

## El camino sufí: Entrevista a Oruç Güvens

El sufismo es una corriente espiritual surgida en Persia antes de la era cristiana que se integró posteriormente en el islam y tuvo una gran expansión en Anatolia y en el Al-Andalus hispánico.

Tal como indica Oruç Güvenç, el sufismo es un camino de búsqueda de la experiencia de Dios, el descubrimiento de Dios que nos permite alcanzar la unidad a través del amor. El sufismo está formado por una diversidad de técnicas, dirigidas por los maestros, basadas en la meditación, la oración, el ayuno, la música, la danza, la poesía, los cuentos... que transmiten aquello que es esencial para la apertura del corazón.

Julián: una de las formas más bellas de expresar el amor es a través de la música. ¿Cómo podemos utilizar esta música para que sea curativa?

Oruç: Naturalmente la música tiene una gran relación con el interior. Hay muchas clases de músicos. Hay músicos que se inclinan por una parte más sensible y sentimental, por ejemplo Ravi Shankar que es un músico indio que toca el sitar. Normalmente él prefiere la improvisación y no toca partituras. Cada momento que él toca está componiendo. Con la improvisación hay una intuición en la que se recibe información, información que pasa a través de los humanos, al mundo. Por eso con la música intuitiva se puede curar y cambiar la emoción de las personas.

En cuanto a esta experiencia curativa de la

música recuerdo que estuve viajando en la década de los 70 por pueblos del Asia central para conocer los músicos del lugar. Entonces vi como ellos curaban con su música de la misma manera que hacían sus antecesores. Eruditos antiguos como Al-Farabi, Ibn-i-Sina, Hassan Suuri y Abdul Meragi desarrollaron técnicas artísticas y musicales para recordarle al alma humana su belleza y unidad divina. Yo he comprobado posteriormente como esta música es aplicable a otros contextos culturales, por ejemplo aquí en occidente. Estos músicos del Asia central desarrollaron los Makams que son una amplia gama de tonalidades que poseen efectos curativos específicos en el ser físico, emocional y espiritual. Soy doctor en medicina y he realizado estudios empíricos sobre los efectos de estas músicas. Realicé trabajos con pacientes en la Universidad de Estambul. También colaboré en Berlín en el Urban Hospital. Los encefalogramas demostraron que los diversos makams de la musicoterapia tradicional generaban respuestas positivas tan intensas como los mismos fármacos.

Cuando la persona escucha música se produce un cambio en su sistema endocrino. Si la música te transmite alegría o calma se producen un aumento de endorfinas en el cuerpo que están relacionadas con el sistema inmunológico y el nervioso. También sabemos que cuando la música es extremadamente alta, cuando supera los 80 decibelios, atrofia una serie de neuronas del cerebro, produciendo taquicardias, cambios de humor, etc.

Julián: ¿La música no necesita también de la danza para ser completa? ¿Tiene la danza

el mismo potencial curativo que la música?  
¿La danza derviche tiene absolutamente un objetivo místico o hay otros objetivos?

Oruç: La danza Derviche ya existía con anterioridad al Islam en Asia central. Los chamanes entraban en éxtasis a través de esta danza. Posteriormente evolucionó con el Islam. El nombre Derviche se aplica a los Sufíes islámicos.

Esta danza tiene una esencia, por ejemplo girar en la dirección del corazón. Miréis donde miréis el rostro de Dios existe, se dice en el Corán. La danza se ejecuta girando sobre sí mismo facilitando estados alterados de consciencia y de éxtasis místico. Esta danza es propia de los Derviches girovados o Mevlevi. La mano derecha se coloca extendida hacia lo alto con la palma mirando hacia el infinito, la mano izquierda se dirige hacia la tierra. De esta manera uno se convierte en un mediador entre el cielo y la tierra, lo infinito y lo finito, la persona se vacía para ser un canal. En este rodar rítmico se quiere entrar en unión con el Todo, se quiere realizar que en todas partes está el rostro de Dios.

Julián: Ya que hablamos del Sufismo y del Islam, ¿cómo está insertado aquél dentro del amplio mar del islamismo?

Oruç: El Sufismo puede definirse como el camino interior del Islam. Existe un Hadis que dice «En el Corán coexiste la esencia interior y exterior para llegar a Alá». Sin embargo aparte del Sufismo islámico también hay otras líneas de sufismo en otras religiones. La meta del Sufismo es el

conocimiento exacto de Dios que nos permite, a través del amor, llegar a la unidad. Alá dijo: «Yo soy un tesoro oculto, he creado a los humanos porque quiero que me descubran». Dios creó una diversidad a través de la cual la unidad puede verse a sí misma. Cuando el hombre lucha por el conocimiento de Dios, puede contar con su ayuda.

El camino Sufí es un sistema propio en el que entra la meditación, la oración y ciertas plegarias. También hay técnicas de ayuno dirigidas por un maestro, llamadas Halvet, la música, los Zhikrs que consiste en la recitación de los nombres de Dios, la danza, la poesía, las charlas, proverbios o Hadits y las historias especiales sobre los grandes sufís en la tradición. Todo esto para llevar al practicante a una experiencia directa con Dios.

Julián: ¿Qué importancia tiene la recitación de los nombres de Dios en el camino Sufí?

Oruç: La palabra Zhikr significa recuerdo. Al recitar los diferentes nombres de Dios recordamos lo que realmente somos, lo esencial de nuestra condición divina. Además trascendemos nuestro egoísmo e individualidad hacia un estado emocional de mayor hermandad y solidaridad dentro de una comunidad. En el Corán se dice: «Si llamáis a Alá, Alá os llamará».

Julián: ¿Cómo es la vida de un sufí?

Oruç: Aparentemente lleva una vida igual a

cualquier ser humano pero internamente mantiene un contacto con su interior y una relación permanente con su maestro. De alguna manera su cuerpo es un servidor de su alma y en las cosas más insignificantes, en los detalles de cada día de nuestra vida hay una experiencia con Dios. Desprende una gran humildad pues el sufismo es una conducta que busca llegar a la esencia de la espiritualidad.

Es curioso como cuando entras en ese camino las puertas se van abriendo. Pero claro, hay que morir antes de morir. Hablamos de la muerte del ego. Para los niños el ego es necesario porque es su afirmación delante del mundo, pero para los adultos el ego es un obstáculo. Hay que abrirse a la madurez a través del amor. El primer paso es la limpieza, limpiar el corazón de egoísmos. Y esto no es fácil en la vida cotidiana. Maulana Rumi, el poeta sufí más importante, dijo que «el amor transforma el cobre en oro».

Julián: ¿Cómo se inició en el camino sufí?

Oruç: Fue a partir de un sueño que tuve a la edad de doce años. Un hombre que no conocía se me acercó en el sueño y me colocó un violín entre los brazos. Me dijo que tocara y yo le dije que no sabía. Él afirmó que sí sabía y realmente toqué el violín en el sueño y encontré mucho placer. A la mañana siguiente se lo conté a mi padre que me compró un violín. Antes de este sueño en casa mi madre cantaba y mi tío tocaba el acordeón, pero mi interés por la música nació de ese sueño. Después tomé lecciones en el instituto durante tres años. En un pueblo cercano había una

fundación de arte y música turca a la que asistí. Me interesé por varios instrumentos musicales que utilizaban tradicionalmente. Después de mi formación académica estuve viajando y recopilando músicas tradicionales relacionándolo con la curación que hacían los chamanes cuando entraban en trance.

De vuelta a Turquía empecé a tocar todas estas músicas con un grupo de músicos no profesionales llamado Tümata donde se tocaba de forma natural, sin artificios, con instrumentos fabricados manualmente con medios naturales. Los instrumentos fueron reproducidos fielmente con elementos como pelo de caballo, cocos, etc, para mantener la tradición lo más pura posible.

Oruç Güvenç es maestro sufí de diversas órdenes y profesor de musicoterapia y de etnología musical en la Universidad del Marmara en Estambul. A través del instituto universitario que dirige ha realizado una notable labor de recuperación de la música tradicional del Asia central recogida en diversas publicaciones. Ha contribuido a recuperar muchas de las técnicas de musicoterapia de la tradición turca que tienen su origen en la herencia milenaria de los chamanes. Una amplia muestra de esta música arquetípica ha sido recogida en recientes grabaciones de Güvenç.

Julián Peragón

---