

La Importancia del Autoconocimiento

Cuando se analiza un tópico como éste, quizás es mejor comenzar con su definición y una evaluación de su importancia. Comencemos entonces por definir algunos términos. En árabe, autoconocimiento se dice **مَعْرِفَةُ النَّفْسِ** (*ma'rifat an-nafs*). ¿Qué es *ma'rifat an-nafs* o autoconocimiento? Es el conocimiento de nosotros mismos, pero ¿qué clase de conocimiento?

Obviamente, no es del tipo que tenga que ver con el conocimiento del propio nombre, o del nombre de nuestro padre, o del lugar y fecha de nuestro nacimiento. Autoconocimiento trata de otro aspecto de nuestro ser. No está relacionado a nuestros sentidos físicos, sino mas bien, se relaciona con la dimensión espiritual de nuestras vidas.

Cuando hablamos de las diferentes dimensiones del espíritu y de nuestro ser, no debemos olvidar que el ser humano es fundamentalmente diferente a otras criaturas. Si bien estamos sujetos al mundo animal de muchas maneras, aquí deseamos concentrar la atención en aquello que nos diferencia de los animales y no se encuentra en ellos.

Para comprender mejor por qué este tema es tan importante, tal vez sea de ayuda citar algunos versículos del Glorioso Corán y hadices al respecto.

Hay muchas aleyas en el Glorioso Corán que dan detalles sobre la importancia de *ma'rifat an-nafs*. Una de estas aleyas se encuentra en la *Sûra al-Hashr*, donde *Al-lâh* el Todopoderoso dice:

﴿وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ أُولَٰئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ﴾

«Y no seáis como quienes se olvidan de Al-lâh, y Al-lâh les hace olvidarse de sí mismos. ¡Esos son los corruptos!». 1

Aquí *Al-lâh* está diciendo que olvidarnos de Él ocasiona a su vez que nos olvidemos de nosotros mismos, lo que finalmente nos conduce a transgredir los preceptos divinos.

Hay una tradición o *hadîz* que sugiere algo similar a este versículo, pero considera el asunto desde otro ángulo. Esta tradición es muy famosa, y es difícil encontrar un libro sobre Ética (أخلاق) que no la haya citado:

« مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ »

“Quien se conoce a sí mismo, conoce a su Señor”.²

Esta tradición denota que el autoconocimiento supone también el conocimiento sobre *Al-lâh*. Tener conciencia de uno mismo lleva a tener conciencia del Señor. Y, de la misma manera, quien no está consciente de *Al-lâh*, no está consciente de sí mismo. Si alguien se decide a aprender sobre su Señor, entonces la mejor manera de lograr esta tarea es aprender sobre sí mismo.

Otra aleya que trata sobre el tópico se encuentra en la *Sûra al-Mâ'idah*, donde *Al-lâh* dice:

﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا عَلَيْكُمْ أَنْفُسُكُمْ لَا يَضُرُّكُمْ مَن ضَلَّ إِذَا اهْتَدَيْتُمْ ﴾

«¡Oh creyentes!, preocupaos de vosotros mismos (y sabed que), si os guiais, jamás podrán perjudicaros quienes se desvían...».³

En esta aleya *Al-lâh* nos está diciendo que cuidemos de nosotros mismos, que pongamos atención en nosotros mismos, que debemos ser cuidadosos respecto al bienestar de nuestros espíritus, ser conscientes de las enfermedades de nuestras almas y cómo curarlas. También nos dice que debemos prestar atención a los deberes impuestos a nosotros como musulmanes. Luego concluye diciendo:

«... (Y sabed que), si os guiais, jamás podrán perjudicaros quienes se desvían...»

Nos dice que si nos encaminamos y somos fieles y comprometidos creyentes, aquellos que están desviados no nos dañarán. De esto se desprende que nuestro primer deber es cuidar espiritualmente de nosotros mismos.

A veces puede surgir una pregunta respecto a la relación entre el creyente y la sociedad. ¿Acaso el versículo anterior apunta a que debemos concentrarnos en nosotros mismos y no prestar atención a la sociedad? Para responder a esta pregunta veamos lo que ‘Al-lâmah Tabâtabâ’i dice sobre este tema en su célebre obra, *Al-Mîzân*.

Este gran sabio y exégeta del Glorioso Corán explica que lo que quiere decir aquí es que debemos cuidar de nosotros mismos y familiarizarnos con nuestros deberes sociales y privados, a fin de que

podamos también ser socialmente responsables. Por ejemplo, en el Islam se nos ordena aconsejar a la gente realizar actos buenos y prohibirles los malos. Alguien que no lleva a cabo este deber no es considerado un musulmán devoto, y la razón es que él no está ayudando a la sociedad a mejorarse a sí misma.

Por lo tanto, observar un comportamiento espiritual en el Islam está íntimamente vinculado con preocuparse por el bienestar de la sociedad también. Es importante recordar además que la sociedad puede influenciar en gran medida a una persona, debilitando o fortaleciendo su fe.

Otra pregunta que puede surgir es, ¿somos nosotros responsables de guiar también a los no-musulmanes? La respuesta es un inequívoco sí, si bien lo más importante antes de hacer eso es conducirse uno mismo de una manera tan piadosa y correcta que los demás sean capaces de observar los inmensos beneficios prácticos de ser un musulmán creyente.

Al invitar a los no-musulmanes hacia el Islam, estamos continuando la tarea encomendada al Noble Profeta (s.a.w.) durante su vida. Es también un deber requerido por nuestro amor por nuestro prójimo. Si hemos encontrado el camino y la Luz, deberíamos invitar también a otros a sumergirse en la Luz y sus bendiciones.

Tras llevar a cabo nuestros deberes personales y sociales, aquellos que todavía son incrédulos y aquellos que todavía insisten en el descarrío, no nos perjudicarán. Quizás te molestarán, e incluso puedan matarte, pero no podrán quitarte tu fe. Por el contrario, estas presiones fortalecen tu fe.

Volviendo a nuestro tema principal, la tercera aleya sobre la importancia del autoconocimiento se encuentra en la *Sûra Hâ Mîm Saÿdah*:

﴿سَنُرِيهِمْ ءَايَاتِنَا فِي الْأَفَاقِ وَفِي أَنْفُسِهِمْ حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ﴾

«Pronto les mostraremos Nuestros signos en todas las regiones de la tierra (fî-l afâq), así como en sus propias personas (fî anfusihihim), hasta que se les esclarezca que es la Verdad».⁴

Al-lâh dice que, **«pronto les mostraremos Nuestros signos»**, pero ¿qué son esos signos y dónde se encuentran? Él nos dice que estos signos se encuentran en dos lugares: *fî-l afâq wa fî anfusihihim*, es decir, “en el mundo exterior y en sus propias personas”. Esta aleya nos dice que, considerando estos signos que se encuentran dentro de nosotros mismos y que están en el universo, se vuelve completamente evidente que *Al-lâh* verdaderamente existe.⁵

Según algunas interpretaciones este hecho no solo es *verdadero*, sino que conforma la *verdad* misma. Es importante comprender la diferencia entre estas dos expresiones; es lo mismo que cuando decimos que Imam ‘Alî (a.s.) no es solo *justo* sino que él es la *justicia* misma, queriendo decir que la justicia

estaba personificada en Imam ‘Alî (a.s.).

Continuemos explorando las razones porque el tópico es vital para nuestra conducta en la vida.

Una vez más nos atendremos al Glorioso Corán como guía. Diariamente en nuestra vida, cuando adquirimos un nuevo artefacto o equipo, inmediatamente recurrimos a su manual para que nos guíe en cuanto a cómo operarlo correctamente, convencidos de que su fabricante es la mejor fuente de guía.

Por lo tanto, parece bastante lógico para un musulmán acudir al Glorioso Corán por instrucciones respecto a la correcta conducta a seguir en la vida, convencido de que el Hacedor y Creador de los seres humanos es también la mejor fuente de guía al momento de aprender sobre la inmensamente compleja naturaleza de los seres humanos.

Otra aleya relativa a nuestro tópico se encuentra en la *Sûra adh-Dhâriât*:

﴿وَفِي الْأَرْضِ آيَاتٌ لِّلْمُوقِنِينَ * وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ﴾

«Y en la tierra hay signos para los persuadidos, y (también los hay) en vosotros mismos. ¿No los veis acaso?».⁶

Hemos aprendido que *Al-lâh* tiene dos clases de signos, unos en el mundo externo, físico, y otros dentro de nosotros mismos. La aleya 20 se refiere a aquellos signos que tienen que ver con el ámbito físico. En la misma, Dios Todopoderoso nos dice que hay signos sobre la tierra para aquellos que creen.

Inmediatamente se presenta una pregunta: ¿por qué aquellos que ya creen necesitan la garantía de tales signos, y por qué aquellos que no son creyentes en Dios permanecen inconscientes respecto a los mismos, aun cuando necesitan más de ellos?

La respuesta dada por grandes sabios del Islam es que aquellos que no creen en un creador como Señor y Soberano del universo, también suelen no mirar o prestar atención a aquello que está ante sí, permaneciendo en su mayor parte inconscientes de signos que son fácilmente percibidos por los creyentes.

En la siguiente aleya, la 21 de la *Sûra adh-Dhâriât*, Dios dice:

﴿وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ﴾

«...y (también los hay) en vosotros mismos. ¿No los veis acaso?»

Esta aleya llama nuestra atención a la necesidad de buscar estos signos dentro de nosotros mismos. Se nos dice clara e inequívocamente que también hay signos en el mundo externo, y éstos son fuentes de guía para nosotros.

Estas aleyas nos esclarecen que los musulmanes no son incitados a concentrarse en sus almas excluyendo al mundo físico y material; y viceversa, tampoco a pensar que los asuntos materiales son lo único que importa.

En India, por ejemplo, hay gente que trata de fortalecer el poder de sus almas a fin de capacitarse para realizar ciertos actos imposibles de realizar normalmente. Pero al hacer eso, pierden contacto con la vida cotidiana del planeta. No es eso lo que se les ordena hacer a los creyentes musulmanes; se les dice que los dos mundos (el interno y el externo) van asidos de la mano y son complementarios entre sí.

Cuando un científico trabaja en un proyecto en un laboratorio, o una persona realiza la más humilde de las tareas para ganarse una vida honorable, ambos están cumpliendo con una de las órdenes de Dios.

Por otra parte, una de las características más notables del Islam es el hecho de que los dos mundos nunca están separados.

En el mundo de hoy, en las sociedades occidentales en particular, vemos innumerables ejemplos de personas que están totalmente apartadas de sí mismas, buscando todo en la vida material.

En los casos más extremos, la enajenación de la propia personalidad ha avanzado a tal grado que estar solo se vuelve penoso e indeseable. ¿Por qué? Porque cuando tal persona está sola, en cierto sentido ha perdido contacto con el mundo externo, que es todo lo que tiene. Estando sola con su alma y espíritu, debe enfrentar a un mundo que no tiene sentido para sí, y que no le importa. Tratando de escapar de la inevitable soledad, muchos recurren a drogas que alteran la mente, tales como el alcohol y los narcóticos.

Una persona que goza de un espíritu saludable puede estar sola pero no solitaria. Quien ha abandonado una parte de sí, de su espíritu, de su conciencia, cuando se encuentra solo busca destruirse antes que enfrentar eso que es extremadamente penoso; de esta manera, recurrir a las drogas se vuelve una fácil ruta de escape.

Ésta es una de las razones por las que algunas sociedades utilizan el aislamiento penal como un método de castigo para los criminales empedernidos que ya están cumpliendo cadena perpetua y no tienen nada que perder por realizar actos de violencia adicionales.

Pero cuando un musulmán creyente está solo consigo mismo, no está solitario. De hecho, estar solo es algo apreciado por los musulmanes creyentes. Ello da una oportunidad para reflexionar, orar, revalorar los propios defectos y fuerzas, y para buscar guía de parte de *Al·lâh*.

Hay un *hadîz* del Imam As-Saïyyâd (a.s.) en el que el Imam dijo:

“Si todo entre el Este y el Oeste pereciera, yo no me sentiría solo en tanto el Corán esté conmigo”.⁷

Nuevamente apelaremos a los hadices para examinar este tópico más detalladamente. Esta invaluable herencia nos ha sido legada por los sabios que instintivamente sabían del eterno valor de observar las palabras y actos del Noble Profeta (s.a.w.) y los Imames (a.s.), y que registraron para la posteridad estos vivos ejemplos de perfecto musulmán y ser humano.

Antes hemos tratado una famosa tradición que nos ha llegado en dos versiones similares:

« مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ [فَقَدْ] عَرَفَ رَبَّهُ »

Sin embargo, no hay diferencia en su significado:

“Quien se conoce a sí mismo (o a su alma) conoce [o ha conocido] a su Señor”.⁸

Respecto al tema de la importancia de *ma‘rifat an-nafs*, también se cita a Imam ‘Alî (a.s.) expresándose de la siguiente manera:

« مَعْرِفَةُ النَّفْسِ أَنْفَعُ الْمَعَارِفِ »

“El conocimiento de uno mismo es el más beneficioso de los conocimientos”.⁹

El segundo *hadîz* de Imam ‘Alî (a.s.) respecto a este tópico reza:

« عَجِبْتُ لِمَنْ يَنْشُدُ ضَالَّتَهُ وَقَدْ أَضَلَّ نَفْسَهُ فَلَا يَطْلُبُهَا »

“Me sorprende de quien busca agitadamente algo que ha perdido, en tanto ha perdido su alma pero no está en su búsqueda”.¹⁰

El tercer *hadîz* de Imam ‘Alî (a.s.) sobre el autoconocimiento es:

« عَجِبْتُ لِمَنْ يَجْهَلُ نَفْسَهُ كَيْفَ يَعْرِفُ رَبَّهُ »

“Me sorprendo de alguien que se ignora a sí mismo, ¿cómo puede conocer a su Señor?”.¹¹

El cuarto *hadîz* de Imam ‘Alî (a.s.) es:

“Cuanto más se incrementa el conocimiento del hombre, su atención hacia su alma también se incrementa y brinda todo su esfuerzo para disciplinarla y purificarla”.¹²

Y he aquí otra tradición de Imam ‘Alî (a.s.) respecto al tema:

« غَايَةُ الْمَعْرِفَةِ أَنْ يَعْرِفَ الْإِنْسَانُ نَفْسَهُ »

“El conocimiento último es que el hombre se conozca a sí mismo”.¹³

❏ ❏ ❏

1. Sûra al-Hashr; 59: 19.

2. Mizân al-Hikmah, de Muhammad Muhammadî Ray Shahrî, t. 6, p. 142, n° 11923, transmitido de Gurar al-Hikam.

3. Sûra al-Mâ'idah; 5: 105.

4. Sûra Fussilat; 41: 53.

5. ‘Al-lâmah Tabâtabâ’î da dos posibilidades con relación a esta aleya. Primeramente, dice que se refiere a (la verdad del) Glorioso Corán, y luego continúa diciendo que es posible considerar que se refiera a Al-lâh. Las mismas posibilidades son analizadas en Tafsîr Nemûneh, pero se prefiere la segunda. Ver: Al-Mizân, t. 17, pp. 404 y 405 y Tafsîr Nemûneh, de Nâsir Makârim Shirâzî, t. 20, pp. 330-332.

6. Sûra adh-Dhâriât; 51: 20-21.

7. Usûl al-Kâfî, Kitâb Fadl al-Qur’ân, de Muhammad la’qûb Kulainî, n° 13.

8. Mizân al-Hikmah, t. 6, p. 142, n° 11923, transmitido de Gurar al-Hikam. Ver también Bihar al-Anwâr, de Muhammad Bâqir Maylisî, t. 2, p. 32, n° 22, y t. 95, p. 456, n° 1.

9. Mizân al-Hikmah, t. 6, p. 140, n° 11903, transmitido de Gurar al-Hikam.

10. Mizân al-Hikmah, t. 6, p. 141, n° 11911, transmitido de Gurar al-Hikam.

11. Mizân al-Hikmah, t. 6, p. 142, n° 11925, transmitido de Gurar al-Hikam.

12. Mustadrak al-Wasâ’il, t. 11, p. 323, n° 16.

13. Mizân al-Hikmah, t. 6, p. 140, n° 11902, transmitido de Gurar al-Hikam.