

EN EL NOMBRE DE  
**ALLAH**  
CLEMENTE, MISERICORDIOSO

NADA TE  
TURBE

- **Título: Nada te turbe**
- **Autor: 'A'id Ibn Abdullah Al-Qarni**
- **Traducido de la tercera edición Árabe**
- **Primera Edición en Español (2006)**
- **Traducción: Lic. Sabina Rigoni, Fac. de Teología Islámica, Universidad de La Meca, Arabia Saudí**
- **Revisión: Lic. Muhammad Isa García, Fac. de Teología Islámica, Universidad de La Meca, Arabia Saudí**
- **Revisión de Estilo: Lic. Zulma Ovejero, Fac. de Filosofía y Letras, Universidad de Buenos Aires, Argentina**
- **Diagramación: Yahia Barreiro Arater, Buenos Aires, Argentina**
- **Diseño de Tapa: Samo Press, Beirut, Libano**
- **Montaje: Samo Press, Beirut, Libano**

# Nada te Turbe

'Â'id Al-Qarni

**INTERNATIONAL ISLAMIC PUBLISHING HOUSE**

**© International Islamic Publishing House, 2005**

*King Fahd National Library Cataloging-in-Publication Data*

Al-Qarni, Aid

Nada te Turbe

Riyadh 2005

Islamic Psychology

I- Title

214.1572 dc

**Paper Back**

**Legal Deposit no. 1426/5154**  
**ISBN: 9960-9677-7-8**

**Hard Cover**

**Legal Deposit no. 1426/5155**  
**ISBN: 9960-9677-8-6**

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de este libro puede ser reproducido o transmitido bajo ninguna forma, ni por ningún medio electrónico, o mecánico, incluyendo los sistemas de fotocopiado, grabación, ni por ningún otro sistema de almacenamiento y recuperación de información, sin el permiso escrito de los Editores.

---

---

**International Islamic Publishing House (IIPH)**

P.O. Box 55195 Riyadh 11534, Saudi Arabia

Tel: (966-1) 4650818 – 4647213 Fax: (966-1)

4633489

E-Mail: [iiph@iiph.com.sa](mailto:iiph@iiph.com.sa) [www.iiph.com.sa](http://www.iiph.com.sa)

E-Mail: [iiph@iiph.com.ar](mailto:iiph@iiph.com.ar) [www.iiph.com.ar](http://www.iiph.com.ar)



# Índice

Prólogo del Autor.....	19
Prólogo de la Traductora.....	22
Nota del Editor.....	25
¡Oh Allah!.....	27
Contempla y agradece.....	29
Posees ojos, boca, labios, manos y piernas.....	29
El pasado se fue para siempre.....	30
El presente es todo lo que posees.....	31
Vive el presente sin penas, molestias, ira, celos ni malicia.....	32
Deja que el futuro llegue por sí solo.....	33
Cómo enfrentar las críticas crueles.....	34
No esperes gratitud de nadie.....	35
Hacer el bien a los demás reconforta el corazón.....	37
Combate al aburrimiento con trabajo.....	38
No imites a los demás.....	39
El Designio Divino y la Predestinación.....	41
Si ves que la cuerda se tensa cada vez más, sabe que se cortará.....	43
Convierte un limón en una dulce bebida.....	44
Tu hogar es suficiente.....	46
Allah siempre te compensa.....	47
La fe es vida en sí misma.....	49
Extrae la miel pero no rompas la colmena.....	50
Acepta la vida tal como es.....	54
Encuentra consuelo recordando a los que sufren.....	55
La oración... la oración.....	57

Debes salir y recitar el Corán junto a un arroyo o con los pájaros que cantan.....	60
La paciencia es la mejor opción.....	60
No cargues el peso del mundo sobre tus espaldas.....	61
No te angusties por lo insignificante.....	62
¡Pobres las almas de esas personas!.....	63
Confórmate con lo que Allah te ha dado, y serás el más feliz y rico de todos.....	64
Ten siempre en mente el Paraíso, el cual es tan amplio como los cielos y la tierra.....	66
La felicidad del Paraíso será absoluta. Entonces, ¿por qué no podemos apreciarlo?.....	68
Está prohibido en nuestra religión vivir guiados por los rumores y la superstición.....	68
Nuestra religión nos aconseja no estar tristes.....	69
Sonríe.....	75
La risa debe ser moderada.....	76
La bendición del dolor.....	82
Con toda certeza, existen muchos ejemplos de personas que prosperaron y lograron metas como resultado del sufrimiento vivido.....	83
La bendición del conocimiento.....	86
El arte de la felicidad.....	88
Controla tus emociones.....	92

La felicidad de los Compañeros por la presencia del Profeta Muhammad .....	94
Combate el aburrimiento de tu vida.....	97
Sin ansiedad.....	100
Nada te turbe, espera con paciencia un resultado feliz.....	109
Ten en cuenta que luego de las dificultades llega el alivio.....	110
Nada te turbe, y recuerda a Allah siempre.....	112
Nada te turbe, y nunca pierdas la esperanza en la Misericordia de Allah .....	113
Nada te turbe, y perdona a quienes te han tratado injustamente.....	114
Nada te turbe, pues si bien no has alcanzado todo lo que has querido, con toda certeza has recibido mucho.....	115
Nada te turbe, y no te angusties por lo que no vale la pena.....	116
Allah ﷻ describe a Sus enemigos, los hipócritas, diciendo:.....	116
Nada te turbe, y rechaza la ansiedad.....	118
Nada te turbe, y no te aflijas cuando otros te calumnien y desacrediten.....	121
Nada te turbe, y no te angusties por tu pobreza.....	121
Nada te turbe, y no temas por lo que pudiera sucederte.....	121
Nada te turbe, y no te angusties por las críticas de los envidiosos y de los necios.....	122
Nada te turbe, y elige lo que Allah ﷻ ha escogido para ti.....	126
Nada te turbe, y pasa por alto las acciones de los demás.....	126
Nada te turbe, y primero asegúrate de conocer el valor de aquello por lo que te sientes triste.....	127

Nada te turbe, y haz el bien a los demás.....	129
Nada te turbe, y no olvides que la envidia no es algo nuevo...	132
Nada te turbe, pues la paciencia en tiempos difíciles es el camino hacia el éxito y la felicidad.....	134
Nada te turbe, y no te angusties por cómo te tratan los demás y observa cómo se comportan con Allah.....	135
Nada te turbe, y no te apenes por las dificultades económicas....	136
Nada te turbe, pues hay formas para soportar las calamidades....	137
No imites la personalidad de otros.....	138
El aislamiento y sus efectos positivos.....	139
No dejes que las dificultades te perturben.....	141
Fundamentos de la felicidad.....	143
¿Por qué angustiarse si posees los seis ingredientes?.....	145
Nada te turbe, y si tienes que enfrentar obstáculos o problemas, muestra tolerancia y paciencia.....	146
Nada te turbe, pues posees amigos y afectos que te garantizan amor y amistad.....	146
El mejor compañero en todo momento es un libro.....	148
Los beneficios de la lectura.....	150
Nada te turbe si sabes que por tus buenas obras la gente te elogia.....	151
Nada te turbe, pues hay otra vida por venir.....	152
Nada te turbe, ni te angustie demasiado cuando el trabajo se acumule.....	153
Nada te turbe, y pregúntate lo siguiente.....	155
Nada te turbe, y no te desanimes al enfrentar una situación difícil.....	155
Nada te turbe, pues la depresión debilita el cuerpo y el alma....	156

Otros efectos de la depresión.....	157
Soporta las dificultades con serenidad.....	159
Confía plenamente en tu Señor.....	159
Mostrar coraje a la hora de tomar decisiones puede salvarte de la preocupación y la confusión.....	161
No te paralices pensando o vacilando, mas actúa y deja la ociosidad.....	161
La mayoría de los rumores son infundados.....	162
La bondad evita las confrontaciones.....	163
Nada te turbe, y te siempre fe en Allah.....	167
Nada te turbe, y no te angusties por trivialidades ya que el mundo entero es trivial.....	169
Nada te turbe, y no te angusties cuando muestren hostilidad abiertamente hacia a ti.....	170
El mundo es así.....	171
Procura ayudar a los demás.....	172
Nada te turbe, y no te sientas desafortunado mientras tengas pan sobre tu mesa, un vaso de agua y ropa para vestir.....	172
Nada te turbe, pues si tienes un oficio puede que sea un don y si atraviesas una prueba puede que sea una bendición.....	173
Fuiste creado para ser único.....	174
La fe es el mejor de los remedios.....	175
Nada te turbe, y no pierdas las esperanzas.....	175
Nada te turbe, pues la vida es más corta de lo que crees.....	181
Nada te turbe, y no te angusties mientras tengas satisfechas las necesidades básicas de la vida.....	182
La satisfacción repele la tristeza.....	183
Los días alternan entre lo bueno y lo malo.....	186
Nada te turbe, y no te angusties ni siquiera en los últimos momentos de tu vida.....	189

Nada te turbe, y presta atención a esta historia.....	190
Nada te turbe, y no dejes que la calamidad te sacuda.....	190
Nada te turbe, pues no vale la pena que te angusties por este mundo.....	191
Nada te turbe, pues los obstáculos no te impedirán el éxito.....	193
Nada te turbe, pues has conocido el Islam.....	194
Algunos factores que traen la felicidad.....	197
Los ingredientes de la felicidad.....	198
Nada te turbe, pues no morirás hasta que llegue tu hora.....	199
Lo que debes hacer si tienes miedo de una persona envidiosa...	205
Buenos modales.....	206
Nada te turbe, pues pronto te contaré.....	206
Las consecuencias malignas del pecado.....	207
Lucha por tu sustento, mas no seas codicioso.....	209
El secreto de la guía.....	210
Diez consejos valiosos para tener una vida noble y buena.....	211
Nada te turbe, y aprende a manejar tu realidad.....	215
La depresión genera desdicha.....	222
Pedirle perdón a Allah ﷻ nos abre puertas.....	227
La prudencia con el dinero.....	230
No te aferres a nadie que no sea Allah .....	232
Haz aquellas cosas que te den paz.....	232
El designio divino.....	235
El dulce sabor de la libertad.....	235
El suelo era la almohada de Sufiân Az-Zauri.....	236
No prestes atención a los rumores.....	236
Las maldiciones de los insensatos no te dañarán.....	237
Aprecia la belleza del universo.....	238
Soportar las dificultades nos ayuda a redimir los pecados.....	240

¡Allah nos basta y Él es el mejor protector!.....	241
Los ingredientes de la felicidad.....	242
El precio del poder es alto.....	243
Refúgiate en la oración.....	244
La caridad trae paz a quien la practica.....	247
No te enojas.....	247
Súplicas matutinas.....	248
El Corán: El Libro Sagrado y Bendito.....	250
No aspire a tener fama, pues sufrirás presiones y preocupaciones.....	252
La vida feliz.....	253
Debes superar las pruebas con paciencia.....	253
Adora a Allah sometiéndote a Su voluntad.....	254
De príncipe a carpintero.....	255
Mezclarse con personas cuya compañía es agobiante y aburrida arruina la paz interior.....	256
Para los que están agobiados por alguna calamidad.....	258
Los efectos positivos de tener una verdadera fe monoteísta en Allah.....	259
Cuida tu aspecto exterior tanto como tu interior.....	264
Obrad.....	267
Busca refugio en Allah .....	268
Confía en Él completamente.....	269
También debes alejarte y no creer en supersticiones y rumores.....	270
Deja en manos de Allah ﷻ las injusticias padecidas.....	271
Cosroes y la anciana.....	271
El musulmán tiene una misión y un mensaje que son más importantes que la venganza, el odio y el resentimiento.....	272

Unas pocas palabras sobre los insensatos.....	277
La fe en Allah ﷻ es el camino hacia la salvación.....	279
Aun los incrédulos están en distintos niveles.....	282
Voluntad de acero.....	283
La inclinación innata del ser humano hacia el Islam.....	284
Nada te turbe, pues lo que está escrito para ti llegará infaliblemente.....	286
Esfuézate para obtener buenos frutos y haz obras de bien.....	287
Tu vida está repleta de momentos valiosos.....	291
Realizar acciones nobles es el camino hacia la felicidad.....	296
El Conocimiento benéfico y el conocimiento inútil.....	297
Lee más, pero con reflexión y contemplación.....	299
Lleva un registro de tus acciones.....	300
Planifica tus asuntos y toma las precauciones debidas.....	301
Ganarse a las personas.....	302
Viaja por distintas tierras y aprecia los signos de Allah.....	304
Realiza oraciones voluntarias por la noche.....	305
Tu recompensa es el Paraíso.....	305
Ni siquiera toda la riqueza del mundo puede posponer la muerte.....	306
El amor verdadero.....	307
Nada te turbe, pues la Sharí'ah es fácil de practicar.....	308
Paz y tranquilidad.....	309
Ten cuidado con el amor hormonal y apasionado.....	310
Algunas curas para el amor febril y desenfrenado.....	312
Los derechos de la hermandad.....	313
El secreto de los pecados.....	313
Procura tu sustento mas no seas codicioso.....	314
No te preocupes porque tu sustento está garantizado.....	314



Una religión llena de beneficios.....	315
Aléjate de estas cuatro actitudes.....	317
Para encontrar la paz acude a tu Señor.....	318
Dos grandes frases de alivio.....	318
Algunos efectos positivos de atravesar dificultades.....	319
El conocimiento guía y da salud.....	320
La felicidad es un don divino.....	320
Ser recordado después de la muerte es como tener una segunda vida.....	320
Invoca a Allah ﷻ de la siguiente manera.....	321
Allah ﷻ jamás será injusto ni obrará mal.....	321
Escribe tu propia historia.....	322
Escucha con atención las palabras de Allah ﷻ.....	323
Todos buscan la felicidad, pero... ..	325
Dicha y desventura.....	327
¿Qué es vivir feliz?.....	329
Ahora bien, ¿qué es la felicidad?.....	331
A Él ascienden las buenas palabras.....	334
Las súplicas de los oprimidos.....	338
La importancia de tener un buen amigo.....	338
En el Islam la seguridad es un deber.....	339
El miedo es el enemigo de la seguridad.....	340
La gloria es pasajera.....	341
Realizar actos de bondad es la coronación de una vida feliz.....	343
No te demores cuando se trate de hacer buenas acciones.....	344
La lógica de las almas oprimidas y letárgicas es:.....	344
¡La eternidad y el Paraíso están allá, no aquí!.....	346
Los enemigos del Camino Divino.....	347
La realidad de esta vida.....	349

La Llave de la felicidad.....	351
¿Cómo vivían antes?.....	352
¿Qué dicen los sabios sobre la paciencia?.....	353
La importancia de tener una actitud positiva.....	355
El paciente alcanza las mejores metas.....	356
Nada te turbe, y recuerda que aunque disminuyan tus bienes o vivas humildemente tú eres valioso.....	358
El mundo de la lectura.....	359
Nada te turbe, y estudia las señales y los signos de Allah en la creación.....	359
El corazón no se ve desamparado excepto cuando desobedece a su Señor.....	364
¡Oh Allah! ¡Oh Allah!.....	365
Nada te turbe, pues todo cambia y los días pasan.....	367
Nada te turbe, y no le des placer a tu enemigo demostrando angustia.....	367
Seamos optimistas.....	369
Nada te turbe, y no desesperes.....	370
Los frutos que se cosechan por estar complacido.....	378
Estemos complacido con Allah ﷻ.....	378
La ira será para los disconformes.....	379
Los beneficios de estar complacido.....	379
No desafíes a tu Señor.....	381
Un decreto justo.....	381
La seguridad está en la complacencia.....	382
La insatisfacción abre la puerta hacia la duda.....	383
La satisfacción es riqueza y seguridad.....	383
El fruto de la conformidad es la gratitud.....	384
El fruto de la disconformidad es la incredulidad.....	384

La insatisfacción es una trampa del Demonio.....	385
La complacencia aleja los malos deseos.....	386
Perdonar los errores de nuestros hermanos.....	387
Allah protege a los que creen.....	390
Señales en el camino del buscador.....	392
Ser bendecido con honor también es una prueba.....	394
Los tesoros eternos.....	395
La voluntad puede superar barreras infranqueables.....	395
Leer para adquirir sabiduría.....	396
Toma precauciones.....	398
Verifica los hechos por ti mismo.....	398
Proponte hacer algo y luego hazlo.....	399
Adán ﷺ no era como ellos.....	399
No sólo por la vida en este mundo.....	399
Ocultarse del mal es una solución temporal mientras se espera que llegue el alivio.....	400
Recuerda que estás tratando con el Más Piadoso.....	402
Debes ser optimista.....	403
La vida es una lucha.....	403
Transitar por el camino moderado te salvará de la Destrucción.....	405
Se es juzgado por las características dominantes.....	406
El carácter innato.....	406
No basta con ser inteligente, también es necesaria la verdadera guía.....	407
Construye una base de guía y bondad para ti mismo y luego para los demás.....	408
Si tienes belleza interior, podrás discernir la belleza en el Universo.....	409

Alégrate que el alivio está próximo.....	411
Tú estás por encima de la envidia.....	411
El conocimiento es la clave de la serenidad y la Tranquilidad.....	413
El camino incorrecto para encarar las cosas.....	413
El más noble de los seres humanos.....	414
Un paso a la vez.....	415
Ya sea que poseas mucho o poco, aprende a ser agradecido....	416
Tres placas.....	417
Libérate de las preocupaciones y del miedo.....	418
Actos de caridad.....	419
La recreación y la relajación son recursos que deberíamos Aprovechar.....	421
Lo que muchos ignoran es que la religión llegó para darle prosperidad y felicidad a la gente.....	422
Contempla el Universo.....	425
Sigue un plan estudiado.....	426
No seas desordenado en tus asuntos.....	427
Eres valorado por tu fe y tu carácter.....	428
La dicha de los Compañeros del Profeta.....	430
La desdicha de los incrédulos.....	431
Seamos amables con las mujeres.....	432
Una sonrisa cada mañana.....	433
La obsesión de una revancha es veneno que fluye a través de un alma enferma.....	436
No adoptes la personalidad de otro.....	437
Espera el alivio de parte de Allah ﷻ.....	438
Realiza actividades que sean de tu agrado.....	439
La moderación.....	443

Evitemos ir a los extremos.....	444
¿Quiénes son los amigos de Allah?.....	445
Allah ﷻ es Sutil con Sus siervos.....	446
A aquel que abandona una cosa por Allah, Él lo recompensa dándole algo mejor.....	451
Cuando supliques, pídele a Allah .....	452
Momentos preciosos.....	453
El Designio Divino.....	455
La muerte.....	456
El alivio inesperado.....	459
Allah ﷻ concede milagros a Sus amigos.....	460
Allah ﷻ es Quien mejor dispone de nuestros asuntos.....	461
Todo lo que hay en el Universo glorifica y alaba a Allah .....	462
Busca estar complacido con Allah ﷻ.....	466
Un llamado desde el Valle de las Palmeras.....	472
La primera generación de musulmanes.....	472
Se debe estar complacido aun después de una Calamidad.....	474
Seamos resueltos a la hora de tomar decisiones.....	475
El creyente es firme y resuelto.....	479
Seamos consecuentes con las palabras.....	481
El descanso completo y la tranquilidad total están en el Paraíso.....	482
Ser apacible ayuda a alcanzar las metas.....	484
La preocupación no te ayudará.....	486
La tranquilidad se logra cuando las necesidades básicas de la vida están satisfechas.....	487
Prepárate para la peor de las situaciones.....	488

Tus asuntos estarán bien si tienes salud y suficiente	
Comida.....	489
Apaga el fuego de la enemistad antes de que	
se propague.....	491
No menosprecies los esfuerzos de otra persona.....	492
Trata a los demás como te gusta que te traten.....	495
Sé justo.....	496
Evita ser artificial.....	496
Si realmente no puedes hacer algo, déjalo.....	497
No seas caótico en tu vida.....	498
Conclusión.....	500
Simbología.....	503
Transliteración.....	504

## Prólogo del Autor

Alabado sea Allah (Dios) ﷻ y que la paz y las bendiciones sean para Muhammad ﷺ, su familia y sus compañeros. Es mi sincero deseo que los lectores se beneficien con la lectura de este libro. Quizás usted - luego de hojearlo superficialmente - pueda juzgar este libro de antemano, pero sería mejor que la lógica y los preceptos tomados de la revelación arbitren ese juicio. Además, tenga en cuenta que es injusto juzgar una obra antes de haberla leído o al menos antes de haber oído de qué trata. Por esa razón, le ofrezco una sinopsis del presente libro.

Escribí este libro para toda persona que esté atravesando momentos de dolor y angustia o que se haya visto afectada por circunstancias difíciles que provocan tristeza y noches de insomnio. Para confortarlos, he llenado las páginas de este libro con fragmentos tomados de diversas fuentes - el Corán y la Tradición Profética (Sunnah), algunos poemas, anécdotas conmovedoras, parábolas e historias de la vida real.

Este libro propone: Gocen y sean felices, manténgase positivos y en paz. También dice: Vivan la vida -como debe ser vivida-, plena, feliz y productivamente. Este libro diagnostica aquellos errores que cometemos y que van en contra de la lógica intrínseca - la que, como seres humanos, hemos recibido a manera de don -, ya sea que esos errores estén en nuestro pensamiento o en nuestras conductas.

Este libro exhorta al lector a abandonar los comportamientos que estén en conflicto con las realidades de la vida y con lo que Allah ﷻ ha predestinado. No se trata de un llamado hacia afuera, sino hacia adentro, hacia lo que su alma ya conoce; usted debe confiar en sus capacidades y desarrollarlas, debe olvidar las dificultades y vicisitudes de la vida, a la vez que se concentra en

lo positivo y en el buen destino que se alcanza con una actitud optimista.

Quiero aclarar algunos puntos importantes relacionados con el libro:

1. Los temas en los que este libro hace mayor hincapié son: La misericordia y el perdón de Allah, la confianza plena en Él, la fe en el designio divino y la predestinación, la importancia de vivir el presente sin temor por lo que vendrá en el futuro y los incontables favores de Allah.

2. Este libro con sus ideas y remedios, pretende ser una ayuda para eliminar las preocupaciones, la tristeza, la angustia, el sentimiento de fracaso y la desesperanza.

3. Todo lo que consideré pertinente al tema de este libro lo obtuve de las siguientes fuentes:

Versículos del Corán, dichos del Profeta ﷺ, relatos, parábolas, algunos poemas y las palabras de los sabios. No se trata de un mero sermón, un ejercicio mental aislado o una ideología política. Por el contrario, este libro es una invitación sincera a la felicidad.

4. Este libro no es sólo para musulmanes, sino que es adecuado para todos los lectores. Al escribirlo, consideré sentimientos y emociones comunes a todos. No obstante, me basé en la última religión que Allah reveló a la humanidad.

5. Encontraré en este libro varios dichos de escritores y filósofos orientales y occidentales. Creo que no debo ser culpado por ello, ya que la sabiduría es la meta de todo creyente; dondequiera que éste la encuentre, es merecedor de la misma.

6. No incluí notas al pie para lograr que la lectura sea más fluida y transcurra sin interrupciones. La fuente de una cita se menciona dentro del texto mismo del libro.



7. Al igual que muchos de los escritores islámicos que me precedieron, no mencioné números de tomos o páginas de las fuentes, considerando que es lo más beneficioso para este libro en particular. En algunas ocasiones cité directamente un pasaje y en otras, resumí la idea principal.

8. No organicé este libro por capítulos sino que incluí un contenido variado, insertando temas que a veces no tienen relación directa con los anteriores o posteriores. Pasé rápidamente de un tema a otro, regresando a veces a un tópico anterior para hacer más placentera la lectura.

9. No mencioné las fuentes de los dichos del Profeta ﷺ. Si un Hadíz es débil, lo señalé. Si es auténtico o aceptable, lo indiqué o directamente omití el comentario. Todo esto para lograr una mayor concisión.

10. El lector notará que algunos significados y temas se repiten a lo largo del libro. Esto lo realicé intencionalmente de tal manera que un significado en particular pueda fijarse en la mente del lector a través de la repetición. Todo aquel que haya apreciado los temas recurrentes que aparecen en el Sagrado Corán apreciará los beneficios de seguir esta metodología.

Éstos son diez puntos a tener en cuenta a la hora de leer este libro. Sin embargo, espero que usted sea justo en su juicio y se incline por el conocimiento verdadero y correcto. Por último, este libro no fue escrito para un grupo específico de personas, sino que está dirigido a todo aquel que desee vivir una vida feliz.

'Â'id Al-Qarni  
1415 H. - 1995 dC.

## Prólogo de la Traductora

Todas las alabanzas sean para Allah, el Altísimo. Que las bendiciones y la paz de Allah desciendan sobre Muhammad, su familia, y sus Compañeros.

En *Nada te turbe*, el Sheij 'Â'id Al-Qarni ofrece un enfoque práctico no solamente para tratar los distintos tipos de dificultades y problemas que enfrentamos en la vida, sino también para superarlos. Su propósito es captar la atención del lector desde el principio del libro, dando respuestas a las dudas que nos aquejan cuando nos vemos afectados por las dificultades o la depresión. Debido a que el Sheij 'Â'id escribe desde una perspectiva islámica, con sus consejos tomados de fuentes infalibles - el Corán y la Sunnah - va más allá que otros libros sobre este tema, puesto que estos últimos en su mayoría están llenos de perogrulladas y retórica y carecen de consejos firmes y prácticos.

Sin embargo, el Sheij 'Â'id hace algo que algunos musulmanes pueden objetar: En algunas ocasiones cita filósofos orientales y occidentales. Es posible que digan que confiar en lo que tales autores han dicho va en contra de lo que debería hacer un escritor musulmán, dada la gran cantidad de conocimiento que puede encontrarse en libros escritos y compilados por estudiosos musulmanes. Pero, el Sheij 'Â'id cita a no musulmanes cuando lo que éstos dicen es relevante al tema central y no contradice la verdad. Además, no se basa en esas citas para establecer reglas o principios sino que las utiliza para darle más color y variedad al libro. La sabiduría es la meta de todo creyente; dondequiera que la encuentre, es merecedor de ella.

Este libro le ofrece al lector un enfoque islámico sobre cómo debe enfrentar las pruebas y las dificultades de la vida. Debido a que el cambio es un proceso gradual y doloroso, les aconsejo que no lean este libro de una sola vez tratando de absorber todo en

una lectura rápida. Deben tomarlo en pequeñas dosis, dándose el tiempo suficiente para reflexionar en la sabiduría aparentemente simple pero profunda que encontrará en esta obra. Hoy en día, cuando somos tantos los que sufrimos las calamidades descritas en este libro - depresión, angustia, desazón espiritual - es muy sensato de nuestra parte leer *Nada te turbe*.

### **Mi metodología a la hora de traducir *Nada te turbe***

Este libro está dirigido tanto al lector árabe como al no árabe; sin embargo, haciendo justicia al lector de habla hispana, no realicé una traducción literal. De haberlo hecho, habría socavado la intención del autor, quien escribió en un estilo que es elegante y agraciado en árabe. A continuación les ofrezco en detalle cómo traduje esta obra:

1. Poesía: Traduje aproximadamente una cuarta parte de los poemas que aparecen en la versión original del libro. Traduje aquellos versos que pude entender perfectamente, y que sentí que tendrían un efecto positivo en el lector. Los versos traducidos quizás no se acerquen a sus rimas originales, e incluso algunos de ellos hasta han perdido las connotaciones que se encuentran en las palabras en árabe. No obstante, decidí incluirlos debido a que sus significados contienen una interesante sabiduría.
2. El estilo del autor, al igual que el estilo de la gran mayoría de los buenos escritores árabes, es muy descriptivo y muy adornado: Utiliza muchos adjetivos para dar un solo significado. Como este estilo no es tan efectivo en español, tuve que recortar, destacar y resumir para lograr una mejor concisión. Y cada vez que lo hice, tuve en mente los intereses del lector hispano parlante y traté de simplificar y resumir las oraciones y los párrafos sin sacrificar los matices del significado.

3. Términos islámicos: Traduje algunos términos islámicos que otros traductores suelen transliterar. La transliteración hace que el lector deba detenerse para entender el significado de una palabra. A diferencia de un ensayo especializado que trate sobre un tema erudito y que su lectura sea dificultosa, el lector de *Nada te turbe* podrá leerlo con rapidez, sin tener que detenerse para considerar los vocablos difíciles, y será capaz de relacionar una idea con otra sin interrupciones. Sin embargo, si el libro tratara sobre jurisprudencia islámica, en la cual los significados de los términos tienen una mayor importancia, los mismos deberían ser transliterados para preservar así su significado original.

4. El libro contiene muchas repeticiones; el autor mismo lo menciona en su introducción. En ciertas ocasiones, cuando lo consideré importante para la fluidez del libro, omití algunas repeticiones. Sin embargo, en la mayoría de los casos, traté de remediar el problema expresando la idea que se repetía de una manera distinta, cambiando las palabras y el estilo.

5. Si bien el autor no lo hizo, yo mencioné el número de capítulo y versículo de los textos coránicos.

6. El autor cita muchos escritores no árabes que en su mayoría son filósofos o pensadores ingleses. Dado que las citas están en árabe, y debido a la dificultad que implica encontrar sus originales en inglés, me pareció suficiente traducirlas al español, por lo que no son las palabras exactas de los autores mencionados.

Que Allah ﷻ nos guíe por el Camino Correcto, nos salve del Fuego del Infierno y nos permita por Su Misericordia ingresar al Paraíso.

**Lic. Sabina Mariam Rigoni**

## Nota del Editor

Que todas las alabanzas sean para Allah, el Exaltado. Que las bendiciones y la paz de Allah descendan sobre Muhammad, su familia y sus Compañeros.

Como editor de libros islámicos, recibo una enorme cantidad de libros que mucha gente cree que deben ser traducidos y publicados. El proceso de selección es una responsabilidad que un editor no puede tomarse a la ligera, puesto que serán los libros por medio de los cuales los musulmanes hispanohablantes adquirirán nociones importantes para el aprendizaje de su religión. Elegir entre tanta cantidad no es tarea fácil, ya que aún existe un gran número de excelentes libros islámicos por traducir al español.

Sin embargo, optar por *Nada te turbe* fue fácil, no sólo porque su tema principal es muy relevante para nuestros tiempos, sino también porque el autor lo trata de una manera muy efectiva. El Sheij 'Â'id Al-Qarni hace un análisis de los problemas que sufren los musulmanes y los no musulmanes desde una perspectiva islámica y brinda algunas soluciones al respecto. Actualmente hay en circulación una gran cantidad de programas y libros de autoayuda que intentan tratar cómo superar la depresión o cómo sobreponerse a los problemas y a las dificultades, o incluso cómo lograr la felicidad. Sin embargo, esas propuestas no son más que débiles intentos, digo 'débiles' porque no llegan al corazón del asunto: La fe en Allah (Dios). Las ideas expuestas en este libro siguen la premisa que la fe en Allah ﷻ es necesaria para resolver cualquier problema. No obstante, *Nada te turbe* no es una obra dirigida solamente a los musulmanes, sino que cualquier persona que decida leerlo con cierto grado de apertura mental apreciará las ideas y pensamientos del autor. Sus ideas están basadas firme-

*Nada te turbe*

mente en los textos revelados y sus pensamientos son sabios y penetrantes.

IIPH, con un calificado equipo de traductores, ofrece constantemente libros de calidad para sus lectores de habla hispana. Es mi sincero deseo que usted, estimado lector, se beneficie con este libro y que Allah ﷻ recompense a su autor y a todos los que colaboraron en su realización. Que la paz y las bendiciones de Allah descendan sobre nuestro Profeta Muhammad ﷺ, su familia, sus compañeros y todos los siervos devotos.

**Muhammad Abdul Muhsin Al Tuwajri**  
International Islamic Publishing House  
Riyadh, Arabia Saudita

## ¡Oh Allah!

«Todos los que habitan en los cielos y en la Tierra Le imploran, y Él está siempre atendiendo los asuntos de Su creación.» (Corán 55:29)

Cuando la tormenta es violenta y el mar turbulento, los ocupantes del barco exclaman: “¡Oh Allah!”

Cuando el camellero y la caravana se pierden en el desierto, exclaman: “¡Oh Allah!”

Cuando sucede un desastre y llegan las calamidades, los afligidos exclaman: “¡Oh Allah!”

Cuando las puertas se les cierran a aquellos que buscan entrar y aparecen barreras delante de los necesitados, todos ellos exclaman: “¡Oh Allah!”

Cuando todos los planes fracasan, cuando se pierde la esperanza y el camino se torna estrecho, se oye: “¡Oh Allah!”

Cuando la tierra, ancha y vasta como es, se estrecha provocando opresión en tu alma, exclama: “¡Oh Allah!”

Que asciendan a Allah ﷻ todas las buenas palabras, las súplicas sinceras, las lágrimas de los inocentes y las invocaciones de los angustiados. Que se extiendan hacia Él las manos y las miradas en tiempos de dificultad e infortunio. Que la voz invoque, entone y mencione Su nombre. Que el corazón encuentre paz y el alma descanso; que los nervios se relajen y el intelecto se despierte.

Todo esto se logra cuando recordamos a Allah ﷻ. ¡Glorificado sea Allah, el Altísimo! ¡Cuán perfecto eres, oh Exaltado!

«Allah es Sutil y benévolo con Sus siervos» (Corán 42:19)

## **Allah**

El más bello de los nombres, la combinación de letras más perfecta y la palabra más preciosa de todas.

«¿Conoces a alguien similar a Él?» (Corán 19:65)

## **Allah**

En Él se piensa cuando la riqueza, la fuerza, la gloria y la sabiduría absoluta vienen a la mente.

«¿Quién es el soberano hoy? [el día del Juicio Final] Sólo Allah, Único, Victorioso.» (Corán 40:16)

## **Allah**

En Él se piensa cuando el cariño, el cuidado, el alivio, el afecto y la piedad vienen a la mente.

«Todas las gracias que os alcanzan provienen de Allah.» (Corán 16:53)

¡Oh Allah! Poseedor de Majestad, Magnificencia y Poder, permite que el bienestar se apodere de las penas, que la felicidad llegue luego de la tristeza y que la seguridad venza al miedo.

¡Oh Allah! Alivia los corazones lastimados con el bálsamo de la fe.

¡Oh nuestro Señor! Agracia con la paz del descanso a quienes no la poseen y con la serenidad a las almas alteradas.

¡Oh nuestro Señor! Lleva a los confundidos hacia Tu luz y a aquellos que están perdidos hacia Tu guía.

¡Oh Allah! Quita la maldad de nuestros corazones y reemplázala con luz, destruye la falsedad con la verdad y aplasta las intrigas del Demonio con Tu ejército de ángeles.

¡Oh Allah! Quítanos la tristeza, la angustia y la ansiedad.



Nos refugiamos sólo en Ti, no dependemos de nadie más que Ti, nos encomendamos sólo a Ti y no invocamos a nadie más que a Ti. Tú eres el Señor Supremo y el mejor Protector.

## **Contempla y agradece**

Recuerda los favores que Allah te ha concedido y cómo te circundan en todas las direcciones.

«Sabed que si intentarais contar las gracias de Allah no podríais enumerarlas» (Corán 14:34)

La salud, la seguridad, el alimento, la vestimenta, el aire y el agua son bendiciones que Allah te ha concedido en esta vida mundanal pero no lo adviertes. Posees todo lo que esta tierra tiene para ofrecer, pero aún así lo ignoras.

«...y os colmó de Sus gracias, las cuales podéis apreciar algunas y otras no» (Corán 31:20)

## **Posees ojos, boca, labios, manos y piernas**

«¿Cuál de las gracias de vuestro Señor negaréis?» (Corán 55:13)

¿Puedes imaginarte caminando sin pies? ¿Te parece insignificante acaso el hecho de poder dormir profundamente cuando las aflicciones impiden que muchos concilien el sueño? ¿Has olvidado que te satisfaces con platos suculentos y agua fresca mientras que el placer de la buena comida y bebida es algo imposible para algunos, dado que están enfermos o desvalidos? Piensa en las facultades de la vista y del oído con que fuiste bendecido. Mira tu piel lozana y agradece no padecer enfermedades que la ataquen. Reflexiona sobre el poder de la razón y recuerda a aquellos que sufren alteraciones mentales.

¿Venderías tus facultades de la vista y del oído por el peso en oro de una montaña, o tu capacidad de caminar por enormes casti-

llos? Has recibido abundantes favores y aún así simulas ignorarlo. A pesar de que puedes tener pan caliente en tu mesa, agua fresca, un sueño plácido o buena salud, sigues estando abatido y deprimido. Piensas en lo que no posees y no agradeces lo que se te ha brindado. Te ves afligido por una pérdida material aunque tienes la llave hacia la felicidad y muchas bendiciones. Es necesario que reflexiones y agradezcas.

«Y también en vosotros mismos [hay un milagro]. ¿Acaso no reflexionáis?» (Corán 51:21)

Piensa en ti, en tu familia, en tus amigos y en todo el mundo que te rodea.

«Saben que las gracias provienen de Allah pero las niegan» (Corán 16:83)

## **El pasado se fue para siempre**

Recordar con tristeza el pasado y sus tragedias es una forma de demencia, es decir una especie de padecimiento que destruye la capacidad de vivir el presente. Aquellos que tienen un propósito firme archivaron y olvidaron los sucesos del pasado, los cuales jamás verán nuevamente la luz debido a que ocupan un lugar muy oscuro en los confines de la mente. Los hechos del pasado ya finalizaron y la tristeza no puede recuperarlos. La melancolía no puede componer las cosas, ni la depresión puede revivir al pasado. Esto es así porque el pasado ya no existe.

No vivas en las pesadillas de tiempos pasados ni a la sombra de lo que se ha perdido. Protégete de la aparición fantasmal del pasado. ¿Te parece que el sol puede retornar al lugar de donde sale todas las mañanas o un bebé volver al vientre de su madre o la leche a la ubre o las lágrimas a los ojos? Si vives en el pasado y lo recuerdas incesantemente, no podrás salir de un estado mental trágico y espantoso.

Darle demasiada importancia al pasado es una pérdida del presente. Allah ﷻ menciona en el Corán pueblos antiguos:

﴿Aquella nación pereció y recibió lo que había merecido﴾ (Corán 2:134)

Los días del pasado ya se terminaron y se fueron, y no se gana nada con realizarles una ‘autopsia’ transitando caminos ya recorridos.

Aquel que vive en el pasado es como alguien que trata de aserrar el aserrín. Solía decirse cuando alguien se refería a los tiempos pasados: “No saquéis a los muertos de sus tumbas”.

La causa de este mal es que somos incapaces de manejar el presente. Dejamos de lado nuestros hermosos castillos para lamentarnos por edificios derruidos. Si los hombres se unieran para hacer que el pasado regresara, seguramente no lo lograrían. En este mundo, todo marcha hacia delante con el fin de prepararse para una nueva época, y tú también deberías hacerlo.

## **El presente es todo lo que posees**

Cuando te despiertes en las mañanas, no lo hagas esperando alcanzar la noche, sino que vive como si el presente fuese todo lo que tienes. El ayer ya se fue, con todo lo bueno y lo malo, mientras que el mañana aún no ha llegado. Vive tu vida como si durara sólo un día, haz de cuenta que naces en la mañana y mueres al caer la noche. Con esta actitud, podrás evitar obsesionarte con el pasado y sus lamentaciones y las esperanzas acerca del futuro y sus incertidumbres. Vive hoy, durante el día debes orar con un corazón despierto, recitar el Corán reflexionando sus significados y recordar a Allah con sinceridad. Durante el día debes ser equilibrado en tus asuntos, estar satis-

fecho con la porción que te toca y preocuparte por tu apariencia y tu salud.

Organiza las horas del día de tal manera que los minutos sean años y los segundos meses. Busca el perdón de tu Señor, recuérdalo, prepárate para la partida final de este mundo y vive el presente con felicidad y paz. Sé agradecido de tu sustento, tu cónyuge, tus hijos, tu trabajo, tu casa y de tu lugar en ésta vida.

﴿Aférrate a lo que te he revelado y sé de los agradecidos﴾ (Corán 7:144)

### **Vive el presente sin penas, molestias, ira, celos ni malicia**

Graba la siguiente frase en tu corazón: 'Éste es mi único día'. Si hoy comiste pan caliente y sabroso, ¿qué importan entonces el pan duro de ayer y el que vendrá mañana?

Si eres honesto contigo mismo y tienes firmeza y determinación sin duda lograrás convencerte de lo siguiente: 'Hoy es mi último día para vivir'. Cuando logres tener esta actitud, aprovecharás cada momento de tu día desarrollando tu personalidad, desplegando tus habilidades y purificando tus obras.

Luego di lo siguiente:

'Hoy seré cuidadoso con mis palabras y no diré nada malo ni ninguna obscenidad. Tampoco diré calumnias'.

'Hoy organizaré mi casa y mi oficina. No estarán desordenadas ni caóticas, sino organizadas y prolijas'.

'Hoy prestaré mucha atención a mi aseo personal y mi apariencia. Seré minucioso en mi prolijidad y equilibrado en mi forma de caminar, hablar y actuar'.

‘Hoy haré todo lo posible por ser obediente a mi Señor: oraré de la mejor manera, realizaré más actos voluntarios de adoración, recitaré el Corán y leeré libros que sean beneficiosos para mí. Implantaré el bien en mi corazón y extraeré las raíces del mal, como el orgullo, los celos y la hipocresía’.

‘Hoy trataré de ayudar a los demás: visitaré a los enfermos, asistiré a un funeral, guiaré al que esté perdido y le daré de comer al hambriento. Me pondré a la par de los oprimidos y los débiles. Honraré al sabio, seré dulce con los niños y respetuoso con los ancianos’.

‘¡Oh pasado que has partido y ya no estás, no lloraré más por ti! No me verás recordarte ni siquiera un momento, porque te has alejado de mí para nunca jamás regresar’.

‘¡Oh futuro, estás en el reino de lo desconocido, por eso no me obsesionaré con tus sueños! No me preocuparé por lo que está por llegar ya que el mañana no es nada y aún no ha sido creado’.

‘Hoy es mi único día’ es una de las frases más importantes en el diccionario de la felicidad, para aquellos que deseen vivir la vida en su máximo brillo y esplendor.

## **Deja que el futuro llegue por sí solo**

﴿La decisión de Allah pronto llegará [el Día del Juicio]; no pretendáis adelantarla﴾ (Corán 16:1)

No te apresures ni te precipites por aquellas cosas que aún no suceden. ¿Acaso crees que es conveniente recoger las frutas antes de que maduren? El mañana no existe, no tiene realidad hoy. Entonces, ¿por qué preocuparse por él? ¿Por qué afligirse por desastres futuros? ¿por qué ocupar nuestro tiempo con ideas futuras, especialmente cuando ni siquiera sabemos si veremos el mañana?

Lo importante a saber es que el mañana es parte del mundo de lo desconocido, un puente que no podemos cruzar hasta que llega el momento de hacerlo. Quién sabe, quizás nunca lleguemos a ese puente, quizás caiga antes de que lo alcancemos, o tal vez lleguemos a él y lo crucemos con seguridad.

En nuestra religión no está bien visto preocuparse en demasía por el futuro ya que lleva al desasosiego. Ésta es una actitud que el buen creyente debe evitar. Muchas personas tienen un miedo excesivo a ser pobres, tener hambre, estar enfermos o sufrir alguna desgracia en el futuro. Esta manera de pensar está inspirada por el Demonio y por lo tanto debemos evitarla.

﴿Satanás os atemoriza con la pobreza y os ordena la inmoralidad; y Allah os promete Su perdón y Su generosidad﴾ (Corán 2:268)

Son muchos los que lloran porque creen que tendrán hambre mañana o que caerán enfermos en un mes o que se acabará el mundo en un año. ¿Acaso quien no tiene idea de cuándo morirá debe preocuparse con estos pensamientos?

Al estar ocupado con la lucha del día a día, dejarás el mañana para cuando llegue. Ten cuidado de no apegarte demasiado a las perspectivas futuras de este mundo.

## **Cómo enfrentar las críticas crueles**

Si Allah, Creador y Proveedor de todo lo que existe, fue maldecido por quienes son ignorantes, qué tratamiento podemos esperar que se nos dé cuando somos personas imperfectas llenas de faltas. Siempre tendrás que enfrentar críticas, las cuales en su embestida son como una guerra. Mientras brilles, des, produzcas y causes cierto efecto en los demás, la condena y las críticas abundarán sobre tu vida. No dejarán de censurarte o de encontrar defectos en tu carácter a tal punto que sentirás la nece-

sidad de esconderte en un túnel bajo tierra o trepar por una escalera al cielo. Por esa razón, mientras seas parte de este mundo, seguramente te lastimarán, te insultarán y criticarán.

Y consecuentemente, hay algo que debes considerar: una persona que está sentada en el suelo no se cae y nadie patea un perro muerto. Por lo tanto, la ira que ellos tienen hacia ti, puede atribuirse a que tú los sobrepasas en rectitud, conocimiento, buenos modales o riqueza. A sus ojos, tú eres un trasgresor cuyos errores no pueden ser compensados, a menos que abandones tu talento y dejes a un lado tus cualidades dignas de elogio, de tal manera que para ellos te vuelvas estúpido, sin valor e inocuo. Este resultado es exactamente lo que quieren de ti.

Por eso debes permanecer firme y tener paciencia a la hora de enfrentar las críticas y los insultos. Si sus palabras te lastiman e influyen, habrás cumplido con las expectativas que ellos tenían. Por el contrario, olvídalas y muéstrales lo mejor de tus modales. Pega la vuelta y no te alteres por su manera de actuar. Estarás aumentando tu valor y mérito al no aprobar sus actitudes.

Ciertamente no podrás callarlos, pero podrás enterrar sus críticas al darles la espalda y desechar lo que dicen.

﴿Di: Morid con vuestro odio﴾ (Corán 3:119)

De hecho, se enfurecerán aun más si aumentas tus méritos y desarrollas tus talentos.

Si deseas ser aceptado y amado por todos estás deseando algo imposible.

## **No esperes gratitud de nadie**

Allah ﷻ creó a Sus siervos para que puedan adorarle y recordarle, y les dio sustento para que muestren gratitud hacia Él. No obstante, muchos han adorado y mostrado agradecimiento a

otros, porque la ingratitud se ha extendido entre los seres humanos. No te desanimes cuando veas que los demás olvidan tus favores o ignoran tus actos de buena voluntad. Hay personas que incluso pueden llegar a despreciarte y enemistarse contigo por la única razón de haberles tratado con amabilidad.

﴿Y a pesar de que Allah y Su Mensajero les agraciaron rechazaron el Mensaje﴾ (Corán 9:74)

De las páginas de la historia, que se repiten constantemente, encontramos el relato de un padre y su hijo. El hombre crió, alimentó, vistió y educó a su retoño; se quedaba despierto por las noches para que su hijo pudiera dormir, sufría hambre para que su hijo pudiera comer y trabajaba arduamente para que su hijo pudiera vivir con comodidad. Y cuando el hijo creció y se volvió fuerte, trató a su padre con desobediencia, desdén y sin respeto.

Permanece en paz si recibes ingratitud a cambio del bien que has hecho. Alégrate al saber que serás recompensando por Aquel que posee tesoros ilimitados a Su disposición.

Esto no significa que debes dejar de realizar actos de buena voluntad hacia los demás, sino que debes estar preparado mentalmente para recibir ingratitud.

Realiza actos de caridad buscando complacer a Allah porque con esta actitud seguramente alcanzarás el éxito. El ingrato no puede causarte ningún daño; Allah ﷻ conoce bien al trasgresor y al buen siervo. Además, recuerda que la mano que da es mejor que la mano que recibe.

﴿Os damos de comer sólo porque anhelamos [contemplar] el rostro de Allah [y Su complacencia]. No queremos de vosotros retribución alguna ni agradecimiento﴾ (Corán 76:9)



Muchas personas se asombran al ver la ingratitud de los demás, como si nunca hubieran leído este versículo coránico u otros similares:

﴿Se comporta olvidándose que Nos había invocado. Así hemos dejado que los transgresores vean sus malas obras como buenas﴾  
(Corán 10:12)

Por lo tanto, no debes alterarte si regalas un lápiz a alguien y éste lo utiliza para satirizarte, o si le das un bastón para que se sostenga, mas lo usa para golpearte. Como señalé anteriormente, la mayoría de los seres humanos son ingratos con su Señor, entonces ¿qué tratamiento debemos esperar para ti o para mi?

## **Hacer el bien a los demás reconforta el corazón**

La primera persona que se beneficia de un acto de caridad es el benefactor mismo, debido a que aprecia cambios en su interior y en sus modales, encontrando paz y viendo la sonrisa en el rostro de quien la recibe.

Si te encuentras bajo presión o atravesando dificultades muestra amabilidad hacia los demás que serás el primero en encontrar alivio y consuelo. Por lo tanto, da a los necesitados, defiende a los oprimidos, ayuda a los que están en problemas y visita a los enfermos. Verás que la felicidad comienza a llegar desde todas direcciones.

Un acto de caridad es como el perfume que beneficia al que lo usa, al vendedor y al comprador. Además, los beneficios psicológicos que uno recibe al ayudar a los demás son por demás grandiosos. Si sufres de depresión, un acto de caridad será mucho más efectivo para ti que tomar la mejor de las medicinas.

Incluso al sonreír a los demás, estás dando caridad. El Profeta Muhammad ﷺ dijo:

“No desprecies ningún acto de bondad pensando que es insignificante, aun si (dicho acto) consiste en saludar a tu hermano con una sonrisa (pues ello es un acto de mucho valor en la escala de las buenas acciones)”.

Por otro lado, si frunces el ceño al saludar a los demás, estarás mostrando una señal de enemistad que es un acto en detrimento de la hermandad y que sólo Allah ﷻ conoce el pleno alcance de sus efectos malignos.

El Profeta ﷺ nos relató que en una ocasión una ramera dio de beber agua con su mano a un perro sediento, y que por esa acción fue recompensada con el Paraíso, el cual es tan vasto como los cielos y la tierra. Esto se debe a que Allah es el único que recompensa y que perdona, el Opulento y el Digno de Alabanza.

‘Oh tú que estás amenazado por la tristeza, el miedo y la angustia, esfuérzate por mejorar la calidad de vida de los demás. Ayuda a otros de distintas maneras: a través de la caridad, la hospitalidad, la simpatía y el apoyo. Al hacerlo, encontrarás toda la felicidad que deseas’.

«Y cuando hagas una obra de bien, no la hagas esperando la retribución de los hombres sino anhelando el rostro de su Señor el Altísimo [y Su complacencia], y por cierto que se complacerá [con lo que le aguarda en el Paraíso].» (Corán 92:19-21)

## **Combate al aburrimiento con trabajo**

Aquellos que no tienen nada que hacer son los que pasan gran parte de su tiempo haciendo correr rumores y falsedades, principalmente porque sus mentes están privadas de buenos pensamientos.

«Allah bloqueó sus corazones y no pueden discernir.» (Corán 9:87)

Cuando te encuentres inactivo, prepárate para la depresión y la desesperanza porque la inactividad permite que tu mente divague por el pasado, el presente y el futuro, con todas sus dificultades. Por lo tanto, te recomiendo sinceramente que realices actos fructíferos en lugar de permanecer ocioso ya que la ociosidad es una forma lenta y encubierta de suicidio.

La ociosidad es como la tortura que se aplicaba a algunos prisioneros en China: se los ubicaba bajo un grifo, por medio del cual cae una gota por minuto. En el lapso de espera entre una gota y otra, muchos de ellos perdían la cordura.

Estar inactivo significa no atender las obligaciones. La ociosidad es un ladrón experto y su víctima es la mente.

Por lo tanto, levántate ahora mismo y eleva una plegaria o lee un libro; alaba a tu Señor, estudia, organiza tu biblioteca, arregla algo en tu casa o haz algo benéfico para los demás y así lograrás ponerle fin a tu inactividad.

Destruye el aburrimiento por medio del trabajo. Al aplicar este simple precepto, habrás recorrido al menos la mitad del camino hacia la felicidad. Mira a los granjeros, los carpinteros y al panadero, y observa cómo mientras trabajan, entonan palabras tan melodiosas como el canto de las aves porque están contentos. Luego obsérvate a ti mismo y ve cómo das vueltas en la cama, secando tus lágrimas, torturándote y lamentándote constantemente.

## **No imites a los demás**

No te transformes en alguien que no eres. No imites a los demás. Son muchos quienes olvidan sus propias voces, movimientos, idiosincrasias, talentos y hábitos para copiar en su forma de ser a

los demás. Algunas de las consecuencias de ese comportamiento son la artificialidad, la infelicidad y la destrucción de la propia identidad.

Desde Adán hasta el último niño que ha nacido, no existen dos personas que sean exactamente iguales en su aspecto. ¿Por qué deberían ser iguales en sus modales y gustos?

Eres único, nadie ha sido como tú en el pasado y ni lo será en el futuro. Eres totalmente distinto de Juan y 'Umar, por ello, no debes forzarte a imitar ni a seguir a los demás.

Avanza según tu propia naturaleza y disposición, busca siempre ser tu mismo.

﴿Y supo la gente cual era su abrevadero﴾ (Corán 2:60)

﴿Todos tienen una dirección a la cual dirigirse. ¡Apresuraos a realizar obras de bien!﴾ (Corán 2:148)

Como fuiste creado vive y no cambies tu voz ni modifiques tu manera de caminar. Cultiva tu personalidad, siguiendo lo que se encuentra escrito en las revelaciones pero no desperdices tu existencia imitando a los demás, ni privándote de tu individualidad.

Tus gustos y tus preferencias son exclusivamente tuyos y queremos que sigas siendo tal como eres, especialmente porque es así como fuiste creado y así te conocimos. El Profeta ﷺ dijo:

“Que ninguno de vosotros imite a los demás”.

Por lo que se refiere a las características, las personas son como el mundo de los árboles y las plantas: dulces y amargas, altas y bajas, y así sucesivamente. Su belleza y su valor pueden apreciarse si conservan su estado natural. Nuestra variedad de colores, idiomas, talentos y habilidades son signos de nuestro Creador, por lo que no debemos descreer de ello.

## El Designio Divino y la Predestinación

«No sucede ninguna desgracia en la Tierra ni os azota a vosotros mismos adversidad alguna sin que esté registrada en un libro [la Tabla Protegida] antes de que acaezca.» (Corán 57:22)

La pluma se ha secado, las páginas han sido elevadas. Todos los hechos que ocurrirán ya han sido escritos.

«No nos acontece más que lo que Allah designó para nosotros» (Corán 9:51)

Todo lo que te haya sucedido no debía escapar de ti, y todo lo que haya escapado de ti no debía sucederte. Si en tu corazón se grabara firmemente esta sincera creencia, todas las dificultades se convertirían en placer y comodidad. El Profeta ﷺ dijo:

“El bien alcanzará a aquel para el que Allah se lo ha designado”.

Por esta razón, no te aflijas demasiado si te ves afectado por enfermedades o la muerte de algún ser querido o la pérdida de tus riquezas. Allah ﷻ ha designado que eso suceda y las decisiones son sólo Suyas. Cuando tenemos verdadera fe en lo que Allah ha designado para nosotros, somos bien recompensados y nuestros pecados son perdonados.

A aquellos que padecen desgracias les esperan buenas noticias: ‘Ten paciencia y sé feliz con tu Señor’.

«Él no es interrogado por lo que hace, a diferencia de Sus siervos que sí serán interrogados [pues deberán responder por todas sus obras el Día del Juicio]» (Corán 21:23)

Nunca te sentirás en total tranquilidad si no crees firmemente que Allah ﷻ ya ha predestinado todos los asuntos. La pluma se ha secado y con ella se ha escrito todo lo que te sucederá. Por lo tanto, no sientas remordimiento por aquellas cosas que están fuera de tu alcance. No pienses que podrías haber evitado que el

muro se derrumbe, el agua fluya o el viento sople o el vidrio se resquebraje. No podrías haber evitado esas cosas aunque lo desearas. Todo lo que ha sido predestinado tiene que suceder.

«Quien quiera que crea y quien no quiera que no lo haga.»  
(Corán 18:29)

Date por vencido, cree en la predestinación antes de que la ira y el remordimiento se apoderen de ti. Si ya hiciste todo lo que estaba a tu alcance y aun así sucede aquello que tratabas de evitar, ten fe y convicción de que pasó lo que debía suceder. No digas: 'Si hubiera hecho tal y tal cosa, tal y tal cosa no habría sucedido'; en lugar de ello, di: 'Esto es lo que Allah ha designado y lo que Él desea, sucede'.

«Luego de toda dificultad viene un alivio» (Corán 94:6)

Después del hambre te alcanzará la saciedad, luego de beber la sed se apagará, el descanso llegará después del insomnio y la salud vendrá en lugar de la enfermedad. Los extraviados encontrarán su camino, el que está en dificultades encontrará alivio y después del día vendrá la noche.

«Pero puede que Allah os tenga deparado la victoria o algún otro decreto Suyo» (Corán 5:52)

Dile a la noche que llegará la mañana y su luz inundará las montañas y los valles. Traerá buenas noticias a los afligidos, noticias de alivio repentino que llegarán a ellos con la rapidez de la luz o como un parpadeo de ojos.

Si ves que el desierto se extiende por kilómetros y kilómetros, verás que más allá de la distancia hay verdes prados con mucha sombra.

## Si ves que la cuerda se tensa cada vez más, sabe que se cortará

Luego de las lágrimas llega la sonrisa, el miedo es reemplazado con el bienestar y la serenidad se apodera de la ansiedad. Cuando encendieron una hoguera para quemar al Profeta Abraham ؑ el fuego se volvió seguro y no sintió quemazón alguna debido al auxilio que había recibido de su Señor.

«Dijimos: ¡Oh, fuego! Sé fresco y no dañes a Abraham.» (Corán 21:69)

Moisés ؑ no se ahogó en el Mar, porque pronunció firmemente con confianza y fortaleza:

«¡No, no nos alcanzarán! Pues mi Señor está conmigo, y Él me indicará [qué hacer para salvarnos].» (Corán 26:62)

El Profeta Muhammad ﷺ le dijo a Abû Bakr ؓ en la caverna que Allah ﷻ estaba con ellos y luego la paz y la tranquilidad descendió sobre ellos.

Aquellos que son esclavos del momento, ven miseria y desdicha. Esto se debe a que solamente ven la pared y la puerta del cuarto, cuando deberían ver más allá de las barreras que tienen delante.

Por lo tanto, no caigas en la desesperación: es imposible que las cosas permanezcan como están. Los años y los días se suceden, el futuro es incierto, y Allah ﷻ siempre está atendiendo los asuntos de Su creación. Allah, aunque lo sepas o no, puede depararte algo bueno. Y con toda certeza, en las dificultades también te brindará alivio.

## **Convierte un limón en una dulce bebida**

Una persona inteligente y hábil transforma las pérdidas en ganancias; mientras que el inepto agrava sus propios problemas, creando dos problemas de uno solo.

El Profeta ﷺ fue obligado a abandonar la ciudad de La Meca, pero en lugar de dejar su misión, prefirió continuarla en Medina, la ciudad que con asombrosa rapidez se ganó un lugar en la historia.

El Imâm Ahmad Ibn Hanbal fue seriamente torturado y flagelado, y aún así, surgió triunfante de esa prueba, convirtiéndose en un estandarte de la Sunnah. El Imâm Ibn Taimiiah fue encarcelado y salió de la prisión mucho más sabio de lo que era antes. El Imâm As-Sarjasi estuvo cautivo en el fondo de un pozo de agua en desuso y desde allí escribió veinte volúmenes sobre derecho islámico. Ibn Al-Azâr quedó inválido, luego de lo cual escribió Compendio de las Bases Jurídicas o Yâmi' Al-Usûl y El final o An-Nihâiah, uno de los libros más famosos sobre la ciencia del Hadîz. El Imâm Ibn Al-Yauzi fue expulsado de Bagdad. Luego, a través de sus viajes, aprendió las siete recitaciones del Corán. Mâlik Ibn Ar-Raib se encontraba en su lecho de muerte cuando recitó su poema más bello y famoso, el cual es apreciado hasta nuestros días. Cuando los hijos de Abû Dhu'aib Al-Hudhali murieron antes que él, les dedicó un poema que el mundo oyó y admiró.

Por lo tanto, cuando estés atravesando un mal momento, trata de ver el lado positivo. Si alguien te ofrece un vaso de jugo de limón, agrégale azúcar. Y si alguien te regala una serpiente, conserva su preciosa piel y desecha el resto.

﴿Es posible que detestéis algo y sea un bien para vosotros﴾ (Corán 2:216)



Antes de su violenta revolución, Francia encarceló a dos brillantes poetas: uno optimista y el otro pesimista. Ambos apretaban la cabeza entre las barras de las ventanas de sus celdas. El optimista miraba las estrellas y reía mientras que el pesimista observaba la polvareda de un camino cercano y lloraba. Por lo tanto, busca el otro lado de una desgracia. No existe una circunstancia en la que sólo haya perjuicio sino que en toda situación podemos encontrar recompensas, bondad y provecho de parte de Allah ﷻ.

«¿Acaso Quien responde al afligido cuando Le invoca, alivia los pesares y hace que vosotros os sucedáis unos a otros en la Tierra [puede equipararse a quien no es capaz de hacer nada de eso]?» (Corán 27:62)

¿De quién buscan victoria los débiles y los oprimidos? ¿A quién imploran todos? Es a Allah. Nadie tiene derecho a ser adorado excepto Él.

Entonces, lo más aconsejable para ti y para mí es invocarle, tanto en tiempos de serenidad como en la adversidad. Busquemos en Él refugio en tiempos difíciles e implorémosle con lágrimas de arrepentimiento que su ayuda llegará con rapidez.

«¿Acaso Quien responde al afligido cuando Le invoca, alivia los pesares y hace que vosotros os sucedáis unos a otros en la Tierra [puede equipararse a quien no es capaz de hacer nada de eso]?» (Corán 27:62)

Allah salva al que se está ahogando, concede la victoria al oprimido, guía al extraviado, cura al enfermo y brinda alivio al afligido.

«Cuando se embarcan [y son azotados por una tempestad] invocan a Allah con sinceridad [reconociendo que sólo Él debe ser adorado]» (Corán 29:65)

En lo que respecta a las diversas súplicas que uno realiza para librarse de la desdicha, te recomiendo que leas los libros de la tradición profética (Sunnah). En ellos encontrarás súplicas proféticas con las cuales puedes invocar a Allah, suplicarle y buscar Su ayuda. Cuando Lo encuentres, habrás encontrado todo. Y si pierdes la fe en Él, habrás perdido todo. Al suplicarle, estarás realizando una de las mejores formas de adoración. Si eres persistente y sincero en tus súplicas, lograrás librarte de la angustia y la preocupación. Todas las cuerdas se cortan, salvo la de Él; todas las puertas se cierran, salvo la de Él. Allah está cerca, Él oye todo y responde a quienes Le suplican.

«Vuestro Señor dice: Invocadme, que responderé [vuestras súplicas].» (Corán 40:60)

Si estás atravesando momentos de angustia y dolor, recuerda a Allah, invoca Su nombre y pídele ayuda. Coloca tu frente en el suelo y alábalo para obtener así la verdadera libertad. Eleva tus manos mientras realizas la súplica, y pídele constantemente. Póstrate frente a Su puerta, ten buenos pensamientos sobre Él y espera Su ayuda. Entonces encontrarás la felicidad y el éxito verdaderos.

## **Tu hogar es suficiente**

Alejarse del mal y sus perpetradores y mantener lejos a los necios es beneficioso para nosotros. Pues si te recluyes del mal, tendrás la oportunidad de reflexionar, pensar y comenzar a recorrer el camino hacia la luz.

Aislarse de todo lo que desvía de la obediencia a Allah es como tomar una dosis de medicina que los médicos del corazón consideran una cura muy potente. Cuando te recluyes del mal y de la ociosidad, tu mente se estimula y se pone en acción. Los resultados son un aumento de la fe, del arrepentimiento y del recuerdo constante de Allah ﷻ.

Sin embargo, algunas reuniones no sólo se recomiendan sino que son necesarias: la oración en congregación, los círculos de aprendizaje y todo aquel encuentro que conlleve a la rectitud y corrección. Ten cuidado de las reuniones en las que predominan la frivolidad y la superficialidad. Aléjate rápidamente de ese tipo de encuentros, arrepíentete de tus malas acciones, cuida tus palabras y confórmate dentro de los límites de tu hogar. Si frecuentas personas necias, estarás poniendo en riesgo la estabilidad y firmeza de tu mente porque esas personas con las que te mezclas indiscriminadamente probablemente sean expertos en desperdiciar el tiempo, mentir, esparcir problemas y hacer daño.

«Si hubieran salido a combatir [con vosotros] os habrían confundido sembrando la discordia» (Corán 9:47)

Mi consejo es que te mantengas firme en tu propósito y te aísles en tu habitación, excepto para hablar cosas buenas o para hacer el bien. Al aplicar este consejo, verás cómo tu corazón regresa hacia ti. Por eso usa correctamente tu tiempo y evita desperdiciar tu vida. No calumnies; libera a tu corazón de la ansiedad y protege tus oídos de lo profano.

## **Allah siempre te compensa**

Cuando Allah ﷻ te quita algo, Él te compensa con algo mejor pero sólo si eres paciente y buscas complacerle. El Profeta ﷺ dijo lo siguiente:

“Quien haya perdido sus dos ojos y lo sobrelleve con paciencia, será compensado por ello con el Paraíso”.

El Profeta ﷺ dijo en otro Hadîz:

“Aquel que pierde a un ser querido en este mundo y se resigna con paciencia buscando la recompensa de su Señor, será compensado con el Paraíso”.

Por ello, no te angusties demasiado por los problemas, porque Aquel que los decretó tiene con Él una gran recompensa: el Paraíso.

Aquellos que sufren en este mundo y están cerca de Allah serán alabados en lo más alto del cielo:

«¡La paz sea sobre vosotros! En verdad fuisteis perseverantes [en la adoración]. ¡Qué hermosa es la recompensa de la morada eterna!» (Corán 13:24)

Debemos reflexionar acerca de la recompensa que recibiremos por soportar las dificultades con paciencia.

«Éstos son quienes su Señor agraciará con el perdón y la misericordia, y son quienes siguen la guía.» (Corán 2:157)

Ciertamente la vida en este mundo es corta y sus tesoros son pocos. El Más Allá es eterno y mejor, y aquel que sufre aquí encontrará su recompensa allá. Todo aquel que trabaje duro en esta vida, encontrará tranquilidad en la otra. En cuanto a los que se aferran a este mundo y están enamorados de él, lo más difícil de soportar para ellos será perder las comodidades y riquezas porque solamente desean disfrutar de esta vida. Y debido a este deseo no reaccionan frente a las desgracias de la misma manera que los demás, y permanecen ciegos frente a su transitoriedad e insignificancia.

¡Oh angustiados, si son pacientes no perderán nada; y aunque no lo puedan percibir, estarán beneficiándose! La persona que está angustiada por las dificultades, debe reflexionar sobre el Más Allá y la recompensa de los que son pacientes y esperan.

«Y se levantará un muro entre ellos que tendrá una puerta. Detrás estará la misericordia de Allah y afuera Su castigo.» (Corán 57:13)

## La fe es vida en sí misma

Aquellos que son desdichados, en el sentido pleno de la palabra, son aquellos a quienes se les ha privado de los tesoros de la fe. Viven en un estado constante de tristeza e ira.

«Mas quien se aleje de Mi Mensaje llevará una vida mísera»  
(Corán 20:124)

El único medio para purificar el corazón y librarlo de las ansiedades y preocupaciones es tener fe total en Allah ﷻ, Señor de todo lo que existe. De hecho, no se le puede dar un verdadero significado a la vida si no se tiene fe.

¡Qué triste que un ateo no conozca los beneficios de la fe y que sea artífice de su propia destrucción!. ¡Cuán ruin y despreciable es una vida sin fe! ¡Cuán eternamente maldita es la existencia que envuelve a aquellos que están fuera de los límites establecidos por Allah ﷻ.

«Y sellamos sus corazones y sus ojos como la primera vez, cuando no creyeron, y les dejamos desorientados en su extravío.»  
(Corán 6:110)

Ha llegado la hora en que el mundo tenga una fe incuestionable y que nadie tenga derecho a ser adorado excepto Allah. Después de siglos de experiencia, ¿no debería darse cuenta la humanidad de que tener fe en una estatua es ridículo, que el ateísmo es absurdo, que los Profetas eran veraces y que sólo Allah posee los dominios del cielo y de la tierra? A Allah ﷻ le debemos todas nuestras alabanzas y Él todo lo puede.

La felicidad y la paz que obtendrás serán proporcionales al nivel de tu fe, ya sea fuerte o débil, firme o endeble.

«Al creyente que obre rectamente, sea varón o mujer, le concederemos una vida buena y le multiplicaremos la recompensa de sus obras.» (Corán 16:97)

La vida buena que se menciona en este versículo coránico hace referencia a tener una fe sólida en la promesa de nuestro Señor y un corazón firme que Lo ame. Aquellos que lleven esta 'vida buena' también tendrán los nervios sosegados cuando se angustien por las dificultades; estarán satisfechos con todo lo que les suceda porque es lo que está escrito para ellos y porque están complacidos con Allah ﷻ como su Señor, con el Islam como su religión y con Muhammad ﷺ como su Profeta y Mensajero.

### **Extrae la miel pero no rompas la colmena**

Todo lo que es realizado con suavidad se embellece, y todo lo que carece de ella se estropea. Cuando te encuentras con alguien y lo saludas con una amplia sonrisa y le dices una palabra amable, estás demostrando una característica del creyente. Cuando una abeja se posa en una flor no la destruye, porque ciertamente Allah concede a través de la suavidad lo que no concede a través de la rudeza.

Hay ciertas personas que son como imanes, cuyas personalidades atraen a todos los que están cerca, simplemente porque son queridos por su manera amable de hablar, sus buenos modales y sus acciones nobles.

Ganar la amistad de los demás es un arte que dominan aquellos que son nobles y piadosos; estas personas siempre reúnen un gran círculo de personas en torno a ellos. Su mera presencia en una reunión es una bendición y cuando están ausentes se les echa de menos y se los menciona durante la conversación.

Estas personas benditas tienen un código de conducta diferente del resto:

﴿No se equipara obrar el bien y obrar el mal. Si eres maltratado responde con una buena actitud [sabiendo disculpar], y enton-

ces verás que aquel con quien tenías una enemistad se convertirá en tu amigo ferviente.》 (Corán 41:34)

Eliminan la malicia de los demás mostrando sinceridad, perdón y amabilidad. Se olvidan de los malos tratos recibidos y se mantienen amables y comprensivos. Pueden ser blancos de calumnias y palabras muy duras pero las mismas les entran por un oído y salen por el otro, continuando su camino para no regresar nunca más. Permanecen en un estado de calma continua. Las personas en general, y particularmente los musulmanes, están a salvo de sufrir daño alguno por esos actos. El Profeta ﷺ dijo:

“El musulmán es la persona cuyas palabras y acciones no causan daño a los demás. Y el creyente es aquel en quien los demás confían, y no temen por su vida ni sus bienes”.

También dijo:

“Allah me ordenó relacionarme con aquellos que me han despreciado, perdonar a los que han cometido injusticias conmigo y darles a quienes han sido mezquinos conmigo”.

《...controlan su cólera y perdonan a los hombres...》 (Corán 3:134)

Debemos darles a esas personas las buenas nuevas de una recompensa inminente en este mundo, en el que vivirán en paz y tranquilidad.

También debemos anunciarles que tendrán una gran recompensa en el Más Allá, en el Paraíso, donde estarán más cerca que nunca de su Señor Misericordioso.

《En un lugar honorable [el Paraíso], junto al Soberano Todopoderoso.》 (Corán 54:55)

《¿Acaso no es con el recuerdo de Allah que se sosiegan los corazones?》 (Corán 13:28)

La sinceridad purifica el corazón y es apreciada por Allah ﷻ. No existe ninguna acción que brinde tanto placer al corazón, o que tenga una recompensa mayor, que el recuerdo constante de Allah.

«Recordadme pues, que Yo os recordaré» (Corán 2:152)

El recuerdo de Allah es Su paraíso en la tierra, y todo aquel que no entre en este mundo no entrará al Paraíso del Más Allá. El recuerdo no es sólo un refugio seguro donde se está a salvo de los problemas y de las preocupaciones mundanas, sino que también es el camino más corto y fácil para alcanzar el éxito máximo. Lee los distintos textos que hacen referencia al recuerdo de Allah y apreciarás sus beneficios.

Cuando recuerdas a Allah ﷻ los nubarrones del miedo y de la preocupación se disipan y se derriban las montañas que constituyen tus problemas.

No debemos sorprendernos cuando escuchamos que aquellas personas que recuerdan a Allah ﷻ están en paz. Lo que sí ha de sorprendernos es cómo los descuidados y los negligentes sobreviven sin recordarlo.

«Éstos están muertos y no vivos; y no saben cuándo será su resurrección.» (Corán 16:21)

Oh, tú que te quejas de noches sin conciliar el sueño y estás perplejo frente a tus desgracias, invoca Su nombre sagrado.

«¿Conoces a alguien similar a Él?» (Corán 19:65)

A medida que recuerdes a Allah, tu corazón estará feliz y en calma. Recordarlo conlleva el significado de depender totalmente de Él, de acudir a Él en busca de ayuda, de tener buenos pensamientos sobre Él y de esperar también la victoria que proviene de Él. Ciertamente, Él está cerca cuando Le suplicas: Él oye cuando exclamas Su nombre y responde cuando Lo invocas, por ello



sé humilde y pídele con sinceridad. Repite Su nombre sagrado, y menciónalo como el único que merece ser adorado. Menciona Sus alabanzas, suplícale, pídele perdón y seguramente encontrarás - por voluntad de Allah ﷻ- felicidad, paz e iluminación.

«Allah les agració con una recompensa en esta vida y les agradecerá con una recompensa mayor en la otra» (Corán 3:148)

«¿Envidian a la gente por el favor que Allah ﷻ les ha dispensado?» (Corán 4:54)

La envidia es una enfermedad que causa estragos no sólo en la mente, sino también en el cuerpo. Se dice que el envidioso no tiene reposo y que es un enemigo disfrazado de amigo. Para ser justos, podría decirse que la envidia es una enfermedad ecuánime, ya que comienza matando primero al portador.

La envidia debe ser algo prohibido para cualquiera de nosotros, porque antes de poder ser piadosos con los demás, debemos serlo con nosotros mismos. Cuando envidiamos, alimentamos a nuestra propia carne y sangre con la infelicidad y entregamos nuestro sueño placentero a otros.

La persona envidiosa enciende la llama y luego salta hacia ella. La envidia trae angustia, dolor y sufrimiento, destruyendo así lo que alguna vez fue una vida apacible y virtuosa.

La maldición que recae sobre el envidioso se debe a que éste desafía al destino y compite con su Creador porque lo considera injusto.

La envidia es una enfermedad pero a diferencia de otras enfermedades, quien la padece no recibe recompensa en el Más Allá. El envidioso permanece en su furia hasta que muere, o hasta que la dicha que poseen los demás los abandona. Todos podemos reconciliarnos, excepto con el envidioso, porque para ello debes despojarte de las gracias de Allah ﷻ y dejar de lado tus talentos

y aptitudes. Si lo haces, quizás recién entonces la persona envidiosa sea feliz. Debemos pedirle a Allah ﷻ que nos proteja de la persona envidiosa, ya que es como una serpiente venenosa que no descansa hasta que aplica su veneno a un inocente.

Debemos mantenernos alejados de la envidia y buscar refugio en Allah de aquellos que la padecen, ya que éstos están constantemente al acecho.

### **Acepta la vida tal como es**

Los placeres de la vida son breves y a menudo son el preludio de la angustia y el sufrimiento. La vida implica responsabilidad, es como un viaje en el cual el cambio es constante y las dificultades son incesantes en sus embestidas.

No encontrarás a nadie, ni padre, ni esposa, ni amigo que esté libre de estos problemas. Allah ﷻ ha deseado que en este mundo se enfrenten dos fuerzas opuestas: El bien y el mal, la rectitud y la corrupción, la felicidad y la tristeza. Así, el bien, la rectitud y la felicidad son para el Paraíso; mientras que el mal, la corrupción y la tristeza son para el Infierno. El Profeta ﷺ dijo:

“Este mundo está maldito con todo lo que hay en él, excepto: El recuerdo de Allah, lo que le sigue (es decir, las buenas acciones y todo lo que Allah ama), el sabio y el buscador de conocimiento”.

Por eso, debes vivir tu realidad sin imaginarte constantemente una vida ideal, una vida libre de angustias y de arduo trabajo. Acepta la vida tal como es y adáptate a todas las circunstancias. No encontrarás en este mundo el compañero perfecto o la situación perfecta, ya que la perfección es una cualidad ajena a esta vida. Es necesario que hagamos algunas modificaciones en nuestro diario vivir, que tomemos lo que es fácil y dejemos de lado lo que es difícil, y con bastante frecuencia, debemos hacer caso omiso de las fallas y los errores de los demás.

## **Encuentra consuelo recordando a los que sufren**

Mira a tu alrededor, hacia ambos lados. ¿No ves a los que sufren y padecen? En cualquier hogar hay penas y lágrimas que corren por las mejillas.

¿Cuántas tribulaciones se padecen y cuántas personas perseveran con paciencia? Tú no eres el único que tiene problemas, los cuales son pocos si se comparan con las dificultades de los demás. ¿Cuántos enfermos permanecen postrados durante años sufriendo un dolor inexplicable?

¿Cuántos no han visto la luz del sol en años debido a que están presos, sin saber lo que sucede fuera de las paredes de su celda?

¿Cuántos hombres y mujeres han perdido a sus hijos cuando éstos eran apenas unos niños?

¿Cuántas personas sufren problemas y tormentos?

Es hora que encuentres consuelo en aquellos que están mucho peor que tú, debes saber que esta vida es como una prisión para el creyente, una morada de dolor y tristeza. Los castillos pueden estar desbordados de habitantes durante la mañana; y en un instante sucede un desastre y quedan vacíos y desolados. La vida puede ser tranquila, el cuerpo puede tener buena salud, la riqueza puede ser abundante y nuestros hijos pueden ser sanos, pero en cuestión de días, la pobreza, la muerte, la separación y la enfermedad pueden tomar su lugar.

«Habitasteis en los mismos territorios que vivieron quienes [no creyeron] y fueron injustos consigo mismos, y a pesar de que os enterasteis de cómo les aniquilamos y de que os expusimos muchos ejemplos para que reflexionarais no creísteis.» (Corán 14:45)

Deberías adaptarte como lo hace el camello experimentado, que cuando es necesario, tiene la habilidad de arrodillarse sobre una

roca. También deberías comparar tus dificultades con las de aquellos que te rodean y los que te precedieron. Deberías darte cuenta que estás bien en relación a ellos y que las tuyas no son más que pequeñas dificultades. Por eso alaba a Allah ﷻ por Su amabilidad, sé agradecido por lo que te ha concedido, busca en Él la recompensa por lo que se ha llevado y busca consuelo en aquellos que sufren.

Un ejemplo perfecto es el que nos dio el Profeta ﷺ por medio de sus actitudes, en muchas oportunidades. Mientras rezaba le pusieron sobre su cabeza las entrañas de un camello; sus pies sangraron; su rostro fue fracturado; se encontró sitiado en un paso montañoso hasta tal punto que se vio obligado a comer hojas de los árboles; fue expulsado de La Meca; le rompieron un diente durante una batalla; su esposa siendo inocente fue acusada de adulterio; setenta de sus compañeros fueron asesinados; tuvo que afrontar la pérdida de su hijo y de la mayoría de sus hijas; para aliviar el hambre extremo que sentía llegó al punto de atarse una roca al estómago; y también lo acusaron de ser poeta, mago, adivino, demente y mentiroso... le tocó vivir todo esto en poco tiempo. Aún así Allah ﷻ lo protegió a lo largo de ese período de sufrimiento. Muchas personas han tenido que enfrentan terribles dificultades. El Profeta Zacarías ؑ fue asesinado, el Profeta Juan ؑ fue decapitado, el Profeta Moisés ؑ sufrió tremendas angustias, Abraham ؑ fue arrojado al fuego y los Califas Rectos siguieron el mismo camino: 'Umar ؓ fue asesinado, al igual que 'Uzmân ؓ y 'Ali ؓ. Muchos sabios en el pasado fueron azotados, apresados o torturados.

﴿¿O creéis que vais a entrar al Paraíso sin pasar por lo mismo que atravesaron quienes os precedieron? Padecieron pobreza e infortunios, conmoción...﴾ (Corán 2:214)

## La oración... la oración

«¡Oh, creyentes! Socorredos con la paciencia y la oración.»  
(Corán 2:153)

Si te encuentras acosado por el miedo y la ansiedad, ponte de pie ahora mismo, ora y verás como tu alma encontrará alivio y tranquilidad. La oración - en la medida que se realice sinceramente y con un corazón despierto - es una garantía para lograr un buen efecto.

Cada vez que el Profeta ﷺ se veía angustiado o apenado, decía: "¡Oh Bilâl! Danos alivio y llama a la oración".

La oración era su goce y placer; era el deleite de sus ojos.

He leído biografías de muchas personas ejemplares que acudían a la oración siempre que se veían rodeados de dificultad y angustia. Estas personas oraban hasta que sentían sus almas colmadas de fuerza, voluntad y resolución.

Existe una oración que fue prescripta para ser realizada en momentos de mucho temor (durante la batalla), cuando los miembros son cercenados, los cráneos estallan y las almas abandonan el cuerpo. La fuerza, la resolución y la paz espiritual durante esos momentos sólo pueden derivar de una oración hecha de corazón.

Como miembros de esta generación que está consumida por las enfermedades psicológicas, debemos regresar a la Mezquita para postrarnos frente a Allah y buscar Su alivio. Si no lo hacemos, las lágrimas quemarán nuestros ojos y la angustia destruirá nuestros nervios.

Si realizamos con fervor las cinco oraciones diarias lograremos la mayor de las bendiciones: la redención de nuestros pecados y el acercamiento hacia nuestro Señor. La oración es también un

potente remedio para nuestras enfermedades, ya que infunde fe en nuestras almas. En cuanto a aquellos que se alejan de la Mezquita y de la oración, para ellos habrá infelicidad, angustia y una vida signada por las amarguras.

«En cambio, los incrédulos estarán perdidos y sus obras habrán sido en vano.» (Corán 47:8)

«Allah nos basta y Él es el mejor protector.» (Corán 3:173)

Al dejar tus asuntos en manos de Allah, dependerás de Él, confiarás en Su promesa y estarás complacido con lo que Él ha decretado. Agradecerás Sus favores y esperarás con paciencia Su ayuda. Cosecharás los mejores frutos de la fe que mostrarán las características más prominentes del creyente. Cuando incorpores estas cualidades a tu carácter, estarás en paz con el futuro, ya que todo dependerá solamente de tu Señor. Como resultado de ello, encontrarás cuidado, ayuda, protección y éxito.

Cuando el Profeta Abraham ؑ fue arrojado al fuego, dijo: «Allah nos basta y Él es el mejor protector.» De esa manera, Allah ﷻ hizo que el fuego sea frío, seguro para Abraham ؑ. Cuando el Profeta ﷺ y sus compañeros fueron amenazados por el ataque del enemigo, pronunciaron las palabras relacionadas con la primera parte de este versículo:

«Allah nos basta y Él es el mejor protector. Y retornaron con la gracia y el favor de Allah sin combatir [debido a que los incrédulos al enterarse de que los musulmanes salieron a su encuentro optaron por retornar a La Meca]. Buscaron con esto la complacencia de Allah; y Allah es el poseedor de los favores más inmensos.» (Corán 3:173-174)

No hay hombre que sea capaz de luchar contra la corriente de la desdicha, ni tampoco que enfrente las olas del desastre cuando éstas embisten. Esto se debe a que el hombre fue creado débil y

frágil. Sin embargo, el creyente que vive tiempos de dificultad, tiene plena confianza y dependencia en su Señor y además que todas las dificultades pueden superarse.

«Y encomendaos a Allah si sois creyentes.» (Corán 5:23)

Tú que deseas ser sincero contigo mismo: depende del Todopoderoso, Quien todo lo posee, para que te salves de la calamidad y del desastre. Vive tu vida según este precepto: «Allah nos basta y Él es el mejor protector» Si tus riquezas son casi nulas, si te encuentras agobiado por las deudas o si tienes algún tipo de dificultad mundana exclama: «Allah nos basta y Él es el mejor protector»

Si te enfrentas a tu enemigo y te encuentras alarmado o si temes los malos actos del opresor di en voz alta: «Allah nos basta y Él es el mejor protector»

«La guía y el socorro de Allah te es suficiente» (Corán 25:31)

«Diles: Transitad por la Tierra...» (Corán 6:11)

Hay una actividad que da placer, a la vez que aleja las nubes oscuras que pueden estar cercándote; se trata de transitar por distintos lugares y así observar el libro abierto de la creación y apreciar todas sus maravillas. Durante estos viajes, podrás ver jardines de esplendor y hermosas praderas. Debes salir de tu hogar y contemplar aquellas cosas que te rodean. Escala montañas, atraviesa valles, trepa a los árboles y bebe el agua pura y dulce de manantial. Allí descubrirás que tu alma es libre como un pájaro que canta y surca los cielos en perfecta armonía. Intenta salir de tu casa y quita la venda de tus ojos, recorre las amplias tierras de Allah ﷻ, recordándole y glorificándole.

Encerrarte en tu habitación, mientras las horas pasan, sin realizar ninguna actividad es un camino seguro a la autodestrucción. Tu cuarto no es el único sitio en el mundo, ni tú eres el único

habitante del mismo. Entonces, ¿por qué te entregas a la tristeza y a la soledad? Exclama desde el fondo de tu corazón, con tus ojos y tus oídos atentos:

﴿Salid sea cual fuere vuestra condición﴾ (Corán 9:41)

## **Debes salir y recitar el Corán junto a un arroyo o donde los pájaros cantan**

Trata de viajar a distintos lugares, es una actividad que los médicos recomiendan especialmente para aquellos que se sienten decaídos y oprimidos por la rutina. Por esta misma razón, encuentra el placer de viajar y disfruta cada instante de tu vida.

﴿Aquellos que invocan a Allah estando de pie, sentados o recostados, meditan en la creación de los cielos y la Tierra y dicen: ¡Señor nuestro! No has creado todo esto en vano﴾ (Corán 3:191)

## **La paciencia es la mejor opción**

Aquellos que enfrentan las dificultades con fuerza y paciencia son minoría. Pero aunque parezca obvio debemos tener en cuenta lo siguiente: si no somos pacientes, ¿qué otra cosa podemos hacer? ¿Existe una solución alternativa? ¿Conoces alguna facultad que sea mejor que la paciencia?

Aquellos que alcanzan la grandeza deben superar un mar de dificultades y conflictos antes de alcanzar el éxito máximo. Debes saber que cada vez que escapas de una dificultad, seguramente enfrentarás otra. A lo largo de este conflicto constante, deberás armarte de paciencia y confiar plenamente en Allah ﷻ.

Este es el camino de los nobles: enfrentar los conflictos con una firme resolución y luchar hasta el cansancio contra las dificultades.

Por lo tanto, deberás ser paciente y saber que la paciencia sólo viene a través de Allah ﷻ. Ten la entereza de alguien que confía



con tranquilidad en lo que está por venir, intenta ser alguien que sabe que habrá un final feliz y que busca la recompensa de su Señor con la esperanza de que al enfrentar las dificultades encontrará el perdón para sus pecados. Debes ser paciente, sin importar cuál sea la dificultad o cuán oscuro sea el camino que tienes por delante. Verdaderamente, con la paciencia llegará el éxito, y después de la dificultad llegará el alivio.

Luego de leer algunas biografías de personas exitosas que vivieron en el pasado, me sorprendí de la enorme paciencia que demostraron y de su capacidad de sobrellevar pesadas cargas para luego surgir como seres más fuertes. Las dificultades cayeron sobre sus hombros como frías gotas de lluvia, mas se mantuvieron firmes como montañas. Pero luego de un breve tiempo, fueron recompensados por su paciencia y alcanzaron el éxito.

## **No cargues el peso del mundo sobre tus espaldas**

En algunas personas existe una guerra interna, la cual no se lleva a cabo en el campo de batalla sino en la habitación, la oficina o en el propio hogar. Es una guerra que genera úlceras o hipertensión. Estas personas se frustran por todo: se enfurecen por la inflación o porque la lluvia no llega y se exasperan cuando se devalúa su moneda. Están todo el tiempo perturbados y alterados, sin importar la razón.

﴿Crean que todo grito va dirigido contra ellos﴾ (Corán 63:4)

Mi consejo es que hagas lo siguiente: no cargues el peso del mundo sobre tus espaldas. Deja que el suelo lleve la carga de las cosas que suceden. Hay personas que tienen el corazón como una esponja porque absorben todo tipo de falacias y conceptos erróneos. Se angustian hasta por lo más insignificante; seguramente, ese tipo de corazón termina destruyendo a su dueño.

Aquellos que tienen principios y transitan por el camino de la verdad no se ven afectados por las dificultades; por el contrario, éstas les ayudan a fortalecer su fe y sus decisiones. El caso contrario es el de fe débil. Cuando debe enfrentar la adversidad y los problemas, lo único que aumenta es su miedo. No hay nada mejor para ti en tiempos de calamidad, que tener un corazón valiente. Aquel que tenga un corazón con dichas características podrá valerse por sí mismo y tendrá una fe sólida. Por el contrario, frente a cualquier dificultad, el cobarde se atormenta una y otra vez con presentimientos de un destino que está por venir. Por lo tanto, si deseas tener una vida estable, enfrenta todas las situaciones con valentía y perseverancia.

«No permitas que te hagan flaquear quienes no están convencidos [de la Resurrección]» (Corán 30:60)

Trata de ser resuelto en las circunstancias que te afectan y más feroz que los vientos que traen calamidades. Que la piedad descienda sobre los débiles de corazón, ya que son quienes más se atemorizan con el más pequeño de los temblores.

«Encontrarás que son los más aferrados a la vida mundanal» (Corán 2:96)

En cuanto a aquellos que son decididos, reciben la ayuda de su Señor y confían en Su promesa.

«Hizo descender el sosiego sobre ellos» (Corán 48:18)

## **No te angusties por lo insignificante**

Muchas personas no sufren por problemas de gran importancia, sino por dificultades menores.

Observa a los hipócritas y ve cuán débiles eran en su resolución. El Corán nos relata algunas de las características de sus discursos:

«Se alegraron quienes no participaron [en la batalla de Tabúk] por haberse quedado contrariando las órdenes del Mensajero, y se negaron a contribuir y luchar por la causa de Allah, y dijeron: No marchéis [a combatir] con este calor.» (Corán 9:81)

«Entre ellos [los hipócritas] hubo quien te dijo: Permite quedarme y no me expongas a la tentación» (Corán 9:49)

«Y cuando un grupo de ellos [de los hipócritas] dijo: ¡Oh, gente de Iazrib [antiguo nombre de Medina]! Esto es un mal para vosotros. ¡Mejor volveos [y no combatáis]!» (Corán 33:13)

«Y verás que quienes tienen una enfermedad en sus corazones [la duda] van corriendo a ellos y les dicen: Tememos que nos sorprenda un revés» (Corán 5:52)

«Y dijeron los hipócritas y aquellos en cuyos corazones había dudas [sobre la Verdad]: Allah y Su Mensajero no nos han hecho más que falsas promesas» (Corán 33:12)

### **¡Pobres las almas de esas personas!**

Sus principales preocupaciones son su alimentación, su vehículo, su vivienda y demás posesiones. Nunca, pondrán su mirada en una vida de ideales y virtudes; sólo piensan en sus automóviles, sus vestimentas, sus calzados y comida.

Hay personas que sufren día y noche por una discusión menor con su pareja o con un hijo o pariente o porque tienen que tolerar las críticas o alguna otra trivialidad. Tales son las calamidades de esas personas. No tienen aspiración de alcanzar principios más elevados ni metas por las cuales luchar, ni tienen una ambición noble en sus vidas por la que puedan pelear día a día. Se dice que: ‘Cuando el agua sale del cántaro, éste se llena con aire’. Por esta razón, piensa en lo que te preocupa o causa ansiedad y pregúntate lo siguiente: ¿Vale la pena desgastar toda mi

energía y mi trabajo en esto? Se trata de una pregunta indispensable, porque sea lo que fuere que te causa ansiedad, está alimentándose con tu mente y tu sangre y te está quitando tiempo y energía. No vale la pena que sufras tal desgaste por un asunto innecesario, es lamentable que hayas dilapidado gran parte de tus más preciados recursos. Los psicólogos dicen que uno debe juzgar todo en proporción a su verdadero valor y luego asignarle el lugar que le corresponda. Allah ﷻ lo menciona de la siguiente manera:

«Ciertamente Él ha establecido a cada cosa su justa medida»  
(Corán 65:3)

Por eso, debes clasificar cada situación según su magnitud, peso, medida e importancia. Aléjate de los excesos en la apreciación de las cosas y sé moderado.

Toma el ejemplo de los Compañeros del Profeta, cuya única preocupación era dar su promesa de lealtad y obtener así la complacencia de Allah ﷻ. Con ellos se encontraba un hombre cuya atención se concentraba en un camello extraviado y esa preocupación le había hecho perder su promesa de lealtad, por lo que se vio privado de las recompensas que los demás cosecharon.

Por lo tanto, no debes preocuparte por asuntos insignificantes. Si sigues este consejo, verás cómo la mayoría de tus preocupaciones van desapareciendo poco a poco.

**Complácete con lo que Allah te ha concedido y serás el más feliz y rico de todos**

Recuerda lo que posees: riqueza, cónyuge, hijos, vivienda y capacidades, y sé feliz con lo que tienes:

﴿Aférrate a lo que te he concedido y sé de los agradecidos.﴾  
(Corán 7:144)

La mayoría de los estudiosos islámicos y musulmanes piadosos de las generaciones anteriores fueron pobres; de más está decir que no tenían hermosas viviendas ni vehículos modernos. Aún así, a pesar de esos aspectos, llevaban vidas fructíferas y beneficiaban a la humanidad no porque realizaban milagros, sino porque utilizaban todas las enseñanzas que habían recibido y empleaban su tiempo de la manera correcta. De allí que sus vidas, su tiempo y sus talentos contaban con la bendición del Señor.

Por el contrario, hay muchas personas que fueron dotadas con mucha riqueza, hijos y diversas bendiciones, pero las mismas gracias que recibieron fueron la causa de su tristeza y perdición. Se desviaron de lo que sus instintos innatos les indicaban, es decir, que las cosas materiales no son todo. Podemos observar a quienes se han graduado en universidades de renombre, pero son modelos en la oscuridad porque sus talentos y facultades permanecen sin uso, mientras tanto, otros que quizás hayan obtenido un conocimiento limitado, han hecho montañas con lo que saben, beneficiándose ellos mismos y también a la sociedad.

Si buscas la felicidad, debes estar satisfecho con lo que Allah ﷻ te ha concedido, con tu situación familiar, con el sonido de tu voz, con tu nivel de entendimiento y con el monto de tu salario. Algunos educadores van todavía más allá y dicen que debes imaginarte a ti mismo conforme con aún menos cosas de las que posees ahora.

A continuación te ofrezco una lista de aquellos cuyos nombres brillaron en la historia Islámica a pesar de sufrir diversos inconvenientes:

'Atâ' Ibn Rabâh fue un famoso estudioso muy conocido en su época. Era un esclavo liberto, tenía nariz chata y cabello mota; además era paralítico.

Al-Ahnaf Ibn Qais fue famoso entre los árabes por su extraordinaria paciencia. Logró esa fama a pesar de tener una apariencia desmejorada, era jorobado, de piernas torcidas y su contextura física era muy frágil.

Al-A'mash fue uno de los estudiosos más reconocidos del Hadîz en sus tiempos. Fue liberado de su esclavitud, tenía serios problemas en su vista y además era pobre. Sus ropas eran harapos, de apariencia era desaliñado y vivía en circunstancias muy apremiantes.

De hecho, todos los Profetas fueron en algún momento pastores. El Profeta David ﷺ fue herrero, Zakarîa ﷺ carpintero y Enoc ﷺ sastre y a pesar de ello, fueron lo mejor de la humanidad.

Por lo tanto, tu valor se halla en tus habilidades, tus buenas acciones, virtudes y en tus contribuciones a la sociedad. No te sientas angustiado por lo que te ha dado la vida en lo que respecta a aspecto físico, riqueza o familia sino que debes sentirte feliz con lo que Allah ﷻ te ha asignado.

﴿Nosotros somos Quienes distribuimos el sustento en la vida mundanal﴾ (Corán 43:32)

**Ten siempre en mente el Paraíso, el cual es tan amplio como los cielos y la tierra.**

Si tienes hambre en este mundo o te sientes triste, enfermo u oprimido, recuerda la bendición eterna del Paraíso. Si lo haces, tus pérdidas serán ganancias y las dificultades que enfrentas serán verdaderos regalos. Las personas más sabias son aquellas que

trabajan para el Más Allá, porque es mejor y eterno. Por el contrario, los más necios de la humanidad son aquellos que ven a este mundo como su morada eterna y ponen en él todas sus esperanzas. Verás que esas personas son las más afectadas por la angustia cuando tienen que enfrentar alguna desgracia. Serán las más afligidas por las pérdidas mundanas simplemente porque no ven más allá de sus vidas. Solamente ven y piensan en esta vida pasajera. Desean que nada arruine su estado de felicidad. Si se quitaran el velo de la ignorancia que cubre sus ojos estarían en comunión con la morada eterna, su dicha y sus placeres. Escucharían con atención cuando se les instruye sobre su descripción a través del Corán y la Sunnah. De hecho, esa es la morada que merece nuestra atención y amerita nuestra lucha y arduo trabajo, de tal manera que podamos lograr lo mejor de ella.

¿Hemos reflexionado con atención sobre la descripción de los habitantes del Paraíso? Las enfermedades no les afectan, la angustia no les aflige, no mueren, permanecen jóvenes y sus ropas están siempre limpias y perfectas. Viven en una hermosa morada. En el Paraíso se encuentra todo lo que nunca se ha visto, oído e imaginado. El viajero pasa debajo de un árbol en el Paraíso durante cien años y aún así no se queda sin su sombra. Una morada en el Paraíso mide cien kilómetros. Hay ríos por doquier, sus castillos son amplios y sus frutos no sólo están al alcance de todos, sino que se recogen fácilmente. Hay fuentes y manantiales, lechos elevados, copas servidas a disposición, almohadones ordenados y alfombras extendidas.

﴿En él habrá manantiales, lechos elevados, copas servidas a su disposición, almohadones ordenados y alfombras extendidas.﴾  
(Corán 88:12-16)

## **La felicidad del Paraíso será absoluta. Entonces, ¿por qué no podemos apreciarlo?**

Si el Paraíso es nuestro destino final - y le pedimos el Paraíso a Allah - entonces las dificultades de este mundo serán mucho menos arduas de lo que parecen y por ello los corazones de los angustiados deben encontrar alivio.

¡Oh tú que vives en la pobreza o que te encuentras angustiado por las calamidades, haz buenas obras y vivirás en el Paraíso de Allah!

«¡La paz sea sobre vosotros! En verdad fuisteis perseverantes [en la adoración]. ¡Qué hermosa es la recompensa de la morada eterna!» (Corán 13:24)

«Os hemos hecho una comunidad moderada» (Corán 2:143)

Tanto la conciencia como la religión exigen que uno sea justo, esto significa que no debes exagerar ni ser negligente, ni caer en excesos ni tampoco mezquinar. Todo aquel que busque la felicidad debe ser justo, más allá de la ira, la tristeza o la alegría que pudiera tener. La exageración a la hora de tratar con los demás es inaceptable. Lo mejor es ubicarnos en un punto medio. Aquel que siga sus deseos probablemente magnificará la importancia de cualquier situación, exagerando algo que no merece la pena. Sentirá celos y resentimiento hacia los demás. Al vivir en un mundo de exageración e imaginación, percibirá que todos están contra él, a tal punto que sentirá que todos conspiran para destruirlo. Debido a esto, vive bajo una nube oscura, atosigado constantemente por el miedo y el recelo.

## **Está prohibido en nuestra religión vivir guiados por los rumores y la superstición**

«Crean que todo grito va dirigido contra ellos» (Corán 63:4)



Con mucha frecuencia, aquello que tememos que suceda en el futuro termina sucediendo en la realidad. Puedes intentar hacer lo siguiente: cuando tengas miedo de algo, imagina que sucede el peor de los resultados posibles y luego practica para estar preparado y conforme con ese resultado. Si lo haces, verás que evitarás las aprensiones y supersticiones que de otra manera te habrían causado mucha tristeza y angustia.

Presta atención a todas las cosas de acuerdo con la importancia real que tienen. En cualquier situación, no conviertas en montañas lo que no son más que montículos de tierra; por el contrario, debes tener en mente tu objetividad y justicia. No sigas las sospechas falsas o las ilusiones engañosas del espejismo, trata de ser equilibrado. Escucha el equilibrio del amor y el odio según lo explica el Profeta ﷺ:

'Ama con moderación, ya que puede llegar el día en que aborrezcas a quien amabas. Oda con moderación, ya que puede llegar el día en que ames a quien aborrecías'.

«Es posible que Allah guíe a vuestros enemigos e infunda afecto entre vosotros, pues Allah tiene poder para ello. Ciertamente Allah es Absolvedor, Misericordioso.» (Corán 60:7)

### **Nuestra religión nos aconseja no estar tristes**

«No os desaniméis ni os entristezcáis» (Corán 3:139)

«No te apenes [por la incredulidad de tu pueblo] ni te angusties por lo que traman» (Corán 16:127)

«No te entristezcas, pues Allah está con nosotros» (Corán 9:40)

Refiriéndose a los verdaderos creyentes, Allah nos dice que:

«Quienes sigan Mi guía no temerán ni se entristecerán» (Corán 2:38)

La tristeza altera la voluntad que el alma tiene para actuar y paraliza el cuerpo. También impide que actuemos en lugar de obligarnos a hacerlo. El corazón no se beneficia con la angustia. Lo que más desea el Demonio es lograr que el creyente entristezca para evitar que continúe por su camino. Allah ﷻ dice:

«Las conversaciones en secreto son obras de Satanás que entristecen [y preocupan] a los creyentes» (Corán 58:10)

En el siguiente Hadîz, el Profeta ﷺ dijo:

“Cuando se encuentran tres personas reunidas, está prohibido que dos de ellos hablen en secreto excluyendo al tercero, ya que ello puede entristecerlo”.

Al contrario de lo que creen algunos, el creyente no debe buscar la tristeza ni la angustia ya que ambas son una condición dañina que afecta al alma. El musulmán debe repelerlas, luchar contra ellas de todas las maneras posibles que estén permitidas en nuestra religión.

La tristeza no ofrece beneficio real alguno; el Profeta ﷺ buscó protegerse de ella en la siguiente súplica:

‘Oh Allah, en ti busco refugio de la ansiedad y la angustia’

En este Hadîz, se menciona la angustia y la ansiedad. La diferencia entre ambos sentimientos es que si se relaciona con lo que sucederá en el futuro, lo que uno siente es ansiedad. En cambio, si la causa tiene que ver con el pasado, es angustia. Ambos debilitan el corazón, provocando la inactividad o una disminución en nuestro poder de acción.

A pesar de lo mencionado hasta ahora, en ocasiones la angustia puede ser inevitable o incluso necesaria. Al entrar al Paraíso, sus moradores dirán:

«Y dirán: ¡Alabado sea Allah, que ha hecho desaparecer toda angustia de nosotros! En verdad nuestro Señor es Absolvedor, Agraciador.» (Corán 35:34)

Esta aleya (versículo) indica que ellos sufrieron angustia en la vida mundanal al igual que fueron alcanzados por las demás vicisitudes sin poder evitarlo. Por eso, cada vez que uno se vea desbordado por la angustia y no encuentre manera de evitarla, será recompensado porque la angustia es una forma de dificultad, y el creyente es recompensado por soportarla con paciencia. No obstante, debe procurar alejar la angustia con súplicas y otros medios prácticos.

Como dice Allah ﷻ:

«Tampoco incurrieron en falta aquellos que cuando se presentaron ante ti [¡Oh, Muhammad!] para que les proveas de montura [y así poder combatir por la causa de Allah], les informaste que no contabas con ninguna cabalgadura para ellos, y entonces se retiraron con los ojos llenos de lágrimas, tristes por no poder contribuir de ninguna forma por la causa de Allah.» (Corán 9:92)

No fueron alabados por la tristeza en sí, sino porque su angustia indicaba una fe sincera. Esto sucedió cuando se retrasaron durante una de las expediciones del Profeta a causa de la imposibilidad de encontrar los recursos necesarios para el viaje. Este versículo también pone en evidencia a los hipócritas ya que no sintieron angustia cuando se quedaron atrás.

Por lo tanto, la angustia entendida en buenos términos es aquella que surge por dejar pasar una oportunidad para hacer el bien o por cometer un pecado. Cuando uno se siente triste por no haber cumplido con los mandatos de Allah ﷻ, está demostrando una característica de la persona que está en el camino correcto.

En cuanto al Hadîz que dice: “Cada vez que un creyente es alcanzado por una dificultad, angustia o ansiedad, Allah le perdona por ello algunos de sus pecados”, nos indica que la angustia es una prueba a la que se somete al creyente, y a través de la cual algunos de sus pecados son redimidos. Sin embargo, no significa que la angustia es algo que tengamos que buscar; el creyente no debe sentirse angustiado, pensando que está realizando un acto de adoración. Si éste fuera el caso, el Profeta ﷺ habría sido el primero en aplicar este principio. Pero él no buscaba la desdicha, al contrario, su rostro siempre mostraba una sonrisa, su corazón estaba en paz y continuamente desbordaba alegría.

En cuanto al Hadîz de Hind que dice: “Estaba siempre acongojado”, los sabios del Hadîz lo consideran un Hadîz débil en la transmisión, ya que entre sus narradores se halla un ignoto en la ciencia del Hadîz. No sólo es débil por su cadena de narradores, sino que también contradice cómo era realmente el Profeta ﷺ.

¿Cómo podría haber estado acongojado todo el tiempo siendo que Allah ﷻ perdonó todos sus pecados (garantizando su entrada al Paraíso) y lo protegió del sentimiento de angustia en la vida mundanal, e incluso le prohibió entristecerse por las acciones de los no creyentes? ¿Cómo podría haber sentido angustia si su corazón estaba siempre pleno con el recuerdo de Allah, y además se encontraba seguro con Su promesa? De hecho, él era agradable todo el tiempo y su sonrisa era constante. Todo aquel que escudriñe en su vida sabrá que vino para quitar la falsedad y erradicar la ansiedad, la confusión y la angustia. Vino para liberar nuestras almas de la tiranía de la duda, la falta de fe y el desorden. Vino para salvarnos de la destrucción. Son muchos los favores que Muhammad ﷺ dejó a la humanidad.

En lo que respecta al Hadîz que dice: “Ciertamente, Allah ama a todos los corazones tristes”, la cadena de narradores también es

desconocida, por lo que no se trata de un Hadíz auténtico, especialmente si tenemos en cuenta que contradice los principios básicos de nuestra religión. Aún si éste fuera auténtico, su significado sería que la tristeza es una de las dificultades de la vida que se le imponen al creyente a manera de prueba. Entonces, Allah lo ama si persevera y es paciente. En cuanto a aquellos que elogian la melancolía y sostienen que nuestra religión la fomenta, están muy equivocados. De hecho, todos los textos de la revelación prohíben la tristeza y ordenan lo opuesto; es decir, que debemos estar satisfechos con las bendiciones de Allah y felices con lo que nos ha enviado a través de Su Mensajero ﷺ.

Aquellos ascéticos que se inclinan hacia los extremos también se relacionan con la siguiente narración:

'Cuando Allah ama a uno de Sus siervos, llena su corazón de lágrimas. Pero cuando lo detesta, coloca una flauta en su corazón (haciendo que sea feliz en todo momento)'.

Primero, deberás notar que ésta es una tradición judeo-cristiana, que se dice fue encontrada en la Torá. No obstante, tiene un significado correcto ya que, ciertamente el creyente siente angustia debido a sus pecados mientras que el no creyente es frívolo, ligero y está alegre todo el tiempo pues sus pecados le son indiferentes. Por eso, si los corazones de los creyentes sienten angustia, se debe solamente a las oportunidades perdidas en términos de buenas acciones o a los pecados cometidos. Ésta es contraria a la tristeza que causa el mal, cuya angustia es provocada por perder el placer de los beneficios mundanos. Sus anhelos, ansiedades, y tristezas son siempre causados por esos fines.

En este versículo, Allah ﷻ dice del Profeta Jacob ؑ:

﴿Y perdió la vista por la tristeza, mientras contenía su sufrimiento.﴾ (Corán 12:84)

Aquí nos informa de su angustia por perder a su amado hijo. Informar acerca de un asunto no implica aprobarlo o desaprobarlo. Nos ha sido ordenado refugiarnos de la tristeza, ya que es como una nube densa que se alza por encima de su víctima, y es una barrera que nos impide avanzar hacia metas más altas.

No cabe duda alguna de que la tristeza es una prueba y una dificultad, y de que en cierta manera se asemeja a la enfermedad. Sin embargo, no es condición que el piadoso deba buscarla activamente.

Debes buscar los medios para lograr la felicidad y la paz, y pedirle a Allah que te conceda una buena vida, una vida que te dé claridad de conciencia y paz a tu mente. Lograrlo es un adelanto de la recompensa, y por ello algunos dicen: 'Este mundo tiene un paraíso, y todo aquel que no entre a él no entrará al Paraíso de la otra vida'.

Pedimos a Allah que abra nuestros corazones a la luz de la fe, que nos guíe hacia Su camino y que nos salve de una vida de angustia y miseria.

### **Reflexionemos:**

Realicemos estas súplicas con el objetivo de eliminar las dificultades, la ansiedad y la angustia:

'No existe nadie que merezca nuestra adoración excepto Allah, el Eterno, el Paciente, el Más Grande. No existe nadie que merezca nuestra adoración excepto Allah, Señor del Noble Trono. No existe nadie que merezca nuestra adoración excepto Allah, Señor de los Cielos, Señor de la Tierra y Señor del Noble Trono. ¡Oh Eterno! ¡Oh Aquel que sostiene y protege todo lo que existe, no hay nadie que merezca nuestra adoración excepto Tú, y a través de Tu misericordia buscamos Tu ayuda!'

'¡Oh Allah, Tu piedad anhelo; no me dejes solo ni siquiera por un instante. Concédeme bienestar en todos mis asuntos. No existe nadie que merezca nuestra adoración excepto Tú!'

'En Allah busco el perdón; no existe nadie que merezca nuestra adoración excepto Él. Es el Eterno y el que sostiene y protege todo lo que existe, y a Él acudo cuando estoy arrepentido'.

'No existe nadie que merezca nuestra adoración excepto Tú, glorificado seas; ciertamente me contaba entre los pecadores'.

'Oh Allah, ciertamente soy Tu siervo, el hijo de Tus siervos; me tienes en Tus manos, Tu órdenes son ejecutadas y justo es Tu juicio sobre mí. Te imploro por todos los nombres con que Te has nombrado, que has revelado en Tu Libro, que has enseñado a alguien de Tu creación o que has guardado en Tu conocimiento oculto, que hagas que el Corán sea la primavera de mi corazón y la luz de mi pecho, que elimine mi tristeza y purgue mi ansiedad'.

'Oh Allah, en Ti busco refugio de la ansiedad y la angustia, de la incapacidad y la ociosidad, de la avaricia y la cobardía, de verme atosigado por las deudas y superado por los hombres'.

'Allah nos es Suficiente y es Quien mejor dispone nuestros asuntos'.

## Sonríe

La risa con moderación puede ser una cura y una terapia para la depresión y la tristeza. Tiene una gran influencia porque ilumina el alma y despeja el corazón. Abû Ad-Dardá' ؓ dijo: 'Me río con frecuencia para darle descanso y alivio a mi corazón'. La persona más noble que existió, Muhammad ؐ, solía reír hasta que se veían sus molares.

Reír es una manera eficaz de lograr alivio y ligereza en nuestro corazón, pero hay que tener en cuenta que, como en otros aspectos, no se debe perder la moderación. El Profeta ﷺ dijo:

“No se rían en exceso, porque la risa excesiva mata el corazón.”

## **La risa debe ser moderada**

“Sonreír a un hermano es una forma de caridad”.

«[Salomón] al oír lo que ella decía sonrió.» (Corán 27:19)

Sin embargo, cuando rías, que no sea por mofarte ni burlarte de tu hermano:

«Pero cuando se presentó ante ellos con Nuestros signos [los negaron y] se rieron de ellos.» (Corán 43:47)

Uno de los placeres de la gente del Paraíso será la risa:

«Y el Día del Juicio los creyentes serán quienes se rían» (Corán 83:34)

Los árabes estimaban mucho a la persona que era conocida por su sonrisa y su manera de reír. Consideraban que esto era un indicador de generosidad, buena disposición y simpleza.

La verdad es que los principios del Islam se basan en la moderación, ya sea que estemos hablando de creencias, adoración, modales o conducta. El Islam no tolera una expresión rígida y seria, pero tampoco tolera la frivolidad constante; en lugar de ello, fomenta la seriedad cuando ésta es necesaria y un nivel razonable de buen humor y alegría cuando es posible.

Tener un aspecto sombrío y un semblante serio son señales de mal carácter, impetuosidad y naturaleza problemática.

«Y [al no poder encontrar ningún argumento] frunció el ceño y cambió su rostro.» (Corán 74:22)



El Profeta ﷺ dijo:

“No subestimes ninguna buena acción (por más pequeña que sea), aún si consiste en saludar a tu hermano con una sonrisa”.

Ahmad Amîn dijo en su libro Faid Al-Jâtir:

‘Quienes sonríen constantemente no sólo tienen una vida más alegre, sino que son más productivos en su trabajo y tienen una mayor capacidad para afrontar sus responsabilidades. Están mejor preparados para enfrentar dificultades y para encontrarles soluciones. Son trabajadores prolíficos que se benefician a sí mismos y favorecen a los demás’.

Si me dieran a elegir entre tener un buen estatus en la sociedad y poseer dinero en abundancia o ser una persona radiante, feliz y sonriente, elegiría la segunda opción. ¿De qué sirve la riqueza si provoca tristeza? ¿Y de qué sirve una buena posición si viene acompañada de constante melancolía? ¿De qué sirve la esposa más hermosa si vivir con ella es como estar en el infierno? Mucho mejor que una mujer así -mil veces, al menos- es una esposa que quizás no haya alcanzado el pináculo de la belleza pero que sabe hacer de su hogar un paraíso.

Imagínate: En cierto sentido, la rosa sonríe y también el bosque lo hace. Los océanos, los ríos, el cielo, las estrellas y las aves sonríen. De igual manera, el ser humano sonríe por naturaleza, pero existen vicios que contrarrestan esta disposición natural, tales como la avaricia y el egoísmo, y contribuyen a tener un semblante serio. Por este motivo, el hombre es una anomalía y va contra la armonía natural de todo lo que lo rodea. Por lo tanto, la persona cuyo corazón está mancillado no puede ver la realidad tal como es. Todo hombre ve el mundo a través de sí mismo, de sus acciones, sus pensamientos y sus motivaciones. Por eso si nuestras acciones son nobles, nuestros pensamientos son puros, y si nuestras motivaciones honorables, el cristal con

que miraremos el mundo estará limpio y lo veremos como realmente es; una bella creación. En cambio, si el cristal está sucio y manchado, todo parecerá oscuro.

Existen almas que pueden convertir todo en desdicha, mientras que otras tienen la capacidad de hacer surgir felicidad aún de las circunstancias más difíciles. Está aquella mujer cuyos ojos se llenan de lágrimas por trivialidades. Hoy está triste porque se rompió un plato de porcelana fina o porque el cocinero le puso mucha sal a la comida. Se enfurece y maldice, y nadie en su casa escapa a sus insultos. También está el hombre que se entristece y lleva tristeza a los demás. Todo lo que oye lo interpreta de la peor manera posible. Se afecta tremendamente por la cosa más insignificante que le sucede o por los resultados de sus acciones. Se angustia si sus ganancias decaen o si no cumplen las expectativas que tenía. Todo el mundo - según su perspectiva - es oscuro, y de igual manera, ennegrece todo lo que lo rodea. Esta clase de personas tiene mucha habilidad para hacer que un pequeño montículo parezca un monte gigantesco, pero carecen de capacidad para hacer el bien, y nunca están felices ni conformes con lo que tienen, aún cuando viven en la abundancia. No importa cuán grandes sean sus posesiones, nunca verán como una bendición lo que poseen.

La vida es como un arte o una ciencia: debe aprenderse y cultivarse. Es mucho mejor para una persona sembrar amor durante toda su vida que glorificar el dinero y utilizar todo su poder para ayudar a que éste se incremente en su bolsillo o su cuenta bancaria. ¿Qué es la vida cuando todas sus energías se explotan y se utilizan con el único fin de acumular riquezas, y de qué sirve una existencia en la que no se deriva ni un ápice de energía para fomentar el desarrollo de la belleza, la compasión y el amor?

La mayoría de las personas no abren sus ojos a la belleza del amor, sino que los abren frente al oro o la plata. Pasan por un jardín exuberante y florido o un hermoso lecho de rosas o un río que fluye libremente o una bandada de pájaros que cantan, pero no se conmueven ante tales escenas. Lo único que los emociona es la entrada y la salida del dinero en sus bolsillos. El dinero no es más que uno de los medios para tener una vida feliz. En cambio, ellos lo ven al revés, prefieren vender su existencia feliz para hacer que el dinero sea un fin en sí mismo. Nuestro cuerpo está equipado con ojos para ver la belleza, pero les hemos enseñado a mirar solamente el dinero.

No existe nada que entristezca el alma o el rostro con mayor frecuencia e intensidad que el desánimo. Si deseas ser una persona que sonrío, debes luchar contra el desánimo y la desesperanza. La puerta a la oportunidad estará siempre abierta para ti y los demás, y así como también lo está la puerta que conduce al éxito. Por lo tanto, adoctrina tu mente con esperanzas de prosperidad en el futuro.

Si crees que eres intrascendente y que has sido creado para cosas menores, sin importancia, tu logro en la vida nunca superará esa meta inicial. Por otro lado, si crees que tu misión en la vida es alcanzar proezas extraordinarias, sentirás una determinación que podrá destruir todo tipo de barreras. Esto puede ejemplificarse de la siguiente manera: Cualquier persona que participe en una carrera de 100 metros se sentirá cansado al completarla, mientras que quien participe en una carrera de 400 metros no sentirá fatiga hasta pasar la marca de 100 o 200 metros. Por lo tanto, tu alma tendrá la resolución y la voluntad que te propongas. Nunca te desanimes mientras todos los días des un nuevo paso en esa dirección. Entonces, ¿qué es lo que bloquea al alma haciendo que se entristezca y permanezca en una prisión oscura? La res-

puesta es el desánimo, la desesperanza buscar errores en los demás y hablar constantemente de los males del mundo.

Bendito es aquel que tiene un maestro que lo ayuda a desarrollar sus capacidades naturales y ampliar sus horizontes. El mejor maestro es aquel que inculca amabilidad y generosidad a su alumno, a la vez que le enseña que la búsqueda más noble que puede emprender es ser, según sus posibilidades, una fuente de bondad para los demás. El alma debe ser como el sol, que irradia luz y esperanza. El corazón debe estar lleno de ternura, virtud, benevolencia y de un amor genuino para diseminar la bondad a todos aquellos que se conecten con él.

El alma que sonríe puede ver las dificultades y por medio del amor superarlas. Cuando tiene problemas, sonríe, porque disfruta del desafío de buscar la oportunidad de resolverlos y superarlos. El alma triste al enfrentarse con un problema, lo exagera y menosprecia su propia determinación, a la vez que desperdicia su tiempo en justificaciones. Le gusta el éxito, pero no está dispuesta a pagar su precio. En todo camino que debe recorrer, ve un león al acecho. Se limita a esperar que el oro “caiga de arriba” o que un tesoro aparezca bajo sus pies.

Las dificultades de la vida son relativas porque para la persona mediocre todo es difícil, mientras que para el vivaz no existen grandes problemas.

La persona sagaz aumenta su valor al superar los obstáculos mientras que el débil se enferma tratando de escapar de los problemas. Los problemas pueden compararse con un perro. Cuando el animal ve que uno tiene miedo o sale corriendo, ladra y nos persigue. Sin embargo, cuando uno no le teme y lo enfrenta mirándolo a los ojos con firmeza, se retira y deja libre el camino.

Además, no existe nada más dañino que el sentimiento de inferioridad, un sentimiento que hace perder a quien lo sufre la fe en

su propia capacidad. Por ello, cuando éste se embarca en un proyecto, comienza a dudar de poder completarlo con éxito y actúa de la misma manera alimentando así sus dudas. Por consiguiente, falla. Tener confianza en uno mismo es una virtud muy noble y es uno de los pilares del éxito en la vida. Cabe advertir, sin embargo, que existe una gran diferencia entre la confianza en uno mismo y la vanidad. Ser engreído significa que uno confía en una imaginación engañosa y un falso orgullo. Tener confianza significa fiarse en la aptitud de ser capaz de cumplir con las responsabilidades.

Es vasta la necesidad que tenemos de una sonrisa, un rostro amigable, buenos modales y un alma generosa y atenta. El Profeta ﷺ dijo:

“Allah me ha revelado que deben ser humildes, tanto que ninguno se exceda con sus pares ni sea arrogante u orgulloso con los demás”.

## **Reflexionemos:**

**Nada te turbe**, porque ya en el pasado cuando estuviste triste, tu situación no mejoró en absoluto por sentir aflicción. ¿Acaso cuando te deprimiste porque a tu hijo le fue mal en la escuela, tu depresión mejoró sus notas? ¿Acaso cuando te sentiste muy abatido por el fallecimiento de tu padre, tu tristeza le devolvió la vida? ¿Acaso cuando perdiste tu negocio y te entristeciste, tu amargura cambió la situación y convirtió tus pérdidas en ganancias?

**Nada te turbe**, porque si te desanimas y entristeces por una adversidad, sólo conseguirás otro fracaso. Si te deprimes por la pobreza, sólo lograrás empeorar esa angustiante situación. Si caes en un estado sombrío debido a las palabras de tus enemigos, sin querer los estarás ayudando en sus ataques contra ti. Cuántas

## *Nada te turbe*

veces te preocupaste porque sentías que sucedería algo malo, mas eso nunca sucedió.

**Nada te turbe**, pues una gran mansión no te protegerá de los efectos de la depresión; ni tampoco lo podrán hacer un bello cónyuge o una riqueza abundante o una buena posición o numerosos hijos.

**Nada te turbe**, porque la tristeza hace que veas veneno donde no hay más que agua fresca y que veas un cactus cuando en realidad estás viendo una rosa o un desierto cuando estás vislumbrando un jardín exuberante y que sientas que estás en una prisión agobiante cuando en realidad estás viviendo en una tierra vasta y espaciosa.

**Nada te turbe**, pues posees un cuerpo sano, con miembros fuertes, y además vives en paz y seguridad. «¿Cuál de las gracias de vuestro Señor negaréis?» (Corán 55:13)

**Nada te turbe**, pues posees al Islam: la verdadera religión, como tu modo de vida, y además tienes una morada donde vivir, pan para comer, agua para beber, ropas que vestir y un cónyuge en quien encontrar contención, ¿por qué tendrías que sentir tristeza entonces?

## **La bendición del dolor**

El dolor no es siempre una fuerza negativa ni es algo que deberíamos odiar. En ocasiones el sufrimiento en la vida de una persona puede traerle beneficios.

Quizás recuerdes que en algunas ocasiones cuando sentiste mucho dolor, suplicaste y recordaste a Allah ﷻ con sinceridad. Cuando una persona se dedica mucho tiempo a estudiar, suele sentir que las pesadas cargas lo agobian, y quizás sea el peso de la monotonía; pero llegará el momento en que se graduará y dejará

esa etapa de su vida. Aunque haya sentido la carga del dolor al comienzo, al final sentirá alivio y alegría por su graduación.

Los dolores, la pasión, la pobreza, las burlas de los demás, la frustración y la impotencia frente a las injusticias: todo eso hace que el poeta escriba fluidos versos cautivadores. Esto se debe a que siente el dolor en carne propia, en sus nervios, en su sangre y, como resultado, puede transmitir a través de sus obras las mismas emociones a los corazones de los demás. ¡Cuántas experiencias dolorosas tuvieron que atravesar los mejores escritores para poder inspirarse y realizar las obras más brillantes, que hoy en día continúan beneficiando a la posteridad y son el deleite de todos!

El estudiante que vive cómodamente y en reposo, que no se siente afligido por las dificultades o que nunca ha enfrentado obstáculos, será improductivo, perezoso y letárgico.

De hecho, el poeta que no conoce el dolor y que nunca ha sentido la amargura de la decepción no producirá más que montones de palabras de escaso valor. Esto es debido a que sus palabras salen de su boca y no provienen de sus emociones ni de sus sentimientos y, si bien puede comprender lo que ha escrito, su corazón y su cuerpo no han vivido tal experiencia.

Las diversas situaciones que debieron enfrentar los primeros creyentes fueron mucho más valiosas e ilustres que los ejemplos mencionados anteriormente, ya que quienes vivieron durante el período de la revelación fueron parte de la revolución religiosa más importante que haya visto la humanidad. De hecho, tenían una fe más elevada, corazones más nobles, sus palabras eran veraces y sinceras y su conocimiento más profundo que sus sucesores: todo ello debido a que atravesaron el dolor y el sufrimiento que son las condiciones necesarias de las grandes revoluciones. Sintieron el dolor del hambre, la pobreza, el rechazo, el abuso, el desarraigo de su hogar y de su país. Padecieron la pérdi-

da de todos los placeres, el dolor de las heridas, la tortura y hasta la muerte. Fueron de verdad los elegidos y conformaron una minoría especial de la humanidad porque eran modelos de pureza, nobleza y sacrificio.

«Sabad que [los combatientes] no sufrirán sed, cansancio ni hambre mientras luchen por la causa de Allah, y tampoco pisarán terreno alguno que enfurezca a los incrédulos ni les alcanzará alguna hostilidad de los enemigos sin que les sea registrado una obra buena por ello; Allah no deja que se pierda la recompensa de los benefactores.» (Corán 9:120)

En la historia del mundo existieron aquellos que produjeron sus obras más grandiosas debido al dolor y el sufrimiento que vivieron. Al-Mutanabbi escribió algunos de sus mejores poemas cuando padecía una terrible fiebre. An-Nu'mân Ibn Mundhir amenazó de muerte a An-Nâbigah y fue en ese momento cuando éste último produjo parte de su mejor poesía. La siguiente es una traducción aproximada de un conocido poema suyo:

“Ciertamente tú eres el sol y los otros reyes las  
estrellas; porque cuando el sol sale, ninguna  
de las estrellas que están en el cielo es visible”.

Con toda certeza, existen muchos ejemplos de personas que prosperaron y lograron metas como resultado del sufrimiento vivido.

Por lo tanto, no te sientas excesivamente ansioso al pensar en el dolor y no le temas al sufrimiento, pues cuando enfrentes el dolor y el sufrimiento seguramente saldrás fortalecido. Es mucho más puro y noble vivir con un corazón ardiente y apasionado que vivir con la existencia sombría de una persona que tiene un corazón frío y una mirada limitada.

«Si [los hipócritas] hubieran querido realmente combatir se habrían preparado para tal fin, pero Allah no quiso que salieran



[con vosotros] y les infundió desgano y se les dijo: Permaneced con quienes se quedan [por estar verdaderamente eximidos].» (Corán 9:46)

Las palabras de un fervoroso sermón pueden alcanzar las profundidades más extremas del corazón y penetrar en las regiones más ocultas del alma, porque generalmente quien dice tales sermones ha vivido en carne propia el dolor y el sufrimiento.

«...y sabiendo la fe que había en sus corazones hizo descender el sosiego sobre ellos y los recompensó con una victoria cercana» (Corán 48:18)

Algunos libros están llenos de sermones que no conmueven a nadie ni dejan ninguna enseñanza a quienes los escuchan. El orador (cuyos sermones fueron impresos) no habla con sentimiento o dicho de otra manera, no experimentó el dolor y el sufrimiento.

He leído muchos libros de poesía, y un gran porcentaje de ellos carecen de pasión, no tienen vida ni alma. Esto es así porque sus autores no tuvieron que soportar dificultades y porque estaban rodeados de comodidades y placeres. De allí que sus obras son frías, como bloques de hielo.

«...porque decían lo que no había en sus corazones.» (Corán 3:167)

Si deseas influir o causar impacto en la vida de los demás, ya sea con tus consejos o con tu poesía, o incluso con tus actos, primero debes sentir la pasión en tu interior. Debes conmoverte con los significados de lo que estás tratando de transmitir. Sólo entonces, tomarás conciencia de la influencia que puedes tener sobre los demás.

«¡Oh, hombres! Si tenéis dudas de que tenemos poder para resucitaros, sabed que Nosotros hemos creado [a Adán] de ba-

rro, luego [a toda su descendencia] de un cigoto que luego se transforma en un embrión, luego en una masa de tejidos, algunos ya formados y otros por formarse; ello es una evidencia [de Nuestro poder y sabiduría]; y preservamos en los úteros maternos a aquellos que decretamos que completen su gestación. Os hacemos nacer y luego de la infancia llegáis a la madurez; de vosotros hay quienes mueren [antes de esta etapa] y quienes alcanzan la senectud y ya no recuerdan nada del conocimiento que adquirieron. Y podéis observar también a la tierra árida, que cuando hacemos que llueva sobre ella, ésta se remueve, se hincha y hace brotar toda clase de plantas bellas.》 (Corán 22:5)

## **La bendición del conocimiento**

《...y te ha enseñado lo que no sabías. El favor de Allah sobre ti es grandioso.》 (Corán 4:113)

La ignorancia mata a la conciencia y al alma de la persona.

《Te advierto para que no te cuentes entre los ignorantes.》 (Corán 11:46)

El conocimiento es una luz que nos guía hacia la sabiduría. Es vida para el alma y combustible para la personalidad.

《¿Acaso aquel que estaba muerto [de corazón, perdido en la incredulidad] y le dimos vida [guiándole], y le proporcionamos una luz con la cual transita entre la gente es igual a aquel que se encuentra entre tinieblas y no puede salir de ellas?》 (Corán 6:122)

La felicidad y el buen ánimo llegan de la mano de la educación, porque a través del conocimiento uno puede alcanzar sus metas y descubrir lo que hasta entonces estaba oculto. El alma, por su propia naturaleza, ansía la adquisición de nuevos conocimientos para estimularse a sí misma y también a la mente.

La ignorancia provoca aburrimiento y angustia porque el ignorante lleva una vida que nunca ofrece nada nuevo ni estimula a la mente. Ayer igual que hoy, hoy igual que mañana, y así sucesivamente.

Si deseas la felicidad, debes buscar instruirte y adquirir nuevos conocimientos y verás cómo la ansiedad, la depresión y la angustia se alejarán de ti.

«...y di: ¡Oh, Señor mío! Acrecienta mi conocimiento.» (Corán 20:114)

«¡Lee! En el nombre de tu Señor, Quien creó todas las cosas.» (Corán 96:1)

El Profeta ﷺ dijo:

“Si Allah ﷻ quiere el bien para alguien, le concede conocimiento en la religión”.

Por lo tanto, si alguien es ignorante, no debe estar orgulloso de su riqueza ni de su estatus social pues su vida carece de significado y sus logros serán penosamente incompletos.

«¿Acaso quien reconoce que lo que te reveló tu Señor es la Verdad es igual al ciego [de corazón]?» (Corán 13:19)

Az-Zamajshari, reconocido exegeta del Corán, dijo en una poesía:

“Las noches en vela que paso aprendiendo las ciencias, son más valiosas para mí que la compañía y las caricias de una mujer encantadora, mi éxtasis y mi regocijo al lograr entender un concepto difícil son más deliciosos para mí que la más exótica de las bebidas, más placenteros para mí que el sonido de una mano de mujer sobre el tambor son mis manos sobre mis

papeles para quitarles el polvo. Oh, aquel que intenta llegar a mi nivel sólo mediante un pensamiento deseoso, cuánta diferencia existe entre quien cree que el dolor de escalar es demasiado y aquel que escala y llega a la cima, Trabajo duro toda la noche, mientras tú duermes, ¿mas crees que me superarás?”

¡Cuán noble es el aprendizaje! ¡Y a través de él, cuán feliz es el alma!

«¿Acaso quien se aferra a los preceptos de su Señor [y tiene conocimiento sólido acerca de ellos] puede compararse con quien [seducido por Satanás] ve sus malas obras como buenas y sigue sus pasiones?» (Corán 47:14)

## **El arte de la felicidad**

Una de las mayores bendiciones es tener un corazón apacible, estable y feliz. Ya que cuando estamos felices, la mente se despeja y nos permite ser personas productivas. Se dice que desarrollar la felicidad en nuestro interior es un arte que se debe cultivar. Y si lo aprendes, recibirás bendiciones en esta vida. Pero, ¿cómo se aprende?

Un principio básico para alcanzar la felicidad es tener la capacidad de soportar y manejar cualquier situación. Por lo tanto, no debes dejarte regir por las circunstancias difíciles ni tampoco debes molestarte por problemas insignificantes. Cualquier persona si desarrolla la pureza en su corazón y la capacidad de soportar dificultades puede alcanzar la felicidad. Al poner en práctica la paciencia y la tolerancia, las calamidades te serán mucho más fáciles de soportar.

Lo opuesto a la felicidad es tener una visión limitada que no nos permita ver más allá de una corta distancia, y preocuparse por

uno mismo olvidándose del mundo y de todo lo que hay en él. Allah ﷻ describió a sus enemigos de la siguiente manera:

«Otros, en cambio, preocupados tan sólo por su suerte » (Corán 3:154)

Es como si se creyeran tan importantes como todo el universo, o al menos el centro del mismo. No piensan en los demás ni tampoco viven por nadie que no sea por ellos mismos. Debes preocuparte por ti pero también por los demás, incluso alejarte un poco de tus propios problemas para olvidar las heridas que hay en tu vida. Al hacer esto obtendrás dos cosas: ser feliz y dar alegría a los que te rodean.

Una actitud básica para desarrollar el arte de la felicidad es frenar y restringir nuestros pensamientos, no permitir que se extravíen o se escapen y se desenfrenen. Porque si dejas que tus pensamientos divaguen a su antojo, correrán salvajemente y terminarán por controlarte. Abrirán el registro de las penurias del pasado y te recordarán la historia de tus infortunios, comenzando por el día en que saliste del vientre de tu madre. Si vacilas recordando esos pensamientos, te traerán imágenes de las dificultades del pasado y te presentarán un futuro aterrador. También estremecerán todo tu ser y provocarán que tus sentimientos se enfurezcan. Por lo tanto, debes restringirlos, dirigirlos y concentrarlos para pensar solamente en cosas fructíferas y trabajos benéficos.

«Encomiéndate al Viviente Inmortal» (Corán 25:58)

Otro de los principios del arte de la felicidad es apreciar la vida en este mundo según su verdadero mérito y valor. Esta vida es frívola y no te garantiza nada excepto que algún día deberás dejarla. Esta vida está llena de calamidades, dolores y heridas. Si esa es la descripción de esta vida, ¿cómo puede uno entonces verse afectado por calamidades menores o cómo puede uno la-

mentarse por cosas tan materiales como las que suceden a diario? Los mejores momentos de la vida están viciados, sus promesas futuras son meros espejismos, los exitosos son envidiados, el bendecido está amenazado constantemente y los que aman se ven sorprendidos de repente por la desgracia.

Un Hadíz dice:

“El conocimiento sólo se adquiere mediante el aprendizaje, y la benevolencia se adquiere mediante la tolerancia”.

Si uno intentara aplicar el significado de este Hadíz al tema que estamos tratando, podríamos ir un paso más allá y decir que la felicidad se logra manifestándola. Es decir, se la adquiere sonriendo constantemente, buscando razones para estar felices e incluso obligando a la felicidad a entrar en nosotros, así hasta que algún día llegue por sí sola.

La verdad es que no se puede evitar todo resabio de angustia, porque la vida fue creada como una prueba:

«Que por cierto creamos al hombre y éste deberá soportar las adversidades [de esta vida y la otra].» (Corán 90:4)

«Por cierto que creamos al hombre de una gota de esperma capaz de reproducirle y lo pusimos a prueba [para distinguir al creyente del incrédulo]. Y le agradecemos con el oído y la vista.» (Corán 76:2)

«...[todo ello] para probaros y distinguir a quienes de vosotros obran mejor.» (Corán 11:7)

Pero el mensaje que trato de darte es que debes, en la medida de lo posible, reducir la cantidad y la intensidad de tu angustia. En cuanto a estar totalmente libre de angustia, eso es algo que pueden conseguir los habitantes del Paraíso en el Más Allá. Es por esta razón que dirán:

«Y dirán: ¡Alabado sea Allah, que ha hecho desaparecer toda tristeza de nosotros!» (Corán 35:34)

Esto prueba que la angustia no se irá del todo hasta tanto no estemos en el Paraíso. De igual manera, los rencores.

«Y purificaremos sus corazones de todo rencor.» (Corán 15:47)

Por eso cuando una persona conoce la naturaleza de este mundo y sus cualidades, se da cuenta de que es engañoso y frívolo, entiende totalmente que esa es su naturaleza y descripción. Un poeta árabe dijo lo siguiente:

“Has jurado no traicionarnos en nuestros pactos y es como si hubieras hecho otros votos que al final nos engañarás”.

Si el mundo es como yo lo he descrito aquí, entonces la persona inteligente no debe ayudarlo en su embestida, no debe rendirse a la depresión y la ansiedad. Lo que debemos hacer es defendernos de todos los sentimientos que puedan dañar nuestras vidas, como una guerra que debemos librar utilizando todas nuestras fuerzas para obtener la victoria.

«Y preparad contra los incrédulos cuanto podáis de fuerzas [de combate] y caballería, para que así amedrentéis a los enemigos de Allah que también son los vuestros» (Corán 8:60)

«i...sin perder la fe por los reveses padecidos en la causa de Allah, flaquear o someterse al enemigo! Allah ama a los perseverantes.» (Corán 3:146)

## **Reflexionemos:**

**Nada te turbe**, pues si eres pobre, seguramente habrá muchas personas que también tengan deudas como tú. Si no tienes tu propio medio de movilidad, seguramente habrá alguien que no

posee sus piernas o que no puede movilizarse. Si tienes razones para quejarte del dolor de la enfermedad, seguramente habrá alguien que está postrado desde hace varios años. Y si has perdido un hijo, seguramente alguien perdió toda su familia en un inesperado accidente de tránsito.

**Nada te turbe**, pues eres un musulmán que cree en Allah ﷻ, Sus Mensajeros, Sus ángeles, el Más Allá, el designio divino y la predestinación, tanto lo bueno como lo malo de ella. Mientras has sido bendecido con esta fe, la cual es la mayor de las bendiciones, otros descreen de Allah ﷻ, desacreditan a los Mensajeros, difieren entre ellos con respecto al Libro, niegan el Más Allá y desvían su entendimiento del Designio Divino.

**Nada te turbe**, porque si te sientes triste, estarás alterando tu alma y tu corazón y no podrás conciliar el sueño con tranquilidad.

Un poeta árabe dijo:

“Con cuánta frecuencia la desesperanza se apodera del joven cuando se ve afligido, y en Allah ﷻ está la salida. Cuando la situación se torna insoportable y la cuerda se tensa y parece cortarse, todo se soluciona a pesar que en ningún momento pensó que podría salvarse”.

## **Controla tus emociones**

Las emociones se alteran por dos razones: por la alegría extrema o por un dolor intenso. En un Hadíz, el Profeta ﷺ dijo:

“Se me ha prohibido emitir dos sonidos tontos y perversos en dos estados: ante la felicidad extrema y ante las calamidades”.

﴿No os desesperéis por lo que no habéis conseguido y no os regocijéis por lo que se os ha concedido.﴾ (Corán 57:23)



Por esta razón, el Profeta ﷺ dijo:

“La verdadera paciencia es aquella que se manifiesta ante el primer impacto”.

Por lo tanto, cuando uno contiene sus emociones, tanto en ocasiones felices como en la adversidad, tiene más probabilidades de alcanzar la paz y la tranquilidad, la felicidad y el alivio y el sabor del triunfo sobre sí mismo. Allah ﷻ describió al hombre como exultante, jactancioso, irritable, desconforme cuando el mal le avecina y mezquino cuando le llega el bien. Las excepciones, según nos dice Allah ﷻ, son aquellos que permanecen constantes en la oración. Ya que se encuentran a mitad camino entre los momentos de alegría y de tristeza. Son agradecidos en tiempos de buenaventura y pacientes al atravesar dificultades.

Las emociones descontroladas pueden desgastar a una persona, causando dolor e insomnio. Cuando un hombre se enoja, se enfurece, amenaza a los demás, pierde el control sobre sí mismo y sobrepasa las fronteras de la justicia y del equilibrio. Mientras que si está feliz, se olvida de sí mismo y sobrepasa los límites de la modestia. Cuando se aleja de una persona, la subestima, olvida sus virtudes y menosprecia sus buenas cualidades. Y contrariamente, cuando ama a alguien, no escatima en distintas formas de elogios y veneración, mostrándola como el pináculo de la perfección. El Profeta ﷺ dijo:

‘Ama con moderación, ya que puede llegar el día en que aborrezcas a quien amabas. Odia con moderación, ya que puede llegar el día en que ames a quien aborrecías’.

En otro Hadîz, el Profeta ﷺ dijo:

“Te pido (Oh Allah) que me hagas justo, tanto en momentos de ira como de alegría”.

Si una persona le pone límites a sus emociones, controlando su mente y dando a cada asunto la importancia que le corresponde, habrá dado un paso más en el camino de la sabiduría y el verdadero entendimiento.

«Por cierto que enviamos a nuestros Mensajeros con las pruebas evidentes e hicimos descender con ellos el Libro y la balanza de la justicia para que los hombres sean equitativos.» (Corán 57:25)

De hecho, el Islam trajo consigo el equilibrio que es necesario tanto en los asuntos morales como en la conducta.

«Hicimos de vosotros una comunidad moderada y justa» (Corán 2:143)

Es una obligación ser justo en nuestros modales y todos los demás asuntos de nuestra vida. El Islam se basa en la verdad, la justicia y la honestidad.

«La Palabra de tu Señor [el Corán] es completamente cierta y justa.» (Corán 6:115)

## **La felicidad de los Compañeros por la presencia del Profeta Muhammad ﷺ**

Nuestro Profeta Muhammad ﷺ fue enviado a los hombres con un mensaje celestial. No se presentó motivado por ambiciones mundanas, no ansiaba fortuna y no poseía riqueza para gastar ni huertas magníficas de las cuales comer ni castillos en donde vivir. A pesar de todo esto, sus seguidores incondicionales le dieron su promesa de lealtad y permanecieron firmes junto a él, soportando una vida muy dura llena de dificultades. En un comienzo eran débiles y tenían la hostilidad de los que los acechaban, pero aún así, amaban total e incondicionalmente al Profeta ﷺ.

En una ocasión, fueron sitiados en un paso de montaña, y la comida escaseó durante un tiempo. Ofendieron su reputación varias veces. Además, sus propios parientes les declararon la guerra y los atacaron; pero su amor por él seguía incólume.

Algunos de ellos fueron arrastrados por las ardientes arenas del desierto, otros fueron encarcelados y sometidos a nuevas formas de castigo puestas en práctica por los incrédulos. Aún teniendo que sufrir todo eso, lo amaban sin reservas con toda su alma y corazón.

Fueron privados de sus hogares, de su territorio, de su familia y se quedaron sin riqueza. A pesar de todo este sufrimiento, lo amaban sin dudar.

Los creyentes fueron probados en su fe a través del mensaje del Profeta ﷺ. La tierra bajo sus pies se sacudió violentamente y aún así, el amor por él siguió creciendo en sus corazones.

Los jóvenes más destacados fueron amenazados constantemente por espadas que se erguían sobre sus cabezas.

Los hombres caminaban tranquilamente por el campo de batalla y avanzaban hacia la muerte sin temor como si estuvieran de paseo, por la simple razón que lo amaban incondicionalmente y creían en su Mensaje.

Uno de ellos recibió la responsabilidad de llevar el mensaje del Profeta ﷺ al rey de un país extranjero sabiendo que se trataba de una misión de la cual no regresaría. Sin embargo, fue y cumplió con su tarea. Otro fue enviado en una misión y a pesar que sabía que seguramente iba a morir, la cumplió feliz porque amaba al Profeta ﷺ de manera absoluta.

Pero, ¿por qué lo amaban y estaban tan felices con su mensaje y su ejemplo? ¿Por qué olvidaban el dolor, el sufrimiento y las dificultades que les llegaban como resultado de su amor?

Dicho en pocas palabras, él representaba la benevolencia y la rectitud. Encontraban en él todos los signos de verdad y pureza. Era un símbolo para aquellos que buscaban la superioridad. Con su ternura apaciguaba el rencor de los corazones, con sus palabras llenas de verdad calmaba las inquietudes y con su mensaje colmaba de paz las almas.

Inundaba de felicidad sus corazones, hasta reducir a algo insignificante el dolor que ellos sufrían por estar a su lado. Cultivó en sus almas una creencia que les hizo olvidar toda herida y toda adversidad que tuvieron que atravesar.

El Profeta ﷺ pulió e iluminó su interior la gufa divina. Les quitó la carga de la ignorancia, las depravaciones de la idolatría y las consecuencias malignas del politeísmo. Apagó las llamas de la malicia y la animosidad que había en sus almas y vertió el agua de la fe en sus corazones.

Saborearon la belleza de la vida con él y conocieron el deleite de su compañía. Encontraron la felicidad a su lado, la seguridad y la salvación al seguirlo y la riqueza interior al imitarlo:

«Y no te enviamos [¡Oh, Muhammad!] sino como misericordia para los mundos.» (Corán 21:107)

«...y tú [¡Oh, Muhammad!] en verdad, guías al sendero recto» (Corán 42:52)

«Con el cual Allah guía a quienes buscan Su complacencia hacia los caminos de la salvación, les extrae con Su voluntad de las tinieblas hacia la luz...» (Corán 5:16)

«Él es Quien eligió de entre los iletrados [los árabes] un Mensajero para que les recite Sus preceptos, les purifique y les enseñe el Libro y la sabiduría. Y por cierto que antes de ello se encontraban en un evidente extravío.» (Corán 62:2)

« Aquellos que siguen al Mensajero y Profeta iletrado [Muhammad], quien se encontraba mencionado en la Torá y el Evangelio, que les ordena el bien y les prohíbe el mal, les permite todo lo beneficioso y les prohíbe lo perjudicial y les abroga los preceptos difíciles que pesaban sobre ellos [la Gente del Libro]; y quienes crean en él, lo secunden, defiendan y sigan la luz que le ha sido revelada [el Corán] serán quienes tengan éxito.» (Corán 7:157)

« ¡Oh, creyentes! Obedeced a Allah y al Mensajero cuando os exhortan a practicar aquello que os vivifica [el Islam]. » (Corán 8:24)

« Aferraos todos a la religión de Allah y no os dividáis. Recordad la gracia de Allah al hermanaros uniendo vuestros corazones después de haber sido enemigos unos de otros y cuando os encontrasteis al borde de un abismo de fuego, os salvó de caer en él. Así os explica Allah Sus signos para que sigáis la guía.» (Corán 3:103)

Oh Allah, que Tus bendiciones y Tu paz sean sobre Muhammad ﷺ, quien liberó las mentes de las trabas que provoca la desviación y rescató a las almas de la falsedad. Ten Misericordia de sus nobles compañeros como recompensa por su lucha y sus esfuerzos.

## Combate el aburrimiento de tu vida

Aquel que tiene una vida rutinaria, inevitablemente terminará por convertirse en víctima del aburrimiento, en especial porque el hombre - por su propia naturaleza - se hastía al no producir cambios en su vida. Por esta razón, Allah ﷻ nos agració con una variedad de tiempos, lugares, comidas y bebidas, y con diversidad en todas las formas de la creación: noche y día, llanuras y montañas, blanco y negro, calor y frío, sombra y luz, dulce y amargo. Allah ﷻ mencionó esta diversidad en Su libro:

«Luego comed de todos los frutos y transitad por donde os ha facilitado vuestro Señor.» (Corán 16:69)

«Y en la Tierra hay regiones colindantes cuyos terrenos son variados, en ellos hay huertos de vides, cultivos de cereales, palmeras de un solo tranco o de varios; todo es regado por una misma agua, algunas dispuso que tuvieren mejor sabor que otras; ciertamente en esto hay signos [de Nuestro poder] para quienes reflexionan.» (Corán 13:4)

«Él es Quien ha creado huertos, unos con plantas rastreras y otros con plantas que crecen hacia lo alto, [y ha creado también] las palmeras, las plantas de diferentes frutos, los olivos, y los granados; [todos de aspecto] parecido pero [de frutos con sabores] diferentes.» (Corán 6:141)

«¿No observas que Allah hace descender del cielo el agua y con ella hace brotar diversas clases de frutos, y que algunas montañas tienen vetas blancas, rojas, de diversos colores y muy negras, y que tanto los hombres, los animales y los rebaños, los hay de diferentes clases? Los más temerosos de Allah son los sabios de entre Sus siervos. En verdad Allah es Poderoso, Absolvedor.» (Corán 35:27-28)

«Así es como alternamos el triunfo [la alegría] y la derrota [la tristeza].» (Corán 3:140)

Los hijos de Israel se cansaron de comer la única clase de alimento que recibían, simplemente porque era lo único que comían aunque ésta era la mejor de las comidas.

«Y cuando dijisteis: ¡Oh, Moisés! No podremos seguir tolerando una sola clase de alimento, invoca a tu Señor por nosotros para que nos agracie con lo que brota de la tierra: sus verduras, pepi-

nos, ajos, lentejas y cebollas. Dijo: ¿Es que queréis cambiar lo mejor por lo peor? Dirigíos a Egipto que allí tendréis lo que pedís. Y les azotó la humillación y la miseria, e incurrieron en la ira de Allah. Esto porque no creyeron en los signos y preceptos de Allah, mataron a los Profetas injustamente, se rebelaron y transgredieron la ley.﴾ (Corán 2:61)

Al-Ma'mun alternaba entre leer, ponerse de pie, sentarse y acostarse, y decía:

“El alma está siempre propensa al aburrimiento”.

﴿Aquellos que invocan a Allah estando de pie, sentados o recostados, meditan en la creación de los cielos y la Tierra y dicen: ¡Señor nuestro! No has creado todo esto en vano. ¡Glorificado seas! Presérvanos del castigo del Fuego.﴾ (Corán 3:191)

Deberías contemplar las distintas formas de adoración que establece el Islam. Hay actos que se realizan con el corazón, la palabra, los miembros corporales y la riqueza. La oración, la caridad, el ayuno, la peregrinación a La Meca y el esfuerzo por la causa de Allah ﷻ son algunos ejemplos de adoración. La oración implica ponerse de pie, reverenciar, postrarse y sentarse. Si deseas relajación, vitalidad y productividad continua, ponle diversidad a tu trabajo, a tu lectura y a tu vida cotidiana. En lo que respecta a la lectura, por ejemplo, lee una amplia gama de temas: El Corán y su explicación, la biografía del Profeta ﷺ y la de sus compañeros, Hadices, jurisprudencia islámica, historia, literatura y libros de conocimiento general, entre otros. Distribuye tu tiempo entre la adoración y aquello que es lícito, como visitar amigos, recibir invitados, practicar deportes o ir de excursiones. Verás cómo recuperas la vitalidad y te conviertes en una persona más brillante, esto es así porque el alma se regocija con la variedad y la novedad.

## **Sin ansiedad**

Nada te turbe ya que tu Señor dice:

«Por cierto que te hemos abierto el pecho [disponiéndolo para que pueda recibir la profecía].» (Corán 94:1)

El mensaje de este versículo engloba a todos aquellos que llevan la verdad, que ven la luz y que transitan por la guía del camino recto.

«¿Acaso aquel a quien Allah abrió su corazón para [que siga la guía y acepte] el Islam y él [por ello] está colmado por la luz de su Señor [se puede equiparar con quien no cree]? ¡Ay pues, de quienes tienen el corazón endurecido [y no aceptan] el Mensaje de Allah [el Corán]! Ciertamente ellos están en un evidente error.» (Corán 39:22)

Por lo tanto, la verdad hace que el corazón se abra pero la falsedad lo endurece.

«A quien Allah quiere guiar le abre el corazón para que acepte el Islam [el sometimiento a Él].» (Corán 6:125)

Por eso, la aceptación de esta religión y el apego a ella son una meta que no puede lograrse a menos que seamos bendecidos.

«No te entristezcas, pues Allah está con nosotros.» (Corán 9:40)

Todos los que poseen una fe segura en la protección de Allah ﷻ, Su tutela, Su vigilancia, Su amor y Su éxito, pronuncian las palabras que se relatan en este versículo coránico.

«A ellos [los creyentes] se les dijo: Los enemigos se han agrupado contra vosotros, temedles pues. Pero esto, por el contrario, les aumentó la fe y dijeron: Allah nos basta y Él es el mejor protector.» (Corán 3:173)



El hecho de que Allah ﷻ sea Suficiente para nosotros nos libera de la dependencia de los demás porque Su Tutela nos protege.

«¡Oh, Profeta! La protección de Allah es suficiente para ti y para los creyentes que te sigan.» (Corán 8:64)

«Encomiéndate al Viviente Inmortal y glorifícale. Él está bien informado de los pecados de Sus siervos.» (Corán 25:58)

«Sé paciente y sabe que la paciencia es una virtud que Allah concede a quien Le place. No te apenes [por la incredulidad de tu pueblo] ni te angusties por lo que tramán. Por cierto que Allah está con los piadosos y con los benefactores.» (Corán 16:127-128)

Cuando Allah ﷻ dice que se encontraba con ellos, en verdad se refiere a una bendición especial para Sus siervos devotos y obedientes en cuanto a protección, cuidado, apoyo y tutela. Esto es proporcional al nivel de la fe, las obras y los esfuerzos.

«No os desaniméis ni os entristezcáis porque si sois creyentes, seréis vosotros quienes triunfen.» (Corán 3:139)

«Ellos sólo podrán agraviaros [con sus calumnias] y cada vez que os combatan huirán por temor y no serán socorridos.» (Corán 3:111)

«Allah ha decretado que Él y Sus Mensajeros vencerán. Ciertamente Allah es Fortísimo, Poderoso.» (Corán 58:21)

«Por cierto que socorreremos a Nuestros Mensajeros y a los creyentes en esta vida y también el Día del Juicio cuando comparezcan los [Ángeles] testigos.» (Corán 40:51)

«...y [me refugio en Allah y] confío mis asuntos a Él; ciertamente Allah bien ve lo que hacen Sus siervos.» (Corán 40:44-45)

*Nada te turbe*

«Cuando dos de vuestras tropas temieron flaquear, Allah fue su Protector. Es a Allah que los creyentes deben encomendarse.»  
(Corán 3:122)

### **Nada te turbe: Vive hoy como si fuera el último día de tu vida**

Con esta perspectiva mental y esta visión de la vida, ¿por qué te entristeces cada día o te enojas o irritas? No existe ninguna razón para dejar que la tristeza o la ira se apoderen de ti y roben tu tiempo. El Profeta ﷺ dijo lo siguiente en un Hadîz:

“Cuando llegue la mañana, no esperes alcanzar la noche y cuando veas la noche, no esperes alcanzar la mañana”.

En otras palabras, vive con todo tu corazón, tu cuerpo y tu alma sólo por hoy, sin vivir en el pasado y sin estar ansioso por el futuro. Un poeta árabe escribió:

“El pasado se perdió para siempre y aquello que se anhela es parte de lo desconocido, por eso todo lo que posees es el presente”.

Arrastrar penas del pasado al presente y preocuparse por lo sucedido son señales de una mente inestable.

Hay un proverbio chino que dice:

“No cruces el puente antes de llegar”.

Dicho de otra manera, no estés ansioso hasta tanto no llegue el momento.

Uno de nuestros piadosos predecesores dijo:

“Oh hijo de Adán, ciertamente sólo tienes tres días: Ayer, el cual ya te ha abandonado; mañana, que aún no ha llegado; y hoy, en el cual debes temer a Allah ﷻ y obedecerle”.

¿Cómo puede vivir aquel que lleva consigo las preocupaciones del pasado, el presente y el futuro? ¿Cómo puede encontrar paz cuando vive constantemente recordando cosas que ya sucedieron? Cuando recuerdas un hecho del pasado, revives el dolor padecido, mas todo ese proceso no te beneficia en nada.

El significado de la expresión: “cuando llegue la mañana, no esperes alcanzar la noche y cuando veas la noche, no esperes alcanzar la mañana” es que no debemos tener esperanzas muy elevadas o a largo plazo para este mundo. Espera la muerte y da lo mejor de ti para hacer buenas obras. No dejes que tus preocupaciones y ambiciones sobrepasen el límite del día en que vives, será un código que te permitirá concentrarte y depositar todas tus energías para ser productivo cada día. Es aconsejable que utilices el tiempo de manera eficiente y concentres todos tus esfuerzos en lograr algo para hoy, cuidando tu salud mejorando tus modales y tus relaciones con los demás.

### **Reflexionemos:**

**Nada te turbe;** porque lo que ha sido predestinado ya se decidió y sucederá te agrade o no. Las plumas se han secado, las páginas se plegaron y todos los asuntos han sido establecidos. Por lo tanto, tu tristeza no cambiará la realidad en lo más mínimo.

**Nada te turbe;** porque la tristeza es como un huracán que golpea las olas violentamente y produce cambios climáticos que destruyen los pimpollos de un jardín exuberante.

**Nada te turbe;** porque aquel que está triste es como quien vierte agua en una cubeta con un hoyo en el fondo o es como el escritor que usa su dedo para escribir en el agua.

**Nada te turbe;** porque la verdadera extensión de la vida se mide por el número de días que has estado conforme y feliz. No pases tus días angustiado ni desperdicies tus noches con tristeza, y no

*Nada te turbe*

desperdicies tu tiempo; porque ciertamente Allah ﷻ no ama a los derrochadores.

**Nada te turbe**; porque de verdad tu Señor perdona los pecados y acepta el arrepentimiento.

¿No sientes paz en tu corazón al leer esto? ¿Acaso tus preocupaciones no se alejan y percibes cómo la felicidad se apodera de todo su ser?

«Diles [¡Oh, Muhammad! a quienes transmitan Mi Mensaje que Yo digo]: ¡Oh, siervos Míos! Vosotros que os habéis excedido [cometiendo pecados] en detrimento propio, no desesperéis de la misericordia de Allah; por cierto que Allah puede perdonar todos los pecados, porque Él es Absolvedor, Misericordioso.» (Corán 39:53)

Allah ﷻ se dirige a ellos como 'siervos Míos' para suavizar sus corazones y almas. Menciona específicamente a los que se exceden, ya que están más dispuestos que otros a realizar actos de maldad de manera continua. ¡Cuánto mayor será entonces la piedad de Allah ﷻ para los demás! Aun así, Él les prohíbe que se desanimen y pierdan la esperanza de alcanzar el perdón. Y les informa que Él perdona todos los pecados de quienes se arrepienten, sean grandes o pequeños, muchos o pocos.

¿Acaso no sientes regocijo al leer los siguientes versículos coránicos?

«Aquellos que al cometer una obscenidad o iniquidad invocan a Allah pidiendo perdón por sus pecados y no reinciden a sabiendas, sepan que sólo Allah perdona los pecados.» (Corán 3:135)

«Quien obre mal o cometa iniquidad y luego pida perdón a Allah, encontrará que Allah es Absolvedor, Misericordioso.» (Corán 4:110)

«Si os apartáis de los pecados más graves perdonaremos vuestras faltas y os introduciremos en el Paraíso honrándoos.» (Corán 4:31)

«Si después de haber sido injustos hubieran recurrido a ti y pedido perdón a Allah, y también el Mensajero hubiera pedido perdón por ellos, habrían encontrado que Allah es Indulgente, Misericordioso.» (Corán 4:64)

«Ciertamente Yo soy Remisorio con quienes se arrepienten, creen, obran correctamente y perseveran en el sendero recto.» (Corán 20:82)

Cuando Moisés عليه السلام mató a un hombre, dijo:

“Oh mi Señor, perdóname” y Él lo perdonó.

Cuando David عليه السلام se arrepintió, Allah ﷻ dijo:

«Y le perdonamos, pues es de los más allegados a Nosotros; y ciertamente [en la otra vida] tendrá una bella morada [en el Paraíso].» (Corán 38:25)

¡Cuán compasivo, piadoso y generoso es Allah ﷻ! Él ofrece Su misericordia y perdón incluso a quienes creen en la trinidad si se arrepienten.

«Son incrédulos quienes dicen: Allah es parte de una trinidad. No hay más que una sola divinidad. Si no desisten de lo que dicen, un castigo doloroso azotará a quienes [por decir eso] hayan caído en la incredulidad. ¿Acaso no van a arrepentirse y pedirle perdón a Allah? Allah es Absolvedor, Misericordioso.» (Corán 5:73-74)

En un Hadíz auténtico, el Profeta ﷺ dijo:

“Allah ﷻ dice: ¡Hijo de Adán! Si Me suplicas con fe y esperanza, Yo te perdonaré los pecados que hayas cometido. ¡Hijo de Adáni Aun cuando tus pecados alcancen la altura de los cielos,

si Me pides que te perdone, Yo lo haré. ¡Hijo de Adán! Si se presentas ante Mí con tantos pecados como para llenar la Tierra, si no Me atribuyes copartícipe alguno, Yo te esperaré con un perdón de la misma magnitud”.

Al-Bujâri transmitió que el Profeta ﷺ dijo:

“Allah ﷻ extiende Su Mano en la noche para perdonar al que peca durante el día y extiende Su Mano en el día para perdonar al que peca durante la noche, y lo seguirá haciendo hasta que el sol salga por el poniente”.

En otro Hadîz, el Profeta ﷺ relata que Allah ﷻ dijo:

“¡Oh siervos Míos! Vosotros pecáis día y noche y Yo perdono todos los pecados; por ello, buscad el perdón que os perdonaré”.

En otro Hadîz auténtico, el Profeta ﷺ dijo:

“Por Aquel que posee mi alma en Su Mano, si no pecaseis, Allah ﷻ os borraría (de la faz de la Tierra) y traería otra nación que cometa pecados y luego implore a Allah ﷻ Su perdón, para así perdonarla”.

También dijo:

“Por Aquel que posee mi alma en Su Mano, si no cometierais pecados, tendría miedo que la arrogancia, que es más terrible que el pecado, os alcanzase”.

En otra narración auténtica, el Profeta ﷺ dijo:

“Todos vosotros cometéis errores, y por ello los mejores son aquellos se arrepienten constantemente”.

También dijo ﷺ en este Hadîz auténtico:

“Allah ﷻ es más feliz con el arrepentimiento de Su siervo que aquel que después de extraviar su montura con todas sus provisiones en un lugar desértico y buscarla hasta perder la

esperanza de encontrarla cae rendido bajo la sombra de un árbol y cuando despierta descubre que la montura está junto a él otra vez, y entonces exaltado por la extrema felicidad que lo envuelve dice por equivocación: ‘¡Oh Allah! Eres mi siervo y yo tu Señor’”.

En otro Hadíz auténtico el Profeta ﷺ dijo:

“Si un siervo comete un pecado y luego dice: ‘¡Oh Allah! Perdóname por mi pecado porque nadie perdona los pecados excepto Tú’; y si luego comete otro pecado y dice: ‘¡Oh Allah! Perdóname por mi pecado porque nadie perdona los pecados excepto Tú’; y si nuevamente comete otro pecado y dice: ‘¡Oh Allah! Perdóname por mi pecado porque nadie perdona los pecados excepto Tú’, entonces Allah ﷻ exclama: ‘Mi siervo sabe que tiene un Señor a Quien rendirle cuenta por sus pecados y que Él es Quien únicamente puede perdonárselos, por eso dejen que Mi siervo continúe obrando así’”.

El significado de esto es que en tanto y en cuanto el siervo de Allah ﷻ se arrepienta del pecado cometido, pida perdón a Allah por ello y se proponga firmemente no volver a incurrir en él, Allah ﷻ lo perdonará.

**Nada te turbe**, todo ocurrirá según está escrito en el designio divino y la predestinación

Todo ocurre de acuerdo con lo que ha sido decretado, y nada sucede en el Universo si no es mediante el Conocimiento de Allah, Su Permiso y Su Divino Plan. Este es un principio doctrinario de los musulmanes.

﴿No sucede ninguna desgracia en la Tierra ni os azota a vosotros mismos adversidad alguna sin que esté registrada en un libro [la Tabla Protegida] antes de que acaezca. Ello es fácil para Allah.﴾  
(Corán 57:22)

«Hemos creado todas las cosas en su justa medida.»(Corán 54:49)

«Y por cierto que os probaré con algo de temor, hambre, pérdida de bienes, vidas y frutos, pero albricia a los pacientes [que recibirán una hermosa recompensa].» (Corán 2:155)

En un **Hadîz** el Profeta ﷺ dijo:

“¡Qué maravillosa es la actitud del creyente! Todo lo beneficia: si le sucede algo bueno, está agradecido y esto es provechoso para él. Y si le alcanza una desgracia, es paciente y esto también es bueno para él. Ésta actitud positiva la posee sólo el creyente”.

En otro **Hadîz** auténtico el Profeta ﷺ dijo:

“Si suplicas, pide a Allah y si buscas ayuda, búscala en Allah. Sabe que aun cuando toda la humanidad se reuniera para beneficiarte en algo, no lo podrán lograr excepto si Allah ﷻ lo ha escrito para ti. Y si lo hicieran para causarte daño, no lo lograrán a menos que Allah ﷻ lo haya escrito para ti. Las plumas se han levantado y las páginas se han secado”.

El Profeta ﷺ también dijo:

“Ten en cuenta que lo que te ha acaecido no pudo haberse evitado y lo que no te ha sucedido no estaba destinado para ti”.

En otro **Hadîz** auténtico el Profeta ﷺ dijo:

“Lucha por aquello que te beneficia, busca ayuda en Allah, no te desesperes ni digas: si hubiera hecho tal y tal cosa, la situación habría sido distinta. Por el contrario, di lo siguiente: Allah lo ha decretado y lo que Él desea, acontece”.

En otro **Hadîz** auténtico, el Profeta ﷺ dijo:

“Todo lo que Allah ﷻ decreta para Su siervo es bueno para él”.

A Ibn Taimiiah le preguntaron si la desobediencia podía ser buena para alguien.



Respondió: “Sí, para aquel que se arrepiente sinceramente y pide perdón a Allah”.

Allah ﷻ dice:

«Es posible que detestéis algo y sea un bien para vosotros y que améis algo y sea un mal para vosotros. Allah sabe y vosotros no sabéis.» (Corán 2:216)

## **Nada te turbe, espera con paciencia un resultado feliz**

El siguiente Hadîz se encuentra en el libro de At-Tirmidhi:

“La mejor forma de adoración es esperar (con paciencia) un resultado feliz”.

«... y por cierto que ella está cercana.» (Corán 11:81)

Si estás afligido no te olvides que está surgiendo la mañana, por lo tanto espérala. Un proverbio árabe dice: “Si la cuerda se tensa demasiado, seguro se cortará”.

Dicho de otra manera, si una situación alcanza el nivel de crisis, seguramente llegará la luz y se abrirá una puerta. Allah ﷻ dice:

«Y sabed que Allah siempre le dará una salida a quien Le tema.» (Corán 65:2)

«Y sabed que Allah le facilitará a quien Le tema todos sus asuntos.» (Corán 65:4)

«Y sabed que Allah le perdonará a quien Le tema sus malas obras y le concederá una grandiosa recompensa.» (Corán 65:5)

En un Hadîz auténtico, el Profeta ﷺ dijo: “Allah ﷻ dice: ‘Seré con Mi siervo como él espera que Yo sea; por eso que piense respecto a Mí como le plazca”.

*Nada te turbe*

Allah ﷻ dice:

«Hasta que, cuando los Mensajeros se resignaron y tuvieron la certeza de que les desmentirían radicalmente, les llegó Nuestro socorro y salvamos a quien quisimos.» (Corán 12:110)

**Ten en cuenta que luego de las dificultades llega el alivio**

El Profeta ﷺ dijo en un Hadíz auténtico:

“Y recuerda que la victoria llega con la paciencia y el alivio con la dificultad”.

Un poeta árabe dijo:

“Algunos ojos no tienen descanso mientras que otros están dormidos, meditando lo que puede o no ocurrir. Por eso trata de preocuparte lo menos que puedas, porque la carga de la ansiedad lleva a la demencia, tienes a tu Señor, Quien dio solución a tus asuntos de ayer, y Él te la dará de igual manera para los que sucederán mañana”.

Otro poeta dijo:

“Deja que los hechos sigan su camino predestinado, y no duermas a menos que tengas la mente despejada, que de un momento a otro, en un cerrar y abrir de ojos, Allah ﷻ cambia todo de un estado a otro”.

**Reflexionemos:**

**Nada te turbe;** porque la tristeza hará que la riqueza que posees guardada con tus magníficos castillos y tus verdes jardines sólo te traigan angustias, penas y desesperanza.

**Nada te turbe;** porque ni el diagnóstico del médico ni sus medicinas podrán hacerte feliz si le permites a la tristeza morar en tu corazón, dejándola que se apodere de tus emociones y tu existencia.

**Nada te turbe;** porque tienes la facultad de suplicar a Allah ﷻ y posees la bendición de invocarle en el último tercio de la noche y postrarte ante Él tocando el suelo con tu frente.

**Nada te turbe;** si puedes beber agua pura, respirar aire fresco, caminar sobre tus pies sanos y dormir tranquilo en las noches.

**Nada te turbe;** y busca el perdón de Allah ﷻ frecuentemente, ya que tu Señor siempre perdona

«Implorad el perdón de vuestro Señor, pues es Remisorio, y así os enviará del cielo una lluvia abundante y os concederá muchos bienes e hijos; también jardines y ríos.» (Corán 71:10-12)

Busca el perdón en Allah ﷻ con frecuencia y así obtendrás soluciones a tus problemas, paz y tranquilidad, provisiones lícitas, hijos ejemplares y abundantes lluvias.

«Y os exhorta a que pidáis perdón a vuestro Señor y os arrepintáis, pues así Allah os concederá de Sus gracias hasta un plazo determinado, y recompensará a todo aquel que obre el bien.» (Corán 11:3)

El Profeta ﷺ dijo:

“Quien busque constantemente el perdón de Allah recibirá de Él un buen desenlace para cada una de sus preocupaciones y una salida para cualquier situación apremiante”.

Al-Bujâri relata el Hadîz conocido como Saiid Al-Istigfâr (es decir, la súplica más importante por medio de la cual pedimos perdón a Allah):

“Allah, Tú eres mi Señor, no hay divinidad salvo Tú; me has creado y yo soy tu siervo, mantengo mi pacto y promesa contigo tanto como me es posible, en Ti me refugio del mal que haya cometido. Reconozco Tus gracias para conmigo y reconozco mis pecados, perdóname porque nadie perdona los pecados sino Tú”.

## **Nada te turbe, y recuerda a Allah ﷻ siempre**

En lo que respecta a Su recuerdo, Allah ﷻ dice:

«Aquellos que creen, sus corazones se sosiegan con el recuerdo de Allah. ¿Acaso no es con el recuerdo de Allah que se sosiegan los corazones?» (Corán 13:28)

«Recordadme pues, que Yo os recordaré, agradecedme [Mis mercedes] y no seáis ingratos.» (Corán 2:152)

«...y a aquellos y aquellas que recuerdan frecuentemente a Allah.» (Corán 33:35)

«¡Oh, creyentes! Recordad constantemente a Allah, y glorificadle mañana y tarde.» (Corán 33:41-42)

«¡Oh, creyentes! Que vuestros bienes y vuestros hijos no os distraigan del recuerdo de Allah.» (Corán 63:9)

«Y si te olvidas di: Señor mío facilítame los medios para poder hacerlo.» (Corán 18:24)

«Sé paciente a los designios de tu Señor, y sabe que te encuentras bajo Nuestra observancia [y protección]. Glorifica con alabanzas a tu Señor cuando te levantes [a orar], por la noche y al ocultarse las estrellas.» (Corán 52:48-49)

«¡Oh, creyentes! Cuando os encontréis con una tropa [de incrédulos] manteneos firmes [y perseverad en el enfrentamiento], y recordad permanentemente a Allah para que así triunféis.» (Corán 8:45)

En un Hadíz auténtico, el Profeta ﷺ dijo:

“El ejemplo de aquel que recuerda a su Señor en relación con quien no lo hace, es como comparar al vivo con el muerto”.

El Profeta ﷺ también dijo:

“Los adelantados aventajan a los otros”. Sus Compañeros preguntaron: “¿Quiénes son los adelantados, Oh Mensajero de Allah?” Respondió: “Aquellos hombres y mujeres que recuerdan con frecuencia a Allah ﷻ”.

En otro Hadíz auténtico, el Profeta ﷺ dijo:

“¿Queréis que os informe de la mejor acción que tenéis para con vuestro Señor, una acción que es mejor que gastar oro y plata (en una buena causa) y que es mejor para vosotros que encontrarse con vuestro enemigo y matar o morir?” Todos dijeron: “Sí, Oh Mensajero de Allah”. Él respondió: “El recuerdo de Allah”.

El siguiente es un Hadíz auténtico:

Un hombre vino al Profeta ﷺ y le dijo: “Oh Mensajero de Allah, los mandamientos del Islam son demasiado para mí y mi edad es avanzada; dime a qué puedo atenerme”. Muhammad ﷺ dijo: “Que tu lengua esté siempre húmeda por decir palabras que evoquen el recuerdo de Allah”.

### **Nada te turbe, y nunca pierdas la esperanza en la Misericordia de Allah ﷻ**

﴿...y no desesperéis de la misericordia de Allah, pues no desesperan de la misericordia de Allah sino los incrédulos.﴾ (Corán 12:87)

﴿[Allah postergó Su castigo] Hasta que, cuando los Mensajeros se resignaron y tuvieron la certeza de que les desmentirían radi-

calmente, les llegó Nuestro socorro y salvamos a quien quisimos.) (Corán 12:110)

«Y escuchamos su invocación y le libramos de su angustia. Así salvamos a los creyentes.» (Corán 21:88)

«Cuando os atacaron por todas partes, el terror desencajó vuestras miradas, se os subieron vuestros corazones hasta las gargantas, e hicisteis conjeturas sobre Allah [pensando que no socorrería a los creyentes]. Allí fueron probados los creyentes y sacudidos por una fuerte conmoción.» (Corán 33:10-11)

### **Nada te turbe, y perdona a quienes te han tratado injustamente**

El precio del rencor y de los celos es enorme; es el precio que la persona vengativa paga a cambio de su malicia hacia los demás. Lo paga con su corazón, su carne y su sangre. Pierde su paz, tranquilidad y felicidad porque el resentimiento que tiene con los demás. En definitiva, él mismo es el único perdedor.

Los celos, el enojo y el rencor son enfermedades para las cuales Allah ﷻ tiene el remedio y la cura:

«Controlan su cólera y perdonan a los hombres, sepan que Allah ama a los benefactores.» (Corán 3:134)

«Ante todo, elige perdonar, ordena el bien y apártate de quienes se comportan contigo en forma ignorante.» (Corán 7:199)

«Si eres maltratado responde con una buena actitud [sabiendo disculpar], y entonces verás que aquel con quien tenías una enemistad se convertirá en tu amigo ferviente.» (Corán 41:34)

## **Nada te turbe, pues si bien no has alcanzado todo lo que has querido, con toda certeza has recibido mucho**

Contempla los favores y dones que Allah ﷻ te ha otorgado y sé agradecido por ellos. Recuerda constantemente la gran cantidad de bendiciones recibidas, pues Allah ﷻ dice:

«Si intentarais contar las gracias de Allah no podríais enumerarlas. Allah es Absolvedor, Misericordioso.» (Corán 16:18)

«¿Acaso no veis que Allah os sometió todo cuanto hay en los cielos y en la Tierra y os colmó de Sus gracias, las cuales podéis apreciar algunas y otras no? Pero, a pesar de esto, entre los hombres hay quienes discuten acerca de Allah sin tener ningún tipo de conocimiento, guía o libro revelado.» (Corán 31:20)

«Todas las gracias que os alcanzan provienen de Allah. Pero sólo os amparáis en Él y Le agradecéis cuando padecéis una desgracia.» (Corán 16:53)

Dice Allah ﷻ respecto a Sus favores sobre el ser humano:

«Le hemos dotado de dos ojos, de una lengua y dos labios. Y le aclaramos los dos senderos [el del bien y el del mal].» (Corán 90:8-10)

La vida, la salud, la facultad de ver y oír, las manos y las piernas, el agua, el aire y la comida son algunas de las bendiciones más visibles de este mundo, mientras que la mejor y mayor de todas las gracias es el Islam y su correcta guía. ¿Qué le dirías a alguien que te ofreciera grandes sumas de dinero a cambio de tus ojos, oídos, piernas, manos o incluso tu corazón? ¡Cuán grande es tu riqueza en realidad! Pero aun así no agradeces a Allah ﷻ los innumerables favores que te ha concedido.

## **Nada te turbe, y no te angusties por lo que no vale la pena**

Si no te preocupas por cosas insignificantes estarás mostrando una virtud que te dará verdadera felicidad, ya que aquel que apunta a metas elevadas ocupa provechosamente su tiempo y sólo se interesa por el Más Allá.

Uno de nuestros piadosos predecesores le dio el siguiente consejo a uno de sus hermanos:

“Preocúpate sólo por el encuentro con Allah ﷻ, el Día del Juicio y la comparecencia ante Él”.

«Entonces compareceréis [ante Allah] y ninguno de vuestros actos quedará oculto.» (Corán 69:18)

No existe ninguna gran preocupación cuya importancia no se vea disminuida al compararla con las preocupaciones del Más Allá. ¿Cuáles son las inquietudes de esta vida? El estatus social, el prestigio, la fama, los ingresos, la riqueza, las mansiones y los hijos. ¡No son nada cuando se los compara con la rendición de cuentas ante Allah!

## **Allah ﷻ describe a Sus enemigos, los hipócritas, diciendo:**

«Otros, en cambio, preocupados tan sólo por su suerte, pensaban equivocadamente acerca de Allah como en los tiempos de la ignorancia y el paganismo, decían: No obtuvimos el triunfo que se nos prometió. Diles [¡Oh, Muhammad!]: Todo depende de Allah. Ocultan en sus corazones lo que no te manifiestan [la incredulidad]. Dicen: Si hubiera dependido de nosotros, no hubiera muerto ninguno de los nuestros. Diles: Aunque hubierais permanecido en vuestros hogares, la muerte habría sorpren-



dido en sus lechos a aquellos para los que estaba decretada. Allah quiso con esto probaros para evidenciar lo que hay en vuestros corazones y purificaros. Allah sabe bien lo que hay en ellos.﴾ (Corán 3:154)

Se preocupan por sí mismos, sus estómagos y su lujuria porque no conocen ningún motivo más elevado.

Cuando el pueblo dio su promesa de lealtad al Profeta ﷺ bajo el árbol, uno de los hipócritas abandonó el sitio precipitadamente en busca de su camello rojo, el cual se había extraviado. Dijo en ese momento:

“Para mí es más importante encontrar mi camello que esta ceremonia de lealtad”.

Y con relación a este incidente, el Profeta ﷺ dijo:

“Todos vosotros habéis sido perdonados, excepto el dueño del camello rojo”.

Otro de los hipócritas, que sólo se preocupaba por sí mismo, le dijo a sus compañeros con respecto a la expedición a Tabúk:

“No avancéis en el calor”.

Respecto a esto Allah ﷻ dice en el Corán:

﴿Es igual que pidas perdón por ellos o que no lo hagas. Aunque lo pidieras setenta veces, Allah no los perdonaría porque no creyeron en Allah y en Su Mensajero; y Allah no guía a los perversos. Se alegraron quienes no participaron [en la batalla de Tabúk] por haberse quedado contrariando las órdenes del Mensajero y se negaron a contribuir y luchar por la causa de Allah y dijeron: No marchéis [a combatir] con este calor. Diles [¡Oh, Muhammad!]: El calor del fuego del Infierno es mucho más intenso aún, si lo comprendierais.﴾ (Corán 9:80-81)

Dice el Corán sobre otro hipócrita:

«Entre ellos [los hipócritas] hubo quien te dijo: Permite quedarme y no me expongas a la tentación [pues si veo a las mujeres del pueblo que combatiremos no podré resistirlo.】 (Corán 9:49)

«¿Acaso no cayeron en la sedición [al negarse a combatir]? Ciertamente el Infierno acorralará a los incrédulos.】 (Corán 9:49)

Mientras que otros solamente estaban preocupados por su riqueza y sus familias:

«[¡Oh, Muhammad!] Los beduinos que no participaron [del viaje a La Meca y del pacto de Hudaibiah] dirán: Nos mantuvieron ocupados nuestros bienes y nuestras familias, pídele a Allah que nos perdone [por no haber participado de la expedición]. Pero sólo dicen lo que no sienten sus corazones [pues pensaban que los idólatras los vencerían]. Diles: Si Allah quisiera perjudicaros o beneficiaros nadie podría impedirlo; ciertamente Allah está informado de lo que hacéis.】 (Corán 48:11)

Estas preocupaciones no merecen nuestra atención, pues son cosas sin importancia; sólo intranquilizan a las personas frívolas. Los Nobles Compañeros del Profeta, en cambio, sólo deseaban los favores de Allah ﷻ y anhelaban Su complacencia.

## **Nada te turbe, y rechaza la ansiedad**

La inactividad es destructiva y la mayoría de las personas que sufren preocupaciones y ansiedad son las mismas que están inactivas y ociosas. Los rumores y chismes son los únicos dividendos para quienes carecen totalmente de una ocupación significativa y fructífera.

Dedícate a algo y esfuérzate en ello. Lee, recita el Corán y glorifica a tu Señor con alabanzas. Escribe, visita a tus amigos y aprovecha tu tiempo. Dicho brevemente, no le cedas ni un minuto a la

inactividad. Si alguna vez lo haces, será el día en que las ansiedades y preocupaciones se abrirán camino en tu vida. Los susurros de la superstición y el mal entrarán en tu mente, convirtiéndote en terreno propicio para los juegos del demonio.

**Nada te turbe**, pues no importa si alguna persona olvida o niega los favores que le hiciste, porque tu sólo anhelas la recompensa y complacencia de Allah ﷻ.

Realiza actos de rectitud sinceramente por Allah ﷻ y no esperes felicitaciones ni gratitud de nadie. No te aflijas si haces un favor a alguien y luego resulta ser ingrato o no muestra ningún tipo de apreciación por lo que has hecho. Busca en Allah ﷻ tu recompensa.

Dice Allah ﷻ de Sus siervos ejemplares:

«Y también le corresponde una parte de dicho botín a los emigrados necesitados que fueron expulsados de sus hogares y despojados de sus bienes cuando buscaban la gracia de Allah y Su complacencia y lucharon por la causa de Allah y Su Mensajero. Ellos son los veraces.» (Corán 59:8)

«Y díles: No os pido ninguna remuneración a cambio [del Mensaje que os he traído] y quien quiera contribuir voluntariamente por la causa de Allah que lo haga.» (Corán 25:57)

«Y que cuando hace una obra de bien, no la hace esperando la retribución de los hombres.» (Corán 92:19)

«Y dijeron: Os damos de comer sólo porque anhelamos el rostro de Allah [y Su complacencia]. No queremos de vosotros retribución alguna ni agradecimiento.» (Corán 76:9)

Por eso realiza tus obras sólo para Allah ﷻ porque Él es el Único que recompensa a las personas por sus buenas acciones. Él da, concede y castiga, y es a Él solamente que debemos rendir cuen-

tas; Allah ﷻ Se complace con aquellos que hacen el bien y Se enfurece con quienes practican el mal.

Algunos mártires fueron asesinados en Qandahâr y ‘Umar ؓ le preguntó a sus compañeros: “¿Quién fue asesinado?” Mencionaron algunos nombres y dijeron: “Y otras personas que no conoces”. Los ojos de ‘Umar ؓ se llenaron de lágrimas, luego de lo cual dijo: “¡Pero Allah ﷻ sí los conoce!”

Un hombre piadoso le dio la mejor comida que encontró a un ciego. Su familia le dijo: “Este ciego no sabe lo que está comiendo (dale algo de menor calidad)”. Y respondió: “¡Pero Allah ﷻ sí lo sabe!”

Debido a que Allah ﷻ conoce tus acciones, sabe el bien que realizas y la ayuda que das a otros, por lo tanto, no debe afectarte ni preocuparte lo que la gente pueda pensar.

### **Nada te turbe, y no te aflijas cuando otros te calumnien y desacrediten**

«Ellos sólo podrán agraviaros [con sus calumnias], y cada vez que os combatan huirán por temor y no serán socorridos.» (Corán 3:111)

«No te apenes [por la incredulidad de tu pueblo] ni te angusties por lo que traman.» (Corán 16:127)

«No hagas caso de sus ofensas y encomiéndate a Allah.» (Corán 33:48)

«¡Oh, creyentes! No seáis como quienes calumniaron a Moisés. Allah lo declaró inocente de lo que le acusaban y goza ante Allah de un rango elevado.» (Corán 33:69)

Un poeta árabe dijo:

“El vasto océano no es dañado, cuando un niño le arroja una piedra”.

En un Hadîz se relata que el Profeta ﷺ dijo:

“No me hablen mal de mis compañeros, pues me gusta encontrarme con ellos con el corazón limpio, libre de intrigas”.

### **Nada te turbe, y no te angusties por tu pobreza**

Cuanto el cuerpo más disfruta, más se ensucia el alma; la seguridad está en tener poco. Tomar sólo lo que se necesita de este mundo es un alivio anticipado que Allah ﷻ concede a quienes elige de Sus siervos.

﴿Nosotros heredaremos la Tierra y a quienes están sobre ella.﴾  
(Corán 19:40)

Un poeta dijo:

“Agua, pan y sombra, forman un goce digno,  
habré negado los favores de mi Señor, si digo  
que poco tengo”.

¡Qué más importante en este mundo que agua fresca, pan caliente y sombra abundante!

### **Nada te turbe, y no temas por lo que pudiera sucederte**

Las siguientes palabras pertenecen a la Torá:

“¡La mayor parte de lo que se teme que ocurra, nunca sucede!”

Esto significa que la mayoría de las aprensiones y los miedos acerca de diversas dificultades inminentes en realidad no adquieren forma. Las conjeturas de la mente son mayores en cantidad y en alcance que las cosas que realmente suceden en la vida.

Un poeta árabe dijo:

“Le dije a mi corazón cuando se vio atacado  
por la ansiedad: Sé feliz, porque la mayor parte  
de los miedos son falsos”.

Esto implica que si escuchas que hablan sobre una calamidad inminente o un desastre que se avecina, no debes alarmarte, especialmente porque la mayoría de las predicciones sobre temores futuros son falsas.

﴿...y [me refugio en Allah y] confío mis asuntos a Él; ciertamente Allah bien ve lo que hacen Sus siervos. Allah le preservó de las maldades que tramaron contra él...﴾ (Corán 40:44-45)

### **Nada te turbe, y no te angusties por las críticas de los envidiosos y de los necios**

Serás recompensado si muestras tolerancia a las críticas y comentarios impertinentes de los demás. Cuanto más te critiquen, más aumentará tu valor porque sólo alguien que no logra sus metas no tiene nadie que sienta envidia de él y según un dicho árabe: “Nadie patea un perro muerto”. Un poeta dijo:

“Estarán envidiosos del joven que los supera, le mostrarán hostilidad y oposición, al igual que las mujeres resentidas, que hablan con malicia y celos de la bella joven soltera, y dicen que es baja y de carácter ruin”.

Zuhair, otro poeta, dijo:

“Están celosos por aquello con lo que ha sido bendecido, y Allah no se lo quitará sólo porque ellos estén resentidos”.

Otro poeta dijo:

“Envidiarán mi muerte, cuánta vileza, aún en mi muerte, no puedo alejarme de su envidia”.

Otro poeta dijo:

“Me quejaba de la injusticia de los chismosos pero no encontrarás a ningún honorable y exitoso que haya escapado de la envidia, seguirás siendo su víctima, mi honorable y valioso amigo, pues nadie envidia al que es desdichado y vil”.

Otro poema dice:

“Si una persona alcanza el cielo con su nobleza, sus enemigos serán tantos como las estrellas, le dispararán con un arco toda clase de flechas, pero sus abusos nunca los llevarán al nivel de su nobleza”.

Moisés ﷺ pidió a su Señor que evitara que las personas se burlaran de él, pero Allah ﷻ dijo:

“Moisés, no lo he hecho para Mí. ¡Los he creado y les he brindado todo, mas ellos Me maldicen y blasfeman!”

El Profeta Muhammad ﷺ dijo:

“Allah ﷻ dice: El hijo de Adán Me maldice y Me blasfema y no tiene ningún derecho a hacerlo. En cuanto al hecho de que Me maldice, lo hace cuando maldice el tiempo, pues Yo soy el tiempo; puedo alternar entre el día y la noche a Mi antojo. En cuanto al hecho de que Me blasfeman, lo hace cuando dice que tengo una esposa y un hijo, y Yo no tengo ni esposa ni hijo”.

Tal vez no puedas evitar que la gente ataque tu honor, pero sí puedes hacer el bien e ignorar sus críticas y agresiones.

Un poeta dijo:

“Ignoro al fatuo que me maldice, y prosigo mi rumbo diciendo: ¡No se refiere a mí!”.

Otro poeta dijo lo siguiente:

“Cuando el insensato hable, no le respondas, porque mejor que responderle es guardar silencio”.

Los necios y los insensatos se sienten insultados por aquellos que brillan, que son ilustres y que demuestran ser genios.

“Si mis talentos fueran mis pecados, te imploro que me digas cómo puedo enmendarlos”.

«Ay del castigo que les aguarda a quienes se burlan del prójimo con sus palabras y actitudes, y acumulan riquezas y las cuentan una y otra vez, creyendo que su riqueza les inmortalizará. Por el contrario, serán arrojados en el Fuego devastador.» (Corán 104:1-4)

Un reconocido escritor occidental dijo:

“Haz lo que sea correcto e ignora las críticas vulgares”.

No respondas a las injurias. La tolerancia entierra los errores y es superior a cualquier actitud, el silencio conquista al enemigo y el perdón es el honor con el cual serás recompensado. Si ves que escriben difamaciones sobre ti, debes tener en cuenta que la mitad de quienes leen esas palabras las olvidan rápidamente mientras que la otra mitad ni siquiera tiene interés en ellas. No hagas más ruido refutando lo que se ha dicho de ti.

Un sabio dijo:

“No transmitas tus asuntos a quienes se sientan junto a ti por interés porque son envidiosos y se alegrarán de tu desgracia”.

Una casa plena de serenidad que sólo tenga pan sobre la mesa es mejor que una casa repleta de comidas costosas pero infestada de problemas y disturbios.



## **Reflexionemos:**

**Nada te turbe;** porque la enfermedad es un estado transitorio del ser. El pecado puede ser perdonado y las deudas pueden pagarse. Los cautivos serán liberados y los seres queridos que están lejos regresarán; el pecador se arrepentirá y los pobres incrementarán sus ingresos.

**Nada te turbe;** ¿no ves acaso cómo se disipan los negros nubarrones y se calman los fuertes vientos? Tus dificultades cesarán y llegará el alivio y tu futuro será promisorio.

**Nada te turbe;** porque el fragor del sol será apaciguado por la abundante sombra; la sed del mediodía será saciada con agua fresca; el dolor del hambre encontrará su alivio en el pan caliente y a la ansiedad de las noches sin sueño le seguirá el ansiado descanso. Los dolores de la enfermedad serán olvidados pronto porque regresará la salud. Sólo es cuestión de soportar durante un breve tiempo y ser paciente por unos momentos.

**Nada te turbe;** porque incluso los médicos, los sabios, los estudiosos y los poetas son débiles y no pueden desafiar ni cambiar lo que ha sido decretado.

'Ali Ibn Yablah dijo:

“Quizás llegue una salida, quizás, quizás encontremos alivio, quizás, por eso no te desanimes cuando te enfrentes con los problemas que debilitan tu alma porque cuando uno pierde todas las esperanzas es cuando más se acerca el alivio.”

## **Nada te turbe, y elige lo que Allah ﷻ ha escogido para ti**

Ponte de pie o siéntate si Él te lo ordena. Muestra paciencia si Él determinó para ti la pobreza y sé agradecido si Él decretó para ti la riqueza. Esto es el reflejo real de la siguiente invocación: “Estoy complacido con Allah ﷻ como Señor, con el Islam como religión y con Muhammad ﷺ como Profeta”.

Un poeta árabe dijo:

“No trames un plan contra ti mismo, las personas que maquinan sus propios designios que serán destruidas, sé feliz con Nuestra decisión, tenemos más méritos que tú para hacer tus planes”.

## **Nada te turbe, y pasa por alto las acciones de los demás**

Las personas no pueden beneficiarte ni dañarte ni darte la vida o la muerte ni recompensarte o castigarte.

Ibrâhîm Ibn Adham dijo:

“Vivimos una vida tan feliz adorando a Allah ﷻ que si los reyes supieran sobre ella, usarían sus espadas para luchar contra nosotros con tal de obtenerla”.

Ibn Taimiiah dijo:

“A veces mi corazón está en un estado que digo: Si la gente del Paraíso vive así, ¡qué vida maravillosa poseen!”.

En otra ocasión dijo:

“El corazón en ocasiones baila desbordado de éxtasis por la felicidad de recordar a Allah ﷻ y de sentirse tan cerca de Él”.

También dijo lo siguiente al entrar a la prisión, mientras los guardias cerraban las puertas delante de él:

«El día que los hipócritas y las hipócritas digan a los creyentes: ¡Aguardad para que nos podamos iluminar con vuestra luz! Se les dirá: ¡Retroceded y procuraos alguna luz si podéis! Y se levantará un muro entre ellos que tendrá una puerta. Detrás estará la misericordia de Allah y afuera Su castigo.» (Corán 57:13)

Y mientras estaba en prisión dijo:

“¡Qué pueden hacerme mis enemigos! Mi jardín y mi paraíso están en mi pecho, vaya donde vaya, estarán conmigo. Si mis enemigos me matan, seré un mártir y si me expulsan de mi país, iré al extranjero como si fuese un turista y si me encarcelan, me permitirán estar aislado (y así poder adorar más a Allah)”.

Un sabio dijo en una ocasión:

“¿Qué ha encontrado aquel que perdió a Allah ﷻ y qué ha perdido aquel que encontró a Allah ﷻ? Nunca podrán ser iguales; el que encontró a Allah ﷻ encontró todo y aquel que Lo perdió, perdió todo”.

**Nada te turbe, y primero asegúrate de conocer el valor de aquello por lo que te sientes triste**

El Profeta ﷺ dijo:

“Decir: ‘Glorificado y alabado sea Allah, no existe nada que merezca nuestra adoración excepto Allah y Él es el Supremo’, es mucho más valioso a mis sentimientos que todo aquello que el sol alumbra”.

Uno de nuestros piadosos antepasados dijo lo siguiente, con relación a los ricos, sus castillos y sus riquezas:

*Nada te turbe*

“Nosotros comemos y ellos comen. Nosotros bebemos y ellos beben. Nosotros vemos y ellos ven. A nosotros no se nos exigirán explicaciones y a ellos sí (es decir, por su riqueza, cómo la obtuvieron y en qué la gastaron)”.

Un poeta dijo:

“La primera noche en la tumba se olvidan los castillos de Cosroes, rey de Persia y los tesoros del César”.

Allah ﷻ dice:

«[Se les dirá:] Os habéis presentado ante Mí solos y [desnudos] como estabais al nacer. Y tuvisteis que dejar atrás [en la vida mundanal] lo que os concedimos [de bienes materiales]; y no vemos que estén con vosotros los intercesores que pretendíais eran socios [de Allah en la adoración, y que intercederían por vosotros]. Se ha roto vuestro vínculo [con ellos] y desvanecido aquello que creíais.» (Corán 6:94)

Los creyentes responderán:

«Esto es lo que nos prometió Allah y también Su Mensajero [y sabían que luego de la llegada del ejército enemigo vendría el auxilio de Allah], entonces esto no hizo sino acrecentarles la fe y el sometimiento a Allah.» (Corán 33:22)

Y respecto a los hipócritas Allah ﷻ dice:

«Y dijeron los hipócritas y aquellos en cuyos corazones había dudas [sobre la Verdad]: Allah y Su Mensajero no nos han hecho más que falsas promesas.» (Corán 33:12)

Tu vida es el producto de tus pensamientos. Los pensamientos que posees tendrán un efecto imborrable en tu vida, ya sean felices o penosos.

Un poeta dijo:

“El miedo no llenará mi corazón antes de que acontezca aquello que es tan temido, y no me alteraré demasiado si ese evento sobreviene”.

## **Nada te turbe, y haz el bien a los demás**

Ser servicial con los demás nos brinda felicidad. En un Hadîz auténtico, el Profeta ﷺ dijo:

“Allah ﷻ le dirá a Su siervo cuando comparezca ante Él el Día del Juicio: ‘Oh hijo de Adán, tuve hambre y no Me diste de comer’. Responderá: ‘¿Cómo iba a darte de comer si eres el Señor de los Mundos!’. Entonces dirá: ‘¿No sabías acaso que Mi siervo fulano tenía hambre y no le diste de comer? Si le hubieras dado de comer habrías encontrado hoy su recompensa. Oh hijo de Adán, tuve sed y no Me diste nada de beber’. Dirá: ‘¿Cómo iba a darte de beber si eres el Señor de los Mundos!’. Dirá: ‘¿No sabías acaso que Mi siervo fulano tenía sed y no le diste de beber? Si le hubieras dado de beber habrías encontrado hoy su recompensa. ‘Oh hijo de Adán, estuve enfermo y no Me visitaste’. Dirá: ‘¿Cómo iba a visitarte si eres el Señor de los Mundos!’. Él dirá: ‘¿No sabías acaso que Mi siervo fulano estuvo enfermo y no lo visitaste? Si lo hubieras visitado Me habrías encontrado con él”.

He aquí un punto interesante en la última parte del Hadîz pues encontramos las siguientes palabras:

“... Me habrías encontrado con él”.

A diferencia de las dos primeras partes del Hadîz, donde dice:

“...habrías encontrado hoy su recompensa...”

El motivo de esa diferencia es que Allah ﷻ está con aquellos cuyos corazones están en problemas, como es el caso de la persona enferma. En otro Hadîz, el Profeta ﷺ dijo:

“Hay recompensa en hacer bien a todo ser viviente”.

También debes tener en cuenta que Allah ﷻ permitió la entrada al Paraíso a una prostituta porque le dio agua de beber a un perro sediento. ¡Cuánto más entonces será para quien dé de comer o de beber a otras personas y los ayude a salir de sus dificultades!

En un Hadîz auténtico el Profeta ﷺ dijo:

“Todo aquel que tenga provisiones de más, debe darle a quien no posee. Quien tenga monturas de más, debe darle a quien no posea ninguna”.

Al ordenarle a su sirviente que busque invitados, Hâtim dijo en uno de sus versos más bellos:

“Enciende la fogata, pues ciertamente hace frío esta noche, si me traes un invitado, te liberaré”.

A su esposa le dijo:

“Cada vez que prepares comida invita a otros para que no coma solo”.

El vecino de Ibn Al-Mubârak era judío. Siempre le daba de comer a su vecino antes de darles de comer a sus propios hijos y lo vestía antes de vestir a sus hijos. Algunos le decían al judío: “Véndenos tu casa”. Él respondía: “¡Mi casa vale dos mil dinares. Mil es el precio de la casa, y mil por tener a Ibn Al-Mubârak como vecino!”. Ibn Al-Mubârak escuchó estas palabras y exclamó: “Oh Allah, guíalo por el camino del Islam”. Entonces, con el beneplácito de Allah, éste aceptó el Islam.

En otra ocasión, Ibn Al-Mubârak pasó junto a una caravana de personas que viajaban en peregrinación a La Meca y él también iba en hacia allí con el mismo fin. Vio que una de las mujeres de la caravana tomó un cuervo muerto de un pozo lleno de basura. Envió a su sirviente a averiguar por había hecho eso, a lo que la mujer respondió: “No hemos comido nada en tres días, excepto lo que encontramos en el camino”. Cuando Ibn Al-Mubârak oyó esto, sus ojos se llenaron de lágrimas. Ordenó que todas sus provisiones sean repartidas entre quienes iban en la caravana y al no tener nada con qué continuar la travesía, regresó a su casa y abandonó la peregrinación de ese año. Más tarde, alguien se le apareció en sueños y le dijo: “Tu peregrinación ha sido aceptada, al igual que tus ritos y tus pecados han sido perdonados”.

Allah ﷻ dice:

«...y los prefieren más que a sí mismos aunque estén en extrema necesidad.» (Corán 59:9)

Un poeta dijo:

“Aún si me encuentro lejos de mi amigo a la distancia, le ofrezco mi ayuda para aliviar sus dificultades y respondo a su invitación y a su pedido de auxilio. Y si viste un traje nuevo, nunca diré: ¡Qué bendito sería yo si tuviera la misma ropa que él!”.

¡Por Allah! ¡Cuán maravillosos son los buenos modales!

Nadie se lamenta por haber hecho el bien, aun si lo hizo de manera poco usual. Entonces laméntate sólo por el error o por el mal que has hecho, aun si éste es algo menor.

## **Nada te turbe, y no olvides que la envidia no es algo nuevo**

Si escuchas retumbar en tus oídos palabras resentidas, no te preocupes porque la envidia no es algo nuevo. Tal como dijo un poeta:

“Dedícate a acumular virtudes y esfuérzate, y da la espalda a quien te envidia, sabe que tu vida es una oportunidad para acumular buenas acciones que serán aceptadas y que luego de la muerte la envidia se acaba”.

Un sabio dijo:

“El cobarde muere muchas veces y el valiente muere sólo una vez”.

Si Allah ﷻ desea el bien para uno de Sus siervos, lo cubre con un sueño ligero y seguro, tal como le ocurrió a Talhah ؓ antes de la batalla de Uhud. Unos instantes antes de la batalla, mientras los incrédulos esperaban nerviosamente, fue cubierto con un sueño ligero hizo que dejara caer su espada, sintiéndose sereno y calmado.

Allah ﷻ dice:

«Diles [a los hipócritas]: Sabed que sólo pueden sucedernos dos cosas buenas [la victoria o el martirio], en cambio a vosotros, o bien Allah os enviará un castigo o hará que os derrotemos. Aguardad pues, vuestro destino que nosotros aguardamos el nuestro.» (Corán 9:52)

«Nadie puede morir sino es por el designio de Allah y según el plazo prefijado.» (Corán 3:145)

‘Ali ؓ dijo:



“¿A cuál de estos dos días le debo temer? ¿Al día en que no está destinado que muera o al día en que la muerte me espera? No le temo al día en que no está destinado que muera, pues el segundo día es el destino, y ni siquiera los más cautos se salvan de él”.

Abû Bakr ؓ dijo:

“Buscad la muerte (sed valientes) y recibiréis la vida”.

### **Reflexionemos:**

**Nada te turbe;** ya que Allah ﷻ te defiende y los ángeles piden perdón por ti; los creyentes comparten contigo tus súplicas en cada plegaria; el Profeta ﷺ intercederá por los creyentes; el Corán está repleto de promesas verdaderas; y por sobre todas las cosas, está la misericordia de Allah ﷻ, el Más Misericordioso.

**Nada te turbe;** pues una buena acción se multiplica por diez, por setecientos, o incluso más, mucho más. Y, por otro lado, la mala acción se registra sin aumento ni multiplicación, y tu Señor puede perdonar incluso eso. ¡Cuántas veces somos testigos de la generosidad de Allah ﷻ, generosidad sin paralelo alguno!

**Nada te turbe;** pues eres de los que no asocian compañeros a Allah, creen en la verdadera religión y aman a Allah ﷻ y a Su Mensajero ﷺ. Además, te arrepientes de tus malas acciones y te regocijas con tus buenas obras; posees mucho bien mas no lo puedes comprender.

**Nada te turbe;** pues puedes establecer en tu vida cierto equilibrio y armonía. Un Hadîz dice:

“Cuán maravilloso es el estado del creyente. ¡Todos sus asuntos son buenos para él! Y esto sólo es para el creyente. Si tiene motivos para estar feliz es agradecido, y eso es bueno para él. Y si se ve afligido por las dificultades es paciente, y eso es bueno para él”.

## **Nada te turbe, pues la paciencia en tiempos difíciles es el camino hacia el éxito y la felicidad**

«Se paciente y sabe que la paciencia es una virtud que Allah concede.» (Corán 16:127)

«Y le mostraron su camisa manchada con sangre falsa. Dijo [Jacob]: ¡Vosotros sugeristeis esto [y os llevasteis a José]! Pero tendré paciencia, y Allah es a Quien debo implorar el socorro sobre lo que narráis.» (Corán 12:18)

«Sé paciente» (Corán 70:5)

«¡La paz sea sobre vosotros! En verdad fuisteis perseverantes [en la adoración].» (Corán 13:24)

«¡Oh, hijito! Haz la oración, ordena el bien y prohíbe el mal y sé paciente ante la adversidad.» (Corán 31:17)

«¡Oh, creyentes! Tened paciencia, sed perseverantes, proteged vuestro territorio de los enemigos y temed a Allah para que tengáis éxito.» (Corán 3:200)

‘Umar ؓ dijo:

“A través de la paciencia hemos logrado una buena vida”.

Para la gente de Ahlu Sunnah hay tres cosas a las cuales recurrimos cuando nos enfrentamos a las calamidades: la paciencia, la súplica y la espera expectante de un resultado favorable.

Un poeta dijo:

“Hemos vertido un vaso por ellos y de igual manera, ellos han vertido otro por nosotros [en alusión a la sangre derramada por ambos bandos enemigos en una batalla] pero al enfrentar la muerte, fuimos más pacientes”.

En un Hadîz auténtico, el Profeta ﷺ dijo:

“No existe nadie más paciente que Allah ﷻ al oír algo ofensivo. Dicen que tiene un hijo y una esposa, mas Él les da salud y provisión”.

El Profeta ﷺ también dijo:

“Que Allah tenga misericordia de Moisés. Fue puesto a prueba con algo más difícil que yo y aun así tuvo paciencia”.

Y agregó:

“Todo aquel que sea paciente recibirá de Allah más fuerzas para continuar siéndolo”.

Un poeta dijo:

“Me he arrastrado para lograr la distinción y aquellos que han luchado la alcanzaron, con el trabajo arduo, sin escatimar el más mínimo esfuerzo, muchos han intentado alcanzarla, mas la mayoría se aburrieron o se cansaron en su travesía, pues sólo logran la distinción los pacientes y los honestos. No consideres a la distinción como una manzana que puedes comer, no lograrás la distinción a menos que venzas las dificultades con tu paciencia”.

Las metas superiores no se alcanzan con sueños o fantasías; sólo pueden alcanzarse con dedicación y compromiso.

**Nada te turbe, y no te angusties por cómo te tratan los demás y observa cómo se comportan con Allah**

El Imâm Ahmad dio cuenta de un Hadîz en su libro *El ascetismo*, en el cual el Profeta ﷺ relata las siguientes palabras de Allah:

*Nada te turbe*

“¡Sí que eres extraño, Oh hijo de Adán! Te he creado y tú adoras a otro que no soy Yo. Te he brindado todo y tú agradeces a otros. Te demuestro amor al darte Mis bendiciones y Me muestras tu hostilidad a través de tus pecados. Yo no te necesito, pero tú sí Me necesitas. Yo te envío el bien y tú Me envías el mal”.

En la biografía de Jesús ~~✝~~ se menciona que, con el permiso de Allah ~~ﷻ~~, sanó a treinta enfermos y curó a muchos ciegos. Luego se volvieron en su contra como enemigos.

### **Nada te turbe, y no te apenes por las dificultades económicas**

Quien brinda el sustento es Allah ~~ﷻ~~. Él se ha comprometido, y toda provisión que haya escrito para Sus siervos les llegará.

«Y en el cielo está decretado vuestro sustento y lo que se os ha prometido.» (Corán 51:22)

Si Allah ~~ﷻ~~ es Quien provee a la creación, ¿por qué congraciarse con las personas mediante favores? ¿y por qué debería cada uno degradarse frente a otra persona esperando obtener su sustento? Allah ~~ﷻ~~ dice:

«No existe criatura en la Tierra sin que sea Allah Quien la sustenta; Él conoce su morada y por donde transita, todo está registrado en un Libro evidente [la Tabla Protegida].» (Corán 11:6)

«Nada ni nadie puede impedir que la misericordia de Allah alcance a los hombres; pero si Él la retuviese, no hay nada ni nadie que pudiera hacer que la envíe nuevamente. Él es Poderoso, Sabio.» (Corán 35:2)

## **Nada te turbe, pues hay formas para soportar las calamidades**

Algunas de éstas son:

1. Espera las recompensas que vienen de Allah ﷻ:

«Por cierto que la retribución para quienes sean pacientes y perseverantes será ilimitada.» (Corán 39:10)

2. Visita a los afligidos y busca el alivio teniendo en cuenta que estás mucho mejor que otros. Un poeta dijo:

“Si no fuera por los apenados que me rodean,  
que lloran por sus hermanos, me habría quitado  
la vida”.

Por eso mira a quienes te rodean. No encontrarás ni siquiera uno a quien no le hayan afectado las dificultades.

3. Agradece que tu prueba, comparada con las de los demás, sea ligera.

4. Anímate que tu prueba no es en la religión sino en asuntos mundanos.

5. Sabe que no puedes usar ningún truco ni artificio para deshacer lo que ya ha sucedido. Un poeta dijo:

“No uses trucos para cambiar las circunstancias,  
porque el único truco es dejar todos los trucos”.

6. Agradece que la opción de elegir lo que es bueno o malo para ti pertenece sólo a Allah ﷻ:

«Es posible que detestéis algo y sea un bien para vosotros, y que améis algo y sea un mal para vosotros. Allah sabe y vosotros no sabéis.» (Corán 2:216)

## **No imites la personalidad de otros**

«Y todos tienen una dirección a la cual dirigirse. ¡Apresuraos a realizar obras de bien!» (Corán 2:148)

«Y Él es Quien ha hecho que os sucedáis unos a otros en la Tierra, y ha agraciado a unos más que a otros para probaros con ello. Ciertamente tu Señor es rápido en castigar, pero también es Absolvedor, Misericordioso.» (Corán 6:165)

«...y supo la gente cual era su abrevadero.» (Corán 2:60)

Toda persona tiene sus propios talentos, aptitudes, habilidades y preferencias. Un aspecto del carácter del Profeta r era su capacidad de liderazgo. Reunió a sus compañeros según sus talentos y experiencias. ‘Alí ؑ era justo y sabio, por eso lo nombró juez. Convocó r a Mu‘âdh ؑ por su conocimiento, a Ubai Ibn Ka‘b ؑ por su recitación del Corán, a Zaid ؑ por saber determinar en los asuntos de la herencia, a Jâlid ؑ por su experiencia en las batallas, a Hassân ؑ por la poesía y a Qais Ibn Zâbit ؑ por ser un buen orador en público.

Fundirse con la personalidad del otro, sea cual fuere la razón, equivale al suicidio. E imitar los rasgos naturales de los demás es como asestarse a sí mismo un golpe mortal. Entre los signos de Allah ﷻ debemos maravillarnos de las diversas características de las personas: sus talentos, sus gustos, las distintas lenguas que hablan y los diferentes tipos raciales. Abû Bakr ؑ, por ejemplo, a través de su amabilidad y ternura, benefició enormemente al Islam y a esta Nación. ‘Umar ؑ, por su lado, ayudó al Islam y a sus miembros a lograr la victoria con su estricta conducta y austeridad. Por lo tanto, debes estar conforme con tus propios talentos y aptitudes. Desarrollalos, expándelos y benefíciate de ellos.

«Allah no exige a nadie por encima de sus posibilidades.» (Corán 2:286)

## El aislamiento y sus efectos positivos

Si se aplica con un entendimiento correcto, el aislamiento puede ser de gran beneficio.

Ibn Taimiiah dijo:

“Hay veces en que es necesario para el devoto estar aislado de los demás y así poder orar, recordar a Allah ﷻ, recitar el Corán y evaluarse a sí mismo y a sus actos. Además, el aislamiento ayuda a que uno suplique, busque perdón, se aleje del mal y demás actos positivos”.

Ibn Al-Yauzi dedicó tres capítulos de su conocido libro *Said Al-Jatir* a este tema. Dijo lo siguiente:

“No he visto ni oído nada que dé reposo, honor y dignidad como el aislamiento. Ayuda a que uno se aleje del mal, protege nuestra dignidad y contribuye a un aprovechamiento beneficioso del tiempo. Nos aleja de las mentes envidiosas y de aquellos que se regocijan con el sufrimiento ajeno. Promueve el recuerdo del Más Allá y permite que reflexionemos en el encuentro con Allah. En esos momentos de reclusión, los pensamientos pueden ponderar sobre lo que es beneficioso, sobre lo que contiene sabiduría y sacar conclusiones benéficas de los textos”.

Sólo Allah ﷻ conoce el alcance total del aislamiento, ya que en él, la mente se desarrolla, maduran los puntos de vista, el corazón encuentra reposo y uno se encuentra en el entorno ideal para la adoración. El permanecer aislado en ciertas ocasiones, hace que uno se distancie de las pruebas, de adular a quien no lo merece y de los ojos celosos y envidiosos. Uno se salva de la arrogancia del orgulloso y de las locuras del idiota. Al estar aislado, nuestras faltas, ya sean acciones o palabras, se recluyen como detrás de un velo.

Durante un período de aislamiento, uno puede adentrarse en un profundo mar de ideas y conceptos. En dicho estado, la mente está libre para formar sus opiniones. Aislada de la compañía de los demás, la mente alcanza un estado óptimo para buscar pensamientos estimulantes. Al estar solo, uno no ostenta ni hace alarde, ya que sólo Allah ﷻ lo ve y nadie más que Él lo oye.

Todos los que fueron brillantes o hicieron grandes contribuciones a la humanidad regaron las semillas de su grandeza con la fuente del aislamiento, hasta que la semilla se convirtió en una planta, y finalmente, en un árbol formidable. Del cual todos se beneficiaron con la anuencia de Allah ﷻ.

El juez ‘Ali Ibn ‘Abd Al-‘Azîz Al-Yuryâni dijo:

“No probé la dulzura de la vida hasta que me rodeé sólo de una casa y un libro, no hay nada más honorable que el conocimiento, por eso no busco otra compañía, la única degradación es mezclarse con la gente, por eso déjalos y vive con nobleza y seguridad”.

Otro poeta dijo:

“Encontré compañía en mi soledad y permanecí con fervor en mi hogar, mi dicha era perpetua y mi felicidad creció, cercené las relaciones humanas y no me importó si el ejército avanzó o si el gobernante nos visitó”.

Ahmad Ibn Jalîl Al-Hanbali dijo:

“Todo aquel que anhele la dignidad y el descanso de una larga y tediosa ansiedad, que sea uno más de la gente, y se conforme con poco. ¿Cómo pretende alcanzar la pureza quien vive de manera inmoral, entre las molestias



de los engañosos y los halagos consentidos, conviviendo con los envidiosos y padeciendo con los mezquinos? Pobre quien sea superficial y gaste todo su tiempo en relacionarse con la gente, en todas sus maneras y locuras”.

Al-Humaidi dijo:

“Reunirse con mucha gente no trae ningún beneficio, excepto aumentar el ‘dicen que’ y ‘me dijo que’, por ello, pasa menos tiempo conversando con las personas, excepto para la adquisición de conocimiento o para mejorar las relaciones”.

Ibn Fâris dijo:

“Me preguntaron cómo estaba y les dije: ‘bien, se satisface una necesidad y otra se descuida, cuando la angustia es tal que mi corazón se encoge, Espero, quizás, algún día llegará el auxilio, mis camaradas son mi gato y mis libros, los compañeros de mi alma, y el objeto de mi amor es mi lámpara de noche”.

## **No dejes que las dificultades te perturben**

Las dificultades también fortalecen el corazón, expían los pecados y ayudan a eliminar la inclinación hacia el orgullo y la arrogancia. Tal vez recuerdes que en tiempos de dificultad, abandonaste las frivolidades sin sentido y recordaste a Allah ﷻ. Al estar afligido, otros extendieron hacia ti su compasión fraternal y recibiste las súplicas de hombres ejemplares. En esas ocasiones, uno se somete voluntaria y humildemente al designio de Allah ﷻ y se resigna a aceptar lo que Él ha decretado. La calamidad genera prudencia y le da al afligido una advertencia temprana

de lo que será seguir el camino del mal. Aquel que sufre las calamidades muestra coraje y paciencia; y sus circunstancias, a diferencia de quien se embriaga con los placeres mundanos, le permiten prepararse solemnemente para reunirse con su Señor. Puedes dictar un juicio sobre este mundo de manera imparcial, llegando así a verlo como algo que no vale la pena anhelar. Otros aspectos que se asocian con la sabiduría y los beneficios de enfrentar dificultades de tanto en tanto, si bien pueden estar más allá de nuestra comprensión, están presentes definitivamente y son de conocimiento del Señor de todo lo que existe.

### **Reflexionemos:**

**Nada te turbe;** porque la tristeza debilitará tu determinación y la calidad de tu adoración. Uno de los efectos secundarios de la depresión es que a menudo hace que uno sea pesimista, y que culpe a los demás, incluso al Mismísimo Allah ﷻ.

**Nada te turbe;** porque la tristeza, la angustia y la ansiedad son las raíces de los problemas mentales y las causas del estrés.

**Nada te turbe;** porque tienes la compañía del Corán, las súplicas, el recuerdo de Allah ﷻ y la oración. Puedes alivianar la carga de tu ansiedad dando a los demás, haciendo el bien y siendo productivo.

**Nada te turbe;** y no te des por vencido ante la tristeza tomando el camino fácil de la ociosidad y la inactividad; por el contrario, ora, glorifica a tu Señor, lee, escribe, trabaja, visita amigos y familiares y reflexiona.

﴿Vuestro Señor dice: Invocadme, que responderé [vuestras súplicas].﴾ (Corán 40:60)

﴿Invocad a vuestro Señor con humildad y en secreto. Ciertamente Él no ama a los transgresores.﴾ (Corán 7:55)

«Invocad pues, a Allah, y adoradle con sinceridad, aunque ello disguste a los incrédulos.» (Corán 40:14)

«Diles: Y sea que Le invoquéis diciendo: ¡Oh, Allah! ¡Oh, Clemente! O cualquier otro nombre con el que Le invoquéis, Él os oirá. Sabed que Él posee los nombres [y atributos] más sublimes.» (Corán 17:110)

## Fundamentos de la felicidad

1. Ten en cuenta que si no vives atento al presente, tus ideas se esparcirán, tus asuntos se confundirán y aumentarán tus preocupaciones. Esta realidad la explica el siguiente Hadîz:

“Cuando llegue la mañana, no esperes ver la noche, y cuando veas la noche, no esperes alcanzar la mañana”.

2. Olvida el pasado y todo lo que hubo en él. Dejarse absorber por cosas que ya sucedieron es propio de lunáticos.

3. No te preocupes por el futuro. El futuro está en el mundo de lo desconocido, no dejes que te preocupe hasta que llegue el momento.

4. No te molestes por las críticas; por el contrario, permanece firme frente a ellas. Y comprende que, en proporción a tu valor personal, también aumenta el nivel de las críticas de los demás.

5. Ten fe en Allah ﷻ y realiza buenas acciones. Esos son los ingredientes para tener una vida buena y feliz.

6. Todo aquel que desee paz, tranquilidad y alivio puede encontrarlo recordando a Allah ﷻ.

7. Sabe que todo que sucede, sucede según el designio divino.

8. No esperes gratitud de nadie.

9. Acostúmbrate a estar preparado para la peor eventualidad.

10. Lo que sucedió quizás sea por tu bien (aunque tal vez no lo comprendas de esa manera).

11. Todo lo que es decretado para el musulmán es bueno para él.

12. Enumera las bendiciones de Allah ﷻ y sé agradecido.

13. Estás mucho mejor que otros.
14. El alivio llegará de un momento a otro.
15. Tanto en tiempos de bonanza como de dificultad, uno debe acudir a las súplicas y oraciones.
16. Las calamidades deben fortalecer tu corazón y cambiar tu manera de ver las cosas hacia un sentido positivo.
17. Toda dificultad tiene su alivio.
18. No dejes que las insignificancias sean la causa de tu destrucción.
19. Ciertamente tu Señor es “Quien siempre perdona”.
20. “No te enfades... No te enfades... No te enfades”.
21. La vida es pan, agua y sombra; no te perturbes por no tener algún otro bien material.
22. «Y en el cielo está decretado vuestro sustento y lo que se os ha prometido.» (Corán 51:22)
23. La mayoría de las cosas malas que se supone ocurrirán, nunca llegan.
24. Mira a quienes están afligidos y sé agradecido.
25. Cuando Allah ﷻ ama a un pueblo, lo somete a distintas pruebas.
26. Repite constantemente las súplicas que el Profeta ﷺ nos enseñó a decir en tiempos difíciles.
27. Trabaja arduamente en algo productivo y aléjate de la ociosidad.
28. No hagas correr rumores y no prestes atención a los mismos. Si escuchas un rumor, no lo creas.
29. Tu malicia y tus ansias de venganza son mucho más dañinas para tu salud que para tu enemigo.
30. Las dificultades que sufres compensan tus pecados.

## **¿Por qué angustiarse si posees los seis ingredientes?**

En el libro *La solución después de la dificultad* se menciona la historia de un sabio que era agobiado por las calamidades. Sus hermanos lo visitaron y trataron de consolarle. El sabio respondió: "Para ello he creado un remedio que contiene seis ingredientes". Preguntaron cuáles eran, a lo que les respondió: "El primero es tener firme confianza en Allah ﷻ. El segundo es conocer el hecho ineludible de que todo lo que está decretado sucederá y seguirá su curso inalterable. El tercero es que la paciencia es la más valiosa posesión del afligido. El cuarto es una creencia constante en lo que implica esta frase: 'Si no tengo paciencia, ¿qué puedo lograr?'. El quinto es preguntarme a mí mismo: '¿Por qué voy a ser cómplice de mi propia destrucción?'. El sexto es saber que de un momento a otro las circunstancias se transforman y las dificultades desaparecen".

**Nada te turbe, y no te angusties si otros te dañan, te insultan, te menosprecian o te oprimen**

Sheij Al-Islâm dijo:

"El creyente no reclama, ni reprocha, ni demanda".

## **Nada te turbe, y si tienes que enfrentar obstáculos o problemas, muestra tolerancia y paciencia**

La paciencia, al contrario de la angustia, da el fruto del alivio; y la tolerancia es más noble que la ansiedad, y quien no tenga paciencia por su propia voluntad será obligado por las circunstancias.

Al-Mutanabbi dijo:

“El tiempo me ha dado una lluvia de problemas  
Hasta que las flechas que caían sobre mi  
corazón formaron una coraza, ahora, cuando  
una flecha me golpea, su filo se topa con el  
cuerpo de otra. Ahora no me preocupan los  
problemas, ya que en nada me beneficio  
preocupándome”.

**Nada te turbe, pues posees amigos y afectos que te  
garantizan amor y amistad**

La hermandad alivia las tristezas. Alguien dijo: “Si no fuera por  
el susurro del demonio no me mezclaría con la gente”.

«Sabad que ese día los amigos [en la incredulidad] serán enemi-  
gos unos de otros y no así quienes hayan temido a Allah.» (Co-  
rán 43:67)

**Nada te turbe, y no te angusties si alguien te niega  
un favor o si el mezquino te rechaza**

Una choza de madera o una tienda de lona es mucho mejor para  
ti que una amplia casa con un bello jardín y demás bienes mate-  
riales que sólo te darán preocupaciones, angustia y ansiedad.

La tribulación es similar a la enfermedad: debe seguir su curso  
antes de irse y aquel que se apresure intentando quitarla sólo  
logrará que la misma aumente. La persona que está afligida debe  
ser paciente y tener esperanza que llegue el alivio, a la vez que  
debe ser persistente en sus plegarias.

## Reflexionemos:

«Y no desesperéis de la misericordia de Allah, pues no desesperan de la misericordia de Allah sino los incrédulos.» (Corán 12:87)

«Dijo: Sólo desesperan de la misericordia de su Señor los extrañados.» (Corán 15:56)

«Por cierto que los benefactores están más cerca de la misericordia de Allah.» (Corán 7:56)

«Tú no sabes si Allah, durante el período de espera, dispone otro desenlace.» (Corán 65:1)

«Es posible que detestéis algo y sea un bien para vosotros, y que améis algo y sea un mal para vosotros. Allah sabe y vosotros no sabéis.» (Corán 2:216)

«Allah es Sutil y benévolo con Sus siervos; sustenta a quien quiere, y es Fuerte, Poderoso.» (Corán 42:19)

«...pero sabed que Mi misericordia lo abarca todo.» (Corán 7:156)

«No te entristezcas, pues Allah está con nosotros.» (Corán 9:40)

«Ciertamente os auxiliaré con mil Ángeles que descenderán sucesivamente.» (Corán 8:9)

«Él es Quien hizo descender la lluvia cuando habían caído en la desesperación [por la sequía], agraciándoles así con Su misericordia. Él es Protector, Loable.» (Corán 42:28)

«Les agradecemos porque siempre se apresuraban a realizar obras buenas, Nos invocaban con temor y esperanza, y eran sumisos.» (Corán 21:90)

## **El mejor compañero en todo momento es un libro**

Una de las actividades que te dará alegría es leer un libro, pues desarrollarás tu mente a través de la adquisición de conocimiento.

Al-Yâhidh, un escritor árabe de siglos atrás, aconsejaba leer libros para alejar la ansiedad:

“El libro es un compañero que no te halaga ni te tienta a seguir el mal. Es un amigo que no te aburre, y es un vecino que no te hace ningún daño. Es una amistad que no pretende obtener favores de ti adulándote, ni te engaña con dobles discursos ni mentiras. Cuando lees con atención las páginas de un libro, tus sentidos se estimulan y tu intelecto se agudiza... Leyendo las biografías de otras personas, obtienes una apreciación tanto de las personas comunes como de la manera de vivir de los reyes. Incluso, podría decirse que en ocasiones aprendes de las páginas de un libro en un mes más de lo que aprendes de boca de los hombres en todo un siglo. Todos éstos son beneficios, sin necesidad de gastar dinero en un maestro que sólo busca cobrar sus aranceles, ni aprender de alguien con modales de menor jerarquía que los tuyos. El libro te obedece tanto en la noche como en el día, cuando estás de viaje y en la tranquilidad de tu casa. Un libro no siente sueño ni se cansa al llegar la noche. Es el maestro que siempre está allí para ti, cada vez que lo necesites, y si alguna vez te rehúsas a leerlo, él jamás se negará para ti. Si lo abandonas, no dejará de obedecerte. Y cuando todo se torne en tu contra, mostrándote su enemistad, el libro permanecerá a tu lado. El libro impide que te sientes en el umbral de tu puerta a mirar pasar a la gente. Te aleja de las personas de carácter frívolo, de hablar cosas malas y de la penosa ignorancia. Si el único beneficio de un libro fuera alejarte de las divagaciones y las fri-



volidades, con toda certeza puedes considerarlo como un verdadero amigo que te ha hecho un gran favor”.

## Las virtudes de los libros

Abû 'Ubaidah dijo:

“Al-Muhallab le dio este consejo a su hijo: ‘Hijo mío, no permanezcas en el mercado a menos que estés visitando al fabricante de armaduras o al vendedor de libros”.

Al-Hasan Al-Lu'lu'i comentó:

“Durante cuarenta años me dormí con un libro en la mano”.

Ibn Al-Yahm dijo:

“Si me da pereza antes de la hora de dormir - ¡Y que desagradable es el sueño que excede las necesidades! - tomo un libro de entre los libros de la sabiduría y me regocijo al encontrar una perla [de conocimiento]... Estoy más alerta cuando leo y aprendo con felicidad que cuando oigo el rebuzno del asno o el agudo sonido de algo que se rompe”.

Además dijo:

“Si encuentro un libro, y considero que redundante en algún beneficio para mí, me verás hora tras hora viendo cuántas páginas le quedan, por miedo a estar cerca del final. Y si se trata de varios tomos con muchas páginas, mi vida y mi felicidad están completas”.

El mejor y más valioso, noble y sublime de los libros nos dice:

﴿Este [el Corán] es el Libro que te ha sido revelado para que adviertas con él y como Mensaje para los creyentes. Que tu corazón no se sienta agobiado por ello.﴾ (Corán 7:2)

## **Los beneficios de la lectura**

1. Leer aleja la ansiedad y la angustia.
  2. Al estar ocupado leyendo, uno evita caer en la trampa de las falsedades.
  3. El hábito de la lectura nos mantiene ocupados y alejados de los ociosos e inactivos.
  4. Al leer frecuentemente, uno desarrolla elocuencia y claridad en la forma de hablar.
  5. Leer ayuda a desarrollar la mente y purificar los pensamientos.
  6. Leer aumenta el conocimiento y mejora la memoria y la capacidad de comprensión.
  7. Con la lectura, se beneficia de las experiencias de otros: la sabiduría de los sabios y el entendimiento de los estudiosos.
  8. Al leer frecuentemente, se desarrolla la capacidad de adquirir y procesar el conocimiento y de aprender sobre distintos campos y sus aplicaciones en la vida.
  9. La fe aumenta cuando uno lee libros beneficiosos, especialmente de escritores musulmanes practicantes. El libro es la mejor fuente de sermones y tiene un efecto muy poderoso a la hora de guiarnos por el camino de la bondad y alejarnos del mal.
  10. Leer ayuda a relajar la mente de las preocupaciones y a evitar que desperdiciemos nuestro tiempo.
  11. Al leer con frecuencia, se aprende a dominar más palabras y distintas construcciones sintácticas; además, mejora nuestra capacidad de captar conceptos y entender lo que está escrito 'entre líneas'.
- "El alimento del alma está en los conceptos y significados, no en la comida ni en la bebida".

## **Nada te turbe si sabes que por tus buenas obras la gente te elogia**

Cuando las manos se levantan para aplaudirte y las bocas para ensalzarte por las obras que has hecho es como nacer de nuevo, concebir hijos eternos, poseer una riqueza fructífera y dejar una herencia bendita.

### **Reflexionemos:**

Abû Bakr ؓ se encontraba enfermo y lo visitaron:

Al llegar le preguntaron: "¿No quieres que llamemos al médico?" Dijo: "Ya me ha visto". "¿Y qué te ha dicho?" "Haz lo que te plazca".

'Umar ؓ dijo:

"Hemos descubierto que lo mejor en la vida es aquello que viene acompañado de paciencia".

Dijo también:

"La mejor que hemos vivido ha sido lo que alcanzamos con la paciencia, y si la paciencia fuera un hombre, seguro que sería el más generoso".

'Ali ؓ dijo:

"La paciencia es a la fe lo que la cabeza es al cuerpo. Si se cercena la cabeza, el cuerpo ya no sirve".

Luego elevó la voz y dijo:

"No existe fe en un hombre que no tiene paciencia".

Al-Hasan dijo:

"La paciencia es uno de los tesoros de la bondad, un tesoro que Allah ﷻ sólo entrega a quienes de Sus siervos considera merecedores de recibirlo".

*Nada te turbe*

'Umar Ibn 'Abd Al-'Azîz dijo:

“Cada vez que Allah ﷻ le da una bendición a alguno de Sus siervos y luego se la quita y la reemplaza con la paciencia, ese nuevo valor es invariablemente mejor”.

Sulaimân Ibn Al-Qâsim sentenció:

“Se conoce la recompensa para todas las acciones excepto la de la paciencia”.

Allah ﷻ dice: ﴿Por cierto que la retribución para quienes sean pacientes y perseverantes será ilimitada.﴾ (Corán 39:10)

### **Nada te turbe, pues hay otra vida por venir**

Llegará el día en que Allah ﷻ reunirá al primero y al último de la creación. El solo hecho de conocer este dato debería ser para ti una tranquilidad respecto a la justicia divina. Por eso, quienquiera que haya visto usurpado su dinero aquí lo encontrará allá; quienquiera que sea oprimido aquí encontrará justicia allá; y quienquiera que oprima aquí encontrará allá su castigo.

Kant, el filósofo alemán, comentó lo siguiente:

“El drama de esta vida no es completo; debe haber una segunda escena, porque vemos al tirano y a sus víctimas mas no vemos que se haga justicia. Vemos al conquistador y a los sometidos, sin que éstos últimos encuentren venganza. Por lo tanto, debe haber otro mundo en el que se haga justicia”.

El Sheij 'Ali At-Tantâui, refiriéndose a esto, dijo:

“Esa afirmación sugiere una confesión de este extranjero de la existencia del Más Allá en el que tendrá lugar el Juicio Final”.

Un poeta árabe dijo:

“Si el ministro y sus delegados rigen despóticamente, y el juez de la tierra es injusto en sus juicios, entonces ¡pobre de ellos! ¡pobre de ellos! Pobre el juez de la tierra cuando sea juzgado por el Juez que está en los cielos”.

«Hoy no se cometerá injusticia alguna. En verdad, Allah es rápido en ajustar cuentas.» (Corán 40:17)

### **Nada te turbe, ni te angustie demasiado cuando el trabajo se acumule**

Robert Louis Stevenson dijo:

“Toda persona puede realizar sus tareas cotidianas, sin importar lo difíciles que sean, y toda persona puede vivir felizmente su día hasta que se ponga el sol: ese es el significado de la vida”.

Stephen Leacock relató lo siguiente:

“El niño dice: ‘cuando sea adolescente’. El adolescente dice: ‘cuando sea adulto’ y cuando llega el momento, dice: ‘cuando me case’. ¿Y qué pasa después del matrimonio? ¿Y qué pasa después de todas esas etapas? Nuestro pensamiento sigue constantemente el flujo natural de lo que viene luego: ‘cuando me jubile’. Pero cuando uno llega a la vejez y mira hacia atrás, siente un viento frío. Se perdió toda su vida, la cual fue apagándose sin siquiera vivir en ella. Así aprendemos, cuando ya es demasiado tarde, que la vida debe disfrutarse a cada minuto y a cada hora”.

Esa es la actitud de los que posponen el arrepentimiento de sus pecados.

Uno de nuestros piadosos antepasados dijo:

“Te advierto que posponer algo y decir: lo haré después, es en realidad una frase que te impide hacer el bien y te hace quedar rezagado en los actos de probidad”.

﴿Déjalos que coman, disfruten y sean seducidos por el apego a esta vida mundanal, que ya sabrán.﴾ (Corán 15:3)

Montaigne, el filósofo francés, dijo:

“Mi vida estaba llena de mala suerte que parecía no mostrar piedad nunca”.

Pero yo sostengo que a pesar de su conocimiento e inteligencia, muchos pensadores famosos no sabían nada de la sabiduría que hay detrás de su propia creación. No se guiaban por las enseñanzas que Allah ﷻ envió a través de Su Mensajero, Muhammad ﷺ.

﴿De este modo, a quien Allah no ilumine jamás encontrará la luz [de la guía].﴾ (Corán 24:40)

﴿Y le evidenciamos la guía, pero algunos fueron creyentes agradecidos y otros incrédulos ingratos.﴾ (Corán 76:3)

Dante solía decir:

“Considera que este día no volverá a ocurrir”.

Mejor y más bello y completo es el Hadíz que dice:

“Reza como si fuera tu última plegaria”.

Todo aquel que tenga siempre en mente que hoy es su último día, se arrepentirá, hará buenas acciones y se esforzará por obedecer a su Señor ﷻ y a Su Mensajero ﷺ.

## **Nada te turbe, y pregúntate lo siguiente**

1. ¿Dejo de vivir el presente por los miedos y aprensiones del futuro o por las esperanzas del jardín mágico que hay más allá del horizonte?
2. ¿Amargo mi vida actual pensando una y otra vez en cosas que sucedieron en el pasado?
3. ¿Me despierto en las mañanas con la intención de ser útil ese día?
4. ¿Siento que estoy beneficiándome de mi vida cuando trato de concentrarme en una situación o tarea actual?
5. ¿Cuándo comenzaré a vivir el presente sin preocuparme demasiado por el pasado y por el futuro? ¿La semana que viene? ¿Mañana? ¿O quizás hoy?

## **Nada te turbe, y no te desanimes al enfrentar una situación difícil**

Si te encuentras en una situación difícil, haz lo siguiente:

1. Pregúntate qué es lo peor que puede pasar.
2. Prepárate para enfrentar y manejar la peor de las situaciones.
3. Si ocurre algo malo, enfréntalo con calma para poder manejar mejor la situación.

«A ellos se les dijo: Los enemigos se han agrupado contra vosotros, temedles pues. Pero esto, por el contrario, les aumentó la fe y dijeron: Allah nos basta y Él es el mejor protector.» (Corán 3:173)

## **Reflexionemos:**

«Y sabed que Allah siempre le dará una salida a quien Le tema, y le sustentará de donde menos lo espera. Y quien se encomiende a Allah, sepa que Él le será suficiente.» (Corán 65:2-3)

«Y ciertamente luego de toda dificultad Allah os enviará un alivio.» (Corán 65:7)

El Profeta ﷺ dijo:

“Tengan en cuenta que la victoria llega con paciencia, que con las vicisitudes existe una salida y que con la dificultad llega el alivio”.

En otro Hadíz, el Profeta ﷺ relata que Allah ﷻ dijo lo siguiente:

“Seré con Mi Siervo como él espere que Yo sea, por eso déjenlo que espere y crea de Mí lo que quiera”.

«Allah bastará contra ellos. Él es Omnioyente, Omnisciente.» (Corán 2:137)

«Encomiéndate al Viviente Inmortal.» (Corán 25:58)

«...pero puede que Allah os haya deparado la victoria o algún otro decreto Suyo...» (Corán 5:52)

«Y nadie, salvo Allah, tiene conocimiento de cuándo ocurrirá.» (Corán 53:58)

## **Nada te turbe, pues la depresión debilita el cuerpo y el alma**

El Dr. Alexis Carlyle, premio Nóbel de Medicina, dijo:

“Los trabajadores que no saben cómo manejar la preocupación y las presiones son mucho más propensos a una muerte prematura”.

Y aunque todo sucede según el designio divino, la persona debe dar los pasos necesarios para evitar las dificultades, por eso Carlyle señala que la preocupación es uno de los factores que llevan al deterioro del cuerpo.



La depresión es causa de úlceras

“No tendrá una úlcera por lo que come, sino por lo que lo está comiendo a usted”. Estas palabras están tomadas de *The Problem of Nervousness*, del Dr. Joseph F. Mantagno.

El poeta árabe Al-Mutanabbi dijo:

“Y las presiones transforman al obeso en flaco,  
ponen gris el cabello del joven y lo convierten  
en un anciano”.

Según la revista *Life*, las úlceras están en el décimo lugar de la lista de enfermedades mortales.

### Otros efectos de la depresión

Recientemente leí la traducción del libro *Stop Worrying and Seek Betterment*, del Dr. Edward Bodowloski. A continuación les transcribo algunos títulos del libro:

- Lo que la ansiedad provoca al corazón.
- La hipertensión se alimenta de la ansiedad.
- Procure disminuir su ansiedad; hágale un favor a su interior.
- La ansiedad como causa del resfrío común.
- La ansiedad y la glándula tiroides.
- La víctima de la diabetes y la ansiedad.

El Dr. Carl Maninger, especialista en psicología, escribió un libro titulado *Man Against Himself*, y en el cual menciona lo siguiente:

“El Dr. Maninger no le dará los principios de cómo evitar la ansiedad, sino que le dará un informe contundente sobre cómo destruimos nuestro cuerpo y nuestra mente a través de la ansiedad y los nervios, la malicia y el rencor, el miedo y los sentimientos de venganza”.

«Quienes hacen caridad, tanto en los momentos de holgura como en la estrechez, controlan su cólera y perdonan a los hombres, sepan que Allah ama a los benefactores.» (Corán 3:134)

Una de las lecciones más sobresalientes que podemos aprender de este versículo es que debemos tener un corazón firme, paz en la mente, los nervios en calma y un sentimiento de felicidad.

El filósofo francés Montaigne dijo en una ocasión:

“Deseo ayudarlos a enfrentar sus problemas con mis manos, pero no con mi hígado ni mis pulmones”.

### **¿Qué nos provocan la depresión, la preocupación y la envidia?**

El Doctor Russel Cecil, de la Universidad de Cornell, menciona cuatro causas muy comunes de la artritis:

1. Las peleas conyugales.
2. Los problemas financieros y la depresión.
3. La soledad y la preocupación.
4. La malicia y la envidia.

El Dr. William Malk Gaungil, en una conferencia de la Federación Estadounidense de Dentistas, señaló lo siguiente:

“Los sentimientos de infelicidad como la preocupación y el miedo posiblemente afectaron la distribución de calcio en el cuerpo, y por consiguiente, provoquen un desgaste de la dentadura”.

### **Soporta las dificultades con serenidad**

Dale Carnegie dijo:

“Los afro-americanos que viven en el sur junto con los chinos rara vez son blanco de enfermedades cardíacas como resultado

de la preocupación. Esto puede atribuirse a la manera serena y tranquila con que viven sus vidas”.

Además agregó:

“El número de estadounidenses que intentan suicidarse es mayor que aquellos que mueren por causa de la combinación de las cinco enfermedades con mayor riesgo de mortalidad”.

Es una estadística que nos deja perplejos y que no debemos tomar a la ligera.

## **Confía plenamente en tu Señor**

William James dijo:

“Dios perdona nuestros pecados, pero nuestro sistema nervioso no”.

Ibn Al-Uazîr escribió en su libro Al-'Auâsim Min Al-Qauâsim:

“Ciertamente tener esperanza en la misericordia de Allah ﷻ abre las puertas del optimismo a Sus siervos, haciéndolo más ávido de Su adoración e inspirándole a tener más entusiasmo para realizar buenas acciones”.

Esto es cierto, especialmente porque algunas personas no tienden a hacer buenas acciones salvo cuando ruegan a Allah ﷻ piedad, perdón y aceptación. Y como consecuencia de ello buscan estar cerca de Allah ﷻ a través de la realización rápida y diligente de buenas acciones.

## **Cuando tus pensamientos divagan**

Thomas Edison dijo:

“No existe escapatoria a la que podamos acudir para evadir nuestros pensamientos”.

Uno puede confirmar la veracidad de esta frase a partir de la experiencia, ya que nuestra mente incluso al leer o escribir tiende a tener pensamientos inapropiados constantemente. Uno de los mejores medios para controlar dichos pensamientos es trabajar en algo que sea interesante y útil.

## **Acepta las críticas constructivas**

André Maurois dijo:

“Todo lo que está en armonía con nuestras inclinaciones personales se nos presenta como la verdad y todo lo demás no hace más que provocar nuestra ira”.

Un ejemplo muy claro de esto es cuando recibimos un consejo o una crítica. Normalmente aceptamos con gusto los halagos y nuestro espíritu se enaltece cuando somos objetos de tales atenciones, aún cuando nos halagan erróneamente. Pero, por otro lado, detestamos las críticas y desestimaciones, aún si éstas resultan ser ciertas.

«Y cuando se les exhorta a respetar en sus juicios las leyes que Allah ha revelado a Su Enviado se rehúsan, salvo cuando éstas les favorecen, pues entonces las acatan con sumisión.» (Corán 24:48-49)

William James dijo:

“Cuando tomes una decisión firme de hacer algo un día en particular, te librarás totalmente de las preocupaciones que te atormentan y subyugan en relación al resultado de tus empresas”.

Lo que quiere decir es que cuando tomas una decisión juiciosa basada en la lógica y en una premisa firme, debes llevarla a cabo. Además, no debes darle lugar a las dudas, ya que sólo engendran más dudas. Y tampoco debes mirar hacia atrás.

Un poeta árabe dijo:

“Si eres sano en tus juicios, demuestra resolución, porque un juicio débil es resultado de la vacilación”.

Mostrar coraje a la hora de tomar decisiones puede salvarte de la preocupación y la confusión.

«Y cuando llegue el momento de luchar lo mejor será que obedezcan a Allah con sinceridad.» (Corán 47:21)

### **No te paralices pensando o vacilando, mas actúa y deja la ociosidad**

El Dr. Richard Cabot de la Universidad de Harvard escribió las siguientes palabras en su libro *How Humans Live*:

“Como médico, propongo al trabajo como remedio para quienes sufren de los nervios a causa de las dudas, los miedos y la indecisión. El trabajo inspira valentía; y fue la confianza en sí mismo lo que hizo a Emerson tan grandioso”.

«Y cuando haya culminado la oración dispersaos por la Tierra y procurad el sustento...» (Corán 62:10)

George Bernard Shaw dijo lo siguiente:

“Quizás el secreto de la depresión está en darse el lujo de tener tiempo para ideas superfluas, especialmente sobre si se es o no feliz. No permita que esos pensamientos se introduzcan en su mente; por el contrario, permanezca firme en su trabajo. Cuando usted se dedica de lleno a una tarea seria, su sangre comienza a circular y su mente se verá alentada a ponerse en acción. Descubrirá que su nueva vida ha eliminado rápidamente las preocupaciones. Trabaje y hágalo continuamente; ya que es el remedio más barato y efectivo disponible que existe en el mundo”.

«Diles [¡Oh, Muhammad! a los hipócritas]: Obrad como queráis, y sabed que Allah, Su Mensajero y los creyentes verán vuestras obras.» (Corán 9:105)

Un sabio dicho árabe dice:

“La vida es demasiado corta para hacerla más corta aún con disputas”.

«Allah les preguntará: ¿Cuántos años permanecisteis en la Tierra? [Y aturridos por el castigo] Responderán: Permanecimos un día o menos aún. Mejor pregúntale a los [los Ángeles] encargados de contarlos [pues nos hemos olvidado]. Allah les dirá: Permanecisteis poco tiempo. ¡Si hubierais sabido aprovecharlo!» (Corán 23:112-114)

### **La mayoría de los rumores son infundados**

«Crean que todo grito va dirigido contra ellos.» (Corán 63:4)

«Si hubieran salido a combatir os habrían confundido sembrando la discordia, pues entre vosotros hay quienes prestan oído a lo que dicen, pero Allah bien conoce a los inicuos [y os previene de ellos].» (Corán 9:47)

El Profesor Hawks, de la Universidad de Columbia dijo lo siguiente:

“Hay o no hay un remedio para un problema en particular. Si existe un remedio para un problema específico, búsquelo; y si no, no se moleste por él”.

En un Hadîz auténtico, el Profeta ﷺ dijo:

“Allah ﷻ no envió ninguna enfermedad sin que haya enviado también una cura. Sepa quien sepa o lo ignore quien lo ignore”. Es decir que aunque la medicina más avanzada la desconozca en la actualidad, ésta efectivamente existe.

## La bondad evita las confrontaciones

Un maestro japonés decía a sus alumnos:

“Reverenciar es ser como un sauce, y no contestar utilizando la fuerza es ser como un roble”.

En un Hadîz, el Profeta ﷺ dijo lo siguiente:

“El creyente es como una planta verde, el viento sopla contra ella de izquierda a derecha”. Es decir que se tuerce pero nunca se quiebra”.

El sabio es como el agua, ya que el agua no se estrella contra la roca tratando de atravesarla. Por el contrario, llega a ella y la rodea por izquierda y derecha, por arriba y por abajo.

En otro Hadîz, el Profeta ﷺ dijo:

“El creyente es como un camello con bridas. Si fuera ordenado arrodillarse sobre una roca, lo haría”.

## El ayer nunca volverá

﴿No os desesperéis por lo que no habéis conseguido...﴾ (Corán 57:23)

Adán ﷺ le dijo a Moisés ﷺ:

“Me culpas por aquello que Allah ﷻ ha decretado sobre mí cuarenta años antes de crearme”.

Con respecto a esas palabras, el Profeta ﷺ pronunció lo siguiente:

“Adán superó a Moisés en su argumento. Adán superó a Moisés en su argumento. Adán superó a Moisés en su argumento”.

## **Busca la felicidad en ti, en tu interior, y no a tu alrededor o en tu exterior**

El prolífico poeta inglés, Milton, expresó:

“¡La mente por sí sola puede transformar al paraíso en un infierno y al infierno en un paraíso!”

Al-Mutanabbi escribió:

“El talentoso sufre debido a su genio desequilibrado, mientras que el que no tiene conocimiento es pobre, mas sonrío”.

## **Esta vida no merece nuestra angustia**

Napoleón exclamó en Santa Helena:

“No he tenido [ni siquiera] seis días felices en toda mi vida”.

El Califa, Hishâm Ibn ‘Abd Al-Malik, dijo:

“He intentado recordar y enumerar los días felices que tuve en mi vida y he caído en la cuenta que son trece en total”. Su padre solía lamentarse y decir: “Jamás tendría que haber sido Califa”.

El eminente orador Ibn As-Sammâk visitó en una ocasión a Hârûn Ar-Rashîd. Este último sentía sed y pidió agua para beber. Ibn As-Sammâk dijo: “Oh Príncipe de los Creyentes, si te negaran esta bebida, ¿ofrecerías por ella la mitad de tu imperio?” Él respondió: “Sí”. Cuando terminó de beber, Ibn As-Sammâk le hizo otra pregunta: “Si por alguna enfermedad no pudieras eliminar esta bebida [a través de la orina], ¿pagarías la mitad de las riquezas de tu imperio para poder quitarla de tu cuerpo?” El hombre respondió: “Sí”. Ibn As-Sammâk dijo entonces: “Entonces, que tan importante puede ser un reino que no se equipara siquiera a un sorbo de agua”.



El mundo entero y todo lo que hay en él carece de valor, peso y significado si se tiene fe en el Creador.

Iqbál dijo en su poesía:

“Cuando se pierde la fe no hay paz, y no hay vida para quien no revive su religión, todo aquel que se complazca con una vida privada de fe, habrá arruinado totalmente la esencia de la vida”.

Emerson culminó con las siguientes palabras su ensayo sobre la confianza en uno mismo:

“El triunfo político, el aumento en los ingresos, la cura a una enfermedad o el regreso de los días felices, todos ellos parecen estar esperando por usted en el horizonte. Pero no crea todo, porque las cosas no son como usted espera que sean y porque nada puede darle paz, excepto usted mismo”.

﴿¡Oh, alma que estás en paz con tu Señor! Vuelve a la vera de tu Señor complacida y satisfecha [con la recompensa, que Allah está complacido contigo]﴾ (Corán 89:27-28)

Un reconocido filósofo y novelista dijo: “La indispensabilidad de eliminar las ideas malignas de nuestra mente es más importante que remover los tumores y enfermedades de nuestro cuerpo”. El Corán tiene más advertencias sobre las enfermedades de la mente y de las creencias que las que dañan al cuerpo.

El filósofo francés Montaigne dijo:

“Una persona no es afectada tanto por lo que sucede como por su opinión de lo que sucede”.

En el siguiente Hadíz, el Profeta ﷺ suplicó:

*Nada te turbe*

“Oh Allah, compláceme con Tu decreto para que yo pueda saber que lo que me ha acaecido era mi destino y lo que no me ha sucedido no estaba destinado para mí”.

### **Reflexionemos:**

**Nada te turbe;** porque la tristeza lleva a que te lamentes por el pasado, a que tengas desconfianza del futuro y a que desperdicies el presente.

**Nada te turbe;** porque la tristeza contrae el corazón, frunce nuestro ceño, debilita nuestro espíritu y desvanece las esperanzas.

**Nada te turbe;** porque la tristeza complace a tu enemigo, enfurece a tu amigo y regocija al envidioso.

**Nada te turbe;** porque al estarlo, te estarás quejando del designio divino y mostrando disgusto con lo que está escrito para ti.

**Nada te turbe;** porque la angustia no te devolverá a tus seres queridos, no podrá resucitar a los muertos, no logrará cambiar el destino y no conseguirá concederte ningún beneficio.

**Nada te turbe;** porque la tristeza a menudo es del Demonio y es una especie de desesperanza.

«Por cierto que te hemos abierto el pecho [disponiéndolo para que pueda recibir la profecía], y liberado de la carga [de tus faltas anteriores] que te pesaba. Y hemos elevado tu reputación [hasta ser mencionado junto con Allah en el Testimonio de Fe]. [Debes saber ¡Oh, Muhammad! que] Luego de toda dificultad viene un alivio, y ciertamente que luego de toda dificultad viene un alivio. Cuando estés libre [de ocupaciones] dedícate a adorar a Allah, y confía todos tus asuntos a tu Señor.» (Corán 94:1-8)

## Nada te turbe, y ten siempre fe en Allah

La fe en Allah ﷻ es a la paz y a la felicidad lo que la duda es a la confusión y a la miseria. He leído sobre muchas personas inteligentes, algunos incluso podrían ser llamados genios, pero sus corazones carecen de la luz y la guía. Por ese motivo dijeron muchas falsedades sobre la Ley de Allah. Éstos son dos ejemplos que me vienen a la mente: Abû Al-'Alâ' Al-Ma'arri dijo sobre la Sharî'ah: "Es una contradicción contra la cual nada podemos hacer, salvo permanecer callados". El otro ejemplo es lo que dijo Avicenas (Ibn Sîná): "El elemento que influye a la naturaleza es el intelecto activo".

Así comprendí que el grado de fe que tengamos en el corazón será el que tendremos de felicidad. Otras palabras recientes, de significado similar a las anteriores, surgen de las pronunciadas por el Faraón:

«Dijo el Faraón: ¡Oh, nobleza! No conozco otra divinidad que no sea yo.» (Corán 28:38)

«Yo soy vuestro Señor supremo.» (Corán 79:24)

James Allen, autor de *How Man Thinks*, dijo lo siguiente:

"El hombre llegará a saber que cada vez que cambia sus opiniones e ideas sobre otras cosas o personas, esas mismas cosas y personas también cambiarán por su parte... Supongan que alguien cambió su manera de pensar y nos sorprenderemos al ver lo rápido que cambia el estado de su vida material. Por lo tanto, lo sagrado que le da forma a nuestras metas somos nosotros mismos".

Con respecto a los pensamientos incorrectos y sus efectos, Allah ﷻ nos dice:

## *Nada te turbe*

«Creísteis que el Mensajero y los creyentes jamás regresarían [a sus hogares]. Eso es lo que Satanás infundió en vuestros corazones, y por ello pensasteis maliciosamente. Ciertamente sois un pueblo corrupto.» (Corán 48:12)

«Otros, en cambio, preocupados tan sólo por su suerte, pensaban equivocadamente acerca de Allah como en los tiempos de la ignorancia y el paganismo, decían: No obtuvimos el triunfo que se nos prometió. Diles [¡Oh, Muhammad!]: Todo depende de Allah.» (Corán 3:154)

James Allen dijo también:

“Todo lo que una persona logre es resultado directo de su pensamiento personal... el hombre es capaz de triunfar y de alcanzar sus metas mediante su pensamiento; seguirá siendo débil y miserable si se niega a reconocerlo”.

Allah ﷻ dice con respecto a la verdadera determinación y a los pensamientos correctos:

«Si [los hipócritas] hubieran querido realmente combatir se habrían preparado para tal fin, pero Allah no quiso que salieran [con vosotros], y les infundió desgano...» (Corán 9:46)

«Y si Allah les hiciese oír, igualmente rechazarían la Verdad, pero no lo hace porque sabe que en ellos no hay ningún bien.» (Corán 8:23)

«...y sabiendo la fe que había en sus corazones hizo descender el sosiego sobre ellos...» (Corán 48:18)

## **Nada te turbe, y no te angusties por trivialidades ya que el mundo entero es trivial**

Una persona ejemplar fue arrojada a la jaula de un león y Allah ﷻ lo salvó de las garras de la fiera. Más tarde le preguntaron:

“¿Qué pensabas en ese momento?” Él respondió: “Pensaba en la saliva del león - si los estudiosos la consideran pura o impura”.

Allah ﷻ describe a aquellos que estuvieron con el Profeta ﷺ según sus intenciones:

«Entre vosotros hubo quienes anhelaron las cosas materiales de esta vida [el botín] y quienes la recompensa de la otra.» (Corán 3:152)

Ibn Al-Qaiim mencionó que el valor de una persona se mide según su determinación y sus metas. Un sabio dijo en una ocasión las siguientes palabras al mismo efecto: “Díganme cuál es la determinación de un hombre y les diré qué tipo de hombre es”.

Un barco zozobró en alta mar y un devoto cayó al agua. Comenzó a realizar la ablución, una extremidad a la vez. Logró así llegar a la costa y se salvó. Le preguntaron sobre la ablución y por qué la había realizado, a lo cual respondió: “Quería realizarla para morir en estado de pureza”.

El Imâm Ahmad, durante la agonía, señalaba su barba mientras los demás le realizaban la ablución, recordándoles que no dejaran ni un lugar de su cuerpo sin purificar.

«Allah les agració con una recompensa en esta vida y les agradecerá con una recompensa mayor en la otra, porque Allah ama a los benefactores.» (Corán 3:148)

### **Nada te turbe, y no te angusties cuando muestren hostilidad abiertamente hacia a ti**

Si perdonas y olvidas, habrás alcanzado la nobleza en este mundo y el honor en el que vendrá.

«...pero quienes sepan perdonar [la injusticia que se les haya cometido] serán recompensados por Allah.» (Corán 42:40)

Shakespeare dijo lo siguiente: “No eches mucha leña al horno para tu enemigo ya que puedes quemarte con tu propia llama”.

Alguien le dijo a Sâlim Ibn ‘Abdullah Ibn ‘Umar, un estudioso de las primeras generaciones del Islam: “Eres un hombre malvado”. Rápidamente respondió: “Nadie me conoce excepto tú”.

Un hombre atacó verbalmente a Abû Bakr ؓ y dijo: “Por Allah, te maldigo y mi maldición entrará a tu tumba”. Él respondió calmado: “Seguro que entrará contigo en tu tumba”.

Alguien le dijo a ‘Amr Ibn Al-‘Âs: “Me dedicaré a declararte la guerra”. ‘Amr respondió: “Has caído en lo que invalida a todo lo demás, y esa será tu preocupación (es decir, tu desgracia)”.

Un relato cuenta que el mosquito le dijo al árbol:

“Permanece firme ya que deseo volar y a abandonarte”. El árbol respondió: “Por Allah, ino he sentido que te posaras en mí! Cómo sentiré entonces cuando te vayas”.

Hâtim dijo:

“Perdono al generoso cuando ahorra parte de su riqueza, y doy la espalda a las maldiciones del maldito generosamente”.

«Aquellos que no dan falso testimonio, y se apartan con dignidad de las conversaciones vanas.» (Corán 25:72)

«...y cuando son increpados por los ignorantes les responden educadamente.» (Corán 25:63)

Confucio dijo:

“El hombre enojado está siempre repleto de veneno”.

Un hombre le pidió al Profeta ﷺ que le diera tres consejos. Le dijo:

“No te enojés, no te enojés, no te enojés”.

El Profeta ﷺ dijo lo siguiente sobre la ira:

“La ira es una brasa del Infierno”.

El Demonio se apodera del hombre en tres ocasiones: cuando está enojado, cuando siente deseo y cuando está en un estado de negligencia.

## **El mundo es así**

Marco Aurelio, uno de los más sabios emperadores romanos, dijo en una ocasión:

“Hoy conoceré personas que hablan mucho, son egoístas, detestables y sólo se aman a sí mismas. ¡Aún así no me molestarán ni me dejarán perplejo, porque no imagino al mundo diferente de cómo es!”

## **Procura ayudar a los demás**

Aristóteles dijo:

“El hombre ideal es aquel que siente placer al servir a los demás y que se avergüenza cuando otros hacen cosas por él, ya que mostrar compasión es un signo de superioridad, mientras que recibirla es un signo de fracaso”.

El siguiente Hadîz es más conciso y directo:

“La mano superior es mejor que la mano inferior”.

La mano superior se refiere a la mano que da, mientras que la inferior es la que recibe.

**Nada te turbe, y no te sientas desafortunado mientras tengas pan sobre tu mesa, un vaso de agua y ropa para vestir**

Un marinero se perdió en el océano y permaneció extraviado durante veintiún días. Cuando lo rescataron, le preguntaron cuál fue la lección más importante que había aprendido con su experiencia. El hombre respondió: “La lección más importante que aprendí fue que mientras uno tenga agua fresca y comida suficiente, no hay razón para quejarse”.

Se dice que “la vida es un bocado de comida y un sorbo de agua. Todo lo de más es excedente”.

Jonathan Swift dijo: “Los mejores médicos del mundo son: ‘el médico de la dieta apropiada’, ‘el médico de la tranquilidad’ y ‘el médico de la felicidad’, pues comer liviano, tranquilo y feliz es el mejor remedio”.

El razonamiento detrás del comentario de Swift es que la obesidad es una enfermedad reprensible que hace disminuir nuestro nivel de inteligencia. Por otro lado, el descanso, la moderación y la felicidad son formas satisfactorias de alimentar la mente, el corazón y el alma.

**Nada te turbe, pues si tienes un oficio puede que sea un don y si atraviesas una prueba puede que sea una bendición**

El Dr. Samuel Johnson dijo lo siguiente:

“El hábito de ver el lado bueno de toda circunstancia es mucho más valioso que tener ingresos importantes”.



«¿Acaso no ven que son puestos a prueba [con adversidades] cada año una o dos veces? Pero aún así no se arrepienten ni reflexionan.» (Corán 9:126)

Uno de nuestros piadosos antepasados le dijo a alguien:

“Veo en ti señales de bendición y mi consejo es que la encierres para mantenerlas seguras y que no dejes de ser agradecido”.

«Vuestro Señor os hace saber que si Le agradecéis, Él incrementará vuestro sustento; y sabed que si sois desagradecidos Su castigo será severo.» (Corán 14:7)

«Allah os expone el ejemplo de una ciudad [La Meca], cuyos habitantes se sentían seguros y tranquilos, les llegaba abundante sustento proveniente de todas las regiones. Pero no agradecieron los favores de Allah, entonces Él les hizo padecer hambre y temor por cuanto habían cometido.» (Corán 16:112)

## **Fuiste creado para ser único**

El Dr. James Gordon Gilkee dijo:

“El dilema de desear la identidad propia es tan antiguo como los comienzos de la historia y es común a todos los seres humanos. Es similar al problema de no querer ser uno mismo, el cual es la causa de gran parte de los desequilibrios y alteraciones personales”.

Otra persona dijo:

“Eres único en la creación: Nada es idéntico a ti, como tampoco eres idéntico a nada, porque el Creador le ha dado diversidad a Su creación”.

«Que por cierto vuestras obras [¡Oh, hombres!] son diferentes [unas conducen al Paraíso y otras al Infierno].» (Corán 92:4)

Angelo Battero escribió trece libros y miles de artículos relacionados con el tema de la educación infantil. En una ocasión escribió lo siguiente:

“No hay nada más triste que aquel que crece sin ser él mismo, que crece imitando a los demás en su apariencia y manera de pensar”.

«Envía el agua del cielo, que corre por los valles acorde a la capacidad de los mismos...» (Corán 13:17)

Toda persona tiene su propia idiosincrasia, sus talentos y aptitudes naturales, por eso nadie debe fusionar su personalidad con la de otra persona.

Sin duda alguna, has sido creado con dones y aptitudes restringidas que te ayudarán a alcanzar metas específicas. Estas palabras lo resumen sabiamente: Léete a ti mismo y conócete a ti mismo, sólo entonces sabrás cuál es tu misión en la vida.

Emerson dijo en su ensayo sobre la confianza en uno mismo:

“Llegará el momento en el que la ciencia que estudia al hombre se convencerá que la envidia es producto de la ignorancia y que imitar la manera de ser de otras personas es como suicidarse. Uno debe aceptarse tal como es, más allá de las circunstancias, porque ese es su destino. Además, a pesar del hecho de que el mundo está lleno de cosas buenas, el hombre no logrará nada hasta tanto siembre y cuide la tierra que le fue entregada. Las fuerzas ocultas que están dentro de él son nuevas al mundo y él no conoce el alcance de sus facultades hasta que lo intenta”.

«Diles [¡Oh, Muhammad! a los hipócritas]: Obrad como que-ráis, y sabed que Allah, Su Mensajero y los creyentes verán vuest-  
tras obras.» (Corán 9:105)

## Reflexionemos:

«Diles [¡Oh, Muhammad! a quienes transmitan Mi Mensaje que Yo digo]: ¡Oh, siervos Míos! Vosotros que os habéis excedido [cometiendo pecados] en detrimento propio, no desesperéis de la misericordia de Allah; por cierto que Allah puede perdonar todos los pecados, porque Él es Absolvedor, Misericordioso.» (Corán 39:53)

«Aquellos que al cometer una obscenidad o iniquidad invocan a Allah pidiendo perdón por sus pecados, y no reinciden a sabiendas, sepan que sólo Allah perdona los pecados.» (Corán 3:135)

«Quien obre mal o cometa iniquidad y luego pida perdón a Allah, encontrará que Allah es Absolvedor, Misericordioso.» (Corán 4:110)

«Y si Mis siervos te preguntan por Mí [¡Oh, Muhammad!, diles] ciertamente estoy cerca de ellos. Respondo la súplica de quien Me invoca. Que me obedezcan pues, y crean en Mí que así se encaminarán.» (Corán 2:186)

«¿Acaso Quien responde al afligido cuando Le invoca, alivia los pesares y hace que vosotros os sucedáis unos a otros en la Tierra [puede equipararse a quien no es capaz de hacer nada de eso]? ¿Acaso puede haber otra divinidad junto con Allah? Realmente son pocos los que reflexionan.» (Corán 27:62)

«A ellos se les dijo: Los enemigos se han agrupado contra vosotros, temedles pues. Pero esto, por el contrario, les aumentó la fe y dijeron: Allah nos basta y Él es el mejor protector. Y retornaron con la gracia y el favor de Allah sin combatir [debido a que los incrédulos al enterarse de que los musulmanes salieron a su encuentro optaron por retornar a La Meca]. Buscaron con esto

la complacencia de Allah; y Allah es el poseedor de los favores más inmensos.》 (Corán 3:173-174)

《Ya os acordaréis de esto que os digo [cuando se os conduzca al tormento], y [me refugio en Allah y] confío mis asuntos a Él; ciertamente Allah bien ve lo que hacen Sus siervos. Allah le preservó de las maldades que tramaron contra él.》 (Corán 40:44-45)

## **Mucho de lo que aparenta ser un mal es en realidad una bendición**

William James dijo:

“Nuestras debilidades nos ayudan como jamás habríamos creído que lo harían. Si Dostoiévski y Tolstoi no hubieran tenido vidas tan dolorosas, no habrían podido escribir sus eternos diarios. Por eso ser huérfano, ciego, pobre o estar lejos del hogar y la comodidad son condiciones que pueden ayudarte a lograr tus metas, distinguirte, avanzar y contribuir”.

Un poeta dijo:

“Allah puede darnos Sus bendiciones mediante pruebas grandes o pequeñas, pone a prueba a algunos dándoles Sus bendiciones”.

Aún los niños y la riqueza pueden ser causa de desdicha:

《Que no te maravillen [¡Oh, Muhammad!] ni sus bienes ni sus hijos, pues Allah decretó que se extraviaran por ellos. Así quiso castigarles en esta vida, y que mueran en la incredulidad.》 (Corán 9:55)

Al quedar inválido, Ibn Al-Azîr tuvo la oportunidad de completar sus dos famosos libros: *Yâmi' Al-Usûl* y *An-Nihâiah*. As-Sarjasi escribió los quince volúmenes de su aclamado libro, *Al-Mabsut*, mientras se encontraba preso en el fondo de un calabozo.

Ibn Al-Qaiim escribió *Zâd Al-Ma’âd* mientras viajaba a lomo de un animal; Al-Qurtubi escribió un comentario sobre Sahîh Muslim mientras se encontraba en un barco; y la mayor parte del Fatâua de Ibn Taimiiah fue escrita cuando estuvo encarcelado.

Los estudiosos del Hadîz reunieron cientos de miles de Hadices. Éstas generalmente eran personas pobres, personas para quienes la palabra ‘hogar’ era extraña. Un hombre muy destacado me contó que estuvo preso durante un tiempo, y en ese lapso, se memorizó la totalidad del Corán y estudió cuarenta volúmenes muy importantes de jurisprudencia islámica.

Abû Al-‘Alâ’ le dictaba sus libros a otros porque era ciego. Tâhâ Husain perdió la vista y luego comenzó a escribir sus afamados libros y diarios. Muchas personas brillantes, a pesar de perder su posición social o sus empleos, contribuyeron al mundo con conocimiento e ideas mucho más de lo que habían hecho hasta entonces.

Francis Bacon decía que:

“Saber sólo un poco de filosofía nos hace inclinar hacia la incredulidad, mientras que ahondar en esa materia nos acerca a la religión”.

«Y estos ejemplos los exponemos para los hombres, pero sólo los comprenden quienes reflexionan.» (Corán 29:43)

«Los más temerosos de Allah son los sabios de entre Sus siervos. En verdad Allah es Poderoso, Absolvedor.» (Corán 35:28)

«Y aquellos a los que se les concedió el conocimiento y [se les agració] con la fe les dirán: Ciertamente habéis permanecido el tiempo que Allah decretó hasta el Día de la Resurrección.» (Corán 30:56)

«Diles [¡Oh, Muhammad!]: Ciertamente os exhorto a que hagáis una cosa [para que se evidencie la Verdad]: Poneos ante Allah de dos en dos, o solos, y reflexionad, pues vuestro compañero [el Profeta Muhammad] no es un loco...» (Corán 34:46)

El Dr. A. A. Brill dijo:

“El verdadero creyente nunca se verá afectado por enfermedades mentales”.

«Por cierto que el Clemente hará que quienes hayan creído y obrado rectamente sean queridos por los hombres.» (Corán 19:96)

«Al creyente que obre rectamente, sea varón o mujer, le concederemos una vida buena y le multiplicaremos la recompensa de sus obras.» (Corán 16:97)

«Ciertamente Allah guía a los creyentes por el sendero recto.» (Corán 22:54)

## **La fe es el mejor de los remedios**

Uno de los más grandes expertos en psicología de nuestros tiempos, el Dr. Carl Jung, menciona en su libro *The Modern Man In Search Of Spirit* lo siguiente:

“En los últimos treinta años, personas de todo el mundo ha venido a mí a pedirme consejos. He tratado cientos de pacientes y la mayoría de ellos rondaban los treinta y cinco o cuarenta años. El problema con todos tenía que ver con una sola cosa: buscar refugio en la religión, y al hacerlo, poder tener una perspectiva o panorama de la vida. Puedo decir razonablemente que todos ellos se enfermaron porque obviaron lo que la religión tiene para ofrecerle al creyente. Y aquel que no tiene fe completa no puede ser sanado”.

«Mas quien se aleje de Mi Mensaje llevará una vida mísera, y el Día del Juicio le resucitaremos ciego.» (Corán 20:124)

«Sembraremos el terror en los corazones de los incrédulos por haber atribuido copartícipes a Allah sin fundamento válido.» (Corán 3:151)

«O como tinieblas en un mar profundo cubierto de olas, unas sobre otras, que a su vez están cubiertas por nubes; son tinieblas que se superponen unas sobre otras. Si alguien sacase su mano, apenas podría distinguirla. De este modo, a quien Allah no ilumine jamás encontrará la luz [de la guía].» (Corán 24:40)

### **Nada te turbe, y no pierdas las esperanzas**

Allah ﷻ responde las plegarias del no creyente que se encuentra en problemas; ¡cuánto más puede esperar entonces el musulmán que no Le asocia copartícipes? Mahatma Gandhi, quizás superado en popularidad en la India sólo por Buda, se encontraba al borde de la locura si no fuera por su dependencia en la fuerza de la plegaria. ¿De dónde obtuve yo ese dato? Porque él mismo dijo: “Si yo no rezara, me habría vuelto loco hace mucho tiempo”. Ese fue el efecto de las plegarias, y Gandhi ni siquiera era musulmán. No se puede cuestionar su politeísmo, pero lo que lo hacía seguir adelante era el hecho de que seguía un camino.

«Cuando se embarcan [y son azotados por una tempestad] invocan a Allah con sinceridad [reconociendo que sólo Él debe ser adorado]...» (Corán 29:65)

«¿Acaso Quien responde al afligido cuando Le invoca, alivia los pesares...» (Corán 27:62)

«Mas si os sacude una fuerte tormenta golpeándoos las olas por todos lados y pensáis que no tenéis salvación, entonces invocáis a Allah con toda sinceridad...» (Corán 10:22)

A pesar de haber realizado una minuciosa búsqueda en las biografías de estudiosos, historiadores y escritores musulmanes como grupo, no encontré ni uno de ellos que haya sido presa de la ansiedad, la confusión o las enfermedades mentales. La razón de ello es que vivieron en paz y serenidad, y que llevaban vidas simples, libres de todo tipo de afección.

«En cambio, a quienes tengan fe, obren rectamente y crean en lo que fue revelado a Muhammad, que es la Verdad que proviene de su Señor, Él les perdonará sus pecados y hará que prosperen.» (Corán 47:2)

Abû Hâzim dijo:

“Existe un solo día que me separa de los reyes. Ayer, su sabor ya se fue y tanto los reyes como yo tememos de lo que nos deparará el mañana. Sólo queda el hoy. ¿Qué nos deparará hoy?”.

El Profeta ﷺ dijo:

“Oh Allah, Te suplico me concedas las bendiciones de este día, su éxito, su luz y su guía”.

«¡Oh, creyentes! Estad precavidos...» (Corán 4:71)

«...que se conduzca con sutileza y que no llame la atención de nadie.» (Corán 18:19)

«Sólo decían: ¡Oh, Señor nuestro! Perdónanos nuestros pecados y nuestras extralimitaciones. Afirma nuestros pasos y concédenos el triunfo sobre los incrédulos. Allah les agració con una recompensa en esta vida y les agradecerá con una recompensa mayor en la otra, porque Allah ama a los benefactores.» (Corán 3:147-148)



## **Nada te turbe, pues la vida es más corta de lo que crees**

Dale Carnegie relató la historia de un hombre que tenía una úlcera, agravada al punto de volverse muy peligrosa. Los médicos le habían dicho que tenía muy poco tiempo de vida. Dejaron entrever que debería comenzar con los preparativos para el funeral. De repente, Hâni - el paciente - tomó una decisión repentina: pensó que si tenía tan poco tiempo de vida, ¿por qué no disfrutarlo al máximo? Pensó: "Cuántas veces he deseado viajar por el mundo antes de morir. Con toda certeza, ésta es la oportunidad para hacer realidad mis sueños". Compró su boleto y cuando los médicos se enteraron de sus planes, se quedaron absortos y le dijeron: "Debemos advertirle seriamente que si emprende ese viaje lo sepultarán en el fondo del océano". Sus argumentos fueron en vano y el hombre sólo respondió: "No, nada de eso sucederá. Les he prometido a mis familiares que regresaré y seré enterrado en la parcela familiar".

Emprendió así su viaje de júbilo y alegría. Le escribió una carta a su esposa diciendo: "Leo poesía y como y bebo todo lo que me había privado hasta ahora. He disfrutado en este período más de lo que había disfrutado en toda mi vida".

Dale Carnegie afirmó que el hombre se curó de su enfermedad y que el camino energizante que tomó fue el más exitoso a la hora de enfrentar las enfermedades y el dolor.

Moraleja: La felicidad, la alegría y la calma son a menudo más eficaces que las píldoras recetadas por el médico.

**Nada te turbe, y no te angusties mientras tengas satisfechas las necesidades básicas de la vida**

«Sabed que no son ni vuestros bienes ni vuestros hijos lo que os acerca a Nosotros, sino que quienes crean y obren rectamente recibirán una recompensa multiplicada por lo que hicieron, y morarán seguros en habitaciones elevadas [en el Paraíso.]» (Corán 34:37)

Dale Carnegie dijo lo siguiente:

“Las estadísticas demuestran que el estrés y la preocupación son la causa número uno de muerte en los Estados Unidos. Como resultado de la última guerra mundial, más de trescientos mil de nuestros soldados murieron. En el mismo lapso, las enfermedades cardíacas provocaron dos millones de muertes. Y con respecto a este último grupo, el estrés, la preocupación y la tensión nerviosa fueron la causa de enfermedad de un millón de personas”.

Sí, las dolencias cardíacas son una de las principales razones que llevaron al Dr. Alexis Carlyle a decir lo siguiente:

“Las personas que trabajan y que no saben cómo manejar el estrés, mueren prematuramente”.

Si bien el razonamiento y la lógica que impulsaron a Carlyle a decir esas palabras tienen fundamento, no debemos olvidar lo siguiente:

«Nadie puede morir sino es por el designio de Allah y según el plazo prefijado.» (Corán 3:145)

Los afro-americanos y chinos rara vez sufren enfermedades del corazón. Son personas que viven una vida de calma y tranquilidad. Por otro lado, descubrirás que el número de médicos que mueren de ataques cardíacos es veinte veces mayor que el nú-

mero de agricultores que mueren por la misma causa. Los médicos llevan una vida difícil y con muchas presiones, por la cual deben pagar un precio muy alto.

## **La satisfacción repele la tristeza**

El Mensajero de Allah ﷺ dijo:

“No decimos sino lo que complace a nuestro Señor”.

Tienes la obligación sagrada de someterte a lo que te ha sido predestinado. Si cumples con esta obligación, lograrás el éxito a largo plazo.

Tu único escape es creer en la predestinación, ya que todo lo que ha sido decretado sucederá inevitablemente. No hay artificio ni escapatoria de ello.

Emerson dijo:

“De dónde nos llegó esa idea de que una vida estable y lujosa, sin obstáculos ni dificultades crea hombres prósperos y ejemplares; es totalmente lo opuesto. Aquellos que han tenido una vida fácil seguirán desarrollando hábitos de ociosidad con el pasar de sus años. La historia atestigua que la grandeza se halla en hombres con distintos pasados y entornos. Entre ellos encontramos atmósferas buenas y malas a la vez, o entornos en los que no podía distinguirse lo bueno de lo malo. Y de esos ambientes han surgido hombres con grandes responsabilidades sobre sus espaldas, sin dejarlas de lado ni por un instante”.

¿Quiénes llevaron el estandarte de la divina guía en los primeros días del Islam? Fueron los esclavos liberados, los pobres y los desposeídos. Y la mayor parte de quienes los desafiaron ferozmente fueron los nobles, los jefes y los ricos.

«Cuando se les recitan Nuestros claros preceptos, los incrédulos dicen con arrogancia a los creyentes: ¿Quién posee de nosotros

moradas más placenteras y mejores lugares de encuentro?» (Corán 19:73)

«Y decían también: Nosotros tenemos más bienes e hijos que tú, y no seremos castigados [pues creemos que jamás llegará el Día del Juicio].» (Corán 34:35)

«¿Son éstos a quienes Allah ha agraciado de entre nosotros? Y Allah sabe mejor que nadie quiénes Le agradecen [por haber sido guiados].» (Corán 6:53)

«Los incrédulos dicen acerca de los creyentes: Si [el Mensaje que ha traído Muhammad] fuera un bien no se nos habrían anticipado.» (Corán 46:11)

«Los soberbios dijeron: En verdad, nosotros negamos lo que vosotros creéis.» (Corán 7:76)

«Y dijeron también [desdeñando al Profeta]: ¿Por qué no le fue revelado este Corán a un hombre distinguido de alguna de las dos ciudades [La Meca o Tâ'if]? ¿Acaso ellos son los encargados de administrar la misericordia de su Señor [y designar como Profeta a quien quieran]?» (Corán 43:31-32)

A menudo suelo recordar los versos de Antara, en los cuales deja en claro que su valor se halla en su carácter y sus acciones, no en su linaje ni sus influencias. Dijo lo siguiente:

“A pesar de ser esclavo, soy un noble jefe, y a pesar de que negra es mi piel, blanco es mi carácter”.

Si has sufrido una pérdida, seguro tendrás otras cosas para pensarla

Ibn 'Abbâs ؓ dijo:

“Si Allah me quita la luz de mis ojos, mi lengua y oídos aún tendrán luz. Mi corazón es

inteligente y mi mente no está desviada, y mi lengua es afilada como la espada de un guerrero”.

Cuando el daño caiga sobre ti, quizás junto con él pueda venir algún beneficio, el cual no percibirás en un primer momento.

﴿Es posible que detestéis algo y sea un bien para vosotros, y que améis algo y sea un mal para vosotros.﴾ (Corán 2:216)

Bashâr Ibn Burd dijo estas palabras:

“Mis enemigos me desprecian, mas el defecto está en ellos, no es una desgracia ser llamado defectuoso. Si una persona puede ver la gallardía y la verdad, la ceguera en los ojos no será un impedimento. En mi ceguera veo recompensas, salvación y protección, y de ellos tengo extrema necesidad”.

Observa la diferencia entre lo que dijeron Ibn 'Abbâs ؓ o Bashâr y lo que dijo Sâlih Ibn 'Abd Al-Quddûs cuando perdió la vista:

“Adiós al mundo; el anciano que es ciego no tiene lugar en esta vida. Muere y la gente lo considera vivo, las falsas esperanzas lo han traicionado desde el comienzo”.

Todo lo que está decretado sucederá, tanto para aquel que lo acepta como para quien lo rechaza. La diferencia está en que el primero encontrará recompensa y felicidad, mientras que el segundo sólo hallará pecado y desdicha.

'Umar Ibn 'Abd Al-'Azîz escribió lo siguiente a Maimûn Ibn Mahrân:

“Me has escrito para consolarme por la pérdida de 'Abd Al-Malik. Yo estaba esperando que sucediera y cuando llegó el momento, no tuve ninguna negación al respecto”.

## Los días alternan entre lo bueno y lo malo

El Imâm Ahmad visitó a Baqi Ibn Mujallid cuando éste se encontraba enfermo, ocasión en la que le dijo:

“Oh Baqi, alégrate por la recompensa de Allah. Los días de salud carecen de enfermedad y los días de enfermedad carecen de salud”.

Esto significa que cuando uno goza de buena salud, jamás contempla la enfermedad, ya que aumentan los planes y las ambiciones, como también las esperanzas y los deseos. Sin embargo, en esos días de enfermedad, uno olvida aquello que hace a los tiempos de salud; el desánimo se instala en el alma enferma, prevaleciendo así la desesperanza. Allah ﷻ dice:

«Y si le concedemos al hombre algo de Nuestra gracia y luego se la quitamos se desespera y se muestra desagradecido. Pero cuando le agradecemos luego de haber padecido una adversidad, dice: Se han alejado los males de mí, y se jacta por ello. Excepto aquellos que fueron pacientes y obraron el bien; éstos obtendrán el perdón y una gran recompensa.» (Corán 11:9-11)

A manera de comentario de esta aleya, Ibn Kazîr escribió lo siguiente:

“Allah ﷻ describe al hombre y a la característica básica que éste posee (a excepción de aquellos creyentes a quienes Allah ﷻ ha escogido). En general, si el hombre se ve afectado por las dificultades después de tiempos de bonanza, pierde las esperanzas de ver algo bueno en el futuro. Muestra desdén por el pasado, como si nunca hubiera vivido días buenos, y siente desesperación por el futuro como si nunca hubiera recibido socorro y alivio”.

Es similar su actitud cuando experimenta alivio luego de las dificultades:

«Pero cuando le agradecemos luego de haber padecido una adversidad, dice: Se han alejado los males de mí, y se jacta por ello.»  
(Corán 11:10)

En otras palabras:

“Nada malo ni perjudicial puede sucederme después de esto”.

«Excepto aquellos que fueron pacientes y obraron el bien; éstos obtendrán el perdón y una gran recompensa.» (Corán 11:11)

### **Viaja por el vasto territorio de Allah ﷻ**

Se dice con toda razón que viajar aleja las preocupaciones. Ar-Ramharamzi enumeró en su libro *El Noble Sabio del Hadíx* los diversos beneficios de viajar con el fin de buscar el conocimiento. En esta obra, refuta a quienes creen que no existen beneficios tangibles derivados de viajar por el mundo. Dice lo siguiente:

“Existen tantas ventajas derivadas de conocer nuevas tierras y casas; de descubrir bellos campos y jardines; de conocer distintas razas y encontrarse con diversas lenguas y colores; presenciar maravillas de distintos países. La paz que uno encuentra bajo la sombra de grandes árboles no tiene igual. Comer en las mezquitas, beber agua fresca de un arroyo y dormir dondequiera que la noche lo atrape, todo eso incorpora afabilidad y humildad a una persona. El viajero entabla amistad con todos aquellos a quienes ama por Allah y no tiene motivos para ser artificial. Agrégale a estos beneficios toda la felicidad que el viajero siente en su corazón cuando llega a destino y la emoción de las experiencias vividas para superar los obstáculos que se presentan en su camino. Si todos los reacios a salir de su tierra comprendieran esto, aprenderían que todos los placeres individuales del mundo se combinan en la noble actividad de viajar. No hay goce mayor para un viajero

que las hermosas vistas y las maravillosas actividades que son parte de viajar por el vasto mundo de Allah. Aquel que no viaja se priva de todo esto”.

### **Reflexionemos:**

“Si Allah ama a un pueblo, lo pone a prueba. Quienquiera que se complazca, obtendrá la complacencia de Allah y quienquiera que se enoje, la ira de Allah caerá sobre él”.

“Las personas puestas a prueba con mayor intensidad son los Profetas, y luego los mejores después de ellos. La persona es puesta a prueba según su fe. Si su fe es fuerte, su prueba será más intensa. Si su fe es débil, será puesto a prueba según el nivel de su fe. El siervo de Allah será puesto a prueba hasta que camine por esta tierra sin pecados por los que deba rendir cuentas”.

“Es maravillosa la situación del creyente. Todos sus asuntos son buenos para él: si el bien recae sobre él es agradecido, y eso es bueno para él. Y si el mal recae sobre él es paciente, y eso también es bueno para él”.

“Y sabe que si toda una nación se reuniera para beneficiarte en algo, sólo te beneficiarían con algo que Allah ya ha escrito para ti. Y si se reunieran para dañarte, sólo te dañarían con algo que Allah ya ha escrito para ti”.

“Los hombres probos son puestos a prueba: primero los mejores, luego los que les siguen y así sucesivamente”.

“El creyente es como una pequeña rama; el viento la mueve de izquierda a derecha (pero no se quiebra”.



## **Nada te turbe, y no te angusties ni siquiera en los últimos momentos de tu vida**

Abû Ar-Raihân Al-Bairûni fue un prolífico pensador y escritor que rara vez dejaba de escribir. Vivió hasta los setenta y ocho años y a lo largo de toda su vida nunca se tomó un respiro innecesario que le interrumpiera sus actividades de leer, escribir o enseñar.

Abû Al-Hasan 'Ali Ibn 'Îsa, una eminencia en jurisprudencia islámica, dijo lo siguiente:

“Visité a Abû Ar-Raihân en su lecho de muerte. Al entrar, me di cuenta de inmediato que estaba al borde de abandonar esta vida. Si bien se encontraba en ese estado, me dijo que había un tema de derecho islámico, más específicamente de sucesiones, del cual habíamos hablado la última vez que nos vimos y que en ese entonces yo había dicho algo y que ahora se había dado cuenta que era un error. Sentí compasión por él, y le pregunté si le parecía apropiado discutir un tema como ese estando tan enfermo. Me respondió: ‘Sé que estoy partiendo de este mundo, pero ¿no crees que es mejor para mí entender ese tema que morir ignorándolo?’ Acto seguido, le repetí el tema del que hablamos, y comenzó a explicármelo. Luego de finalizar la conversación, salí de la habitación e instantes después, escuché un grito y supe que había muerto. Sólo las almas distinguidas como la suya permanecen fuertes hasta el final”.

Cuando 'Umar ؓ moría desangrado luego de haber sido apuñalado, les preguntó a sus compañeros si habían completado su oración.

## **Nada te turbe, y presta atención a esta historia**

Ibrâhîm Ibn Al-Yarrâh dijo:

“Abû Iûsuf se enfermó y alternaba entre la lucidez y la inconsciencia. Cuando se recuperó, me preguntó sobre un tema religioso. Cuando vio el asombro con que recibí su pregunta, me dijo: ‘No importa, estudiaremos este tema con la esperanza de que el conocimiento que concierne al mismo se perpetúe hasta que se convierta en la causa que guíe a alguien’”.

Así eran nuestros piadosos antepasados. Cada vez que se recuperaban, si bien seguían en sus lechos de muerte, hablaban sobre conocimiento islámico, ya sea como maestros o como alumnos. ¡Cuánpreciado era el conocimiento en sus corazones! En los últimos momentos de sus vidas, no recordaban la familia ni la riqueza; sólo recordaban el conocimiento que tan arduamente adquirieron en sus vidas. Que la piedad de Allah ﷻ descienda sobre ellos.

## **Nada te turbe, y no dejes que la calamidad te sacuda**

Ahmad Ibn Iûsuf, un historiador, escribió que el hombre sabe con certeza que luego de la dificultad llega el alivio, tal como la luz del día llega después de la oscuridad de la noche. A pesar de saberlo, la parte más débil de la naturaleza humana toma el control cuando atacan las calamidades. Aquel que es sometido a pruebas debe dar pasos para remediar su situación o de lo contrario la desesperanza se apoderará de él. Contemplar la paciencia que tuvieron quienes debieron superar pruebas en el pasado es un medio para fortalecer nuestra propia determinación.

También mencionó que la dificultad antes del alivio es análoga al hambre antes de la comida. La comida llega en el momento en el cual provoca el mayor efecto de saciedad.

Platón dijo:

“La dificultad es tan beneficiosa para el alma como indeseada para nuestra vida. El ocio es tan dañino para el alma como deseada por el ego”.

Cuando se comprende el objetivo de la vida, sabe que está siendo puesto a prueba ya sea para obtener de Allah ﷻ una recompensa o para expiar sus pecados.

Luego de leer un libro de At-Tannûji, obtuve las siguientes conclusiones:

- 1) El alivio llega después de la dificultad. Es un patrón constante en la vida de un hombre, al igual que la llegada del día luego de la oscuridad.
- 2) La dificultad es más beneficiosa para el alma humana que el confort y el alivio.
- 3) Quien concede lo bueno y aleja lo malo es Allah ﷻ. Debes saber que todo lo que te sucede fue escrito de esa manera y todo lo que no sucedió no estaba destinado a sucederte.

**Nada te turbe, pues no vale la pena que te angusties por este mundo**

El Profeta ﷺ dijo:

“Si este mundo tuviera ante Allah el valor del ala de un mosquito, no le habría dado al incrédulo [ni siquiera] un sorbo de agua”.

¡Este mundo no vale siquiera el ala de un mosquito! Si ese es el valor de este mundo, ¿por qué nos angustiamos por él?

## **Nada te turbe, pues recuerda que crees en Allah**

«...sabed que fue Allah Quien os hizo el favor de guiaros a la fe.»  
(Corán 49:17)

Una bendición que la mayoría de las personas ignora es la ventaja que tiene el creyente respecto al ateo. El creyente recuerda el favor de Allah de haberlo guiado hacia el Islam. Es agradecido con Él porque no ha decretado que sea un ateo que se rebela, niega Sus señales, descrea de Sus perfectos atributos, Sus Mensajeros y del Más Allá.

El creyente realiza los actos de adoración. Quizás la ejecución de dichos actos no sea perfecta, pero el solo hecho de realizarlos es en sí una enorme bendición que muy pocos agradecen.

«¿Acaso el creyente es igual que el pecador? Indudablemente no pueden equipararse.» (Corán 32:18)

### **Reflexionemos:**

No hay nadie que merezca nuestra adoración excepto Allah ﷻ ya que solo Él posee cualidades perfectas que se asocian con la bondad, la divinidad y la omnipotencia.

El espíritu y el secreto de esta frase monoteísta es el de lograr que Allah ﷻ sea el único destinatario de nuestro amor, veneración, esperanza y glorificación. También nuestra dependencia y arrepentimiento. Por eso nuestro amor no es puro para nadie excepto para Él, y todos los demás son amados como el resultado secundario de ese amor o como un medio para aumentar nuestro amor por Él.

Por lo tanto, sólo debemos temer a Allah ﷻ y depender de Él; sólo en Él debemos depositar nuestras esperanzas y frente a Él atemorizarnos. Juramos sólo en Su nombre y ante Él nos arre-

pentimos. Le rendimos obediencia absoluta. En tiempos de dificultad, sólo podemos invocar Su nombre y buscar refugio en Él y nos postramos ante a Él.

Todo eso se puede resumir en una frase: No existe nadie que merezca nuestra adoración excepto Allah ﷻ. Esta frase comprende a todas las formas de adoración.

### **Nada te turbe, pues los obstáculos no te impedirán el éxito**

En el diario árabe ‘Ukâdh se publicó una entrevista a un ciego llamado Mahmûd Ibn Muhammad Al-Madani quien estudió libros de literatura árabe a través de los ojos de terceros. Otras personas leían para él libros de historia y comentarios sobre los clásicos y él los escuchaba. Solía pedirle a uno de sus amigos que le leyera hasta las tres de la madrugada. Hoy es considerado como un libro de referencia en historia y literatura.

Mustafa Amîn, columnista del periódico *Ash-Sharq Al-Ausat*, escribió lo siguiente:

“Sé paciente con los opresores y los que hacen el mal durante solo cinco minutos. Luego de un breve tiempo, el látigo caerá, las esposas se abrirán, el prisionero será liberado y las nubes se disiparán; en ti sólo queda ser paciente y esperar”.

En una ocasión me encontré en Riyadh con el Mufti de Albania. Me contó cómo los comunistas que estaban al poder lo encarcelaron sometiéndolo a trabajos forzados durante veinte años. Mientras cumplía su sentencia en prisión, fue constantemente torturado, confinado a la oscuridad y al hambre. Realizaba secretamente las cinco oraciones diarias en un rincón del baño, por miedo a ser atrapado. Durante todo ese lapso fue paciente y finalmente llegó el alivio.

Allah ﷻ dice: «Y retornaron con la gracia y el favor de Allah...» (Corán 3:174)

Piensa en Nelson Mandela, un hombre que llegó a ser presidente de Sudáfrica luego de soportar veintisiete años de prisión. Buscó la libertad para su pueblo y luchó para romper las cadenas de la tiranía y la opresión. Se mantuvo firme e inquebrantable y hasta parecía que buscaba la muerte. Como resultado, logró su cometido y alcanzó el reconocimiento mundial.

Allah ﷻ dice:

«Quien desee la vida mundanal y sus placeres solamente, se los concederemos y no será defraudado.» (Corán 11:15)

«Si [combatir] os causa pesares, [sabed que] a ellos también les causa pesares. Pero vosotros esperáis de Allah lo que ellos no pueden esperar. Allah es Omnisciente, Sabio.» (Corán 4:104)

«Si sufrís una herida, sabed que ellos también han sufrido una herida semejante.» (Corán 3:140)

## **Nada te turbe, pues has conocido el Islam**

Desdichadas son las almas que ignoran el Islam o que conocen el Islam pero no han sido guiadas a él. Hoy el Islam necesita musulmanes que transmitan al mundo entero lo que verdaderamente es esta religión, pues es un magnífico mensaje que debe ser llevado a todas las personas.

«Quien siga una religión diferente al Islam [el sometimiento a Allah] no se le aceptará...» (Corán 3:85)

Un conocido predicador del Islam se mudó a Munich, Alemania, hace algunos años. Al llegar a la entrada de la ciudad, vio un gran cartel que decía: “¿Usted no conoce los neumáticos Yokohama?” Más tarde el hombre puso un cartel al lado de éste,

del mismo tamaño. Escribió en él: “¿Usted no conoce el Islam? Si desea más información, llámenos a este número”. Hubo una catarata de llamadas de alemanes nativos. En solamente un año, miles de personas aceptaron el Islam gracias a este hombre. Fundó una mezquita, un centro islámico y una escuela.

La mayoría de los seres humanos están confundidos y tienen una abrumadora necesidad de esta religión. Necesitan al Islam para que una nueva vida, tranquila y serena, tome el lugar del caos en el que se encuentran hoy.

«Con el cual Allah guía a quienes buscan Su complacencia hacia los caminos de la salvación, los extrae con Su voluntad de las tinieblas hacia la luz, y los dirige por el sendero recto.» (Corán 5:16)

Un devoto que se encontraba viviendo en un área muy alejada y que nunca había tenido contacto con otros hombres, dijo:

“Nunca pensé que en el mundo alguien adorara a otro que Allah”.

«Y sabed que pocos de Mis siervos son agradecidos.» (Corán 34:13)

«Si obedecieras a quienes son mayoría en la Tierra [los incrédulos] te extraviarían del sendero de Allah. Ellos sólo siguen conjeturas, y no hacen más que suponer.» (Corán 6:116)

«La mayoría de los hombres, aunque te esfuerces [para que crean], no serán creyentes.» (Corán 12:103)

Un erudito me comentó que durante la época en que Sudán era colonia del Imperio Británico, un nómada musulmán del desierto llegó a Al-Jartûm, la capital. Cuando vio a un policía británico caminando por el centro de la ciudad, le preguntó a alguien que pasaba: “¿Quién es ese?” La respuesta fue que era un policía

extranjero y a la vez no creyente. El nómada preguntó: “¿No creyente en qué?” “No creyente en Allah”, fue la respuesta. Al vivir en el desierto durante tanto tiempo, la naturaleza innata de este hombre había permanecido intacta, por eso, cuando escuchó algo tan absurdo, la idea lo sorprendió y le causo repulsión. Dijo a continuación: “¿Cómo alguien puede no creer en Allah!” Comenzó a dolerle el estómago y vomitó debido al disgusto que le habían causado esas palabras.

«¿Qué les sucede que no creen?» (Corán 84:20)

«[Juro] Por el Señor del cielo y de la Tierra que lo que se os ha prometido es tan cierto como vuestra facultad de hablar.» (Corán 51:23)

Debemos tener buenos pensamientos sobre nuestro Señor y buscar Su favor y Su misericordia. En un Hadíz auténtico el Profeta ﷺ dijo que nuestro Señor ríe. Al oír esto, un beduino del desierto dijo: “No estamos privados de ningún bien si nuestro Señor ríe”.

«Él es Quien hizo descender la lluvia cuando habían caído en la desesperación [por la sequía], agraciándoles así con Su misericordia. Él es Protector, Loable.» (Corán 42:28)

«Por cierto que los benefactores están más cerca de la misericordia de Allah.» (Corán 7:56)

«¿O creéis que vais a entrar al Paraíso sin pasar por lo mismo que atravesaron quienes os precedieron? Padecieron pobreza e infortunios, y una conmoción tal que el Mensajero y los creyentes imploraron: ¿Cuándo llegará el auxilio de Allah? Y por cierto que el auxilio de Allah estaba próximo.» (Corán 2:214)

Al leer las biografías de hombres exitosos, uno descubre que tienen ciertos aspectos en común, ya sea en su entorno, sus cualidades o por las circunstancias que rodearon su éxito. A conti-



nuación enumero algunas de las conclusiones a las que he llegado después de leer algunas de esas biografías.

1. El valor de la persona se basa en el bien que éste hace. Ésas son palabras de 'Ali ؑ y significan que el conocimiento, el carácter, la adoración y la generosidad de la persona son los criterios por medio de los cuales habremos de medir su valor.

«...un esclavo creyente es mejor que un idólatra aunque os guste...» (Corán 2:221)

2. La situación de una persona en esta vida y en el Más Allá depende de su determinación y su sacrificio.

«Si [los hipócritas] hubieran querido realmente combatir se habrían preparado para tal fin...» (Corán 9:46)

«Y luchad por la causa de Allah con sinceridad...» (Corán 22:78)

3. Toda persona - por voluntad de Allah ؑ - es artífice de su propia historia. Cada uno escribe la historia de su vida con sus buenas y malas acciones.

«...y registramos lo que hubieren realizado y las consecuencias [buenas y malas] de ello...» (Corán 36:12)

4. La vida es corta y pasa rápidamente. No la hagas aún más corta pecando, preocupándote o discutiendo.

«El día que suceda, les parecerá haber permanecido [en la vida mundanal] sólo una tarde o una mañana.» (Corán 79:46)

## Algunos factores que traen la felicidad

1. Buenas obras.

«Al creyente que obre rectamente, sea varón o mujer, le concederemos una vida buena y le multiplicaremos la recompensa de sus obras.» (Corán 16:97)

2. Un cónyuge piadoso.

«¡Oh, Señor nuestro! Agráccianos con esposas e hijos que sean un motivo de alegría y tranquilidad para nosotros...» (Corán 25:74)

3. Un hogar espacioso.

El Profeta ﷺ dijo: “Oh Allah, haz que mi casa sea espaciosa”.

4. Sustento ganado honestamente.

El Mensajero de Allah ﷺ dijo: “Allah es bueno y puro, y no acepta nada que no sea bueno y puro”.

5. Buenos modales y espíritu de camaradería con la gente.

«Seré bendecido dondequiera me encuentre...» (Corán 19:31)

6. Ausencia de deudas y despilfarro:

«Aquellos que cuando hacen una caridad no dan todo lo que tienen ni tampoco escatiman sino que dan en la justa medida.» (Corán 25:67)

«No seáis avaros ni tampoco derrochadores, porque seríais censurados y os empobreceríais.» (Corán 17:29)

## **Los ingredientes de la felicidad**

a) Tener un corazón agradecido y una lengua que recuerda constantemente a Allah ﷻ.

Un poeta árabe dijo lo siguiente:

“Gratitud, recuerdo y paciencia, en ellas están  
las bendiciones y las recompensas”.

b) Saber guardar un secreto, especialmente los propios. Entre los árabes existe una historia muy conocida de un beduino a quien le confiaron un secreto por la suma de veinte dinares. Al principio el hombre respetó el trato hasta que de repente, en un ataque de impaciencia, fue y devolvió el dinero porque quería deshacerse la responsabilidad de guardar el secreto. Porque guardar un secreto requiere firmeza, paciencia y fuerza de voluntad.

«Dijo [Jacob]: ¡Oh, hijito! No cuentes tu visión a tus hermanos porque conspirarán contra ti [por envidia]...» (Corán 12:5)

La debilidad del hombre - uno de los tantos rasgos débiles que posee - es que constantemente siente la necesidad de revelar los detalles de sus asuntos personales a los demás. Esta enfermedad se remonta a los anales de la historia. El alma adora contar secretos y diseminar relatos. La conexión entre este tema y el de este libro es que todo aquel que cuente sus secretos inevitablemente se sentirá arrepentido, triste y desdichado.

### **Nada te turbe, pues no morirás hasta que llegue tu hora**

«Y cada nación tiene un período predeterminado, y cuando éste se cumpla no podrán retrasarlo ni adelantarlo, ni siquiera por una hora.» (Corán 7:34)

Este versículo contiene consuelo para los cobardes, aquellos que pasan por muchas muertes antes de la muerte verdadera. El versículo nos dice que para cada persona hay un momento elegido para morir: no puede adelantarse ni posponerse, aun cuando toda la creación se uniera para intentarlo.

«Y os llegará la agonía de la muerte con la verdad.» (Corán 50:19)

Si depositas tus esperanzas en otro que no sea Allah ﷻ serás desdichado.

«...y no hubo nadie que pudiese socorrerlo, y tampoco pudo salvarse a sí mismo.» (Corán 28:81)

El libro *Siar A'lâm An-Nubalâ'*, de Adh-Dhahabi, es una obra que comprende 20 volúmenes. Contiene biografías de eruditos, reyes, ministros, monarcas y poetas. Mientras leía algunas de ellas, me vinieron a la mente dos puntos a considerar:

1. Si alguien deposita su esperanza o confianza en algo o alguien que no sea Allah ﷻ, Él lo abandonará y hará que esa cosa o persona sea la causa de su ruina.

«Y ellos [los demonios], en verdad, los apartan del camino, pero [los incrédulos] piensan que están bien encaminados.» (Corán 43:37)

Para el Faraón era su estatus, para Qârûn su riqueza, para Umaiiah sus negocios y para Al-Ualîd su hijo.

«Deja que Yo me encargaré de aquel que he creado...» (Corán 74:11)

Para Abû Yahl era su estatus, para Abû Lahab su linaje, para Abû Muslim el trono, para Al-Mutanabbi la fama y para Al-Hayyâ el poder y la autoridad.

2. Quien busque el honor con Allah ﷻ y realice actos de bien, Él lo honrará y le dará jerarquía aun si no posee riqueza, estatus o nobleza en su sangre.

Para Bilâl ؓ era el llamado a oración, para Salmân ؓ el Más Allá, para Suhaib ؓ su sacrificio y para 'Atâ' ؓ el conocimiento.

«Si no lo socorréis [al Mensajero], sabed que Allah [no necesita de vosotros, pues ya] lo auxilió aquella vez que los incrédulos lo expulsaron [de La Meca], cuando estando en la caverna con su compañero [Abû Bakr] le dijo: No te entristezcas, pues Allah está con nosotros.» (Corán 9:40)

## **¡Oh poseedor de la majestuosidad y generosidad!**

En un Hadîz auténtico, el Profeta ﷺ nos aconsejó repetir esta frase a menudo:

“¡Oh poseedor de la majestuosidad y generosidad!”

También nos recomienda decir lo siguiente:

“¡Oh Eterno, Tú que sustentas y proteges todo lo que existe!”

Por lo tanto, por nuestro propio bienestar debemos invocar a Allah ﷻ y buscar Su ayuda con estas frases y con toda seguridad, la respuesta llegará.

«Recordad cuando pedisteis socorro a vuestro Señor, y Él os respondió...» (Corán 8:9)

En la vida de un musulmán hay tres días de verdadero gozo:

1. El día en que realiza las oraciones en comunidad y se aparta de los actos de desobediencia.

«¡Oh, creyentes! Obedeced a Allah y al Mensajero cuando os exhortan a practicar aquello que os vivifica [el Islam]...» (Corán 8:24)

2. El día en que se arrepiente de un pecado, lo abandona y regresa a su Señor.

«Él les aceptó su arrepentimiento para que se enmendasen...» (Corán 9:118)

3. El día en que muere y se reúne con su Señor, después de haber realizado una última acción buena y pura.

“Quien desea y ama el encuentro con Allah ﷻ sepa que Allah también desea y ama su encuentro.”

Al haber estudiado la vida de los Compañeros del Profeta, descubrí cinco características que los distinguen de los demás:

1. Tenían vidas sencillas, libres de ostentación y extravagancia.

«Te facilitaremos todos tus asuntos.» (Corán 87:8)

2. Su conocimiento de temas religiosos era tan bendito como profundo. Y más importante aún, acompañaban ese conocimiento con la práctica.

«Los más temerosos de Allah son los sabios de entre Sus siervos.» (Corán 35:28)

3. Le daban prioridad a las acciones del corazón por sobre aquellas que los demás podían ver. De esa manera, tenían sinceridad, confiaban en Allah, Lo amaban, depositaban sus esperanzas sólo en Él y a ningún otro ser. Además, realizaban asiduamente actos voluntarios de adoración, como orar o ayunar.

«Por cierto que Allah se complació con los creyentes cuando te juraron fidelidad bajo el árbol; y sabiendo la fe que había en sus corazones hizo descender el sosiego sobre ellos y los recompensó...» (Corán 48:18)

4. No anhelaban el mundo ni sus placeres. Le daban la espalda con desdén a las posesiones materiales y cosechaban los frutos de esta actitud: felicidad, paz mental y sinceridad.

«Pero quienes deseen la otra vida, sean creyentes y se afanen por alcanzarla se les retribuirá por su esfuerzo.» (Corán 17:19)

5. El esfuerzo era una prioridad para ellos por sobre otras buenas acciones, y así se convirtió en un estandarte por el cual fueron reconocidos. A través del esfuerzo eliminaban sus preocupaciones y problemas, porque encontraban en él una forma de invocación, lucha, esfuerzo y acción.

«A quienes luchan denodadamente por Nuestra causa les afirmaremos en Nuestro camino. Ciertamente Allah está con los benefactores.» (Corán 29:69)

En el Corán hay verdades y realidades que son constantes. Éstas son algunas de las que se relacionan con la felicidad y la tranquilidad del siervo, que es el tema principal de este libro:

A aquel que trabaje para Allah ﷻ, Él lo ayudará:

«¡Oh, creyentes! Si practicáis correctamente los preceptos de Allah [y difundís Su Mensaje], Él os auxiliará y afianzará vuestros pasos.» (Corán 47:7)

A quien suplique a Allah ﷻ, Él le responderá:

«Vuestro Señor dice: Invocadme, que responderé [vuestras súplicas].» (Corán 40:60)

A quien pida perdón a Allah ﷻ, Él lo perdonará:

«Dijo: ¡Señor mío! He sido injusto conmigo mismo; perdóname. Y [Allah] le perdonó, porque ciertamente Él es Absolvedor, Misericordioso.» (Corán 28:16)

«Él es Quien acepta el arrepentimiento de Sus siervos y perdona sus pecados, y está bien enterado de cuánto hacéis.» (Corán 42:25)

A aquel que deposite su confianza en Allah ﷻ, Él le será suficiente:

«Y quien se encomiende a Allah, sepa que Él le será suficiente...» (Corán 65:3)

Hay tres clases de personas cuyo castigo es seguro: los que se rebelan contra Allah, los que rompen sus promesas y los que realizan acciones malignas:

«¡Oh, hombres! Vuestra corrupción recaerá sobre vosotros mismos.» (Corán 10:23)

«Quien no cumpla con el juramento sólo se perjudicará a sí mismo.» (Corán 48:10)

«Fueron soberbios en la Tierra, y se confabularon [para apartar a los hombres del sendero recto]; pero las confabulaciones recayeron sobre ellos mismos.» (Corán 35:43)

Los opresores no escaparán del castigo de Allah ﷻ:

«Sus casas yacen vacías, por haber sido injustos. Por cierto que en ello hay un signo para quienes reflexionan.» (Corán 27:52)

Los frutos de la probidad se cosechan tanto a corto como a largo plazo:

«Allah les agració con una recompensa en esta vida y les agraciará con una recompensa mayor en la otra.» (Corán 3:148)

Aquel que obedezca a Allah ﷻ, recibirá Su amor y Su sustento:

«Allah es el Sustentador, y Él posee un poder grandioso.» (Corán 51:58)

Allah ﷻ castigará a los enemigos de Sus siervos obedientes:

«Y por cierto que el día [de Badr] les castigamos violentamente, en verdad Nos vengamos de ellos [por su incredulidad].» (Corán 44:16)

El Sheij 'Abd Ar-Rahmân Ibn Sa'di escribió un valioso libro llamado *El buen camino para vivir feliz*, en el que dice lo siguiente: "Al enumerar las bendiciones de Allah, uno cae en la cuenta de que está mejor que muchas personas y que debe ser agradecido por los favores que Allah ﷻ le ha otorgado".

Aún en temas de religión, uno descubre que a pesar de la negligencia de la cual somos todos culpables, algunos son mejores que otros a la hora de realizar las oraciones obligatorias de manera regular, leer el Corán, recordar a Allah ﷻ y demás actos de adoración. Se trata de favores por los cuales debemos ser agradecidos. Allah ﷻ dice:

«¿Acaso no veis que Allah os sometió todo cuanto hay en los cielos y en la Tierra, y os colmó de Sus gracias, las cuales podéis apreciar algunas y otras no?» (Corán 31:20)



«Por cierto que hemos honrado a los hijos de Adán, y les hemos facilitado los medios para transitar por la tierra y por el mar; les hemos proveído de cosas buenas y los hemos preferido por encima de muchas otras criaturas.» (Corán 17:70)

## Reflexionemos:

Asmâ' Bint 'Umais ؓ relató que el Mensajero de Allah ﷺ le dijo:

“Te enseñaré algunas palabras para decir cuando estés en aprietos: Allah, Allah, Mi Señor; no Te atribuyo copartícipe alguno”.

En otro Hadîz, el Profeta ﷺ nos dice que cuando uno se encuentra afligido por las enfermedades o dificultades, llegará el alivio si dice lo siguiente:

“Allah, Mi Señor, no tiene ningún copartícipe”.

En ocasiones, uno se ve apremiado por una prueba demasiado severa. Entonces, si acude a su Señor y se somete a Su voluntad sin asociarle ningún copartícipe, sus dificultades desaparecerán.

## Lo que debes hacer si tienes miedo de una persona envidiosa

1. Recita los dos últimos capítulos del Corán, recuerda a Allah ﷻ y suplícale.

«Y del mal del envidioso cuando envidia.» (Corán 113:5)

2. Mantén en secreto tus asuntos frente a la persona envidiosa.

«Dijo: ¡Oh, hijos míos! No entréis por una sola puerta, sino hacedlo por puertas diferentes [pues temo que os alcance el mal de ojo por envidia a vuestro hermoso aspecto.]» (Corán 12:67)

3. Aléjate de él.

«Si no creéis en mí, dejadme [y no me maltratéis].» (Corán 44:21)»

4. Sé generoso con la persona que desea causarte daño, ya que quizás desista en su embestida.

«Si eres maltratado responde con una buena actitud [sabiendo disculpar].» (Corán 23:96)

## **Buenos modales**

Los buenos modales generan prosperidad, mientras que los malos, desdicha. En un Hadíz, el Profeta ﷺ dijo:

“A través de los buenos modales uno alcanza el rango de la persona que no sólo ayuna sino que también se queda despierta hasta muy tarde en la noche para orar”.

Dijo además:

“Os diré quién es el más caro a mis sentimientos y al que siento más cerca de mí en el Día de la Resurrección: Quien posee los mejores modales”.

«Ciertamente eres de una naturaleza y moral grandiosas.» (Corán 68:4)

«Por misericordia de Allah eres compasivo con ellos. Si hubieras sido rudo y duro de corazón se habrían alejado de ti.» (Corán 3:159)

«...hablad cortésmente...» (Corán 2:83)

‘Â'ishah ؓ describió al Profeta ﷺ con las siguientes palabras: “Su carácter era el Corán”.

## **Nada te turbe, pues pronto te contaré**

Qué hacer durante las noches cuando no puedas sin dormir.

Si das vueltas en la cama sin poder conciliar el sueño, haz lo siguiente:

1) Recuerda a Allah ﷻ con súplicas proféticas o súplicas tomadas del Corán.

«¿Acaso no es con el recuerdo de Allah que se sosiegan los corazones?» (Corán 13:28)

2) Evita dormir durante el día, a menos que no tengas otra opción.

«Hicimos que el día [fuese luminoso] para procurar el sustento.» (Corán 78:11)

3) Lee o escribe hasta que te venza el sueño.

«Y di: ¡Oh, Señor mío! Acrecienta mi conocimiento.» (Corán 20:114)

4) Trabaja arduamente durante el día.

«Él es Quien dispuso que la noche os cubriera [con su oscuridad], que el sueño os sirviera para descansar, y que durante el día os dispersarais para procurar vuestro sustento.» (Corán 25:47)

5) Evita consumir en exceso bebidas estimulantes como té o café.

## Las consecuencias del pecado

A continuación encontrarás una lista con las consecuencias malignas que produce el pecado:

1. Crea una barrera entre Allah ﷻ y el pecador.

«Por cierto que ese día se les impedirá contemplar a su Señor [y no podrán contemplarlo jamás].» (Corán 83:15)

2. Cuando una persona realiza malas obras de manera continua, pierde las esperanzas de la salvación.

3. A menudo, el pecador cae en un estado de depresión y ansiedad.

«No dejará de sembrar dudas e hipocresía [entre los incrédulos] la mezquita que construyeron hasta que sus corazones se destruyen [y perezcan], y Allah es Omnisciente, Sabio.» (Corán 9:110)

4. El miedo se apodera del corazón del pecador.

«Sembraremos el terror en los corazones de los incrédulos por haber atribuido copartícipes a Allah sin fundamento válido.» (Corán 3:151)

5. La vida se torna difícil para el pecador.

«Mas quien se aleje de Mi Mensaje llevará una vida mísera, y el Día del Juicio le resucitaremos ciego.» (Corán 20:124)

6. El corazón del pecador se oscurece y se endurece.

«Y por haber violado su pacto les maldijimos y endurecimos sus corazones.» (Corán 5:13)

7. El rostro del pecador pierde su luz y se vuelve pesimista.

«A aquellos cuyos rostros estén ensombrecidos se les dirá: ¿Habéis renegado de vuestra fe luego de haber creído?» (Corán 3:106)

8. La gente siente desprecio por el pecador.

9. El pecador vive circunstancias mundanas muy difíciles y arriesgadas.

«Si observaran la Torá, el Evangelio y lo que les ha sido revelado por su Señor [el Corán], serían sustentados con las gracias del cielo y la tierra.» (Corán 5:66)

10. La ira de Allah ﷻ implica una disminución de la fe y un aumento de la tristeza y las calamidades, y todo ello le sucede al pecador.

«¡Qué mal que obraron al no creer en lo que Allah reveló por envidia, pues Allah favoreció a quien quiso de Sus siervos, incurriendo repetidamente en su ira! Y los incrédulos tendrán un castigo degradante.» (Corán 2:90)

«Pero no es como dicen, sino que los pecados que cometieron endurecieron sus corazones.» (Corán 83:14)

«Y decían: Nuestros corazones están endurecidos. Allah les maldijo por su incredulidad. ¡Poco es lo que creen!» (Corán 2:88)

## **Lucha por tu sustento, mas no seas codicioso**

El Señor de los mundos provee a las lombrices que hay en la tierra:

«No hay criatura que camine en la tierra o vuele con sus dos alas que no forme una comunidad igual que vosotros.» (Corán 6:38)

Allah ﷻ provee a las aves y a los peces:

«Diles: ¿Acaso tomaré como protector a otro en lugar de Allah, [siendo Él] Originador de los cielos y la Tierra, y Quien alimenta sin tener necesidad de ser alimentado?» (Corán 6:14)

Ciertamente eres más valioso que una lombriz, un ave o un pez, y por eso no te preocupes por el sustento diario.

Conozco a muchas personas que cayeron en la pobreza simplemente por estar distanciadas de Allah ﷻ. Algunos eran ricos y sanos, pero en lugar de ser agradecidos, dejaron de obedecer a Allah ﷻ, abandonaron las oraciones y cometieron terribles pecados. Allah ﷻ les quitó la salud y las riquezas, reemplazándolas con pobreza, enfermedad y ansiedad. Así cayeron en un estado en cual padecieron dificultad tras dificultad y calamidad tras calamidad.

«Mas quien se aleje de Mi Mensaje llevará una vida mísera, y el Día del Juicio le resucitaremos ciego.» (Corán 20:124)

«[Éstas son las consecuencias de sus acciones, pues] Allah no quita a ningún pueblo las gracias con las que lo ha favorecido, a menos que éstos se perviertan [y se alejen de la Verdad].» (Corán 8:53)

«Y si os aflige una desgracia, ello es la consecuencia de [los pecados] que cometisteis; y Allah os perdona muchas faltas [por Su gracia].» (Corán 42:30)

«Y si hubieran seguido el camino recto les habríamos dado de beber agua abundante.» (Corán 72:16)

## **El secreto de la guía**

Estar contento y tener felicidad son bendiciones que sólo reciben quienes siguen el camino correcto. Muhammad ﷺ nos dejó en una punta de ese camino y en el otro extremo están los jardines del Paraíso.

«Y les habríamos guiado por el sendero recto.» (Corán 4:68)

Cuando nos referimos a la felicidad, queremos decir lo siguiente: mantenerse en el camino recto, a pesar de poder verse afectado por dificultades en el camino, y confiar en que habrá un final feliz y un lugar en la morada del Paraíso. Como consecuencia de ello, sigue al Profeta, quien no hablaba por sus propios deseos, era inmune a las tentaciones del Demonio y cuyas palabras constituyen valiosas enseñanzas para la humanidad.

«El hombre tiene [Ángeles] custodios por delante y por detrás, que lo protegen por orden de Allah.» (Corán 13:11)

Es posible percibir la alegría de una persona correcta por sus modales y su manera de seguir el camino correcto. Esa persona sabe que tiene un Señor y un modelo a seguir en el Mensajero ﷺ.

Además, tiene el Libro de Allah ﷻ en sus manos, luz en su corazón y una conciencia que lo alienta a hacer el bien. Por lo tanto, avanza hacia un estado superior de gozo y siempre va a luchar para mejorar.

«Ésta es la guía de Allah, guía con ella a quien Él quiere de entre Sus siervos.» (Corán 6:88)

Existen dos caminos: uno en sentido figurado y otro físicamente real. El primero es el de la fe, el cual uno transita en esta vida pasajera, una vida cargada de tentaciones y deseos. El segundo camino está en el Más Allá. Todo hombre debe pasar por ese segundo camino para poder llegar al Paraíso. El que no lo haga, caerá en el Infierno. Este camino está lleno de espinas. Quien sea guiado por el camino de la fe en esta vida cruzará con toda seguridad el camino del Más Allá pero la velocidad en que lo haga será proporcional al nivel de su fe. Y debes tener en cuenta que si alguien recibe la bendición de ser guiado por el camino correcto, sus preocupaciones y ansiedades desaparecerán rápidamente.

## **Diez consejos valiosos para tener una buena y noble vida**

1. Despiértate en el último tercio de la noche para pedir el perdón de Allah ﷻ.

«Son pacientes, sinceros, piadosos, caritativos y piden perdón por las noches hasta llegar el alba.» (Corán 3:17)

2. Al menos una vez cada tanto, aíslate de la gente para poder reflexionar.

«Aquellos que invocan a Allah estando de pie, sentados o recostados, meditan en la creación de los cielos y la Tierra.» (Corán 3:191)

3. Rodéate de personas ejemplares.

«Reúnete con quienes invocan a su Señor por la mañana y por la tarde anhelando Su rostro.» (Corán 18:28)

4. Recuerda a Allah ﷻ con frecuencia.

«¡Oh, creyentes! Recordad constantemente a Allah.» (Corán 33:41)

5. Eleva tus plegarias con sinceridad y devoción.

«Que observen sus oraciones con sumisión.» (Corán 23:2)

6. Recita el Corán reflexionando sobre sus profundos significados:

«¿Acaso no reflexionan en el Corán y sus significados?» (Corán 4:82)

7. Ayuna un día caluroso.

“Y él abandona su alimento, su bebida y su deseo, todo por Mí”.  
(Dice Allah ﷻ en un Hadîz Qudsi)

8. Realiza actos de caridad de manera secreta.

“... tan ocultamente que no sepa la mano izquierda lo que ha dado la derecha”.

9. Brinda alivio y ayuda a tus hermanos musulmanes que estén padeciendo problemas.

“Todo aquel que brinde alivio a un musulmán que atraviesa una situación difícil, recibirá el alivio de Allah ﷻ para una de las calamidades del Día del Juicio”.

10. Intenta ser lo más asceta y desapegado de este mundo pasajero.

«Y sabed que la otra vida es mejor y eterna.» (Corán 87:17)



Entre los engaños del hijo de Noé se encontraban estas palabras:

«Dijo [su hijo]: Me refugiaré en una montaña que me protegerá de las aguas.» (Corán 11:43)

Si se hubiera dirigido a Allah ﷻ, el resultado habría sido muy diferente.

La razón de la desdicha de An-Numrúdh fue que dijo: “Yo doy la vida y la muerte”. Quiso vestir ropas que no eran suyas y dijo tener una cualidad que no poseía, completando así su caída y su error.

La clave para nuestra felicidad puede resumirse en una frase simple pero profunda, la frase del monoteísmo puro (*Tauhíd*): “No existe nadie que merezca nuestra adoración excepto Allah ﷻ y Muhammad ﷺ es Su Mensajero”.

Cuando pronunciamos esta frase en la tierra, nos dicen en el cielo: “Has dicho la verdad”.

«Ciertamente que quien os ha traído la Verdad [el Profeta Muhammad] y aquellos que creyeron en él y le siguieron son los piadosos.» (Corán 39:33)

Cuando se abandona esta vida en armonía con esta frase en un nivel práctico, se salva de la destrucción, la aflicción y el fuego del Infierno.

«Y Allah salvará a los piadosos y les concederá el triunfo [ingresándoles al Paraíso...]» (Corán 39:61)

Cuando no sólo aplica la Frase del Monoteísmo puro (*Tauhíd*) sino que también llama a que otros se unan a ella, su nombre será recordado por los ángeles y alcanzará la victoria eterna.

Cuando se ama la Frase del Monoteísmo puro (*Tauhíd*), es elevada su categoría y bendecido con honor.

«El verdadero poder pertenece a Allah, a Su Mensajero y a los creyentes...» (Corán 63:8)

Bilâl ؓ pronunció la Frase del Monoteísmo puro (*Tauhîd*) y su situación experimentó un notorio cambio interno que fue paralelo a su cambio externo al liberado de la esclavitud.

«Allah es el Protector de los creyentes, les extrae de las tinieblas hacia la luz.» (Corán 2:257)

Abû Lahab Al-Hâshimi se negó a pronunciar la Frase del Monoteísmo puro (*Tauhîd*) y murió esclavo en un estado débil y patético.

«Y a quien Allah humilla no habrá quien pueda dignificarlo.» (Corán 22:18)

La Frase del Monoteísmo puro (*Tauhîd*) es un elíxir que transforma al ser humano común en un paradigma de pureza y devoción.

«Te hemos revelado la esencia [el Corán] por Nuestro designio; tú no conocías los Libros [revelados anteriormente] ni la fe [en los preceptos divinos], pero hicimos que él fuera una luz con la que guiamos a quienes queremos de entre Nuestros siervos, y tú [¡Oh, Muhammad!] en verdad, guías al sendero recto» (Corán 42:52)

Hagas lo que hagas, no debes regocijarte con las riquezas adquiridas dándole la espalda al Más Allá. Si así lo haces, un castigo duro y severo te esperará en el futuro:

«De nada sirven ahora mis bienes. Mi poder se ha desvanecido.» (Corán 69:28-29)

«Y Él está alerta [y sabe quién Le desobedece].» (Corán 89:14)

No debes regocijarte en exceso por los hijos y la descendencia olvidándote del Señor porque alejarse de Él es destinarse al fracaso.

﴿Y les azotó la humillación y la miseria, e incurrieron en la ira de Allah.﴾ (Corán 2:61)

Y por último, no seas complaciente con tu riqueza si hace que tus acciones sean malas, ya que tales acciones serán tu desgracia en el Más Allá.

﴿...pero el castigo de la otra vida será más humillante aún...﴾ (Corán 41:16)

﴿Sabed que no son ni vuestros bienes ni vuestros hijos lo que os acerca a Nosotros, sino que quienes crean y obren rectamente recibirán una recompensa multiplicada por lo que hicieron, y morarán seguros en habitaciones elevadas [en el Paraíso].﴾ (Corán 34:37)

## **Nada te turbe, y aprende a manejar tu realidad**

En esta vida, si desprecias internamente algo que no posees, el valor de ello disminuirá para ti. Y si te conformas con no tener algo que realmente deseabas, tu corazón encontrará alivio.

﴿Y Allah nos concederá de Su favor y también Su Mensajero...﴾ (Corán 9:59)

Cierta vez leí sobre un hombre que cayó de una ventana. Su anillo se quedó atorado en un clavo que sobresalía, y como consecuencia, su dedo anular fue arrancado, quedándole cuatro dedos en una mano. Lo asombroso no fue el incidente en sí, sino el júbilo que el hombre mostraba mucho tiempo después del accidente, su alegría quedó demostrada por las siguientes palabras: "Rara vez se me cruza por la mente que tengo cuatro dedos en

una mano o que perdí un dedo. Sólo lo recuerdo cuando revivo el accidente. De lo contrario, mi trabajo sigue su marcha y estoy conforme con lo sucedido”.

“Allah ﷻ lo ha decretado, y lo que Él desea ocurre”.

Conozco un hombre que perdió su brazo izquierdo a causa de una enfermedad. Vivió muchos años desde entonces: se casó y tuvo hijos. Conduce su auto sin dificultades y realiza diversas tareas con facilidad. Está tan a gusto que es como si Allah ﷻ lo hubiera creado desde el principio con un solo brazo.

“Complácete con lo que Allah ﷻ te ha asignado y serás el más rico de los hombres”.

¡Con qué rapidez nos adaptamos a las circunstancias! Es asombroso cómo adaptamos nuestra manera de pensar cuando nos imponen un cambio en nuestro estilo de vida. Hace cincuenta años, una casa consistía en una alfombra hecha con hojas de palmera, una jarra de agua, una pequeña cantidad de carbón y otros artículos muy austeros. Por entonces, la gente se manejaba como ahora y la falta de muchos recursos o comodidades que hoy tenemos no hacían la vida menos importante de lo que es en la actualidad.

Un poeta árabe dijo lo siguiente:

“El alma desea más si la alientas, pero vuelve a contentarse con poco cuando la disciplinas”.

En una ocasión se desató una batalla entre dos tribus en la Mezquita Central de Al-Kûfa, cuando los miembros de cada una de las tribus comenzaron a insultar a sus contrarios. Un hombre que se encontraba en la Mezquita logró escapar a escondidas para buscar a Al-Ahnaf Ibn Qais, quien era conocido por su condición de conciliador y pacificador. El hombre que buscaba

se encontraba ordeñando una cabra en su casa. Al-Ahnaf vestía una prenda que no valía ni diez dirhams (era barata y estaba en mal estado). Su rostro estaba demacrado y ojeroso y tenía una pierna más larga que la otra, lo que lo hacía cojear muy notoriamente. Cuando le contaron cuál era la situación, no mostró cambio alguno en su rostro y permaneció en calma. Su tranquilidad se debía principalmente a que Al-Ahnaf había sufrido muchas dificultades en su vida, por ello estaba acostumbrado a ese tipo de situaciones. Le dijo al hombre: “Por la voluntad de Allah ﷻ todo estará bien”. Luego comenzó a desayunar como si nada hubiera pasado. Su desayuno consistía en un pequeño trozo de pan duro, aceite, sal y un vaso de agua. Luego mencionó el nombre de Allah ﷻ y comió. Alabó a Allah ﷻ y dijo: “Trigo de Irak, aceite de Siria, agua del Tigris y sal de Merv. Ciertamente, éstas son grandes bendiciones”. Se puso sus ropas, tomó su bastón y emprendió el rumbo hacia donde se encontraban esas personas. Cuando lo vieron llegar, todos fijaron en él su vista y escucharon con mucha atención lo que el hombre iba a decirles. Les dio palabras de paz y compromiso, las cuales complacieron a ambos bandos y les pidió que se dispersaran y tomaran sus respectivos caminos. Todos asintieron y partieron sin dejar el mínimo rastro de rencor en sus corazones, y de esta manera el conflicto terminó en paz. Un poeta árabe dijo:

“Uno puede alcanzar la nobleza aún si Sus ropas están maltrechas y su bolsillo, remendado”.

Hay muchas lecciones que podemos aprender de este relato. Una de ellas es que la grandeza no está en el aspecto ni en la vestimenta; otras lecciones tienen que ver con que tener pocos bienes materiales no es un indicador de miseria y que la felicidad no se halla en la comodidad y en la riqueza.

«Por cierto que el hombre, cuando su Señor le agracia dice: Mi Señor me ha honrado. Y cuando le merma su sustento, dice: Mi Señor me ha desdeñado.» (Corán 89:15-16)

Otra lección que podemos extraer de este relato es que el carácter y las cualidades de una persona son los parámetros por medio de las cuales hemos de medir su valor, no así su vestimenta, sus zapatos o su casa. Su valor se mide por el conocimiento, la generosidad, los modales y las obras que esa persona posea.

«En verdad, el más honrado de vosotros ante Allah es el más piadoso.» (Corán 49:13)

La conexión entre el relato y el tema principal de este libro es que la felicidad no se encuentra en la opulencia, las mansiones, el oro o la plata; por el contrario, la felicidad es algo que se manifiesta en el corazón a través de la fe, la alegría y el conocimiento.

«Que no te maravillen ni sus bienes ni sus hijos, pues Allah decretó que se extraviaran por ellos.» (Corán 9:55)

«Diles: Contentaos con la gracia que Allah os ha concedido [el Corán] y con Su misericordia, pues esto es mejor que lo que atesoran los incrédulos.» (Corán 10:58)

Acepta de buena voluntad lo que ha sido decretado para ti. ¿Qué harás si no crees en el decreto de Allah ﷻ? Todo lo que planifiques sin someterte completamente al Divino Decreto de Allah ﷻ no te brindará ningún beneficio. Por lo tanto, tal vez te preguntes, ¿cuál es la solución para las dificultades que debo enfrentar?

La solución es decir con sinceridad: “Estamos complacidos y hemos sometido nuestra voluntad al designio de Allah ﷻ”.

«Dondequiera que os encontréis la muerte os alcanzará, aunque os refugiaseis en fuertes infranqueables.» (Corán 4:78)

Una de las mayores dificultades de mi vida, y qué día doloroso fue ese, sucedió cuando el médico me dijo que a mi hermano Muhammad debían amputarle un brazo. La noticia me sorprendió profundamente. La emoción embargó mi alma, y busqué refugio en las palabras de Allah ﷻ:

«Todas las desgracias acontecen con la anuencia de Allah. Quien crea en Allah, Él fortalecerá su corazón [y podrá resignarse ante cualquier adversidad, pues sabrá que es el decreto de Allah.]» (Corán 64:11)

«Albricia a los pacientes [que recibirán una hermosa recompensa]. Aquellos que cuando les alcanza una desgracia dicen: Ciertamente somos de Allah y ante Él compareceremos.» (Corán 2:155-156)

Estos versículos fueron una inyección de paz y alivio para mi alma. No hay manera de evitar que suceda lo que ha sido decretado. Por lo tanto, debemos tener fe y someter nuestra voluntad.

«¿Acaso pretenden tramar algo [para desmentir el Mensaje]? Sabed que nosotros lo desbarataremos.» (Corán 43:79)

«Y todos los asuntos son como Allah lo dispone, pero la mayoría de los hombres lo ignoran.» (Corán 12:21)

«Cuando decide una cosa dice: ¡Sé!, y es.» (Corán 2:117)

Cierto día le informaron a Al-Jansâ' An-Naja'iih de la muerte de sus cuatro hijos varones, quienes murieron en la batalla de Al-Qâdisiih. Su única reacción fue alabar a Allah ﷻ y agradecerle. La fe fortifica nuestra capacidad de perseverar a través de las dificultades. Y a través de la gratitud, uno alcanza la felicidad en esta vida y en el Más Allá. Si eres reacio a seguir este consejo, entonces pregúntate lo siguiente: ¿Existe otra alternativa? Si esa alternativa es la amargura, las quejas y negarse a

aceptar lo que sucedió, entonces sólo tendrás dolor en esta vida y también en el Más Allá.

“Todo aquel que se contente tendrá placer y todo aquel que muestre furia obtendrá ira”.

El mejor remedio y la acción correcta a realizar luego de una calamidad es decir con sinceridad: “Ciertamente pertenecemos a Allah y a Él regresaremos”. Esto significa que todos somos fruto de la creación de Allah ﷻ; que pertenecemos a Él; que estamos en Su reino; y que ante Él compareceremos. En Él está el comienzo y a Él regresaremos. Todo está en manos de Allah ﷻ. Un poeta árabe dijo estas palabras:

“Mi propia alma está partiendo, por qué llorar  
entonces cuando una posesión nos abandona”.

Allah ﷻ dice:

«Todo ha de perecer excepto Su rostro. Suyo es el juicio y ante Él compareceréis.» (Corán 28:88)

«Todo cuanto existe en la Tierra perecerá » (Corán 55:26)

«Por cierto que tú fallecerás [¡Oh, Muhammad!] y ellos también fallecerán [pues nadie es inmortal].» (Corán 39:30)

Si te dieran la mala noticia de que se incendió tu casa o que murió tu hijo o que perdiste todos tus ahorros, ¿qué harías? Desde este momento debes estar preparado mentalmente. Tratar de escapar o eludir lo que ha sido decretado es una actitud que no te dará ningún beneficio. Trata de estar satisfecho con lo que ha sido decretado, reconoce tu realidad y gánate la recompensa. No tienes otra opción. Puede que digas que sí hay otra opción pero es muy básica y debo advertirte que te alejes de ella: quejarse y refunfuñar es perder la compostura y caer en la ira y la furia. ¿Qué puedes lograr con ese comportamiento? Sólo lograrás la



ira de tu Señor y la gente. Aún más, lo que has perdido no regresará y tu calamidad no se verá aliviada:

«Aquel que piense que Allah no defenderá [al Profeta Muhammad] en este mundo y en el otro [porque cree poder impedirlo], que intente llegar al cielo por algún medio y lo impida, y que vea si ello calma su odio.» (Corán 22:15)

### **Nada te turbe, pues tarde o temprano todo lo que hay en este mundo perecerá**

La muerte es el destino común para todos nosotros: El opresor y el oprimido, el poderoso y el sometido, el rico y el pobre. No es novedad que todos moriremos. Naciones enteras han desaparecido y también lo harán las naciones por venir.

Ibn Batûtah relató sobre una tumba con mil reyes enterrados en ella. En la entrada de la misma hay un letrero que reza:

“Los Reyes: Pregúntale por ellos al polvo, y también por los grandes líderes; todos ellos son huesos ahora”.

Una causa de asombro es la capacidad del hombre de olvidar y permanecer sin cuidado frente a la muerte cuya amenaza se yergue sobre él tanto durante el día como en la noche. El hombre se engaña a sí mismo creyendo que es inmortal en este mundo.

Allah ﷻ dice:

«¡Oh, hombres! Temed a vuestro Señor [y abandonad la incredulidad]. Por cierto que el terremoto que sobrevendrá cuando llegue la Hora [del Juicio] será algo tremendo.» (Corán 22:1)

«Se aproxima la hora en que los hombres deberán comparecer [ante Allah para ser juzgados]...» (Corán 21:1)

«A muchas generaciones que les precedieron las hemos destruido. ¿Acaso puedes ver a alguno de ellos u oír sus murmullos?» (Corán 19:98)

## **La depresión genera desdicha**

El periódico *Al-Muslimûn* informó que en 1990 dos millones de personas sufrían depresión en todo el mundo. La depresión es una enfermedad que ha causado estragos en la humanidad. No distingue entre orientales ni occidentales, ricos ni pobres. Es un mal que ataca a todos los pueblos y que puede incluso provocar el suicidio.

La depresión no reconoce riqueza, nobleza, ni poder. Las estadísticas indican que hoy en día unos 200 millones de personas sufren de depresión. Sin embargo, se mantiene alejada del creyente.

Un estudio reciente dio cuenta que al menos una de cada diez personas ha sufrido en algún momento esta peligrosa enfermedad. El peligro no se limita a los adultos; incluso los más jóvenes son susceptibles a la depresión. Hasta el feto en el vientre de su madre puede padecerla ya que una madre deprimida puede acudir al aborto para escapar de sus problemas.

«No os matéis unos a otros. Allah es Misericordioso con vosotros.» (Corán 4:29)

«No os autodestruyáis.» (Corán 2:195)

Existen informes que indican que el ex presidente de Los Estados Unidos Ronald Reagan sufría de una severa depresión. Se le atribuía a que tenía más de setenta años a la vez que debía enfrentar numerosos problemas y a sus periódicas operaciones.

«Dondequiera que os encontréis la muerte os alcanzará, aunque os refugiaseis en fuertes infranqueables.» (Corán 4:78)

Muchas personas famosas, en particular los artistas, sufren de depresión. La razón principal de la muerte del poeta Salâh Yâhîn fue la depresión. También se dice que Napoleón Bonaparte, cuando se encontraba exiliado, murió en estado depresivo.

«Así quiso castigarles en esta vida, y que mueran en la incredulidad.» (Corán 9:55)

No hace mucho tiempo, una mujer alemana mató a tres sus tres hijos. Luego se descubrió que la razón para hacer tremendo acto surgió de un estado de depresión. La mujer amaba tanto a sus hijos que temía que tuvieran que atravesar el dolor y las dificultades que ella había vivido a lo largo de su vida. Así que decidió ‘aliviarlos’ y ‘salvarlos uno a uno’ de las dificultades y vicisitudes de la vida. Luego de asesinarlos, ella también se quitó la vida.

Las cifras publicadas por la Organización Mundial de la Salud indican la gravedad de esta situación. En 1973 un tres por ciento de la población mundial sufría de depresión. Esta cifra subió notoriamente y en 1978 era del cinco por ciento. Lo que puede ser una sorpresa es que algunos estudios indican que uno de cada cuatro estadounidenses sufre de depresión. Durante la conferencia de Enfermedades Mentales organizada en Chicago en 1981, se anunció que cien millones de personas en todo el mundo sufren de depresión. Otra sorpresa es que la gran mayoría de ellos pertenecen a países desarrollados. Otros estudios indican que el número de personas deprimidas asciende a 200 millones.

«¿Acaso no ven que son puestos a prueba [con adversidades] cada año una o dos veces?» (Corán 9:126)

Se dice que “el hombre inteligente no es aquel que puede aumentar sus ganancias, sino el que transforma sus pérdidas en ganancias”.

«Luego Allah os afligió con una pena [la derrota] tras otra [de mayor magnitud, que era creer que el Profeta había caído en la batalla, para que cuando comprobarais lo contrario] no os lamentarais por lo que hubiereis perdido [el botín] ni padecido [la derrota].» (Corán 3:153)

El significado de este versículo es que las cosas que ya pasaron y tuvieron su fin ya no deben ser tenidas en cuenta, ya que eso provoca ansiedad, preocupación y pérdida de tiempo.

Uno puede ocupar su tiempo con muchas actividades útiles cuando no se tiene nada que hacer. Éstas incluyen hacer buenas obras, ayudar a los demás, visitar a los enfermos o las tumbas de los difuntos (para recordar y reflexionar sobre nuestro destino final), ofrecerse como voluntario en la mezquita, participar de tareas de caridad, hacer ejercicios físicos, visitar a los seres queridos, organizar los asuntos personales y brindar ayuda a los ancianos, pobres y desvalidos.

«¡Oh, hombres! Ciertamente compareceréis ante vuestro Señor y veréis el resultado de vuestras obras.» (Corán 84:6)

Un poeta árabe dijo las siguientes palabras:

“Una acción generosa es singular por su dulce sabor y su bella apariencia”.

Hojea cualquier libro de historia y encontrarás en sus páginas historias de dolor, privación y desdicha. Otro poeta árabe dijo:

“Lee historia ya que está llena de moralejas,  
Toda nación se hunde si no conoce nada de su pasado”.

«Todo esto que te narramos sobre las historias de los Mensajeros es para [consolar y] afianzar tu corazón.» (Corán 11:120)

«Por cierto que en las historias [de los Profetas] hay un motivo de reflexión para los dotados de sano juicio.» (Corán 12:111)

«...nárrales pues, estas historias para que reflexionen.» (Corán 7:176)

‘Umar ؓ dijo: “Mi meta es buscar el gozo en las distintas cosas que han sido decretadas para mí”. Esta frase indica su complacencia con lo que Allah ﷻ había decretado para él.

En el transcurso de un año, ocho de los hijos de Abû Dhu'aib Al-Hudhali murieron durante una plaga. ¿Qué supones que dijo? Mantuvo la fe, se resignó y se sometió al decreto de Allah ﷻ diciendo:

“Mostraré paciencia frente a quienes se regocijan con mi dolor, no temblaré con las vicisitudes de estos tiempos, la muerte acecha y clava sus garras, no hay truco ni artificio que pueda alejarla”.

«Todas las desgracias acontecen con la anuencia de Allah.» (Corán 64:11)

Ibn ‘Abbâs ؓ perdió la vista, pero encontró alivio al pronunciar las siguientes palabras:

“Si Allah me quita la luz de mis ojos, mi corazón permanecerá iluminado, mi corazón entiende y mi mente no es perversa, y mi lengua es como el filo de una espada sin desenfundar”.

Se consoló a sí mismo recordando los innumerables favores de Allah ﷻ que aún le quedaban habiendo perdido sólo uno de ellos.

En un solo día ‘Uruah Ibn Az-Zubair ؓ perdió una de sus piernas y se enteró que su hijo había muerto. Esta fue su reacción:

“Oh Allah, a Ti pertenecen todas las alabanzas. Si lo has quitado, también me lo has dado. Y si me has puesto a prueba con estas dificultades, también me has salvado y cuidado. Me has dado cuatro extremidades mas sólo te has llevado una. Me has bendecido con cuatro hijos mas sólo te has llevado uno”.

«[Allah] les retribuirá con el Paraíso y con vestimentas de seda por haber tenido paciencia.» (Corán 76:12)

«Y les dirán: ¡La paz sea sobre vosotros! En verdad fuisteis perseverantes [en la adoración].» (Corán 13:24)

Las siguientes palabras de consuelo se le atribuyen al Imâm Ash-Shâfi'i:

“Deja que los días traigan lo que deban traer, y confórmate cuando acontezca un decreto, cuando la ejecución del mismo caiga en alguna tierra lejana, ni el cielo ni la tierra podrán evitarlo”.

¿Cuántas veces hemos temido a la muerte mas nada sucedió?  
¿Cuántas veces hemos sentido que el fin estaba cerca pero regresamos más fuertes que antes? ¿Cuántas veces nos hemos visto en dificultades mas después de un breve tiempo pudimos saborear la dulce miel del alivio?

«Diles: Solamente Allah os puede librar de ésta y de toda otra aflicción.» (Corán 6:64)

¿Cuántas veces hemos estado enfermos para luego recuperar nuestra salud?

«Si Allah te impone un mal sólo Él podrá apartarlo.» (Corán 6:17)

Cuando uno sabe con certeza que Allah ﷻ controla todo, entonces ¿cómo puede alguien temer a otro que no sea a Él? Y

cuando uno teme a Allah, ¿cómo puede temer a otros junto con Él? especialmente considerando que Allah ﷻ dice en el Corán: «Así es Satanás, atemoriza a quienes les siguen. Pero no les temáis sino temedme a Mí, si sois creyentes.» (Corán 3:175)

Él es Todopoderoso:

«Y que todo Nuestro ejército [de creyentes] vencería [a los incrédulos].» (Corán 37:173)

«Por cierto que socorreremos a Nuestros Mensajeros y a los creyentes en esta vida y también el Día del Juicio cuando comparezcan los [Ángeles] testigos.» (Corán 40:51)

Ibn Taimiiah aludiendo al mismo significado dijo: “No existe poder ni fuerza salvo en Allah ﷻ”. Los objetos pesados pueden moverse, los obstáculos se superan y es posible alcanzar el honor. Por eso recuerda siempre esta frase, ya que se trata de uno de los tesoros del Paraíso y es un pilar de la felicidad y la complacencia.

## **Pedirle perdón a Allah ﷻ nos abre puertas**

Ibn Taimiiah dijo: “Cuando estoy confundido en mi entendimiento sobre un tema religioso, suplico a Allah ﷻ que me perdone mil veces, quizás un poco más o un poco menos. Entonces, Allah ﷻ abre lo que hasta ese momento estaba cerrado y así logro entenderlo”.

«Y les dije: Implorad el perdón de vuestro Señor, pues es Remisorio, y así os enviaré del cielo una lluvia abundante» (Corán 71:10-11)

Una manera de encontrar la paz interior es buscar constantemente el perdón de Allah ﷻ. Incluso un pecado puede ser una bendición si logra que el creyente acuda arrepentido a su Señor. En Al-Musnad se relata lo siguiente:

“Allah ﷻ no decreta nada para Su siervo que no sea lo mejor para él”.

Con respecto a este Hadîz, Ibn Taimiiah fue cuestionado: “¿Incluso el pecado?” Él respondió: “Sí, si luego sobreviene el arrepentimiento, el pedido de perdón y un sentimiento sincero de remordimiento por haber caído en falta”.

«Si después de haber sido injustos hubieran recurrido a ti y pedido perdón a Allah, y también el Mensajero hubiera pedido perdón por ellos, habrían encontrado que Allah es Indulgente, Misericordioso.» (Corán 4:64)

«Si sufrís una herida, sabed que ellos también han sufrido una herida semejante. Así es como alternamos el triunfo y la derrota entre los hombres para que Allah distinga quiénes son los que creen y honre con el martirio a algunos de vosotros. Allah no ama a los inicuos.» (Corán 3:140)

«El día que suceda, les parecerá haber permanecido [en la vida mundanal] sólo una tarde o una mañana.» (Corán 79:46)

Siempre me asombro al pensar en algunas figuras históricas. A pesar que enfrentaron muchas dificultades, pareciera que para ellos las dificultades no eran más que gotas de agua. A la cabeza de este grupo exclusivo está Muhammad ﷺ. Él se encontraba en la caverna con Abû Bakr ؓ, cercado por sus enemigos y le dijo a su compañero:

«No te entristezcas, pues Allah está con nosotros.» (Corán 9:40)

Al emigrar, estando despojado, abandonado y exiliado, profetizó que Surâqah iba a vestir las pulseras de oro de Cosroes, Rey de Persia.

Justo antes de la batalla de Badr, el Profeta ﷺ vestía entusiasmado su armadura mientras decía:



«Ciertamente todos ellos serán vencidos y huirán.» (Corán 54:45)

Y en la batalla de Uhud, luego de que algunos de sus compañeros fueron martirizados y otros heridos, el Profeta ﷺ dijo a sus compañeros:

“Ubíquense en fila detrás de mí que oraré a mi Señor”.

Fue la determinación y la fuerza de voluntad del Profeta ﷺ lo que pudo, por voluntad de Allah ﷻ, mover montañas.

Qais Ibn 'Âsim Al-Minqari, famoso entre los árabes por su paciencia, se encontraba en una ocasión narrando una historia a algunos de sus compañeros, cuando apareció un hombre y le anunció: “Tu hijo ha sido asesinado. El hijo de tal y tal es a quien se acusa”. Pero Qais no interrumpió su relato sino que continuó narrándolo en calma hasta que terminó. Luego dijo: “¡Laven a mi hijo, amortájenlo y permítanme orar por él!”

«La piedad no consiste en orientarse hacia el oriente o el occidente, sino que consiste en creer en Allah, el Día del Juicio, los Ángeles, el Libro, los Profetas, hacer caridad, a pesar del apego que se tiene por los bienes, a los parientes, huérfanos, pobres, viajeros insolventes, mendigos y cautivos, hacer la oración prescrita, pagar el Zakâh, cumplir con los compromisos contraídos, ser paciente en la pobreza, la desgracia y en el momento del enfrentamiento con el enemigo. Ésos son los justos, y éstos son los temerosos de Allah.» (Corán 2:177)

'Ikrimah Ibn Abû Yahl ؓ se encontraba en su lecho de muerte cuando le ofrecieron un vaso de agua, a lo que respondió: “Ofrézcanse a otra persona”. Muchos de los Sahaba que se encontraban al borde de la muerte, preferían a la persona que tenían al lado antes que a ellos mismos y de esta forma, morían con esa maravillosa muestra de hermandad.

## **La prudencia con el dinero**

Dijo un poeta:

“Ahorra tu dinero, porque con la riqueza viene el respeto, y puedes hacerlo sin pedirle a tu tío ni a tu primo”.

La filosofía que promueve el derroche y el consumismo a la hora de gastar por gastar es falsa y va en detrimento de nuestro propio bienestar. No acumular ni ganar ningún dinero también es erróneo.

De hecho el Islam recomienda ganar el dinero de manera honesta y gastarlo de forma apropiada. La aplicación de ambos principios es lo que hace que nuestra riqueza sea honrada. Las siguientes palabras del Profeta ﷺ son una prueba de ello:

“Bendita la buena riqueza (que ha sido ganada honestamente) en las manos del hombre recto”.

El contraste está con aquel que se encuentra tapado de deudas y el que vive en la indigencia. El primero está siempre preocupado de que no le quiten sus posesiones y el segundo lucha constantemente para encontrar el sustento diario y sobrevivir.

Dijo el Profeta ﷺ:

“Oh Allah, en Ti busco refugio de la incredulidad y de la pobreza”.

Dijo también:

“La pobreza es casi como la incredulidad”.

No hay contradicción entre ese Hadîz y el siguiente:

“Procura renunciar a los placeres mundanales y Allah te amará; no desees lo que otros poseen y la gente te amará”.

Este Hadîz tiene una debilidad o defecto en términos de autenticidad. Pero suponiendo que no se tratase de un Hadîz débil, su significado es que uno debe estar conforme con tener las necesidades básicas satisfechas y no salir a mendigar ni pedir ayuda de la gente para tener más. Al mismo tiempo, debes ser noble y autosuficiente para tener los medios necesarios y evitar pedir ayuda a otros.

“A todo aquel que se esfuerce por no depender de los demás, Allah ﷻ lo ayudará”.

Dijo un poeta árabe:

“Nunca extendí mis manos a nadie excepto a mi Creador, y nunca pedí un dinar a aquellos que recuerdan a otros sus favores”.

En un Hadîz auténtico, el Profeta ﷺ nos dijo:

“Es mejor dejar con fortuna a quienes te heredarán que dejarlos pobres, (en cuyo caso) tendrán que salir a mendigar”.

En otro Hadîz auténtico, el Profeta ﷺ dijo:

“La mano superior es mejor que la mano inferior”.

El significado de este Hadîz es que quien da es mejor que quien recibe.

«[Dad caridad a] los pobres que padecieron estrechez por la causa de Allah y no tienen medios para desplazarse [y comerciar]. Quien ignora su situación los cree ricos en razón de su dignidad; pero les reconocerás por su aspecto, no piden a la gente inoportunamente. Y lo que sea que deis en caridad, Allah ciertamente lo sabe.» (Corán 2:273)

Este versículo indica que se no debe alabar a la gente para recibir ayuda de ellos, ya que Allah ﷻ nos ha garantizado el sustento:

«¿Acaso toman a los incrédulos como aliados en vez de los creyentes, y buscan a través de ellos el poder? Sepan que el poder pertenece totalmente a Allah.» (Corán 4:139)

Dijo un poeta árabe:

“No tengo intención de besar la mano de nadie. Para mí, rechazarla es mejor que besarla. Cuando alguien me hace un favor, me esclaviza, o al menos me siento avergonzado”.

### **No te aferres a nadie más que Allah ﷻ**

Si Allah ﷻ es Quien da la vida y la muerte, y sólo Él provee a toda la creación, ¿por qué habríamos de temerle a las personas o alterarnos por sus acciones? Creo que en nuestra sociedad gran parte de la angustia y la ansiedad es provocada por nuestro apego a las personas, nuestras ansias de complacerlas, de obtener sus favores, de luchar para adular a los importantes y de sentirnos heridos cuando nos menosprecian. Todo eso indica una debilidad en nuestra creencia en Allah ﷻ. Dijo un poeta árabe:

“Ojalá que te complazcas cuando la vida sea amarga, y ojalá te complazcas cuando las personas se enfurezcan. Si tu amor por Allah es verdadero, todo lo demás es insignificante, y todo lo que hay encima del polvo es polvo”.

### **Haz aquellas cosas que te den paz**

Ibn Al-Qaiim enumeró algunos de los factores que nos dan tranquilidad:

1. Creer en el monoteísmo puro, es decir, adorar a Allah ﷻ solamente sin asociarle ningún compañero [en la adoración], y sin asociarle compañeros en todas las cualidades que sólo Le

pertenecen a Él. El incrédulo y quien le asocia compañeros a Allah ﷻ están más muertos que vivos.

«Mas quien se aleje de Mi Mensaje llevará una vida mísera, y el Día del Juicio le resucitaremos ciego.» (Corán 20:124)

«A quien Allah quiere guiar le abre el corazón para que acepte el Islam [el sometimiento a Él].» (Corán 6:125)

«¿Acaso aquel a quien Allah abrió su corazón para [que siga la guía y acepte] el Islam, y él [por ello] está colmado por la luz de su Señor [se puede equiparar con quien no cree]?» (Corán 39:22)

Allah ﷻ advierte a Sus enemigos en el siguiente versículo:

«Sembraremos terror en los corazones de los incrédulos por haber atribuido copartícipes a Allah sin fundamento válido.» (Corán 3:151)

«¡Ay pues, de quienes tienen el corazón endurecido [y no aceptan] el Mensaje de Allah [el Corán]! Ciertamente ellos están en un evidente error.» (Corán 39:22)

«A quien Allah quiere guiar le abre el corazón para que acepte el Islam [el sometimiento a Él].» (Corán 6:125)

2. Tener un conocimiento útil. Porque el individuo más feliz, de buen humor y contento es el sabio. Los eruditos son los herederos de Muhammad ﷺ.

«Allah te ha revelado el Libro [el Corán] y la sabiduría [la Sunnah] y te ha enseñado lo que no sabías. El favor de Allah sobre ti es grandioso.» (Corán 4:113)

«Sabe [¡Oh, Muhammad!] que no hay nada ni nadie con derecho a ser adorado salvo Allah.» (Corán 47:19)

3. Realizar buenas acciones. Una obra buena trae luz al corazón y al rostro. Hacer buenas acciones da como resultado una

bendición en el sustento propio, a la vez que los corazones de la gente se ven atraídos naturalmente hacia el bienhechor.

«Y si hubieran seguido el camino recto les habríamos dado de beber agua abundante.» (Corán 72:16)

4. Tener valentía, ya que la persona valiente es firme, fuerte y sólo Le teme a Allah. Las dificultades y penurias no lo alteran ni lo molestan.

5. Evitar los pecados. El pecado arruina la paz de nuestra mente y nos hace sentir solos en la oscuridad:

Un poeta dijo:

“Vi que el pecado hace morir al corazón como  
la adicción trae desdicha al adicto”.

6. No abusar de lo que es lícito. En otras palabras, se debe ser moderado al hablar, al dormir y al relacionarse con la gente, y también ser moderado en los hábitos alimenticios.

«Se apartan de las banalidades» (Corán 23:3)

«No pronuncia palabra alguna sin que a su lado esté presente un Ángel observador que la registre.» (Corán 50:18)

«Y comed y bebed con mesura, porque Allah no ama a los imoderados.» (Corán 7:31)

Dijo un poeta árabe:

“Oh compañero de lecho, ya has dormido en  
exceso; ¡No sabes acaso que después de la  
muerte vendrá un largo sueño!”

## El designio divino

Un hombre que tenía una enfermedad mental y un grave problema de ansiedad le pidió consejos a un médico musulmán, quien lo aconsejó diciéndole: “Sepa que no importa cuáles son los planes que uno tenga para el futuro, no hay movimiento alguno en este mundo, ni siquiera un suspiro, que ocurra sin el permiso de Allah ﷻ”.

Las siguientes palabras se relatan en un Hadîz:

“Ciertamente Allah ﷻ escribió el Maqâdir (todo lo que sucederá) de la creación cincuenta mil años antes de crearla”.

Al-Mutanabbi escribió:

Las cosas pequeñas se magnifican ante los ojos  
del pequeño mas las cosas enormes se ven  
insignificantes ante los ojos del grandioso.

## El dulce sabor de la libertad

Ar-Râshid escribió lo siguiente en su libro *La huella*:

“Todo aquel que posea trescientas sesenta hogazas de pan, un bote de aceite y mil seiscientos dátiles (o sea, provisiones para todo un año), no podrá ser esclavizado por nadie”.

Uno de nuestros piadosos antepasados dijo una vez:

“Aquel que esté satisfecho con pan duro y agua estará libre de toda esclavitud, excepto la del sometimiento a Allah ﷻ”.

﴿Y que cuando hace una obra de bien, no la hace esperando la retribución de los hombres ﴾ (Corán 92:19)

Un poeta dijo:

“Mis aspiraciones y deseos me esclavizaron ya que los obedecí, si tan sólo hubiera estado conforme con lo que tenía, habría sido libre”.

Aquellos que aspiran a hacer de la riqueza o del status un medio para lograr la felicidad sabrán al final cuán inútiles e infructuosos fueron sus esfuerzos.

«[Se les dirá:] Os habéis presentado ante Mí solos, y [desnudos] como estabais al nacer. Y tuvisteis que dejar atrás [en la vida mundanal] lo que os concedimos [de bienes materiales]; y no vemos que estén con vosotros los intercesores que pretendíais eran socios [de Allah en la adoración, y que intercederían por vosotros]. Se ha roto vuestro vínculo [con ellos] y desvanecido aquello que creíais.» (Corán 6:94)

«Pero vosotros [¡Oh, hombres!] preferís la vida mundanal. Y sabed que la otra vida es mejor y eterna.» (Corán 87:16-17)

### **El suelo era la almohada de Sufiân Az-Zauri**

La vida de los sabios islámicos más importantes del pasado está llena de lecciones sobre la humildad. Durante una temporada de peregrinación, Sufiân Az-Zauri quiso descansar por la noche y colocó su mejilla en el suelo. La gente le decía: “Eres el más grande sabio del Hadîz de todo el mundo y descansas tu cabeza en el suelo”. Respondió: “Esta almohada es, de hecho, mejor que la del Califa”.

«Diles [¡Oh, Muhammad!]: No nos acontece más que lo que Allah decretó para nosotros.» (Corán 9:51)

### **No prestes atención a los rumores**

Las predicciones de calamidades (que rara vez suceden) y las premoniciones malignas (en su gran mayoría falsas) provocan miedo en el corazón de muchas personas:



«Satanás os atemoriza con la pobreza y os ordena la inmoralidad; y Allah os promete Su perdón y Su generosidad. Allah es Vasto, Omnisciente.» (Corán 2:268)

La ansiedad, el insomnio y las úlceras son las graves consecuencias de la desesperanza y la preocupación. Un poeta árabe dijo:

“No nos castigues porque ya hemos sido torturados, por la ansiedad que nos mantiene despiertos toda la noche”.

### **Las maldiciones de los insensatos no te dañarán**

Abraham Lincoln, el decimosexto presidente de los Estados Unidos, dijo lo siguiente:

“Nunca leo las cartas hostiles y maliciosas que me envían. Nunca abro los sobres ni me molesto en responderlas. Si me ocupara de esos asuntos, no tendría tiempo para hacer cosas por mi gente”.

«Apártate de ellos...» (Corán 4:63)

«Perdona [a los incrédulos ¡Oh, Muhammad!] y toléralos.» (Corán 15:85)

«Apártate de ellos [¡Oh, Muhammad!] y no respondas a sus insultos.» (Corán 43:89)

Un comandante de la marina estadounidense durante la Segunda Guerra Mundial fue un líder y estratega brillante y como resultado de ello obtuvo una considerable fama. No obstante, tenía que lidiar con las personas a su cargo que le tenían celos. Sus subordinados lo atacaban constantemente a sus espaldas con maldiciones y críticas.

Y como en la mayoría de esos casos, estaba al tanto de lo que decían de él. Al respecto dijo: “Tengo inmunidad a las críticas.

Soy viejo y sé que las palabras no pueden destruir la grandeza ni tampoco pueden derribar una cerca robusta”.

Un poeta árabe escribió lo siguiente:

“¿Qué quieren de mí los poetas (atacándome con palabras) si ya pasé los cuarenta?”

Se dice que Jesús ~~se~~ dijo:

“Ama a tu enemigo”.

El significado de estas palabras es que debes perdonar a tus enemigos. De esta manera, te liberarás de los sentimientos de venganza y también del odio y el rencor.

«Quienes hacen caridad, tanto en los momentos de holgura como en la estrechez, controlan su cólera y perdonan a los hombres, sepan que Allah ama a los benefactores.» (Corán 3:134)

Luego de tomar el control de La Meca, el Mensajero de Allah ﷺ dijo estas palabras a quienes lo habían agredido anteriormente:

“Transitad, sois libres, no habrá reproches hoy”.

«Dijo [José]: No seréis censurados en nada hoy...» (Corán 12:92)

«Allah perdona lo que se haya cometido en el pasado [por ignorar su prohibición]...» (Corán 5:95)

## **Aprecia la belleza del universo**

Al estudiar y apreciar las maravillas de la creación de Allah ﷻ encontrarás paz. Allah ﷻ nos dice:

«¿Acaso Quien creó los cielos y la Tierra e hizo descender para vosotros agua del cielo, con lo cual hace surgir jardines espléndidos cuyos árboles no hubierais podido hacer brotar vosotros, [puede equipararse a quien no es capaz de crear nada de eso]?» (Corán 27:60)

«Diles: Reflexionad en todo cuanto hay en los cielos y en la Tierra.» (Corán 10:101)

«Dijo [Moisés]: Nuestro Señor es Quien creó cada cosa con una naturaleza y una forma particular, y luego dispuso un orden entre todas ellas.» (Corán 20:50)

Aprende del sol resplandeciente, de las estrellas radiantes, de los ríos, los arroyos, las montañas, los árboles, las frutas, el aire y el agua.

«¡Bendito sea Allah, el mejor de los creadores!» (Corán 23:14)

Un poeta árabe recitó:

“Hay una señal en todas las cosas que indica que Él es el Único”.

Îlia Abû Mâdi dijo:

“Oh tú que te quejas sin motivo, imagina cómo estarías si estuvieras enfermo. ¿Ves las espigas y las rosas mas sigues ciego? ¿Y ves las gotas de rocío y las ignoras? Aquel que no tiene belleza en sí mismo, no ve nada bello en la naturaleza”.

«Acaso no reflexionan [los incrédulos] en el camello, cómo ha sido creado.» (Corán 88:17)

Einstein decía que cualquiera que mire con atención el universo sabe que Quien lo creó tan perfecto es infinitamente Sabio y que no lo hizo al azar.

«Quien perfeccionó todo lo que ha creado...» (Corán 32:7)

«No los creamos sino con un fin justo y verdadero...» (Corán 44:39)

«¿Acaso creáis que os creamos sin ningún fin, y que no ibais a comparecer ante Nosotros?» (Corán 23:115)

El significado de estos versículos es que todo está planificado y calculado según la sabiduría divina. Y cualquiera que estudie la creación sabe que existe un solo Dios Todopoderoso que sostiene y controla todo. Por lo tanto, la idea de que todo sucede por mera coincidencia es falsa.

«El Sol y la Luna discurren por órbitas establecidas.» (Corán 55:5)

«No le es posible al Sol alterar su curso y así alcanzar a la Luna, ni la noche puede adelantarse al día; todos los astros circulan por sus órbitas.» (Corán 36:40)

### **La avaricia no tiene ningún beneficio**

El Profeta ﷺ dijo:

“Ningún alma morirá hasta no haber alcanzado todo el sustento decretado para ella y hasta que no le llegue su hora”.

Entonces, ¿por qué somos ambiciosos y codiciosos?

«Él asignó a todas las cosas su justa medida.» (Corán 13:8)

«El designio de Allah debe cumplirse.» (Corán 33:38)

### **Soportar las dificultades nos ayuda a redimir los pecados**

El Mensajero de Allah ﷺ dijo:

“La preocupación, la ansiedad, el dolor, la fatiga, la enfermedad e incluso una espina, cada vez que alguna de estas aflicciones afecta al creyente, Allah ﷻ le perdona algunos de sus pecados”.

Esto es para aquel que tiene paciencia, busca su recompensa en Allah ﷻ, se arrepiente y confía sus asuntos sólo en Él ﷻ, el Más Misericordioso.

Al-Mutanabbi escribió lo siguiente:

“Recibe con indiferencia lo que el tiempo te traiga, mientras tu alma acompañe al cuerpo, pues todo lo que te dé felicidad es pasajero, y la tristeza no revive al ser querido”.

«No os desesperéis por lo que no habéis conseguido y no os regocijéis por lo que se os ha concedido.» (Corán 57:23)

### **¡Allah nos basta y Él es el mejor protector!**

El Profeta Abraham ؑ pronunció esta frase cuando lo arrojaron al fuego, y éste se enfrió y no murió calcinado. También el Profeta Muhammad ﷺ dijo esta frase en la batalla de Uhud y Allah ﷻ le dio la victoria. Cuando Abraham ؑ fue ubicado en el lugar donde se encendería el fuego, el ángel Gabriel acudió a él y le preguntó: “¿Quieres algo de mí?” Abraham ؑ respondió con confianza: “No, de ti no, mas sí de Allah”.

El Profeta Moisés ؑ vio que tenía el mar frente a él y al enemigo detrás y dijo:

«Mi Señor está conmigo, y Él me indicará [qué hacer para salvarnos].» (Corán 26:62)

En algunas narraciones sobre la vida del Profeta ﷺ se menciona que cuando estaba escondido en la caverna, vino una paloma por voluntad de Allah ﷻ y anidó en la entrada y también una araña construyó su casa allí. Los incrédulos al ver esto dijeron: “Eso indica que esta caverna permanece intacta (es decir que no hay nadie escondido en ella)” y luego agregaron: “Muhammad no estuvo aquí”.

La protección del Señor de los Mundos llega a aquellos que depositan su fe en Él y ven Su carácter de Todopoderoso, Victorioso y Misericordioso.

El poeta Ahmad Shauqi dijo:

“Si percibes la protección ante tus ojos, duermes en paz, porque estarás seguro”.

«Sé paciente a los designios de tu Señor, y sabe que te encuentras bajo Nuestra observancia [y protección].» (Corán 52:48)

«Y Allah es el mejor de los custodios, y el más Misericordioso.» (Corán 12:64)

## Los ingredientes de la felicidad

En un Hadíz relatado por At-Tirmidhi, el Profeta ﷺ dijo:

“Todo aquel que pase seguro la noche en su lugar de descanso, mientras tenga salud y sustento suficiente para el día, es como si hubiera alcanzado el mundo en su totalidad”.

El significado de esto es que si uno tiene comida suficiente y un lugar seguro para dormir, entonces posee lo mejor de todo lo que hay en este mundo. Y son muchos los que están en esa condición mas no son agradecidos. Allah ﷻ reveló a Su Mensajero ﷺ:

«Hoy os he perfeccionado vuestra religión, he completado Mi gracia sobre vosotros y he dispuesto que el Islam sea vuestra religión.» (Corán 5:3)

Después de leer este versículo, deberías hacerte la siguiente pregunta: ¿Cuál era la gracia completa para el Profeta? ¿Acaso era la riqueza material? ¿Eran castillos, mansiones, oro o plata? Allah ﷻ no se refiere a ninguna de esas gracias porque el Profeta ﷺ no era opulento.

El Profeta ﷺ dormía en un cuarto hecho de adobe. El techo era de hojas de palmera. Pasaba tanto hambre, que en ocasiones, se veía obligado a atarse piedras alrededor del estómago para aliviar el dolor que ello le causaba. Su colchón era una rama de

palmera datilera, la cual le hacía doler los costados de su cuerpo. Tuvo que empeñar su armadura con un judío para obtener treinta medidas de trigo. Pasaba hasta tres días comiendo solamente un dátil de mala calidad.

«Y la otra vida será mejor para ti que ésta. Ciertamente tu Señor te agradecerá [en esta vida y en la otra], y te complacerás.» (Corán 93:4-5)

## **El precio del poder es alto**

Si vivimos bajo grandes presiones y responsabilidades, éstas se llevarán nuestra salud y tranquilidad. Son pocas las personas que no se ven afectadas ni perjudicadas por las demandas relacionadas con el trabajo arduo y estresante.

“No pretendas ser el Emir (líder o gobernador)”.

«Mi poder se ha desvanecido.» (Corán 69:29)

Imagina que pudieras tener todo lo que deseas en este mundo. ¿Adónde irá todo finalmente? Sin duda alguna, todo ha de terminar algún día.

«Y sólo el majestuoso y noble rostro de tu Señor perdurará por siempre.» (Corán 55:27)

Dijo un sabio a su hijo:

“No pretendas estar a la cabeza, porque la cabeza sufre dolores constantemente”.

En otras palabras, no aspire siempre a ser el líder o estar a cargo de todo. Las críticas, las maldiciones y los problemas serios son comunes en la vida de los líderes. Un poeta dijo de manera muy justa:

“La mitad de las personas son enemigos del Gobernador, aunque sea justo”.

## Refúgiate en la oración

«¡Oh, creyentes! Socorrednos con la paciencia y la oración.»  
(Corán 2:45)

Cuando el Profeta ﷺ se encontraba en una situación difícil, corría a orar. Le decía a Bilâl ؓ (quien estaba a cargo de llamar a la oración): “Oh Bilâl, alivianos con la oración”.

Cuando te sientas presionado, en dificultades o cuando creas que eres víctima de la decepción, corre, ve a la mezquita y ora.

Especialmente en ocasiones importantes, el Profeta ﷺ encontraba la paz en la oración, como en la batalla de Badr y la del Foso. Ibn Hayar, quien escribió Fath Al-Bâri', el comentario más importante sobre Sahîh Al-Bûjari, relató que una vez se encontraba atrapado en un castillo rodeado de ladrones. Y cuando se puso de pie para orar, Allah ﷻ lo salvó.

Ibn 'Asâkir e Ibn Al-Qaiim contaron la historia de un ladrón que acosó a un hombre muy piadoso que iba camino a Siria. El ladrón tenía intención de matarlo, pero antes que se le acercara, el hombre le pidió unos minutos para orar. Se puso de pie, comenzó su oración y recordó las palabras de Allah ﷻ:

«¿Acaso Quien responde al afligido cuando Le invoca, alivia los pesares y hace que vosotros os sucedáis unos a otros en la Tierra [puede equipararse a quien no es capaz de hacer nada de eso]?»  
(Corán 27:62)

Repitió tres veces este versículo. Entonces un ángel bajó del cielo con una lanza y mató al delincuente. El ángel dijo: “Soy el ángel enviado por Quien responde las plegarias de quienes están en problemas”.

«Ordena a tu familia practicar la oración prescrita y sé constante en su cumplimiento.» (Corán 20:132)



«Ciertamente la oración preserva de cometer actos inmorales y reprobables.» (Corán 29:45)

«La oración ha sido prescrita a los creyentes para realizarla en horarios determinados.» (Corán 4:103)

Pedir bendiciones por el Mensajero de Allah ﷺ también ayuda a eliminar los pesares y la tristeza y llena de paz al corazón.

«Ciertamente Allah y Sus Ángeles bendicen al Profeta. ¡Oh, creyentes! Pedid bendiciones y paz por él.» (Corán 33:56)

Ubai Ibn Ka'b ؓ le preguntó al Mensajero de Allah ﷺ: “¿Cuántas veces debo pedir a Allah bendiciones para ti?” Él respondió: “Todas las que desees”... Y Ubai dijo: “Entonces lo haré siempre”. El Profeta ﷺ respondió: “Entonces serás perdonado y desaparecerán tus preocupaciones”.

Las últimas palabras de este Hadîz comprueban que pedir bendiciones por el Profeta ﷺ aparta las preocupaciones.

“Oh Allah, exalta a Muhammad y a la familia de Muhammad como exaltaste a Abraham y a la familia de Abraham. Oh Allah, bendice a Muhammad y la familia de Muhammad, como bendijiste a Abraham y a la familia de Abraham, Tú eres Loable, Majestuoso”.

## **La caridad trae paz a quien la practica**

Uno de los factores que contribuyen a la felicidad personal es realizar actos de caridad y ser amables con los demás.

«¡Oh, creyentes! Dad en caridad parte de lo que os hemos agraciado...» (Corán 2:254)

«Allah les tiene reservado Su perdón y una gran recompensa a los musulmanes y las musulmanas, a los creyentes y las creyentes, a los piadosos y las piadosas, a los justos y las justas, a los

pacientes y las pacientes, a los humildes y las humildes, a aquellos y aquellas que hacen caridades, a los ayunadores y las ayunadoras, a los pudorosos y las pudorosas, y a aquellos y aquellas que recuerdan frecuentemente a Allah.» (Corán 33:35)

«El ejemplo de quienes contribuyen con sus bienes anhelando complacer a Allah, y tienen total convicción de que serán recompensados, es como el de un jardín que se encuentra sobre una colina, al que le cae una lluvia copiosa y produce el doble de su fruto. Y aunque no le hubiera caído una lluvia copiosa un rocío le hubiera bastado; y Allah conoce lo que hacéis.» (Corán 2:265)

«No seáis avaros...» (Corán 17:29)

Las personas mezquinas tienen modales deplorables y se enferman con facilidad. Son avaros a la hora de compartir los favores que recibieron de Allah ﷻ. Si el mezquino supiera que podría ser feliz gastando su dinero en los pobres, seguramente correría a hacer actos de caridad.

«Si realizáis obras buenas por Allah con vuestros propios bienes, Él os devolverá el doble y os perdonará vuestras faltas.» (Corán 64:17)

«Quienes hayan sido preservados de la avaricia serán los triunfadores.» (Corán 59:9)

«Aquellos que creen en lo oculto [lo que no han visto: Allah, los Ángeles, los Libros Sagrados revelados anteriormente, los Profetas predecesores, el Día de la Resurrección y el Designio Divino], practican la oración prescrita y dan en caridad parte de lo que Allah les ha proveído.» (Corán 2:3)

Un hombre le dijo a su esposa:

“Si has preparado la cena, invita alguien de buen apetito, pues no soporto comer solo”.

## No te enojés

«Y si Satanás te susurra refúgiate en Allah; ciertamente Él es Omnioyente, Omnisciente.» (Corán 7:200)

El Profeta ﷺ le aconsejó a uno de sus compañeros: “No te enojés...”. Lo repitió tres veces. Y cuando el hombre se enojaba en su presencia, el Profeta ﷺ le ordenaba que se refugiara en Allah ﷻ para protegerse de Satanás.

«Y me refugio en Ti de su presencia maligna.» (Corán 23:98)

«Por cierto que los piadosos, cuando Satanás les susurra, invocan a su Señor y entonces pueden ver con claridad.» (Corán 7:201)

La ira es uno de los factores que provocan depresión y estrés. A continuación enumeraré algunas maneras de controlarla:

1. Combate los sentimientos de ira como si se tratara de un enemigo.

«Quienes hacen caridad, tanto en los momentos de holgura como en la estrechez, controlan su cólera y perdonan a los hombres, sepan que Allah ama a los benefactores.» (Corán 3:134)

«Aquellos que evitan los pecados graves y las obscenidades, y cuando se enojan saben perdonar.» (Corán 42:37)

«Y cuando Moisés se calmó de su ira recogió las tablas.» (Corán 7:154)

2. Realiza la ablución, pues como la ira es una brasa del Infierno, puede apagarse con agua.

3. Si estás de pie, siéntate; y si estás sentado, acuéstate.

4. Cuando te enojas, permanece callado.
5. Recuerda siempre la recompensa de los que reprimen su ira y de quienes perdonan.

### **Súplicas matutinas**

Si realizas estas súplicas a diario, te ayudarán a alcanzar la felicidad, te protegerán de los males de la humanidad y de los genios, y te salvarán el resto del día hasta que llegue la noche.

Estas son algunas súplicas:

1. "Ha llegado la tarde en el reino de Allah, ¡la alabanza es para Allah! No hay otra divinidad salvo Allah, Único, sin asociados. A Él pertenece el reino y las alabanzas, y Él tiene el poder sobre todas las cosas. ¡Señor! Te pido el bien que hubiere en esta noche y el bien que hubiere después de ella y me refugio en Ti del mal que hubiere en esta noche y del mal que hubiere después de ella. ¡Señor! Me refugio en Ti de la pereza y la senilidad. ¡Señor! En Ti me amparo del castigo del Fuego y del tormento de la tumba".
2. "¡Oh Allah! Conocedor de lo oculto y lo manifiesto, Creador y Dueño de los cielos y la tierra, y de todas las cosas. Atestigo que no hay otra divinidad salvo Tú. Me refugio en Ti del mal de mi alma, del mal de Satanás y su idolatría, y de cometer un mal en contra de mi mismo, o de acarrearlo sobre un musulmán".
3. "Invoco el nombre de Allah, el cual nada de lo que hay en los cielos y la tierra podrá perjudicar al invocarlo. Él es quien todo lo oye y todo lo sabe". (Tres veces)
4. "¡Oh Allah! Esta mañana te pongo a Ti por testigo, a los que sostienen Tu Trono, Tus ángeles, y toda Tu creación de que Tú eres Allah y no hay otra divinidad salvo Tú, Único, sin asocia-

dos, y que Muhammad es Tu Siervo y Mensajero”. (Cuatro veces)

5. “¡Oh Allah! Me refugio en Ti de asociarte algo a sabiendas, y te pido perdón si lo hago por ignorancia”. (Tres veces)

6. “Nos despertamos con la religión del Islam, la palabra del monoteísmo, la religión de nuestro Profeta Muhammad y nuestro padre Abraham, quien fue monoteísta, musulmán y no se contó entre los asociadores”. (Tres veces)

7. “Glorificado y alabado sea Allah como Le complace, tantas veces como el número de cosas que ha creado, tanto como el peso de Su Trono y la cantidad de Sus palabras”. (Tres veces)

8. “Acepto a Allah como Señor, al Islam como religión y a Muhammad como Profeta”. (Tres veces)

9. “Me refugio en las perfectas palabras de Allah del mal que ha creado”. (Tres veces)

10. “¡Oh Allah! Con Tu permiso hemos visto el amanecer y el atardecer; vivimos y morimos de acuerdo a Tu voluntad, y a Ti será el retorno luego de la Resurrección”.

11. “Nadie merece ser adorado excepto Allah, Único sin asociados. A Él pertenece el reino y las alabanzas, y Él es sobre todas las cosas Poderoso”.

## Reflexionemos:

Ibn Al-Qaiim dijo: “Quienes poseen conocimiento sobre Allah ﷻ concuerdan en que si alguien llega al punto de perder todas las esperanzas, en realidad significa que Allah ﷻ le ha dejado que enfrente sus propios asuntos por sí mismo. En cambio, cuando tiene confianza y esperanzas en Allah ﷻ, significa que Él lo ha guiado por el camino del bien.

Los siervos de Allah ﷻ siempre están alternando entre el primer estado y el segundo. En una sola hora, uno puede tener un poco de ambos. Primero obedece a Allah, Lo complace, Lo recuerda y Le agradece, pero esto sólo puede hacerlo a través de Su ayuda. Poco tiempo después, Le desobedece, se pone en contra de Sus órdenes, se gana Su enojo y cae en un estado general de olvido. Todo porque Allah ﷻ lo ha dejado hacer las cosas por su cuenta. Por lo tanto, el siervo de Allah está siempre oscilando entre Su divino cuidado y ser abandonado de Su guía protectora.

Toda vez que un siervo de Allah ﷻ presencia este fenómeno - y cambia de un estado a otro - debe reconocer su extrema necesidad de ser guiado por Allah ﷻ en cada paso que da y en cada momento que vive. Su fe está en manos de Allah. Si Allah ﷻ lo dejara solo aunque sea un instante, su fe seguramente se vendría abajo.

Por lo tanto, te debes dar cuenta que Quien protege tu fe es Quien impide que el cielo se desplome sobre la tierra.

## **El Corán: Libro Sagrado y Bendito**

Si recitas el Corán y contemplas sus significados, estarás dando un paso positivo hacia la felicidad y la pacificación para tu alma. Allah ﷻ describe al Corán como guía, luz y una cura para los males que afligen a los seres humanos. Allah ﷻ también lo describe como misericordia.

﴿¡Oh, hombres! Os ha llegado el Mensaje de vuestro Señor que es un motivo de reflexión, cura de toda duda que hubiere en vuestros corazones, guía y misericordia para los creyentes.﴾ (Corán 10:57)

«¿Acaso no meditan en el Corán, o es que sus corazones están cerrados con candados [y ello no les permite comprenderlo]?» (Corán 47:24)

«¿Acaso no reflexionan en el Corán y sus significados? Si no procediera de Allah habrían encontrado en él numerosas contradicciones.» (Corán 4:82)

«Éste es el Libro bendito [el Sagrado Corán] que te revelamos [¡Oh, Muhammad!] para que mediten sobre sus preceptos.» (Corán 38:29)

Recitar el Corán es algo bendito, tal como lo es actuar según sus enseñanzas y acudir a él para obtener juicio y consejo.

Un hombre virtuoso dijo en una ocasión:

“Sentía que tenía como una nube de depresión y ansiedad sobre mí. Tomé el Corán y lo leí durante un tiempo. Luego, por voluntad de Allah, la depresión y la ansiedad desaparecieron y fueron reemplazadas por felicidad y tranquilidad”.

«Por cierto que este Corán guía por el sendero más justo y firme.» (Corán 17:9)

«Te hemos revelado la esencia [el Corán] por Nuestro designio; tú no conocías los Libros [revelados anteriormente] ni la fe [en los preceptos divinos], pero hicimos que él fuera una luz con la que guiamos a quienes queremos de entre Nuestros siervos, y tú [¡Oh, Muhammad!] en verdad, guías al sendero recto.» (Corán 42:52)

## **No aspire a tener fama, pues sufrirás presiones y preocupaciones**

Cuando se busca ser el centro de atención y se trata de complacer a los demás, se pierde la paz y la estabilidad en la vida.

«Y hemos destinado el Paraíso para quienes no se ensoberbecen en la Tierra ni la corrompen.» (Corán 28:83)

Dijo un trovador:

“Aquel que esté satisfecho con seguir, mas no liderar, dará serenidad a su ser y pasará sus noches en paz. Pues, cuando el viento sopla con fuerza, sólo mueve la parte más alta del árbol”.

«Los hipócritas pretenden engañar a Allah, pero es Él Quien les engaña. Cuando se levantan para hacer la oración lo hacen desgastados, sólo la hacen para ser vistos por los demás y no recuerdan a Allah sino poco.» (Corán 4:142)

«No creáis que quienes se vanaglorian de lo que hacen y aman que se los elogie por lo que no han hecho se salvarán del castigo. Ellos tendrán un castigo doloroso.» (Corán 3:188)

«Y no seáis como aquellos [incrédulos de La Meca] que salieron de sus hogares con arrogancia y ostentación ante su gente, para [defender la caravana y] apartar a los hombres del sendero de Allah; pero Allah está bien enterado de lo que hacen.» (Corán 8:47)

Un poeta escribió:

“Es transparente la túnica de aquel que realiza acciones para mostrarse, aunque se envuelva en ella, sigue estando desnudo”.



## La vida feliz

La principal causa de felicidad, como hemos mencionado en capítulos anteriores, es la fe en Allah, Señor de todo lo que existe. Por ello, todo lo demás que se mencione no redundará en beneficio alguno a menos que se tenga fe en Allah. Cree en Allah ﷻ como tu Señor, en Muhammad ﷺ como Su Mensajero y acepta al Islam como tu religión, éstas deben ser tus bases.

«Al creyente que obre rectamente, sea varón o mujer, le concederemos una vida buena y le multiplicaremos la recompensa de sus obras.» (Corán 16:97)

Hay dos condiciones para tener una vida virtuosa: tener fe en Allah ﷻ y realizar buenas acciones.

«Por cierto que el Clemente hará que quienes hayan creído y obrado rectamente sean queridos por los hombres.» (Corán 19:96)

Aquel que cree en Allah ﷻ y realiza buenas obras obtiene dos beneficios.

1. Una vida buena y próspera en este mundo y en el Más Allá.
2. Una enorme recompensa de parte de Allah ﷻ.

«Ellos serán complacidos en esta vida y en la otra.» (Corán 10:64)

## Debes superar las pruebas con paciencia

No permitas que las dificultades te alteren demasiado. El Profeta ﷺ dijo:

“Cuando Allah ama a un pueblo, lo somete a pruebas. Todo aquel que se complazca, obtendrá satisfacción y todo aquel que se enoje, obtendrá ira”.

## **Adora a Allah sometiéndote a Su voluntad**

Uno de los elementos necesarios de la fe (*Al-Ímân*) es complacerse con lo que está decretado: sea agradable o desagradable.

«Y por cierto que os probaré con algo de temor, hambre, pérdida de bienes, vidas y frutos, pero albricia a los pacientes [que recibirán una hermosa recompensa].» (Corán 2:155)

Lo que se decreta para nosotros no siempre está en armonía con nuestros deseos y anhelos. Pero tampoco estamos en condición de hacer sugerencias. Por el contrario, nuestra actitud correcta es la de adorar a Allah ﷻ y de someternos a Su voluntad.

Todos somos puestos a prueba según el nivel de nuestra fe. El Profeta ﷺ dijo:

“He sido sometido a tantas pruebas como las que alcanzan a dos de vuestros hombres”.

“Las personas sometidas a pruebas más duras son los profetas y los hombres probos”.

«Sé paciente [¡Oh, Muhammad!] como lo fueron los Mensajeros más destacados.» (Corán 46:35)

«Por cierto que os probaremos para distinguir quiénes de vosotros son los verdaderos combatientes por la causa de Allah que se mantienen firmes en la fe; y sabed que sacaremos a la luz, mediante vuestras obras, lo que escondéis en vuestros corazones.» (Corán 47:31)

«Por cierto que probamos a quienes les precedieron, y Allah bien sabe quiénes son los sinceros y quiénes los mentirosos.» (Corán 29:3)

## De príncipe a carpintero

'Ali Ibn Al-Ma'mûn Al-'Abbâsi era príncipe, gobernador e hijo de un Califa. Vivía en la opulencia en un enorme castillo. Cualquier cosa que quería en el mundo la podía conseguir con facilidad.

Un día, mirando hacia abajo desde un balcón del castillo, vio a un hombre trabajando arduamente en el campo. En los días sucesivos, 'Ali prestó cada vez más atención al hombre y vio que trabajaba toda la mañana, luego tomaba un descanso, realizaba la ablución en un arroyo y elevaba dos plegarias. Recién al caer la noche, el hombre dejaba de trabajar y se reunía con su familia en el hogar. Para saber más de él, 'Ali lo invitó un día y le hizo muchas preguntas. Pronto se enteró que el hombre vivía con su esposa, dos hermanas y su madre, todas a su cargo y era por ellas que trabajaba tan arduamente. Ayunaba todo el día y al caer la noche, rompía el ayuno con lo que había cosechado. 'Ali le preguntó: "¿Tienes algún motivo para quejarte?" El hombre respondió: "No, le debo todas mis alabanzas a Allah, Señor de todo lo que existe".

Impresionado por este humilde trabajador, 'Ali abandonó el castillo, renunció a su puesto y viajó al extranjero. Años después, fue hallado muerto en las cercanías de Jurasân. Al irse del castillo, había trabajado como carpintero y encontró la felicidad en su nueva vida, felicidad que hasta entonces había sido desconocida para él.

«Y a quienes siguen la guía, Él les incrementará su fe y les facilitará obrar piadosamente.» (Corán 47:17)

Este relato me recuerda la historia de los hombres de la Caverna. Vivían en un castillo con el rey, pero se sentían angustiados, confundidos y apremiados. La vida de opulencia, en su mayor

parte, era una vida en la que reinaba la incredulidad, y por ello un día decidieron partir. Uno de ellos dijo:

«[Dijo uno de ellos:] Si os apartáis de ellos y renegáis de cuanto adoran en vez de Allah, refugiaos en la caverna que vuestro Señor os cubrirá con Su misericordia y os secundará.» (Corán 18:16)

### **Mezclarse con personas cuya compañía es agobian- te y aburrida arruina la paz interior**

Los libros escritos por reconocidos sabios musulmanes están repletos de palabras que indican una aversión hacia las personas llamadas 'Zuqalâ', que significa pesados, opresivos, agobiantes. Son personas cuya compañía es intolerable. El Imâm Ahmad decía que son las personas innovadoras en la religión. Algunos dicen que son las personas más insensatas de la sociedad y otros sostienen que son los individuos con personalidades vulgares o frías.

«Cuando les observas su aspecto te agrada, y cuando hablan prestas oído a sus hermosas palabras, pero en realidad son como maderos apuntalados [sin ningún beneficio].» (Corán 63:4)

«Dondequiera que os encontréis la muerte os alcanzará, aunque os refugiaseis en fuertes infranqueables. Si les acontece algo bueno dicen: Esto proviene de Allah. Pero si les alcanza un mal dicen: Esto es a causa de esta nueva fe que habéis traído [¡Oh, Muhammad!]. Diles: Todo proviene de Allah. ¿Qué le sucede a esta gente que apenas comprende lo que se les dice?» (Corán 4:78)

El Imâm Ash-Shâfi' dijo:

“Cuando una persona aburrida se sienta junto a mí, comienzo a sentir que la tierra debajo de sus pies se hunde por la pesadez de su compañía”.

Al-A'mash, al ver a este tipo de personas, recitaba:

«¡Oh, Señor nuestro! Aparta de nosotros el castigo; en verdad somos creyentes.» (Corán 44:12)

Allah ﷻ dice:

«Cuando veáis que se burlan de Nuestros signos, no os quedéis reunidos junto a quienes lo hacen hasta que cambien de conversación.» (Corán 6:68)

«Os ha sido revelado en el Libro que cuando escuchéis que se rechazan los preceptos de Allah o se burlan de ellos, no os quedéis reunidos con quienes lo hagan hasta que no cambien de conversación; porque si no seréis igual a ellos.» (Corán 4:140)

Las personas carentes de virtudes sin metas claras que sucumben fácilmente a sus deseos son las personas más intolerables para rodearse.

«Os ha sido revelado en el Libro que cuando escuchéis que se rechazan los preceptos de Allah o se burlan de ellos, no os quedéis reunidos con quienes lo hagan hasta que no cambien de conversación; porque si no seréis igual a ellos.» (Corán 4:140)

Un poeta dijo:

“Tu compañía es pesada, pesada, pesada, por fuera pareces un hombre mas a la hora de hacer compañía eres tan pesado como un elefante”.

Ibn Al-Qaiim comentó lo siguiente:

“Si te ves obligado a conversar con alguien intolerable, préstale tu cuerpo pero niégale tu espíritu y aleja tu alma de él. Préstale un oído sordo y un ojo ciego hasta que Allah ﷻ te dé la oportunidad de partir de su lado”.

«No obedezcas a quien hemos hecho que su corazón se olvide de Nosotros, siga sus pasiones y se extralimite en sus acciones.» (Corán 18:28)

### **Para los que están agobiados por alguna calamidad**

En un Hadîz auténtico el Profeta ﷺ se relatan las siguientes palabras de Allah ﷻ:

“Cuando le quito a una personas un ser querido y sobrelleva esa situación con paciencia anhelando una recompensa de Mí parte, la compenso con el Paraíso”. Registrado por Al-Bûjari.

En otro Hadîz auténtico, el Profeta ﷺ relató estas otras palabras de Allah ﷻ:

“Aquel a quien Yo haya puesto a prueba quitándole la vista, será recompensado con el Paraíso”.

«No son sus ojos los que se enneguecen sino los corazones dentro de sus pechos.» (Corán 22:46)

En un Hadîz auténtico relatado por At-Tirmidhi, el Profeta ﷺ dijo lo siguiente:

“Cuando Allah se lleva al hijo de uno de Sus siervos devotos, Él les dice a los ángeles: ‘¿Se han llevado al hijo de Mi siervo devoto?’ Ellos responden: ‘Sí’. Dice entonces: ‘¿Se han llevado la alegría de su corazón?’ Ellos responden: ‘Sí’. Allah dice: ‘¿Qué dijo Mi siervo?’ Ellos responden: ‘Te alabó y dijo: Ciertamente a Allah pertenecemos y hacia Él regresaremos’. Entonces Allah les ordena: ‘Construyan una morada en el Paraíso para mi siervo y llámenla la Casa de la Alabanza’”. Registrado por At-Tirmidhi.

«Por cierto que la retribución para quienes sean pacientes y perseverantes será ilimitada.» (Corán 39:10)

«Y les dirán: ¡La paz sea sobre vosotros! En verdad fuisteis perseverantes [en la adoración].» (Corán 13:24)

«¡Oh, Señor nuestro! Danos paciencia...» (Corán 2:250)

«Sé paciente y sabe que la paciencia es una virtud que Allah concede a quien Le place.» (Corán 16:127)

«Ten pues, paciencia que lo que Allah promete se cumple.» (Corán 30:60)

El Profeta ﷺ dijo:

“Ciertamente la recompensa es proporcional a la magnitud de la prueba. Y de hecho, cuando Allah ﷻ ama a un pueblo, lo pone a prueba. Todo aquel que lo tome con agrado, recibirá beneplácito, todo aquel que lo tome con enojo, recibirá ira”.

En el momento de enfrentar una calamidad es importante recordar estos asuntos: La paciencia, la predestinación y la recompensa de Allah.

«Allah os ordena que restituyáis a sus dueños lo que se os haya confiado.» (Corán 4:58)

Un poeta dijo:

“La riqueza y la familia son un préstamo, y  
llegará el día en que el préstamo deberá ser  
devuelto”.

## **Los efectos positivos de tener una verdadera fe monoteísta en Allah ﷻ**

Cuando somos víctimas de la maldad de otros salen a la luz los efectos positivos del monoteísmo islámico.

1. Al tener una fe aferrada a Allah ﷻ, perdonarás a quienes te ataquen. Mejor aún es desear el bien a esas personas. Y el mejor

y más alto nivel - más alto aún que limitarse a perdonarlo o desearle el bien - es ayudarlo o beneficiarlo de alguna manera. La primera etapa del acto de perdonar consiste en reprimir tu ira, lo que significa que no debes devolver las injurias. Luego viene el perdón propiamente dicho, que significa descartar todo sentimiento de mala voluntad o venganza. Y por último, viene hacer el bien, o en otras palabras, responder al daño que te han hecho con una buena obra o una demostración de amabilidad.

«Quienes hacen caridad, tanto en los momentos de holgura como en la estrechez, controlan su cólera y perdonan a los hombres, sepan que Allah ama a los benefactores.» (Corán 3:134)

«Quienes sepan perdonar [la injusticia que se les haya cometido] serán recompensados por Allah.» (Corán 42:40)

«Que los benefactores y los adinerados no juren dejar de asistir a los parientes, a los pobres y a quienes dejaron sus hogares por la causa de Allah [debido a su participación en la calumnia a 'Á'ishah], y que les perdonen y disculpen. ¿Acaso no amáis ser perdonados por Allah?» (Corán 24:22)

El Profeta ﷺ dijo:

“Ciertamente Allah me ha ordenado mantener los lazos familiares con quien los ha roto, perdonar a quien me ha causado mal y dar a quien me ha negado su ayuda”.

2. Al tener una fe firme en la predestinación, sabrás que la persona que te lastimó sólo lo hizo basado en la predestinación y el decreto de Allah.

Las personas son sólo medios en la materialización de tu destino; el Único Que decreta y decide es Allah ﷻ, y por eso debes someterte a Su voluntad.



3. Te darás cuenta de que el daño que perpetraron contra ti constituye un alivio para tus pecados y puede incluso incrementar tu fe en Allah ﷻ.

«Aquellos que emigraron, fueron expulsados de sus hogares, padecieron por Mi causa, combatieron y cayeron, les absolveré sus faltas y les introduciré en jardines por donde corren los ríos.» (Corán 3:195)

Los creyentes pueden percibir que apagar el fuego de la enemistad es un camino muy sabio a seguir en la vida.

«No se equipara obrar el bien y obrar el mal. Si eres maltratado responde con una buena actitud [sabiendo disculpar], y entonces verás que aquel con quien tenías una enemistad se convertirá en tu amigo ferviente.» (Corán 41:34)

El significado de esta aleya es que si alguien te provoca algún daño, debes devolverle una sonrisa y una palabra amable. De esta manera, podrás apagar el fuego del odio que tiene en su corazón.

“El verdadero musulmán es aquel de cuyas palabras y acciones están a salvo los otros musulmanes”.

«Exhórtales a Mis siervos a hablar con respeto y educación, pues Satanás quiere sembrar la discordia entre ellos.» (Corán 17:53)

4. Podrás reconocer tus errores. O dicho de otra manera, podrás darte cuenta que alguien tuvo la oportunidad de provocarte un daño debido a tus propias faltas.

«Cuando os sobrevino una desgracia [la derrota en Uhud, con la caída de setenta de los vuestros], a pesar de haber causado a vuestros enemigos [en Badr] una derrota con un resultado que duplicó a lo que padecisteis [en Uhud] exclamasteis: ¿Por qué fuimos vencidos? Diles: Ésta son las consecuencias de vuestras

obras, ciertamente Allah tiene poder sobre todas las cosas.) (Corán 3:165)

«Y si os aflige una desgracia, ello es la consecuencia de [los pecados] que cometisteis; y Allah os perdona muchas faltas [por Su gracia].» (Corán 42:30)

5. Cuando hayas hecho algo malo, sabrás alabar y agradecer a Allah ﷻ para que Te permita ser el agredido y no el agresor. Algunos de nuestros piadosos antepasados solían decir:

“Oh Allah, haz que yo sea el agredido y no el agresor”.

Esto se asemeja al más meritorio de los hijos de Adán cuando le dijo a su hermano:

«Aunque extiendas tu mano para matarme yo no extenderé la mía para hacerlo, yo temo a Allah Señor del Universo.» (Corán 5:28)

6. Serás misericordioso con quien te ha causado daño, pues reconoces que aun cuando alguien persista en hacerte el mal y en desafiar abiertamente el mandamiento de Allah ﷻ de no dañar a otro musulmán, merece tu amabilidad y tu piedad. Quizás puedas salvarlo de su error. Con respecto a esto, dijo el Profeta ﷺ:

“Ayuda a tu hermano, ya sea el agresor o el agredido”.

Cuando Mistah Ibn Uzâzah ؓ hirió a Abû Bakr ؓ manchando su honor y el de su hija ‘Â'ishah ؓ, Abû Bakr ؓ prometió no ayudarlo nunca más. Anteriormente, Abû Bakr ؓ ayudaba económicamente a Mistah porque era pobre. Fue entonces cuando Allah ﷻ reveló este versículo:

«Que los benefactores y los adinerados no juren dejar de asistir a los parientes, a los pobres y a quienes dejaron sus hogares por la causa de Allah [debido a su participación en la calumnia a

'Â'ishah], y que les perdonen y disculpen. ¿Acaso no amáis ser perdonados por Allah? Allah es Indulgente, Misericordioso.) (Corán 24:22)

Abû Bakr ؓ dijo: “Sí, agradezco que Allah me haya perdonado”. Acto seguido, perdonó a Mistah y volvió a ayudarlo.

'Uaiinah Ibn Hisn le dijo a 'Umar ؓ: “Oh 'Umar, ¿qué es esto? Por la voluntad de Allah, tú no nos das con generosidad y no nos juzgas de manera justa”. 'Umar ؓ se acercó a él furioso y fue entonces cuando Al-Hurr Ibn Qais dijo: “Emir de los creyentes, líder de los fieles, Allah ﷻ dice:

«[¡Oh, Muhammad!] Ante todo, elige perdonar, ordena el bien y apártate de quienes se comportan contigo en forma ignorante.» (Corán 7:199)”

Al-Hurr agregó más tarde:

“Por la voluntad de Allah, 'Umar no traspasó los límites de este versículo. Y siempre se detuvo [sin transgredir los límites impuestos por Allah] y siguió lo escrito en el Libro de Allah”.

El Profeta José ؑ le dijo a sus hermanos:

«No seréis censurados en nada hoy; Allah os perdonará, y Él es el más Misericordioso.» (Corán 12:92)

Cuando el Mensajero de Allah ﷺ regresó victorioso a La Meca, vio los rostros de quienes lo habían lastimado, expulsado y declarado la guerra entre los incrédulos de Quraish. Y les dijo lo siguiente:

“Transitad con libertad, no habrá reproches”.

Y dijo en otro Hadîz:

“El fuerte no es el valiente en el combate. Sino que el fuerte es aquel que se controla a sí mismo cuando está furioso”.

Un poeta escribió:

“Si estás en compañía de personas cariñosas, trátalas con la suavidad de un pariente cariñoso, y no tengas en cuenta todos los errores de la gente, para no quedarte sin compañía por el resto de tu vida”.

Hay quienes sostienen que en el Evangelio se dice lo siguiente:

“Perdona siete veces a quien te hizo mal solo una vez”.

Esto significa que cuando alguien te hace daño una vez, debes perdonarlo siete veces para mantener segura tu religión y limpio tu corazón. Los deseos de venganza sólo lograrán afectarte los nervios, el sueño, la estabilidad y la paz.

«Quienes sepan perdonar [la injusticia que se les haya cometido] serán recompensados por Allah, y sabed que Él no ama a los injustos.» (Corán 42:40)

Los indígenas dicen en uno de sus proverbios:

“Quien domina a su propio ser es más valiente que aquel que conquista una ciudad”.

«Y no pretendo excusarme, porque el alma es propensa al mal, y sólo están a salvo de ello aquellos a quienes mi Señor les tiene misericordia [y los protege de sus inclinaciones].» (Corán 12:53)

## **Cuida tu aspecto exterior tanto como tu interior**

Una persona con el alma pura se preocupa por usar ropa limpia. Incluso, algunos sabios dijeron lo siguiente:

“Si nuestras ropas siempre están sucias, nuestra alma seguirá el mismo camino”.

La raíz de la aflicción en muchas personas se encuentra en que no son ni prolijas ni organizadas ni tampoco puntuales; para otros, pasa por vestir ropa sucia o no tener un buen aseo personal.

El universo se basa en el orden. De hecho, para entender verdaderamente la profundidad y sabiduría de nuestra religión, uno debe apreciar que la misma llegó para organizar nuestras vidas tanto en asuntos importantes como también en los pequeños.

Allah ﷻ dice:

«No hemos omitido nada en el Libro.» (Corán 6:38)

At-Tirmidhi relató el siguiente Hadîz: “Ciertamente Allah es puro y ama la pureza”.

Muslim registró en su libro Sahîh Muslim:

“Ciertamente Allah es bello y ama la belleza”.

En primer lugar para cuidar nuestro cuerpo, es fundamental la higiene personal.

El Imâm Al-Bujâri relató el siguiente Hadîz en su famoso libro el Sahîh Al-Bujâri:

“Es una obligación para todo musulmán ducharse al menos un día a la semana. En el cual, deberá lavarse completamente el cuerpo y el cabello”.

Esto es lo mínimo que puede esperarse. Algunos de nuestros piosos antepasados se duchaban una vez al día, tal como se cuenta de 'Uzmân Ibn 'Affân ؓ.

«[Le dijimos:] Golpea con tu pie [la tierra], y haremos surgir agua fresca para que te laves con ella y bebas [y así recuperarás la salud].» (Corán 38:42)

Es parte de la Fitrah: tener una barba prolija, recortarse el bigote, cortarse las uñas, cepillarse los dientes, usar perfume, lavarse la ropa y cuidar el aspecto exterior en general; son actos intrínsecos a todo ser humano. Realizar estos actos de higiene nos hace sentir bien y cómodos. También se recomienda usar ropas blancas, pues el Profeta ﷺ dijo:

“Vestid ropas blancas y usadlas también como mortaja para vuestros fallecidos”.

Es beneficioso que organices tus compromisos en una agenda o cuaderno y asignes un tiempo necesario para leer, rezar, hacer gimnasia, etc.

﴿Cada Libro fue revelado en su momento prefijado.﴾ (Corán 13:38)

﴿En Nuestro poder están las reservas de todo vuestro sustento y os proveemos de él en la medida que hemos determinado.﴾ (Corán 15:21)

En la Biblioteca del Congreso de los Estados Unidos hay un gran cartel colgado que dice “El universo se basa en el orden”. Esto es cierto, ya que la Legislación Divina exige orden, organización y armonía en cada acción que realizamos.

Allah ﷻ nos dijo que los asuntos del universo no se basan en el juego y la frivolidad, sino en la predestinación y el designio divino, la justa medida y la organización.

﴿El Sol y la Luna discurren por órbitas establecidas.﴾ (Corán 55:5)

﴿No le es posible al Sol alterar su curso [apareciendo de noche] y así alcanzar a la Luna, ni la noche puede adelantarse al día; todos los astros circulan por sus órbitas.﴾ (Corán 36:40)

«Y a la Luna le decretamos sus fases, hasta que [va menguando y] parece una rama seca de palmera [luego entra en creciente otra vez].» (Corán 36:39)

«Hemos hecho del día y de la noche dos signos: el signo de la noche es la oscuridad [para que os apacigüéis y descanséis] y el del día la luminosidad para que busquéis el favor de vuestro Señor [el sustento], e hicimos que con estos dos signos pudierais saber el número de años y meses. Todas las cosas las hemos explicado detalladamente.» (Corán 17:12)

«Aquellos que invocan a Allah estando de pie, sentados o recostados, meditan en la creación de los cielos y la Tierra y dicen: ¡Señor nuestro! No has creado todo esto en vano ¡Glorificado seas! Presérvanos del castigo del Fuego.» (Corán 3:191)

«No creamos el cielo y la Tierra y todo cuanto existe entre ellos sólo por pasatiempo. Si hubiésemos querido entretenernos [como pretendéis] lo hubiéramos hecho sin que vosotros lo percibierais [pero sabed que no creamos nada sin un motivo justo y verdadero].» (Corán 21:16-17)

## Obrad

Cuando a los sabios de Grecia les traían un paciente con una enfermedad mental para ser tratado, lo obligaban a trabajar en tareas de campo y jardinería. En poco tiempo, recuperaba la salud.

Las personas que se ganan la vida con sus manos son, en general, más felices, consideradas y tranquilas que los demás. Si observas a los obreros, verás la fuerza corporal y la paz mental que tienen. Ambas son consecuencias de una satisfacción que surge del movimiento, el ejercicio y el trabajo.

He aquí una súplica: “En Ti (Oh Allah) me refugio de la incapacidad y la holgazanería”.

## **Busca refugio en Allah ﷻ**

Allah ﷻ es el nombre más Grandioso y Glorioso. Si nos remontamos a la raíz de la palabra, encontraremos un significado muy especial. Hay quienes dicen que el nombre Allah viene de la raíz A-La-Ha, que significa aquel que es amado por los corazones de las personas, en el cual encuentran paz, son felices y al cual acuden y a quien aceptan como su Dios. Además, es imposible que el corazón encuentre paz o alivio con otro que no sea Él. Por esta razón, Fâtimah ؑ le enseñaba a su hija la súplica de quien se encuentra en problemas:

“Allah, Allah, Señor Mío, no Te asocio ningún copartícipe”.

«No valoraron ni enaltecieron a Allah como merece, y dijeron: Allah no ha revelado nada a ningún hombre. Diles: ¿Quién ha revelado el Libro que trajo Moisés como luz y guía para los hombres, y el cual copiáis en pergaminos y dais a conocer [lo que queréis de él], pero ocultáis una gran parte? Se os enseñó [en el Corán] lo que vosotros ni vuestros padres sabíais. Di: Fue Allah [Quien lo reveló], y luego déjales que continúen con sus bur-las.» (Corán 6:91)

«Él tiene total dominio sobre Sus siervos.» (Corán 6:18)

«Allah es Sutil y benévolo con Sus siervos.» (Corán 42:19)

«[Los idólatras] No han valorado a Allah en Su verdadera magnitud. El Día de la Resurrección contendrá toda la Tierra en Su puño, y los cielos estarán plegados en Su diestra. ¡Glorificado y enaltecido sea Allah! Él está por encima de lo que Le atribuyen.» (Corán 39:67)

«Ese día será enrollado el cielo como un pergamino...» (Corán 21:104)



«Ciertamente Allah es Quien contiene a los cielos y la Tierra para que no se desorbiten.» (Corán 35:41)

## **Confía en Él completamente**

Acude siempre a Allah ﷻ, deposita en Él toda tu confianza y siéntete siempre satisfecho con Su cuidado y protección, pues éstos son algunos de los factores más importantes que dan felicidad al creyente.

«Es el Señor de los cielos, de la Tierra y de cuanto hay entre ellos. Adórale, pues, y persevera en Su adoración. ¿Conoces a alguien similar a Él?» (Corán 19:65)

«Ciertamente mi protector es Allah, Quien reveló el Libro [el Corán], y Él es Quien protege a los justos.» (Corán 7:196)

«Por cierto que los creyentes sinceros no temerán ni se entristecerán [el Día del juicio].» (Corán 10:62)

## **Tres puntos en común**

Luego de leer numerosos libros que tratan sobre la ansiedad y las enfermedades mentales, descubrí que los sabios musulmanes coinciden en tres puntos fundamentales para quienes padecen estos trastornos y buscan una cura:

1. Tener una relación estrecha con Allah ﷻ, adorarlo, ser obediente y acudir a Él tanto en tiempos difíciles como en épocas de comodidad. Éste es el aspecto más importante de la fe.

«Es el Señor de los cielos, de la Tierra y de cuanto hay entre ellos. Adórale, pues, y persevera en Su adoración. ¿Conoces a alguien similar a Él?» (Corán 19:65)

2. Cerrar los archivos del pasado. Los hechos del pasado, que sólo producen dolor al recordarlos, deben ser olvidados y

erradicados de la memoria. Por lo tanto, ¡vive una nueva vida cada día!

3. Deja tranquilo al futuro. Todo lo que aún no ha sucedido pertenece al mundo de lo desconocido. Por ende, hay que dejar que llegue cuando sea el momento. Más aún, uno debe evitar preocuparse por predicciones, expectativas y aprensiones. Debes disfrutar la vida dentro de los límites de hoy.

‘Ali ﷺ dijo:

“Ten cuidado con las expectativas a largo plazo (para este mundo), pues ciertamente hacen que uno olvide el verdadero fin”.

﴿Y el Faraón y sus huestes tiranizaron el país sin derecho, y pensaron que no iban a comparecer ante Nosotros.﴾ (Corán 28:39)

### **Debes alejarte de las supersticiones y los rumores:**

﴿Cuando les observas su aspecto te agrada, y cuando hablan prestas oído a sus hermosas palabras, pero en realidad son como maderos apuntalados [sin ningún beneficio]. Creen que todo grito va dirigido contra ellos.﴾ (Corán 63:4)

Conozco personas que esperan desde hace años que se cumplan predicciones de desastres y calamidades, predicciones que, al menos hasta ahora, no se han hecho realidad. Lo único que hacen es atemorizar a sus corazones y a los demás. Ese tipo de vida es patética y deplorable. Un ejemplo de ese tipo de personas es aquel prisionero torturado en China, cuyos captores lo colocaron bajo un grifo, dejando caer sobre él una gota cada minuto. El prisionero esperaba desesperadamente que cayera cada gota hasta que perdió la cordura. Allah ﷻ describe a los moradores del Infierno en los siguientes versículos:

«Pero quienes no hayan creído serán castigados con el fuego del Infierno; no morirán [como pretenderán], ni se les aliviará el tormento; así castigamos a todo incrédulo.» (Corán 35:36)

«Donde no podrá morir [para descansar del castigo] ni vivir [en paz].» (Corán 87:13)

«A quienes no crean en nuestros signos les arrojaremos al Fuego. Toda vez que se les queme la piel se la cambiaremos por una nueva, para que sigan sufriendo el castigo. Allah es Poderoso, Sabio.» (Corán 4:56)

## **Deja en manos de Allah ﷻ las injusticias padecidas**

Un poeta dijo:

“El Día del Juicio es nuestro destino, y delante de Allah se reunirán todos los adversarios”.

Justicia y gratificación suficiente es lo que espera el creyente el día en que Allah ﷻ reunirá al primero y al último (de la creación). No habrá injusticia en aquel día. Ese día el juez será Allah ﷻ y los testigos serán los ángeles.

«Y dispondremos la balanza de la justicia [para juzgar a los hombres] el Día del Juicio, y nadie será oprimido. Y todas las obras, aunque sean tan pequeñas como el peso de un grano de mostaza, serán tenidas en cuenta. Ciertamente somos suficientes para ajustar cuentas.» (Corán 21:47)

## **Cosroes y la anciana**

Buzrayamhar, un sabio persa, relató la historia del rey Cosroes y una anciana. Esta mujer tenía una gallina y una pequeña choza ubicada en una pequeña parcela lindante con el palacio de Cosroes. Un día, ella debía viajar a otro pueblo y antes de partir elevó una plegaria: “Oh Señor Mío, Te confío mi gallina”. Du-

rante su ausencia, Cosroes usurpó la propiedad de la mujer para expandir los jardines de su palacio. Su ejército mató al animal y destruyó la casa. Cuando la anciana regresó y vio el deplorable acto que habían hecho, elevó su mirada al cielo y dijo: “Oh Señor mío, yo estuve ausente pero ¿dónde estuviste Tú?” Allah ﷻ vengó a la mujer pues poco tiempo después el hijo de Cosroes atacó a su propio padre y lo apuñaló matándolo en su lecho.

«¿Acaso no es suficiente Allah [como Protector] para Su siervo [Muhammad]? Pero ellos [los idólatras] intentan atemorizarte con sus ídolos [a los cuales adoran] en vez de Él.» (Corán 39:36)

Ojalá fuéramos todos como uno de los hijos de Adán, que le dijo lo siguiente a su hermano:

«Aunque extiendas tu mano para matarme yo no extenderé la mía para hacerlo, yo temo a Allah Señor del Universo.» (Corán 5:28)

El Profeta ﷺ dijo:

“Sé oprimido y nunca seas opresor”.

**El musulmán tiene una misión y un mensaje que son más importantes que la venganza, el odio y el resentimiento**

Una discapacidad en alguna área se compensa con la superioridad en otra

«Ciertamente los que vinieron con la calumnia [en contra de ‘Á’ishah, la esposa del Profeta Muhammad] son un grupo de vosotros. No penséis [¡Oh, creyentes!] que esto acarreará un mal para vosotros; por el contrario, es un bien [pues evidenciará la inocencia de ‘Á’ishah].» (Corán 24:11)

Muchas personas que hoy son recordadas por su grandeza tuvieron que superar muchos obstáculos en su camino: su perseverancia estaba emparentada con la obstinación. Sentían debilidad en alguna facultad o aspecto que requería compensación en otra. Muchos de los grandes eruditos del Islam eran en realidad esclavos libertos, como 'Atâ', Sa'îd Ibn Yubair, Qatâdah, Al-Bujâri, At-Tirmidhi y Abû Hanîfah.

Muchos sabios musulmanes, cuyos conocimientos eran vastos como el océano, eran ciegos, entre ellos puedo mencionar a Ibn 'Abbâs, Qatâdah, Ibn Umm Maktûm, Al-A'mash y Iazîd Ibn Hârûn, entre otros.

Algunos eruditos contemporáneos también son ciegos, tal es el caso del Sheij Muhammad Ibn Ibrâhîm Âl Ash-Shaij, Sheij 'Abdullah Ibn Humaid y Sheij Ibn Bâz.

Muchos grandes sabios tenían algún tipo de discapacidad. Algunos eran ciegos, otros sordos, otros habían perdido alguna extremidad, y así sucesivamente. Pero a pesar de esas discapacidades, influyeron a generaciones completas que los sucedieron, y dejaron una gran contribución a la humanidad.

﴿iOh, creyentes! ¡Temed a Allah y creed en Su Mensajero! Os multiplicará así Su misericordia, os agradecerá con una luz [Su guía] con la que transitaréis y os perdonará vuestros pecados. Allah es Absolvedor, Misericordioso.﴾ (Corán 57:28)

Tener un diploma de una universidad prestigiosa no lo es todo. No te desanimes por no poder obtener un diploma académico. Aun sin tenerlo, puedes brillar y contribuir enormemente a la humanidad. Hay muchas personas famosas y prominentes en la sociedad que no se han graduado. Se abrieron camino en la vida y superaron obstáculos aparentemente infranqueables con una voluntad de hierro y una fuerte determinación. Hablando de eruditos musulmanes actuales, muchos de ellos no tienen estu-

dios universitarios. El Sheij Ibn Bâz, Mâlik Ibn Nabi, Al-'Aqqâd, At-Tantâui, Abû Zahrah, Al-Maudûdi, An-Nadaui son sólo algunos ejemplos.

Por otro lado, existen miles de personas con doctorados en el mundo islámico que permanecen en la oscuridad y no han impactado en absoluto en la sociedad.

﴿A muchas generaciones que les precedieron las hemos destruido. ¿Acaso puedes ver a alguno de ellos u oír sus murmullos?﴾  
(Corán 19:98)

Posees contigo un gran tesoro siempre y cuando seas una persona que esté contenta y conforme en toda situación. El Profeta ﷺ dijo en un Hadîz auténtico:

“Confórmate y conténtate con lo que Allah te ha asignado y serás el más rico de los hombres”.

Sé feliz con tu familia, tus ingresos, tu auto y tu trabajo. Si estás conforme con todo esto, encontrarás la paz y la felicidad. En otro Hadîz auténtico, el Profeta ﷺ nos dijo:

“La riqueza es la riqueza del alma”.

También dijo: “Allah ama al siervo con riqueza espiritual, al piadoso y al sencillo”.

Alguien relató que en una ocasión subió a un taxi en el aeropuerto y le pidió al chofer que lo llevara a la ciudad. Comentó lo siguiente: “Noté que el chofer estaba feliz y de buen humor. Constantemente alababa a Allah ﷻ, Lo recordaba y Le agradecía. Le pregunté por su familia y me dijo que tenía dos familias que mantener a la vez; me contó que su salario era de unos míseros 800 riales y que toda su familia debía vivir en un edificio muy deteriorado. Aún así, su mente estaba en paz porque agradecía lo que Allah ﷻ le había otorgado”.

El narrador continuó diciendo: “Me asombré cuando comparé a este hombre con otros que tienen una vida de abundancia con dinero, autos lujosos y grandes mansiones. A pesar de esa opulencia y viven vidas miserables; no es difícil ver que la felicidad no está en la riqueza material”.

Conocí en una ocasión a un magnate que tenía muchísimo dinero y un gran número de mansiones. Sus relaciones eran muy desdichadas, siempre estaba enojado y sumido en un estado de depresión. Murió enemistado con su familia y la raíz de toda su desgracia se hallaba en que no estaba satisfecho con lo que Allah ﷻ le había asignado.

﴿Y aun así anheló más. Pero no se lo concedí, pues rechazó Mis signos.﴾ (Corán 74:15-16)

Hace muchos siglos en Arabia, uno podía encontrar la paz aislándose en el desierto. Allí, y lejos de la actividad humana, un poeta escribió:

“Aulló el lobo y comenzó a gustarme su aullido,  
Luego oí la voz de un hombre y por poco salgo  
huyendo despavorido”.

Sufiân Az-Zauri dijo:

“Ansío estar en un recóndito valle donde nadie me conozca”.

El Profeta ﷺ dijo lo siguiente en un Hadîf:

“Se acerca el momento en que la mejor riqueza de un musulmán serán sus ovejas, pues con ellas irá a los lugares donde hay lluvia y a los senderos de la montaña; y así huirá con su religión de las sediciones”.

En tiempos de tribulación (cuando los musulmanes pelean entre sí), lo más seguro para el musulmán es evadir la situación. Cuando 'Uzmân ؓ fue asesinado en época de sedición, Ibn

‘Umar, Usâmah Ibn Zaid y Muhammad Ibn Maslamah permanecieron alejados de las vicisitudes que se avecinaban.

Conozco personas que sufren pobreza, desdicha y depresión. En todos los casos, la causa de su depresión es que están lejos de Allah.

Hay personas que eran ricas, vivían con comodidad y buena salud, todo por la voluntad de su Señor, pero comenzaron desobedecer a Allah ﷻ, no realizaban sus oraciones y comenzaron a cometer pecados graves. Allah, entonces, les quitó su riqueza y salud y les dio pobreza, angustia y ansiedad. Cayeron de desdicha en desdicha, de mal en peor.

«Mas quien se aleje de Mi Mensaje llevará una vida mísera, y el Día del Juicio le resucitaremos ciego.» (Corán 20:124)

«[Éstas son las consecuencias de sus acciones, pues] Allah no quita a ningún pueblo las gracias con las que lo ha favorecido, a menos que éstos se perviertan [y se alejen de la Verdad]. Por cierto que Allah es Omnioyente, Omnisciente.» (Corán 8:53)

«Y si os aflige una desgracia, ello es la consecuencia de [los pecados] que cometisteis; y Allah os perdona muchas faltas [por Su gracia].» (Corán 42:30)

«Y si hubieran seguido el camino recto les habríamos dado de beber agua abundante.» (Corán 72:16)

Si yo pudiera hacer un milagro, te quitaría todos tus problemas y angustias, sin embargo, al no tener la facultad para hacerlo, creo que lo mejor que puedo hacer es recetarte una medicina recomendada por los sabios del Islam. Se trata de adorar al Creador (sin asociarle ningún compañero en la adoración), de complacerte con lo que posees, de ser desapegado y de disminuir el nivel de tus expectativas para esta vida.



El famoso psicólogo estadounidense William James dijo las siguientes palabras que llamaron mi atención:

“Nosotros, los seres humanos, meditamos amargamente en cosas que no tenemos y no agradecemos a Dios por lo que sí tenemos. Vivimos siempre en el lado trágico y oscuro de nuestras vidas e ignoramos el lado más brillante de nuestra existencia. Nos lamentamos por lo que nos falta en la vida y no somos felices con lo que hay en ella”.

﴿Vuestro Señor os hace saber que si Le agradecéis, Él incrementará vuestro sustento.﴾ (Corán 14:7)

El Mensajero de Allah ﷺ suplicó:

“En Allah me refugio del alma insaciable”.

“Cuando la preocupación central de un hombre comienza a ser el Más Allá, Allah ﷻ le hace las cosas más fáciles y llena de riquezas su corazón. El mundo viene a él a pesar de su desapego por las cosas mundanas. Mientras que cuando la preocupación central de un hombre es este mundo, Allah ﷻ esparce sus asuntos y empobrece prontamente; además, alcanza del mundo sólo aquello que ha sido escrito para él”.

﴿Si les preguntas [¡Oh, Muhammad! a los idólatras] quién creó los cielos y la Tierra, y sometió el Sol y la Luna, responderán: ¡Allah! ¡Cómo, entonces, es que se desvían?﴾ (Corán 29:61)

## Palabras sobre los insensatos

Hace poco tiempo encontré un artículo sobre el comunismo en la revista Ar-Risâlah, escrito por Az-Zaiiât. Los rusos enviaron una nave al espacio y a su regreso, uno de sus astronautas fue entrevistado para una revista rusa llamada Pravda. Durante el reportaje dijo: “Subimos al cielo y no encontramos a dios ni el paraíso ni el infierno ni a los ángeles”.

Az-Zaiiât escribió lo siguiente respondiéndole: “Son asombrosos, oh insensatos comunistas. ¿Creen acaso que verán a Allah ﷻ sentado en Su trono allí arriba? ¿Tienen la audacia de pensar que verán a las damas del Paraíso caminando por ahí vestidas de seda? ¿O que oirán el sonido de Al-Kauzar (un río del Paraíso)? ¿O que podrán oler a quienes se queman en el Infierno? Si de verdad creyeron eso, el fracaso y la pérdida para ustedes están a la vista. La única razón que encuentro para explicar el extravío, el desvío e ingenuidad que tienen es la ideología comunista y atea. El comunismo es un día sin mañana, una tierra sin cielo, un trabajo sin meta y una tarea ardua sin resultados...”

«¿Acaso crees que escuchan con atención tus palabras y reflexionan? Ellos son como los ganados que no razonan, o peor aún.» (Corán 25:44)

«Por cierto que hemos creado muchos genios y hombres que irán al Infierno [por sus obras]. Éstos tienen corazones pero no pueden comprender, ojos pero no pueden ver y oídos pero no pueden oír. Son como los ganados que no razonan, o peor aún. Éstos son los que se comportan con indiferencia [a Nuestros signos].» (Corán 7:179)

«Y a quien Allah humilla no habrá quien pueda dignificarlo; ciertamente Allah hace lo que Le place.» (Corán 22:18)

«Las obras de los incrédulos son como un espejismo en el desierto; el sediento cree que es agua pero cuando llega a él no encuentra nada.» (Corán 24:39)

«Las obras de quienes no creyeron en su Señor serán como cenizas expuestas al viento en un día tempestuoso.» (Corán 14:18)

En su libro *Una Religión de Defectos*, Al-'Aqqâd embistió contra el comunismo y su falsa premisa de ateísmo:

“El alma con una estabilidad intrínseca acepta a la verdadera religión del Islam. En cuanto a las almas incapacitadas o con ideas muy limitadas, es probable que promulguen el ateísmo”.

«Allah bloqueó sus corazones y no pueden discernir.» (Corán 9:87)

El ateísmo es lo más alejado a nuestro pensamiento. Es una idea tan extrabagante y equivocada que es un error que no tiene comparación en toda la historia de los errores humanos. Es por esa razón que Allah ﷻ dice:

«¿Acaso tenéis duda acerca de Allah, creador de los cielos y la Tierra?» (Corán 14:10)

Ibn Taimiiah dijo: “La existencia del Creador no ha sido negada abiertamente por nadie más que el Faraón, e incluso él reconocía a Allah en su interior. Es por eso que Moisés ﷺ dijo, como se relata en el Corán:

«Dijo [Moisés]: Tú sabes bien que sólo el Señor de los cielos y de la Tierra ha enviado estos signos claros. Por cierto ¡Oh, Faraón! que estás perdido.» (Corán 17:102)

El Faraón proclamó las siguientes palabras al final (cuando ya era demasiado tarde), revelando lo que había en su corazón:

«Y cuando [el Faraón] sintió que se ahogaba indefectiblemente dijo: Creo en una única divinidad como lo hace el pueblo de Israel, y a Él me someto.» (Corán 10:90)

### **La fe en Allah ﷻ es el camino hacia la salvación**

«Y [me refugio en Allah y] confío mis asuntos a Él...» (Corán 40:44)

«Todas las desgracias acontecen con la anuencia de Allah. Quien crea en Allah, Él fortalecerá su corazón [y podrá resignarse ante

cualquier adversidad, pues sabrá que es el decreto de Allah].» (Corán 64:11)

Allah ﷻ guía al corazón de aquel que reconoce que una calamidad ocurre debido a la predestinación y al decreto.

«Aquellos que siguen al Mensajero y Profeta iletrado [Muhammad], quien se encontraba mencionado en la Torá y el Evangelio, que les ordena el bien y les prohíbe el mal, les permite todo lo beneficioso y les prohíbe lo perjudicial, y les abroga los preceptos difíciles que pesaban sobre ellos [la Gente del Libro]; y quienes crean en él, lo secunden, defiendan y sigan la luz que le ha sido revelada [el Corán] serán quienes tengan éxito.» (Corán 7:157)

Algunos escritores occidentales reconocidos - tales como Kersey Meerson, Alexis Carlyle y Dale Carnegie - admiten que la salvación del mundo occidental, tan concentrado en lo material, está en creer en Dios. Plantean la visión de que el motivo existente detrás del alarmante fenómeno del suicidio en el mundo occidental es el ateísmo y la falta de fe en Dios, Señor de todo lo que existe.

«Quienes se desvíen del sendero de Allah sepan que recibirán un severo castigo por haberse olvidado del Día del Juicio.» (Corán 38:26)

«Quien atribuye copartícipes a Allah es como quien se cae del cielo y lo arrastran las aves o el viento a un lugar lejano.» (Corán 22:31)

En una edición de 1994 del diario árabe *Ash-Sharq Al-Ausat* (Medio Oriente) se publicó una entrevista a la esposa del ex presidente George Bush. En la misma, ella admite que en más de una ocasión intentó quitarse la vida. Una vez intentó ahogarse y en otra ocasión quiso lanzarse con su auto desde un precipicio.

Quzmân que se encontraba en la batalla de Uhud, peleando en el bando de los musulmanes, luchó intrépida y ferozmente y la gente exclamaba: "Merece la dicha del Paraíso". Entonces el Profeta ﷺ dijo: "Pero ciertamente él es uno de los moradores del Infierno".

¿Por qué? Porque cuando sus heridas fueron profundas y mortales, en lugar de ser paciente y esperar, se quitó la vida con su propia espada.

«Aquellos cuyos afanes se malograron en la vida mundanal mientras creían haber obrado el bien.» (Corán 18:104)

«Mas quien se aleje de Mi Mensaje llevará una vida mísera, y el Día del Juicio le resucitaremos ciego.» (Corán 20:124)

Un musulmán jamás elige ir por el camino del suicidio, no importa cuán duras sean sus dificultades.

Realizar dos plegarias con humildad y concentrarse luego de hacer la ablución garantiza la eliminación de la ansiedad y la angustia que pueda haber en la vida de un musulmán.

«Ten paciencia [¡Oh, Muhammad!] a sus injurias, y glorifica con alabanzas a tu Señor antes de la salida del Sol y antes del ocaso, durante la noche y durante el día, para que así [Allah te retribuya con una gran recompensa y] quedes complacido.» (Corán 20:130)

En el Corán hay una pregunta muy poderosa y persuasiva para los extraviados:

«¿Qué les sucede que no creen?» (Corán 84:20)

¿Qué los hace alejarse de la fe, cuando las pruebas y señales son tan claras como el agua?

«Les haremos ver Nuestros signos en los horizontes, y en ellos mismos, hasta que se les evidencie [a través de ellos] la Verdad.» (Corán 41:53)

«Quien se someta a Allah y haga el bien se habrá aferrado al asidero más firme.» (Corán 31:22)

### **Aun los incrédulos están en distintos niveles**

En el libro *Moving Ahead*, las memorias de George Bush padre, se menciona que asistió al funeral de Brezhnev, quien fue presidente de la Unión Soviética. Bush dijo: “El funeral me pareció oscuro pues carecía de fe y espíritu”. Dijo esto porque él es cristiano y los otros eran ateos.

«Encontrarás que los peores enemigos de los creyentes son los judíos y los idólatras, y los más allegados a ellos en afecto son quienes dicen: Somos cristianos.» (Corán 5:82)

Observa que si bien ambos están extraviados, pudo distinguir la falsedad de los otros. Así, el asunto se vuelve relativo. ¡Cuán distintas habrían sido las cosas si hubiera conocido el Islam, la verdadera religión de Allah!

«Quien siga una religión diferente al Islam [el sometimiento a Allah] no se le aceptará, y en la otra vida se contará entre los perdedores.» (Corán 3:85)

El incidente me trajo a la mente unas palabras de Ibn Taimiiah. Un día se encontraba hablando con un miembro de un grupo Sufí desviado. Éste le dijo a Ibn Taimiiah: “¿Por qué cuando acudimos a vosotros (gente de la Sunnah) nuestros milagros pierden su efecto y se vuelven inútiles, mas cuando vamos con los tártaros mongoles, quienes no son creyentes, nuestros milagros funcionan?” Ibn Taimiiah le respondió: “¿Sabes cuál es la mejor manera de ejemplificar la situación? Nosotros somos los caballos

blancos, ustedes los manchados y los tártaros los caballos negros. Cuando el caballo manchado entra en una tropilla de caballos negros, parece blanco, mas cuando se mezcla con los blancos, parece negro. Es decir, vosotros poseéis ciertos remanentes de luz, y cuando os mezcláis con personas no creyentes, esa luz se hace visible. Mas cuando venís a nosotros, la gente de la Sunnah, existe una luz mucho más brillante, y entonces quedáis en la oscuridad. Ese es el ejemplo de vosotros, los tártaros y nosotros”.

﴿En cuanto a aquellos cuyos rostros estén radiantes, la misericordia de Allah les alcanzará por siempre.﴾ (Corán 3:107)

## **Voluntad de acero**

Un estudiante de un país musulmán fue a estudiar a Londres. Se alojó con una familia británica para poder mejorar su idioma. Mantuvo sus principios religiosos y se levantaba bien temprano para la plegaria matutina. Realizaba la ablución, acudía a su lugar de oración, se postraba frente a su Señor, Le glorificaba y adoraba. Una anciana que vivía en la misma casa siempre observaba atentamente lo que para ella eran ‘hábitos extraños’. Luego de unos días le preguntó: “¿Qué estás haciendo?” Su respuesta fue: “Mi religión me ordena hacerlo”. “¿No puedes esperar a terminar de descansar para realizar tu plegaria?” El joven respondió: “Mi Señor no acepta que realice mi plegaria después de la hora especificada”. Ella movió la cabeza en negación y exclamó: “¡Tienes una voluntad más fuerte que el acero!”

﴿Hombres a los que ni los negocios ni las ventas les distraen del recuerdo de Allah, la práctica de la oración prescrita y el pago del Zakâh, pues temen el día en que los corazones y las miradas se estremezcan [el Día del Juicio].﴾ (Corán 24:37)

Tal acción deriva de la determinación de la fe, es decir de la certeza firme y la superioridad del monoteísmo; la misma que fue inspirada a los hechiceros del Faraón (cuando creyeron en Moisés). Fueron inspirados a creer en Allah ﷻ, Señor de todo lo que existe, en el momento en que Moisés ﷺ y el Faraón se encontraron cara a cara. Le dijeron al Faraón:

«Dijeron: No te preferiremos a las pruebas evidentes que nos han llegado, y [menos aún] a Quien nos creó. Haz pues con nosotros lo que has decidido; tú sólo puedes condenarnos en esta vida.» (Corán 20:72)

Habíb Ibn Zaid ؓ acudió a Musailamah (el impostor) para invitarlo al Islam. Como respuesta, Musailamah comenzó a cortar una a una las extremidades del cuerpo de Habíb. Durante este horror, realizado para provocarle sufrimiento a Habíb, no lloró ni gritó ni tembló, permaneció así hasta su muerte y se reunió con su Señor.

«Los mártires recibirán su recompensa y un resplandor [con el que se iluminarán el Día del Juicio]...» (Corán 57:19)

## **La inclinación innata del ser humano hacia el Islam**

Cuando el viento sopla con violencia, los truenos rugen y la oscuridad se apodera del cielo, se despierta la necesidad inherente del ser humano de acudir a Allah ﷻ para pedir ayuda y socorro.

«Y cuando os encontráis en los barcos y navegáis con buenos vientos os contentáis por ello. Mas si os sacude una fuerte tormenta golpeándoos las olas por todos lados y pensáis que no tenéis salvación, entonces invocáis a Allah con toda sinceridad diciendo: Si nos salvas de ésta nos contaremos entre los agradecidos.» (Corán 10:22)



En cambio, el musulmán invoca siempre a su Señor tanto en tiempos de alivio y prosperidad como en la dificultad y la desdicha.

«Y si no fuera porque él era de los que glorifican a Allah, hubiese permanecido en su vientre hasta el Día de la Resurrección.» (Corán 37:143-144)

La mayoría de la gente le pide a Allah ﷻ en tiempos de necesidad, mas cuando se cumplen sus deseos, le dan la espalda con soberbia. ¿Acaso creen que Allah ﷻ puede ser engañado?

«Los hipócritas pretenden engañar a Allah, pero es Él Quien les engaña.» (Corán 4:142)

Aquellos que acuden a Allah ﷻ sólo en tiempos de calamidad son, en ese aspecto, alumnos del descarriado Faraón.

«¿Recién ahora crees, luego de haber desobedecido y haberte contado entre los corruptores?» (Corán 10:91)

Hace poco escuché en la radio de la BBC que cuando Irak ocupó Kuwait, Margaret Thatcher, que se encontraba en Colorado en ese momento, ¡corrió a la iglesia y se prosternó!

La única explicación que puedo encontrar para esa actitud es que se despertó su naturaleza innata y acudió al Creador a pesar de su falta de creencia y extravío. Las personas tienen algo inherente en ellas que las hace creer en Dios.

“Todos los bebés nacen en la Fitrah (inclinación natural e innata a creer en Dios y aceptar el Islam). Luego, sus padres lo educan judío, cristiano o zoroastriano”.

## **Nada te turbe, pues lo que está escrito para ti llegará infaliblemente**

Un hombre impaciente por su sustento, preocupado porque tiene pocos bienes e insatisfecho por tener un status mundano menor que los demás es como aquel que se adelanta al Imâm cuando reza detrás de él, a pesar de que sabe que no puede realizar el saludo final que completa la plegaria hasta que lo haga el Imâm. De la misma manera, uno no muere hasta que reciba todo lo que ha sido decretado. El sustento y la provisión fueron predestinados y decididos cincuenta mil años antes de que se originase la creación.

«La decisión de Allah pronto llegará [el Día del Juicio]; no pretendáis adelantarla.» (Corán 16:1)

«Si Allah te azota con una desgracia nadie excepto Él podrá librarte de ella. Y si te depara un bien nadie podrá impedir que te alcance Su favor.» (Corán 10:107)

‘Umar ؓ dijo estas sabias palabras:

“Oh Allah, en Ti me refugio de la resistencia de la persona malvada y de la debilidad que acompaña a una falsa confianza”.

Esta frase tiene un significado muy importante. Al contemplar hechos claves de la historia, descubrí que muchos de los enemigos de Allah tenían niveles prodigiosos de fortaleza, robustez y perseverancia. Por el contrario, también descubrí que muchos musulmanes eran inspidos, letárgicos, débiles y creían todo el tiempo - falsamente - que estaban depositando en Allah ﷻ su confianza. La verdadera confianza en Allah ﷻ requiere esfuerzo y trabajo, para luego poder dejar los resultados en Sus manos.

## **Esfuézate para obtener buenos frutos y haz obras de bien**

Al-Ualîd Ibn Al-Mugîrah, Umaiih Ibn Jalaf y Al-'Âs Ibn Uâ'il utilizaban su riqueza para luchar contra el Islam y sus seguidores.

«Los incrédulos contribuyen con su dinero para apartar a los hombres del sendero de Allah, pero luego se lamentarán, y finalmente serán vencidos. Ciertamente los incrédulos serán congregados en el Infierno.» (Corán 8:36)

Aun así, muchos musulmanes son avaros con su riqueza acumulada y sólo la utilizan para sí mismos manteniéndose lejos de las buenas causas.

«Se os pide contribuir por la causa de Allah, pero entre vosotros hay quienes se muestran avaros. Sabed que la avaricia es en perjuicio propio y que Allah prescinde de toda Su creación.» (Corán 47:38)

Luego pensé en los miles de musulmanes que no trabajan ni siquiera una hora por día. Por el contrario, se dedican a jugar, comer, beber, dormir y a desperdiciar el tiempo.

«¡Oh, creyentes! ¿Por qué cuando se os ordena combatir por la causa de Allah os aferráis a la vida?» (Corán 9:38)

'Umar ﷺ trabajaba día y noche y dormía muy poco. Su familia le preguntaba: “¿Acaso no duermes?”. A lo que respondía: “Si duermo en la noche mi alma estará perdida (queriendo decir que la noche era para adorar a Allah ﷻ) y si duermo durante el día mi pueblo estará perdido (pues como era Califa, pasaba sus días atendiendo los asuntos de su pueblo)”.

Nuevamente recordé las palabras de ‘Umar sobre la resistencia de quien hace el mal y la debilidad de la confianza en uno mismo.

Cuando ‘Umar ﷺ gobernaba, no se permitía la inactividad ni la pereza. En una ocasión desalojó a unos jóvenes que vivían en la mezquita. Les dijo: “Vayan y procuren su sustento, pues el cielo no envía lluvias de oro ni plata”. La inactividad genera preocupación, depresión y un sinnúmero de enfermedades, mientras que la actividad y el trabajo crean satisfacción y felicidad. Si cada uno de nosotros hace lo que se supone que debe hacer, todos los males mencionados pueden eliminarse y nuestra sociedad se beneficiaría aumentando su productividad y desarrollo.

«Diles [¡Oh, Muhammad! a los hipócritas]: Obrad como queráis...» (Corán 9:105)

«Y cuando haya culminado la oración dispersaos por la Tierra...» (Corán 62:10)

«¡Apresuraos en alcanzar el perdón de vuestro Señor y así obtener un Paraíso tan vasto como el cielo y la Tierra...» (Corán 57:21)

«Y apresuraos a alcanzar el perdón de vuestro Señor y un Paraíso tan grande como los cielos y la Tierra...» (Corán 3:133)

El Profeta ﷺ dijo:

“El Profeta David ﷺ comía del fruto de su trabajo”.

Si bien puede parecer una paradoja, muchas personas están muertas a pesar de que siguen con vida. No tienen idea de cuál es el propósito de su vida y no hacen nada por ellos ni por los demás.

«Por haber preferido quedarse con los eximidos Allah bloqueó sus corazones y no pueden discernir.» (Corán 9:87)

«No se equiparan los creyentes que se quedaron en sus hogares, salvo quienes tuvieron excusa válida, con quienes combaten por la causa de Allah con sus bienes y sus propias vidas.» (Corán 4:95)

La mujer de piel oscura que limpiaba la Mezquita del Profeta realizaba su tarea con presteza y propósito. Como resultado de esto, pudo ingresar al Paraíso.

«Y no os caséis con las idólatras a menos que acepten la fe; una esclava creyente es mejor que una idólatra aunque os guste.» (Corán 2:221)

De igual manera, el joven que construyó el púlpito para el Profeta ﷺ contribuyó de acuerdo a sus habilidades y fue merecedor de una recompensa. Su talento era la carpintería y supo aprovecharlo.

«Éstos critican a los creyentes que ofrecen grandes caridades [diciendo que con ello ostentan], y se burlan de quienes no encuentran qué dar, salvo con un gran esfuerzo [por su estrecha situación], pero Allah se burlará de ellos y recibirán un castigo doloroso.» (Corán 9:79)

En una movida que expandió las oportunidades para el llamado al Islam, el gobierno estadounidense abrió las puertas a los predicadores musulmanes para que visiten a los presidiarios y les enseñen el Islam. La razón o motivo aparente era que los criminales, narcotraficantes y asesinos que aceptan el Islam mientras están en prisión vuelven a la sociedad como miembros rehabilitados y productivos.

«¿Acaso quien estaba muerto [de corazón, perdido en la incredulidad] y le dimos vida [guiándole], y le proporcionamos una luz con la cual transita entre la gente es igual a aquel que se encuentra entre tinieblas y no puede salir de ellas?» (Corán 6:122)

El apego excesivo a esta vida, el anhelo ferviente de vivir mucho tiempo y el rechazo a la muerte que va más allá de los límites normales dan como resultado ansiedad, preocupación e insomnio.

Allah ﷻ censura a los judíos por su fuerte apego a la vida de este mundo.

«Encontrarás que [los judíos] son los más aferrados a la vida mundanal, más aún que los idólatras. Algunos de ellos quisieran vivir mil años pero eso no les libraría del castigo, y Allah sabe cuanto hacen.» (Corán 2:96)

Con respecto a este versículo, hay varios temas importantes que debemos discutir. Primero, Allah ﷻ mencionó que cada uno de ellos desea tener una larga vida. En otras palabras, no importa qué calidad de vida posean ni tampoco cuenta si su vida es meritoria o trivial, sino que tienen fuertes aspiraciones a quedarse en este mundo durante mucho tiempo.

Segundo, la frase “quisieran vivir mil años”. Quizás la razón de esta frase surja de la tradición judía de cuando ellos se encontraban, el saludo era: “Que vivas mil años”. Allah ﷻ menciona el hecho de que desean una vida tan larga. Y aun así, suponiendo que vivieran mil años, ¿cuál sería su fin? ¡La perdición de sus almas!

El siguiente es un dicho árabe muy conocido:

“No te preocupes y suplícale a Allah”.

Esto significa que no debemos preocuparnos por nada, dado que Allah ﷻ es el Único a Quien pedimos el bien. Si tú depositas toda tu confianza en Allah ﷻ, Él eliminará todas tus preocupaciones.

﴿¿Acaso Quien responde al afligido cuando Le invoca, alivia los pesares y hace que vosotros os sucedáis unos a otros en la Tierra [puede equipararse a quien no es capaz de hacer nada de eso]?﴾ (Corán 27:62)

﴿Y si Mis siervos te preguntan por Mí [¡Oh, Muhammad!, díles] ciertamente estoy cerca de ellos. Respondo la súplica de quien Me invoca.﴾ (Corán 2:186)

Un poeta árabe escribió:

“El que tiene paciencia merece alcanzar su meta, y el que persevera en golpear puertas merece entrar”.

## **Tu vida está repleta de momentos valiosos**

'Ali At-Tantâui relató dos experiencias muy conmovedoras. La primera sucedió cuando casi se ahogó en las costas de Beirut. Se estaba ahogando y el tiempo se acababa cuando fue rescatado y llevado inconsciente a tierra. En los breves momentos de lucha antes de perder la conciencia, recuerda haberse sometido totalmente a la voluntad de su Señor, aunque deseó regresar a la vida, aunque más no sea por una hora, para renovar su fe, hacer buenas acciones y alcanzar el pináculo de la fe.

La segunda instancia fue cuando acompañaba una caravana que viajaba desde Siria a La Meca. Mientras estaban en el desierto de Tabûk, perdieron el camino y comenzaron a vagar sin rumbo durante tres días. La situación empeoró cuando comenzaron a acabarse los víveres y el agua. Todos sentían que la muerte era

inminente. En ese momento, se puso de pie y dijo unas palabras a la gente: fue casi un discurso de despedida a la vida. El sermón conmovió a todos hasta las lágrimas, incluso a él mismo. Sintió que aumentaba su fe y que nadie podía salvarlos excepto Allah.

«Todos los que habitan en los cielos y en la Tierra Le imploran, y Él está siempre atendiendo los asuntos de Su creación.» (Corán 55:29)

«¡Cuántos Profetas hubo, junto a los cuales combatieron muchos de sus seguidores, sin perder la fe por los reveses padecidos en la causa de Allah, flaquear, o someterse al enemigo! Allah ama a los perseverantes.» (Corán 3:146)

Allah ﷻ ama a los que creen fervientemente y desafían a sus enemigos con paciencia y tesón. No se dan por vencidos, ni se sienten desesperanzados, ni tampoco se dejan humillar por los demás. Por el contrario, luchan, pelean y trabajan arduamente. Éstas son las cargas que debe pagar un creyente en Allah, en Su Mensajero y en el Islam.

El Profeta ﷺ mencionó: “Aquel que cree con fervor es mejor y más valioso para Allah que el creyente débil. Pero en ambos hay bien”.

Abû Bakr ؓ insertó uno de sus dedos en una grieta de la caverna para proteger al Profeta ﷺ de un escorpión, recibiendo él la picadura. El Profeta ﷺ le leyó unos versículos del Corán y sanó repentinamente por voluntad de Allah ﷻ.

Alguien le preguntó a ‘Antarah: “¿Cuál es el secreto de tu valentía, pues eres conocido por tu habilidad para derribar hombres?” Él respondió: “Pon tu dedo en mi boca y déjame poner el mío en la tuya”. Cada uno puso su dedo en la boca del otro y comenzaron a morderlo, aumentando la intensidad cada vez. En unos instantes, el hombre no pudo soportar más y emitió un grito de



dolor por lo que ‘Antarah aflojó sus mandíbulas y dejó de morderlo. ‘Antarah dijo: “Así es como derribo a los titanes”. En otras palabras, con paciencia y resistencia.

El espíritu de un creyente se enaltece cuando aprecia que se encuentra cercano de la piedad, la bondad y del Perdón de Allah ﷻ. Siente la protección y el cuidado de Allah ﷻ con una intensidad proporcional a su fe.

«No existe nada que no Le glorifique con alabanzas, pero no podéis percibir sus glorificaciones.» (Corán 17:44)

Los granjeros de Oriente suelen cantar cuando siembran esparciendo las semillas sobre la tierra:

“Semillas secas en un país seco, en Tus Manos las deposito, Oh Creador de los cielos y la tierra”.

«¿Habéis reparado en vuestros cultivos? ¿Sois vosotros quienes los hacéis brotar o somos Nosotros los germinadores?» (Corán 56:63-64)

El elocuente orador Al-Misqa‘ ‘Abd Al-Hamîd Kishk, que era ciego, ascendió al púlpito a dar un sermón. Sacó de su bolsillo una hoja de palmera en la que estaba tallado ‘Allah’ con bellas letras. Luego proclamó frente a la congregación:

“Miren ese árbol, con sus frescas ramas, ¿Quién lo hizo crecer? ¿Quién le dio ese verdor? Él es Allah, el Que todo lo puede, el que es capaz de todo”.

Los que presenciaron el sermón lloraron de emoción.

Allah ﷻ es el Creador de los cielos y la tierra. Sus señales están plasmadas en todo el universo y en toda la creación que Lo declaran el Creador, el Único con cualidades perfectas y el Único que merece ser adorado.

«Aquellos que invocan a Allah estando de pie, sentados o recostados, meditan en la creación de los cielos y la Tierra y dicen: ¡Señor nuestro! No has creado todo esto en vano ¡Glorificado seas! Presérvanos del castigo del Fuego.» (Corán 3:191)

Uno de los pilares de la felicidad es saber que nuestro Señor es Misericordioso y perdona las faltas de aquellos que se arrepienten. Por eso, regocíjate por la misericordia de nuestro Señor. Dice Allah ﷻ:

«Azoto con Mi castigo a quien quiero, pero sabed que Mi misericordia lo abarca todo...» (Corán 7:156)

¡Cuán grande es la bondad de Allah! En un Hadíz auténtico se narra que un beduino del desierto que oraba con el Profeta ﷺ, cuando llegó al final de la plegaria, dijo:

“Oh Allah, ten piedad de mí y de Muhammad, y no tengas piedad de nadie más”.

El Profeta ﷺ le dijo:

“Has restringido algo que es muy vasto”.

«Él es Misericordioso con los creyentes.» (Corán 33:43)

Una mujer corrió entre los compañeros del Profeta para abrazar y proteger a su hijo. Al ver esta escena, el Mensajero de Allah ﷺ dijo:

“Allah es mas misericordioso con Sus siervos que esta mujer con su hijo”.

En un Hadíz auténtico, se relata que tiempo atrás, un hombre antes de morir, ordenó que su cuerpo sea cremado y sus cenizas esparcidas en distintas partes de la Tierra. Cuando Allah ﷻ lo resucitó le dijo: “Oh siervo Mío, ¿cuál fue el motivo para hacer lo que hiciste?” El hombre respondió: “Oh Señor mío, tuve temor

de Ti y aborrezco mis pecados”. Entonces Allah ﷻ le perdonó y lo ingresó al Paraíso.

«En cambio, quien haya temido la comparecencia ante su Señor y preservado su alma de seguir sus pasiones, por cierto que el Paraíso será su morada.» (Corán 79:40-41)

Allah ﷻ juzgó a un hombre que gastaba su dinero de manera extravagante y derrochaba mucho. Sin embargo, adoraba a Allah ﷻ y no Le asociaba ningún copartícipe. Allah ﷻ encontró en él una sola buena acción: era comerciante y perdonaba las deudas a los insolventes. Entonces dijo: “Yo soy más generoso que tú”, y lo perdonó y lo ingresó al Paraíso.

«Y es de Quien anhelo que perdone mis pecados el Día del Juicio.» (Corán 26:82)

En el libro Sahíh Muslim hay un relato en el cual se menciona que en una ocasión cuando el Profeta ﷺ oraba en congregación, al completar la plegaria, un hombre se paró y dijo: “He cometido un pecado punible para la ley de Allah, por ello deseo que me castiguen”. El Profeta ﷺ le preguntó: “¿Has orado con nosotros?” El hombre respondió: “Sí”. Y el Profeta ﷺ agregó: “Vete, estás perdonado”.

«Quien obre mal o cometa iniquidad y luego pida perdón a Allah, encontrará que Allah es Absolvedor, Misericordioso.» (Corán 4:110)

Existe una piedad invisible que rodea al creyente en todas direcciones. La fuente de esa piedad es Allah ﷻ, Señor de todo lo que existe. Él mantuvo a Muhammad ﷺ a salvo en la cueva y también a los jóvenes creyentes que se refugiaron en la caverna. Protegió a Abraham ؑ de los efectos del calor del fuego. Salvó a Moisés ؑ de ahogarse (cuando era un bebé), a Noé ؑ de la gran inundación, a José ؑ lo rescató del pozo (cuando sus her-

manos lo dejaron abandonado en el fondo de un aljibe) y a Job ء de la enfermedad.

## **Reflexionemos:**

Umm Salamah ؓ relató que escuchó al Profeta ﷺ decir: “Cuando un musulmán se ve afligido por una calamidad y luego dice lo que Allah le ha ordenado decir: ‘¡Ciertamente a Allah pertenecemos y a Él regresaremos!’ y ‘¡Oh Allah, recompénsame por tener paciencia ante esta calamidad y compénsame con algo mejor!’, Allah lo recompensa con algo mejor”.

Un poeta árabe dijo:

“Amigo, por voluntad de Allah, ninguna calamidad dura para siempre, por más grande que sea. Si llegara hoy, no te rindas frente a ella, y no te quejes demasiado si tus pies resbalan, pues muchos seres nobles han sufrido desastres y todos ellos tuvieron paciencia hasta que todo pasó. Mi alma estaba apegada a este mundo, pero cuando conoció a mi paciencia, comenzó a ceder”.

## **Realizar acciones nobles es el camino hacia la felicidad**

Si te agrada hacer el bien a los demás, definitivamente tienes un don de Allah ﷻ.

Ibn ‘Abbâs ؓ dijo con respecto a la gracia y grandeza de Allah:

“Poseo tres cualidades; la primera es que cuando llueve, alabo y agradezco a Allah. Me siento feliz con esa bendición, aun cuando no poseo camellos ni ovejas que se beneficien de la lluvia; la segunda es que cuando me entero que hay un juez justo, suplico

a Allah por él, aun cuando no tengo casos pendientes con la justicia; y la tercera es que cuando comprendo el significado de un versículo del Corán, ansío que otros aprendan lo que yo aprendí”.

Todas estas cualidades indican un verdadero anhelo de bienestar para los demás. Allah ﷻ describe a aquellos de naturaleza opuesta:

«Tampoco ama a los avaros, quienes incitan a otros a la avaricia, y a los que ocultan el favor que Allah les ha dispensado.» (Corán 4:37)

## **El Conocimiento benéfico y el conocimiento inútil**

«Y aquellos a los que se les concedió el conocimiento y [se les agració] con la fe les dirán: Ciertamente habéis permanecido el tiempo que Allah decretó hasta el Día de la Resurrección.» (Corán 30:56)

Existe un conocimiento útil y un conocimiento dañino. Con el primero, la fe del creyente se fortalece; mientras que el incrédulo, por el contrario, no cosecha ningún fruto. Si bien la información obtenida es la misma, los resultados son muy diferentes. Allah ﷻ dice respecto a Sus enemigos:

«Sólo conocen [lo aparente de] la vida mundanal, y descuidan la otra vida.» (Corán 30:7)

«El conocimiento de los hombres no alcanza para comprender la otra vida. Algunos dudan de su existencia e ignoran completamente todo lo que a ella se refiere.» (Corán 27:66)

«Y sabed que el único conocimiento que les interesa alcanzar es cómo progresar en la vida mundanal.» (Corán 53:30)

«Y relátales la historia de aquel a quien habiéndole concedido el conocimiento de Nuestros preceptos los descuidó [desviándose de la Verdad], y entonces Satanás le sedujo y se contó entre los extraviados. Y si hubiésemos querido habríamos elevado su rango [en esta vida y en la otra, preservándolo], pero se inclinó por los placeres de este mundo y siguió sus pasiones. Se comportó como el perro que si le llamas jadea y si le dejas también jadea. Éste es el ejemplo de quienes desmienten Nuestros signos; nárrales pues, estas historias para que reflexionen.» (Corán 7:175-176)

Allah ﷻ dice lo siguiente respecto de los judíos y de su conocimiento sobre la verdad:

«Aquellos a quienes les fue confiado la Torá pero no la pusieron en práctica se asemejan al asno que lleva una gran carga de libros. ¡Qué pésimo es el ejemplo de aquellos que desmienten los signos de Allah!» (Corán 62:5)

Conocían la verdad de la Torá, mas no la seguían. Distorsionaban sus palabras, y si eso no daba resultado, distorsionaban los significados de las palabras.

«Y en cuanto a Zamûd, les aclaramos cuál era la verdadera senda, pero prefirieron la ciega [incredulidad] en vez de la guía...» (Corán 41:17)

«Allah endureció sus corazones por su incredulidad y no aceptaron sino a algunos de los Profetas anteriores.» (Corán 4:155)

En algunos países podemos encontrar grandes bibliotecas que poseen cientos de miles de ejemplares que abarcan diversas temáticas, pero esas naciones viven preocupadas solamente por las cosas de este mundo tangible y material y desconocen a su Señor; por ello, en cuanto a lo que está más allá del mundo material, no oyen, no ven, no sienten ni tampoco entienden.

«Y por cierto que les habíamos concedido mayor fortaleza que a vosotros [¡Oh, idólatras de Quraish], y les habíamos dotado de oído, vista e entendimiento; pero de nada les sirvieron sus oídos, sus ojos y su inteligencia, pues negaron los signos de Allah...»  
(Corán 46:26)

La comparación entre la verdad y la aversión que el incrédulo tiene hacia la verdad es la siguiente: a pesar de que el agua es pura y dulce, la persona que la bebe siente un sabor amargo.

«Pregúntales [¡Oh, Muhammad!] a los Hijos de Israel cuántas señales evidentes les dimos.» (Corán 2:211)

«Cada vez que les llega un signo de su Señor [a los idólatras] se niegan a creer en él.» (Corán 6:4)

### **Lee más, pero con reflexión y contemplación**

Poseer un gran conocimiento, una mente contemplativa y un buen intelecto es un factor que contribuye a lograr la calma.

«Los más temerosos de Allah son los sabios de entre Sus siervos.» (Corán 35:28)

«Desmienten lo que no conocen y no pueden comprender.»  
(Corán 10:39)

Un estudioso tiene, normalmente, paz y apertura mental. Un pensador occidental dijo:

“Tengo una carpeta grande en el cajón de mi escritorio que dice: ‘Cosas tontas que he hecho’. Allí escribo todos los errores y desaciertos que cometo a lo largo del día; lo hago para conocer mis fallas y poder liberarme de ellas”.

También las primeras generaciones de sabios musulmanes eran pioneros en ello. Llevaban un registro meticuloso de sus acciones.

«Y juro por el alma que se reprocha a sí misma [cuando comete una falta].» (Corán 75:2)

Al-Hasan Al-Basri dijo:

“El musulmán se rinde cuenta a sí mismo de sus actos con más rigor que el que emplea un empresario para pedirle una rendición de cuentas a su socio”.

Ar-Rabí‘ Ibn Juzaim escribía todo lo que decía de un viernes al otro. Si descubría que había hablado bien y con honestidad, alababa a Allah ﷻ, pero si encontraba algún error en sus palabras, se arrepentía y Le pedía perdón.

Un hombre virtuoso dijo: “Hace cuarenta años cometí un pecado que aún me atormenta. Sigo pidiéndole a Allah ﷻ que me perdone”.

«Dan en caridad parte de lo que se les ha concedido, y aún así sienten temor en sus corazones porque saben que comparecerán ante su Señor.» (Corán 23:60)

## **Lleva un registro de tus acciones**

Lleva un diario personal siempre contigo para anotar tus acciones. Escribe los aspectos negativos de tu personalidad y tus acciones y luego piensa en soluciones para eliminarlos. ‘Umar ؓ dijo:

“Llevad un registro de vosotros mismos antes que seáis juzgados. Medid vuestras acciones antes que sean medidas (en el Día del Juicio) y embelleceos (con buenas acciones) para la gran comparecencia (el Día del Juicio)”.

Tres errores comunes en nuestra vida cotidiana

1. Perder el tiempo.



2. Hablar de asuntos que no nos importan y que no son de nuestra incumbencia.

“El buen musulmán no se intromete en lo que no le atañe”.

3. Preocuparnos por trivialidades. Prestarle atención a los rumores, predicciones y chismes son los tres ejemplos más comunes. Esta característica da como resultado paranoia, ansiedad y falta de un propósito en la vida.

﴿Allah les agració con una recompensa en esta vida y les agraciará con una recompensa mayor en la otra, porque Allah ama a los benefactores.﴾ (Corán 3:148)

﴿Quienes sigan Mi guía no se extraviarán ni serán desdichados.﴾ (Corán 20:123)

## **Planifica tus asuntos y toma las precauciones debidas**

Cuando un musulmán emprende algo, debe hacer lo siguiente: planificar con precaución y depositar su confianza en Allah ﷻ. El Profeta ﷺ, que contaba con la protección de Allah ﷻ y tenía plena confianza en Él más que cualquier otro, utilizaba armadura en las batallas. Un hombre le preguntó: “¿Debo atar mi camello al poste o debo confiar en Allah?” Y el Profeta ﷺ respondió: “Átalo y confía en Allah”.

Cuando das los pasos correctos para alcanzar una meta y al mismo tiempo pones tu confianza en Allah ﷻ, implementas dos principios importantes del monoteísmo islámico. Por el contrario, confiar en Allah ﷻ sin tomar las medidas apropiadas, es decir sin hacer un esfuerzo por alcanzar las metas que uno se propone, implica que se han malentendido las bases de la religión. Por otro lado, tomar las medidas apropiadas sin confiar en Allah significa que hay un grave defecto en nuestra fe.

Un poeta árabe dijo:

“La persona lenta y precavida logra parte de sus metas, mientras que el arremetido e impetuoso a menudo fracasa”.

Sé prudente con tus asuntos y no actúes en contra de tu fe en la predestinación.

﴿Y les despertamos para que se preguntaran entre ellos, y uno de los jóvenes dijo: ¿Cuánto tiempo pensáis que hemos permanecido? Respondieron: Permanecemos un día o menos aún. Dijeron: Nuestro Señor sabe mejor cuánto tiempo hemos permanecido. Enviemos a uno de nosotros con nuestro dinero a la ciudad para que busque la mejor comida y nos aprovisione de ella, que se conduzca con sutileza y que no llame la atención de nadie.﴾ (Corán 18:19)

﴿Allah os proporcionó sombra de cuanto creó, refugios en las montañas, vestiduras que os resguardan del calor [y el frío] y armaduras que os protegen en los combates. Así es como Allah os provee de Sus gracias para que os sometáis a Él.﴾ (Corán 16:81)

## **Ganarse a las personas**

Un indicador de la felicidad es la facultad de poder ganarse el amor, el respeto y la simpatía de la gente. El Profeta Abraham ؑ dijo:

﴿Agráciame con el respeto y el buen recuerdo de las generaciones venideras.﴾ (Corán 26:84)

Allah ﷻ relata en el Corán la historia de Moisés ؑ:

﴿Ponlo en un cesto y déjalo en el río, que éste lo llevará hasta una orilla y será recogido por un enemigo Mío y suyo [el Faraón]. Y por cierto que infundimos en ellos [el Faraón y su gen-

te] amor por ti, y creciste bajo Nuestra observancia [y protección].» (Corán 20:39)

Los siguientes Hadices son auténticos:

“Vosotros sois los testigos de Allah en este mundo”.

“El ángel Gabriel (Yibrîl) llama a los habitantes de los cielos: ‘Allah ama a tal persona, amadlo vosotros también’. Y así es cómo los habitantes del cielo lo aman y cunde por toda la tierra su aceptación”.

Un rostro plácido, palabras amables y buenos modales son las mejores maneras de congraciarse con los corazones de las personas. Y la bondad es inclusive más poderosa. Por esta razón es que el Profeta ﷺ dijo:

“Todo lo que se realice con bondad se verá embellecido por ella y todo lo que carezca de ella estará afeado”.

También dijo:

“Todo aquel que carezca de bondad habrá sido excluido de un enorme bien”.

Un sabio dijo:

“La bondad saca a la serpiente de su agujero”.

Dicen en occidente:

“Recoge la miel, mas no rompas la colmena”.

El Profeta ﷺ dijo en un Hadîz auténtico:

“El creyente es como una abeja, come lo que es bueno y produce lo que es beneficioso. Y cuando se posa en una pequeña rama, no la quiebra”.

## **Viaja por distintas tierras y aprecia los signos de Allah**

Como mencioné en un capítulo anterior, viajar y visitar distintos territorios da felicidad al alma.

«Diles: Reflexionad en todo cuanto hay en los cielos y en la Tierra...» (Corán 10:101)

«No hemos enviado antes de ti sino a hombres a quienes les transmitíamos Nuestra revelación, [y fueron elegidos] de entre los habitantes de las ciudades. ¿Acaso no transitaron por la Tierra y observaron cómo fue el final de sus antecesores? Por cierto que la morada de la otra vida será mejor para los piadosos. ¿Es que no razonáis?» (Corán 12:109)

«Diles [¡Oh, Muhammad! a quienes niegan la Resurrección]: Transitad por la Tierra y observad cómo [Allah] originó la creación.» (Corán 29:20)

Todo aquel que lea los diarios de viaje de Ibn Battûtah u otros - sin exagerar - se sorprenderá con la creación de Allah ﷻ. Viajar y leer el libro abierto de la creación son los medios a través de los cuales el creyente puede aprender diversas moralejas y lecciones.

«[viajó] Hasta alcanzar la parte más occidental del continente donde vio que el Sol se ocultaba en un mar cálido...» (Corán 18:86)

«Y cuando Moisés dijo a su fiel servidor: No desistiré hasta que llegue a la confluencia de los dos mares [donde Allah me ha revelado que encontraré a un siervo Suyo a quien Él ha agraciado con otros conocimientos; y la señal que me indicará el lugar donde le encontraré será que perderemos el pescado que llevamos como provisión], aunque esto me lleve muchos años.» (Corán 18:60)

## Realiza oraciones voluntarias por la noche

Levantarse a orar por la noche, cuando nadie observa, es una manera de lograr tranquilidad y serenidad en el corazón. En un Hadíz auténtico, el Profeta ﷺ dijo que despertarse en la noche, recordar a Allah ﷻ, realizar la ablución y luego orar hace que uno comience el día alegre y activo.

«Dormían poco en las noches [y se dedicaban a adorar a Allah en ellas].» (Corán 51:17)

«Y también en parte de la noche levántate a realizar oraciones voluntarias, para que tu Señor te conceda un rango privilegiado.» (Corán 17:79)

Un Hadíz auténtico de Abû Dâûd indica que realizar la plegaria nocturna elimina las enfermedades del cuerpo. El Profeta Muhammad ﷺ dijo:

“No seas como aquel que solía levantarse en la noche para orar, pero luego dejó de hacerlo”.

No te angusties por cosas pasajeras porque todo en este universo excepto Allah ﷻ perecerá.

«Todo ha de perecer excepto Su rostro. Suyo es el juicio y ante Él compareceréis.» (Corán 28:88)

«Todo cuanto existe en la Tierra perecerá, y sólo el majestuoso y noble rostro de tu Señor perdurará por siempre.» (Corán 55:26-27)

## Tu recompensa es el Paraíso

Un poeta escribió:

“Si mi alma que es la dueña de todo partirá,  
Por qué habría de llorar cuando algo acaba”.

El mundo entero con todas sus riquezas no merece ni siquiera una lágrima. En un Hadíz relatado por At-Tirmidhi, el Profeta ﷺ dijo:

“El mundo está maldito y también todo lo que hay en él, excepto el recuerdo de Allah, las buenas obras, los sabios y los estudiantes”.

Otro poeta árabe dijo:

“La riqueza y la familia son sólo un préstamo,  
Y ya llegará el día en que el préstamo deba ser devuelto”.

## **Ni siquiera toda la riqueza del mundo puede posponer la muerte**

«Esta vida mundanal transitoria no es más que distracción y diversión, y la verdadera vida [y eterna] está en el Paraíso. ¡Si supieran!» (Corán 29:64)

Al-Hasan Al-Basri dijo: “No busques otra remuneración que no sea el Paraíso, pues el valor del alma de un creyente es muy alto”. Pero aun así, hay quienes venden su alma por un vil precio.

Aquellos que se lamentan por haber quedado en bancarrota o porque perdieron su casa y su auto, mas no se angustian por sus errores y pecados o por tener poca fe en Allah ﷻ pronto descubrirán lo absurda que es la perspectiva que tienen de la vida. Y ese descubrimiento estará lleno de arrepentimiento. Éste es un tema que cala bien hondo porque abarca los valores, la moral y las prioridades de una persona.

«Los incrédulos [que te desmienten] aman la vida transitoria y descuidan el difícil Día del Juicio.» (Corán 76:27)

## El amor verdadero

Para encontrar la verdadera felicidad debes amar a Allah ﷻ. La persona más próspera es aquella cuya misión consiste en alcanzar el amor de Allah, un amor al que Allah ﷻ se refiere en estos versículos:

«¡Oh, creyentes! Si algunos de vosotros reniegan de su religión, Allah les sustituirá por otros a quienes amará y ellos Le amarán...» (Corán 5:54)

«Di: Si verdaderamente amáis a Allah ¡Seguidme! Y Allah os amará y os perdonará los pecados.» (Corán 3:31)

El Profeta ﷺ anunció que 'Ali ؑ poseía un mérito superior, el cual era como una corona sobre su cabeza. El Profeta ﷺ lo describió como un hombre “que amaba a Allah y a Su Mensajero y que era amado por Allah y Su Mensajero”.

Uno de los compañeros del Profeta amaba el siguiente capítulo del Corán:

«Di [¡Oh, Muhammad!]: Él es Allah, la única divinidad.» (Corán 112:1)

Lo repetía en cada oración y lo recitaba constantemente en otras ocasiones para darle alivio a su corazón y a su espíritu. El Profeta ﷺ le dijo:

“Tu amor por él es lo que te permitirá entrar al Paraíso”.

Descubrí las siguientes palabras en la biografía de un erudito musulmán:

“Si el amor que el errante tiene por Zulma o Laila le quita la sensatez y la facultad de razonar, cuál supones que será el caso para aquel cuyo corazón late por el Sapiéntísimo”.

La historia del amor de Maynûn por Lailah es bien conocida; su amor extremo por ella terminó matándolo. Por su lado, Qârûn sucumbió por el amor a la riqueza y el Faraón por el amor al poder. Contrariamente, tenemos como ejemplo a Hamzah ء, Ya'far ء y Handhalah ء que murieron por su amor a Allah ﷻ y a Su Mensajero ﷺ.

### **Nada te turbe, pues la Sharí'ah es fácil de practicar**

El hecho de que la Sharí'ah sea flexible y fácil de practicar le da tranquilidad al creyente.

«Tâ'. Há'. No te hemos revelado el Corán para que te agobies [y sufras por la incredulidad de tu pueblo ¡Oh, Muhammad!])» (Corán 20:1-2)

«Te facilitaremos todos tus asuntos.» (Corán 87:8)

«Allah no exige a nadie por encima de sus posibilidades.» (Corán 2:286)

«Allah no exige a nadie por encima de sus posibilidades.» (65:7)

«Él os eligió [para que sigáis Su religión] y no os prescribió nada que no podáis cumplir.» (Corán 22:78)

«Aquellos que siguen al Mensajero y Profeta iletrado [Muhammad], quien se encontraba mencionado en la Torá y el Evangelio, que les ordena el bien y les prohíbe el mal, les permite todo lo beneficioso y les prohíbe lo perjudicial, y les abroga los preceptos difíciles que pesaban sobre ellos [la Gente del Libro]; y quienes crean en él, lo secundan, defiendan y sigan la luz que le ha sido revelada [el Corán] serán quienes tengan éxito.» (Corán 7:157)



«[Debes saber ¡Oh, Muhammad! que] Luego de toda dificultad viene un alivio, y ciertamente que luego de toda dificultad viene un alivio.» (Corán 94:5-6)

«¡Señor nuestro! No nos castigues si nos olvidamos o nos equivocamos. ¡Señor nuestro! No nos impongas una carga como la que impusiste a quienes nos precedieron. ¡Señor nuestro! No nos impongas algo superior a nuestra fuerza. Perdónanos, absuélvenos y ten misericordia de nosotros. Tú eres nuestro Protector, concédenos el triunfo sobre los incrédulos.» (2:286)

El Profeta ﷺ dijo:

“Mi pueblo no deberá rendir cuentas por los errores, los olvidos o por lo que haya hecho bajo coacción”.

También dijo:

“Esta religión es fácil de practicar; y por ello todo aquel que se exija más de lo que puede soportar terminará superado por ella”.

## **Paz y tranquilidad**

En un número de la revista *Ahlan ua Sahlan* del año 1994, se publicó un artículo del Dr. Hassân Shamsi Bâsha, titulado “Veinte maneras de evitar la ansiedad”.

Los siguientes puntos resumen ese artículo:

1. La duración de tu vida ya ha sido decidida porque todo sucede según el designio y el decreto divinos. Entonces, no hay necesidad de que sientas ansiedad al respecto.
2. La decisión de cuánto sustento recibimos es exclusiva de Allah ﷻ y nadie más posee ese poder.
3. El pasado ya se fue y se ha llevado sus angustias y desdichas. No podrá regresar aun cuando toda la humanidad se uniera para intentar que vuelva.

4. El futuro pertenece al mundo de lo desconocido y aún no ha llegado. Trae asuntos sin pedirte permiso ni a ti, ni a tus sentimientos.

5. Hacer el bien a los demás da felicidad al corazón y al alma. Una buena acción le ofrece beneficios mucho mayores a quien la realiza - en términos de bendiciones, paz y recompensa - que a quien la recibe.

6. Una de las nobles cualidades del creyente es que no se preocupa con las críticas espurias. Nadie se salva de las maldiciones y críticas infundadas, ni siquiera Allah, Señor de todo lo que existe, el Más Perfecto y Exaltado.

### **Ten cuidado con el amor hormonal y apasionado**

Ten cuidado con enamorarte de las apariencias; ese tipo de amor genera ansiedad y desdicha constante. Un musulmán es bendecido cuando se mantiene alejado de los mensajes que encuentra en las canciones y en la música, mensajes sobre amor ardiente, amor no correspondido o separación del ser amado.

«¿Acaso no reparas [¡Oh, Muhammad!] en aquel que sigue sus pasiones como si estas fueran una divinidad? Allah decretó por Su conocimiento divino que se extraviaría, y por ello selló sus oídos y su corazón, y puso un velo sobre sus ojos [y no pudo oír, ver ni comprender la Verdad]. Nadie podrá guiarle después que Allah lo extravió. ¿Acaso no recapacitáis?» (Corán 45:23)

Un poeta árabe escribió lo siguiente reprochándose a sí mismo:

“Soy el que atrae para sí mismo la muerte,  
quién entonces será culpado cuando el muerto  
es el propio asesino”.

Se está culpando a sí mismo por el perpetuo dolor y la desdicha que ha vivido, reconociendo finalmente que al enamorarse apasionadamente - y no poder salir de ese estado - fue el único culpable de sus penurias.

«Y si Satanás te susurra refúgiate en Allah; ciertamente Él es Omnioyente, Omnisciente.» (Corán 7:200)

«Por cierto que los piadosos, cuando Satanás les susurra, invocan a su Señor y entonces pueden ver con claridad.» (Corán 7:201)

Ibn Al-Qaiim trata este tema en su libro *La enfermedad y la cura*. Menciona una variedad de factores que contribuyen a que alguien se enamore con desesperanza y descontrol. Algunos de ellos son los siguientes:

1. Tener el corazón vacío de amor, recuerdo y temor a Allah ﷻ.
2. Permitir que nuestros ojos divaguen o fijen la mirada. Los ojos exploran y pueden traerle desdicha al corazón.

«Diles a los creyentes [¡Oh, Muhammad!] que recaten sus miradas.» (Corán 24:30)

Una mirada es como una flecha del Demonio. Un poeta árabe dijo:

“Si dejas que tus ojos divaguen hacia adelante cual explorador, terminarás acosado por todo lo que ven, pues verán aquello que no puedes alcanzar completamente, o lo que no soportarás no tener”.

3. Ser negligente en la adoración, especialmente en el recuerdo a Allah, la súplica y las oraciones voluntarias.

«Recita lo que se te ha revelado del Libro [el Corán] y haz la oración, que ciertamente la oración preserva de cometer actos inmorales y reprobables.» (Corán 29:45)

### **Algunas curas para el amor febril y desenfrenado**

«Por cierto que lo preservamos del mal y la obscenidad, porque era uno de los siervos elegidos.» (Corán 12:24)

1. Trata de mejorar tu adoración siendo más sincero e invoca a Allah ﷻ para curarte.

2. Recata tu mirada.

«Diles a los creyentes [¡Oh, Muhammad!] que recaten sus miradas y se abstengan de cometer obscenidades [fornicación y adulterio].» (Corán 24:30)

«Se preserven de cometer adulterio o fornicación.» (Corán 23:5)

3. Aléjate del objeto de tu pasión.

4. Mantente ocupado realizando buenas acciones.

«Les agradecemos porque siempre se apresuraban a realizar obras buenas, Nos invocaban con temor y esperanza, y eran sumisos.» (Corán 21:90)

5. Contrae matrimonio lícitamente, es decir, según lo estipulado por la Sharí'ah.

«Y entre Sus signos está haberos creado esposas de entre vosotros para que encontréis en ellas sosiego, y puso entre vosotros amor y misericordia. Por cierto que en esto hay signos para quienes reflexionan.» (Corán 30:21)

El Profeta ﷺ dijo:

“Oh jóvenes, quien de vosotros pueda asumir los gastos (relacionados al matrimonio) debe casarse”.

## Los derechos de la hermandad

Al encontrarte con un hermano musulmán, llámalo por el nombre que más le guste y salúdalo con una sonrisa.

“Sonreírle a tu hermano es hacer caridad”.

Alíentalo a hablar contigo, o en otras palabras, dale la oportunidad de que te cuente sobre su vida. Pregúntale por sus asuntos, pero sólo por aquellas cosas que no lo avergüencen.

“Todo aquel que muestre desinterés respecto a la situación de los musulmanes no es uno de ellos”.

﴿Los creyentes y las creyentes son aliados unos de otros...﴾ (Corán 9:71)

No lo culpes ni le recuerdes sus errores del pasado, y no lo pongas incómodo burlándote de él.

“No peles con tu hermano, no te burles de él y no concretes con él una cita para luego no acudir a ella”.

## El secreto de los pecados

Algunos eruditos han mencionado que:

1. Después de arrepentirnos de un pecado, nuestros sentimientos de vanidad concluyen y por otro lado aumenta nuestro deseo de ser perdonados. Además nuestra resignación emerge debido a que creemos en el designio divino.

2. Los nombres y atributos de Allah, como el Misericordioso y el Indulgente por ejemplo, adoptan un significado superior para quien peca y se arrepiente que para aquel no comete ninguna falta.

## **Procura tu sustento mas no seas codicioso**

¡Alabado y Glorificado sea el Creador y el Proveedor! Él le da el sustento a la lombriz en la tierra, al pez en el agua, al pájaro en el aire, a la hormiga en la oscuridad y a la serpiente debajo de las piedras.

Ibn Al-Yauzi mencionó que vio algo maravilloso y a la vez extraño. Una serpiente ciega vivía en una rama en la copa de un árbol. Un pájaro venía y le traía comida en el pico. Le hacía una señal con su canto y la serpiente abría su boca para que el ave pusiera allí el alimento. ¡Alabado y glorificado sea el Creador y el Proveedor, Quien hizo que una criatura ayudara a la otra!

«No hay criatura que camine en la tierra o vuele con sus dos alas que no forme una comunidad igual que vosotros.» (Corán 6:38)

La virgen María ~~ﷺ~~ recibía sustento día y noche. Una vez le preguntaron: “¿Cómo te llega?” Ella respondió: “Viene de Allah, ciertamente Allah provee a quien Él desea sin utilizar los factores externos normales”.

## **No te preocupes porque tu sustento está garantizado**

«No matéis a vuestros hijos por temor a la pobreza. Nosotros somos Quienes les sustentamos y a vosotros también. Matarles es un pecado gravísimo.» (Corán 17:31)

Las personas deben darse cuenta que Quien provee sustento a un padre y a su hijo, es Aquel que no engendró ni fue engendrado.

El Poseedor de los infinitos tesoros ha garantizado nuestro sustento.

«Pedid, pues, a Allah el sustento, adoradle y agradecedle.» (Corán 29:17)

«Me da de comer y de beber.» (Corán 26:79)

## **Reflexionemos:**

En cuanto a la oración y su efecto - o mejor dicho, parte de su efecto - es que elimina del corazón toda impureza y además lo fortifica y regocija. Durante una oración, nuestro ser está completamente en comunicación con Allah. Cerca de Él, sentimos alivio al pedirle y nuestra espiritualidad aumenta. En la oración se utilizan todas las extremidades del cuerpo, es decir que toda nuestra fuerza está dirigida a Su adoración. Pero lo más importante es que nuestro corazón se siente débil ante Su Majestuosidad. Cuando elevamos una plegaria, logramos paz y tranquilidad, pues uno se aleja, al menos espiritualmente, de los enemigos y de los problemas. De esta manera, la oración es uno de los remedios más potentes para las enfermedades del corazón. Sin embargo, sólo un corazón meritorio se beneficia con la plegaria; ya que el corazón débil es como el cuerpo que busca sustento en lo material.

Por lo tanto, orar es la mejor manera de ayudarnos a alcanzar las bendiciones de este mundo y también las del Más Allá. La plegaria nos aleja de los pecados, nos defiende de las enfermedades, ilumina nuestro corazón y nuestro rostro, nos hace activos. En general, le da bienestar a la persona que la realiza con sinceridad.

## **Una religión llena de beneficios**

El Islam le ofrece al creyente una amplia gama de beneficios y recompensas, los cuales lo alientan a continuar por el verdadero camino y le dan un impulso a sus esperanzas para el Más Allá.

En el Islam abundan las acciones - como la oración - que eliminan los pecados. Por ejemplo, una buena acción se multiplica y se recompensa diez veces, hasta setecientas, o quizás mucho más. Otro ejemplo son las dificultades, pues cada vez que un creyente tiene que enfrentar dificultades, algunos de sus pecados son perdonados.

«Si intentarais contar las gracias de Allah no podríais enumerarlas. Allah es Absolvedor, Misericordioso.» (Corán 16:18)

«¿Acaso no veis que Allah os sometió todo cuanto hay en los cielos y en la Tierra, y os colmó de Sus gracias, las cuales podéis apreciar algunas y otras no?» (Corán 31:20)

«No temas, ciertamente tú serás el vencedor.» (Corán 20:68)

Mûsa ﷺ estuvo en problemas en tres ocasiones:

1. Cuando entró al Consejo del malvado Faraón dijo:

«Dijeron: ¡Oh, Señor nuestro! Tememos que nos reprima y se repase con nosotros.» (Corán 20:45)

«Dijo [Allah]: No temáis, pues Yo estoy con vosotros escuchando y observando todo.» (Corán 20:46)

Este versículo, en el cual Allah ﷻ dice: «Yo estoy con vosotros escuchando y observando todo.» debe estar siempre en el pensamiento de los musulmanes.

2. Cuando los hechiceros arrojaron sus varas, Allah ﷻ dijo:

«Pero le dijimos: No temas, ciertamente tú serás el vencedor.» (Corán 20:68)

3. Cuando el Faraón y su ejército intentaban alcanzar a Moisés ﷺ, Allah ﷻ dijo:



«Y le ordenamos a Moisés: Golpea el mar con tu vara. Y entonces, el mar se dividió en dos, y cada parte del mar semejava a una enorme montaña.» (Corán 26:63)

Y Moisés ﷺ dijo:

«Dijo [Moisés]: ¡No, no nos alcanzarán! Pues mi Señor está conmigo, y Él me indicará [qué hacer para salvarnos].» (Corán 26:62)

### **Aléjate de estas cuatro actitudes**

Las siguientes cuatro acciones le provocan desdicha al corazón, por ello procura evitarlas:

1. Quejarse y enojarse con lo que Allah ﷻ ha decretado.

2. Cometer pecados sin arrepentirse.

«Diles: Ésta son las consecuencias de vuestras obras, ciertamente Allah tiene poder sobre todas las cosas.» (Corán 3:165)

«Y si os aflige una desgracia, ello es la consecuencia de [los pecados] que cometisteis...» (Corán 42:30)

3. Odiar, querer tomar venganza y envidiar a las personas por las bendiciones que Allah ﷻ les ha otorgado.

«¿Envidian a la gente por el favor que Allah les ha dispensado?» (Corán 4:54)

4. Alejarse del recuerdo de Allah ﷻ.

«Mas quien se aleje de Mi Mensaje llevará una vida mísera, y el Día del Juicio le resucitaremos ciego.» (Corán 20:124)

## **Para encontrar la paz acude a tu Señor**

El siervo de Allah - es decir, cada uno de nosotros - solamente puede encontrar alivio acudiendo a Allah ﷻ. Él menciona el sosiego en muchos versículos del Corán:

«Allah hizo descender el sosiego sobre Su Mensajero y sobre los creyentes...» (Corán 48:26)

«Hizo descender el sosiego sobre ellos...» (Corán 48:18)

«Entonces Allah hizo descender el sosiego sobre Su Mensajero y sobre los creyentes...» (Corán 9:26)

El sosiego implica tener paz en el corazón y confiar firmemente en Allah ﷻ. Es un estado de calma que disfrutaban aquellos creyentes que han sido rescatados de la duda. Y es a través de nuestra cercanía a Allah ﷻ y la perseverancia en seguir el camino del Mensajero de Allah ﷺ que lograremos alcanzar la paz y la tranquilidad.

«Allah afianza a los creyentes con la palabra firme en esta vida y en la otra [que no hay nada ni nadie con derecho a ser adorado salvo Allah]...» (Corán 14:27)

## **Dos grandes frases de alivio**

El Imâm Ahmad dijo estas dos frases que le ayudaron en aquellos difíciles momentos mientras era torturado y castigado.

La primera: Un hombre que estaba preso por beber alcohol le dijo cuando conoció al Imâm Ahmad en prisión: “Oh Ahmad, mantente firme pues serás azotado por la verdad que llevas contigo. Yo he sido azotado muchas veces por beber y aun así he sido paciente”.

«Ten pues, paciencia que lo que Allah promete se cumple, y no permitas que te hagan flaquear quienes no están convencidos [de la Resurrección].» (Corán 30:60)

«Si [combatir] os causa pesares, [sabed que] a ellos también les causa pesares. Pero vosotros esperáis de Allah lo que ellos no pueden esperar. Allah es Omnisciente, Sabio.» (Corán 4:104)

La segunda: Un beduino que vio encadenado al Imâm Ahmad cuando lo llevaban a prisión le dijo: “Oh Ahmad, sé paciente, porque ciertamente si este es el momento en que te matarán, también será el momento en que entrarás al Paraíso”.

«Su Señor les albricia [que serán recompensados en la otra vida] con Su misericordia, Su complacencia, y con jardines en los que disfrutarán permanentemente.» (Corán 9:21)

## **Algunos efectos positivos de atravesar dificultades**

Las dificultades hacen que uno acuda con humildad a su Señor. Alguien dijo en una ocasión: “Cuán perfecto es Allah, que provoca súplicas a través de las dificultades”. Hay relatos que dicen que Allah ﷻ puso a prueba a uno de Sus siervos virtuosos en un asunto en particular y luego dijo a los ángeles que era “para poder oír su voz”, refiriéndose a sus súplicas e invocaciones.

Las dificultades crean humildad en el corazón de los afligidos:

«Por cierto que el hombre se excede.» (Corán 96:6)

La gente ayuda y ora por los afligidos. De esa manera, en tiempos difíciles los creyentes se unen en un espíritu de hermandad.

Las dificultades hacen que uno agradezca por haber sido salvado de aquellas terribles situaciones. Además, las dificultades ayudan a redimir los pecados. Cuando el siervo de Allah llegue a apreciar estos aspectos, estará agradecido.

«Por cierto que la retribución para quienes sean pacientes y perseverantes será ilimitada.» (Corán 39:10)

## **El conocimiento guía y da salud**

Ibn Hazm en su libro *Mudâuah An-Nufûs* mencionó que uno de los beneficios del conocimiento es que expulsa los susurros malignos que hay en el alma y elimina las preocupaciones y los problemas.

Esto es aún más cierto para quien ama el conocimiento, estudia constantemente y pone en práctica lo que ha aprendido.

La persona que estudia y adquiere conocimiento debe distribuir su tiempo entre memorizar, recitar, leer, revisar, investigar y reflexionar.

## **La felicidad es un don divino**

Es común ver trabajadores tan pobres que lo que ganan lo gastan ese mismo día. Aún así, muchos de ellos son felices, serenos, tienen corazones fuertes y almas sosegadas. Esto se debe a que están muy ocupados como para pensar en el ayer o el mañana. Su estilo de vida les ha dado una apreciación del hoy inmediato.

Compáralos con quienes viven en mansiones. La inactividad y el tiempo libre les llevan a pensar en sus problemas y en su falta de propósito en la vida. Así, la desdicha y la miseria los invaden día y noche.

## **Ser recordado después de la muerte es como tener una segunda vida**

Tener una segunda vida es una gran felicidad. Son muchos quienes han comprado esta vida no con riqueza ni influencias, sino con buenas acciones. Abraham ﷺ le suplicó a su Señor ser

recordado bien por los demás y también le pidió que oren por él. 'Umar ؓ preguntó a los hijos de Harim Ibn Sinân: “¿Qué os ha dado Zuhair y qué le habéis dado a él?” Respondieron: “Nos halagaba en sus poesías y nosotros le ofrecíamos dinero”. 'Umar ؓ dijo: “Por Allah que lo que vosotros le habéis ofrecido se ha ido, mas lo que él os ha dado permanecerá”.

### **Invoca a Allah ﷻ de la siguiente manera**

¡Allah! Concédenos piedad para que nos alejemos de la desobediencia, obediencia para que podamos ingresar al Paraíso y certeza para que podamos superar las adversidades de este mundo.

¡Allah! Concédenos bienestar en nuestros oídos, nuestra vista y nuestra fuerza y haz que nuestros sentidos permanezcan sanos mientras sigamos con vida!

¡Allah! Restitúyenos el derecho de quien nos lo ha usurpado injustamente y ayúdanos contra el enemigo. Haz que no desfallezcamos en la práctica de nuestra religión!

¡Allah! No permitas que hagamos de este mundo el objetivo principal de nuestras vidas. Y aleja de nosotros a los opresores”.

### **Allah ﷻ jamás será injusto ni obrará mal**

Debes sentirte tranquilo y feliz de tener un Señor que es justo.

Allah ﷻ admitió a una mujer en el Paraíso gracias a la bondad que tuvo con un perro y a otra la envió al Infierno por castigar a un gato. La primera era una prostituta que le dio de beber a un perro sediento y por eso Allah ﷻ la perdonó y le permitió entrar al Paraíso. Lo hizo como recompensa por su sinceridad al hacer una buena acción y por su actitud hacia Allah ﷻ. La segunda era una mujer que encerró a un gato en un cuarto. No le dio de

comer ni beber; al encerrar al animal, le impidió que se alimentase por lo que Allah ﷻ la envió al Infierno.

La historia de estas mujeres regocija el corazón, ya que nos hace saber que Allah ﷻ da grandes recompensas aun por pequeñas acciones.

«Quien haya realizado una obra de bien, por pequeña que fuere, verá su recompensa. Y quien haya realizado una mala obra, por pequeña que fuere, verá su castigo.» (Corán 99:7-8)

«Las buenas obras borran las malas.» (Corán 11:114)

Por eso debes ayudar a los angustiados, dar a los pobres, asistir a los oprimidos, visitar a los enfermos, orar por los muertos, guiar a los ciegos, dar alivio a los afligidos, guiar a los extraviados y ser generosos con tus huéspedes y vecinos. Todos estos son actos de caridad, actos que no sólo ayudan a quienes los reciben, sino también a quien lo realiza ya que le dan alivio y paz.

## **Escribe tu propia historia**

Cierto día me encontraba sentado en la Sagrada Mezquita de La Meca; era un día sofocante y la plegaria del mediodía estaba por comenzar cuando vi a un hombre distribuyendo agua de Zamzam. Llenaba unos vasos, se los daba a la gente y luego regresaba para repetir el proceso. Continuó haciéndolo durante un tiempo hasta que estuvo empapado en sudor. Me asombré de la fortaleza de este anciano y de su amor por hacer buenas acciones. Les daba una sonrisa y un vaso de agua a cuantas personas podía servir. Esa acción me hizo apreciar que, si Allah ﷻ guía a una persona a hacer una buena acción, esa persona lo hará con una sonrisa, aun cuando implica un trabajo duro.

Abû Bakr ؓ puso en riesgo su propia vida en el viaje de la Hégira camino a Medina para proteger al Mensajero de Allah ﷺ.

Hâtim dormía con el estómago vacío para poder dar de comer a sus invitados.

Abû ‘Ubaidah permanecía de guardia toda la noche para que el ejército musulmán pudiera descansar.

‘Umar ؓ patrullaba las calles en la noche mientras los demás dormían, garantizándoles así su seguridad. Y durante un año de gran hambruna, permanecía con hambre para que otros comieran.

Abû Talhah ؓ puso su cuerpo como escudo para proteger al Profeta r de las flechas durante la batalla de Uhud.

Ibn Al-Mubâarak distribuía comida mientras ayunaba.

«Y, a pesar del amor que tenían por los bienes, alimentaron al pobre, al huérfano y al cautivo.» (Corán 76:8)

### **Escucha con atención las palabras de Allah ﷻ**

Recita el Corán y escucha cuando otros lo recitan pues al hacerlo, encontrarás felicidad, paz y tranquilidad. Al Mensajero de Allah ﷺ le gustaba que alguno de sus nobles compañeros recitara el Corán.

Tómate unos minutos al día para escuchar una grabación con recitación del Corán. Los ruidos de la calle, el trabajo o la oficina seguramente te alterarán, por eso tómate tu tiempo para relajarte y oír el Libro del Señor:

«Aquellos que creen, sus corazones se sosiegan con el recuerdo de Allah. ¿Acaso no es con el recuerdo de Allah que se sosiegan los corazones?» (Corán 13:28)

En un Hadíz auténtico se relata lo siguiente:

El Mensajero de Allah ﷺ ordenó a Ibn Mas'ûd que leyera sura "Las mujeres". La leyó hasta que comenzaron a caer lágrimas por las mejillas del Profeta ﷺ, y luego dijo: "Ya es suficiente (o sea, puedes dejar de leer)".

«Diles: Si los hombres y los genios se unieran para hacer un Corán similar, no podrían lograrlo aunque se ayudaran mutuamente.» (Corán 17:88)

«Si hubiéramos hecho descender este Corán sobre una montaña, la habrías visto temblar y derrumbarse por temor a Allah.» (Corán 59:21)

La rutina de la vida cotidiana a menudo nos lleva por un camino de apatía, en el cual no nos preocupamos más que por comer y dormir, llegando así al nivel de los animales. Pero cuando regresamos a las palabras de nuestro Señor, sentimos alivio y paz.

Es importante advertir que son las palabras de Allah ﷻ las que le dan paz a una persona y no la música. La música es un sustituto barato y prohibido. Tenemos algo mucho mejor, aquello que le ha sido revelado al Mensajero de Allah ﷺ.

«Es inalterable y no ha sido negado [por ningún Libro] que le precediera [ni podrá ser refutado por ningún otro Libro] que le suceda, porque ciertamente es una revelación del Sabio, Loable.» (Corán 41:42)

«Y cuando oyen lo que le ha sido revelado al Mensajero ves que sus ojos se inundan de lágrimas porque reconocen la Verdad.» (Corán 5:83)

En cuanto a la música, sólo los que ignoran el Corán encuentran paz en ella.



«Y entre los hombres hay quienes se vuelcan a las palabras vanas para desviar a los demás del sendero de Allah sin saber [el castigo que les aguarda], y se burlan [de los preceptos de Allah]. Éstos son quienes tendrán un castigo humillante.» (Corán 31:6)

## **Todos buscan la felicidad, pero...**

Son pocos quienes transitan con certeza el camino que lleva a la felicidad. Con respecto a los otros caminos, he aquí tres puntos sobre los cuales reflexionar:

1. Quien no le dé prioridad en la vida a complacer a Allah ﷻ seguramente perderá al final:

«A quienes desmientan Nuestros signos les degradaremos paulatinamente [mermándoles el sustento] sin que puedan darse cuenta.» (Corán 7:182)

2. Para lograr la felicidad, las personas intentan seguir muchos caminos complicados e intrincados. Poco saben que el camino más fácil es la religión del Islam porque es un camino que les dará lo mejor tanto en esta vida como en el Más Allá.

«Pero si hubieran cumplido con lo que se les ordenó, habría sido mejor para ellos y les habría fortalecido la fe.» (Corán 4:66)

3. Hay muchas personas en este mundo que creen que les está yendo bien pero que, en realidad, están perdiendo en esta vida y en el Más Allá, simplemente porque le dan la espalda a la verdadera religión.

«La Palabra de tu Señor [el Corán] es completamente cierta y justa. Nadie puede alterar la Palabra de Allah, Él es Omnioyente, Omnisciente.» (Corán 6:115)

## **Reflexionemos:**

Prepárate para los malos momentos siendo agradecido cuando las cosas están bien.

Suplica con frecuencia en tiempos de paz, tranquilidad y bienestar. Una de las características del creyente es ser agradecido y resuelto: 'afila la flecha antes de lanzarla con el arco' y acude a Allah ﷻ antes de verte en dificultades. Los opuestos del creyente en este aspecto son los incrédulos y los musulmanes imprudentes.

«Cuando al hombre le acontece una desgracia, invoca a su Señor y se vuelve a Él [pidiéndole que le auxilie]; luego cuando Él le concede una gracia, olvida porqué Le había invocado antes [como si no le hubiese sucedido ninguna desgracia], y atribuye copartícipes a Allah descarriando a otros de Su sendero.» (39:8)

Por lo tanto, si de verdad queremos ser redimidos, tenemos que permanecer firmes en nuestras súplicas y alabanzas a Allah ﷻ. El objeto de suplicar a Allah ﷻ en tiempos de sosiego es pedir Su ayuda y asistencia, tal como ha sido mencionado por el Imâm Al-Halîmi: "Adorar a Allah ﷻ es agradecerle y reconocer Sus inmensos favores, pero al mismo tiempo es pedir Su orientación y ayuda". También es importante buscar Su perdón por los errores y faltas pues no importa cuántas veces lo hagamos, ya que jamás alcanzaremos a cumplir totalmente los derechos que Allah ﷻ posee sobre nosotros. Cuando uno permanece olvidado de esos derechos en los momentos en que no hay preocupaciones o cuando se siente seguro, se retrotrae a la categoría de los mencionados en este versículo:

«Cuando se embarcan [y son azotados por una tempestad] invocan a Allah con sinceridad [reconociendo que sólo Él debe ser adorado], pero cuando les ponemos a salvo llevándoles a tierra, Le atribuyen copartícipes [nuevamente].» (Corán 29:65)

## Dicha y desventura

Las agencias de noticias de todo el mundo dieron cuenta del suicidio de un ministro francés durante el gobierno de Mitterrand. La razón de ese suicidio fue que la prensa francesa le había declarado una guerra implacable defenestrando su nombre y reputación. Al no tener fe, ni santuario al cual acudir o donde buscar apoyo, terminó por destruir su propia vida.

Este desdichado ser, que buscó refugio en su propia destrucción, no tuvo la orientación de la guía divina que se resume en los siguientes versículos:

«No te apenes [por la incredulidad de tu pueblo] ni te angusties por lo que tramán.» (Corán 16:127)

«Ellos sólo podrán agraviaros [con sus calumnias], y cada vez que os combatan huirán por temor, y no serán socorridos.» (Corán 3:111)

«Ten paciencia con lo que dicen [los incrédulos acerca de ti y de la revelación] y apártate de ellos discretamente.» (Corán 73:10)

Fue así porque estaba perdido y lejos del camino de la verdad.

«A quien Allah extravía nadie puede encaminar.» (Corán 7:186)

Hay quienes sugieren que toda persona que se encuentra abatida o en una situación de desesperación debe hacer algún viaje al campo, escuchar música, ir a esquiar o jugar ajedrez.

Pero los adherentes al Islam sostienen que hay una cura mucho más efectiva: sentarse en la mezquita después del llamado a la oración y antes del comienzo de la misma para recordar a Allah ﷻ, aceptar con agrado el designio divino y depositar toda la confianza en Allah ﷻ.

«Por cierto que te hemos abierto el pecho [disponiéndolo para que pueda recibir la profecía].» (Corán 94:1)

Éstas fueron las palabras que descendieron sobre el Profeta ﷺ y que se manifestaron en su carácter. Su mente estaba en paz y su espíritu alto; era optimista y tranquilo en sus asuntos. Estaba muy cerca de los corazones de la gente. Si bien estaba próximo y siempre sonriente, había en torno a él una constante sensación de dignidad y respeto. En términos de carácter era completo y no tenía paralelo alguno. Siempre modesto, jugaba con los niños y abría sus puertas a los visitantes. Siempre estaba feliz con los favores y bendiciones de Allah ﷻ; la desesperanza y el fracaso eran conceptos totalmente ajenos a él. En su lugar, favorecía el optimismo en todas sus formas. Detestaba la ostentación, la falsedad y la extravagancia. Se puede decir que el Profeta ﷺ era un resumen de todas las características mencionadas. Fue noble en el verdadero sentido de la palabra ya que llevaba consigo el verdadero mensaje, poseía principios honorables, fue un ejemplo de maestro para toda la humanidad, hombre respetable en su familia y en la sociedad y un gran portador de virtudes.

En pocas palabras, fue alguien orientado hacia todo lo que es bueno.

«Aquellos que siguen al Mensajero y Profeta iletrado [Muhammad], quien se encontraba mencionado en la Torá y el Evangelio, que les ordena el bien y les prohíbe el mal, les permite todo lo beneficioso y les prohíbe lo perjudicial, y les abroga los preceptos difíciles que pesaban sobre ellos [la Gente del Libro]; y quienes crean en él, lo secundan, defiendan y sigan la luz que le ha sido revelada [el Corán] serán quienes tengan éxito.» (Corán 7:157)

«Y no te enviamos [¡Oh, Muhammad!] sino como misericordia para los mundos.» (Corán 21:107)

«Exhortas [a los hombres a creer en] Allah con Su anuencia, y eres como una antorcha luminosa [que guía a quienes están en las tinieblas hacia la luz de la fe].» (Corán 33:46)

## ¿Qué es vivir feliz?

Un pensador británico afirmó:

“Es posible que usted, a pesar de estar detrás de rejas, pueda mirar el horizonte y oler las rosas. También es extremadamente razonable que usted viva en un castillo lleno de opulencia y comodidades y aun así esté enojado y desconforme con su familia y su riqueza”.

Por lo tanto, la felicidad no está determinada por el tiempo o el espacio, sino por la fe en Allah ﷻ. Y no olvidemos que el corazón es el lugar que Allah ﷻ mira y vigila. Si la fe se afianza en el corazón, la felicidad y la tranquilidad invadirán el alma.

Ahmad Ibn Hanbal fue un erudito y prolífico recopilador del Hadîz. Vivió una vida productiva, mas no era rico: sus ropas estaban remendadas y cada vez que se rasgaban, él mismo las cosía. Vivía en una casa de tres habitaciones hecha de adobe. A menudo, sólo comía una hogaza de pan. Sus biógrafos mencionan que tuvo los mismos zapatos durante diecisiete años y que con frecuencia los remendaba. Había carne en su plato sólo una vez al mes y eran más las veces que ayunaba que las que comía. Viajaba por diversos lugares buscando Hadices. A pesar de todas las dificultades que tuvo que soportar, fue un hombre feliz, tranquilo, sereno y despreocupado. Estas cualidades pueden atribuirse a su fortaleza, a su meta clara y a un destino firme dedicado a la búsqueda de la recompensa de Allah. Trabajaba para la Otra Vida y anhelaba el Paraíso.

Por otro lado, los gobernantes de esa época, como Al-Ma'mûn, Al-Uâziq, Al-Mu'tasim y Al-Mutauakkil vivían en castillos. Tenían montañas de oro y plata, un ejército completo a su disposición; tenían todo lo que quisieran. Pero a pesar de toda su riqueza material, vivían en un torbellino y se pasaban la vida ansiosos y preocupados. Las guerras, los levantamientos y las insurgencias les provocaban miseria. Desde los anales de la historia, vemos incluso que muchos de ellos dejaban este mundo amargamente en su lecho de muerte, sintiéndose arrepentidos por sus extravagancias y también por sus pecados.

El Sheij Al-Islâm Ibn Taimiiah es otro ejemplo. Pasó por este mundo sin familia, sin un lugar al que pudiera llamar hogar, sin riqueza ni posición. Tenía una habitación junto a la mezquita central de Banû Umaiih, una hogaza de pan para todo el día y sólo dos vestimentas. En ocasiones incluso dormía en la mezquita. Pero, como dijo: "Su paraíso estaba en su corazón, su ejecución significó el martirio, la reclusión fue un aislamiento pacífico y tranquilo y el exilio de su país significó para él como viajar al extranjero". Tales sentimientos solamente llegaban a él gracias a la fe que había en su corazón firme como una roca.

﴿Allah es la luz de los cielos y la Tierra. Su luz es como [la que surge de] una hornacina en la cual hay una lámpara dentro de un recipiente de vidrio tan brillante como un astro resplandeciente. La lámpara se enciende con el aceite de un árbol bendito de olivo [procedente] de una zona central entre oriente y occidente, cuyo aceite por poco alumbra sin haber sido tocado por el fuego: Es luz sobre luz. Allah guía hacia Su luz a quien Él quiere, y expone ejemplos para que los hombres recapaciten; y Él es Omnisciente.﴾ (Corán 24:35)

﴿En cambio, a quienes tengan fe, obren rectamente y crean en lo que fue revelado a Muhammad, que es la Verdad que provie-

ne de su Señor, Él les perdonará sus pecados y hará que prosperen.﴾ (Corán 47:2)

﴿Y a quienes siguen la guía, Él les incrementará su fe y les facilitará obrar piadosamente.﴾ (Corán 47:17)

﴿Se podrá ver en sus rostros el resplandor de la dicha.﴾ (Corán 83:24)

Abû Dharr ؓ fue un Compañero del Profeta conocido por su vida ascética. Al llevar consigo a su esposa e hijos, dejó la ciudad y se instaló en un lugar aislado. Luego de armar su tienda, pasaba la mayor parte de sus días adorando a Allah ﷻ, recitando el Corán y meditando. Casi siempre ayunaba. Sus posesiones mundanas no eran más que una tienda, algunas ovejas y otras insignificancias. Cuando lo visitaban algunos amigos, le preguntaban: “¿Dónde está el mundo (es decir, dónde están las cosas materiales que otros tienen)?” Respondía: “En mi casa está todo lo que necesito de este mundo, pues el Profeta ﷺ nos dijo que tenemos por delante un obstáculo insuperable (es decir, el Día del Juicio) y nadie lo pasará (con seguridad) excepto quien lleve sobre sí mismo una carga ligera”.

A pesar de vivir una vida con dificultades, tenía todo lo que necesitaba de este mundo. En cuanto a las posesiones superfluas, sentía que lo distraerían de su principal fin y que sólo le causarían preocupaciones.

## Ahora bien, ¿qué es la felicidad?

“Vive en este mundo como si fueras un extraño o un viajero que sólo va de paso”. ¡Bienaventurados los que se sienten extraños en este mundo!

La felicidad no está en el castillo de 'Abd Al-Malik Ibn Maruân ni en el ejército de Hârûn Ar-Rashîd o en las mansiones de Ibn Al-Yassâs o en los tesoros de Qârûn ni en los rosadales.

La dicha y la felicidad estaban con los compañeros del Profeta a pesar de que eran pobres y tenían vidas difíciles. La felicidad estaba con el Imâm Al-Bujâri en su colección de Hadices, con Al-Hasan Al-Basri en su honestidad, con Ash-Shâfi' en sus deducciones, con Mâlik en su introspección, con Ahmad en su piedad y con Zâbit Al-Bannâni en su devoción.

«Sabed que [los que se esfuerzan por la causa de Allah] no sufrirán sed, cansancio ni hambre mientras luchen por la causa de Allah, y tampoco pisarán terreno alguno que enfurezca a los incrédulos ni les alcanzará alguna hostilidad de los enemigos sin que por ello les sea registrado una obra buena; Allah no deja que se pierda la recompensa de los benefactores.» (Corán 9:120)

La felicidad no es un cheque que se cobra ni un auto que se compra ni petróleo que se extrae.

La felicidad es el alivio que surge de seguir la verdad, de tener paz en la mente, una paz lograda viviendo según principios sólidos y una calma generada al vivir una vida de bondad.

Solemos pensar que si compramos una casa más grande o más cosas, o si tenemos los últimos electrodomésticos que hacen más fácil nuestra vida, seremos más felices y alegres. Y luego nos sorprendemos al ver que casualmente son esas cosas las que provocan ansiedad, preocupación y problemas en nuestras vidas.

«No codicies aquello conque hemos agraciado a algunos de los ricos, pues son sólo placeres de esta vida mundanal con los que los ponemos a prueba.» (Corán 20:131)

El reformador más grande en este mundo fue el Mensajero de la guía, Muhammad ﷺ. Vivía muy pobre; en ocasiones, no encontraba ni un dátil para calmar su hambre. A pesar de esas dificultades, tuvo una vida de dicha y paz interior sin paralelo alguno.



«[te hemos] liberado de la carga [de tus faltas anteriores] que te pesaba.» (Corán 94:2-3)

«El favor de Allah sobre ti es grandioso.» (Corán 4:113)

«Allah sabe mejor que nadie en quién confiar Su Mensaje.» (Corán 6:124)

El Profeta ﷺ dijo en un Hadîz auténtico:

“El pecado es lo que afecta tu corazón (te hace dudar y permanece en tu conciencia) y lo que odias que la gente se entere. La piedad, en cambio, es lo que te hace sentir tranquilo y deja la conciencia en paz”.

La rectitud calma la conciencia y sosiega el alma. El Profeta ﷺ dijo:

“La rectitud trae tranquilidad mientras que cometer pecados provoca incertidumbre”.

Aquel que hace el bien está siempre en paz, mientras que el pecador está siempre preocupado y sospecha de lo que le rodea.

«Crean que todo grito va dirigido contra ellos.» (Corán 63:4)

Las personas que hacen el mal van de la ansiedad a las sospechas y de allí a la paranoia.

“Si uno hace el mal, sentirá sospechas, y creará todo lo que sospeche”.

La solución para quien busca la felicidad se halla claramente en hacer el bien y evitar el mal.

«Quienes crean y no desacrediten su fe con ninguna injusticia [idolatría] serán quienes estarán a salvo, y son ellos los encaminados.» (Corán 6:82)

Ser un musulmán espiritualmente sano es mejor que alcanzar los reinos de Cosroes y el imperio de César, pues la religión es lo que permanecerá hasta que llegue la hora de instalarte en los jardines del Paraíso. En cuanto al poder y las influencias, no son más que cosas momentáneas y pasajeras.

«Nosotros heredaremos la Tierra y a quienes están sobre ella. Y ante Nosotros comparecerán.» (Corán 19:40)

## **A Él ascienden las buenas palabras**

El Mensajero de Allah ﷺ enseñó a sus compañeros una serie de hermosas invocaciones breves en su extensión pero muy poderosas en sus implicancias.

Abû Bakr ؓ le pidió al Profeta ﷺ que le enseñara una súplica, a lo que él respondió:

“Di: ¡Allah! He sido muy injusto conmigo mismo y sólo Tú perdonas los pecados, absuélveme con tu Perdón. Ten misericordia de mí, pues ciertamente Tú eres Perdonador y Misericordioso”.

El Profeta ﷺ le dijo a Al-‘Abbâs ؓ:

“Pide a Allah perdón y buena salud”.

Y a ‘Ali ؓ le dijo:

“Di lo siguiente: ¡Oh Allah, guíame y oriéntame (por el camino correcto)!”

A ‘Ubaid Ibn Husain ؓ le dijo:

“Di lo siguiente: ¡Oh Allah, inspírame con la guía correcta y protégame de mi propio mal!”

A Shaddâd ؓ le enseñó a decir:

“¡Oh Allah! Te pido que me des firmeza en la religión. Permíteme tener voluntad para obrar correctamente, ser agradecido por

Tus bendiciones y diligente en Tu adoración. Y Te pido, Oh Allah, que des solidez a mi corazón y honestidad a mis palabras; y otórgame del bien que Tú conoces. En Ti busco refugio del mal que Tú bien conoces y Te pido perdón por aquello que también Tú conoces perfectamente. Ciertamente Tú eres el Conocedor de todo lo desconocido”.

El Profeta ﷺ también enseñó a Mu'âdh ؓ a decir:

“Oh Allah, ayúdame a recordarte, a agradecerte y a adorarte de la mejor manera”.

Pedirle a Allah ﷻ Su complacencia y Su misericordia en el Más Allá, invocar a Allah ﷻ para que nos salve de Su ira y Su castigo, y pedirle ayuda para adorarlo y agradecerle, son tres de los temas que se destacan en las súplicas anteriores. Con respecto a esto, existe un común denominador a todos: debemos buscar todo lo que complace a Allah ﷻ y alejarnos de lo que está en este mundo, o dicho en otras palabras, no debemos ser codiciosos con las cosas materiales que por su propia naturaleza son efímeras.

«Así es el castigo de tu Señor cuando decide azotar a las ciudades por su iniquidad, ciertamente Su castigo es doloroso y severo.» (Corán 11:102)

El ser humano puede entristecerse y angustiarse por muchas razones. Éstas son algunas de ellas: hacer daño a los demás, usurpar sus derechos y lastimar a los más débiles. Algunos sabios solían decir: “Ten temor de aquel que no encuentra quien lo ayude en su embestida contra ti (en tus malas acciones) excepto Allah”.

La historia de los pueblos pasados nos han dejado ejemplos muy contundentes con respecto a lo que le espera al opresor. Tal es el caso de 'Âmir Ibn At-Tufail, que se complotó para asesinar al Profeta ﷺ, quien a su vez suplicó contra él. Inmediatamente,

‘Âmir comenzó a sufrir una inflamación glandular y luego de una hora de gritar y retorcerse de dolor murió.

Arbad Ibn Qais también tenía planes similares y el Profeta ﷺ suplicó contra él. Allah ﷻ le envió un rayo a Arbad, calcinándolo a él y a quienes lo rodeaban.

Poco antes de que Al-Hayyây ejecutara a Sa’îd Ibn Yubair ة, éste último suplicó y dijo: “¡Oh Allah, no le des poder a nadie contra mí!” Al-Hayyây comenzó a sufrir un absceso en su mano, el cual se extendió rápidamente por todo su cuerpo. Sufrió tanto dolor que comenzó a gritar como un animal, hasta que finalmente murió en un estado penoso.

Sufiân Az-Zauri se encontraba escondido debido a las amenazas de Abû Ya’far Al-Mansûr. Abû Ya’far iba camino a la Ka’bah en La Meca mientras Sufiân ya se encontraba en la Ka’bah. Se colgó de la cortina de la estructura edilicia y le pidió fervientemente a Allah ﷻ que no le permitiera a Abû Ya’far entrar a Su Casa Sagrada. Abû Ya’far murió justo antes de atravesar los límites de La Meca.

Ahmad Ibn Abû Du’âd Al-Qâdi Al-Mu’tazili participó para hacerle daño al Imâm Ahmad Ibn Hanbal. El Imâm Ahmad oró contra ellos, por lo que Allah ﷻ castigó a Ibn Abû Du’âd con una hemiplejía. Y decía: “En cuanto a una mitad de mi cuerpo, si una mosca se posara en cualquier parte de él, sentiría como si hubiese comenzado el Día del Juicio. En cuanto a la otra mitad, si la cortaran en mil pedazos con unas tijeras, no sentiría nada”.

El Imâm Ahmad que había sido muy lastimado y dañado cuando lo torturaron elevó una plegaria contra uno de sus transgresores, Ibn Az-Zaiiât. No pasó mucho tiempo antes de que alguien torturara y asesinara a Ibn Az-Zaiiât introduciéndolo en un horno y martillándole clavos en la cabeza.

Durante el reino de Yamâl 'Abd An-Nâsir, Hamzah Al-Basiûni torturó a muchos musulmanes en la prisión. Se burló de ellos socarronamente diciendo: "¿Dónde está su Señor para darle el acero que se merece?" ¡Cuán lejos está Allah ﷻ de lo que puedan decir los opresores!

Un camión arrolló el auto de Hamzah matándolo en el acto, y justamente, el camión llevaba barras de acero, una de las cuales atravesó a Hamzah desde la cabeza hasta sus entrañas. El equipo de rescate sólo pudo sacarlo del auto cortándolo en pedazos.

«Y el Faraón y sus huestes tiranizaron el país sin derecho, y pensaron que no iban a comparecer ante Nosotros.» (Corán 28:39)

«En cuanto a 'Âd, se ensoberbecieron injustamente en la Tierra, y dijeron: ¿Acaso existe alguien más fuerte que nosotros? ¿Es que no sabían que Allah es Quien los creó y que Él es más fuerte que ellos? Pero rechazaron Nuestros signos [evidentes].» (Corán 41:15)

Es similar el caso de Salâh Nasr, quien era general de 'Abd An-Nâsir y conocido por hacer el mal y causar daño en toda la zona. Contrajo diez enfermedades crónicas muy dolorosas. Vivió en la desdicha muchos años y los médicos no le encontraban una cura. Al final, murió de manera humillante como prisionero en las mismas cárceles de aquellos líderes a quienes solía servir.

«Todos ellos fueron opresores en sus países, e hicieron proliferar en ellos la corrupción [y la incredulidad]. Pero tu Señor les destruyó con un terrible castigo.» (Corán 89:11-13)

El Profeta ﷺ dijo:

“Ten cuidado de las súplicas de los oprimidos, pues ciertamente no hay velo entre ellas y Allah”.

## **Las súplicas de los oprimidos**

Ibrâhîm At-Taimi dijo en una ocasión:

“Cuando un hombre me agravia, le devuelvo con un acto de piedad”.

Cuando le robaron dinero a un hombre piadoso que vivía en Jurasân, comenzó a llorar. Al-Fudail, quien lo vio en ese estado, le preguntó: “¿Por qué lloras?” El hombre respondió: “Recordé que Allah nos unirá a mí y al ladrón el Día del Juicio y lloré pues siento pena por él”.

Alguien calumnió a un sabio de las primeras generaciones del Islam. Éste le devolvió la acción regalándole dátiles, y cuando el hombre preguntó por la razón del obsequio, respondió: “Porque me haz hecho un bien (es decir, que el Día del Juicio el hombre tendrá que darle algunas de sus buenas acciones o cargar con algunos de los pecados cometidos por él)”.

## **La importancia de tener un buen amigo**

Todo musulmán necesita un hermano que le ayude y aprecie, es decir alguien a quien acudir y con quien compartir alegrías, dificultades y afectos.

«Asígname de mi familia para que me ayude [en la transmisión del Mensaje] a mi hermano Aarón, fortaléceme con él, y asóciate en mi misión [y désignalo Mensajero igual que a mí] para que Te glorifiquemos y Te recordemos mucho.» (Corán 20:29-34)

«¡Oh, creyentes! No toméis a los judíos ni a los cristianos por aliados. Ellos son aliados unos de otros.» (Corán 5:51)

«Ciertamente Allah ama a quienes combaten en filas por Su causa, como si fueran una edificación sólida.» (Corán 61:4)

«Él es Quien unió vuestros corazones, y tú no habrías podido hacerlo aunque hubieras gastado todo lo que hay en la Tierra, pero Allah los unió [y reconcilió a los grupos divididos]. Ciertamente Él es Poderoso, Sabio.» (Corán 8:63)

«Ciertamente los creyentes son todos hermanos entre sí; reconciliad pues a vuestros hermanos, y temed a Allah para que Él os tenga misericordia [en esta vida y en la otra].» (Corán 49:10)

El tema que estamos desarrollando está relacionado con el tema central de este libro ya que tener un buen compañero da alegría al corazón. El Profeta ﷺ dijo: "Allah ﷻ dirá (el Día del Juicio): '¿Dónde están los que se amaron por Mi causa (es decir aquellos que se amaron por Allah)? Hoy les refugiaré bajo Mi sombra, pues no hay más sombra que la mía'".

### **En el Islam la seguridad es un deber**

«Quienes crean y no desacrediten su fe con ninguna injusticia [idolatría] serán quienes estarán a salvo, y son ellos los encaminados.» (Corán 6:82)

«Por haberles proveído el sustento para que pudieran saciar el hambre y haberles dado seguridad.» (Corán 106:4)

«¿Acaso no les hemos consolidado un territorio sagrado y seguro, al cual llegan frutos de todas clases como sustento proveído por Nosotros?» (Corán 28:57)

«Quien ingrese en ella estará a salvo. Es una obligación para los hombres peregrinar a esta Casa si se encuentran en condiciones de hacerlo [físicas y económicas].» (Corán 3:97)

«Si alguno de los idólatras te pidiera protección, ampárale para que así recapacite y escuche la Palabra de Allah, luego [si no reflexiona] ayúdale a alcanzar un lugar seguro.» (Corán 9:6)

El Profeta ﷺ dijo:

“Todo aquel que pase la noche con seguridad dentro de su hogar, con un cuerpo sano y suficiente provisión para el día, debe sentir que se ha ganado el mundo en su totalidad”.

La seguridad del corazón es la fe y la certeza de saber la verdad. La seguridad del hogar es la ausencia de penas y desviaciones. La seguridad de nuestra nación es su capacidad de estar unida con amor y justicia y de aplicar la ley de la Sharí'ah.

## **El miedo es el enemigo de la seguridad**

﴿Y Moisés se alejó de la ciudad con temor y cautela, y exclamó: ¡Señor mío! Protégeme de los opresores.﴾ (Corán 28:21)

﴿Hoy los incrédulos han perdido las esperanzas de [haceros renunciar a] vuestra religión. No les temáis sino temedme a Mí.﴾ (Corán 5:3)

Según las categorías de seguridad mencionadas, no existe paz ni seguridad para quien tiene miedo o es incrédulo.

¡Cuán mísera es la vida de este mundo! Si eres próspero en un aspecto de tu vida, seguramente eres desdichado en otro. Si la riqueza llega por un lado, la enfermedad llega por el otro. Si tu cuerpo está sano, surgirá seguramente alguna otra dificultad. Y cuando todo parece estar bien y percibes finalmente una sensación de estabilidad, terminan tus días en un ataúd.

Un poeta llamado Al-A'sha de Nayd se dirigía hacia el Profeta ﷺ para cantarle poemas y aceptar el Islam. Abû Sufiân lo encontró en el camino y le ofreció cien camellos para que desistiera de su misión y regresara a su casa. Aceptó la propuesta y partió con los camellos. Para emprender el viaje de regreso, montó uno de los camellos, pero el mismo se enloqueció y lo arrojó al suelo,



haciéndolo golpear la cabeza, tras lo cual se quebró el cuello y murió. Dejó este mundo sin haber logrado su meta religiosa ni tampoco la mundana.

### **La gloria es pasajera**

La felicidad, para ser verdadera, debe ser perpetua en su duración y completa en su magnitud. En otros términos, debe estar presente siempre y no puede jamás ser interrumpida por ninguna angustia. Además debe existir tanto en este mundo como en el Más Allá. La felicidad plena no se ve mancillada por problemas ni preocupaciones.

An-Nu'mân Ibn Al-Mundhir, quien era rey de Irak, se sentaba bajo un árbol a relajarse y beber alcohol. Llamó una vez a 'Adi Ibn Zaid, un sabio, para que viniera y lo aconsejara. 'Adi le dijo: "Oh rey, ¿sabes lo que dice este árbol?" El rey dijo: "No, ¿qué dice?" 'Adi respondió:

"Mucha gente ha descansado alrededor de mí, para beber vino mezclado con agua pura, pero tiempo después fueron juguetes del tiempo (es decir, algún mal les ocurrió), y el tiempo es así: siempre alterna entre un estado y otro".

Al verse atormentado por tal descripción, el rey se amargó; dejó de beber y fue desdichado hasta el día de su muerte.

El Shâh de Irán, en ocasión de la celebración de los dos mil quinientos años del establecimiento del Imperio Persa, comenzó a hacer planes para expandir el poder de sus tierras más allá de su reino. Luego, del día a la noche, su poder le fue usurpado:

﴿Di: ¡Oh, Allah, Soberano del Reino! Tú concedes el poder a quien quieres y se lo quitas a quien quieres, dignificas a quien

quieres y humillas a quien quieres. El bien está en Tus manos.»  
(Corán 3:26)

Perseguido de su castillo y de su mundo, murió en el exilio, pobre y lejos de su país. Nadie lloró su muerte.

«Cuántos huertos y manantiales dejaron [el pueblo del Faraón], y cultivos, y hermosas residencias, y también gracias de las que disfrutaban.» (Corán 44:25-27)

Un caso similar es el de Nicolae Ceausescu, ex presidente de Rumania que gobernó durante veintidós años. Tenía 70.000 guardias personales, pero al final, su propio pueblo rodeó su castillo y fue condenado a muerte.

«Entonces hicimos que la tierra se tragase a Qârûn y a su casa, y no hubo nadie que pudiese socorrerlo, y tampoco pudo salvarse a sí mismo.» (Corán 28:81)

Así murió, sin nada, pues no se llevó ningún bien material de este mundo ni tampoco se preparó para la otra vida.

Otro ejemplo es el de Marcos, ex líder de Filipinas. Acumuló riqueza y poder a costa de la desdicha de su pueblo. Como pago Allah ﷻ le hizo sentir la misma desdicha cuando fue exiliado privado de su país, su familia y su poder. Sin tener santuario al cual acudir, murió en la ignominia. Además su propio pueblo rehusó que sea enterrado en Filipinas.

«[Allah] Desbarató sus planes [de destruir la Ka'bah].» (Corán 105:2)

«Entonces, Allah le castigó en esta vida [ahogándolo, para que escarmienten los hombres], y también lo hará en la otra [introduciéndolo en el Infierno].» (Corán 79:25)

«A cada uno [de estos pueblos] les aniquilamos según sus pecados.» (Corán 29:40)

## **Realizar actos de bondad es la coronación de una vida feliz**

Para alcanzar la paz y la felicidad debes ser diligente a la hora de realizar actos de bondad. El Profeta ﷺ dijo:

“Lucha por aquello que te beneficie y busca auxilio en Allah”.

Un compañero del Profeta ﷺ le pidió ser uno de sus compañeros en el Paraíso. Y él respondió:

“Esfuézate prosternándote con frecuencia, ya que Allah te aumentará un grado por cada postración que hagas frente a Él”.

Otro compañero le pidió al Profeta ﷺ que le indicara alguna acción que constituya un bien importante. Él respondió:

“Que tu lengua permanezca siempre húmeda con el recuerdo de Allah”.

En respuesta al tercer hombre que buscaba hacer el bien, el Profeta ﷺ dijo:

“No maldigas, ni golpees a los demás con tu mano. Si alguien te maldice por algo que sabe de ti, no lo maldigas por algo que sepas de él. No desprecies ningún tipo de buena obra, aun si ésta consiste en sacar agua de tu vasija para dar de beber a un sediento”.

«Y apresuraos a alcanzar el perdón de vuestro Señor y un Paraíso tan grande como los cielos y la Tierra, reservado para los piadosos.» (Corán 3:133)

«Les agradecemos porque siempre se apresuraban a realizar obras buenas, Nos invocaban con temor y esperanza, y eran sumisos.» (Corán 21:90)

«Y los aventajados [serán aquellos que en la vida mundanal se apresuraron en realizar obras de bien].» (Corán 56:10)

## **No te demores cuando se trate de hacer buenas acciones**

«Quienes anhelan esta recompensa que se esfuercen por alcanzarla [obedeciendo a Allah].» (Corán 83:26)

‘Umar ؓ luego de ser apuñalado y cuando aún sangraba, le dijo a un joven que arrastraba su vestidura por el suelo: “Sobrino mio, levanta tu vestidura, pues es más correcto ante Allah y más puro para tus ropas”. ¡Aún sufriendo un enorme dolor en su lecho de muerte, invitaba a otros a hacer el bien!

«Vosotros podéis elegir obrar bien [e ingresar al Paraíso] u obrar mal [e ingresar en el Infierno].» (Corán 74:37)

Ciertamente la felicidad no se logra durmiendo mucho, buscando la comodidad, ni rechazando hacer buenas acciones.

«Si [los hipócritas] hubieran querido realmente combatir se habrían preparado para tal fin, pero Allah no quiso que salieran [con vosotros], y les infundió desgano y se les dijo: Permaneced con quienes se quedan [por estar verdaderamente eximidos].» (Corán 9:46)

## **La lógica de las almas oprimidas y letárgicas es:**

«Se alegraron quienes no participaron [en la batalla de Tabûk] por haberse quedado contrariando las órdenes del Mensajero, y se negaron a contribuir y luchar por la causa de Allah, y dijeron: No marchéis [a combatir] con este calor. Diles [¡Oh, Muhammad!]: El calor del fuego del Infierno es mucho más intenso aún, si lo comprendierais.» (Corán 9:81)

«¡Oh, creyentes! No seáis como los incrédulos que dijeron de sus hermanos, cuando éstos salían para comerciar o en una expedición militar: Si se hubieran quedado con nosotros no habrían muerto ni caído en la batalla. Allah hizo que esto les pese

en sus corazones. Allah da la vida y la muerte; Allah está bien atento a lo que hacéis.) (Corán 3:156)

Para el musulmán está prohibido quedarse atrás cuando se trata de hacer buenas acciones.

«¡Oh, creyentes! ¿Por qué cuando se os ordena combatir por la causa de Allah os aferráis a la vida? ¿Es que preferís la vida mundanal a la otra? Sabed que los placeres mundanos en comparación con los de la otra vida son insignificantes.» (Corán 9:38)

«Entre vosotros hay quien se queda rezagado, y si os alcanza una desgracia dice: Allah me ha agraciado, pues no estuve allí presente con ellos.» (Corán 4:72)

«Y si hubiésemos querido habríamos elevado su rango [en esta vida y en la otra, preservándolo], pero se inclinó por los placeres de este mundo y siguió sus pasiones. Se comportó como el perro que si le llamas jadea y si le dejas también jadea. Éste es el ejemplo de quienes desmienten Nuestros signos; nárrales pues, estas historias para que reflexionen.» (Corán 7:176)

«Allah envió un cuervo para que escarbase la tierra y le mostrase cómo ocultar el cadáver de su hermano. Dijo: ¡Ay de mí! ¿Es que no soy capaz de hacer como este cuervo y ocultar el cadáver de mi hermano? Y [luego de enterrarlo] se contó entre los arrepentidos.» (Corán 5:31)

«Éstos prefirieron la vida mundana a la otra, y Allah no los guiará.» (Corán 16:107)

«Y obedeced a Allah y a Su Mensajero, y no discrepéis porque os debilitaríais y seríais derrotados. Sed pacientes y perseverantes, pues ciertamente Allah está con los pacientes.» (Corán 8:46)

«Los hipócritas pretenden engañar a Allah, pero es Él Quien les engaña. Cuando se levantan para hacer la oración lo hacen des-

ganados, sólo la hacen para ser vistos por los demás y no recuerdan a Allah sino poco.) (Corán 4:142)

El Profeta ﷺ dijo:

“Oh Allah, en Ti busco refugio de la holgazanería”.

“El musulmán sagaz subyuga su ego y trabaja por lo que viene después de la muerte. El débil, en cambio, obedece a sus deseos y, a pesar de no realizar ninguna acción digna de recompensa, mantiene esperanzas falsas y vanas en Allah ﷻ”.

### **¡La eternidad y el Paraíso están allá, no aquí!**

¿Deseas permanecer joven, sano, rico e inmortal? Si eso es lo que deseas, no lo encontrarás en este mundo sino en el Más Allá. Allah ﷻ ha decretado desdicha e inestabilidad para este mundo.

Hay un poeta muy conocido de hace mucho tiempo atrás que la mayor parte de su vida padeció penurias. En su juventud quería dinero y no podía tenerlo. También quería casarse, pero tampoco pudo lograrlo. Cuando llegó a anciano, con cabellos grises y huesos frágiles, acumuló riqueza. Muchas mujeres quisieron entonces casarse con él y tuvo una vida confortable. Lo irónico de esta historia es que fue pobre cuando tenía fuerzas para disfrutar de todas las comodidades y se hizo rico cuando ya no podía disfrutar los placeres de la vida. En la última etapa de su vida compuso estos versos:

“Lo que deseaba poseer cuando tenía sólo veinte años, llegó a mí después de los setenta. Las jóvenes turcas me rodean ahora, y se acercan a mí como cuando los ciervos rodean las dunas, cantando y vistiendo joyas y sedas. Dicen: ‘Tus quejidos no nos dejan dormir en

la noche, ¿De qué os quejáis?’ Digo: ‘pues soy un octogenario”.

«Ellos clamarán allí: ¡Señor nuestro! Sácanos [del tormento] para que obremos rectamente, y no como lo hicimos. Pero ¿acaso no os hicimos vivir largamente, donde podrías haberlo hecho, y el Mensajero se os presentó [y lo negasteis]? Sufrid pues, el castigo. No habrá defensor para los inicuos.» (Corán 35:37)

«Y el Faraón y sus huestes tiranizaron el país sin derecho, y pensaron que no iban a comparecer ante Nosotros.» (Corán 28:39)

«Esta vida mundanal transitoria no es más que distracción y diversión, y la verdadera vida [y eterna] está en el Paraíso. ¡Si supieran!» (Corán 29:64)

“Este mundo puede compararse a un transeúnte que busca la sombra de un árbol - descansa durante un rato - luego se levanta y se va”.

## Los enemigos del Camino Divino

Mientras leía material escrito por defensores del ateísmo, me quedó claro que estos escritores muestran una evidente enemistad contra los principios de la verdadera religión. A partir de lo que leí en sus obras y de lo que percibí en términos de sus pobres modales y falta de humildad, siento vergüenza hasta de relacionarme con lo que dicen y escriben.

De más está decir que una persona que no tiene principios y que no le atribuye un significado correcto a la vida se transforma en un ente que sólo tiene la forma y la apariencia de un hombre.

«¿Acaso crees que escuchan con atención tus palabras y reflexionan? Ellos son como los ganados que no razonan, o peor aún.» (Corán 25:44)

Me pregunté, ¿cómo es posible que puedan ser felices a pesar de haberse alejado de Allah, Quien posee la felicidad y la otorga a quien quiere? ¿Cómo pueden ser felices luego de haber cortado la cuerda que los unía con Él y cerrado las puertas de la inmensa misericordia divina con sus débiles espíritus? ¿Cómo pueden encontrar felicidad y tranquilidad después de haberse ganado la ira de Allah y de haberle declarado la guerra?

Entendí que el primer castigo que reciben es aquel que se les aplica en esta vida como un prelude al castigo mayor del Más Allá, si no se arrepienten. Este presagio de castigo incluye desdicha, apatía general, sensación de encierro y desesperanza.

«Mas quien se aleje de Mi Mensaje llevará una vida mísera, y el Día del Juicio le resucitaremos ciego.» (Corán 20:124)

Muchas personas que pertenecen a esta categoría desean que su vida termine. Algunos factores comunes a los ateos de la antigüedad y a los actuales son: la falta de modales apropiados con Allah, un enfoque arbitrario para decidir sobre valores y principios y la falta de conocimiento - o al menos fingida - de los resultados malignos de sus acciones. Además de todo eso, comparten el descuido por lo que dicen, hacen y escriben.

«Quien construye sobre la base de la piedad y la complacencia de Allah es mejor que quien lo hace sobre la orilla de una tierra húmeda a punto de hundirse y precipitarse al fuego del Infierno. Ciertamente Allah no guía a los inicuos.» (Corán 9:109)

«Cuando os encuentran dicen: ¡Creemos!, pero cuando están a solas se muerden los dedos del odio que sienten contra vosotros. Di: Morid con vuestro odio. Allah sabe bien lo que encierran los corazones.» (Corán 3:119)

«Y cuando Moisés dijo a su pueblo: ¡Oh, pueblo mío! Ciertamente habéis sido injustos con vosotros mismos al tomar el be-



cerro [como objeto de adoración]. Arrepentíos ante vuestro Señor y mataos unos a otros [ejecutando a quienes adoraron el becerro]. Ello será lo mejor para vosotros ante vuestro Creador. Así os perdonará, pues Él es Indulgente, Misericordioso.» (Corán 2:54)

## La realidad de esta vida

Nuestra felicidad depende del grado con el que recordemos a Allah ﷻ y recitemos Su Libro. Luego de considerar este principio, podemos estimar nuestro valor en este mundo y en el Más Allá.

«Si no fuera porque los hombres terminarían siendo una sola nación [descarriada] habríamos concedido a quienes no creen en el Misericordioso residencias con techos y escaleras de plata por las que ascendiesen [a sus hermosas habitaciones]. Y también casas con puertas y lechos [de plata] para recostarse. Y adornaríamos todo con oro. Pero [no lo hacemos, pues] todo esto, en verdad, es sólo parte de los placeres transitorios de la vida mundanal [y ello podría tentar a los creyentes y hacerlos abandonar el camino recto]. Y por cierto que la otra vida [en el Paraíso] junto a tu Señor [es superior y] está reservada para los piadosos.» (Corán 43:33-35)

Estos versículos del Corán proclaman claramente el valor transitorio y por ende insignificante de las posesiones materiales y del rango social.

Debemos darnos cuenta de que esta vida no es la vara con la cual habremos de medir el éxito, pues vemos que el incrédulo vive a menudo una vida de opulencia mientras que el creyente se ve privado de muchos placeres mundanos, y esto es un fenómeno que indica el valor ruin que tiene este mundo.

Mientras daba un sermón un día viernes, 'Utbah Ibn Gazauân ؓ, un conocido compañero del Profeta ﷺ, recordaba en voz alta cómo eran los días cuando vivía con el Profeta ﷺ. 'Utbah ؓ combatía junto a él en el camino de Allah, y para evitar morir de hambre, comían hojas de los árboles. Mas aquellos días quedaron en su memoria como los más felices de su vida. Luego recordó cuando se alejó del Profeta ﷺ para ser gobernador de una provincia. Y a pesar de su escalada en el status social, se asombró de ver cómo cayó su verdadera calidad de vida luego de la muerte del Profeta ﷺ.

Luego de la muerte del Profeta ﷺ, Sa'd Ibn Abû Uaqqâs ؓ se sintió azorado y confundido cuando asumió como gobernador de Kûfa. Durante la vida del Profeta, también llegó a comer hojas de árboles. Pero aún así, no pudo tolerar los castillos de su nueva vida porque ya había probado el placer de la compañía del Profeta ﷺ.

«Y la otra vida será mejor para ti que ésta.» (Corán 93:4)

Por lo tanto, hay un secreto para encontrar el rumbo en esta vida, se trata de saber que este mundo es trivial.

«¿Acaso piensan que las riquezas y los hijos que les concedimos son una anticipación [e indicio de que recibirán] de Nuestras gracias [en esta vida y la futura]? Todo lo contrario, pero no se percatan de ello.» (Corán 23:55-56)

Al entrar en la casa del Profeta ﷺ, 'Umar ؓ vio marcas en el costado del Profeta como resultado de haber dormido sobre paja; y también notó lo vacío que estaba su cuarto. Sus ojos se llenaron de lágrimas ante tal conmovedora situación. ¡El Mensajero de Allah, ejemplo de todos los líderes, vivía en esas condiciones!

«Y dicen: ¿Qué clase de Mensajero es éste? Se alimenta y anda por el mercado [ganándose la vida] igual que nosotros. [Si de

verdad es un Mensajero] ¿Por qué no desciende un Ángel y lo secunda en su misión de advertir a los hombres?) (Corán 25:7)

Le dijo: "¡Tú conoces, Mensajero de Allah, el estilo de vida de Cosroes y César!" Y el Profeta ﷺ respondió:

"Oh hijo de Al-Jattâb, estás confundido. ¡No te complace acaso que para nosotros sea el Más Allá y que para ellos este mundo!"

Se trata de un equilibrio justo y una distribución equitativa. Por eso, deja que los otros encuentren la felicidad en sus dólares, su oro, su plata, sus mansiones y sus autos, si pueden. Y ciertamente jamás la encontrarán en esas cosas.

«Quien desee la vida mundanal y sus placeres solamente, se los concederemos y no será defraudado. Éstos son quienes no tendrán en la otra vida sino el castigo del Infierno; lo que hubieren hecho se desvanecerá, y sus obras habrán sido en vano.» (Corán 11:15-16)

## La Llave de la felicidad

Si conoces a Allah, Le glorificas y Le adoras, encontrarás la paz y la felicidad aunque vivas en el lugar más humilde. Pero si te desvías del verdadero camino, tu vida será desdichada, aunque vivas cómodamente en una gran mansión. Si ésta es tu situación, jamás tendrás la llave de la felicidad.

«Le habíamos concedido tantos tesoros que hasta las llaves [de dichas riquezas] resultaban pesadas para un grupo de hombres fornidos [cuando las cargaban].» (Corán 28:76)

## Reflexionemos:

«Por cierto que Allah defiende a los creyentes.» (Corán 22:38)

Dicho de otra manera, Él los protege del mal, tanto en este mundo como en el Más Allá. En este versículo, Allah ﷻ nos ilumina,

nos advierte y nos da albricias. Aleja el mal de los creyentes en proporción a su fe. Se refiere a los susurros malignos del Demonio y al mal de los incrédulos: el que llevan consigo y el de sus acciones, todo eso aleja a Allah ﷻ de los verdaderos creyentes. Cuando les acontece una calamidad, su carga se hace más liviana. Cada creyente tiene una parte de esta protección divina. Pero ésta varía según el nivel de fe de cada uno: algunos reciben más y otros menos.

Uno de los frutos de la fe es que le da alivio al creyente en tiempos de dificultad.

﴿Quien crea en Allah, Él fortalecerá su corazón...﴾ (Corán 64:11)

Este versículo se refiere al creyente que pasa por una dificultad, que conoce lo que Allah ﷻ ha escrito para él. Está satisfecho y somete su voluntad a lo que le ha sido predestinado. De esa manera, el golpe fatal de la calamidad pierde su efecto porque sabe que vino de Allah ﷻ y que será recompensado por su paciencia.

### **¿Cómo vivían antes?**

Retrocedamos un poco en el tiempo y veamos cómo era un día en la vida de uno de los compañeros del Profeta. Por ejemplo: una mañana 'Ali Ibn Abû Tâlib ؑ, quien estaba casado con Fâtimah ؑ, hija del Profeta ﷺ, se levantó temprano y buscó comida. Pero no había nada para comer en su humilde hogar. Era un día muy frío de invierno, por lo que 'Ali ؑ se abrigó y salió de su casa. Buscó por todos los barrios de la ciudad hasta que finalmente recordó a un judío que tenía una pequeña granja. Cuando 'Ali ؑ llegó a la granja, el judío le dijo: "Ven árabe, cosecha por mí los dátiles y por cada canasto que llenes con los frutos, te daré un dátil". Así trabajó arduamente durante un buen tiempo hasta que le dolían las manos y el cuerpo. Tomó la mísera canti-

dad de dátiles que ganó y fue con el Profeta ﷺ para compartirlos con él. Con lo poco que quedó, él y Fâtimah tuvieron sustento para el resto del día.

Así era su vida. Pero lo que parece ser una contradicción para quienes sólo se interesan por lo material, es que los hogares de estos primeros musulmanes estaban llenos de luz y alegría.

Sus corazones estaban repletos de los nobles principios que le fueron revelados al Profeta ﷺ. A través de la iluminación espiritual de sus corazones percibían la verdad y la aceptaban, a la vez que reconocían la falsedad y la rechazaban. Trabajaban y se esmeraban por seguir el camino correcto y se alejaban de la corrupción. Así lograron comprender el verdadero valor de las cosas.

¿Dónde está la felicidad de un hombre como Coré (Qârûn) y la dicha de Hâmân? El primero engullido por la tierra y el otro maldecido por sus malas acciones...

«Sabad que la vida mundanal es juego, diversión, encanto, ostentación y rivalidad en riqueza e hijos. Se semeja a una lluvia cuyas plantas que hace brotar alegran a los sembradores, pero luego se secan y las ves amarillentas; y finalmente se convierten en heno.» (Corán 57:20)

La verdadera felicidad está con Bilâl ؓ, Salmân ؓ y 'Ammâr ؓ. Bilâl era el que llamaba a la verdad, Salmân era honesto y 'Ammâr cumplía fielmente las promesas.

## ¿Qué dicen los sabios sobre la paciencia?

Las siguientes palabras se le atribuyen a Abû Sharuân:

“Hay dos tipos de calamidades en esta vida. La primera tiene una salida: la preocupación es su remedio. La segunda no permite salida ni solución alguna: la paciencia es su cura”.

También se dice que “a quien siga la paciencia, el éxito lo seguirá”.

Además se ha dicho lo siguiente:

“Lucha por permanecer con vida buscando la muerte. ¡Pues cuántos han permanecido porque buscaban la muerte y cuántos han perecido mas preferían quedarse! La seguridad llega siempre después de transitar por el camino de la incertidumbre”.

Los árabes dicen:

“Aun en el mal, hay distintos grados de mejor y peor”.

Abû ‘Ubaidah explicó el significado de esta expresión diciendo: “Si te ves afectado por una calamidad, ten en cuenta que podría haber sido mucho peor. Si tienes esa perspectiva, podrás manejar mejor las dificultades”.

La salida a una dificultad a menudo llega cuando se pierden las esperanzas.

«[Allah postergó Su castigo] Hasta que, cuando los Mensajeros se resignaron y tuvieron la certeza de que les desmentirían radicalmente, les llegó Nuestro socorro y salvamos a quien quisimos.» (Corán 12:110)

«Allah está con los pacientes.» (Corán 2:153)

«Por cierto que la retribución para quienes sean pacientes y perseverantes será ilimitada.» (Corán 39:10)

En ocasiones, Allah ﷻ otorga éxito y alivio cuando se pierden las esperanzas y todo parece oscuro. Lo hace así para alentarnos a confiar completamente en Él, y para que jamás perdamos la esperanza de obtener Su ayuda en cualquier momento. Además, cuando estamos en problemas, debemos sentirnos satisfechos de que nos vimos afectados por algo menor y que nos salvamos tal vez de una dificultad mayor.

Ishâq Al-‘Âbid dijo: “En ocasiones Allah pone a prueba a un siervo con una calamidad pero luego lo salva de la destrucción. Así, la calamidad no es más que una gran bendición [encubierta]”.

Se dice que quien soporte una dificultad y esté conforme con el decreto de Allah ﷻ mostrándose paciente, recibirá algún beneficio o bendición oculta a través de esa experiencia.

Algunos cristianos relataron que uno de los Profetas dijo lo siguiente:

“Las calamidades son una forma de disciplina de Allah; la disciplina no es algo continuo. Por eso, bienaventurado quien tiene paciencia cuando es disciplinado. Esa persona debe ser coronada con el galardón que simboliza la superación y la victoria que Allah prometió a quienes Lo amen y obedezcan”.

Ishâq dijo:

“Cuídate de quejarte si caes en las filosas garras de una dificultad; huye de la sedición, pues el camino hacia el éxito y la seguridad es un camino difícil de transitar”.

## **La importancia de tener una actitud positiva**

“Ciertamente seré con Mi siervo como él espera que Yo sea; por eso que piense respecto a Mí como le plazca”.

Un escritor dijo:

“La esperanza es parte de la paciencia, pues nos alienta y nos dirige hacia ella. La esperanza surge de tener una buena opinión de Allah. Cuando depositamos nuestra esperanza en Allah ﷻ dejamos afuera toda posibilidad de fracaso. Pero, ¿por qué debemos confiar en que la esperanza en Allah ﷻ deja afuera la posibilidad del fracaso? Si estudiamos las características de las

personas generosas, descubriremos que son especialmente cuidadosas de quienes tienen una opinión buena de ellos y acuden en busca de su ayuda. También tienden a evitar a quienes piensan mal de ellos. Lo importante aquí es que se abstienen de lastimar la esperanza de los que buscan su ayuda. ¡Cómo será entonces el caso del Generosísimo, cuyo reino no disminuye en lo más mínimo cuando da a quienes tienen esperanzas en Él aun más de lo que esperaban!”

Una persona que no le encuentra salida a una situación difícil es un claro ejemplo del amor de Allah, Su generosidad y guía para cualquiera de Sus siervos. Luego de perder las esperanzas en todas las personas a las que acudió buscando ayuda, se verá obligado a recordar que hay una puerta que siempre está abierta y que sus esperanzas deben estar sólo en Allah ﷻ. En ese momento, siente el castigo de no haber confiado primero en Allah ﷻ y es entonces cuando llegan la ayuda y el alivio.

﴿Por cierto que lo que adoráis en vez de Allah son criaturas igual que vosotros. Invocadles pues, y que os respondan, si es verdad lo que decís.﴾ (Corán 7:194)

## **El paciente alcanza las mejores metas**

‘Abdullah Ibn Mas‘ûd ؓ dijo:

“El alivio y el auxilio vienen de la certeza y la complacencia. La ansiedad y la angustia vienen de la duda y la ira”.

También solía decir:

“La persona que tiene paciencia alcanza las mejores metas”.

Abbân Ibn Taglub dijo:

“Escuché decir a un beduino que vivía en el desierto: ‘Una de las características más nobles se manifiesta cuando uno se ve



sometido a una prueba y utiliza la paciencia para superarla. La paciencia y la esperanza lo afectan de manera positiva; es como si se viera a sí mismo superando el problema; su estado mental es enormemente positivo debido a su confianza en Allah ﷻ y a su buena opinión de Él. Cuando uno posee esas características, no tiene que esperar durante mucho tiempo que Allah ﷻ satisfaga sus necesidades y elimine las dificultades de su vida. Será salvado y su honor y su religión permanecerán a salvo”.

Al-Asma'i relató que un árabe del desierto dijo lo siguiente:

“Ten miedo del mal cuando te encuentres en una buena situación; ansía el bien cuando estés en una situación mala. Son muchos los que han vivido después de buscar la muerte y muchos los que han muerto después de buscar la vida. La seguridad llega en ocasiones para quien ha seguido el camino del miedo”.

Algunos sabios solían decir:

“El sabio, al verse afligido por una dificultad, se consuela de dos maneras. La primera es complacerse. La segunda es tener esperanzas de encontrar una salida a las dificultades que lo aquejan. El ignorante se altera y se pone nervioso de dos maneras al verse afligido por una dificultad. La primera es la cantidad de personas a quienes acude en busca de ayuda. La segunda son sus constantes miedos y aprensiones por aquello que es peor que lo que le ha sucedido”.

Como mencioné antes, se dice que Allah ﷻ nos impone disciplina a través de las pruebas, es una forma de educación que nos abre el corazón, los oídos y los ojos.

Al-Hasan Ibn Sahl describió a las pruebas como un llamado de atención a los olvidadizos, un medio de lograr recompensas para los que tienen paciencia y un recordatorio de las bendiciones para todos. Y el decreto de Allah ﷻ siempre es mejor, especial-

## *Nada te turbe*

mente para aquellos que, gracias a su valentía, buscan una vida de rememoración y que son distintos de los que se describen en este versículo:

«Son ellos quienes, mientras se quedaban sin participar, decían de sus hermanos [los creyentes que combatieron en Uhud]: Si nos hubieran escuchado no habrían muerto. Diles: Impedid que la muerte os alcance, si es verdad lo que decís.» (Corán 3:168)

### **Reflexionemos:**

«Si [combatir] os causa pesares, [sabed que] a ellos también les causa pesares. Pero vosotros esperáis de Allah lo que ellos no pueden esperar.» (Corán 4:104)

Por la razón mencionada en este versículo, el verdadero creyente tiene un alto nivel de tolerancia cuando se ve afectado por una calamidad. La paciencia, la perseverancia, la serenidad y un sincero deseo de cumplir su obligación como siervo de Allah son cualidades que pueden encontrarse en un verdadero creyente.

Ma'qal Ibn Iasâr relató que el Profeta ﷺ dijo:

“Vuestro Señor, el Más Bendito y Altísimo, os dice: ‘Oh hijo de Adán, dedica tu tiempo a adorarme y llenaré tu corazón de luz y tus manos de sustento. Oh hijo de Adán, no te distancies de Mí o llenaré tu corazón de oscuridad y tus manos de problemas que te afligirán’”.

**Nada te turbe, y recuerda que aunque disminuyan tus bienes o vivas humildemente tú eres valioso**

Dijo ‘Ali ؑ:

“El verdadero valor de una persona se mide según el bien que haga a los demás”.

Por lo tanto, el valor de un sabio se basa en su conocimiento, si es limitado o vasto y en la medida en que lo difunde. De igual manera, el poeta es valorado por la calidad de sus poemas. Y así, el valor de las personas se determina por la excelencia en lo que hacen según su ocupación. Ya no en términos de ocupación sino de religión y según la vida en general, todos deben luchar por aumentar su valor realizando buenas acciones, enriqueciendo su conocimiento y su nivel de sabiduría, cultivando y puliendo su mente y desarrollando rasgos nobles en su personalidad.

## **El mundo de la lectura**

Leer abre la mente, guía a la persona hacia una moral correcta y mejora la capacidad de pensar. Leer es un alivio para los que se sienten solos, un estimulante para el pensador y una lámpara para el viajero.

La falta de lectura limita nuestro discurso, nuestro pensamiento y también nuestra personalidad. La mayoría de los libros contienen al menos algo beneficioso, ya sea en forma de palabras sabias, interesantes historias, experiencias nuevas o conocimiento. Se puede decir incluso que los beneficios de la lectura son innumerables.

Nos refugiamos en Allah ﷻ de una de las mayores calamidades: ser débiles al tomar decisiones y no tener fuerza de voluntad.

## **Nada te turbe, y estudia las señales y los signos de Allah ﷻ en la creación**

Si estudias las señales y signos de Allah ﷻ en el universo encontrarás cosas dignas de asombro que eliminarán tus preocupaciones y ansiedades. El alma se deleita con lo maravilloso y lo nuevo.

Al-Bujârî y Muslim narraron un Hadîz de Yâbir Ibn ‘Abdullah ؓ, quien dijo: “El Mensajero de Allah nos envió en una misión y nombró como líder a Abû ‘Ubaidah. Íbamos a encontrarnos con una caravana de Quraish. Como no encontró otro alimento, el Mensajero de Allah ؐ sólo nos dio un recipiente con dátiles para todo el viaje. Por eso, desde el día en que partimos, Abû ‘Ubaidah nos daba [a cada uno] un dátil por día”.

El narrador del Hadîz le preguntó a Yâbir ؓ qué hacían con los dátiles. Él respondió: “Chupábamos uno de los dátiles, como hacen los niños. Luego bebíamos agua. Eso era suficiente hasta que caía la noche. Luego golpeábamos las hojas de los árboles con nuestras varas y las mojábamos para luego comerlas. Un día íbamos caminando por la orilla del mar cuando vimos algo que parecía ser una enorme duna a la distancia. A medida que nos acercábamos, nos dimos cuenta de que era una criatura marina llamada Al-‘Anbar, una gigantesca ballena. Abû ‘Ubaidah dijo que se trataba de un animal que murió sin haber sido sacrificado (por lo tanto no era lícita). Pero luego añadió: “No, somos los emisarios del Mensajero de Allah, estamos en el camino de Allah y nos encontramos en una situación calamitosa, entonces comamos”.

“Todos nosotros, que éramos unos trescientos, vivimos gracias a esa criatura durante un mes, e incluso hasta aumentamos de peso. Recuerdo cómo tomábamos las lanzas y las incrustábamos en el hueco de los ojos del animal. De allí, tomábamos trozos de grasa del tamaño de un toro. Tan grande era la criatura que cuando Abû ‘Ubaidah les pidió a trece hombres que se pararan en fila en el hueco del ojo, había suficiente espacio para todos ellos. También tomó una de sus costillas y la clavó en el suelo. Luego buscó al camello más grande y le pidió al hombre más alto que se montara en él, y ambos pudieron pasar por debajo de la costilla.

Por último, cuando abandonamos el lugar, llevamos carne suficiente para el viaje de regreso. Cuando llegamos a Medina, fuimos con el Mensajero de Allah ﷺ y le contamos lo sucedido, a lo cual dijo: 'Eso es el sustento que Allah ha sacado (del mar) para vosotros. ¿Tenéis algo de esa carne para darnos de comer?' Le enviamos un poco al Mensajero de Allah ﷺ y comió de ella”.

﴿Nuestro Señor es Quien creó cada cosa con una naturaleza y una forma particular, y luego dispuso un orden entre todas ellas.﴾  
(Corán 20:50)

Un hecho asombroso del cual se habla en el diario Recent Happenings de 1953, es la historia de 'Ona'. Una gigantesca ballena noruega embalsamada que pesaba más de 80.000 kilos que ingresó a París custodiada por muchos policías. Ocho camiones tiraban para poder mover a la criatura. La ballena iba a ser puesta en exhibición durante un mes y los visitantes iban a poder entrar en su estómago iluminado eléctricamente.

Los organizadores y la policía no podían ponerse de acuerdo en dónde sería la exhibición debido a que el tamaño y el peso de la criatura representaban una amenaza a la estructura de cualquier edificio o calle donde pudiera ser exhibida.

A pesar de la corta edad de la ballena (dieciocho meses), había alcanzado una longitud prodigiosa de treinta metros. Fue atrapada en aguas noruegas un año antes e iba a ser transportada para su exhibición por vía ferroviaria de una ciudad a otra. Debido a los problemas de tamaño y peso, tuvo que ser transportada en un tráiler especial de cuarenta metros de largo.

﴿Nuestro Señor es Quien creó cada cosa con una naturaleza y una forma particular, y luego dispuso un orden entre todas ellas.﴾  
(Corán 20:50)

‘Abd Ar-Razzâq As-San‘âni relató que Mu‘ammar Ibn Râshid Al-Basri dijo: “Vi en el Yemen un racimo de uvas del tamaño de una carga completa de las que se ponen sobre una mula”.

«También palmeras elevadas cubiertas de racimos» (Corán 50:10)

En 1982, la revista Faisal publicó un artículo sobre un repollo que pesaba 22 Kg. y con 1 metro de diámetro. En la misma granja encontraron una cebolla de 230 Kg. y 30 cm de diámetro y también un tomate de 60 cm de circunferencia. Todos estas enormes frutos fueron encontrados en una sola granja en México. Crecieron en la granja de un hombre llamado José Carmen gran conocedor de agricultura y con reconocida experiencia.

«Nuestro Señor es Quien creó cada cosa con una naturaleza y una forma particular, y luego dispuso un orden entre todas ellas.» (Corán 20:50)

Cuando se planta una semilla en la tierra, no crece hasta tanto la tierra no se sacuda aunque más no sea levemente. La escala de Richter detecta este mínimo movimiento. La semilla se parte y comienza a crecer.

«Y podéis observar también a la tierra árida, que cuando hacemos que llueva sobre ella, ésta se remueve, se hincha y hace brotar toda clase de plantas bellas.» (Corán 22:5)

«Nuestro Señor es Quien creó cada cosa con una naturaleza y una forma particular, y luego dispuso un orden entre todas ellas.» (Corán 20:50)

El Dr. Zaglûl An-Nayyâr, investigador experto en cosmología, mencionó en una de sus conferencias que existe un cometa que comenzó su viaje miles de años atrás. Si bien viaja a la velocidad de la luz, aún no ha llegado a la Tierra.

«¡Juro por las estrellas cuando desaparecen!» (Corán 56:75)

«Nuestro Señor es Quien creó cada cosa con una naturaleza y una forma particular, y luego dispuso un orden entre todas ellas.» (Corán 20:50)

Todos los árboles y plantas son nutridos por agua de similares características.

«Y en la Tierra hay regiones colindantes cuyos terrenos son variados, en ellos hay huertos de vides, cultivos de cereales, palmeras de un solo tronco o de varios; todo es regado por una misma agua, algunas dispuso que tuvieran mejor sabor que otras; ciertamente en esto hay signos [de Nuestro poder] para quienes reflexionan.» (Corán 13:4)

Toda planta cuenta con un sistema de defensa característico. Algunas son fuertes; otras tienen espinas que las protegen; mientras que otras son amargas y causan escozor.

«Nuestro Señor es Quien creó cada cosa con una naturaleza y una forma particular, y luego dispuso un orden entre todas ellas.» (Corán 20:50)

Los astrónomos dicen que el universo sigue expandiéndose poco a poco, de igual manera que un globo se expande al ser inflado.

«Por cierto que erigimos el cielo con solidez, y Nosotros tenemos el poder sobre él.» (Corán 51:47)

Otros dicen que mientras la tierra firme se contrae, los océanos se expanden.

«¿Acaso no vieron que Nosotros decretamos que fueran perdiendo territorio a manos de los creyentes?» (Corán 21:44)

«Nuestro Señor es Quien creó cada cosa con una naturaleza y una forma particular, y luego dispuso un orden entre todas ellas.» (Corán 20:50)

En la cabeza existen cuatro líquidos que causan distintas sensaciones: la saliva dulce en la boca que se mezcla con la comida y la bebida para ayudar a la digestión; una sustancia húmeda en la nariz que impide que ingrese el polvo; una secreción salada en los ojos que evita que se sequen; y otro amargo en los oídos que los protege de intrusos.

«Y también en vosotros mismos. ¿Acaso no reflexionáis?» (Corán 51:21)

«Y te ha enseñado lo que no sabías...» (Corán 4:113)

«Y le enseñó al hombre lo que no sabía.» (Corán 96:5)

«Allah os hizo nacer del vientre de vuestras madres sin saber absolutamente nada. Él os dotó de oído, vista e intelecto.» (Corán 16:78)

«Y le enseñamos cómo fabricar cotas de malla para vosotros...» (Corán 21:80)

«Desmienten lo que no conocen y no pueden comprender, y ya les azotará el castigo con el que se les amenaza en él [el Corán].» (Corán 10:39)

«Y no les presentábamos un signo [de Nuestro poderío] sin que fuera mayor que el anterior...» (Corán 43:48)

«Nuestro Señor es Quien creó cada cosa con una naturaleza y una forma particular, y luego dispuso un orden entre todas ellas.» (Corán 20:50)

## **El corazón no se ve desamparado excepto cuando desobedece a su Señor**

Al-Hasan Al-Basri dijo: “Oh hijo de Adán, cuando Moisés objetó a Al-Jidr (por sus acciones) en tres ocasiones, éste último dijo: ‘Esta es la diferencia entre tú y yo’. ¿Cómo será contigo



entonces que desobedeces a tu Señor tantas veces en un sólo día? Acaso estás tan seguro de que Él no te dirá: 'Esta es la diferencia entre tú y Yo'".

## ¡Oh Allah! ¡Oh Allah!

«Diles: Solamente Allah os puede librar de ésta y de toda otra aflicción.» (Corán 6:64)

«¿Acaso no es suficiente Allah [como Protector] para Su siervo?» (Corán 39:36)

«Pregúntales: ¿Quién otro sino Allah puede salvaros de las tinieblas de la tierra y del mar [cuando viajáis]?» (Corán 6:63)

«Y quisimos agradecer a quienes fueron esclavizados en la Tierra...» (Corán 28:5)

Allah ﷻ dice sobre Adán ﷺ:

«Luego su Señor lo eligió [como Profeta], lo perdonó y lo guió.» (Corán 20:122)

Y sobre Noe ﷺ:

«Y lo salvamos junto a su familia del terrible desastre [que los azotó].» (Corán 21:76)

Y sobre Abraham ﷺ:

«Dijimos: ¡Oh, fuego! Sé fresco y no dañes a Abraham.» (Corán 21:69)

Y sobre Jacob ﷺ:

«...es posible que Allah me los devuelva todos, Él es Omnisciente, Sabio.» (Corán 12:83)

Y sobre José ﷺ:

«...y me agració haciéndome salir de la cárcel, y también al traeros ante mí del desierto...» (Corán 12:100)

Y sobre David ﷺ:

«Y le perdonamos, pues es de los más allegados a Nosotros; y ciertamente [en la otra vida] tendrá una bella morada [en el Paraíso].» (Corán 38:25)

Y sobre Job ﷺ:

«Y escuchamos su invocación y lo curamos de sus enfermedades.» (Corán 21:84)

Y sobre Jonás ﷺ:

«Y escuchamos su invocación y le libramos de su angustia.» (Corán 21:88)

Y de Moisés ﷺ:

«...te salvamos de que tomaran represalias contigo...» (Corán 20:40)

Y sobre Muhammad ﷺ:

«Si no lo socorréis [al Mensajero], sabed que Allah [no necesita de vosotros, pues ya] lo auxilió...» (Corán 9:40)

«¿Acaso no te encontró huérfano y te amparó, y te encontró sin tener conocimiento [acerca de este Mensaje] y te guió, y te encontró pobre y te enriqueció [con las victorias y los botines conseguidos]?» (Corán 93:6-8)

«Él está siempre atendiendo los asuntos de Su creación.» (Corán 55:29)

A menudo, una crisis no es más que una nube que se disipa rápidamente.

﴿Y nadie, salvo Allah, tiene conocimiento de cuándo ocurrirá.﴾  
(Corán 53:58)

### **Nada te turbe, pues todo cambia y los días pasan**

Cuando Muhammad Ibn Al-Hanafiiah fue encarcelado en la prisión de ‘Ârim, por Ibn Az-Zubair; Kuzair le dedicó estas palabras:

“La belleza del mundo no durará para siempre, y su dureza no es un golpe fatal. Tanto para éste y como para aquel es un período que tendrá su fin, y lo que cada uno ha atravesado será el sueño de un soñador”.

Pienso ahora en lo que sucedió siglos atrás; y ciertamente Ibn Az-Zubair, Muhammad Al-Hanafiiah y la prisión de ‘Ârim son sueños de un soñador. El injusto y el oprimido murieron.

﴿¿Acaso puedes ver a alguno de ellos u oír sus murmullos?﴾  
(Corán 19:98)

En un Hadîz auténtico, el Profeta ﷺ dijo:

“Los derechos deberán ser pagados a todos (el Día del Juicio); inclusive la oveja que no tiene cuernos tendrá su retribución por parte de la que sí los tiene”.

### **Nada te turbe, y no le des placer a tu enemigo demostrando angustia**

Al estar triste, le estás dando placer a tu adversario; ésta es la razón por la cual nuestra religión nos ordena infligir perplejidad en el corazón del enemigo.

«Y preparad contra los incrédulos cuanto podáis de fuerzas [de combate] y caballería, para que así amedrentéis a los enemigos de Allah que también son los vuestros...» (Corán 8:60)

El día de la batalla de Uhud, cuando Abû Duyânah ﷺ se pavoneaba entre las filas del ejército musulmán, el Profeta ﷺ dijo:

“Ciertamente Allah odia esa forma de caminar, excepto en esta ocasión”.

Cuando los incrédulos observaron a los musulmanes desde las colinas, el Profeta ﷺ les ordenó a los compañeros circunvalar la Ka'bah para mostrar su fuerza y capacidad.

«Y cuando eso ocurra, los creyentes se alegrarán» (Corán 30:4)

Los enemigos de la verdad sienten dolor cuando descubren que somos felices o estamos alegres.

«Di: Morid con vuestro odio.» (Corán 3:119)

«Si obtienes una victoria se apenan...» (Corán 9:50)

«...sólo desean vuestra perdición...» (Corán 3:118)

El Profeta ﷺ dijo:

“Oh Allah, no permitas que el enemigo o el envidioso se regocije ante mi desdicha”.

Un poeta árabe escribió:

“Un hombre joven puede soportar todo tipo de infortunio, excepto el regocijo del enemigo ante su desdicha”.

Nuestros piadosos antepasados musulmanes sonreían, tenían paciencia y mostraban tolerancia frente a las dificultades, para así frustrar a los envidiosos y a quienes sienten placer con la angustia de los otros.

«¡Cuántos Profetas hubo, junto a los cuales combatieron muchos de sus seguidores, sin perder la fe por los reveses padecidos en la causa de Allah, flaquear, o someterse al enemigo!» (Corán 3:146)

### Seamos optimistas

«Sabed que a los verdaderos creyentes les aumenta la fe, y se alegran con ello. En cambio, a aquellos cuyos corazones están enfermos [de hipocresía], ésta les aumenta sus dudas, y morirán en la incredulidad.» (Corán 9:124-125)

Al enfrentar una situación difícil o apremiante, los musulmanes ejemplares de las primeras generaciones del Islam adoptaban una actitud positiva que, a pesar de que estaban enfrentando dificultades, era beneficiosa porque alejaba el daño y aliviaba la situación.

«Es posible que detestéis algo y sea un bien para vosotros, y que améis algo y sea un mal para vosotros.» (Corán 2:216)

Decía Abû Ad-Dardâ' :

“Amo tres cosas que la gente odia: la pobreza, la enfermedad y la muerte. Las amo porque la pobreza es humildad, la enfermedad purifica los pecados y la muerte nos lleva al encuentro de Allah”.

Algunos poetas árabes odiaban en demasía la pobreza, tal como podemos ver en el siguiente verso, en el cual el poeta sostiene que hasta los perros odian a los pobres:

“Un día cualquiera, si un perro ve a un pobre e indigente, gruñe y muestra sus dientes burlándose”.

El profeta José  dijo las siguientes palabras cuando estuvo preso:

«Dijo [José]: ¡Oh, Señor mío! Prefiero la cárcel en vez de aquello a lo que me incitan...» (Corán 12:33)

En cuanto a la muerte, son muchos los hombres ejemplares que le dieron la bienvenida. Mu'âdh ﷺ dijo:

“Bienvenida la muerte, un ser querido ha llegado en tiempo de necesidad. Aquel que se arrepiente [de sus pecados en esta vida] logrará el éxito”.

Sin embargo, otros huyen de la muerte y la maldicen cuando ésta se acerca.

Morir por la causa de Allah ﷻ es un sueño y un deseo placentero para los verdaderos creyentes.

«Entre los creyentes hay hombres que cumplieron el compromiso que tomaron con Allah, algunos ya fallecieron, y otros esperan que les llegue su hora...» (Corán 33:23)

Allah ﷻ dice respecto a aquellos que temen a la muerte:

«Diles: Impedid que la muerte os alcance, si es verdad lo que decís.» (Corán 3:168)

«Diles: Aunque hubierais permanecido en vuestros hogares, la muerte habría sorprendido en sus lechos a aquellos para los que estaba decretada.» (Corán 3:154)

La historia se repite una y otra vez, solamente cambian los actores.

## **Nada te turbe, y no desesperes**

¡Ay del ser humano! Si estás aburrido de la vida porque tienes que enfrentar dificultades con el pasar de los días y porque has probado la amargura, debes recordar que después de las dificultades llega el alivio, que la promesa de Allah es cierta y que si eres honesto y sincero, la victoria está cerca.

«Ésta es la promesa de Allah y Allah no falta a Su promesa...»  
(Corán 30:6)

Existe una cura para tu dilema y una solución para tu dificultad, sea cual fuere.

«Y dirán: ¡Alabado sea Allah, que ha hecho desaparecer toda tristeza de nosotros!» (Corán 35:34)

Ha llegado el momento de remediar tus dudas con la fe y tus ideas extraviadas con la guía. Debes quitar el velo de oscuridad que te cubre para que puedas ver el brillo de una verdadera sonrisa; debes reemplazar la amargura de la angustia con la dulzura de la complacencia.

Oh hijo de Adán, mas allá del árido desierto que estás cruzando te esperan verdes prados y suelos fértiles. Allí los frutos crecen por doquier.

Oh hijo de Adán que gritas a altas horas de la noche por no poder conciliar el sueño, recuerda esto:

«Dijeron [los Ángeles]: ¡Oh, Lot! Ciertamente somos emisarios de tu Señor, y sabe que no podrán alcanzarte con ningún daño. Márchate con tu familia durante la noche, y que ninguno de vosotros vuelva la mirada atrás, y por cierto que tu mujer lo hará y le sobrevendrá el mismo castigo que a ellos [por su incredulidad]. Su destrucción será al alba, y por cierto que ella está cercana.» (Corán 11:81)

Oh hijo de Adán, tú que divagas con tu mente angustiada, ponte en acción sin apresurarte, pues en el horizonte de lo desconocido se halla la solución y la salida a tus dificultades. Oh tú que tienes los ojos cargados de lágrimas, reprímelas y dale placer a tus párpados. Relájate y ten en cuenta que el Creador te protege y te ayuda, y que Su Piedad por ti te dará la paz. Ten paz, Oh siervo

de Allah, pues el decreto divino está escrito y todos los asuntos ya han sido decididos. Y ten en cuenta que tu recompensa está segura con Allah y que Él no decepciona a quien busca complacerlo.

Ten paz y sosiego, pues después de la pobreza llega la riqueza, después de la sed llega el agua fresca, después de la separación llega un encuentro feliz y después de las noches sin sueño llega el ansiado descanso.

Oh tú que estás oprimido en tu tierra, que sufres hambre, dolor, enfermedades y pobreza, regocíjate al saber que pronto dispondrás de comida, serás feliz y tendrás buena salud.

﴿Por la noche cuando desaparece, por la mañana cuando resplandece.﴾ (Corán 74:33-34)

Todo musulmán debe tener buenos pensamientos sobre su Señor y esperar pacientemente que llegue Su favor, pues Quien tiene el poder de decir 'Sé' a algo para que sea, merece nuestra confianza. Nadie puede traer el bien ni alejar el mal excepto Él. Para cada acción tiene sabiduría y en cada hora trae alivio. Él hizo que la mañana viniera después de la noche y que llegara la lluvia luego de la sequía. Da para recibir agradecimiento y pone a prueba para conocer - y Él sabe y conoce bien todas las cosas - a los que son pacientes. Por lo tanto, es de sumo interés para el musulmán fortalecer la relación con su Señor y pedirle con más frecuencia.

﴿Pedid a Allah que os conceda Su favor.﴾ (Corán 4:32)

﴿Invocad a vuestro Señor con humildad y en secreto.﴾ (Corán 7:55)

Al-'Alâ' Ibn Al-Hadrami y algunos compañeros del Mensajero de Allah ﷺ se extraviaron una vez en medio del desierto. El agua se había acabado y estaban al borde de la muerte. Al-'Alâ'



invocó a Su Señor Quien todo lo oye y responde la plegaria de quien pide Su ayuda. Dijo: “Oh Altísimo, Grandísimo, Oh Tú que eres el Más Sabio y Benevolente”. En ese momento comenzó a caer la lluvia. Bebieron, hicieron la ablución, se bañaron y dieron de beber a sus animales.

«Él es Quien hizo descender la lluvia cuando habían caído en la desesperación [por la sequía], agraciándoles así con Su misericordia. Él es Protector, Loable.» (Corán 42:28)

### **Reflexionemos:**

Amar a Allah, conocerlo, recordarlo, buscar en Él la paz, destinar sólo a Él nuestro amor, nuestro miedo, nuestra esperanza y dependencia son cualidades que, al combinarse en una persona, constituyen una especie de cielo en la Tierra. Son cualidades que dan paz a aquellos que las poseen.

Si el corazón está contento y tiene un fuerte apego a Allah ﷻ eliminará la ansiedad y la angustia. Y viceversa: nadie se siente más oprimido por la angustia que aquel cuyo corazón está apegado a todo menos a Allah ﷻ, es decir que olvida el recuerdo de Allah y no está satisfecho con lo que Él ﷻ le ha dado. Esto es fácilmente comprobable al estudiar casos de personas que han pasado por esta vida antes que nosotros.

«Y destruimos a los pueblos que había a vuestro alrededor, después de haberles enviado todo tipo de signos para que recapacitasen [y creyeran].» (Corán 46:27)

Un ejemplo trágico fue el de la familia Al-Barâmikah, quienes vivían en la opulencia, la comodidad y la extravagancia. Sin embargo, su final sirvió como lección para todos los árabes que vinieron después. Hârûn Ar-Rashîd, quien gobernaba durante ese período, ordenó un ataque inesperado a la familia Al-Barâmikah y a sus posesiones. El decreto de Allah llegó a ellos

*Nada te turbe*

en la mañana siguiente a manos de la persona más allegada que tenían. Destruyó sus casas y tomó posesión de sus bienes. Sus seres queridos e hijos lloraban ante tal situación. No existe nadie que merezca nuestra adoración excepto Allah ﷻ; los que conocen la historia deben apreciar especialmente la naturaleza transitoria del poder y de la riqueza en este mundo.

«Reflexionad sobre ello ¡Oh, sensatos!» (Corán 59:2)

Sólo una hora antes de su caída, se vanagloriaban de sus sedas llenos de gozo y complacencia, sintiéndose a salvo de todo daño y sin preocupaciones por las vicisitudes de la vida.

«Habitasteis en los mismos territorios que vivieron quienes [no creyeron y] fueron injustos consigo mismos, y a pesar de que os enterasteis de cómo les aniquilamos v de que os expulsamos mu-

me lamenté por este mundo y caí en la cuenta de que está cerca el día en que un niño partirá de este mundo, no es más que un país y un gobernante reemplazado por otro, los hechos desdichados llegan después de las bendiciones. Si éste vive en las mansiones de un rey, entonces aquel se hunde hasta lo más profundo de la miseria”.

Pero en lo que respecta al presente, ¿dónde están Hârûn Ar-Rashîd y Al-Barmaki? ¿Dónde está el asesino y dónde está la víctima? ¿Dónde está el que ordenó la matanza mientras se encontraba durmiendo en su castillo? ¿Y dónde está aquel que fue ajusticiado? El pasado se fue, y también sus actores. Pero el Más Justo los juzgará un Día en que no habrá dudas ni injusticias.

«Dijo [Moisés]: Sólo mi Señor lo sabe, y Él todo lo tiene registrado en un Libro. Mi Señor no se equivoca nunca ni se olvida de nada.» (Corán 20:52)

«Día en el que comparecerán los hombres ante el Señor del Universo.» (Corán 83:6)

«Entonces compareceréis [ante Allah] y ninguno de vuestros actos quedará oculto.» (Corán 69:18)

A Yahia Ibn Jâlid Al-Barmaki le preguntaron: “¿Conoces la causa de esta calamidad?” Él dijo: “Quizás fue la súplica de alguien a quien le hicimos daño, una plegaria que viajó rápidamente a través de la noche y no la notamos”.

‘Abdullah Ibn Mu‘âuiyah Ibn ‘Abdullah Ibn Ya‘far dijo estando en la cárcel:

“Hemos partido del mundo y aún somos sus habitantes, no somos de los muertos ni tampoco de los vivos, si el carcelero viene por

*Nada te turbe*

una u otra razón, nos sorprendemos y decimos: Éste viene del mundo, rebosamos de alegría luego de ver un sueño, porque cuando despertamos hablamos siempre de los sueños que vimos, cuando es un buen sueño, llega muy lentamente, mas cuando es maligno, no espera y llega con rapidez”.

Hay una gran dosis de pesimismo en las últimas dos líneas; al leerlas, recordé las palabras de Al-Yâhidh:

“Cuando el cartero nos trae noticias, sobre algún hecho malo, no pierde el tiempo y se apresura, así, cuando la noticia es mala, llega después de un día y una noche, mas cuando es buena, se toma su tiempo y llega luego de una semana”.

Un rey persa encarceló una vez a un sabio. quien le escribió:

propiedades fueron confiscadas. Destruyeron sus castillos y fue llevado cautivo a la vecina provincia de Aqmât.

«Así es como alternamos el triunfo y la derrota entre los hombres para que Allah distinga quiénes son los que creen y honre con el martirio a algunos de vosotros. Allah no ama a los inicuos.» (Corán 3:140)

Los dominios de Al-Andalus quedaron en manos de Ibn Tâshfîn quien reclamó el liderazgo que legítimamente le pertenecía, ya que el pueblo lo había convocado desde un principio.

Pasó mucho tiempo, y un día las hijas de Ibn ‘Abbâd llegaron a la prisión a visitarlo. Estaban descalzas, hambrientas, demacradas y llorando. Cuando el cautivo vio el desgarrador cuadro, exclamó:

“En días pasados me regocijaba en ocasiones especiales, pero qué ocasión miserable es ésta en Aqmât como prisionero, ver a tus hijas demacradas y hambrientas, cosen para otros mas no poseen nada, vienen a verte temerosas y débiles, con ojos tristes y corazones partidos, viajando descalzas por el lodo, como si esos pies nunca hubieran pisado perfumes y rosas”.

«Y cuando llegó Nuestro designio, volteamos sus hogares dejando arriba sus cimientos [y sus techos abajo]...» (Corán 11:82)

«Por cierto que la vida mundanal es como el agua que hacemos descender del cielo con la que se irrigan los cultivos de la tierra, de los cuales se alimentan los hombres y los animales. Cuando los frutos maduran, la tierra, se embellece, y piensan los hombres que pueden disponer de ella, entonces arrasamos los cultivos de noche o de día devastando la tierra como si no hubiera sido cultivada.» (Corán 10:24)

## **Los frutos que se cosechan por estar complacido**

«Allah se complacerá con ellos y ellos con Él.» (Corán 5:119)

La complacencia da muchos frutos benditos. Más que cualquier otra cosa, al estar conforme con lo que ha sido decretado, se puede subir a los niveles más altos de la fe y la veracidad.

La completa sumisión a Allah ﷻ requiere también del musulmán estar complacido incluso con lo que le desagrada. Hay quienes desean que sólo el bien le sobrevenga, de lo contrario se alejan de la adoración, pues únicamente quieren cosas placenteras en sus vidas y no soportan lo adverso, pero ese no es el significado de ser un siervo de Allah. Muchas son las características del verdadero creyente, entre ellas la paciencia, la dependencia total al Creador, la complacencia y el contento, la humildad y la sumisión de la propia voluntad; y todas estas características sólo se manifiestan cuando se enfrenta con algo desagradable. Por eso estar complacido con lo que ha sido decretado no significa conformarse con aquellas cosas que se adaptan a nuestra disposición sino con lo que no nos gusta que nos suceda. Los seres humanos no tienen poder de decisión en lo que respecta al decreto divino, porque ello pertenece sólo a Allah ﷻ. Él es el Altísimo, Quien todo lo sabe.

## **Estemos complacido con Allah ﷻ**

Debemos saber que si estamos complacidos con Allah ﷻ, Él estará complacido con nosotros. Por lo tanto, si te complaces con un pequeño sustento, Él se complacerá de ti por tus pequeñas acciones. Y si te complaces sin importar cuál sea la situación, verás que habrás ganado el amor de tu Señor y sabrás que Allah ﷻ se complace más con las personas sinceras y complacidas. En cambio, por otro lado, están los hipócritas. Allah ﷻ rechaza sus acciones, independientemente de que sean pocas o muchas. No

están complacidos con lo que Allah ﷻ les envía y odian buscar Su complacencia. Por lo tanto, todas las acciones que realizan son en vano.

## La ira será para los disconformes

Al no estar satisfechos con nuestra situación y tener pensamientos inapropiados de Allah ﷻ, uno abre las puertas a la ansiedad, la angustia y a la tristeza. Por el contrario, estar complacido con nuestra situación y con el Decreto de Allah ﷻ nos abre la puerta a un paraíso terrenal. Cuestionar y quejarse por lo que ha sido decretado no trae como resultado complacencia ni paz interior. En cambio, la sumisión y la aceptación sí nos da resultados beneficiosos. Aún recuerdo la historia de Ibn Ar-Râuandi, un reconocido filósofo ateo que era pobre. En una ocasión vio a un hombre ignorante, que vivía en castillos y era muy adinerado. Ibn Ar-Râuandi miró al cielo y exclamó: "Soy el filósofo de mi generación, mas vivo en la pobreza, mientras que este plebeyo ignorante es rico. ¡Qué distribución tan azarosa y extraña!" Por ello Allah ﷻ aumentó la miseria, la humillación y la pobreza de Ibn Ar-Râuandi.

«...pero el castigo de la otra vida será más humillante aún, y no serán socorridos.» (Corán 41:16)

## Los beneficios de estar complacido

Durante tiempos difíciles, si uno está complacido con la situación que vive, puede mantener la calma y la compostura, y además demostrar una verdadera fe en la promesa de Allah ﷻ y de Su Mensajero ﷺ. Es como si el corazón tuviera una voz que dijera:

«Esto es lo que nos prometió Allah y también Su Mensajero [y sabían que luego de la llegada del ejército enemigo vendría el

auxilio de Allah], entonces esto no hizo sino acrecentarles la fe y el sometimiento a Allah.» (Corán 33:22)

En contraste, el corazón disconforme está enfermo, tiene dudas, inestabilidad; se rebela y tiene problemas. Es como si este corazón también tuviera una voz, pero pronunciara palabras muy diferentes:

«Y dijeron los hipócritas y aquellos en cuyos corazones había dudas [sobre la Verdad]: Allah y Su Mensajero no nos han hecho más que falsas promesas.» (Corán 33:12)

Quienes tienen ese tipo de corazón se contradicen en sus acciones. Si tienen derechos sobre otra persona, corren a reclamarlos. Mas si se les busca para cumplir sus obligaciones, huyen con desdén. Cuando el bien cae sobre ellos, se sienten en calma y son complacientes, pero cuando son puestos a prueba, cambian súbitamente para peor! Son los que no sólo han perdido este mundo, sino también el Más Allá.

«Entre los hombres hay quienes adoran a Allah con dudas, y si les ocurre un bien se sienten tranquilos; pero si les acaece una desgracia reniegan de la fe, perdiéndose en este mundo y el otro. Ésta es una pérdida evidente.» (Corán 22:11)

Esos son los dos opuestos que dan resultados igualmente enfrentados en su naturaleza. La complacencia lleva a la paz, que a su vez lleva a la prosperidad; el resentimiento con el decreto de Allah lleva a la ansiedad, que a su vez lleva al fracaso. Debes recordar que una de las mayores bendiciones que Allah ﷻ da a Sus siervos es brindarle tranquilidad y una de las mejores maneras de lograrla es estar complacido con Allah ﷻ en todo momento.



## No desafíes a tu Señor

Al estar complacido, no eres como aquellos que desafían los decretos y dictámenes de su Señor. Para entender mejor este aspecto, no hay más que observar el caso de Iblís (el Demonio). Él discutía y peleaba con su Señor porque no estaba conforme con Sus decretos y dictámenes. Los que se niegan a creer en Allah ﷻ lo hacen porque buscan desafiarlo en poder y supremacía en lugar de someterse a Él. Luego abandonan sus órdenes, cometen actos ilícitos y desacreditan su designio divino mostrando resentimiento.

## Un decreto justo

Lo que Allah ﷻ determina es de cumplimiento obligatorio para Su siervo. Simplemente sucederá y es un decreto justo, tal como se menciona en este Hadíz:

“Tu decreto sobre mí se llevará a cabo y Tú eres Justo conmigo en Tu Decreto”.

Allah ﷻ se ha prohibido a Sí mismo ser injusto con Sus siervos. De hecho, son las personas quienes obran mal y son injustas consigo mismas.

El Hadíz mencionado anteriormente que dice: “Y Tú eres Justo conmigo en Tu Decreto”, también incluye el decreto de los pecados, con sus efecto y castigos. Allah ﷻ es el Más Justo con respecto a Su decreto de los pecados y sus castigos. Puede que haya decretado un pecado para alguno de Sus siervos por razones que están más allá de nuestro alcance. Quizás haya un propósito que, debido a sus profundas ramificaciones, sólo Él conoce. Y ésta es la creencia correcta del musulmán.

## **No hay ningún beneficio en sentir resentimiento**

El resentimiento por la situación que se debe enfrentar normalmente surge de dos posibilidades. Es provocado ya sea por no lograr lo que se desea o porque sucede lo que uno detesta. Pero si verdaderamente el musulmán cree que lo que le ha sucedido estaba destinado de esa manera y que todo lo malo que le ha acontecido debía ser así, entonces no hay razón para quejarse. El Mensajero de Allah ﷺ dijo:

“La pluma se ha secado con respecto a lo que te depara el destino, Oh Abû Hurairah. Ya todo ha sido ordenado y decretado, la medida de las cosas ha sido escrita, las plumas se han levantado y las páginas se han secado”.

## **La seguridad está en la complacencia**

La complacencia ofrece seguridad en la medida en que el corazón complacido está libre de engaños, corrupción y rencores. Sólo un corazón sano y fuerte podrá salvarse del castigo de Allah. Lo mejor es tener un corazón seguro, libre de dudas y desconfianza y que sólo se preocupe por complacer a Allah ﷻ.

﴿Di: Fue Allah [Quien lo reveló], y luego déjales que continúen con sus burlas.﴾ (Corán 6:91)

La amargura y el resentimiento son sentimientos ajenos al corazón sano y así, cuanto más complacidos estemos con el Designio de Allah, más sano y fuerte será nuestro corazón. La malicia, la corrupción y el engaño acompañan a la disconformidad, mientras que en un corazón sano, la probidad y la sinceridad son compañeros de la complacencia. Además, la envidia es otro fruto del descontento.

Estar complacidos con Allah ﷻ es una cualidad similar a un buen árbol en el jardín del puro monoteísmo islámico que se

nutre del agua de la sinceridad. Sus raíces son la fe y sus ramas las buenas acciones. Es un árbol cuyos frutos son frescos y dulces. El Profeta ﷺ dijo:

“Sólo probará el sabor de la fe aquel que esté complacido con Allah como su Señor, con el Islam como su religión y con Muhammad como su Mensajero”.

## **La insatisfacción abre la puerta hacia la duda**

La insatisfacción abre la puerta de la duda en Allah ﷻ: dudas respecto a Su decreto, a Su sabiduría y a Su conocimiento. Aquel que se queja rara vez está libre de esas dudas que se mezclan en su corazón e inundan todo su ser. Si esa persona se adentrara profundamente en sí misma, en una honesta introspección, descubriría que su fe es inestable y cuestionable. La complacencia y la fe son como hermanas que se acompañan una a la otra, mientras que la duda y el descontento tienen una relación fraternal similar. At-Tirmidhi relató que el Profeta ﷺ dijo:

“Si puedes mostrar complacencia con certeza, hazlo. Si no puedes, recuerda que en la paciencia frente a momentos de dificultad hay mucho bien”.

Por eso, las personas insatisfechas son resentidas por dentro y también sienten ira, aunque no la expresen con palabras. En su interior se mezclan una gran variedad de preguntas, tales como ¿por qué ocurrió esto? o ¿cómo puede ser?

## **La satisfacción es riqueza y seguridad**

Todo aquel que llene su corazón con satisfacción por el Designio Divino y el decreto de Allah ﷻ, llenará su corazón con riqueza, seguridad y alivio. Y todo aquel que esté insatisfecho tendrá su corazón lleno de todo lo opuesto y estará preocupado con asuntos que se confrontan con la felicidad y el éxito.

Por lo tanto, la conformidad y el contento vacían el corazón de todo lo superfluo, dejándolo enteramente para Allah ﷻ. El descontento le quita al corazón la capacidad de pensar sólo en Allah ﷻ. Y no hay vida real para la persona resentida y quejumbrosa que siente que pasa constantemente de un problema a otro. Pien- sa que su sustento no es suficiente, que no tiene suerte, que sus problemas abundan y principalmente, siente que merece más de lo que recibe. Básicamente, está disconforme con lo que Allah ﷻ ha decretado para su vida. ¿Cómo puede entonces esa perso- na encontrar alivio, paz y una buena vida?

«Este castigo será su merecido por haber seguido lo que Allah detesta y haberse apartado de lo que Le complace. Sus obras serán en vano.» (Corán 47:28)

### **El fruto de la conformidad es la gratitud**

La conformidad genera gratitud, la cual es uno de los más altos niveles de fe; en realidad es la verdadera fe. Y quien no esté conforme con los favores y decisiones de Allah ﷻ no es agrade- cido con Él y con lo que da y quita. De hecho, la persona agra- decida es la persona más bendecida y próspera de todas.

### **El fruto de la disconformidad es la incredulidad**

El resentimiento provoca que se nieguen los favores de Allah ﷻ. Incluso puede conducir a la incredulidad en Él. Si el siervo está complacido con su Señor en todas las circunstancias, lo que vendrá indefectiblemente es un agradecimiento hacia Él. Por lo tanto, se convierte en una de las personas más complacidas y agradecidas. Pero si está disconforme, entra en la categoría de los resentidos y sigue el camino de los incrédulos. La falsedad y la desviación en las creencias se dan sólo cuando muchos de los siervos de Allah quieren ser sus propios dioses, a tal punto que

muchos pretenden dictarle a su Señor lo que ellos quieren o desean.

﴿¡Oh, creyentes! No os adelantéis a lo que Allah o Su Mensajero decidan...﴾ (Corán 49:1)

## La insatisfacción es una trampa del Demonio

El Demonio vence al ser humano mayormente en dos momentos: en el sentimiento de insatisfacción y en el deseo. En estas instancias, se aprovecha de que su presa es vulnerable, especialmente cuando la insatisfacción está muy arraigada. Es entonces cuando dice, hace y piensa en contra de su Señor. Por esta razón, el Profeta ﷺ cuando murió su hijito Ibrâhîm dijo:

“El corazón está triste, las lágrimas inundan los ojos, pero no decimos sino aquello que complace a nuestro Señor”.

La muerte de un hijo es algo que puede crear resentimiento en el corazón de una persona. Es por ello que el Profeta ﷺ nos dijo que en tal situación la mayoría de las personas adquieren resentimiento y tienden a decir o hacer cosas que desagradan al Señor. Por ello deben procurar decir sólo lo que complace a su Señor. Si uno recordase siempre tres aspectos cuando está disgustado o enojado con lo que le ha sucedido, la carga de su calamidad se aligeraría significativamente:

- 1) Conocer y creer en la sabiduría de Allah ﷻ y en el hecho de que Él sabe mejor qué es bueno y beneficioso para Sus siervos.
- 2) Ser conscientes de la gran recompensa que Allah ﷻ prometió al siervo que sufre calamidades y tiene paciencia.
- 3) Conocer y aceptar que los dictámenes y juicios están con Allah ﷻ, mientras que la sumisión y la obediencia son deberes de Sus siervos.

«¿Acaso ellos son los encargados de administrar la misericordia de su Señor [y designar como Profeta a quien quieran]?» (Corán 43:32)

## **La complacencia aleja los malos deseos**

Los deseos de la persona que está complacida se subordinan a lo que su Señor quiere de él, es decir aquello que Allah ﷻ ama y con lo cual está complacido. Entonces, la complacencia y el seguimiento ciego de los deseos propios no pueden coexistir nunca en el mismo corazón. Y si uno tiene un poco de cada uno, el corazón se verá dominado por el más fuerte de ambos factores.

«Dijo: Ellos vienen detrás de mí, y sólo me adelanté para complacerte ¡Oh, Señor mío!» (Corán 20:84)

## **Reflexionemos:**

Tómate un momento y reflexiona en este Hadîz:

“Familiarízate con Allah en los buenos tiempos, Él te reconocerá en los malos”.

“Familiarízate con Allah” significa que debes acercarte a Él, ser obediente y agradecido por Sus bendiciones y que debes acudir a Él con sinceridad antes de que te acontezcan calamidades.

“En los buenos tiempos” se refiere a los tiempos de paz, seguridad, bendición y buena salud.

“Él te reconocerá en los malos” quiere decir que aliviará tus dificultades y te dará una salida a cualquier situación difícil.

Es muy importante que exista una relación especial en el corazón entre el siervo y su Señor, que le permita al ser humano sentirse que por estar tan cerca de su Señor no necesita de nadie más. De esa manera, encontrará compañía cuando esté solo y

saboreará la dulzura de suplicar a Allah y de recordarle. El siervo de Allah seguirá enfrentando dificultades y calamidades hasta que muera, pero si tiene una relación especial con su Señor - la de un siervo obediente - todas las dificultades de la vida serán fáciles para él.

## Perdonar los errores de nuestros hermanos

«[¡Oh, Muhammad!] Ante todo, elige perdonar, ordena el bien y apártate de quienes se comportan contigo en forma ignorante.» (Corán 7:199)

No es correcto que abandones a tu hermano por uno o dos errores que éste tenga, especialmente si él es una persona honorable. Como sabemos, no existe la perfección en el ser humano. Al-Kindi dijo:

“Cómo es que quieres que tu amigo sea perfecto para ti, si tu ego el cual es la más cercano a ti - reflexiona, elige y no obedece siempre a tus órdenes. ¿Qué derecho tienes a esperar entonces que el ego de otra persona siga tus órdenes?”

«Vosotros fuisteis así anteriormente, pero Allah os agradó. Distinguid bien porque Allah está bien informado de lo que hacéis.» (Corán 4:94)

«No seáis soberbios, pues Él conoce bien a los piadosos.» (Corán: 53:32)

Es mejor para ti estar complacido con lo más importante del carácter de tu hermano. Abû Ad-Dardâ' ؓ dijo:

“Reprochar a tu hermano por algo es mejor que perderlo. ¿Qué tienes con tu hermano que le pides que sea perfecto?”

Algunos sabios decían:

“Seguimos sin estar satisfechos con nosotros, ¿cómo podemos entonces esperar estar satisfechos con los demás?”

También se dijo:

“No te alejes de alguien que te impresiona con un buen carácter y una personalidad juiciosa sólo porque tenga un error rodeado de un océano de virtudes. No encontrarás en toda tu vida una persona que esté libre de errores y pecados. Contempla tu propio ser y observa cuán a menudo te equivocas y extravías. Este tipo de introspección te hace exigirle a los demás más equilibradamente y te hace sentir más compasivo con el pecador”.

Se dice que las sospechas que uno tenga de un hermano no deben arruinar la confianza mutua que ya ha sido puesta a prueba a lo largo del tiempo.

Yá'far Ibn Muhammad le dijo a su hijo: “Oh hijo mío, cualquiera de tus hermanos que se enfurezca contigo tres veces y que en cada ocasión sólo diga verdades sobre ti, tómalo como un buen amigo”.

Al-Hasan Ibn Uahb dijo: “Uno de los derechos del amor mutuo es perdonar e ignorar los errores cometidos”.

«Perdona [a los incrédulos ¡Oh, Muhammad!] y toléralos.»  
(Corán 15:85)

«Y si no fuese por la gracia de Allah y Su misericordia ninguno de vosotros podría purificarse jamás de sus pecados, pero Allah purifica a quien quiere [perdonándole sus pecados y guiándole por el sendero recto], Allah es Omnioyente, Omnisciente.»  
(Corán 24:21)



Un poeta escribió:

“Buscas una persona cortés que no tenga defectos, pero ¿acaso la madera del 'Úd desprende un olor agradable sin humo?”

«No seáis soberbios, pues Él conoce bien a los piadosos.» (Corán 53:32)

Aprovecha la buena salud y el tiempo libre para adorar a Allah ﷻ

No debes desperdiciar tu salud ni tu tiempo libre. No seas desidiioso a la hora de realizar actos de obediencia a tu Señor sólo porque confías en las buenas acciones que hiciste en el pasado. Aprovecha tu salud y tu tiempo libre, trabajando y luchando. Recuerda que no siempre se puede recuperar el tiempo perdido y que tarde o temprano te lamentarás por el tiempo que perdiste por ser holgazán. Bazrayamhar dijo:

“Si el trabajo es una lucha, entonces la inactividad produce decadencia”.

Un sabio dijo:

“No pases tu día haciendo algo que no te beneficiará ni dejes que tu riqueza permanezca inactiva por no invertirla en algún proyecto. Pues hay muy poco tiempo en nuestra vida como para desperdiciarlo en cosas inútiles y nuestro dinero es muy poco como para no invertirlo. Es sabio aquel que es juicioso a la hora de manejar su tiempo y que se cuida de no gastar su dinero en algo que no redundará en algún beneficio”.

Más profundas aun son las palabras de Jesús ﷺ:

“La piedad está en tres cosas: en el habla, en la mirada y en el silencio. Quien al hablar no recuerda a Allah, habla disparates. Quien al mirar no reflexiona ha olvidado el verdadero propósito. Y quien al guardar silencio no piensa, ha perdido el tiempo”.

## **Allah ﷻ protege a los que creen**

Todo ser, lo admita o no, necesita un dios y ese dios debe tener ciertas cualidades, tales como omnipotencia, poder, riqueza y eternidad. Quien tiene todas las cualidades de perfección es Allah ﷻ, Señor de todo lo que existe.

Por lo tanto, quien busca con sinceridad, a la larga encuentra el alivio en la fe. Él es el asilo de los débiles y de quienes buscan refugio.

«Recordad cuando pedisteis socorro a vuestro Señor, y Él os respondió.» (Corán 8:9)

«...puede amparar a quien Él quiere y nadie puede protegerse de Su castigo [si así lo decreta]...» (Corán 23:88)

«Y advierte con él [el Corán] a aquellos que temen ser congregados ante su Señor que no tendrán fuera de Él protector ni intercesor alguno; para que así teman a Allah.» (Corán 6:51)

Aquel que adore a otro que no sea Allah ﷻ, aun cuando sienta amor por Él, se perjudicará a sí mismo.

«Si hubiese habido en los cielos y en la Tierra otras divinidades aparte de Allah, éstos se habrían destruido. ¡Glorificado sea Allah, Señor del Trono! Él está por encima de lo que Le atribuyen.» (Corán 21:22)

La necesidad que tenemos de Allah ﷻ se manifiesta en la conexión que buscamos entre los efímeros y el Eterno, los débiles y el Todopoderoso, los pobres y el Más Rico. Y quien no considere a Allah ﷻ como su Señor y Dios seguramente tomará a otro como deidad. Por ejemplo, adorará imágenes, objetos de su afecto, o incluso sus propios deseos, convirtiéndose en esclavo y siervo de esa falsa deidad. No cabe duda de ello.

«¿Acaso crees [¡Oh, Muhammad!] que puedes velar por las obras de quienes hacen todo lo que les dictan sus pasiones?» (Corán 25:43)

«Pero a pesar de esto, [los incrédulos] adoran en vez de Allah a ídolos que no pueden crear nada...» (Corán 25:3)

En un Hadîz, el Profeta ﷺ le preguntó a alguien:

“¿A cuántos adoras?” El hombre respondió: “Adoro a siete: Seis en la Tierra y uno en el cielo”. El Profeta ﷺ le preguntó: “¿En cuál de ellos depositas tus temores y esperanzas?” Respondió: “En Quien está en el cielo”. El Profeta ﷺ dijo: “Pues entonces abandona a los de la Tierra y adora sólo al Que está en el cielo”.

Debes saber que la necesidad que tiene el siervo de adorar a Allah ﷻ sin asociarle ningún copartícipe es más urgente e imperiosa que la necesidad de respirar.

La realidad de una persona reside en su corazón y en su alma. Y ni el corazón ni el alma pueden estar sanos si no se adora a Allah.

“Quien se encuentra con Allah después de haberlo amado, Allah lo amará aun más, al revés de quien Lo odiaba. Por eso pídele a Allah Su misericordia y Su favor, pero no dependas sólo de esto, sino que también haz buenas acciones”.

Incluso cuando se encuentra placer en otro que Allah ﷻ, ello será pasajero pues cuando se aburre de ese objeto o persona, inmediatamente buscará a otro. Encontrará bendiciones con el objeto de su adoración una y otra vez y se molestará con él en otras ocasiones. E incluso podrá llegar a odiarlo después de que le haya dado en su momento el mayor de los placeres.

En cuanto a Allah ﷻ, uno Lo necesita constantemente, en toda ocasión y en todo momento.

“Ojalá Tú estuvieras complacido conmigo y todo lo demás conmigo enojados, si Tú estás complacido conmigo, habré llegado a la cima de todas mis esperanzas”.

El Profeta ﷺ dijo:

“Quien busque complacer a Allah sin importarle lo que piense la gente, Allah estará complacido con él y hará que ellos también lo estén. Y quien enfurezca a Allah para complacer a los demás, Allah estará furioso con él y hará que ellos también lo estén”.

«Y así es como hacemos que los inicuos sean unos secuaces de otros.» (Corán 6:129)

## **Señales en el camino del buscador**

Si quieres saber si estás caminado hacia el éxito, hay ciertas señales e indicadores que pueden ayudarte a determinar tu progreso.

1) A medida que uno se hace más inteligente, se vuelve más humilde y piadoso con los demás. Piensa en una perla costosa: cuanto más pesada y valiosa es, más profunda se la encuentra en el océano. Una persona sabia sabe que si bien el conocimiento es un don, Allah ﷻ pone a prueba a quien lo recibe. Cuando se es agradecido por el don del conocimiento, uno aumenta su jerarquía como creyente.

«Y sabed que Allah elevará en grados a los creyentes y a quienes agradece con el conocimiento, y que Allah está bien informado de cuánto hacéis.» (Corán 58:11)

- 2) Cuanto más buenas acciones se realizan, más cauteloso y temeroso se es, en el sentido que no se siente libre de errores, tales como una palabra que se escapa o un cambio de ánimo. Siempre se está en estado de alerta y precaución con uno mismo.
- 3) Cuanto más se envejece, menos codicioso se debe ser, ya que se comprende que el tiempo en esta vida se acaba pronto.
- 4) Cuanto más rico se es, más generoso se debe ser con los demás. El musulmán rico debe entender que su riqueza es un fideicomiso que se le ha entregado y que Allah ﷻ lo está poniendo a prueba con él.
- 5) Cuanto más asciende uno en status social, más cerca debe estar de las personas comunes, mostrándoles humildad y satisfaciendo sus necesidades.

Pero también hay otras señales que indican desdicha:

- 1) Cuanto más conocimiento adquiere, más altanero y arrogante se vuelve. El conocimiento de una persona así, no es beneficioso. Su corazón está vacío y su compañía es difícil de soportar.
- 2) Cuanto más acciones realice, más orgulloso estará y más despectivo será con los demás. Considera que es el único que merece la salvación mientras que los demás están destinados a la destrucción.
- 3) Cuanto más envejece, más se apoderan de su carácter la avaricia y la codicia. Acumula, pero no comparte. Las calamidades y la desdicha no lo dejan hacer el bien a los demás.
- 4) Cuanto más rico se vuelve, más avaro es con su dinero.
- 5) Cuanto mayor es su posición social, más alto es su nivel de arrogancia y altanería. El Profeta ﷺ dijo:

“Los arrogantes serán reunidos el Día del Juicio en forma de pequeñas hormigas. Todas las demás personas las aplastarán con los pies”.

En cada uno de los puntos tratados, mencioné algunos de los favores de Allah a través de los cuales pone a prueba a Sus siervos. Algunos pasarán la prueba mientras que otros fracasarán.

### **Ser bendecido con honor también es una prueba**

Si uno recibe poder, honor, status, jerarquía o riqueza, debe darse cuenta de que está siendo puesto a prueba. Cuando Salomón عليه السلام vio que le traían el trono de Bilqîs, dijo:

«Esto es una de las gracias de mi Señor para probarme si soy agradecido o ingrato.» (Corán 27:40)

De esa manera Allah ﷻ da una bendición para ver quién la acepta correctamente y es agradecido, conservándola y aprovechándola de una buena manera, y quién la niega, es decir es desagradecido, desperdiçando el favor o incluso usándolo en contra de Quien se lo concedió!

Por lo tanto, debemos entender que las bendiciones son pruebas enviadas por Allah ﷻ. Es a través de ellas que se revela la gratitud de una persona a la vez que quedan expuestos los ingratos. Y debemos recordar que Allah ﷻ nos pone a prueba en los buenos tiempos y también en los malos.

«Por cierto que el hombre, cuando su Señor le agracia dice: Mi Señor me ha honrado. Y cuando le merma su sustento, dice: Mi Señor me ha desdeñado. Pero esto es una prueba de Allah [para distinguir al paciente y al desagradecido], y vosotros no reflexionáis en ello, pues no honráis al huérfano [y lo desdeñáis]» (Corán 89:15-17)

## Los tesoros eternos

Los verdaderos tesoros son aquellos que uno puede llevarse al Más Allá. El Islam, la fe, las buenas acciones, el mérito del esfuerzo por la causa de Allah y el arrepentimiento son ejemplos de tesoros eternos.

«La piedad no consiste en orientarse hacia el oriente o el occidente, sino que consiste en creer en Allah, el Día del Juicio...»  
(Corán 2:177)

## La voluntad puede superar barreras infranqueables

Cuando se posee una gran voluntad, se puede - con la anuencia de Allah ﷻ - llegar a lo más alto de la vida.

Una de las características del musulmán es que no sólo tiene metas elevadas y nobles, sino que también posee una gran voluntad, porque ésta es el combustible que lo impulsa hacia metas más altas.

La fuerza de voluntad es muy buena. Comenzarán a verte como alguien que aprende, que hace buenas acciones, trabaja para superarse o simplemente como alguien que logra los objetivos que se propone.

Sin embargo, no caigas en el error de confundir fuerza de voluntad con arrogancia. Hay entre ellas una distancia tan enorme como la que hay entre el cielo y la Tierra. Cuando uno tiene una gran voluntad, se lamenta por todas las buenas acciones perdidas, y por lo tanto se estimula a alcanzar sus metas.

La voluntad firme es una característica de aquellos que son correctos, justos y sinceros, mientras que la arrogancia es un rasgo que predomina entre los tiranos y las personas malvadas.

La voluntad nos eleva, mientras que la arrogancia nos hace caer.  
¡Alumnos del conocimiento, permanezcan firmes y resueltos en el camino que transitan y no decaigan!

## **Leer para adquirir sabiduría**

Una actividad que le da alegría al alma es leer y reflexionar sobre los mensajes de los sabios. El sabio más importante es sin duda el Profeta Muhammad ﷺ. Nadie puede comparársele, pues fue apoyado por la revelación, confirmado por los milagros y enviado con señales claras.

﴿Cuando enfermo Él es Quien me cura...﴾ (Corán 26:80)

He aquí algunos consejos que nos llegan de los sabios sobre distintos temas:

Abqarât dijo:

“Mantén tu salud por más tiempo trabajando duro, evita la inactividad, aléjate de comer y beber en demasía”.

Algunos sabios mencionaron:

“Todo aquel que desee tener salud debe comer bien y correctamente. Debe beber agua con moderación. Se recomienda también recostarse después de almorzar y caminar después de cenar. Y también debe tener cuidado con ducharse inmediatamente después de comer abundante”.

Platón dijo:

“Cinco cosas debilitan el cuerpo y en ocasiones pueden incluso ser fatales: ser pobre, separarse de los seres queridos, beber líquidos amargos, rechazar un consejo y no sólo ser ignorante, sino también reírse del sabio”.

Cuatro cosas debilitan el cuerpo: hablar, dormir y comer mucho y además, tener relaciones sexuales con mucha frecuencia. Ha-



blar mucho disminuye la fortaleza y la agudeza mental y hace que uno envejezca más rápido. Dormir en demasía enceguece al corazón y nos hace ociosos y haraganes. Tener relaciones sexuales con mucha frecuencia disminuye la fuerza corporal y tiene efectos dañinos en general.

Cuatro cosas destruyen el cuerpo: la ansiedad, la angustia, el hambre y el insomnio.

Cuatro cosas le dan serenidad al corazón: mirar follaje verde, contemplar el agua que corre, encontrarse con un ser querido y observar las frutas de los árboles.

Cuatro cosas debilitan la vista: caminar descalzo, tener el ceño fruncido en la mañana al levantarse y antes de ir a dormir por la noche, llorar con frecuencia y leer letras muy pequeñas.

Cuatro cosas fortalecen el cuerpo: Usar ropa suave, ducharse con agua a temperatura moderada, comer alimentos dulces y ricos y oler aromas agradables.

Cuatro cosas le quitan la frescura al rostro: la mentira, la insolencia, hacer preguntas imprudentes y realizar malas acciones con frecuencia.

Cuatro cosas le dan luz al rostro: el honor, el cumplimiento de los compromisos, la generosidad y la piedad.

Cuatro cosas hacen que los demás nos detesten y aborrezcan: la arrogancia, la envidia, la mentira y los rumores falsos sobre los demás.

Cuatro cosas hacen que el sustento llegue libremente: levantarse en la noche a orar, arrepentirse, hacer actos caritativos habitualmente y recordar a Allah ﷻ en la primera y la última parte del día.

Cuatro cosas impiden que el sustento llegue: dormir en la mañana, no orar con frecuencia, la inactividad y la traición.

Cuatro cosas debilitan la mente y el entendimiento: comer comidas y frutas amargas constantemente, dormir de espaldas, preocuparse y sentirse ansioso.

Cuatro cosas ayudan a mejorar el entendimiento: tener un corazón limpio, no llenarse demasiado con comida y bebida, agregar a la dieta alimentos dulces y ricos con moderación y eliminar la grasa corporal excesiva.

## **Toma precauciones**

En todas las facetas de la vida se debe tomar precauciones y estudiar los posibles resultados de cada acción, porque siendo prudente y cuidadoso no habrá razón para recriminarse nada en el futuro. Si los resultados de sus acciones son buenos, debe agradecer y alabar a Allah ﷻ. Pero si no son tan buenos, debe decir: "Allah ha realizado Su decreto y lo que Él desea finalmente sucede".

## **Verifica los hechos por ti mismo**

La persona juiciosa es aquella que, al escuchar una buena noticia, no se apresura a juzgar basada sólo en lo que oye. En lugar de ello, verifica y legitima lo que escuchó; piensa las cosas y consulta con personas más sabias y experimentadas. Se dice con toda razón que es mejor errar por perdonar a alguien que errar por castigarlo.

﴿¡Oh, creyentes! Si se os presenta alguien corrupto con alguna noticia corroborad su veracidad, no sea que perjudiquéis a alguien por ignorancia, y luego [de haber comprobado que era una noticia falsa] os arrepintáis por la medida que hubiereis tomado.﴾ (Corán 49:6)

## Proponte hacer algo y luego hazlo

Todo lo que he escrito en este libro, incluso los versículos del Corán, los dichos del Profeta, los poemas, las historias y las palabras de los sabios son una invitación para que comiences una nueva vida llena de esperanzas y bendición. Sin embargo, no podrás beneficiarte con este libro si no tienes una verdadera determinación, una resolución fuerte y un sincero deseo de eliminar de tu vida la tristeza, la ansiedad y los nervios alterados. Allah ﷻ destacaba a los Mensajeros que tenían una voluntad fuerte:

«Sé paciente [¡Oh, Muhammad!] como lo fueron los Mensajeros más destacados...» (Corán 46:35)

## Adán ﷺ no era como ellos

«Por cierto que Adán tomó un compromiso con Nosotros [de no prestarse a los susurros de Satanás], pero luego se olvidó [y comió del árbol prohibido]; y no vimos en él una firme resolución.» (Corán 20:115)

También así fue el caso de sus hijos. No está mal imitar al padre, pero se debe tener cuidado de no seguirlo en el pecado. Y sólo Allah ﷻ es Quien nos brinda ayuda.

## No sólo por la vida en este mundo

El bienestar en el Más Allá depende de cómo nos comportemos en esta vida. Toda persona debe tener en mente el vínculo que existe entre esta vida y la próxima, pues algunos creen erróneamente que sólo existe este mundo; pasan su tiempo acumulando cosas y apegándose cada vez más a la vida pasajera. Luego mueren con sus deseos y aspiraciones en el 'pecho' porque no se cumplieron y quedaron en el olvido.

A veces me asombro de nuestras esperanzas a largo plazo en este mundo, es decir, de nuestras expectativas futuras para una vida que en cualquier momento puede terminar:

«Y nadie sabe qué le deparará el día siguiente ni en qué tierra ha de morir.» (Corán 31:34)

Pregúntate lo siguiente:

1. ¿Realmente supones que encontrarás paz y sosiego si no estás complacido con tu Señor o con Su decreto o si estás disconforme con tu sustento y tus talentos?
2. ¿Le has agradecido correctamente a tu Señor por Sus bendiciones y favores al punto que merezcas pedir más de Sus gracias?
3. ¿Por qué no nos beneficiamos de los talentos que Allah ﷻ nos ha dado y los desarrollamos y cultivamos? Si los utilizamos, podremos beneficiar a otros y contribuir con la sociedad.

Con frecuencia, las cualidades y los talentos positivos se entierran muy adentro de nosotros. Muchos de nuestros talentos están enterrados como minerales valiosos bajo tierra que sólo un experto puede extraer, lavar, pulir y hacerlos brillar. Por lo tanto, nuestra tarea es descubrir nuestras propias capacidades y luego desarrollarlas.

### **Ocultarse del mal es una solución temporal mientras se espera que llegue el alivio**

Leí el libro *Al-Mutawârin*, de 'Abd Al-Gani Al-Azdi, y lo encontré bastante interesante porque relata las historias de aquellos que se ocultaban por temor a ser capturados y llevados con Al-Hayyâ Ibn Iûsuf, el déspota gobernador despiadado de su época.

Abû 'Amr Ibn Al-'Alâ' narró: "Cuando Al-Hayyây me amenazó, huí al Yemen y me quedé en una casa en Saná. En las noches, me sentaba en la azotea; durante el día permanecía oculto adentro. Una noche, mientras estaba en el techo, escuché a un hombre recitar estas palabras:

"Quizás el alma se aterroriza y se atormenta con un asunto para el cual quizás haya una solución (fácil) como desatar un nudo".

Abû 'Amr dijo después: "Cuando aquel hombre dijo 'solución', sentí una chispa de esperanza y me puse feliz. Luego oí a otro que explicaba las palabras del primero y anunciaba que Al-Hayyây había muerto. Por Allah, no sé cuál de las dos cosas me hizo más feliz si la palabra 'solución' o las palabras Al-Hayyây ha muerto".

Existe sólo una decisión que es obligatoria y que debe llevarse a cabo, es la decisión de Aquel cuya mano controla los cielos y la tierra.

﴿Él está siempre atendiendo los asuntos de Su creación.﴾ (Corán 55:29)

Al-Hasan Al-Basri también tuvo que esconderse de Al-Hayyây. Cuando se enteró de su muerte, Al-Hasan agradeció a Allah ﷻ postrándose.

﴿Y no lloraron por ellos ni el cielo ni la Tierra [pues no realizaron ninguna obra piadosa], y no se les tuvo consideración [con el castigo].﴾ (Corán 44:29)

Ibrâhîm An-Naja'i también debió huir a causa de Al-Hayyây. Cuando se enteró de su muerte, lloró de alegría y dijo:

"La dicha me ha invadido al punto que la grandeza de lo que me alegra también me ha hecho llorar".

«Y ciertamente os ponemos a prueba unos con otros, para que se evidencie quien es paciente y quien no; y tu Señor es Omnividente.» (Corán 25:20)

En una ocasión, un ave llamada Al-Hummarah batió sus alas y voló sobre la cabeza del Mensajero de Allah ﷺ. Lo hacía para quejarse de alguien; el Mensajero de Allah ﷺ dijo:

“¿Quién ha atormentado a esta ave quitándole sus pichones? Devuélvanle sus pichones”.

Respecto a esto, alguien dijo:

“Una paloma se te acercó esperanzada en ti, quejándose con un corazón alterado y tembloroso, ¿Quién le dijo donde está tu morada que es recinto sagrado y que tú eres un refugio para los temerosos?”

Sa'íd Ibn Yubair dijo: “Por Allah, seguí huyendo de Al-Hayyây durante un tiempo hasta que me avergoncé”. Poco después de decir esto, fue encarcelado y lo llevaron hasta Al-Hayyây. Cuando la espada fue desenfundada y puesta sobre su cabeza, no hizo más que sonreír. Al-Hayyây preguntó: “¿Por qué sonríes?” Respondió: “Mientras reflexionaba, me vino un pensamiento a la cabeza. Me sorprendí de tu imprudencia hacia Allah y de Su Piedad hacia ti”. ¡Esas palabras demostraron su gran fortaleza, fe y confianza en la promesa de Allah!

## **Recuerda que estás tratando con el Más Piadoso**

El siguiente Hadîz me conmovió profundamente cuando lo leí y no ha de sorprenderme que provoque el mismo efecto en ti. Ahmad, Abû Ia'la, Al-Bazzâr y At-Tabarâni relataron lo siguiente:

“Apoyado en un bastón, un anciano se acercó al Profeta ﷺ y dijo: ‘¡Oh Mensajero de Allah, he realizado acciones malas y traicioneras! ¿Seré perdonado?’ El Mensajero de Allah ﷺ dijo: ‘¿Eres consciente de que nadie merece nuestra adoración excepto Allah y que Muhammad es el Mensajero de Allah?’ El hombre dijo: ‘Sí, Mensajero de Allah’. El Profeta ﷺ dijo entonces: ‘Ciertamente Allah te ha perdonado por tus malas acciones’. El hombre partió y dijo: ‘Allah es Grandioso, Allah es Grandioso’”.

Se pueden extraer de este Hadîz muchas conclusiones; una de ellas es la inmensa compasión de Allah ﷻ. Otra hace referencia a que aceptar el Islam o arrepentirse, borra los pecados cometidos. Una tercera conclusión puede ser: montañas de pecados no son nada comparados con el perdón de Quien todo lo sabe. Y por último, es imperioso para todos tener confianza en Allah además de tener esperanzas en Su generosidad y piedad que todo lo alcanzan.

## Debes ser optimista

El libro *Husn Adh-Dhan Billah*, de Abû Ad-Duniâ, contiene más de ciento cincuenta textos del Corán y de la Sunnah que exhortan al creyente a que sea optimista, repudie la desesperanza y luche por mejorar a través del trabajo y el esfuerzo. Y he aquí un dato promisorio: los textos revelados que prometen el bien por hacer acciones correctas y ejemplares son muchísimos más que los que advierten del mal que acontecerá como castigo por realizar malas acciones.

## La vida es una lucha

No te desesperes ante las vicisitudes de la vida, pues no se puede escapar de ellas. Así está destinada a ser la vida.

La vida en su mayor parte implica trabajo y responsabilidades. La felicidad es una excepción o una etapa pasajera que llega y se va esporádicamente. Ansías esta vida mas Allah ﷻ no quiere que ésta sea una morada permanente para Sus siervos.

Si el mundo no fuera un lugar de pruebas, no habría enfermedades ni problemas y no hubiera sido una morada estrecha para los mejores humanos: los Mensajeros y los Profetas. Adán ﷺ enfrentó dificultades y problemas hasta el día en que partió de este mundo. Noé ﷺ sufrió la burla y el desprecio de su propia gente. Abraham ﷺ fue puesto a prueba por medio del fuego y por el mandato que recibió de matar a su hijo. Jacob ﷺ fue separado de su hijo y lloró hasta que perdió la vista. Moisés ﷺ soportó la tiranía del Faraón y luego la desobediencia de su pueblo. Jesús ﷺ fue humilde y pobre. Muhammad ﷺ soportó con paciencia la pobreza y la irreflexión de su gente y sintió terriblemente la pérdida de uno de sus tíos más queridos, Hamzah ﷺ. El Profeta ﷺ dijo:

“Este mundo es una prisión para el creyente y un paraíso para el incrédulo”.

En un sentido literal, son incontables los hombres ejemplares, estudiosos y honestos que fueron encarcelados por sus creencias.

### **Reflexionemos:**

Zaid Ibn Zâbit ﷺ relató que oyó al Mensajero de Allah ﷺ decir:

“Allah dificultará los asuntos de todo aquel cuyo principal interés sea este mundo y le enviará pobreza entre sus ojos, y sólo alcanzará lo que está escrito para él. En cambio, a aquellos que ansían el Más Allá, Él les facilitará sus asuntos y enviará riqueza a sus corazones, y alcanzarán muchos logros en su vida”.



'Abdullah Ibn Mas'ûd ﷺ relató que escuchó al Mensajero de Allah ﷺ decir:

“Allah satisfará las demandas y necesidades de aquel que transforme todas sus preocupaciones en una sola - es decir la preocupación por el Más Allá -. En cuanto a aquel que sólo se dedique a asuntos mundanos, a Allah no le importará en qué valle perezca”.

## **Transitar por el camino moderado te salvará de la destrucción**

Existen tres factores que ayudan a tener una vida feliz:

1. Moderación con la ira.
2. Moderación con los deseos.
3. Moderación con el conocimiento.

Todo musulmán debe ser moderado con sus deseos para evitar que sus aspiraciones y lujurias aumenten a tal punto de buscar constantemente que sean satisfechos, pues el resultado de esta actitud lo llevará a su destrucción. Lo mismo puede decirse de la ira, ya que también ocasiona mucho daño.

Lo que realmente hace falta en todos los aspectos es la moderación. Si eres moderado ante la ira y los deseos y además diferencias por medio del conocimiento lo verdadero de lo falso, te conducirás por el camino de la verdad y la guía. La fuerza, cuando es excesiva, facilita la violencia y la muerte. Mas si ésta escasea, no podrás defenderte de los agresores. Cuando se utiliza la fuerza con moderación, puede demostrar cualidades de paciencia, valentía y sabiduría, todas en su tiempo y lugar adecuados. Lo mismo se aplica para el deseo; si hay mucho, prevalecerán la malicia y el libertinaje; si hay poco, se vuelve débil. Sin embargo, si está

presente con moderación, uno logrará la castidad y también la satisfacción.

“La mejor guía es la moderación”.

﴿Hicimos de vosotros una comunidad moderada y justa...﴾  
(Corán 2:143)

### **Se es juzgado por las características dominantes**

Ser exitoso significa que tienes buenas cualidades que superan en número y opacan a las malas. Cuando esto es una realidad en tu vida, verás que las personas te dicen cumplidos, aun por cualidades que no posees. Tampoco aceptarán críticas sobre ti, aun si lo que se dice es cierto pues una montaña no aumenta ni disminuye su valor por una sola roca que se le agregue o se le quite.

Si bien he leído aquí y allá críticas de Qais Ibn Âsim, el absolvedor entre los árabes, y de Qutaibah Ibn Muslim, el famoso soldado líder de los musulmanes; he descubierto que las críticas y censuras hacia esas personas no son comunes en los libros ni tampoco son aceptadas por las masas. La razón de esto es que sus malas cualidades se perdieron y se ahogaron en el océano de bondad que ellos manifestaron. Por el contrario, he leído algunas cosas buenas sobre Al-Hayyâ, Abû Muslim Al-Jurasâni, y Al-'Ubaidi. Pero nadie recuerda esas alabanzas ni tampoco nadie cree que esos hombres hayan tenido buenas cualidades. Esto se debe a que las mismas se perdieron entre la inmensidad de sus maldades y las innumerables acciones malignas que perpetraban. ¡Cuán perfecto y justo es Allah ﷻ al manejar los asuntos de Su creación!

### **El carácter innato**

El Profeta ﷺ dijo:

“A cada uno de vosotros le será sencillo obrar para aquello para lo que fue creado”.

¿Por qué entonces se descartan y dejan de lado los talentos? La persona más desagradable y desdichada es aquella que desea ser otro. La persona sabia e inteligente es aquella que se estudia a sí misma y luego cumple el propósito para el cual fue creada. Si será chofer, conducirá vehículos y si será granjero, cultivará la tierra. Sîbauaihi, el gran erudito de la gramática árabe, investigó las ciencias del Hadîz pero le parecieron muy difíciles. Entonces pasó a la gramática, convirtiéndose no sólo en un experto sino en uno de los referentes de la gramática árabe de toda la historia. Un sabio dijo una vez: “La persona que sigue un camino que no es el suyo es como quien planta una palmera datilera en Damasco o como el que planta un cítrico en la Península Arábiga”.

Considera esto: Hassân Ibn Zâbit ؓ no tenía una voz apta para ser el que llamaba a la oración porque no era Bilâl ؓ y Jâlid Ibn Al-Ualîd ؓ no distribuyó el patrimonio de los muertos porque no era Zaid Ibn Zâbit ؓ (que era experto en Sucesiones). Por eso debes determinar cuál es tu lugar en el esquema de las cosas. Un poeta árabe expresó:

“Para las batallas hay guerreros, y para los libros  
hay escritores y poetas”.

## **No basta con ser inteligente, también es necesaria la verdadera guía**

Al escuchar las noticias, me enteré del intento de asesinato del dramaturgo Nayîb Mahfûdh, premio Nóbel de literatura. Mientras escuchaba esa noticia, mi pensamiento volvió a sus libros que había leído y me hice la siguiente pregunta: ¿cómo siendo tan inteligente puede ignorar que la realidad trasciende la imaginación, que la eternidad es mayor que esta vida pasajera y que los principios divinos son más importantes y superiores que los humanos?

«¿Acaso no es más correcto seguir a Quien guía hacia la verdad, en vez de seguir a quienes no pueden guiar a nadie y necesitan ser guiados?» (Corán 10:35)

Escribió obras a partir de su imaginación, utilizando su prodigiosa habilidad de visualizar, representar e inspirarse. Sin embargo, al final sólo produjo historias que no se basaban en la verdad.

Después de leer su biografía, capté un principio muy importante: no se puede hacer felices a los demás a expensas de la propia felicidad. No se puede considerar correcto, mucho menos sensato, complacer a los demás si uno está triste y desdichado. Algunos escritores han alabado a los hombres de inteligencia prodigiosa, no porque hayan alcanzado la paz y la felicidad sino porque se dejaban arder por dentro para iluminar a los demás. Sin embargo, el verdadero genio es quien ilumina primero su interior y luego muestra ese camino a los demás.

### **Construye una base de guía y bondad para ti mismo y luego para los demás**

Palabras como el Más Allá y el Señor de lo Desconocido son nombres que no encontrarás en los textos escritos por Nayíb Mahfûdh. Lo que encontrarás, sin embargo, es un mundo de imaginación, sueños y emociones; sus obras son fascinantes y por eso son tan populares y exitosas. Pero, ¿cuáles son las metas superiores y los nobles mensajes que se encuentra en sus obras? A decir verdad, nada de eso aparece en sus libros.

«A todos [en esta vida] se les concederá de los favores de tu Señor [¡Oh, Muhammad!]. Sus favores no le son vedados a nadie.» (Corán 17:20)

Reconozco que Nayíb Mahfûdh alcanzó lo que se propuso, pero no es suficiente hacer lo uno quiere, es necesario cumplir con lo que Allah ﷻ quiere.

«Allah quiere aclararos y mostraros el camino correcto de quienes os precedieron, y absolveros. Allah es Omnisciente, Sabio. Allah quiere absolveros, mientras que quienes siguen sus pasiones quieren que os extraviéis completamente.» (Corán 4:26-27)

Por Allah, no puedo decir a ciencia cierta quién irá al Paraíso y quién al Infierno, excepto la persona que a través de la Ley de Allah haya juzgado su destino. Yo sólo puedo juzgar a las personas por sus palabras y acciones.

«Si hubiéramos querido les hubiésemos marcado para que les reconocieras, pero seguro que lo harás por la forma que tienen de expresarse [que evidencia su incredulidad].» (Corán 47:30)

Un pensamiento que surge de este tema sería: ¿En qué se beneficia uno convirtiéndose en rey cuando su corazón es perverso y está lleno de falsedad? Si el talento y el éxito no guían hacia la salvación, entonces ¿de qué sirven?

## **Si tienes belleza interior, podrás discernir la belleza en el Universo**

Para ser verdaderamente feliz, se debe disfrutar de la belleza y el esplendor de la vida dentro de los límites permitidos en el Islam. Allah ﷻ ha creado bellos jardines para nosotros porque Él es bello y ama la belleza, y además para que reconozcamos Sus señales que están presentes en Su maravillosa creación.

«Él es Quien creó para vosotros todo cuanto hay en la Tierra.» (Corán 2:29)

Un dulce aroma, una comida sabrosa, la frescura que da a la vista el ser amado: todos esos elementos le dan luminosidad y felicidad al alma.

«¡Oh, humanos! Comed de lo bueno y lícito que hay en la Tierra.» (Corán 2:168)

El Profeta ﷺ dijo:

“Lo que más amo de este mundo son el perfume y las mujeres. Pero la oración es mi regocijo”.

Los extremos de la abnegación y la austeridad rígida han opacado y distorsionado algunas de las maravillas de la vida. Algunos llevan una vida de celibato, permanecen voluntariamente en un estado de penuria y se privan de ciertos alimentos. El Mensajero de Allah ﷺ dijo:

“Algunos días ayuno y otros como; algunas noches me levanto para realizar una oración voluntaria y otras duermo; me caso y también como carne. Por eso, quien se desvíe de mi camino no es de los míos”.

Es extraño y confuso ver a lo que se someten algunos miembros de sectas; hay quienes se abstienen de ciertos alimentos; otros no se ríen; e incluso algunos se prohíben beber agua fresca. Es como si no se dieran cuenta de que esas acciones equivalen a torturarse a sí mismos y apagar la luz de su alma.

«Diles [¡Oh, Muhammad!]: ¿Quién os ha prohibido engalanaros y beneficiaros de todo lo bueno que Allah os ha proveído?» (Corán 7:32)

El Mensajero de Allah ﷺ comía miel, y él es el más pío y correcto de los seres humanos. Esto es porque Allah ﷻ creó la miel para comerla.

«Luego comed de todos los frutos y transitad por donde os ha facilitado vuestro Señor. De su abdomen sale un jarabe de diferentes colores que es medicina para los hombres.» (Corán 16:69)

El Mensajero de Allah ﷺ se casó con una mujer virgen y también con mujeres que ya habían contraído matrimonio anteriormente.

Vestía las mejores ropas en días religiosos y también en otras ocasiones.

«¡Oh, hijos de Adán! Cubríos [para rezar] y engalanaos cuando acudáis a las mezquitas.» (Corán 7:31)

El Profeta ﷺ respetaba los derechos de su cuerpo y de su alma.

## **Aléstrate que el alivio está próximo**

Las dificultades, por más grandes y severas que sean, nunca duran para siempre. Al contrario, cuanto más difíciles sean nuestras circunstancias, más cerca estaremos del alivio y de la tranquilidad. La ayuda y la asistencia vienen de Allah ﷻ. ¿Acaso las noches oscuras no son sucedidas por mañanas brillantes?

## **Tú estás por encima de la envidia**

La persona más bendita es aquella que desea el Más Allá y no tiene celos ni envidia de lo que Allah ﷻ ha dado a los demás. También es aquel que lleva consigo un mensaje de principios elevados y desea compartirlo con los demás. Si no puedes ayudar a otros, al menos no les provoques ningún daño. Toma como ejemplo a Ibn ‘Abbâs ؓ, “Intérprete del Corán” y “Océano de Conocimiento”. A través de sus excelentes modales y su alma generosa, pudo transformar los corazones enemigos de Banû Umaiiyah, Banû Maruân y sus seguidores en amigos. Como consecuencia, muchas personas más pudieron beneficiarse de su conocimiento y sabiduría. Llenaba toda reunión con el conocimiento y el recuerdo de Allah. Olvidó los días de Al-Yamal y As-Siffin, y dejó detrás lo que vino luego de esas batallas. Siguió adelante, construyó y unió para reparar diferencias. Todos llegaron a amarlo y se convirtió en la “eminencia” del pueblo islámico. En el otro extremo, pongamos a Ibn Az-Zubair ؓ, quien era el epítome de la nobleza, la generosidad y la sincera adoración.

Sin embargo, prefirió enfrentarse, en lugar de dejar de lado algunos asuntos personales, a tal punto que se preocupó con eso que como consecuencia muchos musulmanes se perdieron. Luego sucedió lo peor; la Ka'bah se convirtió en un lugar de pelea porque sus enemigos lo encontraron allí, y muchos perdieron la vida. Finalmente, fue asesinado. Que Allah ﷻ esté complacido con él y con todos los nobles Compañeros del Profeta.

﴿Y el designio de Allah debe cumplirse.﴾ (Corán 33:38)

No es mi intención despreciar a algunos y alabar a otros; simplemente intento estudiar la historia tratando de buscar moralejas y lecciones que podamos aprender. La nobleza, el compromiso y el perdón son cualidades que están presentes sólo en una minoría de personas. Esto se debe a que para alcanzarlas e incorporarlas a nuestra personalidad, debemos reprimir e incluso subyugar nuestro propio carácter, olvidar y dejar de lado los deseos y las ambiciones desmedidas.

## **Reflexionemos:**

El Mensajero de Allah ﷺ dijo:

“Acércate a Allah en los buenos tiempos y Él te reconocerá en los malos”.

Aquel que tema a Allah ﷻ y cumpla Sus órdenes en tiempos de tranquilidad, se acercará a Él. Además, se desarrollará un vínculo especial entre él y Allah ﷻ. Así es como Allah ﷻ lo reconocerá durante los tiempos malos, es decir, lo ayudará debido a su obediencia durante los buenos tiempos. “Acércate” y “Él te reconocerá” sugiere un tipo especial de conocimiento que apunta hacia una cercanía entre Allah ﷻ y Su siervo creyente.

La paciencia, cuando se aplica de verdad, tiene el efecto de convertir la desdicha en bendición. Todo se trata de la perspectiva y



el marco mental que uno posea al respecto. Allah ﷻ no nos pone a prueba para destruirnos, sino para medir nuestra paciencia y el grado de nuestra fe. Esto se debe a que Allah I tiene el derecho de ser adorado tanto en tiempos malos como en momentos de tranquilidad y de bienestar. La mayoría de las personas son fieles a sus responsabilidades y responden bien a las órdenes cuando las cosas salen bien, es decir, se ajustan a sus inclinaciones. Un punto crucial a entender es que la verdadera prueba suele ser adorar y seguir las órdenes que son contrarias a nuestras preferencias. En este sentido, las personas difieren en su fe; y la manera en que se desempeñen en estas situaciones determinará su posición ante Allah ﷻ.

## **El conocimiento es la clave de la serenidad y la tranquilidad**

El conocimiento y la tranquilidad son dos compañeros inseparables. Si estudias la vida de los sabios más importantes del Islam, descubrirás que llevaban vidas simples, sencillas y eran personas fáciles de tratar. Entendían su propósito en esta vida y sabían qué asuntos eran importantes y qué asuntos no. En cambio, descubrirás que las personas más obstinadas, difíciles y sectarias son los ignorantes. La calamidad de los Jariyitas (una secta desviada) surgió de una falta de conocimiento y comprensión. No fueron guiados a entender que existen temas que son de suma importancia en nuestra religión y que tienen prioridad por sobre otros asuntos.

## **El camino incorrecto para encarar las cosas**

Hace poco leí dos famosos libros y ambos carecían de la facilidad y la simplicidad que nos ofrece la Sharí'ah.

El primero es *Ihiâ' 'Ulûm Ad-Dîn* de Al-Gazâli. En este libro, el autor recopiló una cierta cantidad de Hadices, muchos de los cuales son débiles o inventados, y construyó sobre ellos principios y reglas que consideró eran el mejor medio para acercar al musulmán a su Señor.

Al comparar este libro con los libros pertenecientes a Al-Bujâri y Muslim, noté una clara diferencia: el primero es complicado, exagerado y difícil, mientras que los otros dos son sencillos, moderados y fáciles, quizás porque sólo nos relatan la Sunnah auténtica. Al comparar estos libros, encontré un significado más profundo en el siguiente versículo:

«Te facilitaremos todos tus asuntos.» (Corán 87:8)

El segundo libro es *Qût Al-Qulûb*, escrito por Abû Tâlib Al-Makki. En éste, el autor alienta al lector a abandonar esta vida, a repudiar el trabajo, a privarse incluso de los placeres lícitos y a luchar por la austeridad y la severidad.

Ambos autores, Abû Hâmid Al-Gazâli y Abû Tâlib Al-Makki, tuvieron buenas intenciones. No obstante, el problema fue que su conocimiento de la Sunnah era confuso y débil. Por esta razón, sus ideas están llenas de desaciertos. Es nuestro deber aprender de sus errores. Aquel que guía debe ser experto en el camino; debe tener un mapa preciso que muestre los distintos caminos que nos llevan a la meta final.

«No corresponde que a quien Allah concede el Libro, la sabiduría y la profecía diga a los hombres: Sed siervos míos y no de Allah; sino más bien: Sed guías eruditos puesto que enseñáis el Libro y lo estudiáis.» (Corán 3:79)

## **El más noble de los seres humanos**

Algunas características destacables del Mensajero de Allah ﷺ eran: vivir complacido, ser optimista y poseer un corazón gene-

roso. Era portador de buenas noticias. Prohibía a las personas adoptar en extremo la austeridad o el ascetismo, ya que éstos conducen a rechazar la verdad. La desesperanza y el fracaso no existían en su diccionario. Siempre tenía una sonrisa en el rostro y su corazón estaba complacido. Más aun, sus órdenes eran fáciles de cumplir, pues su misión era aliviar las dificultades y los preceptos difíciles que pesaban sobre las personas.

### Un paso a la vez

Cuando un orador se dirige a las masas en un sermón, debe adoptar un enfoque sistemático y gradual. En este caso, sistemático significa que los temas más importantes deben ser tratados al principio. Este principio se corrobora con el consejo del Mensajero de Allah ﷺ a Mu'âdh ؓ cuando lo envió al Yemen:

“Lo primero que debes decirles es que atestigüen que nadie merece adoración excepto Allah y que yo soy el Mensajero de Allah...”

En nuestros asuntos personales, muchos de nosotros nos damos cuenta de que debemos buscar un desarrollo gradual. Entonces, ¿por qué pretendemos hacer todo de una vez?

«Los incrédulos dicen: ¿Por qué no le ha sido revelado el Corán de una sola vez? Pero [sabe ¡Oh, Muhammad! que] te lo hemos ido revelando paulatinamente para afianzar de este modo tu corazón.» (Corán 25:32)

Los musulmanes debemos sentir tranquilidad y paz cuando aprendemos las enseñanzas del Islam, especialmente porque el Islam llegó para salvar a las personas de su contienda interna.

El término *Taklîf*, que significa literalmente ‘carga’ (al menos en una de sus connotaciones), sólo es mencionado en el Corán de manera negativa; es decir precedido por la partícula de negación ‘la’.

«Allah no exige a nadie [la iukallifu] por encima de sus posibilidades.» (Corán 2:286)

Cuando los compañeros se presentaban ante el Profeta ﷺ buscando consejos o enseñanzas, él les aconsejaba con palabras precisas y concisas que pudieran memorizar fácilmente. Luego de entender la situación del solicitante, el Profeta ﷺ siempre daba una respuesta práctica y simple.

Nos equivocamos en gran medida cuando intentamos presentarle al público todos los consejos, enseñanzas, modales y sabiduría que tenemos a disposición.

«Y a este Corán te lo hemos revelado en partes para que se lo recites a los hombres gradualmente. Te lo hemos ido revelando poco a poco.» (Corán 17:106)

## **Ya sea que poseas mucho o poco, aprende a ser agradecido**

La persona que no es agradecida con Allah ﷻ por el agua fresca y pura tampoco lo será si tiene una mansión o un auto lujoso.

La persona que no es agradecida por el pan caliente, no lo será si recibe de repente exquisitos alimentos, porque un ingrato no ve la diferencia entre lo que es poco y mucho. Cuántos ingratos prometen realizar buenas acciones y ser agradecidos con Allah ﷻ si les concede bendiciones, mas no cumplen con su palabra.

«Entre ellos [los hipócritas] hay quienes tomaron un compromiso con Allah diciendo: Si Allah nos agracia haremos caridades y nos contaremos entre los virtuosos. Pero cuando Allah les agració con Su sustento se mostraron avaros, rehusaron [pagar el Zakâh] y rechazaron [el Islam].» (Corán 9:75-76)

Todos los días vemos personas con alteraciones mentales, vacías en su interior y tristes porque consideran que su Señor no les dio

nada. Sienten eso a pesar de tener buena salud y de que no les falta el alimento diario, sin mencionar todas las demás necesidades básicas que tienen satisfechas. Si no son agradecidos por esas cosas ni tampoco por el tiempo libre que tienen, entonces ¿cuál sería el caso si recibieran castillos o mansiones? Seguramente se alejarían más del camino de su Señor y aumentarían su desdén y altanería.

Aquel que camina descalzo dice: "Seré agradecido con mi Señor cuando me bendiga y me dé zapatos". Y el que camina con zapatos pospone su agradecimiento hasta que tenga un lujoso auto. Tomamos las bendiciones de inmediato mas dejamos el agradecimiento para más adelante. Estamos presurosos por recibir de Allah ﷻ lo que deseamos pero somos lentos y desganados para cumplir Sus mandatos.

### **Tres placas**

Un sabio colgó tres placas en su oficina, las cuales leía diariamente.

La primera decía: "¡Hoy es tu día!" Le recordaba que debía vivir dentro de los límites del día, luchando y trabajando.

La segunda decía: "¡Reflexiona y sé agradecido!" Le recordaba que debía contemplar las bendiciones que Allah ﷻ le había dado y ser agradecido por ellas.

Y la tercera decía: "¡No te enojés!"

### **Reflexionemos:**

Hay dos puntos que debemos tener en mente cuando pensamos en la dificultad y el alivio:

Primero, cuando uno ya no puede soportar más una dificultad pierde toda esperanza en los seres humanos y, como resultado, su corazón se vuelca completamente a Allah ﷻ.

Segundo, cuando el verdadero creyente siente que el alivio tarda en llegar y que no hay respuesta para sus plegarias, se culpa sólo a sí mismo. Y dice: “Estoy en esta situación porque me lo merezco. Si hubiese hecho obras buenas, mis plegarias habrían obtenido respuesta”. Ese tipo de auto-reproche es mucho más apreciado por Allah ﷻ que muchas buenas acciones. Cuando un siervo de Allah ﷻ atraviesa este proceso de introspección y auto-reproche, se postra frente a su Señor y admite sus debilidades y reconoce que las calamidades que le han acaecido son el resultado de sus obras y que no merece que sus plegarias sean respondidas. En ese momento, llega rápidamente la respuesta a sus plegarias y se disipan las nubes negras que lo rodeaban.

Ibrâhîm Ibn Ad-ham dijo:

“Si los reyes conocieran los placeres (espirituales) que disfrutamos usarían sus espadas para tratar de arrebatarlos”.

Ibn Taimiiah dijo:

“Mi corazón siente a veces una especie de sentimiento inexplicable durante algunas horas y digo: ‘Si quienes viven en el Paraíso están en un estado similar al que tengo [en este momento], viven una maravillosa vida’”.

## **Libérate de las preocupaciones y del miedo**

Más de treinta capítulos del libro *Al-Faray Bâda Ash-Shiddah* trata sobre el alivio y la tranquilidad que llegan después de las dificultades. El libro destaca que cuanto más severas sean nuestras dificultades, más cerca estaremos del alivio y la tranquilidad. El libro cuenta con más de trescientos relatos, todos ellos giran en torno al mismo tema. At-Tannûji nos relata más de doscientas historias de gente que sufrió mucho debido a que fue prisionera injustamente, desterrada, castigada indebidamente y

quedaron en la extrema pobreza. Sea cual fuere la dificultad, sólo es cuestión de días hasta que lleguen tiempos mejores. “Ten calma, pues muchos han pasado por este camino antes que tú”.

«Y por cierto que os probaré con algo de temor, hambre, pérdida de bienes, vidas y frutos, pero albricia a los pacientes [que recibirán una hermosa recompensa].» (Corán 2:155)

«Por cierto que probamos a quienes les precedieron, y Allah bien sabe quiénes son los sinceros y quiénes los mentirosos.» (Corán 29:3)

Es justo que en este período de examinación - el cual continúa hasta que morimos - debamos adorar a Allah ﷻ tanto en los tiempos malos como en los buenos. Allah ﷻ cambia nuestra situación tal como cambia el día y la noche. Entonces, ¿por qué sentimos ira, desobedecemos y nos quejamos?

«Si les hubiéramos prescrito que se mataran o que abandonasen sus hogares, no lo habrían hecho, salvo algunos de ellos.» (Corán 4:66)

## Actos de caridad

Los actos de caridad nos protegen de las vicisitudes de la vida. Abú Bakr ؓ dijo estas bellas palabras:

“Los actos de caridad nos protegen de las vicisitudes de la vida”.

Esta frase tiene el apoyo de la revelación y del sentido común.

«Y si no fuera porque él era de los que glorifican a Allah, hubiese permanecido en su vientre hasta el Día de la Resurrección.» (Corán 37:143-144)

Jadíyah ؓ le dijo al Profeta ﷺ:

“No, Allah jamás te abandonará. Eres bondadoso con tus parientes, llevas la carga de otros, das a los que necesitan y ayudas

a quienes están en dificultades”’. Observa cómo ella entendía que las buenas acciones necesariamente dan buenos resultados y que después de un noble comienzo seguramente viene un final sublime.

*Al-Uzarâ'*, de As-Sabbâbi, *Al-Muntadhim* de Ibn Al-Yauzi y *Al-Faray Ba'da Ash-Shiddah* de At-Tannuji; estos tres libros relatan el siguiente incidente: Un gobernador llamado Ibn Al-Furât buscaba constantemente causarle daño a Abû Ya'far Ibn Bistâm. Este último sufrió mucho debido a eso.

Cuando Abû Ya'far era niño, su madre solía colocar un pedazo de pan debajo de su almohada. A la mañana siguiente, ella se lo daba a algún necesitado en nombre de su hijo. Años más tarde, Abû Ya'far acudió a Ibn Al-Furât por un asunto en particular. Ibn Al-Furât dijo de inmediato: “¿Poseéis tú y tu madre un pedazo de pan?” Respondió: “No”. Le dijo: “Sé honesto conmigo”, insistió Ibn Al-Furât. Abû Ya'far, quizás un poco avergonzado, le contó la historia de su madre en un modo burlesco, dando a entender que son cosas de mujeres. Ibn Al-Furât dijo: “No hables en ese tono [jocoso] de tu madre, pues anoche antes de dormir preparé un plan que, si hubiera salido bien, te habría destruido. Cuando dormí, tuve una visión: era como si hubiera tenido una espada en mis manos y hubiera corrido hacia ti para matarte. Tu madre me interceptó y en su mano tenía un trozo de pan que solía usar para protegerte de mí. Como resultado, no pude alcanzarte. Luego desperté”. Abû Ya'far le reprochó la enemistad que había crecido gradualmente entre ambos y este incidente abrió la puerta para que llegaran a una tregua. Ibn Al-Furât ayudó generosamente a Abû Ya'far en sus asuntos y pronto se hicieron buenos amigos. Se dice que Ibn Al-Furât dijo después del incidente: “Por Allah, después de esto no verás que haga ningún mal”’.



## La recreación y la relajación son recursos que deberíamos aprovechar

Las dos características establecidas más sobresalientes de la Sharī‘ah son la flexibilidad y la simplicidad. Estas cualidades ayudan al musulmán en su adoración y a realizar buenas obras.

«Sabad que Él es Quien hace reír y hace llorar.» (Corán 53:43)

El Mensajero de Allah ﷺ reía y bromeaba pero todo lo que decía era verdad. Corría carreras con ‘Â’ishah ؓ y prohibía explícitamente la inflexibilidad, la artificialidad y la rigidez. Nos dijo que cuando una persona hace de la religión algo muy duro y estricto, ésta rigidez termina por apoderarse de él. En otro Hadīz nos dice que la religión es sólida y que debemos adentrarnos en ella suavemente. También nos dice que todo devoto tiene un nivel de vitalidad y que una persona muy estricta caerá inevitablemente en algún momento. Cae porque sólo ve las circunstancias actuales y está ciego frente a las distintas situaciones que puede encontrar en el futuro. Olvida los efectos a largo plazo de su actitud y del aburrimiento que le provoca una rigidez excesiva. Es más sabio aquel que realiza un mínimo de acciones continuamente sin importar cuál sea la circunstancia. Si algún día tiene más entusiasmo hará más. Pero si se debilita, realiza al menos aquellas acciones que forman parte de su rutina diaria. Quizás éste es el significado de las palabras que se le atribuyen a algunos de los compañeros del Profeta: “El alma avanza a veces y retrocede en otras ocasiones. Aprovecha aquellas veces en que avanza y déjala en paz cuando retrocede”.

He visto muchas personas que tenían buenas intenciones al realizar una cantidad excesiva de plegarias voluntarias o aplicar en extremo la religión. Sin embargo, eventualmente volvieron a un estado más débil de fe del que tenían antes de ese entusiasmo.

## **Lo que muchos ignoran es que la religión llegó para darle prosperidad y felicidad a la gente**

«No te hemos revelado el Corán para que te agobies [y sufras por la incredulidad de tu pueblo ¡Oh, Muhammad!].» (Corán 20:2)

Allah ﷻ reprocha a aquellos que se exigen demasiado a sí mismos haciendo más de lo que pueden, y finalmente terminan renegando de los compromisos asumidos.

«Ellos establecieron el monacato sin que se lo hubiéramos prescrito, sólo por deseo de satisfacer a Allah, pero aún así no lo observaron como pretendían.» (Corán 57:27)

El Islam se distingue de otras religiones porque es moderado, fácil de seguir, cuida el alma y el cuerpo, aporta tanto a esta vida como al Más Allá y consiste en creencias innatas aceptadas por todos.

«Así está establecido en la religión verdadera, no obréis pues en contra vuestra [desobedeciendo a Allah]...» (Corán 9:36)

Abû Sa'îd Al-Judri ؓ relató lo siguiente:

Un beduino acudió al Mensajero de Allah ﷺ y le preguntó: “Oh Mensajero de Allah, ¿quién es el mejor de todos?” Respondió: “El creyente que lucha consigo mismo y que da de su riqueza por la causa de Allah. Luego sigue la persona que acostumbra a hacer retiros para adorar a su Señor”.

Según otra narración, el Profeta ﷺ dijo:

“Aquel que teme a Allah y se aleja de las personas para estar a salvo del daño que éstas puedan causarle”.

Abû Sa'îd ؓ también narró el siguiente Hadîz:

“Llegará el momento en que la propiedad más valiosa del musulmán serán las ovejas, pues seguirá con ellas los pastos verdes de las montañas y los lugares con lluvia, y así huirá con su religión de la sedición”. (Al-Bujâri)

'Umar ؓ dijo:

“Aíslate lo justo y necesario”.

Al-Yunaid dijo estas hermosas palabras:

“Soportar el aislamiento es más fácil que soportar los caprichos y las adulaciones que se encuentran en el trato con los demás”.

Al-Jattâbi dijo:

“Si el aislamiento sólo significa estar a salvo de las calumnias y lejos del mal que uno no puede cambiar, entonces es algo que trae muchos beneficios”.

Estas palabras son similares en significado al Hadîz encontrado en Al-Hâkim y narrado por Abû Dharr ؓ:

“Recluirse es mejor que sentarse con alguien que es una mala influencia”.

Este Hadîz tiene una cadena de narración auténtica.

Al-Jattâbi explicó en su libro *El Aislamiento (Al-'Uzlah)* que en nuestra religión la orden de recluirse y socializarse depende de las circunstancias. Según los textos revelados, debemos juntarnos con otras personas con fines específicos tales como seguir a quienes tienen el conocimiento y unirnos en comunidad por asuntos religiosos, mientras que debemos evitar otro tipo de reuniones. La persona que es capaz de conservar su religión y ganar su riqueza por sus propios medios estará mucho mejor si se reúne con otras personas sólo cuando sea necesario o para hacer buenas acciones. No obstante, debe seguir cumpliendo sus obligaciones, como orar con la comunidad, saludar, visitar a los

enfermos, asistir a los funerales y demás. Entonces, lo que se exige no es socializarse en exceso, ya que hacerlo da como resultado una pérdida de tiempo y un descuido de los asuntos importantes. Socializar con la gente es similar a la necesidad que tiene el cuerpo de agua y comida. En ambos casos, uno debe limitar la ingesta y tomar sólo lo necesario. Es más puro así para el cuerpo y el alma; y Allah ﷻ sabe más.

En su disertación sobre el tema del aislamiento, Al-Qushairi dijo que quien busca recluírse debe sentir que está haciéndolo para proteger a los otros de su mal y no por el motivo contrario. Esto se debe a que si lo hace para proteger a los demás, tiene una opinión modesta de sí mismo, lo cual es exigido por el Islam. En cambio, si lo hace motivado por una actitud opuesta significa que afirma su superioridad sobre los demás, lo cual no es aceptable en el carácter de un creyente.

En este aspecto, se puede clasificar a las personas en tres grupos: dos de ellos son opuestos mientras que el tercero es un punto intermedio entre ambos.

El primer grupo son aquellas personas que se aíslan de los demás a tal punto que no asisten a las plegarias de los viernes, a las plegarias en congregación ni a las reuniones que difunden la bondad. Los que pertenecen a este grupo obviamente están errados.

El segundo grupo se socializa demasiado, al punto que participa en actividades perniciosas en las que prevalecen la falsedad, los rumores y la pérdida de tiempo. Éstos también están equivocados.

Los del tercer grupo se asocian con otras personas para adorar y realizar plegarias en congregación. Participan con sus pares en la realización de buenas obras para obtener recompensas y, en general, desean complacer a Allah ﷻ. Evitan aquellas reuniones dominadas por el mal, la falsedad y la extravagancia.

«Hicimos de vosotros una comunidad moderada y justa...»  
(Corán 2:143)

## Reflexionemos:

'Ubâdah Ibn As-Sâmit cuenta que oyó al Mensajero de Allah ﷺ decir:

“Persiste en tu lucha por el camino de Allah, pues te llevará a las puertas del Paraíso. A través de él, Allah elimina las ansiedades y preocupaciones”.

Esforzarse por la causa de Allah ﷺ tiene un efecto muy positivo en la persona. Cada vez que el alma se olvida de combatir el mal, aumenta el nivel de miedo y ansiedad, pero si se esfuerza procurando complacer a Allah ﷺ, el miedo y la ansiedad se transforman en felicidad, fuerza y vigor.

«Combatidlos, pues Allah los castigará a través de vuestras manos, les humillará, os concederá el triunfo sobre ellos, y curará así los corazones de los creyentes, purificándolos del rencor que hay en ellos.» (Corán 9:14-15)

Por lo tanto, esforzarse por la causa de Allah ﷺ es uno de los remedios más potentes para combatir la ansiedad, la angustia y las preocupaciones.

## Contempla el Universo

Mira a tu alrededor y contempla las señales presentes en la creación. Los arroyos, los árboles, las flores, las montañas, la tierra y el cielo, el sol y la luna, el día y la noche, todos ellos nos recuerdan al Creador de todas las cosas. De esa manera tu fe aumentará y también incrementará tu nivel de corrección y probidad.

«Reflexionad sobre ello ¡Oh, sensatos!» (Corán 59:2)

Un filósofo que abrazó el Islam dijo:

“Cada vez que me encontraba abrumado por las dudas, miraba el libro de la creación, cuyas letras hablaban de milagros y extrema destreza. Mi fe no sólo regresaba a su nivel normal, sino que también aumentaba”.

## **Sigue un plan estudiado**

Ash-Shaukâni dijo:

“Algunos estudiosos me aconsejaron que no dejara de escribir, que al menos escribiera dos líneas por día. Seguí su consejo y coseché los frutos”.

Éste es el significado del siguiente Hadîz:

“La mejor acción es la que perdura aunque se trate de algo pequeño”.

Un dicho sostiene que si alguien agrega suficientes gotas de agua, el resultado será una inundación.

Cuando queremos hacer todo de una sola vez, creamos confusión. Entonces, lo que sigue es inevitable: aburrimiento, fatiga y lo peor de todo: el abandono de la acción. Si hacemos nuestro trabajo y damos un paso a la vez, distribuyéndolo en etapas, lograremos mucho más. Reflexiona en la oración. Debemos realizarla cinco veces al día. Los intervalos entre ellas permiten realizar otras actividades y hay suficiente tiempo entre una y otra para que el devoto regrese con entusiasmo para orar nuevamente. No obstante, si las plegarias se combinaran y se realizaran todas a la vez, la persona se aburriría.

El significado de un Hadîz que se refiere en particular a este tema es que una persona que obliga a su caballo a correr a toda velocidad en un viaje largo, no sólo habrá derrochado lo que tiene

de fuerzas sino que tampoco llegará a destino. A través de las diversas experiencias, se puede corroborar lo siguiente: aquel que trabaja consistentemente en períodos regulares de tiempo logra más que quien intenta hacer todo de una vez.

La oración organiza nuestro tiempo; eso es algo que aprendí de los que saben y que me benefició en la vida. Es una lección que también puede inferirse del siguiente versículo:

«La oración ha sido prescrita a los creyentes para realizarla en horarios determinados.» (Corán 4:103)

Si una persona distribuyera sus obligaciones mundanas y religiosas en torno a cada plegaria, vería cómo su tiempo es bendecido.

Por ejemplo, si un estudiante del Islam dedicara el tiempo que viene después de la plegaria matutina para memorizar versículos del Corán; leyera después de la plegaria del mediodía o asistiera a círculos de estudio o utilizara el tiempo después de la plegaria vespertina para investigar y después de la plegaria del ocaso fuese a visitar amigos o descansara y finalmente, después de la plegaria nocturna leyera temas de actualidad y estuviese con la familia, lograría muchas metas.

«¡Oh, creyentes! Si teméis a Allah, Él os concederá la guía y el conocimiento con el que podréis discernir [lo verdadero de lo falso], absolverá vuestras faltas y aceptará vuestro arrepentimiento; y Allah es el poseedor del favor inmenso.» (Corán 8:29)

## **No seas desordenado en tus asuntos**

Las deudas, las responsabilidades financieras y las cuentas a pagar son factores muy importantes que provocan tristeza y ansiedad. Hay tres principios fundamentales con respecto a este tema que debemos entender y aplicar:

1. Aquel que es prudente no dependerá de los demás. Es necesario gastar nuestro dinero con sensatez, sólo cuando sea necesario y sin derrochar, y seguramente encontraremos la ayuda de Allah ﷻ.

«Porque quienes se exceden son iguales a los demonios que siguen a Satanás, y por cierto que Satanás fue ingrato con su Señor.» (Corán 17:27)

«Aquellos que cuando hacen una caridad no dan todo lo que tienen ni tampoco escatiman sino que dan en la justa medida.» (Corán 25:67)

2. Procura obtener tu sustento a través de medios lícitos, pues Allah ﷻ es *Taiib* (noble, puro y bueno) y no acepta nada que no sea noble, puro, y bueno. Allah ﷻ no bendice un ingreso que no sea ganado por medios lícitos.

«Di: Lo malo y lo bueno jamás podrán equipararse, aunque te guste la abundancia de lo malo.» (Corán 5:100)

3. Trabaja diligentemente para ganar lícitamente tu sustento y deja de lado la inactividad y la holgazanería. Cuando Ibn 'Auf ؓ emigró a Medina, no llevó nada consigo. Uno de los Ansâr de la ciudad le ofreció la mitad de su riqueza porque el Profeta ﷺ había establecido un lazo fraternal entre él y Ibn 'Auf ؓ. Ibn 'Auf ؓ rechazó la generosa oferta y simplemente respondió: "Dime dónde está el mercado".

«Y cuando haya culminado la oración dispersaos por la Tierra y procurad el sustento, y recordad mucho a Allah que así triunfaréis.» (Corán 62:10)

## **Eres valorado por tu fe y tu carácter**

Había un hombre pobre, débil y demacrado. Vestía una túnica rasgada con muchos parches. Andaba descalzo y sin comer. Ade-



más de tener un linaje desconocido, no tenía riquezas ni familia. Sin un techo donde refugiarse, dormía en la mezquita y bebía de las fuentes públicas. Su almohada era su propio brazo y su colchón era la tierra despareja del suelo. Pero siempre recordaba a su Señor y recitaba constantemente los versículos del Libro de Allah. Nunca faltaba en la primera fila en las oraciones ni en el frente de batalla. Un día se encontró con el Mensajero de Allah ﷺ, quien al verlo lo llamó por su nombre: "¡Oh Yulaibîb! ¿Por qué no te casas?" "¿Quién me entregaría a su hija?", fue lo único que respondió. Pasó junto a otras dos personas que le preguntaron lo mismo y la respuesta fue idéntica. El Mensajero de Allah ﷺ le dijo: "¡Oh Yulaibîb! Ve con tal persona de los Ansâr, y dile: 'El Mensajero de Allah ﷺ te envía sus saludos de paz y te pide que me entregues a tu hija en matrimonio'". Este Ansâri venía de un hogar noble y muy estimado. Cuando Yulaibîb ﷺ le dijo lo que el Profeta le había ordenado, el Ansâri respondió: "Y que la paz esté con el Mensajero de Allah. ¡Oh Yulaibîb! ¿Cómo puedo entregarte a mi hija en matrimonio si no tienes riqueza ni posición social?" Su esposa escuchó la conversación y exclamó: "Pobre Yulaibîb, no tiene riqueza ni posición social". Pero su hija que era muy creyente, escuchó con atención las palabras de Yulaibîb ﷺ que contenían el mensaje del Profeta ﷺ. Entonces les dijo a sus padres: "¡Por Allah! ¿Acaso rechazarán el pedido del Mensajero de Allah?" Respondieron: "¡No, en nombre de Allah!" Acto seguido, se realizó la boda bendecida. Cuando llegó la primera noche, un vocero anunciaba por las calles una batalla pronta a comenzar. Yulaibîb ﷺ acudió sin demora y partió al campo de batalla. Con sus propias manos, mató a siete incrédulos y luego perdió la vida. Recibió la muerte complacido con Allah ﷻ y Su Mensajero ﷺ y con su fe por la que sacrificó su propia vida. Luego de la batalla, el Mensajero de Allah ﷺ preguntaba quiénes habían caído mártires en la batalla. La gente

comenzó a darle la lista de quienes habían muerto, pero no mencionaron a Yulaibíb ؓ pues nadie lo conocía. Sin embargo, el Mensajero de Allah ﷺ sí lo recordaba y dijo: “Pero he perdido a Yulaibíb”. Encontró luego el cuerpo de Yulaibíb ؓ con el rostro cubierto de polvo. Sacudió el polvo de su rostro y dijo: “¡Has matado a siete y luego te mataron a ti! Eres de los míos y yo soy de los tuyos...” El Mensajero de Allah ﷺ repitió la segunda parte de esa oración tres veces. Esta medalla de distinción del Profeta Muhammad ﷺ es en sí misma una enorme recompensa y un gran premio.

El valor de Yulaibíb ؓ estaba en su fe y en su amor por el Mensajero de Allah ﷺ, junto con los principios por los cuales murió. Su humilde condición y su apellido desconocido no le impidieron tener el gran honor con el que fue bendecido. Con sus magros recursos alcanzó el martirio y la felicidad tanto en esta vida como en la otra.

«Se regocijan por la gracia que Allah les ha concedido y están felices por la recompensa que recibirán quienes todavía no se les han unido, y no temerán ni se entristecerán.» (Corán 3:170)

Por eso recuerda, tus principios y tu carácter son los que determinan tu valor. La pobreza jamás se interpondrá en el camino de la distinción y el logro de metas superiores.

## **La dicha de los Compañeros del Profeta**

Entre una de las tantas maneras con las cuales eran bendecidos los compañeros del Profeta era que se les informaba su categoría a través de la revelación. Este versículo fue revelado sobre Abû Bakr ؓ:

«Pero el piadoso estará a salvo, aquel que da parte de su riqueza con el anhelo de purificarse » (Corán 92:17-18)

'Umar ؓ recibió las buenas nuevas en este Hadíz:

“Vi un castillo blanco en el Paraíso. Pregunté a quién pertenecía y me dijeron que era de 'Umar Ibn Al-Jattâb”.

En el caso de 'Uzmân ؓ, el Mensajero de Allah r hizo esta súplica:

“Oh Allah, perdona a 'Uzmân por sus pecados pasados y futuros”.

El Mensajero de Allah ﷺ describió a 'Ali ؓ con las siguientes palabras:

“Es un hombre que ama a Allah y a Su Mensajero y que Allah y Su Mensajero lo aman”.

Con respecto a Sa'd Ibn Mu'âdh ؓ, el Mensajero de Allah ﷺ dijo:

“El Trono del Clemente se estremeció por él”.

De 'Abdullah Ibn 'Amr Al-Ansâri ؓ mencionó:

“Allah le habló directamente sin traductores”.

Luego de la muerte de Handhalah ؓ dijo lo siguiente:

“Los ángeles del Clemente lo lavaron”.

## **La desdicha de los incrédulos**

Se menciona con respecto al Faraón:

﴿[Y en la tumba] El fuego les alcanzará a ellos por la mañana y la tarde, y el día que llegue la Hora [del Juicio, se le ordenará a los Ángeles:] Arriad a la familia del Faraón al más severo castigo.﴾ (Corán 40:46)

Sobre Coré:

«Entonces hicimos que la tierra se tragase a Qârûn y a su casa, y no hubo nadie que pudiese socorrerlo, y tampoco pudo salvarse a sí mismo.» (Corán 28:81)

Sobre Al-Walíd Ibn Al-Mugfrah:

«Por cierto que le haré subir por una cuesta [del Infierno].» (Corán 74:17)

Sobre Umaiah Ibn Jalaf:

«Ay del castigo que les aguarda a quienes se burlan del prójimo con sus palabras y actitudes.» (Corán 104:1)

Sobre Abû Lahab:

«¡Maldito sea Abû Lahab [tío y acérrimo enemigo del Profeta Muhammad] y que perezca!» (Corán 111:1)

Sobre Al-'Âs Ibn Uâ'il:

«¡Seguro que no! Registraremos lo que dice y le prolongaremos el castigo.» (Corán 19:79)

## **Reflexionemos:**

Piensa en los siguientes efectos dañinos que se originan por no recordar a Allah ﷻ: te sientes solo, no obtienes lo que esperas, piensas mal y entiendes mal la verdad, tu corazón se endurece, te vuelves perezoso, pierdes el tiempo, no obtienes respuesta a tus plegarias, se interrumpen las bendiciones en la riqueza y en la salud, te es imposible adquirir conocimiento, sientes humillación y ansiedad y eres puesto a prueba con malas compañías que contaminan tu corazón. Estos resultados surgen después del pecado y olvidar Allah.

Si esos son los efectos del pecado, el remedio está en el arrepentimiento.

## Seamos amables con las mujeres

«Tratad bien a vuestras mujeres en la convivencia.» (Corán 4:19)

«Y entre Sus signos está haberos creado esposas de entre vosotros para que encontréis en ellas sosiego, y puso entre vosotros amor y misericordia.» (Corán 30:21)

El Mensajero de Allah ﷺ dijo:

“Cuida a las mujeres y sé bueno con ellas, pues ellas se someten a ti”.

“El mejor de los hombres es aquel que mejor trata a su familia, y yo soy el mejor de vosotros con su familia”.

Un hogar feliz es aquel que se construye sobre las bases del amor, la complacencia y el temor a Allah ﷻ.

«Quien construye sobre la base de la piedad y la complacencia de Allah es mejor que quien lo hace sobre la orilla de una tierra húmeda a punto de hundirse y precipitarse al fuego del Infierno. Ciertamente Allah no guía a los inicuos.» (Corán 9:109)

## Una sonrisa cada mañana

Para comenzar bien el día, el esposo debe sonreír al saludar a su esposa y viceversa. Esta sonrisa es un anuncio que da cuenta del compromiso y acuerdo entre ambos.

“Una sonrisa en el rostro de tu hermano es caridad”.

El Mensajero de Allah ﷺ siempre tenía una sonrisa en su rostro.

«Y cuando entréis en una casa, saludaos unos a otros con la salutación bendita [que Allah ha prescrito: As Salâmu 'Aleikum] y decios palabras afables.» (Corán 24:61)

«Si os saludan responded con un saludo aún mejor o igual. Allah computa todas las cosas.» (Corán 4:86)

Además, al retornar al hogar debemos hacer la siguiente súplica:

“Oh Allah, te pido la mejor de las entradas y la mejor de las salidas. En el nombre de Allah entramos y en el nombre de Allah salimos. Y en Allah, nuestro Señor, depositamos nuestra confianza”.

Hablar en un tono amistoso también trae comprensión al hogar.

«Exhórtales a Mis siervos a hablar con respeto y educación.»  
(Corán 17:53)

Tanto el esposo como la esposa deben recordar las cosas buenas de su cónyuge y olvidar lo malo. Cuando el marido tiene presente los aspectos positivos de su esposa y a la vez olvida (o al menos no prioriza) sus defectos, encuentra paz y felicidad en su hogar.

Un poeta árabe dijo:

“¿Quién es aquel que nunca se ha equivocado?  
¿Y quién es aquel que posee pura bondad?”

«Y si no fuese por la gracia de Allah y Su misericordia ninguno de vosotros podría purificarse jamás de sus pecados, pero Allah purifica a quien quiere [perdonándole sus pecados y guiándole por el sendero recto], Allah es Omnioyente, Omnisciente.»  
(Corán 24:21)

Las trivialidades e insignificancias son las causas de la mayoría de los problemas matrimoniales y yo mismo he sido testigo de matrimonios que terminaron en divorcio, no a causa de diferencias irreconciliables, sino por cosas pequeñas y sin importancia. Una pelea doméstica comenzó porque la casa no estaba limpia; otra resultó porque no estaba lista la cena a tiempo; mientras que otra fue porque la esposa protestó por la cantidad de amigos que visitaban a su marido. Una lista de esos problemas puede

terminar desmoronando una familia, dejando a los hijos sin padre o sin madre.

Es de nuestra incumbencia vivir en un mundo de realidad (especialmente en lo que respecta a los cónyuges) y no soñar con una utopía en el hogar. Como seres humanos, nos enojamos e irritamos, somos débiles y nos equivocamos. Por lo tanto, cuando hablamos de la dicha en el hogar o la buscamos, debemos tener en mente el concepto de felicidad relativa y no de la felicidad absoluta.

El carácter amigable y la buena compañía del Imâm Ahmad Ibn Hanbal merecen ser mencionados aquí. Al morir su esposa, dijo: "Fue mi compañera durante cuarenta años y en ese tiempo, jamás tuvimos una discusión".

El esposo debe permanecer en silencio cuando su esposa se enoja y viceversa, al menos hasta que la ira se aplaque y la tormenta se disipe.

Ibn Al-Yauzi dijo en su libro *Said Al-Jâtir*:

"Cuando tu compañero se enoja y dice algo injustificado, no debes tomarlo a la tremenda. Su situación es similar a la de una persona ebria que no es consciente de lo que sucede. En cambio, sé paciente, aunque más no sea por un breve tiempo. Si le devuelves sus palabras con agravios e insultos de tu parte, serás como la persona cuerda que busca revancha de un loco o como el consciente que le pide retribución a un inconsciente. Míralo con piedad y lástima por sus acciones".

Seguramente cuando despierte de ese estado, se sentirá arrepentido por lo sucedido y podrá reconocer el valor que tuviste al ser paciente. Debes tener paciencia especialmente si la persona que se enoja es tu cónyuge o tu pariente. Déjalos que digan lo que quieran hasta que se calmen y no tomes al pie de la letra sus

palabras. Cuando una persona enojada recibe en respuesta la misma actitud, difícilmente la ira se aplaque, aun después de haber dejado el estado de nerviosismo.

### **La obsesión de una revancha es veneno que fluye a través de un alma enferma**

*Los crucificados en la Historia* es un libro lleno de relatos sobre personas vengativas que provocaban daños muy severos a sus enemigos. Lo que uno advierte al leer este libro (que probablemente es lo que el autor quiere que veamos) es que matar a sus enemigos no fue suficiente para saciar su sed de venganza. La ironía que transmite el autor es que la persona crucificada, por ejemplo, deja de sentir dolor en cuanto su alma deja el cuerpo. Mientras que el asesino que busca venganza nunca encontrará paz ni felicidad porque el fuego de la venganza se ha avivado e incluso se apodera de todo su ser.

El libro relata las vidas de algunos de los líderes de Banû Al-'Abbâs quienes perdieron la oportunidad de matar a sus rivales de Banû Umaiiah simplemente porque estos últimos murieron antes de que asumieran los primeros. Con la ira a flor de piel, uno de ellos sacó el cuerpo de su enemigo de la tumba y lo azotó para luego quemarlo. Por eso debes entender que quien busca venganza sentirá siempre más dolor y desdicha que la persona a la que le causa daño porque termina perdiendo la paz y la serenidad.

“Los enemigos no afligen al ignorante, tanto como el ignorante se aflige a sí mismo”.

«Cuando os encuentran dicen: ¡Creemos!, pero cuando están a solas se muerden los dedos del odio que sienten contra vosotros. Di: Morid con vuestro odio. Allah sabe bien lo que encierran los corazones.» (Corán 3:119)



## **Reflexionemos:**

Cuando el creyente se vea superado por la desdicha, sólo a través del arrepentimiento podrá encontrar la verdadera salida para sus problemas. En lugar de mirar hacia afuera, buscando influencias, el creyente debe realizar una búsqueda interior y ver que es el culpable y que merece lo que le ha acontecido. Sólo al llegar a ese nivel de conciencia podrá comenzar el proceso de corregir o en algunos casos enmendar sus errores y arrepentirse frente a Allah ﷻ por sus equivocaciones. Y cuando se encargue de sus asuntos interiores, Allah ﷻ se encargará de los exteriores. Estas palabras quizás parezcan simples pero son pocos quienes las ponen en práctica.

## **No adoptes la personalidad de otro**

**El hombre pasa por tres etapas:** (1) imitación, (2) selección y elección, (3) invención y creatividad. La imitación, el acto de copiar la personalidad y los modales de otra persona, se debe a una atracción muy fuerte o un apego extremo hacia esa persona. Cuando se practica en exceso, es decir, cuando el imitador copia incluso el tono de voz o los gestos de la otra persona, lo que está haciendo en realidad es enterrar su propia personalidad. Si bien puede parecerle absurdo a muchos pero basta con mirar a los jóvenes de hoy. Verás cómo algunos adolescentes imitan a personas famosas en su manera de caminar, hablar e incluso sus movimientos. Abandonan por completo su idiosincrasia en pos de copiar a sus ídolos. Ojalá imitaran, en lugar de ello, a las personas nobles, sabias, generosas y educadas.

Me veo obligado a reiterar lo que dije antes: eres único, y desde que Allah ﷻ creó a Adán ﷻ jamás hubo dos personas exactamente iguales.

«Y entre Sus signos está la creación de los cielos y de la Tierra, la diversidad de vuestras lenguas y razas. Por cierto que en esto hay signos para quienes los comprenden.» (Corán 30:22)

Entonces, ¿por qué deseamos ser todos iguales?

La belleza de tu voz es de carácter único y el encanto de tu apariencia es específicamente tuyo.

«¿No observas que Allah hace descender del cielo el agua, y con ella hace brotar diversas clases de frutos, y que algunas montañas tienen vetas blancas, rojas, de diversos colores, y muy negras.» (Corán 35:27)

### **Espera el alivio de parte de Allah ﷻ**

Zâbit Ibn Qais ؓ era un orador elocuente que hablaba en nombre del Mensajero de Allah ﷺ y del Islam. Sin embargo, a menudo levantaba la voz al dar un sermón y a veces eso ocurría en presencia del Mensajero de Allah ﷺ.

«¡Oh, creyentes! No levantéis vuestras voces sobre la voz del Profeta, y no habléis con él del mismo modo que habláis entre vosotros, pues vuestras obras se malograrán sin que os deis cuenta.» (Corán 49:2)

Al revelarse este versículo, Zâbit ؓ pensó que se refería a él y se encerró en su casa a llorar desconsoladamente. En una reunión, el Mensajero de Allah ﷺ advirtió la ausencia de Zâbit ؓ y preguntó por él. Los compañeros le contaron lo sucedido y el Profeta ﷺ respondió:

“¡Jamás! Él es un habitante del Paraíso”.

De esta manera, la advertencia que en el caso de Zâbit fue percibida como una amonestación se transformó en una buena noticia.

'Â'ishah ؓ lloró sin parar día y noche durante un mes porque la habían acusado falsamente de haber cometido adulterio. Bajó de peso y empalideció porque las acusaciones contra ella eran muy serias. Pero de repente, el alivio llegó del cielo y el Corán estableció su inocencia:

«Quienes difamen a las mujeres honestas, inocentes y creyentes serán maldecidos en esta vida y en la otra, y sufrirán un gran castigo.» (Corán 24:23)

Alabó a Allah ﷻ, recuperó su honor y los creyentes se regocijaron junto a ella.

Cuando llamaron para acudir a la batalla de Tabúk, tres de los creyentes se quedaron rezagados. Allah ﷻ reveló algunos versículos en los que les advertía a los rezagados que habría un castigo para ellos. Los tres creyentes sufrieron desdicha por lo que habían hecho y se arrepintieron sinceramente. Sabían que no había más refugio que Allah ﷻ, y luego de un breve período, que a ellos les pareció interminable, fueron revelados los versículos del perdón.

## **Realiza actividades que sean de tu agrado**

Ibn Taimiiah dijo:

“Una vez me enfermé y el médico me dijo que leer e impartir conocimiento sólo exacerbarían mi condición. Le dije que no podía dejar de hacerlo y que, de ser posible, me gustaría que su propio conocimiento le juzgue. Le pregunté si acaso cuando el alma está feliz y alegre, el cuerpo se fortalece y expulsa las enfermedades. El médico me dijo que sí, que efectivamente así era. ‘Por lo tanto’, le dije, ‘mi alma encuentra alivio, fuerza y dicha en el conocimiento’. El médico estuvo de acuerdo y admitió que mi caso estaba más allá del campo de la medicina”.

«No penséis [¡Oh, creyentes!] que esto acarreará un mal para vosotros; por el contrario, es un bien...» (Corán 24:11)

«A todos [en esta vida] se les concederá de los favores de tu Señor...» (Corán 17:20)

*Al-A'lâm* de Az-Zarakli, es un libro que contiene las biografías de distintos políticos, estudiosos, escritores y médicos orientales y occidentales. El factor común que podemos encontrar en todos ellos - y la razón por la que figuran en el libro - es que cada uno de ellos provocó un profundo efecto en los demás. Después de leer sus biografías, comencé a apreciar que todo aquel que luche por algo en este mundo tendrá su porción de popularidad, poder o riqueza, según sean sus metas y propósitos. Y todo aquel que luche por el Más Allá encontrará los resultados aquí y allá, beneficiando a otros y recibiendo de Allah ﷻ Su recompensa.

«A todos [en esta vida] se les concederá de los favores de tu Señor [¡Oh, Muhammad!]. Sus favores no le son vedados a nadie.» (Corán 17:20)

Al leer el libro de Az-Zarakli, noté que los personajes no musulmanes que contribuyeron a la humanidad - especialmente los que prosperaron en el arte - le daban felicidad a los demás en lugar de a sí mismos. Algunos tenían vidas desdichadas, otros estaban siempre insatisfechos mientras que otros llegaron al extremo de quitarse la vida.

Me pregunté lo siguiente: ¿cuál es el beneficio de satisfacer a los demás si uno es desdichado?

¡Le das felicidad a muchos mas tú eres desdichado, haces reír a las personas mas tú lloras!

Descubrí que Allah ﷻ le dio a cada uno lo que quería. Algunos ganaron el Premio Nóbel porque eso era lo que anhelaban y por lo que luchaban; otros obtuvieron fama porque esa era su meta;

otros ganaron riqueza porque amaban el dinero y la comodidad. Sin embargo, también estaban los píos siervos de Allah ﷻ que lograron Su recompensa en esta vida y en el Más Allá, pues buscaron el favor y la complacencia de Allah ﷻ.

Un sencillo pastor de la Península Arábiga es más feliz en su interior que Tolstoi. ¿Por qué? El primero tiene una vida simple y sin problemas y sabe cuál es su rumbo en esta vida y en el Más Allá. El segundo nunca satisface plenamente sus deseos y no tiene idea de cuál es su rumbo.

Los musulmanes tienen el mayor remedio que se haya conocido: creer en lo que ha sido designado divinamente, una creencia a la que ya he hecho referencia en este libro y con un propósito. Sé que yo, al igual que otras personas, creemos en el concepto islámico de la predestinación divina cuando las cosas suceden como uno desea, pero tendemos a quejarnos cuando las cosas van en contra de nuestras inclinaciones. Es por eso que una de las condiciones de nuestra fe es: “creer en el designio divino, tanto lo agradable como lo desagradable”.

﴿Quien crea en Allah, Él fortalecerá su corazón [y podrá resignarse ante cualquier adversidad, pues sabrá que es el decreto de Allah]. ﴾ (Corán 64:11)

A continuación le ofrezco algunas historias relacionadas a la predestinación.

Bodlee escribió numerosos libros, entre ellos *The Messenger*. En 1918, se instaló en el noroeste de África con un grupo de nómades del desierto. Allí había musulmanes que oraban, ayunaban y recordaban a Allah ﷻ. Más tarde escribió algunas de sus experiencias con ese grupo. Así comienza un relato en particular: “Un día, comenzó a soplar una fuerte tormenta de arena. Los vientos malignos destruyeron casi todo y el calor era tan intenso que sentí cómo me ardía la cabeza. Durante esa experiencia sentí

que estaba al borde de la locura. Pero para mi asombro, los árabes no se quejaban en absoluto. Sacudieron sus hombros en resignación y dijeron que era algo que estaba escrito y predestinado para ellos. Acto seguido, regresaron con vigor a sus tareas cotidianas. El líder de la tribu dijo: ‘No perdimos demasiado si consideras que merecíamos perderlo todo. Por eso alabamos y agradecemos a Allah; aún tenemos cuarenta por ciento de nuestros animales y podemos todavía comenzar de nuevo’”.

Sobre otro incidente, relató lo siguiente: “Mientras viajábamos por el desierto en un auto, se nos pinchó un neumático y, lo que fue peor, el chofer había olvidado llevar uno de repuesto. Me invadió la ira y la preocupación. Les pregunté a mis compañeros árabes qué íbamos a hacer. Me recordaron tranquilamente que la ira no ayudaría en nada sino que agravaría la situación. Avanzábamos a un ritmo muy lento sobre tres ruedas buenas y una pinchada; no pasó mucho tiempo hasta que se detuvo el auto pero no se quedó porque tenía averiado el neumático sino porque nos habíamos quedado sin combustible. Aún al suceder esto, mis compañeros de viaje permanecían inalterables. Es más, retomaron alegremente el viaje a pie cantando al unísono. Luego de pasar siete años en el desierto con los nómades árabes, me convencí firmemente de que los graves problemas, tan expandidos en Europa y Estados Unidos, como el alcoholismo, las enfermedades mentales y la depresión son el resultado de una vida urbana acelerada”.

También dijo: “Nunca sentí estrés mientras viví en el desierto. Por el contrario, sentía que estaba en el paraíso de Dios. Había descubierto la paz, la tranquilidad y la complacencia. Muchas personas se mofan de las creencias fatalistas de los árabes. Pero, ¿quién sabe? quizás los árabes tienen la verdad después de todo porque según recuerdo, es claro que mi vida está compuesta de períodos inconexos que me sucedieron sin que yo haya tenido

ninguna opción de elegir tales situaciones. Los árabes se refieren a estos sucesos como 'la predestinación y el designio de Allah'. En resumen, han pasado diecisiete años desde mi partida del desierto y aún tengo frescas en mi mente las palabras de los árabes: 'la predestinación y el designio de Allah'. Respondo a esos hechos que están fuera de mi control con serenidad y compostura. Esta cualidad que aprendí de los árabes, me ha ayudado a calmar los nervios y a bajar mi nivel de estrés mucho más que el efecto de cientos de píldoras sedantes”.

Para hacer un comentario sobre las palabras de Bodlee, primero me gustaría mencionar que la fuente de verdad de los árabes del desierto era el Mensajero de Allah, Muhammad ﷺ. La esencia de su mensaje era salvar a las personas de vagar sin rumbo, es decir, sacarlas de la oscuridad y llevarlas a la luz. Su noble mensaje contenía el secreto para lograr la paz y la salvación: reconocer que Allah ﷻ predestinó todo mientras que al mismo tiempo toda persona debe trabajar y dar todo de sí para alcanzar las metas deseadas. El mensaje del Islam llegó para mostrarte tu lugar en el Universo, de tal manera que puedas ser la persona ideal que conoce el secreto y el propósito de la existencia humana.

## La moderación

﴿Hicimos de vosotros una comunidad moderada y justa...﴾  
(Corán 2:143)

La felicidad se halla entre dos extremos: el exceso y la negligencia. El camino intermedio es el que está prescrito divinamente y el que nos salva de la falsedad de ambos extremos. Por ejemplo, los extremos del Judaísmo y el Cristianismo. Los judíos tenían consigo el conocimiento pero descartaban la acción, en cambio, los cristianos adoraban en exceso pero dejaban de lado el conocimiento divino que les fue revelado. El Islam trajo conoci-

miento y acción; se preocupa por el cuerpo y el alma; y reconoce tanto la revelación como la mente, dándole a cada una el lugar justo.

Cuando uno es moderado en la adoración, está siguiendo el camino intermedio. Esto significa que no se debe ser excesivo a la hora de realizar actos voluntarios de adoración que lastimen o debiliten el cuerpo, pero tampoco debes dejar de realizarlos por completo. Al gastar tu dinero, no debes dilapidarlo pero tampoco debes ser avaro. Ser moderado en tu carácter significa encontrar un nivel entre ser muy duro e indulgente en exceso, entre ser muy serio y reírse todo el tiempo y entre aislarse totalmente y socializarse en demasía.

El Islam ofrece un camino intermedio en todos los aspectos de la vida.

﴿Allah guió con Su voluntad a los creyentes respecto a lo que discrepaban quienes les precedieron. Allah guía a quien Le place hacia el sendero recto.﴾ (Corán 2:213)

## **Evitemos ir a los extremos**

Mutarraf Ibn 'Abdullah dijo: "El peor viaje es cuando se esfuerza tanto el jinete como la cabalgadura sólo por apuro y precipitación". En un Hadíz, el Mensajero de Allah ﷺ dijo: "Los peores líderes son aquellos muy severos con quienes están bajo su autoridad".

Recuerda que la generosidad está a mitad de camino entre la extravagancia y la tacañería y que el coraje está entre la cobardía y la imprudencia. Una sonrisa está entre un ceño fruncido y una risa. La paciencia está entre la dureza y la preocupación, la ansiedad y el miedo. La exageración tiene un remedio: es moderarla y apagar parte de esa llama. Mientras que la cura para la



negligencia es disciplinarse a uno mismo para desarrollar un mejor nivel de decisión.

﴿Guíanos por el sendero recto; el sendero de quienes agraciaste, no el de los execrados ni el de los extraviados.﴾ (Corán 1:6-7)

## **Reflexionemos:**

No existe cualidad más difícil de adoptar que la paciencia, a pesar que es muy necesaria después de la separación de un ser querido o cuando suceden en la vida hechos desfavorables. Es más difícil ser paciente cuando el período de espera se prolonga o cuando la desesperanza se apodera de nosotros. Durante este período, necesitamos provisiones que varían según la situación.

1. Debemos mirar el nivel de dificultad que tenemos y agradecer porque las cosas podrían haber sido peores.
2. Debemos poner nuestras esperanzas en Allah ﷻ Quien es el único que nos recompensará por los sufrimientos de este mundo.
3. Debemos tener siempre presente la recompensa del Más Allá.
4. Debemos aprender que la ansiedad y el desasosiego son inútiles.

Agrega a esta lista todo aquello que pueda ayudarte a ser paciente durante un período de dificultad.

## **¿Quiénes son los amigos de Allah?**

Los amigos de Allah tienen las siguientes características: esperan ansiosamente el llamado a la oración, llegan a la mezquita antes del comienzo de la plegaria, procuran siempre estar en la primera fila, no guardan rencor a los demás, no se inmiscuyen en los asuntos privados de los demás, están conformes con las

necesidades básicas de la vida, estudian el Corán y la Sunnah, se preocupan por el dolor de otros musulmanes, abandonan las diferencias, son pacientes en tiempos difíciles y son caritativos con su riqueza.

Lo mejor es llevar una vida moderada. Por lo tanto, no debes buscar un nivel de opulencia que pueda extralimitarte en tus derechos ni tampoco ser extremadamente pobre. La mejor situación para muchos creyentes es simplemente tener una riqueza suficiente para satisfacer todas sus necesidades de manera lícita, ni más ni menos.

Las necesidades básicas pueden diferir levemente de una persona a otra pero en general son: una casa donde vivir, un cónyuge en quien buscar contención, un vehículo apto para desplazarse y una cantidad de dinero suficiente para comprar las provisiones necesarias.

## **Allah ﷻ es Sutil con Sus siervos**

Un miembro de alto rango de la comunidad de Riyadh me contó que en 1376 de la Hégira (correspondiente al año 1955), un grupo de pescadores del pueblo de Yubail partió hacia el mar y luego de pasar tres días y tres noches pescando, no lograron atrapar ni un solo pez. Mientras tanto, un grupo de pescadores vecinos pescó una gran cantidad de peces. Se sorprendieron, no sólo por la disparidad de sus resultados sino también porque realizaban las cinco plegarias diarias, mas no obtuvieron nada y el otro grupo no oraba y tuvo éxito. Uno de ellos dijo: “¡Cuán perfecto es Allah! ¡Hemos realizado todas y cada una de las plegarias y no obtuvimos nada; el otro grupo no se postró frente a Allah ni siquiera una vez en estos días y miren todo lo que pudieron pescar!” De esta manera, el Demonio les dio consejos malignos recomendándoles abandonar las plegarias. A la mañana siguiente,

no se despertaron para realizar la plegaria matutina. También dejaron de realizar las del mediodía y la vespertina. Antes de caer la noche, zarparon hacia el mar; atraparon un pez y al abrirlo encontraron una perla muy valiosa en su estómago. Uno de ellos la tomó en su mano, la observó detenidamente y dijo después de pensar unos instantes: “¡Cuán perfecto es Allah! ¡Cuando Le obedecíamos no obtuvimos nada y ahora que Le desobedecemos encontramos esto! De hecho, este sustento que tenemos aquí es dudoso”. Luego tomó la perla y la arrojó al océano y dijo: ‘Allah nos recompensará con algo mejor que esto. Por Allah, no la tomaré, puesto que la obtuvimos después de abandonar la plegaria. Vengan conmigo y salgamos de este lugar en el que desobedecemos a Allah’. Viajaron cinco kilómetros antes de que cayera la noche y acamparan. Poco después fueron a pescar nuevamente y capturaron un pez de tamaño mediano. Al abrirlo, encontraron la misma perla valiosa en su estómago. Todos dijeron: ‘¡Alabado sea Allah! Él nos ha brindado un buen sustento’. Atraparon el pez después de orar, de recordar a Allah y pedirle perdón. Esta vez se quedaron con la perla.

Debes advertir una diferencia importante: el objeto era el mismo en ambas ocasiones pero estaba impuro cuando lo obtuvieron desobedeciendo a Allah, en cambio era puro cuando lo obtuvieron luego de arrepentirse y obedecerle.

«Mejor sería que se conformasen con lo que Allah y Su Mensajero les dan y dijeran: Nos basta con Allah, y Allah nos concederá de Su favor y también Su Mensajero. Ciertamente anhelamos que Allah nos agracie.» (Corán 9:59)

Ciertamente esto es la bondad de Allah. Por eso cada vez que alguien abandona algo por Allah ﷻ, Él lo recompensa con algo mejor.

Esto me recuerda a la historia de 'Ali ؑ. Una mañana entró a la mezquita de Al-Kûfah para realizar dos plegarias voluntarias. Antes de entrar, encontró a un niño parado en la puerta. Le dijo: "Niño, sujeta mi mula mientras yo termino de orar". Mientras 'Ali ؑ entraba a la mezquita, tuvo la intención de recompensar al niño con un dirham por sus servicios. Mientras tanto, el niño le había quitado la correa a la mula y corrió al mercado a venderla. Cuando 'Ali ؑ salió de la mezquita, no encontró al niño, solamente a la mula sin la correa. Le pidió entonces a un hombre que fuera al mercado tras el niño, ya que era el lugar más probable donde lo encontraría, tratando de vender la correa. El hombre lo encontró subastándola en el mercado y la compró por un dirham. Regresó a 'Ali ؑ y le contó lo sucedido. Al oír lo ocurrido, 'Ali ؑ dijo: ¡Cuán perfecto es Allah! Mi intención era darle de buena fe un dirham, pero se negó a aceptarlo de una manera lícita".

﴿No hay situación en la que os encontréis, ya sea que recitéis el Corán u otra obra que realicéis, sin que Nosotros seamos testigos de lo que hacéis. A tu Señor no se Le escapa nada en la Tierra ni en el cielo, ni siquiera algo del tamaño de un átomo. Y no existe nada menor o mayor aún que no esté registrado en un libro claro [la Tabla Protegida].﴾ (Corán 10:61)

﴿Y le sustentará de donde menos lo espera.﴾ (Corán 65:3)

At-Tannûji relató en *Al-Faray Ba'da Ash-Shiddah* la historia de un hombre que cayó en un estado de extrema pobreza. Todas las puertas se cerraban ante su nariz. Un día en particular, su situación era tan patética que él y su familia no tenían nada que comer en la casa. Más tarde contó: "El primer día, tuvimos hambre. El segundo día fue similar y cuando estaba por caer la noche, mi esposa me dijo: 'Ve y busca algo para que podamos comer, pues estamos a punto de morir'. Recordé una familiar mía y

emprendí rumbo a su casa. Al verla, le conté nuestra terrible situación. Me dijo que no tenía nada que ofrecerme, salvo un pescado en mal estado. Le dije que me lo diera de todos maneras, ya que estábamos a punto de morir de hambre. Llevé el pescado a casa, lo abrí y para mi asombro, encontré una perla en su estómago. La vendí por miles de dinares y luego le conté a mi pariente lo que había sucedido. Me dijo que solo me pediría parte de las ganancias y no todo. Mi situación mejoró muchísimo gracias a ese suceso y pude amoblar toda mi casa con lo que obtuve por la venta. Y supe que todo fue obra de la bondad de Allah”.

﴿Todas las gracias que os alcanzan provienen de Allah.﴾ (Corán 16:53)

﴿Recordad cuando pedisteis socorro a vuestro Señor, y Él os respondió.﴾ (Corán 8:9)

﴿Él es Quien hizo descender la lluvia cuando habían caído en la desesperación [por la sequía], agraciándoles así con Su misericordia. Él es Protector, Loable.﴾ (Corán 42:28)

Un ferviente devoto me contó lo que le sucedió un día con su familia cuando estaban en el desierto. Relató: “Estábamos en medio del desierto cuando se nos acabó el agua. Comencé a buscar agua y encontré cerca de nosotros un pequeño arroyo seco. Seguí buscando agua en todas partes, mas no encontraba ni una gota. Poco después nos había abatido la sed. Mis hijos necesitaban desesperadamente algo que beber. Recordé a mi Señor, Quien responde la plegaria de quien se encuentra en problemas. Me puse de pie, realicé la ablución alternativa (Taïammum, la que se realiza cuando no hay agua disponible) con arena, me orienté hacia la Ka'bah y elevé dos plegarias. Luego elevé mis manos al cielo y lloré. Mis lágrimas cayeron

como si le pidieran ayuda fervientemente a Allah. Recuerdo ahora que este versículo me vino a la mente una y otra vez:

«¿Acaso Quien responde al afligido cuando Le invoca, alivia los pesares y hace que vosotros os sucedáis unos a otros en la Tierra [puede equipararse a quien no es capaz de hacer nada de eso]?» (Corán 27:62)

“Por Allah, en cuanto me levanté de mi lugar de oración (y no había una sola nube en el cielo) una nube se acercó a nosotros en el preciso lugar donde nos encontrábamos en el desierto. Se detuvo justo encima de nosotros y comenzó a llover copiosamente. Los arroyos que nos rodeaban se llenaron hasta el borde. Bebimos, nos lavamos y realizamos la ablución. Luego alabamos y agradecemos a Allah. Poco después, emprendimos viaje de regreso y nos apartamos un poco de donde había llovido y descubrimos que el área circundante estaba totalmente seca. Sólo había llovido donde nosotros estábamos. Me di cuenta de que Allah nos había enviado esa nube en respuesta a mi plegaria y nuestras alabanzas”.

«Él es Quien hizo descender la lluvia cuando habían caído en la desesperación [por la sequía], agraciándoles así con Su misericordia. Él es Protector, Loable.» (Corán 42:28)

Debemos ser constantes al pedirle a Allah ﷻ, pues sólo Él puede brindarnos sustento, guía y auxilio. Allah ﷻ menciona a uno de Sus Mensajeros y dice:

«Y escuchamos su súplica, y le agradecemos con [su hijo] Juan, pues hicimos que su mujer fuera otra vez fértil. Les agradecemos porque siempre se apresuraban a realizar obras buenas, Nos invocaban con temor y esperanza, y eran sumisos.» (Corán 21:90)

## **A aquel que abandona una cosa por Allah, Él lo recompensa dándole algo mejor**

Ibn Rayab y otros sabios cuentan la historia de un devoto que vivía en La Meca, a quien se le acabó su sustento. Estaba famélico y a punto de morir. Un día, mientras vagaba por los distintos distritos de La Meca, encontró un valioso collar. Se lo puso en la manga y partió hacia la mezquita. En su camino se encontró con un hombre que vociferaba en poesía que había perdido ese collar. El pobre hombre contó después: “Le pedí que me lo describiera y lo hizo a la perfección, sin dejar lugar a dudas. Entonces le di el collar con la condición de que me diera algo a cambio como recompensa”. El hombre lo tomó y se fue sin recompensarme siquiera con una moneda. Dije entonces: “¡Oh Allah, he entregado por Ti ese collar; recompénsame con algo mejor!” Entonces fue hacia el mar y emprendió un viaje en un pequeño bote. No pasó mucho tiempo hasta que se desató una furiosa tormenta con fuertes vientos que sacudían el bote de un lado al otro. El bote se partió en pedazos y el hombre no tuvo más remedio que aferrarse a un trozo de madera. Los fuertes vientos lo bamboleaban a diestra y siniestra. Finalmente, fue arrastrado hasta la orilla. Allí había una mezquita llena de personas orando y se sumó a ellos. Encontró unos papeles escritos con fragmentos del Corán y comenzó a recitarlos. Los habitantes de la isla le preguntaron: “¿Lees el Corán?” Él respondió que sí. Le dijeron: “Enséñales el Corán a nuestros hijos”. Entonces comenzó a enseñarles y cobró una suma de dinero por sus servicios. Otro día, lo vieron escribiendo y le preguntaron: “¿Les enseñarías a escribir a nuestros hijos?” Nuevamente respondió que sí y recibió también una paga por sus servicios.

Tiempo después, le dijeron: “Hay una joven huérfana con nosotros cuyo padre era un buen hombre. ¿Te casarías con ella?” El

hombre aceptó y luego contó: “Me casé con ella y en la primera noche de bodas, noté que tenía puesto exactamente aquel mismo collar. Le pedí que me contara la historia del collar. Me dijo que su padre lo había perdido en La Meca y que un hombre lo encontró y se lo devolvió. Me dijo que su padre siempre rogaba que su hija se casara con un marido tan honesto como ese hombre. Le dije entonces, yo soy ese hombre”.

El hombre había dejado el collar para complacer a Allah, y por eso Allah ﷻ lo recompensó con algo mejor.

“Ciertamente Allah ﷻ es bueno y puro y sólo acepta lo bueno y puro”.

### **Cuando supliques, pídele a Allah ﷻ**

La bondad de Allah está muy cerca de nosotros. Él oye y responde todas nuestras súplicas. Somos nosotros los que tenemos muchas faltas, por eso necesitamos ser persistentes en nuestras súplicas. El aburrimiento o la desesperanza no deben provocar que dejemos de invocar a Allah ﷻ, ni tampoco que digamos algo como: ¡He orado mas no he obtenido respuesta! En vez de ello, debemos presionar la cabeza humildemente contra el suelo y rogar que llegue la ayuda de Allah ﷻ. La mejor manera de hacerlo es pedirle invocándolo con Sus Perfectos Nombres y Sublimes Atributos. Pero no debemos desistir hasta tanto no obtengamos una respuesta.

«Invocad a vuestro Señor con humildad y en secreto.» (Corán 7:55)

Un escritor narró la siguiente historia:

Un musulmán fue a cierto país como refugiado y les imploró a las autoridades que le otorgaran la ciudadanía pero le cerraron todas las puertas. A pesar de todos sus esfuerzos, no logró nada. Un



día se encontró con un estudioso muy prestigioso y le contó toda su odisea. El sabio le dijo: “Suplécate a tu Señor, pues Él es Quien facilita las cosas”. El significado de este consejo se encuentra en el siguiente Hadîz:

“Si suplicas, suplécate a Allah; si buscas ayuda, búscala en Allah. Recuerda que si todo el pueblo se uniera para beneficiarte de alguna manera, no lo lograrían, a menos que así lo haya escrito Allah para ti”.

El refugiado contó más tarde: “Por Allah, dejé de golpear puertas para que me ayudaran o intercedieran y en lugar de ello, comencé a orar y a pedirle a Allah en el último tercio de la noche, tal como me había aconsejado el sabio. Justo al amanecer, me levantaba para invocar a Allah y pedirle Su ayuda. Pasaron unos pocos días y envié nuevamente la solicitud de ciudadanía, sin utilizar ningún contacto o persona que intercediera por mí. Pocos días después, para mi asombro, me llamaron para que llenara los papeles de ciudadanía. En ellos había un sello que decía ‘Aprobado’”.

﴿Allah es Sutil y benévolo con Sus siervos.﴾ (Corán 42:19)

## **Momentos preciosos**

At-Tannûji cuenta la historia de un gobernador en Bagdad que usurpó la riqueza de una anciana de su provincia. Le quitó todos sus derechos y confiscó sus pertenencias. La mujer acudió a él, lloró y se quejó por su opresión y malicia. El hombre no sintió remordimiento ni vergüenza por lo que había hecho. En un arranque de ira, la mujer dijo: “Voy a orar en contra tuyo”. El hombre se rió burlándose y le dijo: “Entonces debes orar en el último tercio de la noche”. Su arrogancia hizo que le dijera esto a la mujer. Ella se fue y siguió el consejo burlón del gobernador, por lo que esa noche oró con mucha fe. Pasaron pocos días y el hom-

bre fue destituido violentamente de su cargo. Como recompensa por su tiranía, le confiscaron todas sus propiedades y fue azotado en público. Luego de los azotes, la anciana pasó junto a él y dijo: “¡Hiciste bien! Me aconsejaste que elevara una plegaria en el último tercio de la noche y obtuve resultados muy favorables”.

El último tercio de la noche es un momento muy precioso en nuestras vidas. ¿Por qué? Durante ese momento, Allah I dice:

“Si hay alguien que suplica, le daré. Si hay alguien que busca perdón, le perdonaré. Si hay alguien que implora, le responderé”.

Desde mi niñez hasta ahora, recuerdo muchas ocasiones en las que estuvo bien claro que la ayuda sólo proviene de Allah ﷻ. Hace aproximadamente diez años, iba viajando en avión de Abha a Riyadh. Poco después del despegue, un miembro de la tripulación anunció que el avión regresaría a Abha debido a un problema mecánico. Luego dijeron que lo habían solucionado y despegamos por segunda vez. Al acercarnos a la pista de aterrizaje en Riyadh, no se abría el tren de aterrizaje. Volamos en círculos sobre la ciudad durante una hora entera. El piloto intentó aterrizar en varias ocasiones pero en todas ellas el tren de aterrizaje no respondió. Muchos de los pasajeros se aterrorizaron y otros lloraban mientras esperábamos la muerte en el cielo. En ese momento, vimos lo insignificante y pasajera que es nuestra vida y nuestros corazones se aferraron al Más Allá. Comenzamos a repetir: “No existe nadie que merezca nuestra adoración excepto Allah y Él no tiene compañeros. A Él pertenece el reino; Suyas son las alabanzas y Él todo lo puede”. Un anciano se paró y exhortó a los pasajeros a que suplicaran a Allah ﷻ, pidieran perdón y se arrepintieran por sus pecados.

Allah ﷻ dice:

«Cuando se embarcan [y son azotados por una tempestad] invocan a Allah con sinceridad [reconociendo que sólo Él debe ser adorado]...» (Corán 29:65)

Invocamos al Que responde las plegarias de los que están en problemas. En el undécimo intento, descendimos con normalidad y al aterrizar, fue como haber vuelto de la tumba. Se secaron las lágrimas, aparecieron las sonrisas y regresó la paz a nuestras mentes. ¡Cuán piadoso y bueno es Allah!

Un poeta árabe expresó:

“¿Cuántas veces le hemos pedido a Allah cuando estamos en problemas? Más cuando los problemas se van, nos olvidamos de Él. Cuando estamos en el mar, Lo invocamos para que salve nuestro navío, cuando regresamos sanos y salvos a tierra firme, Le desobedecemos. Volamos seguros y cómodos por el cielo, y no nos caemos porque Allah es nuestro protector”.

## El Designio Divino

En Al-Qasím, un periódico editado en Siria, se publicó un artículo sobre un joven que reservó un boleto para viajar al exterior. Le dijo a su madre el día y la hora del vuelo y le pidió que lo despertara un poco antes de la partida. Después que se durmió la noche anterior, su madre escuchó en la radio que las condiciones meteorológicas no eran para nada buenas y que soplaba un viento muy fuerte. La compasión que sintió por su hijo hizo que no lo despertara, con la esperanza de que el joven perdiera el vuelo. Cuando estuvo segura que el vuelo ya había despegado, fue a despertar a su hijo. Al entrar a la habitación, encontró al joven muerto en su cama.

«Diles: Por cierto que la muerte de la que huís os alcanzará de igual forma. Luego compareceréis ante el Conocedor de lo oculto y de lo manifiesto, y Él os informará de lo que hacáis.» (Corán 62:8)

## **La muerte**

El Sheij 'Ali At-Tantâui relató que un hombre que conducía un camión en Siria levantó a un hombre que se encontraba a la vera del camino. El pasajero se sentó en la parte trasera, donde no había techo ni protección alguna. Lo único que había era un ataúd preparado para un funeral. Comenzó a llover y el hombre, al ver el gran ataúd, decidió refugiarse en su interior. Otro pasajero subió al camión y también se ubicó en la parte trasera, sentándose junto al cajón. Siguió lloviendo y el segundo pasajero pensaba que viajaba solo en el camión. Sin dar ninguna advertencia, el primero sacó la mano del ataúd para ver si aún llovía. Al ver la mano, el segundo pasajero se aterrorizó porque creyó que el muerto estaba cobrando vida. Fue tal el pánico que tuvo en ese momento que el hombre perdió el equilibrio y cayó hacia atrás y se lastimó la cabeza contra el pavimento, por lo que murió instantáneamente.

Esa manera tan inesperada de morir es lo que Allah ﷻ había escrito para ese hombre.

“Todo sucede según un decreto divino, y en la muerte hay moralejas y lecciones”.

Es de nuestra incumbencia darnos cuenta que la muerte está siempre cerca de nosotros. La muerte puede llegar en cualquier momento ya sea día o noche. 'Ali ﷺ expresó muy claramente la realidad de nuestra vida:

“El Más Allá viaja hacia nosotros y esta vida se aleja, por eso, sean de los hijos del Más Allá y no de los hijos de este mundo.

Pues hoy es necesario actuar sin ser juzgados y mañana será el Juicio sin posibilidad de obrar”.

De esas palabras, podemos aprender lo imperativo que es para nosotros mejorar, renovar nuestro arrepentimiento y saber que estamos tratando con Allah, el Más Generoso y Poderoso.

La muerte no pide permiso para llegar ni tampoco advierte que se interpondrá en el camino de alguien.

﴿Nadie sabe qué le deparará el día siguiente ni en qué tierra ha de morir.﴾ (Corán 31:34)

﴿Diles: Vosotros habéis sido emplazados para el Día [del Juicio], y no podréis adelantarle ni retrasarlo siquiera una hora.﴾ (Corán 34:30)

At-Tantâui relató otra historia que ilustra de igual manera el carácter inesperado de la muerte. Un autobús lleno de gente estaba en movimiento cuando el chofer pisó el freno repentinamente. Los pasajeros le preguntaron qué sucedía. El hombre respondió: “Me detengo por este anciano que está haciendo señas para que lo llevemos”. Todos dijeron sorprendidos: “No vemos a nadie”. El chofer dijo: “Mírenlo, allí viene”. Le repitieron que no veían a nadie. Él dijo con confianza: “Miren ahora, se acerca para subir”. La situación ya se estaba tornando extraña, y exclamaron: “Por Allah, no vemos a nadie”. En ese instante, el chofer murió en su asiento.

La muerte le llegó así en el más sorprendente e inesperado de los escenarios.

﴿Y cada nación tiene un período predeterminado, y cuando éste se cumpla no podrán retrasarlo ni adelantarle, ni siquiera por una hora.﴾ (Corán 7:34)

El hombre es cobarde cuando se enfrenta al peligro; su corazón late fuertemente cuando se acerca la muerte y entonces, sin advertencia previa, muere.

«Son ellos quienes, mientras se quedaban sin participar, decían de sus hermanos [los creyentes que combatieron en Uhud]: Si nos hubieran escuchado no habrían muerto. Diles: Impedid que la muerte os alcance, si es verdad lo que decís.» (Corán 3:168)

Lo extraño es que no recapacitamos que nos reuniremos con Allah ﷻ ni tampoco reflexionamos sobre la naturaleza transitoria de esta vida.

«Y cuando os alcanza una desgracia en el mar os dais cuenta que cuanto invocabais fuera de Allah no puede salvaros, y que sólo Allah es Quien puede hacerlo...» (Corán 17:67)

A veces es un hecho menor el que nos despierta y nos hace ver la realidad de la vida. En 1413 de la Hégira (correspondiente al año 1994), viajé a Riyadh para encontrarme con un amigo. El día que llegué, mi amigo tenía que trabajar hasta tarde por lo que fui directamente al hotel. Como era temporada baja, no había muchos clientes alojados. El portero me llevó directamente a mi habitación en el cuarto piso, lejos de las actividades del personal del hotel. Al entrar a la habitación, puse mi maletín en la cama y fui al baño a realizar la ablución. Cerré la puerta detrás de mí y después de lavarme, quise abrir la puerta para salir del baño. Para mi sorpresa, la puerta estaba trabada y por más que me esforcé, no pude abrirla. Intenté con varias técnicas sin ningún resultado. Me di cuenta que me encontraba en un lugar cerrado, sin ventanas ni teléfono y peor aún, sin nadie cerca para pedir ayuda. Recordé a mi Señor y supliqué Su ayuda. Estuve parado durante veinte minutos sin poder hacer nada, mi corazón comenzó a latir con rapidez y mi cuerpo a temblar. La causa principal de mi nivel de pánico fue que todo esto sucedió de repente, sin

advertencia alguna y que me encontraba en un lugar sin medios de contactar a nadie para pedir ayuda.

Luego de lo que pareció una eternidad, decidí tratar de forzar la puerta utilizando la fuerza de mi cuerpo. Comencé a agitar y sacudir la puerta con mi débil y delgado cuerpo. Seguí haciéndolo hasta que me cansé y tuve que detenerme a descansar. Repetí el proceso durante un buen rato, descansando cada vez que me agotaba. Finalmente, la puerta cedió y salí del baño con la sensación de alguien que sale de su tumba. Alabé y agradecí a Allah ﷻ y recordé en ese momento lo débiles e indefensos que podemos ser los seres humanos en un instante. Luego recordé nuestros defectos y nuestro olvido constante del Más Allá.

«Temed el día en que seréis retornados a Allah.» (Corán 2:281)

«Dondequiera que os encontréis la muerte os alcanzará, aunque os refugiaseis en fuertes infranqueables.» (Corán 4:78)

La muerte llega de maneras inesperadas. He leído y oído de hombres que van por ahí buscando la muerte y al final, viven muchos años. Mientras que por otro lado, están aquellos que buscan constantemente la seguridad y terminan muriendo en el mismo lugar en que se sentían más seguros. Una persona busca el tratamiento para una enfermedad y encuentra la muerte de esa manera mientras que otro lleva una vida peligrosa y permanece seguro. ¡Cuán perfecto es Allah, el Más Sabio, ha creado y planeado todo según Su divina Sabiduría!

## **El alivio inesperado**

Hace poco leí la historia de un hombre que era paralítico. Se encontraba postrado en su cama desde hacía años y llegó el momento en que el aburrimiento y una sensación de fracaso se apoderaron de él. Los médicos no podían hacer nada. Un día, cuando se encontraba solo en la casa, un escorpión bajó del

techo de la habitación y a pesar de que el hombre lo vio venir, no pudo moverse ni hacer nada. El escorpión se asentó en la cabeza y lo picó varias veces. Todo su cuerpo, de pies a cabeza, comenzó a convulsionarse. Pero para su asombro, lentamente comenzó a recobrar la sensibilidad en sus extremidades y luego de un breve tiempo, pudo caminar nuevamente. Cuando su familia regresó, no podían creer lo que tenían ante sus ojos. El hombre les contó todo lo sucedido luego de que sus familiares se calmaron.

¡Cuán perfecto es Allah ﷻ, Quien hizo que el escorpión sea el remedio para su mal!

Le conté esta historia a un médico y aceptó como factible que algo así sucediera. Me dijo que hay ciertos tipos de venenos que, cuando su toxicidad se reduce químicamente, son utilizados por los médicos para tratar pacientes en esa condición.

“Y Allah ﷻ no ha enviado ninguna enfermedad para la que no haya enviado también una cura.”

### **Allah ﷻ concede milagros a Sus amigos**

Silah Ibn Ashiam, un musulmán piadoso del segundo siglo, se encontraba de viaje por la causa de Allah ﷻ y al caer la noche decidió refugiarse en un bosque cercano. Entró, realizó la ablución y luego elevó una plegaria. Sin advertirlo, un león se acercaba velozmente hacia él; y mientras la bestia se acercaba peligrosamente, Silah continuó orando. El animal comenzó a caminar en círculos alrededor de Silah, mas éste no abandonó su plegaria, permaneciendo firme en su adoración y pidiéndole ayuda a Allah ﷻ. Realizó el saludo final que uno hace para salir del estado de consagración a la plegaria y le dijo al león: “Si te han ordenado matarme, hazlo. Y si no te lo han ordenado, en-



tonces vete y déjame en paz para poder hablar en privado con mi Señor". El león se fue dejando tranquilo a Silah.

Ibn Kazîr, en su libro *Al-Bidâ'iah ua An-Nihâ'iah*, mencionó una historia similar a la que acabo de relatar. Safînah ة, un esclavo liberado por el Mensajero de Allah ﷺ, viajaba con sus compañeros por la orilla del mar cuando un león se acercó amenazante. Safînah ة dijo: "León, soy compañero del Mensajero de Allah ﷺ y soy su sirviente. Éstos son mis compañeros, por eso no hay nada que puedas hacer contra nosotros". El león dio media vuelta y huyó de ellos.

Son muchas las historias relatadas por fuentes confiables. Sin embargo, lo importante es que aprendas de ellas que nuestro Señor es el Más Piadoso y Sabio y que Él conoce todo lo que sucede en el Universo.

﴿¿Acaso no ves [¡Oh, Muhammad!] que Allah bien conoce cuanto hay en los cielos y en la Tierra? No hay confidencia entre tres personas sin que Él sea el cuarto, ni entre cinco sin que Él sea el sexto. Siempre, sean menos que éstos o más, Él estará presente dondequiera se encuentren. Luego les informará sobre lo que hicieron el Día del Juicio. Y Allah tiene conocimiento de todas las cosas.﴾ (Corán 58:7)

## Allah ﷻ es Quien mejor dispone de nuestros asuntos

En su libro *Sahîh*, el Imâm Al-Bujâri relató que un hombre de los hijos de Israel le pidió a otro que le prestara mil dinares. El segundo hombre le preguntó: "¿Tienes un testigo (para esta transacción)?" El primero respondió: "No tengo ningún testigo, excepto Allah". El otro preguntó: "¿Tienes un garante?" El hombre dijo: "No tengo ningún garante excepto Allah". Entonces el segundo replicó: "Allah es Quien mejor dispone de nuestros asuntos".

Acto seguido, le dio los mil dinares y ambos partieron acordando la devolución del préstamo en un tiempo y lugar estipulados. Resultó ser que ambos vivían en orillas opuestas de un río. Cuando se acercó el momento de devolver el dinero, el hombre que lo había pedido prestado fue hasta la orilla del río a buscar un bote para así cruzarlo y pagar su deuda. Para su desilusión, no encontró ningún bote. Siguió esperando hasta bien entrada la noche, mas no encontró nadie que lo llevara hasta la otra orilla. Entonces dijo: “Oh Allah, este hombre me pidió un testigo y no encontré ninguno excepto Tú; me pidió un garante y no encontré ninguno excepto Tú. Oh Allah, hazle llegar esta carta”. Tomó un trozo de madera, le hizo un hueco e insertó allí los mil dinares con la carta. Luego arrojó el trozo de madera al río. Con el permiso de Allah, la madera flotó siguiendo un curso guiado. El hombre que prestó el dinero fue hasta la orilla para reunirse con su deudor. Esperó un rato y como no aparecía, se dijo a sí mismo: “¿Por qué al menos no llevo un poco de leña para mi familia?” Pasó junto al trozo de madera y lo llevó a su casa. Al ver que estaba hueco, lo abrió y encontró el dinero con la carta.

﴿Es a Allah que los creyentes deben encomendarse.﴾ (Corán 3:122)

﴿Y encomendaos a Allah si sois creyentes.﴾ (Corán 5:23)

Menciono aquí estos relatos para que tu fe en Allah ﷻ aumente y para que Le supliques y Lo invoques en soledad.

Allah ﷻ ordena lo siguiente:

﴿Vuestro Señor dice: Invocadme, que responderé [vuestras súplicas].﴾ (Corán 40:60)

﴿Y si Mis siervos te preguntan por Mí [¡Oh, Muhammad!, diles] ciertamente estoy cerca de ellos. Respondo la súplica de quien Me invoca.﴾ (Corán 2:186)

Al-Hayyây ordenó que Al-Hasan Al-Basri sea traído ante él para castigarlo. Mientras Al-Hasan se dirigía hacia él, la protección y la bondad de Allah estaban siempre presentes en su mente. Confiando plenamente en la promesa de Allah, Al-Hasan comenzó a orar a Allah ﷻ, llamándolo por Sus Perfectos Nombres y Sublimes Atributos. Allah ﷻ hizo que el corazón de Al-Hayyây cambiara infundiéndole terror. Cuando Al-Hasan llegó, se sorprendió al ver que Al-Hayyây lo recibió amistosamente y le dio la bienvenida. Durante la reunión, Al-Hayyây fue amable, educado y obsequioso con Al-Hasan.

«Le glorifican los siete cielos, la Tierra y todo cuanto hay en ellos. No existe nada que no Le glorifique con alabanzas, pero no podéis percibir sus glorificaciones. Él es Tolerante, Absolvedor.» (Corán 17:44)

Está establecido auténticamente que Salomón ﷺ había aprendido el lenguaje de los animales. Un día, partió con su gente a orar para pedir lluvia y en su camino hacia el templo vio que una hormiga levantaba sus patas... estaba orando a Allah ﷻ. Salomón ﷻ dijo: "Oh gente, regresad pues la plegaria de otro ser ya es suficiente". Y comenzó a llover por la plegaria de aquella hormiga; Salomón ﷻ había comprendido lo que ella decía. Cierta vez, cuando marchaba con su enorme ejército, una hormiga advirtió a las demás:

«Y al pasar [con su ejército] por un valle lleno de hormigas, una de ellas dijo: ¡Oh, hormigas! Entrad en vuestros hormigueros, no sea que Salomón y sus tropas os pisen sin darse cuenta. [Salomón] al oír lo que ella decía sonrió...» (Corán 27:18-19)

La bondad y la misericordia de Allah descienden frecuentemente gracias a los animales y a los demás seres vivos. Abû Ia'la relató un Hadîz en el cual el Mensajero de Allah ﷺ narró las siguientes palabras de Allah:

“Por mi grandeza y majestad, si no fuera por los ancianos, los bebés y los animales, os habría privado de las gotas del cielo”.

## **Todo lo que hay en el Universo glorifica y alaba a Allah ﷻ**

Cierta abubilla (Hud hud) famosa en el mundo de las aves, conocía a su Señor. Allah ﷻ dice lo siguiente de Salomón ﷺ:

«Y [luego] pasó revista a los pájaros y dijo: ¿Qué ocurre que no veo a la abubilla, o acaso está ausente? La castigaré severamente o la degollaré, a menos que me presente una razón válida. No tardó mucho en presentarse, y cuando lo hizo dijo: Me enteré de algo que tú no sabes, y te traigo de Saba una noticia precisa. He encontrado que una mujer reina allí, a la que se le ha concedido mucha riqueza y poder, y posee un Trono majestuoso. Ella y su pueblo se prosternan ante el Sol, en vez de hacerlo ante Allah. Satanás les ha hecho ver sus malas obras como buenas, apartándolos del sendero recto y por eso no se encaminan. ¿Por qué no se prosternan ante Allah, Quien hace surgir lo que se encuentra escondido en los cielos y en la tierra [como la lluvia y las plantas], y sabe lo que ocultan y lo que manifiestan? Allah, no hay divinidad salvo Él, Señor del Trono majestuoso. Dijo [Salomón a la abubilla]: Veremos si has dicho la verdad o eres de los que mienten. Ve con esta carta mía y arrójasela, luego mantente apartado y observa cómo reaccionan [ella y su pueblo].» (Corán 27:20-28)

La abubilla se marchó y luego fue protagonista de aquella larga historia, por la que la Reina de Saba aceptó el Islam. La razón fue que el ave conocía a su Señor. Algunos estudiosos dijeron: “¡Qué extraño, qué asombroso! La abubilla era más inteligente que el Faraón. Él no creyó cuando las cosas iban bien, por eso su fe a último momento y en dificultades no le valió. Por otra parte,

la abubilla creyó y tuvo fe en su Señor cuando todo estuvo bien y esa fe la benefició cuando las cosas empeoraron.

La abubilla dijo:

«¿Por qué no se prosternan ante Allah, Quien hace surgir lo que se encuentra escondido en los cielos y en la tierra [como la lluvia y las plantas], y sabe lo que ocultan y lo que manifiestan?» (Corán 27:25)

El Faraón dijo:

«Dijo el Faraón: ¡Oh, nobleza! No conozco otra divinidad que no sea yo.» (Corán 28:38)

¡Ciertamente fue desdichado y menos inteligente que la abubilla y tuvo menos capacidad de comprensión que una hormiga!

«Por cierto que hemos creado muchos genios y hombres que irán al Infierno [por sus obras]. Éstos tienen corazones pero no pueden comprender, ojos pero no pueden ver y oídos pero no pueden oír. Son como los ganados que no razonan, o peor aún. Éstos son los que se comportan con indiferencia [a Nuestros signos].» (Corán 7:179)

El mundo de las abejas está lleno de maravillas que nos recuerdan del cuidado de Allah. La pequeña abeja deja su colmena para buscar el sustento. Se posa en una superficie pura y buena para extraer el néctar. Luego vuelve a su colmena sin errar el camino y regresa con un líquido que posteriormente permite brindar un remedio para la gente.

«Tu Señor les inspiró a las abejas: Habitad en las moradas que hayáis construido en las montañas, en los árboles y en las que el hombre os construya. Luego comed de todos los frutos y transitad por donde os ha facilitado vuestro Señor. De su abdomen sale un jarabe de diferentes colores que es medicina para los hom-

bres. En esto hay un signo para quienes reflexionan.) (Corán 16:68-69)

Al leer con asombro estas historias, deberías darte cuenta que hay un cuidado especial y una protección oculta de parte de Allah ﷻ y que por ello debes suplicarle y adorarle sin atribuirle copartícipes.

«¡Oh, hombres! Vosotros sois los que necesitáis de Allah, y Allah es Opulento, Loable [y prescinde de todas las criaturas].» (Corán 35:15)

Debes tener una fe inquebrantable en Allah ﷻ y saber que todas tus súplicas y esperanzas tienen que estar dirigidas a Él solamente y no a los seres humanos débiles e indefensos. Debes tener fe que Él es Quien guía, te hace triunfar, te defiende y se preocupa por ti y te protege. Sólo debes entregarte a Él de corazón, adorarlo en Su Señorío, Su Unicidad y Su Divinidad, suplicarle, pedirle ayuda y tener esperanza. Si aprecias de verdad los favores de tu Señor, entenderás que toda la creación necesita de Él, que los seres pasajeros necesitamos al Eterno, que somos pobres y dependemos del Rico y que somos débiles y necesitamos la protección del Todopoderoso. El verdadero poder, riqueza y eternidad pertenecen sólo a Allah ﷻ.

Si reconoces todo esto, debes aplicar tu conocimiento y adorar a Allah ﷻ con sinceridad. Si buscas que Allah ﷻ te perdone, te perdonará. Si te arrepientes ante Él, te perdonará, si Le pides algo, te lo dará. Si Le pides ayuda, te ayudará. Y si eres agradecido con Él, aumentará Sus favores contigo.

### **Busca estar complacido con Allah ﷻ**

Además de creer en la frase: “Estoy complacido con Allah como mi Señor, con el Islam como mi religión y con Muhammad como

mi Mensajero”, debes estar complacido con los mandamientos y decretos de Allah.

Cuando eres selectivo a la hora de creer en el decreto, tu fe no es completa ni apropiada. Ser selectivo significa estar complacida y contento sólo con aquellos decretos que son compatibles con tus deseos, a la vez que te quejas y protestas contra los decretos que van en contra de tus deseos.

Hay quienes están complacidos con su Señor cuando las cosas van bien pero protestan contra Sus decretos cuando las cosas se ponen difíciles. Allah ﷻ dice sobre esas personas:

«Entre los hombres hay quienes adoran a Allah con dudas, y si les ocurre un bien se sienten tranquilos; pero si les acaece una desgracia reniegan de la fe, perdiéndose en este mundo y el otro. Ésta es una pérdida evidente.» (Corán 22:11)

Los beduinos anunciaban su Islam abiertamente y cuando descubrían tranquilidad y provecho en lo que les fue revelado, decían: “Esta es una buena religión”. Entonces obedecían los mandamientos y cumplían con sus obligaciones religiosas.

Pero cuando encontraban lo opuesto, como por ejemplo, sequía y pobreza, daban la espalda con desdén y abandonaban la religión. La persona que practica el Islam de esta manera siempre espera que le sea fácil satisfacer sus deseos personales.

Aquel que sea elegido por Allah ﷻ para adorarlo y llevar el estandarte de Islam y no está complacido con ese honor, merece un tormento perpetuo.

«Y relátales la historia de aquel a quien habiéndole concedido el conocimiento de Nuestros preceptos los descuidó [desviándose de la Verdad], y entonces Satanás le sedujo y se contó entre los extraviados.» (Corán 7:175)

«Y si Allah les hiciese oír, igualmente rechazarían la Verdad, pero no lo hace porque sabe que en ellos no hay ningún bien.»  
(Corán 8:23)

La complacencia es un camino que siguen aquellas personas que quieren vivir según un código superior que siguen aquellos que están cerca de Allah ﷻ.

El Mensajero de Allah ﷺ distribuyó el botín de guerra luego de la batalla de Hunain. La mayor parte fue para los jefes de las distintas tribus y para los beduinos que habían aceptado recientemente el Islam. Dejó afuera a los Ansâr, confiando en el grado de complacencia y fe de ellos. Quizás algunos no percibieron totalmente la noble razón de ser excluidos del reparto, por eso el Mensajero de Allah ﷺ los reunió y les explicó por qué no recibían nada. Les dijo de su amor por ellos y que sólo les dio parte del botín a los otros para acercarlos más al Islam, un acto basado en el bajo nivel de fe que tenían ellos, el cual necesitaba un poco de fortaleza. Les dijo a los Ansâr:

“¿Acaso no están conformes de que haya gente que se va con camellos y ovejas mientras vosotros os vais con el Mensajero de Allah? Los Ansâr son como las prendas interiores (para mí) mientras que los demás son como las prendas exteriores (refiriéndose a que los Ansâr están más próximos y muy cerca del Mensajero de Allah y muy alto en su consideración)”. También dijo: “Que Allah tenga piedad de los Ansâr, los hijos de los Ansâr y sus nietos. Si todos fueran por un valle o paso montañoso y los Ansâr fueran por otro valle o paso montañoso, yo elegiría el camino de los Ansâr”.

Así quedaron satisfechos y la paz y la tranquilidad descendieron sobre ellos. Aun más, Allah ﷻ y Su Mensajero ﷺ se complacieron con ellos.



Aquellos que verdaderamente encuentran la complacencia de Allah no la cambian por nada del mundo; no hay nada comparable con la recompensa de complacer a Allah.

Un beduino aceptó el Islam delante del Mensajero de Allah ﷺ, quien le dio algo de dinero. El árabe dijo: "Oh Mensajero de Allah. No hice mi promesa de seguirte por esto". El Profeta ﷺ le preguntó: "¿Por qué lo hiciste entonces?" El hombre respondió: "Lo hice para tener una flecha que entre aquí (señalando su garganta) y que salga por aquí (señalando la nuca)". El Mensajero de Allah ﷺ le dijo: "Si eres sincero con Allah, Él será sincero contigo (en Su promesa)". El hombre estuvo presente en una batalla y una flecha lo atravesó tal como deseaba. Se reunió con su Señor, complacido y feliz.

En otra ocasión, el Mensajero de Allah ﷺ repartió cierta riqueza. Le dio a quienes eran débiles en su religión y no les dio nada a aquellos cuyas espadas estaban manchadas con sangre de haber luchado por la causa de Allah ﷻ. El Mensajero de Allah ﷺ se paró frente a ellos y dijo:

"Les doy a algunos por la codicia y el miedo que Allah ha puesto en sus corazones. No les doy a otros debido a su fe y al bien que Allah ha puesto en sus corazones. Entre éstos el mejor es 'Amr Ibn Taglub".

'Amr ؓ dijo: "Esas palabras (del Mensajero de Allah) no las cambiaría por nada de este mundo".

Ésta es la síntesis de la conformidad y de la complacencia en Allah, el Altísimo. Para ellos, el mundo entero no valía tanto como una sonrisa del Mensajero de Allah ﷺ.

Las promesas del Profeta Muhammad ﷺ eran: la recompensa de Allah, Su complacencia y el Paraíso. No les prometía castillos, jerarquía ni tierras. Les decía: "Todo aquel que haga tal y tal cosa

tendrá como recompensa el Paraíso”. Y le decía a otro: “Todo aquel que haga tal y tal cosa será mi compañero en el Paraíso”. Los enormes sacrificios y esfuerzos de los compañeros no podían ser compensados con divisas mundanas; una recompensa justa para ellos sólo puede encontrarse en el Más Allá.

At-Tirmidhi relató que ‘Umar ﷺ fue a pedirle permiso al Mensajero de Allah ﷺ para realizar una peregrinación a La Meca. El Mensajero de Allah ﷺ respondió:

“No te olvides de nosotros en tus súplicas, Oh hermano mío”.

El hombre que dijo esas palabras era el Mensajero de la guía, quien estaba libre de pecado y que no hablaba por inspiración sino por revelación. ‘Umar ﷺ dijo sobre las valiosas y preciadas palabras del Profeta: “No cambiaría esas palabras por nada del mundo”.

Imagina lo que es que el Mensajero de Allah ﷺ le haya dicho: “No te olvides de nosotros en tus súplicas, Oh hermano mío”. Si esto te pasara a ti, ¿cómo te sentirías?

El nivel de conformidad y complacencia que el Profeta ﷺ tenía con su Señor está mucho más allá de nuestra capacidad de descripción. Estaba complacido con su Señor tanto en la riqueza como en la pobreza, en la salud y en la enfermedad, en circunstancias difíciles y en la tranquilidad.

Sintió amargura y tristeza por ser huérfano. Hubo momentos de su vida en que no tenía más que un dátil seco para comer; para aliviar los dolores que le causaba el hambre, se ataba una piedra al estómago. Tuvo que empeñar su armadura con un judío para poder comprar algo para comer. Su cama era de paja y le pinchaba el cuerpo provocándole dolores. A veces pasaba tres días enteros sin encontrar nada que comer. A pesar de todo eso, estaba complacido con Allah, Señor de todo lo que existe.

«Enaltecido sea Quien, si quisiere, te concedería [en este mundo] algo mejor que lo que ellos pretenden: Jardines por donde corren los ríos y palacios.» (Corán 25:10)

Estaba complacido con Allah ﷻ durante los momentos más difíciles de su vida que fueron los primeros años de su misión. Todo el mundo estaba contra él y utilizaban sus bienes, su riqueza y su poder para perjudicarlo. Durante ese tiempo, tanto su tío - Abû Tâlib - como su esposa - Jadîyah ؑ - murieron. Los de Quraish infligieron todo tipo de castigo a él y a sus seguidores. Su gente lo calumniaba y lo acusaba de mentiroso, brujo, adivino, loco y poeta.

Estaba complacido con su Señor aun el día en que fue expulsado de La Meca, la ciudad en la que jugó cuando era niño y donde creció como hombre. Al mirar hacia atrás, sus ojos se llenaron de lágrimas al ver la ciudad y dijo:

“Eres la tierra más querida para mí. Si tus habitantes no me hubieran expulsado, no te habría abandonado”.

Estuvo complacido con su Señor cuando fue a la ciudad de Tâ'if a entregar su noble mensaje y en lugar de recibir una bienvenida, fue recibido con piedras que le arrojaron y le hicieron sangrar hasta los pies.

El Mensajero de Allah ﷺ resultó herido en la batalla de Uhud, su tío fue asesinado, muchos de sus compañeros fueron masacrados pero sin embargo, dijo lo siguiente inmediatamente después de la batalla:

“Formaos en fila detrás de mí para poder adorar al Señor”.

Dicho en pocas palabras, estaba complacido con su Señor en todo momento de su vida y la recompensa de esa actitud se menciona en esta aleya:

«Y ciertamente tu Señor te agradecerá [en esta vida y en la otra], y te complacerás.» (Corán 93:5)

## **Un llamado desde el Valle de las Palmeras**

El Profeta Muhammad ﷺ fue expulsado de La Meca que era el lugar de su familia, sus hijos y su hogar. Buscó refugio en la ciudad de Tâ'if, donde fue tratado con desdén ya que los mayores lo maldecían y los niños se burlaban y le arrojaban piedras.

Caían lágrimas por su rostro y los pies le sangraban. ¿A quién habría de acudir? ¿En quién habría de refugiarse? En el Único en quien podía refugiarse es en Allah, el Todopoderoso.

Muhammad ﷺ miró hacia la Ka'bah, agradeció a Allah ﷻ, Le alabó e invocó para que lo ayudara con sus dificultades. Lee ésta súplica que elevó a su Señor después de su experiencia en Tâ'if:

“¡Oh Allah, ante Ti me quejo de mi debilidad, de mi desamparo y fragilidad ante los hombres! ¡Oh el más misericordioso de los misericordiosos! ¡Tú eres el Señor de los débiles y Tú eres mi Señor! ¿En quién me encomiendas? ¿En algún remoto forastero que me maltrate? ¿En mis enemigos a los que Tú has dado poder contra mí? Todo eso no me importa, si es que Tu ira no ha descendido sobre mí. Pero si tuviera tu ayuda a mi favor, sería el camino más fácil y de mayor oportunidad para mí. ¡Me refugio en la luz de Tu rostro, por la cual la oscuridad es iluminada y todas las cosas de este mundo y el otro son perfectamente ordenadas! ¡No hagas descender Tu ira sobre mí o que Tu cólera me acose! Sin embargo, puedes reprocharme hasta que Te complazcas. ¡No hay poder ni fuerza salvo en Allah!”

## **La primera generación de musulmanes**

«Por cierto que Allah se complació con los creyentes cuando te juraron fidelidad bajo el árbol; y sabiendo la fe que había en sus

corazones hizo descender el sosiego sobre ellos y los recompensó con una victoria cercana [la conquista de Jaibar].» (Corán 48:18)

Este versículo explica el objetivo más alto de los creyentes: lograr la complacencia de Allah ﷻ. Que Allah ﷻ esté complacido contigo es lo más valioso que puedes alcanzar. Este versículo menciona la complacencia de Allah para la primera generación de musulmanes. En otros versículos, menciona el perdón para ellos:

«Allah te perdonará [¡Oh, Muhammad!] las faltas que cometiste y las que pudieses cometer...» (Corán 48:2)

«Allah perdonó al Profeta, a los creyentes que habían emigrado y a quienes les socorrieron...» (Corán 9:117)

«Allah te disculpó [¡Oh, Muhammad!] por haberles eximido...» (Corán 9:43)

Cuando buscaron complacer a Allah ﷻ, los compañeros del Profeta hicieron la promesa bajo un árbol que sacrificarían sus vidas si era preciso.

Allah ﷻ sabía que había un altísimo nivel de fe en sus corazones. Trabajaban arduamente, transpiraban, pasaban hambre y eran torturados, pero lo importante para esos nobles corazones era que Allah ﷻ estaba complacido con ellos.

Fueron separados de su familia, riqueza y de sus hogares, debieron probar el sabor amargo del destierro y enfrentar lo duro de viajar días y meses por el desierto a otras tierras, pero lo único que les importaba era que Allah ﷻ estuviera complacido con ellos.

¿Acaso la recompensa de esos defensores del Islam eran camellos, jardines, bienes o dinero? No. ¿Crees que aquellas cosas hubiesen tenido algún efecto en sus corazones? ¡Jamás! Lo que

aliviaba sus corazones era complacer a Allah ﷻ, encontrar Su perdón y Su eterna recompensa.

﴿Les retribuiré con el Paraíso y con vestimentas de seda por haber tenido paciencia. Estarán reclinados sobre lechos, a salvo del calor del Sol y de la crudeza del frío. Serán cubiertos por la sombra de los árboles [del Paraíso], y sus frutos estarán al alcance de las manos. Y rondarán entre ellos jóvenes [sirvientes] con vasijas de plata y copas cristalinas, Moldeadas en plata con la forma que a ellos les plazca.﴾ (Corán 76:12-16)

### **Se debe estar complacido aun después de una calamidad**

Un hombre de la tribu de Banû 'Abs dejó su pueblo para buscar unos camellos que se le habían extraviado. Estuvo fuera de su hogar durante tres días. Era un hombre rico a quien Allah ﷻ había bendecido con una gran fortuna y una gran familia. Su riqueza y sus hijos estaban en una enorme propiedad. La comodidad y la opulencia lo rodeaban y también a su familia, nunca pensaron que podía sucederles un infortunio.

Una noche, durante la ausencia de su padre, toda la familia se quedó dormida. Allah ﷻ les envió una inundación torrencial que movió piedras y un viento fuerte. La casa fue arrancada de raíz y toda la familia y la riqueza del hombre fueron destruidas. Cuando la tormenta amainó, no quedaron rastros de la familia ni de la riqueza. Fue como si nunca hubieran existido.

Cuando transcurrieron los tres días, el hombre regresó a su casa. Al volver sólo encontró un hueco, una tierra vacía que no mostraba ningún rastro de vida. Fue tal el impacto que le provocó esa escena que tardó un tiempo en aceptar que lo había perdido todo.

Luego, para empeorar las cosas, uno de sus camellos intentó escapar. Trató de sujetarlo por la cola pero con sus patas traseras, lo pateó en los ojos dejándolo ciego. Sólo en el desierto, el hombre comenzó a gritar para que alguien lo ayudara. Pasó un largo tiempo, hasta que otro beduino oyó su clamor. El árabe lo llevó con Al-Walîd Ibn ‘Abd Al-Malik, el Califa de Damasco. Le contó todo lo sucedido y el Califa le preguntó: “¿Cómo estás?” Y el hombre respondió con firmeza: “Estoy complacido con Allah”.

Estas poderosas palabras dichas por este musulmán que llevaba el verdadero monoteísmo en su corazón se convirtieron en una lección y una moraleja para los que vinieron después de él. ¿Cuál es la moraleja? Estar siempre complacido con Allah ﷻ.

Aquel que no esté conforme ni complacido que intente otro camino si así lo desea.

«Aquel que piense que Allah no defenderá [al Profeta Muhammad] en este mundo y en el otro [porque cree poder impedirlo], que intente llegar al cielo por algún medio y lo impida, y que vea si ello calma su odio.» (Corán 22:15)

## **Seamos resueltos a la hora de tomar decisiones**

«Pero cuando hayas tomado una decisión encomiéndate a Allah. Allah ama a quienes se encomiendan a Él.» (Corán 3:159)

Cada vez que hay que tomar una decisión, muchos de nosotros nos confundimos y vacilamos y esto nos provoca muchos dolores de cabeza. Cuando tiene opciones por delante, el musulmán debe consultar con los demás y realizar la plegaria recomendada para tomar decisiones (Salâh Al-Istijârah). Debes pensar bien las cosas antes de tomar la decisión final o antes de dar el primer paso en cualquier dirección. Pero si estás convencido que un camino es mejor que otro, debes tomar esa acción sin dudar.

El tiempo de consulta y planificación termina y comienza el momento de ponerse en acción.

El Mensajero de Allah ﷺ consultó a los musulmanes el día de Uhud. Le aconsejaron que salga a la batalla. Cuando sus compañeros dijeron: “Oh Mensajero de Allah quizás te obligamos (a salir). Tal vez debiste quedarte en Medina”, se puso su armadura, tomó su espada y respondió: “No es de un Profeta ponerse su armadura (para la batalla) para luego despojársela y no partir, hasta que Allah emita un juicio entre él y su enemigo”. Una vez que el Mensajero de Allah ﷺ decidió firmemente partir, no hubo más consulta.

Por el contrario, la situación no necesita dudas sino determinación, acción, liderazgo y valentía.

De igual manera, el Mensajero de Allah ﷺ consultó a sus compañeros antes de la batalla de Badr:

﴿Consúltales en las decisiones...﴾ (Corán 3:159)

﴿...Se consultan en sus asuntos...﴾ (Corán 42:38)

Ellos expresaron su opinión, se tomó una decisión firme y luego emprendieron viaje hacia la batalla.

Vacilar constantemente es un defecto de nuestro carácter y que a menudo nos lleva hacia el fracaso y la confusión. Conozco gente que durante años, oscila a la hora de tomar decisiones que deberían haber sido tomadas fácil y rutinariamente. Son ellos mismos quienes se han invitado al fracaso y a la frustración de sus vidas.

Deberías estudiar la factibilidad de tus planes e ideas. Tómate el tiempo necesario para pensar bien las cosas, busca el consejo de personas más experimentadas o sabias y eleva una plegaria a tu Señor para que te guíe cuando tengas que elegir entre dos o más



opciones. Pero al final, ponte en acción y no te demores en decidir.

Después de la muerte del Mensajero de Allah ﷺ, muchas de las tribus árabes se negaron a pagar el Zakâh (contribución social obligatoria). Abû Bakr ؓ consultó con su gente qué debía hacer con esa situación. Todos le aconsejaron, entre ellos 'Umar ؓ, que no le declare la guerra a esas tribus. Sin embargo, al evaluar distintos argumentos, Abû Bakr ؓ decidió que debían luchar contra ellos. Fue firme y resuelto y no dudó ni un instante. Dijo: "Por Aquel que tiene mi alma en Su Mano, pelearé contra quien haga una distinción entre la plegaria y la contribución social obligatoria. Por Allah, si me niegan aunque sea un turbante de los que le solían dar al Mensajero de Allah, lucharé contra ellos por eso". 'Umar ؓ dijo: "Cuando me di cuenta de que Allah había inspirado el corazón de Abû Bakr (para luchar), supe que esa era la verdad". Abû Bakr ؓ, después de evaluar las distintas opciones, tomó esa difícil decisión. Lucharon y obtuvieron la victoria.

Una característica del hipócrita es hacer que un plan fracase pues cuestiona constantemente lo que debe hacerse y pide que se discuta el tema reiteradas veces.

«Si hubieran salido a combatir os habrían confundido sembrando la discordia, pues entre vosotros hay quienes prestan oído a lo que dicen, pero Allah bien conoce a los inicuos [y os previene de ellos].» (Corán 9:47)

«Son ellos quienes, mientras se quedaban sin participar, decían de sus hermanos [los creyentes que combatieron en Uhud]: Si nos hubieran escuchado no habrían muerto. Diles: Impedid que la muerte os alcance, si es verdad lo que decís.» (Corán 3:168)

Sus palabras favoritas son 'qué pasaría si' o 'si hubiéramos hecho tal y tal cosa' o 'quizás'. Siempre está vacilando en tierras inestables.

«[Los hipócritas] Vacilan entre ellos [los creyentes y los incrédulos], no se inclinan por unos ni por otros.» (Corán 4:143)

En ocasiones, el hipócrita está con nosotros y otras veces está con los otros.

En tiempos de crisis dicen:

«Y distinguir también a los hipócritas, a quienes se les dijo: Combatid por la causa de Allah o defendeos. Dijeron: Si supiéramos combatir os seguiríamos. Aquel día estuvieron más cerca de la incredulidad que de la fe, porque decían lo que no había en sus corazones. Pero Allah es Quien mejor conoce lo que ocultaban.» (Corán 3:167)

Mienten constantemente. Están presentes en los buenos tiempos pero cuando surge una situación difícil, se esconden o escapan. Uno de ellos dijo:

«Entre ellos [los hipócritas] hubo quien te dijo: ¡Oh, Muhammad! Permite quedarme y no me expongas a la tentación [pues si veo a las mujeres del pueblo que combatiremos no podré resistirlo]. ¿Acaso no cayeron en la sedición [al negarse a combatir]? Ciertamente el Infierno acorralará a los incrédulos.» (Corán 9:49)

Para escapar de sus obligaciones, antes de la batalla contra los aliados "Al-Ahzâb" dijeron:

«Y cuando un grupo de ellos [de los hipócritas] dijo: ¡Oh, gente de Iazrib [antiguo nombre de Al-Madīnah]! Esto es un mal para vosotros. ¡Mejor volveos [y no combatáis]! Y un grupo de ellos pidió autorización al Profeta diciendo: Por cierto que nuestras

casas quedaron desprotegidas; pero sólo querían huir del enfrentamiento.) (Corán 33:13)

## **El creyente es firme y resuelto**

«Por cierto que los verdaderos creyentes son quienes creen en Allah y en Su Mensajero, y no dudan en contribuir con sus bienes o luchar por la causa de Allah. Ésos son los sinceros en la fe.» (Corán 49:15)

En cuanto a los demás:

«Ciertamente quienes pretenden evadir el combate no creen en Allah ni en el Día del Juicio; sus corazones están llenos de dudas, y por ello vacilan.» (Corán 9:45)

Había un hombre que estuvo cuatro años sin decidirse si debía divorciarse de su malvada y cruel esposa. Finalmente, fue a pedirle consejo a un sabio. Éste le preguntó cuánto tiempo hacía que estaba casado con su esposa y el hombre respondió: "Cuatro años". El sabio se sorprendió y dijo: "¡Has estado bebiendo veneno durante cuatro años!"

Es casi obvio que la paciencia y la tolerancia son necesarias en situaciones similares a las del relato anterior, pero ¿hasta cuándo? ¿En qué momento decimos: ¡Basta!? Una persona sensata sabrá si debe terminar la relación o no, si se puede componer o no, si continúa o no y tomará una decisión determinante.

La confusión y la duda atacan a las personas en distintas situaciones pero especialmente en las cuatro que detallamos a continuación:

1. Al decidir qué carrera vamos a estudiar. Una persona débil a la hora de tomar decisiones tendrá dudas sobre la carrera universitaria que elegirá. Otros permanecen indecisos aun antes de pasada la fecha límite para inscribirse. Otros, estudian uno o dos

años en una facultad para luego cambiarse a otra; al principio, se inclinan por estudios religiosos, luego economía, luego medicina y así desperdician su vida.

Si la persona consulta a otras con más sabiduría y experiencia que la propia y busca la guía de Allah ﷻ, utilizará mucho mejor su tiempo.

2. Decidir un trabajo apropiado. Algunas personas no son capaces de determinar cuál es el trabajo que mejor se adapta a su temperamento. Van de un trabajo a otro, siempre insatisfechos con el trabajo anterior. Finalmente, deciden emprender su propio negocio. Este tipo de vacilación a menudo provoca inestabilidad financiera.

A esa persona le aconsejo: “Si te sientes cómodo ganando dinero en la profesión en que trabajas, entonces quédate allí”.

3. Matrimonio. Muchos jóvenes están confundidos, encuentran difícil elegir una pareja. En este sentido, uno puede dejarse influenciar por las opiniones de los demás. Por ejemplo, a veces el padre cree que cierta joven es digna de matrimonio pero el hijo no está de acuerdo ni tampoco su madre; sin embargo, el hijo sigue la inclinación de su padre y no su propia decisión.

Mi consejo con respecto al matrimonio es que se debe esperar hasta encontrar a alguien, que principalmente agrade por su religiosidad, luego por su apariencia y su carácter, porque en el matrimonio, estamos involucrando nuestra vida y la vida de otra persona, no es algo insignificante que se puede descartar cuando uno se aburre.

4. La confusión y la falta de determinación son comunes en aquellas personas que están contemplando divorciarse. Por ejemplo, cierto día, el cónyuge decide que es mejor separarse y otro día decide que las cosas pueden solucionarse y así día tras día.

La falta de paz en nuestra vida que resulta de ese tipo de vacilación, tiene que ser enmendada con una decisión resuelta. La vida es corta, por eso todos debemos tratar de hacer nuestra parte para que cada momento de la vida sea feliz, tanto para nosotros como para los que nos rodean.

## **Seamos consecuentes con las palabras**

Tendremos éxito y felicidad en la medida en que seamos obedientes con Allah ﷻ y respetuosos con la gente. Podemos combinar fácilmente las palabras y embellecer nuestro discurso para complacer a quienes nos escuchan; lo difícil es poner en práctica en nosotros mismos lo que decimos y plasmarlo con buenas acciones y buen carácter.

﴿¿Acaso ordenáis la piedad a los hombres y os olvidáis de practicarla vosotros mismos, siendo que leéis el Libro [la Torá]? ¿Es que no razonáis?﴾ (Corán 2:44)

Un castigo muy severo le esperará a quien ordene a los demás que hagan el bien y no lo practique descuidando su proceder y a quien prohíba hacer el mal, mientras él lo cometa. Será puesto en el Fuego, el día del Juicio, como dice un Hadíz, y caminará pisando sus intestinos tal como el burro da vueltas alrededor del mortero. Los moradores del Infierno que lo conocieron en esta vida por sus sermones, le preguntarán por qué lo castigan tan duramente. Y responderá: “Ordené que hagan el bien, mas yo no lo hacía y prohibí que hagan el mal, mas yo lo cometía”.

Un poeta árabe dijo:

“Oh tú que te haces maestro de los demás,  
enséñale a tu ser, pues eso es la verdadera  
enseñanza.”

El famoso orador Abû Mu'âdh Ar-Râzi lloraba y hacía llorar a los demás durante sus sermones. En un sermón recitó los siguientes versos:

“El inescrupuloso ordena a la gente que sea piadosa, es como un médico que trata a los enfermos, mas él está enfermo”.

Cuando algunos de nuestros piadosos antepasados querían exhortar a los demás a realizar actos de caridad, primero lo hacían ellos y después exhortaban a los demás. La gente respondía voluntariamente al pedido.

Leí hace poco sobre un orador de los primeros siglos del Islam que quería persuadir a otros a liberar esclavos. Ahorró dinero durante un tiempo y una vez que tuvo suficiente, compró la libertad a un esclavo. En un conmovedor discurso, exhortó a otros a hacer lo mismo; y muchos esclavos fueron liberados ese día.

## **El descanso completo y la tranquilidad total están en el Paraíso**

«Que por cierto creamos al hombre, y éste deberá soportar las adversidades [en esta vida y en la otra].» (Corán 90:4)

Le preguntaron al Imâm Ahmad: “¿Cuándo llegará el descanso?” Respondió: “Cuando pongas un pie en el Paraíso encontrarás el descanso”.

No hay descanso ni tranquilidad duraderas hasta que uno entre al Paraíso. Esta vida está llena de problemas, dificultades, pruebas divinas, enfermedades y preocupaciones.

Un colega mío de Nigeria, me dijo que cuando era niño su madre lo despertaba en el último tercio de la noche para orar. Pero respondía: “Madre, quiero descansar un poco”. Ella le decía: “Sólo

te despierto por tu propio bien. Oh hijo mío, cuando entres al Paraíso encontrarás tu descanso”.

Masrûq, un estudioso de las primeras generaciones del Islam, permanecía adorando a Allah ﷻ postrado en la plegaria hasta que el sueño lo vencía. En una de esas ocasiones, un compañero le dijo: “Descansa un poco”. Respondió: “Es el descanso de mi alma lo que busco”.

Aquellos que buscan la facilidad en su vida abandonando lo obligatorio, sólo conseguirán un castigo precipitado. El incrédulo busca su suerte y su tranquilidad aquí y ahora, es por esa razón que dice:

«¡Oh, Señor nuestro! Muéstranos el registro de nuestras obras y adelántanos una parte del castigo antes del Día del Juicio.» (Corán 38:16)

Algunos estudiosos interpretaron este versículo como: “nuestra ración de bien y de sustento antes del Día del Juicio”.

«Los incrédulos [que te desmienten] aman la vida transitoria y descuidan el difícil Día del Juicio.» (Corán 76:27)

No piensan en mañana ni en el futuro y es por eso que pierden ambos. Fuimos creados para finalmente morir. La vida es como un líquido volátil, siempre cambiante. Existen días de gracia y de desgracia, difíciles y tranquilos, de abundancia y de pobreza.

Y este es el fin:

«Luego serán devueltos a Allah, su verdadero Señor. ¿Acaso no será Él Quien os va a juzgar? Él es el más rápido en ajustar cuentas.» (Corán 6:62)

## **Ser apacible ayuda a alcanzar las metas**

En capítulos previos, cité algunos textos del Corán y otros libros para ilustrar la importancia que tiene ser apacible; aquí expone-mos el mismo tema mencionando algunos ejemplos. Imagínate conduciendo un auto por una calle muy angosta y cerrada a ambos lados por una pared. No hay manera que pase un auto, salvo que sea manejado con un extremo cuidado, serenidad, apacibilidad, suavidad y precaución. Sin embargo, si un auto-movilista intentara pasar por esa calle a toda velocidad, choca-ría constantemente con las paredes de la derecha y de la izquier-da, provocando que su auto se destruya. En ambos casos, pasar cuidadosamente e intentar atravesar la calle a alta velocidad, la calle es la misma y también lo es el auto pero la manera de con-ducir es distinta.

Una pequeña planta que tengamos puede regarse de distintas maneras. Si vertemos agua sobre ella lentamente, la planta ab-sorberá el agua y encontrará en ella los nutrientes necesarios. Pero si volcamos todo el contenido de la jarra de una vez, sólo lograremos dejar al descubierto las raíces. La cantidad de agua es la misma; la diferencia está en el método.

Alguien que es cuidadoso con su ropa, a la hora de ponérsela y sacársela puede tener la confianza de que una prenda le durará mucho tiempo. Aquel que las trata de manera descuidada siem-pre se quejará que las mismas están ajadas y rasgadas.

Debemos establecer un grado de cuidado en nuestras vidas y ser cuidadosos con nosotros mismos: “Ciertamente tu alma tiene derechos sobre ti”.

Seamos cuidadosos con nuestro cónyuge y nuestro hermano musulmán:

“Ciertamente Allah es amable y ama la bondad”.



Los turcos construyeron puentes de madera sobre los ríos. En ambos extremos escribían las palabras "Sé cuidadoso, Sé cuidadoso". Porque quien cruce el puente con calma, llegará sano y salvo al otro extremo, a diferencia de quien intente cruzarlo a la carrera.

En la entrada de algunos jardines de flores y rosas también está escrita la frase "sea cuidadoso". Aquel que pase rápidamente por el jardín sin ningún cuidado, no contemplará su belleza y probablemente cause estragos.

Hay un dicho que dice:

"El pájaro no es cuidadoso como la abeja".

En un Hadíth, el Profeta ﷺ dijo:

"El creyente es como la abeja que come lo que es puro, produce lo que es puro y no destruye ni la más pequeña rama en la que se posa".

La flor no siente a la abeja cuando ésta extrae suavemente su néctar y así logra su meta con suavidad y cuidado. Por el contrario, cuando el pájaro quiere trigo, anuncia su presencia a la gente mediante su trino hasta que se posa y obviamente se caen algunos granos.

Todavía recuerdo la historia de un pintor hindú, quien pintó una bella obra de arte: un paisaje en el que se destacaba una espiga de trigo y sobre ella un hermoso pájaro. La espiga estaba llena de granos, erguida y altiva en todo su esplendor. La pintura estaba expuesta en la sala del rey y todos la elogiaban y agradecían al artista por tal maravilla. Entró un hombre pobre desconocido en el medio de la reunión y se quejó del cuadro, desafiando y contrariando a los demás. El rey se acercó y le llamó: "¿Qué te pasa?" Respondió: "En esa pintura hay un gran error".

“¿Por qué lo dices?” “Porque el pintor dibujó un pájaro que se posa en una espiga dejándola estática completamente erguida. Si un pájaro se posa en una espiga inevitablemente la fuerza y ésta se dobla, pues el pájaro es pesado y no tiene cuidado”. Dijo el rey: “¡Es cierto!” Y los súbditos dijeron: “¡Es cierto!” Entonces descolgaron el cuadro y el pintor perdió su premio.

Leí que uno de nuestros piadosos antepasados dijo: “Ciertamente parte de la comprensión de un hombre está en ser cuidadoso al entrar y salir de su casa, al vestir las prendas, al sacarse los zapatos y al montar su corcel”.

Seguramente provocarás daño si eres apresurado y torpe porque la bondad se basa en el cuidado y la suavidad. El Mensajero de Allah ﷺ dijo:

“Cada vez que el cuidado está presente en algo, lo embellece; cuando el cuidado se ausenta, lo arruina”.

Ser apacible en el trato con los demás atrae los corazones; el indulgente es la llave de toda bondad.

﴿Por misericordia de Allah eres compasivo con ellos. Si hubieras sido rudo y duro de corazón se habrían alejado de ti.﴾ (Corán 3:159)

## **La preocupación no te ayudará**

El propósito de la siguiente anécdota es demostrar que uno no debe preocuparse en exceso, sino que debe someter su voluntad al decreto de Allah, estar conforme con lo que Allah ﷻ ha elegido para cada uno y no sentir resentimiento por el pasado.

Cuando cursaba la primaria en la escuela, estudiaba bastante para ser el primero en mi clase. Después de entregar mi examen, caía en un estado de preocupación, miedo y ansiedad. Iba a mi casa, verificaba las respuestas en el libro, me daba una puntua-

ción y luego repetía el proceso una y otra vez. Al verlo hoy, es obvio que mis nervios no aumentaron mis calificaciones ni siquiera un punto.

## **La tranquilidad se logra cuando las necesidades básicas de la vida están satisfechas**

Cuando era muy joven, dejé mi familia para estudiar en la ciudad de Riyadh. Allí me alojé con mis tíos en circunstancias muy austeras y restringidas. Para llegar a la escuela, tenía que caminar treinta minutos cada mañana y para volver a la casa, otros treinta minutos bajo el abrasador sol del mediodía. En la casa, ayudaba a preparar el desayuno, el almuerzo y la cena. Mis obligaciones incluían pasar la aspiradora en toda la casa, limpiar la cocina y organizar los cuartos. Además, trabajaba arduamente en mis estudios y también me daba tiempo para participar en actividades extracurriculares. Siempre tuve buenas calificaciones, lo que me impulsaba a estudiar aun más. Tenía una sola túnica, la que tenía que lavar y planchar constantemente. Como recibía muy poco dinero para mis gastos, tenía que vestir esa túnica en casa, en la escuela y en ocasiones especiales. Las necesidades básicas, como comida y renta, se llevaban casi todo mi dinero. Todos estábamos en las mismas condiciones, por eso rara vez comíamos carne, y menos aun probábamos frutas. Todos nos dedicábamos de lleno a nuestros estudios. Sólo una vez al mes nos dábamos la oportunidad de salir a divertirnos o relajarnos. En la escuela teníamos unas diecisiete materias, entre ellas álgebra, matemática, inglés y física además de los difíciles cursos de religión y estudios árabes. A menudo pedía libros de poesía árabe en la biblioteca de la escuela con los que me entretenía durante muchas horas.

Ahora, al recordar esos días y a pesar de todas mis dificultades, recuerdo que era feliz y dormía en paz y tranquilidad. Más tarde,

con la bendición de Allah ﷻ, me compré una linda casa, comí bien, pude usar distintos tipos de ropa y mi vida en general dio un giro próspero. Pero a pesar de todo esto, no siento ahora la misma paz mental que tenía en ese entonces. Una vida más compleja trae aparejados problemas más complejos. Por eso no pienses que poseer poco puede ser la causa de tu tristeza y ansiedad, porque no es cierto. La mayoría de las personas que tienen satisfechas las necesidades básicas de la vida tienen una conciencia más sólida y una existencia más tranquila que la mayoría de los ricos.

## **Prepárate para la peor de las situaciones**

En la escuela secundaria me volví extremadamente competitivo para lograr buenas calificaciones. En un semestre estudié tanto que no esperaba siquiera ser el segundo de mi clase. ¿Qué creen que sucedió? Reprobé en inglés, una materia que detestaba porque no entendía absolutamente nada. Una nube negra de depresión me cubrió durante varias noches luego de ese día, comencé a tener dificultades para dormir. Incluso estaba seguro que mis compañeros de clase se regocijarían de mi fracaso. Lo que había ocurrido fue totalmente inesperado para mí. Me invadió la tristeza y la pesadumbre todos los días que siguieron. Uno de mis profesores advirtió mi estado e hizo todo lo que pudo para darme aliento y tranquilidad.

Cada vez que recuerdo ese momento de mi vida me asombro de la gravedad con que me afectó. La depresión en la que caí no me ayudó en lo más mínimo ni cambió para nada la mala calificación que obtuve.

Lo que quiero decirte es lo siguiente: no pienses que si te deprimas por un fracaso lograrás el éxito inmediatamente. No sucederá. El único efecto de esa depresión será perjudicial e incrementará tus sentimientos de fracaso.

Cuando terminé mi tesis de maestría, esperaba obtener un diez como calificación. Pensaba que mi trabajo lo merecía pero al final obtuve un nueve. Reaccioné exageradamente ante esta situación y me agité mucho por la calificación. Un amigo mío me dijo: "Haz de cuenta que, por una u otra razón, nunca hubieras terminado tu maestría. ¿Qué habrías hecho? Además, ¿qué diferencia hay entre un nueve y un diez? Igual tienes tu maestría". Lo que dijo era totalmente cierto y me ayudó a recuperar mis cabales. Ahora me doy cuenta de que la mejor manera de manejar situaciones así es estar preparado de antemano para el peor de los resultados.

Aprendí mucho de esa experiencia. Cuando llegó el momento de presentar mi tesis de doctorado, la facultad pospuso la fecha de presentación por un tiempo considerable. Mi tesis ya estaba lista y bien preparada. Pero como estaba preparado para cualquier cosa, el retraso no me afectó en gran medida.

Todo aquel que esté preparado mentalmente para la bancarrota en su negocio, no se preocupará cuando sólo pierda una fracción de su riqueza.

## **Tus asuntos estarán bien si tienes salud y suficiente comida**

En el año 1400 de la Hégira (correspondiente al año 1981), participé en una campaña para propagar el Islam cerca de la frontera con Yemen. Abandoné por un tiempo el campamento en el que me encontraba, con la intención de ir a la ciudad de Abha con uno de mis profesores. Cuando volvíamos, me enojé con él porque conducía el auto a gran velocidad. Le pedí que condujera más despacio pero mi pedido no hizo más que alentarlos a pisar más el acelerador. A pesar de que esa noche estaba lloviendo, seguía conduciendo de esa manera. Terminamos en

un valle que se estaba inundando. Al principio el agua sólo cubría parte de los neumáticos. Pero a medida que nos adentrábamos en el valle, la situación empeoró y el agua comenzó a entrar en el vehículo. Salimos del auto y con mucha dificultad logramos alcanzar la orilla del valle. Estuvimos varados allí toda la noche, sin comida, agua ni mantas; lo que era muy importante ya que estábamos mojados y con frío. Aun así, nos conformamos y agradecemos a Allah ﷻ por la situación porque cuando la inundación nos había sobrepasado pensamos que íbamos a morir. Por eso agradecemos estar con vida. A la mañana siguiente alguien se acercó y nos llevó a un lugar seguro. Este incidente me recordó lo que sucedió en la Segunda Guerra Mundial. Un barco estadounidense fue impactado por un misil y comenzó a hundirse. El capitán estuvo varado durante trece días con nada más que pan y agua para alimentarse. Luego de esa experiencia, le preguntaron si podía obtener alguna moraleja. Dijo lo siguiente: “Lo importante que obtengo de esta experiencia es que si una persona tiene salud, pan y agua, tiene todo en el mundo”.

¿Qué es importante en este mundo? ¿Acaso no es valioso tener un cuerpo sano, salud mental, pan, agua y una prenda que vestir? ¿Por qué tú y yo no usamos la matemática para calcular lo que tenemos y lo que no tenemos? Creo que la mayoría de nosotros se daría cuenta de que tenemos más del ochenta por ciento de aquellas cosas que hacen confortable la vida. De más está decir que hay casos en que uno no tiene ciertas necesidades importantes pero en su mayor parte nos quejamos por las cosas que no tenemos en lugar de reír y ser agradecidos por las que sí tenemos. Nos lamentamos cuando tenemos dificultades y somos ingratos cuando todo está bien.

## **Apaga el fuego de la enemistad antes de que se propague**

A lo largo de mi vida descubrí que cada vez que me defendía contra las difamaciones lo único que lograba era pérdida y arrepentimiento. Al principio creía que era sensato enfrentarme cuando alguien me atacaba, independientemente de si el ataque era verbal o escrito. Sin embargo, al final descubrí que lo mejor era todo lo opuesto. Al defenderme, generaba más enemistad y en lugar de restaurar los buenos lazos con mi atacante, éste se ensañaba más conmigo. Y llegado el momento, deseaba no haberme enfrentado nunca con él. Habría sido mucho mejor perdonar, tolerar, demostrar paciencia, ignorar y hacer caso omiso a las difamaciones. Después de todo, eso es lo que el Corán nos enseña:

«Ante todo, elige perdonar, ordena el bien y apártate de quienes se comportan contigo en forma ignorante.» (Corán 7:199)

«Que los benefactores y los adinerados no juren dejar de asistir a los parientes, a los pobres y a quienes dejaron sus hogares por la causa de Allah [debido a su participación en la calumnia a 'Á'ishah], y que les perdonen y disculpen. ¿Acaso no amáis ser perdonados por Allah? Allah es Indulgente, Misericordioso.» (Corán 24:22)

«Quienes hacen caridad, tanto en los momentos de holgura como en la estrechez, controlan su cólera y perdonan a los hombres, sepan que Allah ama a los benefactores.» (Corán 3:134)

«Aquellos que evitan los pecados graves y las obscenidades, y cuando se enojan saben perdonar.» (Corán 42:37)

«Y los siervos del Misericordioso son aquellos que caminan sobre la Tierra con serenidad y humildad, y cuando son increpa-

dos por los ignorantes les responden educadamente.» (Corán 25:63)

«No se equipara obrar el bien y obrar el mal. Si eres maltratado responde con una buena actitud [sabiendo disculpar], y entonces verás que aquel con quien tenías una enemistad se convertirá en tu amigo ferviente.» (Corán 41:34)

Por lo tanto, si oyes que dicen cosas malas de ti o te difaman no respondas porque si lo haces, sólo lograrás multiplicar por diez el ataque.

### **No menosprecies los esfuerzos de otra persona**

La vida me ha enseñado a poner en práctica algo que nunca me ha fallado: expresar moderadamente mi aprobación hacia los demás. Esta política siempre tiene un efecto positivo en todo tipo de personas. Las palabras suaves y amables hacen maravillas en los corazones de la gente; nuestra religión nos enseña a ser generosos en todo tipo de situaciones.

«Por misericordia de Allah eres compasivo con ellos. Si hubieras sido rudo y duro de corazón se habrían alejado de ti.» (Corán 3:159)

El autor del libro *Cómo ganar amigos* destaca que un factor importante a la hora de atraer personas hacia nosotros es alabarlas y hacerles cumplidos inmoderadamente. No estoy de acuerdo pues es necesario ser justo y moderado:

«Ciertamente Él ha establecido a cada cosa su justa medida.» (Corán 65:3)

Por ello, uno no debe adular a los demás artificialmente pero tampoco debe ser rudo y distante con ellos.



Si alguien toma el camino de mirar a la gente con desdén, lo único que logrará será perder a sus amigos.

﴿Sé afable con los creyentes que te sigan.﴾ (Corán 26:215)

Ganarse el respeto de los demás también contribuye a sentir felicidad. Los musulmanes son quienes dan testimonio de Allah en la tierra y oran por el perdón de sus pares.

﴿No adoréis sino a Allah, sed benévolos con vuestros padres y parientes, con los huérfanos y los pobres, hablad cortésmente...﴾ (Corán 2:83)

Me impresionan de manera especial aquellas personas carismáticas que parecen atraer a los demás como un imán por su buen carácter. Siempre tienen una sonrisa para dar, son honestos en sus palabras y sus corazones están libres de envidia y rencor.

Con el permiso de Allah ﷻ, todos estamos en condiciones de lograr la aceptación por parte de quienes habitan esta tierra. Esta aceptación no se compra con tesoros ni riquezas sino que se gana con sinceridad, honestidad, amor por Allah ﷻ y Su Mensajero ﷺ, amor por hacer el bien a los demás y humildad.

Para lograr éstas y otras buenas cualidades, debemos hacer un verdadero esfuerzo porque requiere que caminemos cuesta arriba. Las malas características se logran con facilidad ya que sólo exigen ir cuesta abajo.

Un alumno que conocí escribió unos pequeños folletos dirigidos a los jóvenes musulmanes. Quise alentarlos, por lo que alabé su trabajo. Luego, el joven comenzó a hablar constantemente de sus folletos, de la amplia distribución que tenían y de cómo todo el mundo lo felicitaba por el material. Me sorprendí de la visión que esta persona tenía de sí mismo, pero también aprendí cuánto odia la gente ser ignorada o menospreciada.

En otra ocasión, escuché una grabación de una clase dictada por un alumno. Lo invité a mi casa, con la intención de alentarle para que continúe con su búsqueda de conocimiento islámico. Cuando le mencioné la grabación, encontró su oportunidad. Comenzó invocando a Allah ﷻ, luego continuó explicando cómo había investigado sobre el tema. Antes de llamarlo, no tenía idea de que esta persona era tan egocéntrica. Mi conversación con él me hizo dar cuenta de que es algo innato en los seres humanos darse más valor de lo que se merecen. Por lo tanto, ten cuidado con menospreciar a alguien:

«¡Oh, creyentes! No os burléis de vuestros hermanos, pues es posible que sean mejores que vosotros. Que las mujeres no se burlen de otras mujeres, pues es posible que sean mejores que ellas.» (Corán 49:11)

La gente te amará si aplaudes sus esfuerzos y le brindas tu atención:

«No rechaces a quienes invocan a su Señor por la mañana y por la tarde anhelando Su rostro [y complacencia], porque hacerlo sería injusto. A ti no te corresponde pedirles cuentas de sus obras ni a ellos tampoco pedirte cuenta de las tuyas, como para rechazarles.» (Corán 6:52)

«Reúnete con quienes invocan a su Señor por la mañana y por la tarde anhelando Su rostro [y complacencia]. No te apartes de ellos inclinándote por el encanto de la vida mundanal. No obedezcas a quien hemos hecho que su corazón se olvide de Nosotros, siga sus pasiones y se extralimite en sus acciones.» (Corán 18:28)

«[¡Oh, Muhammad!] Frunciste el ceño y le volviste la espalda al ciego cuando se presentó ante ti. [Se refiere a cuando 'Abdullah Ibn Umm Maktûm, que era ciego, interrumpió su prédica a los

nobles de Quraish], y tal vez pretendía instruirse para así purificar su conducta y moral) (Corán 80:1-3)

Durante los años que estuve en la escuela secundaria, no sólo estudié poesía sino que también escribía. En una ocasión, recibimos la visita de alumnos de otra escuela. En la fiesta de bienvenida, me pidieron que recite algunos de mis poemas, no porque yo haya dado a entender que era hábil en eso sino porque era el único de la escuela que tenía inclinación por ese tipo de literatura.

Leí en voz alta algunos de los poemas y el profesor de literatura me felicitó tanto por mi estilo como por el uso de las palabras y de verdad le creí. Pensé que había escrito algo con las características de un genio pero cuando llegué a adulto me di cuenta cuán principiante era mi trabajo.

Lo único que ganamos con menospreciar a los demás es un nuevo enemigo. Por lo tanto, seamos justos a la hora de reconocer los esfuerzos de los demás y destacar sus virtudes.

### **Trata a los demás como te gusta que te traten**

Un sabio dijo que quien busca los errores de los demás es como una mosca que se posa sólo en lo que está manchado. Algunas personas están contaminadas con la palabra 'pero'. Cada vez que uno les habla de alguien, dicen: "Es bueno, pero..." Lo que sigue al 'pero' son siempre críticas, censura y culpas.

﴿Ay del castigo que les aguarda a quienes se burlan del prójimo con sus palabras y actitudes.﴾ (Corán 104:1)

﴿Al difamador que siembra la discordia.﴾ (Corán 68:11)

﴿No os espiéis, ni habléis mal del ausente...﴾ (Corán 49:12)

Cuanto más justos seamos con los demás, mayor será el respeto que tendrán hacia nosotros. Y viceversa. Ninguna persona inte-

ligente puede pensar que se ganará el respeto y la simpatía de los demás si los menosprecia o ignora.

﴿¡Ay de los defraudadores!﴾ (Corán 83:1)

## **Sé justo**

Sé justo con tus amigos y llámalos por el nombre que más les agrade; no los nombres con apodos que no les gustan. ¿Te gustaría si hicieran lo mismo contigo?

Sé justo con tu esposa. ¿Cuántas veces la mujer, después de todo un día cocinando, limpiando, barriendo, ve que su marido llega a casa y no aprecia en absoluto sus esfuerzos? Su indiferencia le hace más daño que cualquier palabra ya que la hace sentir ignorada e descuidada.

Sé atento con los demás y agrádeceles por todo el bien que hagan. Alaba la apariencia de tu esposa si ella se toma el tiempo para lucir bien para ti y agrádecele la devoción diaria que tiene hacia ti.

## **Evita ser artificial**

Una vez leí un poema de Abû Rîshah y de inmediato me cautivaron sus palabras. Memoriqué el poema y estudié el estilo de Abû Rîshah. Poco tiempo después, tuve que presentar un poema en un acto escolar, por lo que traté de copiar el estilo de Abû Rîshah pero el único problema es que yo no era Abû Rîshah. Así que mis palabras carecieron de coherencia y el poema en general fue trillado e insípido. Desde ese día dejé de copiar el estilo de otras personas y comencé a escribir según lo que yo sentía. De esa manera, pude infundirle mi propia personalidad a mis poemas. De igual manera, una vez me encontraba orando con un Imâm en la ciudad de Jeddah. Éste intentaba imitar a un famoso recitador; sin embargo, ¡cuán lejos estaba de lograr el

efecto deseado! Su voz era tan diferente de la del famoso recitador que su intento de imitarlo se vio tremendamente afectado. Fue difícil para mí soportar su intento porque yo sentía lo mucho que se esforzaba por lograr una similitud. Me di cuenta que Allah ﷻ creó a cada persona con cualidades, características y talentos distintos.

«A cada nación le hemos dado una legislación propia y una guía.» (Corán 5:48)

Si quieres lucirte en alguna actividad, trata de seguir un camino que se adapte tanto a tu naturaleza como a tus aptitudes:

«Diles: Que cada uno obre como le plazca, y sabed que vuestro Señor bien conoce a quien está mejor encaminado.» (Corán 17:84)

## **Si realmente no puedes hacer algo, déjalo**

Solía dar el sermón de los viernes en la ciudad de Abha. La mayoría de mis sermones trataban sobre distintos aspectos de la vida del Profeta, por lo que esto se convirtió en mi especialidad y algo con lo que me sentía muy cómodo. Alguien me pidió que diera un sermón sobre la tendencia cada vez mayor de dar dotes extravagantes. Me costó mucho cumplir con ese pedido porque me sentía más cómodo hablando sobre la biografía del Profeta ﷺ. Sin embargo, di un sermón improvisado sobre el tema que me pidieron. Cité varios versículos del Corán y dichos del Mensajero de Allah ﷺ. Estaba tratando el tema de una manera muy vaga y comencé a sentir cómo me caía el sudor por la frente. Cuando terminé el sermón, sentí que había hecho un trabajo muy pobre hablando sobre ese tema por lo que decidí apegarme a aquello con lo que me había lucido hasta entonces.

«Diles: Yo no os pido ninguna remuneración a cambio [de transmitir el Mensaje], y no soy de los que inventan mentiras [acerca de Allah].» (Corán 38:86)

Cada uno de nosotros trabaja en un campo para el que tiene aptitudes. El Profeta ﷺ dijo:

“Allah ama que las personas se esfuercen por perfeccionar sus trabajos”.

## **No seas caótico en tu vida**

Un día recogí doce comentarios distintos del Corán: At-Tabari, Ibn Kazîr, Al-Bagui, Az-Zamajshari, Al-Qurtubi, Ash-Shinqîti, Ar-Râzi, Abû Mas'ûd, Al-Qâsimi, Adh-Dhilâl, Fath Al-Qadîr, Al-Jâzin, (algunos de estos nombres son escritores mientras que otros son títulos de los libros). Mi intención era leer todos los días en cada uno de esos libros el comentario de un versículo del Corán. La idea era leer la exégesis del versículo diario en el primer libro, luego el segundo, y así sucesivamente hasta haber completado todos ellos. Lo hice durante un tiempo pero pronto me aburrí y me cansé. Es cierto que estaba entusiasmado pero me apresuré demasiado en planear y en elegir un método de estudio apropiado.

Le doy este consejo al estudiante de ciencias islámicas: No te sobrecargues con una gran cantidad de libros. Lo mejor es planificar y escoger cuidadosamente qué leer. Es de suma importancia ser constante, aun si sólo lees un poco. La tarea favorita del Profeta ﷺ era aquella que perduraba aunque fuera pequeña.

«La codicia os distraerá [y os apartará de Allah]...» (Corán 102:1)

Una vez, al recibir una suma considerable de dinero, corrí a la librería con la intención de comprar un ejemplar de cada libro que viera; el entusiasmo del momento me abrumó. Llené los

estantes de mi biblioteca con libros de muchas ciencias distintas. Había de jurisprudencia islámica, sociología y libros de conocimiento en general. Quería comenzar a leer, pero no sabía por dónde comenzar. Descubrí que distintos libros del mismo tema tienden a superponerse en sus contenidos. Encontré otros, cuyo contenido no era muy apropiado. Consulté con estudiosos de renombre y les pregunté como debía hacer para estudiar. Me indicaron un camino que había demostrado ser exitoso. Me sugirieron que sólo leyera los principales libros de referencia de cada ciencia islámica y que luego los estudiara en profundidad. Todos los otros libros, me dijeron, debía dejarlos de lado, a menos que necesitara hacer alguna investigación específica que requiriera ir a cierta cantidad de libros. Estuve muy satisfecho con los resultados; me sentí más organizado y cómodo al seguir ese consejo simple pero muy válido.

«La codicia os distraerá [y os apartará de Allah] hasta que [muiráis y] conozcáis [la oscuridad] de la tumba [por un tiempo].» (Corán 102:1-2)

Hay estudiantes que llegan al extremo de buscar raros manuscritos. Acumulan ejemplares de libros exóticos pero al mismo tiempo no han leído por completo los libros de referencia más importantes de las ciencias islámicas. Conocí una persona que estaba triste porque no podía conseguir una copia del comentario de Muqâtil Ibn Sulaimân, pero iaún no había leído por completo la exégesis de Ibn Kazîr!

«Entre ellos hay ignorantes que no conocen el Libro salvo algunos relatos, y no hacen sino conjeturar.» (Corán 2:78)

Nunca te dediques a temas menores cuando todavía no has completado otros más importantes. Aquel que no conozca cuál es su propósito verá cómo su viaje se hace largo y agotador y no lo lleva a ningún lado.

## Conclusión

Busquemos todos complacer a Allah ﷻ, Señor de todo lo que existe. Detengámonos frente a Él para adorarlo, sin asociarle ningún compañero; pidámosle con fervor y luego esperemos con paciencia la respuesta porque ciertamente Él es suficiente para nosotros; Él es Quien cura; es el Creador y el Proveedor; sólo Él da la vida y provoca la muerte.

«¡Señor nuestro! Danos bienestar en esta vida y en la otra, y presérvanos del tormento del Fuego.» (Corán 2:201)

“Oh Allah, danos siempre salud y bienestar en este mundo y en el Más Allá”.

“Oh Allah, te pedimos con lo mejor que te ha pedido tu Mensajero Muhammad ﷺ y en Ti buscamos refugio de lo peor de lo que se ha refugiado tu Mensajero Muhammad ﷺ”.

“Oh Allah, en Ti buscamos refugio de la ansiedad y de la angustia; en Ti buscamos refugio de la incapacidad y de la ociosidad; en Ti buscamos refugio de la miseria y de la cobardía; en Ti buscamos refugio de la carga de la deuda y de la subyugación del hombre”.

«Hicimos de vosotros una comunidad moderada y justa, a fin de que fuerais testigos ante la humanidad [de la llegada de los Profetas anteriores], y fuera el Mensajero vuestro testigo. No establecimos la Qiblah a la cual te orientabas sino para distinguir quien seguía al Mensajero y quien le daba la espalda. Esto fue algo difícil, salvo para aquellos a quienes Allah guió, y Él no dejará de recompensaros por vuestra fe [las oraciones que realizasteis antes del cambio de la Qiblah]. Ciertamente Allah es Compasivo y Misericordioso con los hombres.» (Corán 2:143)

«Di: ¿Acaso existe entre vuestros ídolos quienes guíen hacia la verdad? Di: Allah es Quien guía hacia la verdad. ¿Acaso no es



más correcto seguir a Quien guía hacia la verdad, en vez de seguir a quienes no pueden guiar a nadie y necesitan ser guiados? ¿Cómo actuáis de esta forma?» (Corán 10:35)

«A todos [en esta vida] se les concederá de los favores de tu Señor [¡Oh, Muhammad!]. Sus favores no le son vedados a nadie.» (Corán 17:20)

«Allah quiere aclararos y mostraros el camino correcto de quienes os precedieron, y absolveros. Allah es Omnisciente, Sabio.» (Corán 4:26)

«Si hubiéramos querido les hubiésemos marcado para que les reconocieras, pero seguro que lo harás por la forma que tienen de expresarse [que evidencia su incredulidad]. Sabed que Allah bien conoce vuestras obras [y os juzgará acorde a ellas].» (Corán 47:30)

«Él es Quien creó para vosotros todo cuanto hay en la Tierra, luego se propuso la creación del cielo e hizo de éste siete cielos [superpuestos]; y Él es conocedor de todas las cosas.» (Corán 2:29)

«¡Oh, humanos! Comed de lo bueno y lícito que hay en la Tierra y no sigáis los pasos de Satanás, porque él es para vosotros un enemigo manifiesto.» (Corán 2:168)

## Simbología

- ﷲ *Subhānahu ua T'ala* – 'Exaltado y alabado sea'
- ﷺ *Salla Allāhu 'Alaihi ua Sallam* – 'Que la Paz y las bendiciones de Allah sean con él'
- ﷺ *'Alaihis Salam* – 'Que la paz sea con él'
- ﷻ *Radi Allāhu 'Anhu* - 'Que Allah se complazca de él/ella'

## Transliteración-Fonética Aplicada por IIPH

Letra árabe	Símbolo usado
آ - أ	Â, A
ب	B
ت	T
ة	H ó T (cuando le sigue otra palabra árabe)
ث	Z
ج	Y
ح	<u>H</u>
خ	J
د	D
ذ	Dh
ر	R
ز	<u>Z</u>
س	S
ش	<u>Sh</u>
ص	<u>S</u>
ض	<u>D</u>
ط	T
ظ	<u>Dh</u>
ع	'

غ	G
ف	F
ق	Q
ك	K
ل	L
م	M
ن	N
ه	H
و	U
(como vocal) و	Ū
ي	I
ي (como vocal)	Ī
ء	' (se omite cuando está al comienzo de la palabra)

َ	<i>Fatḥah</i>	A
ِ	<i>Kasrah</i>	I
ُ	<i>Dammah</i>	U
ّ	<i>Shaddah</i>	Doble letra
◌◌◌	<i>Sukûn</i>	Ausencia de vocal















