22704 - Cómo tener éxito en la vida

Pregunta

¿Cómo obtener éxito y prosperidad en este mundo y en el Más Allá? ¿Qué clase de éxito o prosperidad quiere el Islam que la comunidad gane en este mundo?

Respuesta detallada

Alabado sea Dios.

Paz espiritual, satisfacción, felicidad, estar libre de preocupaciones y ansiedades… esto es lo que todo el mundo quiere, y estas son las formas en que la gente puede tener una buena vida o alcanzar una felicidad y alegría completa. Hay medios religiosos para alcanzar esto, prácticos y naturales, pero nadie puede combinarlos todos excepto los creyentes; aunque los no musulmanes puedan alcanzar algunos, se perderán de los otros.

Aquí detallamos un resumen de los medios para alcanzar esta meta, por la cual cada persona se esfuerza. En algunos casos, quienes logran muchos de estos medios viven una vida feliz, una buena vida; en otros casos, quienes fallan en alcanzarlos todos vivirán una vida de miseria y dificultades. Y hay otros que están en medio, de acuerdo a lo que sus medios les permitan lograr. Estos medios incluyen lo siguiente:

1 – La fe y las buenas obras:

Este es uno de los medios más grandes y fundamentales para lograr la felicidad y la plenitud. Allah dijo (traducción del significado):

“Al creyente que obre rectamente, sea varón o mujer, le concederemos una vida buena y le multiplicaremos la recompensa de sus obras” (an-Náhl 16:97).

Dios nos ha dicho y prometido que quien combine la fe con las buenas obras tendrá una buena

vida y una recompensa en este mundo y en el Más Allá.

La razón para esto es clara: quienes creen en Dios, con fe sincera, esto los motivará para hacer obras rectas que cambien sus corazones y actitudes y los guíe hacia el camino recto en este mundo y en el Más Allá, siguiendo los principios generales por medio de los cuales tratarán con todo lo que les suceda, sean las causas de la felicidad o de la ansiedad y la pena.

La gente trata con las cosas como quiere, aceptándolas y dando gracias por ellas, y usándolas en una buena manera. Cuando tratan con ellas en esta forma, crea en ellos un sentido de excitación y la esperanza de que eso continuará, y que serán recompensados por su gratitud, la cual es más importante que las cosas buenas que les suceden. Y cuando tratan con cosas malas y desagradables, se preocupan y se angustian resistiéndose cuanto pueden, aliviando las que pueden aliviar, y soportando con paciencia benevolente aquellas que no pueden evitar. Así como resultado de malos sucesos la gente obtiene un montón de beneficios, experiencia, fuerza, paciencia y esperanza en la recompensa, las cuales son más importantes y disminuyen las dificultades que han sufrido, y las reemplazan con felicidad y esperanza en la munificencia y la recompensa de Dios. El Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) expresó esto en un reporte auténtico en el cual dijo: “Cuán maravillosa es la situación del creyente, porque todos sus asuntos son buenos. Si algo bueno, da gracias por ello y esto es bueno para él; si algo malo le sucede, lo soporta con paciencia, y eso es bueno para él. Esto no se aplica a nadie sino al creyente”. Narrado por Muslim, No. 2999.

El Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) nos dijo que el creyente está siempre ganando y las recompensas por sus actos están siempre multiplicándose, no importa lo que le suceda, bueno o malo.

2 – Sé benevolente con la gente tanto en las palabras como en los actos, y en todas las formas de practicar el bien. Este es uno de los medios para remover la preocupación, el estrés y la ansiedad. Por estos medios Dios le evita preocupaciones y angustias al recto como al incrédulo por igual, pero el creyente saca mejor partido de esto, y es distinguido por el hecho de que su benevolencia hacia los demás parte de la fe en Dios y la esperanza en Su recompensa, entonces Dios le facilita

la amabilidad hacia los demás a causa de la esperanza de que esto le traerá cosas buenas y lo salvaguardará de las malas. Allah dijo (traducción del significado):

"En muchas de las conversaciones secretas no hay ningún bien, salvo que sean para realizar una caridad, una buena acción o reconciliar a los hombres. Quien haga esto anhelando complacer a Allah, le agraciaremos con una recompensa grandiosa" (an-Nisá' 4:114).

Parte de esa gran recompensa es aliviar la preocupación, la angustia y los problemas.

3 – Otro de los medios para evitar la ansiedad que proviene de la tensión nerviosa y estar preocupado con pensamientos perturbadores, es ocuparse a uno mismo en con buenas acciones y buscar el conocimiento beneficioso, porque eso distraerá a la persona de obsesionarse con asuntos que lo llevarán a la ansiedad. De esta forma la persona puede olvidar las cosas que lo están angustiando y estresando, y puede alegrarse y sentirse con más energías. Este es otro medio que los creyentes y otros tienen en común, pero el creyente es distinguido por su fe, su sinceridad y su esperanza en la recompensa, cuando se mantiene ocupado con el conocimiento que aprende o enseña, o con las buenas obras que está realizando.

El trabajo con el cual se mantiene ocupado debe ser algo que le guste y disfrute, porque así es más probable que produzca los resultados deseados. Y Allah sabe más.

4 – Otra cosa que puede ayudar a evitar la preocupación y la ansiedad es concentrar nuestros pensamientos en el día presente, y no preocuparse acerca del futuro o lamentarse por el pasado. Por eso el Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) buscó refugio en Dios de la preocupación y las lamentaciones, de lamentarse por cosas del pasado que no se pueden reparar o cambiar, y de preocuparse, lo cual puede devenir en temor en el futuro. Así uno debe enfocarse sólo en el día presente, y enfocar nuestros esfuerzos en hacer las cosas bien hoy. Porque si una persona se concentra en esto, hará las cosas apropiadamente y se olvidará de la preocupación y las lamentaciones. Cuando el Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) hacía una súplica o la enseñaba a su comunidad, como también urgía a sus compañeros a buscar la ayuda de Dios y esperar Su generosidad, también los urgía a que se esforzaran en alcanzar las cosas por

las que rezabas pidiendo a Dios a través de sus propios esfuerzos, y olvidar aquellas cosas de las que le pedían a Dios que los protegiera. Por la súplica (du'á) debe ir acompañada de la acción. Así una persona debe esforzarse en alcanzar lo que le beneficie en este mundo y también en términos espirituales, y pedirle a su Señor que haga fructificar sus esfuerzos, y debe buscar Su ayuda en esto, como el Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: "Esfuércense por lo que los beneficiará y busquen la ayuda de Dios, y no pierdan la esperanzas. Si algo (malo) les sucede, no digan "sí tan sólo hubiera hecho tal y tal cosa". Más bien digan "Qáddara Allah wa ma sha'a fá'ala (Dios decreta, y lo que Él quiere, lo hace), porque las palabras "si sólo hubiera…", le dejan una puerta abierta a Satanás". Narrado por Muslim. El Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) relacionó el esforzarse en alcanzar las cosas buenas con buscar la ayuda de Dios, y no caer en sentimientos de desamparo que son una forma perniciosa de haraganería, y con aceptar las cosas en el pasado que están consumadas y terminar con ellas, y reconocer que la voluntad y el decreto de Dios inevitablemente sucederá. Él describió estos asuntos como pertenecientes a una de dos categorías:

1 – Asuntos en los cuales la persona debe esforzarse para alcanzar, lograr lo que sea que pueda, evitarlos, o aliviarlos. En tales casos una persona debe esforzarse tanto como pueda y buscar la ayuda de Dios para obtener el resultado deseado.

2 – Asuntos en que tal cosa no es posible, y que por lo tanto hay que aceptarlas con paciencia, como la voluntad de Dios.

Indudablemente poner atención a este principio traerá felicidad y alivio de la preocupación y la angustia.

5 – Otro de los grandes medios para sentirse satisfecho y relajado y de adquirir paz espiritual es recordar a Dios abundantemente (dhíkr). Esto tiene un gran efecto para traer complacencia y paz, y aliviar la preocupación y la angustia. Allah dijo (traducción del significado):

"…es con el recuerdo de Allah que se sosiegan los corazones" (ar-Ra'd 13:28).

Recordar a Dios tiene es muy efectivo para alcanzar estas metas, porque tiene una influencia

especial en nuestra esperanza de ser recompensados.

6 – Otros de los medios que traen felicidad y alivio es esforzarse en eliminar las cosas que nos causan preocupación y alcanzar las cosas que nos traen felicidad. Eso puede hacerse olvidando las cosas malas del pasado que no pueden cambiarse, y dándose cuenta de que vivir pensando en ellas es una pérdida de tiempo. Así una persona debe esforzarse en prevenirse a sí mismo de pensar en eso, y también esforzarse para no sentir ansiedad acerca del futuro y las cosas que pueda imaginar que le acarrearán la pobreza, temor y otros malos presentimientos acerca de cosas que piensa que pueden sucederle en el futuro. Debe darse cuenta que el futuro es algo desconocido, y que no puede saber qué le traerá éste de bueno o de malo. Todo esto está en las manos del Todo Poderoso, el Sapientísimo, y todo lo que Sus servidores pueden hacer es esforzarse para dar lo mejor de sí mismos. Una persona debe darse cuenta que si distrae sus pensamientos acerca de preocuparse por el futuro y pone su confianza en Dios para que cuide de su situación, y deja a su mente a descansar de esto, entonces su corazón estará en paz y su situación mejorará como resultado del alivio de su preocupación y ansiedad.

Una de las formas más efectivas de tratar con las preocupaciones acerca del futuro es recitar esta súplica que el Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) solía recitar:

“Allahúmma aslih li díni al ladí húa ísmatu Mari, wa aslih li duniyaia al latí fiha ma’áshi, wa aslih li aajirati al latí ilaiha ma’ádi, way’al al-haiáta zi iádatan li fi kúlli jáir, wal mauta hartan li min kúlli shárr (Dios nuestro, corrige mi compromiso religioso que es el fundamento de mi vida, y corrige mis asuntos mundanos en los cuales está mi vida, y garantízame el bien en el Más Allá, al cual es mi retorno. Haz de mi vida un medio para acumular bien, y haz de mi muerte el alivio de todo mal”. (Narrado por Muslim, 2720).

Y también dijo: “Allahúmma ráhmataka aryu fa la takilni ila náfsi tárfata ‘ainin wa aslih li sha’ni kúllahu, la iláha ílla anta (Dios nuestro, por Tu misericordia espero, entonces no me abandones ni aún por un momento. Y corrige todos mis asuntos. No ha más divinidad que Tú)”. Narrado por Abu Dawud con una cadena de transmisión auténtica, No. 5090; clasificado como bueno por al-Albani en Sahih al-Kálim at-Táieb, p. 49.

Si una persona pronuncia esta súplica, en la cual pide que sus asuntos mundanos y espirituales sean dispuestos correctamente, con la conciencia apropiada y sinceridad de intención, mientras se esfuerza en alcanzar eso, Dios le garantizará aquello por lo que se esfuerza, la esperanza por la que se afana, y Él tornará su preocupación en alegría y felicidad.

7 – Si una persona experimenta ansiedad y angustia a causa de un desastre, entonces uno de los medios más afectivos de aliviarse es pensar en un escenario peor que ese y prepararse mentalmente para sobrevivirlo. Por medio de esta concientización y estos esfuerzos, se aliviará de su preocupación y angustia, y en lugar de preocuparse se esforzará en obtener el bienestar y tratar con lo que sea que pueda afrontar. Si está enfrentando cosas que lo asustan, porque implican la posibilidad de caer en la enfermedad o la pobreza, entonces debe lidiar con eso esforzándose para aceptar aquello que teme, o algo aún peor, con presencia de ánimo, porque de esta forma aprenderá a soportar mejor el impacto de lo que pueda sucederle y que luego le parezcan menos terribles, especialmente si se mantiene ocupado esforzándose en evitarlo tanto como pueda. Así como se esfuerza en lograr algo bueno y se distraerá de preocuparse acerca de las calamidades, también renovará su fuerza para resistir a lo malo que pueda sucederle y pondrá su confianza en Dios. Indudablemente, esto es de gran beneficio para alcanzar la felicidad y la paz espiritual, como también para traer esperanza en la recompensa en este mundo y en el Más Allá. Esto es algo bien conocido por la experiencia de quien lo ha intentado.

8 – La firmeza del corazón, la imperturbabilidad ante la imaginación y los pensamientos negativos que puedan ocurrírsele. Porque cuando una persona se entrega a la imaginación y deja que su mente sea perturbada por pensamientos pesimistas, tales como el temor de una enfermedad o algo así, o el enojo y la confusión por algún asunto penoso, la expectativa por la pérdida de algo bueno, esto lo llenará de preocupaciones, angustia, falencias físicas y mentales y nerviosismo, lo cual tendrá efectos reales en su salud y le causarán daño, como mucha gente ha corroborado. Pero cuando una persona depende sólo de Dios, pone su confianza en Él, no se abandona a la imaginación ni deja que los malos pensamientos lo sobrecojan, confía en Dios, tiene esperanza en Su misericordia; esto le evitará preocupaciones y angustias, y aliviará muchísimo su estado físico y mental. Esto nos aporta una fuerza difícil de describir, confort y felicidad en el corazón. ¿Cuántos

hospitales están llenos de gente mentalmente enferma de ilusiones y malos presentimientos imaginarios? Y cuán a menudo estas cosas han tenido un efecto muy real y perjudicial en los corazones de mucha gente fuerte, dejándolos debilitados; y cuán a menudo han caído en la estupidez y en la enfermedad.

Debe señalarse que tu vida seguirá el marco general de tus pensamientos. Si tus pensamientos están concentrados en las cosas que te traerán beneficio espiritual y mundano, entonces tu vida será buena y feliz. De otra forma, será lo opuesto.

La persona que está a salvo de todo esto es la que está protegida por Dios y ayudada por Él en su esfuerzo por alcanzar lo que le beneficia y fortalece su corazón, evitándole la ansiedad. Allah dijo (traducción del significado):

"Y quien se encomiende a Allah, sepa que Él le será suficiente" (at-Taláq 65:3).

Es decir, Él será suficiente para todo aquello que le está preocupando en sus asuntos espirituales y mundanos. Aquel que pone su confianza en Dios tendrá la fuerza en su corazón y no será afectado por nada que imagine ni será perturbado por eventualidades, porque sabe que estos son el resultado de la natural vulnerabilidad humana, un temor y una debilidad que no tienen fundamento. También sabrá que Dios le ha garantizado lo suficiente a aquellos que ponen su confianza en Él. Así la persona confía en Dios y encuentra paz espiritual en Su promesa, su preocupación y ansiedad se dispersarán; la dificultad se tornará en facilidad, la tristeza en felicidad, y el temor en paz. Le pedimos a Dios mantenernos a salvo, que nos bendiga con la fuerza, firmeza de corazón y una completa confianza en Él, porque Dios ha garantizado todas las cosas buenas a aquellos que ponen su confianza en Él, y les ha garantizado protección contra todas las cosas perjudiciales.

Si algo sucede o existe el temor de tal cosa, entonces uno debe contar las muchas bendiciones que está actualmente disfrutando, tanto espirituales como mundanas, y compararlas con las cosas malas que han sucedido, porque cuando las compares verás cuántas cosas estás disfrutando actualmente, y las cosas malas te parecerán menos serias.

Ver al-Wasá’il al-Mufidah lil Haiát as-Sa’ídah, por el Shéij ‘Abd er-Rahmán Ibn Sa’di.

Ibn al-Qayím resumió quince formas a través de las cuales Dios puede dispersar nuestra preocupación y pesar. Son las siguientes:

1 – La fe en la unidad del Divino Señorío de Dios (at-Tawhid ar-Rububíyah).

2 – La fe en la unidad de Su Divina Naturaleza (at-Tawhid al-Uluhíyah).

3 – La fe en la unidad entre fe y conocimiento, o la fe en Sus Divinos Nombres y Atributos (at-Tawhid al-Asmá' wa as-Sifát).

4 – Saber que Allah no comete injusticias contra sus siervos y servidores, y que tampoco castiga sin causa alguna.

5 – Reconocer que es uno el que ha hecho mal.

6 – Pedir a Dios por medio de las cosas que son más amadas para Él, como Sus nombres y atributos. Dos de Sus nombres que acompañan el significado de todos los demás nombres y atributos son al-Hái (El Viviente [consciente]), y al-Qayúm (El Eterno).

7 – Buscar la ayuda de Dios solamente.

8 – Reafirmar nuestra esperanza en Él.

9 – Poner verdaderamente nuestra esperanza en Él y cederle el destino de todos los asuntos, reconocer que nuestra vida está en Sus manos y que Él hace lo que Él quiere, que Su voluntad es siempre ejecutada, y que siempre es justo en Sus decretos.

10 – Dejar que nuestro corazón vague en el Jardín del Corán, buscando consuelo en él de cualquier calamidad, buscando curación de todo padecimiento del corazón, para que pueda traer confort a su pesar y alivio por sus preocupaciones y angustias.

11 – Pedir perdón.

12 – Arrepentirse.

13 – Esforzarse en la causa de Dios (yihâd).

14 – La oración (salah).

15 – Reconocer que uno no tiene poder ni fuerza excepto la que Dios le provee, y dejar todos los asuntos al Único, a Quien pertenecen.

Le pedimos a Dios que nos mantenga a salvo de preocupaciones, alivie la angustia y las ansiedades, porque Él es Quien todo lo oye, El Respondedor, El Viviente, Eterno.

Ver al-Humúm. Trata sobre las preocupaciones y el estrés, en la sección de Libros de este sitio web.

Y Allah sabe más. Que Dios bendiga y otorgue la paz a nuestro Profeta Muhámmed, a su familia y a sus compañeros.