

Considerado por muchos como uno gran maestro y un ejemplo único de bondad y desapego, Adnan Sarhan es presidente y fundador de la Sufi Foundation of America. Durante sus seminarios imparte una serie de técnicas que convierten a su método en algo único en el mundo pues los asistentes consiguen alcanzar en pocos tiempo una experiencia directa del momento presente y de la esencia de la unidad.

1.- La forma en que usted conduce sus seminarios lleva a quienes participan en ellos a conectar con el espíritu y vivir instantes de gozo y éxtasis ¿Cómo ha desarrollado su método? ¿Se ha inspirado en alguna otra fuente, o en experiencias propias, aparte de la tradición sufí?

A. Yo nací en una familia donde se enseñaban las técnicas sufíes. Éstas formaban parte del patrimonio, de nuestros antepasados. En esta tradición, hay dos formas por las cuales se aprende uno a enseñar: una es por herencia, la otra por la intervención directa de un maestro. Las dos formas son validas. Yo empecé a enseñar de niño en Bagdad, y en la escuela primaria y la secundaria, llevaba muchas actividades de este tipo. Luego me trasladé a EEUU para mi formación universitaria y comencé a enseñar sufí en California. Y más tarde en otros estados, donde fui invitado. Luego en otros muchos países, y ahora por todas partes del mundo pues el Trabajo brota en todos lugares. Mi método se centra en el poder de la concentración. Tiene que haber un intenso deseo para lo que uno quiere del trabajo espiritual. Es ese deseo intenso de espiritualidad el que hace la diferencia. El estado en que el Trabajo pone la gente es como un puente entre esta vida y la otra realidad que esta escondida - propina un sabor de esa otra realidad. La vida aquí es la forma mientras que la vida escondida es la esencia. La vida aquí está seca mientras que la vida escondida es la realidad viviente.

2.-¿Pasamos dormidos por esta vida, como en un

sueño, condicionados por nuestra cultura, padres, pensamientos, emociones, deseos, hábitos? ¿Existe alguna forma de despertar? ¿De salir de este hipnotismo colectivo? ¿Cómo ha conseguido despertar usted?

A. Tienes que querer estar despierto. Tu tienes que tener el deseo. En general, las personas no son muy distintas de las peces navegando en un mar de oscuridad. Puede que el sol sea brillante, afuera pero, como las personas no se conocen a sí mismas se vuelven oscuras en su ser, en su corazón. Por eso les encanta frecuentar a los bares antros y contemplan la luz de vela como si fuera la luz del cielo. Si se despertaran, no volverían a añorar el estado dormido. Hay un verso en el Corán que dice, "Esta existencia, esta vida es juego y diversión, luego en días posteriores, llega la autentica realidad eterna". Es difícil traducir esta verso a los idiomas occidentales. Pues se basa en el juego de dos palabras que en árabe significan "angel" y "animal": (*Hi'awan* y *hai'wan*). Se emplean estos términos para señalar la transición ascendente del estado animal al estado angélico.

Y para comprenderlo hay que saber también que hay dos clases de corazón. Una es del corazón físico que todo el mundo conoce y la segunda es el corazón espiritual. Del mismo modo también hay dos almas. Una es la animal, la otro la espiritual. El corazón espiritual y el alma espiritual son de una entidad distinta. No pertenecen ni a este mundo, ni a este cuerpo. El alma animal es la fuente de poder para los sentidos y los deseos. La participación de la gente en los sentidos y en los deseos les mantiene en un nivel bajo. Sólo cuando las personas se despiertan, pueden transmutar los sentidos y los deseos en facultades mas elevadas, superiores, que hacen de la vida una fuente placentera de regocijo, donde uno constantemente experimenta los estados de expansión y alegría.

3.- Se dice que la senda sufí no se puede recorrer sin la dirección de un maestro ¿Por qué es tan

importante la figura del maestro? ¿No se puede llegar a la meta por uno mismo?

A. Un maestro es imprescindible. Si quieres finos trabajos en madera de calidad superior, hay que contar con un gran maestro de carpintería. Jesús fue un gran maestro de carpintería que hizo buenos muebles con su espíritu y poder creativo. Una persona podría lograr espiritualmente lo que quiere sin maestro, pero SERÍA NECESARIO QUE tuviera la disciplina indicada, la persistencia necesaria y una devoción singular para seguir el auténtico camino. Uno no se pierde en un camino recto. La práctica mas la acción determinan la dimensión interior del logro espiritual. No hay sabiduría sin acción, porque el conocimiento auténtico sale gracias a la acción que facilita el progreso. Esto hace que toda actividad auténtica sea útil y práctica. Todo esto se manifiesta gracias a la bendición de la auténtica acción, así que la acción es inseparable del conocimiento, como la luz del sol del sol mismo. El conocimiento sin practica (acción) es como un cuerpo sin espíritu.

4.-Son muchas las personas que con solo asistir a uno de sus seminarios han sufrido un cambio radical en sus vidas, y abandonado hábitos y pensamientos negativos ¿A qué atribuye usted tales transformaciones?

A. Se deben a la concentración en el ser. A través del poder de la concentración, el poder del espíritu se despierta gracias a la purificación. Las personas tienen hábitos porque quieren estar contentos, felices. Así que van por mal camino buscando esta felicidad, utilizando medios artificiales. Puede que consigan un poco de satisfacción, pero luego se vuelven miserables. Las personas celebran su propia destrucción. Hay algo en las ellas que les hace destruirse a si mismas, debido a que el ego las controla y las convierte en sus esclavas. Es la peor esclavitud jamás conocida. Las personas se creen libres en lo

que desean hacer, y se creen felices sin darse cuenta del poder del ego. Cuando se despiertan, el espíritu les otorga es satisfacción, felicidad y paz buscadas. Porqué la autentica felicidad, esta en nuestro interior. Cuando esto ocurre, todos los hábitos, condicionamientos, o adicciones desaparecen totalmente y no vuelven nunca.

5.- Sus sesiones de tambor son famosas porque la audiencia se sumerge en una especie de sueño o trance que usted califica de muy reparador ¿podría decirnos qué ocurre a nivel físico y mental durante ese 'sueño'?

A. El componente físico del Trabajo funciona como un masaje interior del cerebro, de la mente, que conduce a un estado de paz y tranquilidad. La mente ejerce influencia sobre el cuerpo, y el cuerpo sobre la mente. Juntos convergen en un estado de la éxtasis jamás conocido antes. Y esto ocurre cada vez que se escucha al tambor, en vivo o bien en compactdisc. A través del poder del sonido, yo puedo fraccionar un solo sonido en dos, y de dos en cuatro, y así sucesivamente. De ese modo se crea un campo de sonido, vibración y ritmo que operan juntos en una sola frecuencia. La mente no puede evitar el ritmo y cae en unas ondas intrincadas de alegría como ensueño y así se despejan todos los pensamientos negativos, todos los problemas, y toda la tensión - todos van fuera de la mente y del cuerpo. La intensidad de la concentración y la profundidad del ritmo generan otra dimensión de la existencia que procede del mundo del espíritu.

6.- Usted suele definir el sufismo como una vía para alcanzar la purificación del alma y el cuerpo. ¿Cree que cualquiera puede seguir esta senda? ¿O los requisitos para tal purificación pueden volverse demasiado exigentes para algunas personas?

A. Dice el Corán, "nada para el ser humano salvo lo que (profundamente) quiera" - Si tú deseas el

espíritu, lo conseguirás. Si deseas patinar sobre hielo, lo conseguirás. La vida está hecha de deseos, pero tienes que elegir los auténticos (los que son productivos). Las personas se ven encarceladas en cuerpos de lodo y agua. Atadas a los sentidos, los cuales constituyen un velo que oscurece la visión de Dios. Si quieren conocer a Dios, tienen que levantar el velo. Levantarlo puede ser fácil, o tan difícil como si tuvieran que levantar un muro de hierro. La pureza del corazón, de la mente, del cuerpo, del pensamiento puede manifestarse porque esta en espera más allá del cuerpo - ese cuerpo con que tanto nos identificamos. Algunas de las prácticas sufíes que facilitan este proceso son la abstinencia y la austeridad. Sin ellas, uno nunca conoce lo que es la pureza. Uno se queda en un cuerpo de ignorancia y el espíritu se ve muy lejos como si estuviera en otra planeta.

7.- En sus clases usted enseña a recitar los nombres de Dios en árabe, y también suras del Corán. Sin embargo su Fundación, la Sufi Foundation of America no es islámica. ¿Es posible ser sufí sin hacerse musulmán? ¿Qué opina usted de las religiones en general?

A. Las religiones son las leyes que Dios imparte a los pueblos (según su capacidad). Todas las religiones son buenas cuando ayudan a la gente, a los vecinos, cuando les enseñan a no infringir los derechos de los demás, buscando la paz, la satisfacción, el contentarse, y así propiciar la felicidad a otros. De ese modo la humanidad vive de manera excelente, sin esfuerzo, sin conflicto. Pero la meta de la tradición sufí y de los maestros sufíes es la colaboración con toda clase de personas, sin distinción de religión, nacionalidad, color, etc. Los sufíes buscan la perfección de todos los seres humanos, para que estos puedan despertarse y experimentar el espíritu. En ese estado de experiencia todos somos hermanos y hermanas, y esto es mucho mejor que el conflicto y la oposición entre unos y otros. Las

personas se hacen seres humanos de verdad, y la paz les llena, y llena a su entorno. Esto es el modo ideal, esto es lo que los seres humanos deben de ser.

8.- Al final de sus talleres usted acostumbra a decir que en el estado de conciencia alcanzado es imposible tener pensamientos negativos. ¿Cuánto dura ese efecto? ¿Cuál es la fórmula para prolongar tal estado?

A. Dura lo que tu quieras. Este estado conlleva a la gente a un estado de despertar, donde las personas están en el momento presente. Cuando las personas están en el momento, experimentan el espíritu. El momento y el espíritu no reconocen nada negativo. Es posible mantener ese estado con la práctica. Y la practica trae la armonía a tu vida cotidiana y te impide caer en la oscuridad, el pensamiento negativo, o los estados debilitantes de la queja, el odio o la miseria. Todo esto se puede erradicar y tu puedes vivir como Dios quiera que hagas. Prestar atención a las acciones es muy importante para la practica y eso es lo que falta en las religiones de hoy. Hoy por hoy las religiones pierden la conexión con la verdadera enseñanza de los profetas. Por ejemplo: Las personas somos creadas para experimentar una alegría sin límites mediante el cuerpo que hemos recibido. Si no usamos esta capacidad, nos convertimos en cuerpos catalípticos. Es mas divertido bailar que quedarse sentado en un rincón oscuro de una oficina. El bailar se genera por el corazón. Cuando esto ocurre, el espíritu y la paz proceden del baile. Y la danza entonces se convierte en el baile del alma añorando la libertad.

9.- Está todavía a tiempo la humanidad de aprender a vivir de una forma plena, armoniosa y bella ¿O la batalla está perdida? ¿Qué es verdaderamente necesario y qué no lo es para la existencia?

A. Es mucho mejor vivir en paz que en la miseria.

De cierta manera, la gente vivía mejor en Europa antes de la revolución industrial. Luego pensaron que con la revolución industrial llegaría la utopía. Ahora, la tecnología y la industria podrían ser excelentes si se basaran en el espíritu. Pero si no hay raíz espiritual, entonces la llamada civilización occidental es una civilización falsa: violenta, agresiva, destructora, matando a gente inocente. Y nada cambiará mientras no se homologue con el espíritu. La avaricia, el odio, los celos, la agresión, etc, causarán estragos en la gente. El miedo se hace la constante preocupación de nuestras mentes y nos extrañamos a nosotros mismos y a los demás. La gente se paraliza con drogas, con alcohol y consume tanta cosa material que acaban consumidos ellos mismos. Espero que las nuevas generaciones sean capaces de convertir esta situación y devolver a la humanidad una vida que vale vivir.

Es posible conocer a Dios mediante el conocimiento interior, por métodos interiores. La experiencia de Dios no es asequible mediante cualquier forma de religión. El Sufismo constantemente se desarrolla con nuevos sistemas sin recurrir a la reproducción de formas antiguas. Lo único que no cambia es el conocimiento de que: Si tu controlas a tu cuerpo, y no dejas que tu cuerpo de controle a tí, serás un ser humano superior. Seguir los deseos bajos te hace un ser inferior. Los seres humanos superiores están en el estado de despertar, los inferiores en un estado oscuro. Dios no cambia a la gente hasta que la gente se cambia a sí misma. El ser humano no es un ser pecaminoso, si no olvidadizo. Si olvidas, tienes que acordarte de recordar. Si te crees pecaminoso, te sentirás culpable, y si te sientes culpable, no puedes progresar, ni en tu vida, ni en el espíritu. Si no guardas el intelecto con tu intelecto de su intelecto, serás destruido por tu intelecto. Si haces cualquier cosa que no te lleve hacia Dios, esa cosa solo acabara destruyéndote