tema de la inmigración) pero, creo que, **lamentablemente, no hay ningún diálogo, ni ningún debate público, sereno y constructivo para abordar las dificultades que la convivencia entre personas de lugares, religiones y culturas diferentes conllevan.**

El silencio produce **descontento y el problema se incrementa.**

Aparecen discursos llenos de odio que ocupan el lugar del debate. Pero no es debate, sino rabia acumulada (que puede ser comprensible).

Por eso es clave, creo, no ignorar el tema.

En UdV hablamos del Islam, pero no negamos esta dificultad social que se está viviendo ahora en Europa.

DOS DIFICULTADES CLAVE

Naturalmente que puedo equivocarme.

Pero callar sería, sin duda, otro error.

Pues, a riesgo de equivocarme, sugiero que existen **dos dificultades clave que deben abordarse**.

La primera dificultad es **la instrumentalización política**. Por ejemplo, la década negra en Argelia (1992-2002) en la que un grupo de musulmanes, bajo el grito de “Solo Alá es grande” agredió a gran parte de la población del país con la excusa de no ser lo suficientemente buenos musulmanes, fue, creo, una instrumentalización política: buscaban objetivos políticos y usaron la religión como excusa.

Creo que hay mucho de esto. Nosotros deberíamos poder separar la instrumentalización política del Islam... ¡Aunque usen el nombre del Islam como excusa para actuar!

La segunda dificultad es que, **en el ámbito del Islam, todavía no se ha separado la religión del estado**. Y eso crea muchas dificultades.

Es más, algunas ramas del Islam aseguran que el estado debe ser islámico y las leyes deben seguir la normativa musulmana (tal como ellos la interpretan).

Esta es una dificultad muy grave. **¿Puedes imaginar que las leyes las dictara el Papa de Roma y los obispos? ¿Cuál sería la situación de la mujer o de las personas LGBT si esto fuese así?**

Separar el poder religioso del político es fundamental, pero no se dará en pocos años, por lo que viviremos unas décadas (o más) de tensión.

En todo caso, en los países donde esta separación sí se dio a partir de la ilustración, **habrá que proteger esta separación, ¡cuando algunos habitantes del país no la entienden, ni la ven clara e, incluso, quieren que desaparezca!**

Lo dicho anteriormente: **o se habla abiertamente o es una especie de herida social que puede infectarse.**

Y esta infección producirá **odio, islamofobia, violencia, discriminación hacia la inmigración, grupos enfrentados, polarización política, populismo...**

En este sentido, creo que es importante hablar de lo que ocurre de forma constructiva.

¿Cómo hablar constructivamente?

Pues **considerando la política como una área de encuentro desde los valores, incluyendo la bondad en la política, incorporando la conciencia y la compasión en la política.**

Así podemos hablar de todo para entender y construir.

Sé que esto todavía es minoritario, pero será útil hacerlo crecer.

Como ejemplo de esto cito la **política turquesa** (o consciente) y os invito a conocer, por ejemplo, la web de **Jaume López**, doctor en ciencia política: <https://www.jaumelopez.es/> y <https://www.jaumelopez.cat/>

O conocer el **manifiesto para la bondad en la política de la Fundació per a l'Ecologia Emocional** y su manifiesto para la Bondad en Acción <https://www.fundacioecologiaemocional.org/es/manifiesto-bondad>.

O muchas otras alternativas como los **objetivos del crecimiento interior** que puedes ver, por ejemplo, aquí: <https://elbuenvivir.org/objetivos-de-desarrollo-interior/>

Fíjate que no he querido evitar las dificultades que muchas personas adjudican al Islam, **porque si llamamos (o si hacemos cordones sanitarios) no vamos a resolver las dificultades.**

Y como estamos en UdV no deberíamos hacernos trampas: abordaremos todas las dificultades para que nos ayuden a crecer. Pues **todo conflicto, si se resuelve sabiamente, nos hace evolucionar.**

MIRA EN TU INTERIOR

Quizás solo haya dicho que tonterías.

Discúlpame si ha sido así.

Hablar de temas políticamente incorrectos o sacar a relucir temas que se ocultan bajo la alfombra, tiene su riesgo. Discúlpame si he dicho tonterías.

Pero quizás también en ti veas una parte de esa tensión.

Por eso, quiero preguntarte esto:

¿Qué sientes en tu interior ante un velo?

¿Qué sientes ante una barba islámica?

¿Qué sientes ante una mezquita o ante un grupo de personas musulmanas?

¿Miras con desconfianza, miedo o similar a personas que asimilas como islámicas?

¿Desconfías o temes por la convivencia en algún momento? ¿Puedes ver los motivos que te llevan a ello?

¿Cómo crees que puedes trabajarlo en tu interior?

¿Y cómo lo trabajarías como sociedad?

Si quieres, puedes contestar en el espacio que viene a continuación:

UN TRIPLE RETO ACTUAL.

Dicho lo anterior y para sintetizarlo en el reto que tenemos delante de nosotros, creo que tenemos 3 grandes pasos a dar:

1. **Potenciar un Islam que sea místico y auténtico**, lejos de las manipulaciones políticas, después de decenios de presiones integristas y fundamentalistas.

2. **Separar el poder político del poder espiritual.**

3. **Romper el silencio y los cordones sanitarios** para abordar, constructivamente, las dificultades de convivencia que la diversidad conlleva.

Ojalá podamos, como sociedad, abordarlos.

Y ojalá, nosotros, como personas interesadas en el autoconocimiento y el amor, sumemos en esta dirección.

SUFISMO: EL ISLAM QUE SIENTO CERCANO

Aunque sé que el sufismo es muy minoritario en el Islam, es la rama que siento como mía (también Sergi la siente cercana).

Por eso hablamos de Rumi o de Ibn Arabí o de otros maestros sufistas: ellos nos tocan el corazón.

Aunque algunos musulmanes negarían que eso es Islam, creo que sí que lo es y me centraré en él.

Pero, a la vez, dejaré abierto mi corazón hacia todos aquellos que piensan y actúan diferente.

Y aquí encaja perfectamente **un poema de Ibn Arabí para situarnos:**

Hubo un tiempo,
en el que rechazaba a mi prójimo
si su fe no era la mía.

Ahora mi corazón es capaz
de adoptar todas las formas:
prado para las gacelas
y claustro para monjes cristianos,
templo para ídolos
y Kaaba para peregrinos,
es recipiente para las tablas de la Torá
y los versos del Corán.

Porque mi religión es el amor.
Da igual
a dónde vaya la caravana del amor,
su camino es la senda de mi fe.

MIRA EN TU INTERIOR.

¿Puedes hacer tuyo el poema de Ibn Arabí?

¿O hay algún punto que, como él en su inicio, todavía rechazas a tu prójimo?

No tengas prisa en contestar.

Puedes hacerlo en este espacio:

UN SIGNIFICADO DE ISLAM.

El árabe es un bello idioma, pero muy distinto al nuestro.

Su traducción es muy difícil y, por lo que parece, en lugar de traducirse se hacen aproximaciones, por lo que no todas las traducciones coinciden.

Pero uno de los posibles **significados de Islam** es “**me someto solo y únicamente a Dios, a Alá**”.

Y me someto voluntariamente y de forma consciente como acto de amor, reconociendo que toda la creación es un proyecto de amor: toda la creación es el cuerpo de Alá.

Si te fijas, es un significado muy potente.

En realidad, Islam, también **significa ARMONIZARSE con la REALIDAD.**

Pero, recuerda, lo único REAL es aquello que no cambia y que existe por sí, que su existencia no depende de nada.

Por lo tanto, **Islam significa armonizarse con el Aliento Vital que nos hace existir.**

De hecho, ese Aliento Vital no existe, sino que ES, puesto que existir implica un principio y un final y lo que ES siempre ES.

De ahí la gran dificultad de definir a Dios. Cualquier definición es falsa, puesto que le pone límites y la Totalidad no puede tener límites.

Por eso, los sufís callan.

Intentan VIVIR la Totalidad y eso solo puede hacerse más allá de las palabras.

Intentan armonizar su vida, entregándose, armónicamente, a la Vida, a Dios.

Visto así, quizás tú seas musulmán, musulmana, sufí.

Visto así, la Virgen María era musulmana.

Visto así, cientos de personas, incluso curas, monjas, obispos... pero también taxistas, electricistas, docentes, psicólogos, jubilados/as... son musulmanes.

Por eso, muchas personas afirman que el Islam no es una religión, sino **un camino de autoconocimiento para disolvernos en Dios.**

De ahí el título de esta sesión: ser sufí para morir en el intento.

Porque cuando muero como el yo pequeño que soy, **me doy cuenta de ser parte de la Totalidad y que siempre lo he sido.**

No puedo ser otra cosa.

Solo Dios existe.

Solo Alá es grande.

MIRA EN TU INTERIOR.

¿Cómo resuena en ti esta decisión de “me someto solo y únicamente a la Vida, a Dios, a Alá” (o llámalo como quieras)?

¿Qué implica ello en la realidad?

¿Puedes ver que ese sometimiento, en caso de que lo decidas, es un acto de amor?

Y si no te sometes solo y únicamente a Dios, ¿cuál es el eje de tu vida?, ¿alrededor de qué estás girando?

Te pido que lo mires, pues creo que siempre giramos alrededor de algo y es más sabio saberlo conscientemente que no hacerlo de forma inconsciente.

Si quieres, puedes reflexionar en este espacio:

TAREA.

Te animo a compartir tus reflexiones: ¿también tú eres musulmán?

¿Cómo vives esa entrega?

¿Puedes ver, también, las tensiones sociales a partir de ciertas visiones del Islam? ¿Cómo intentas vivirlas constructivamente?

Y, por supuesto, puedes enviar **cualquier comentario o duda o experiencia** a udv@danielgabarro.com

Un fuerte abrazo,