

La salud en el Islam (parte 1 de 4): Un enfoque holístico

Descripción: El Islam es una forma de vida con un enfoque holístico de la salud.

Por Aisha Stacey (© 2011 IslamReligion.com)

Publicado 11 Jul 2011 - Última modificación 23 Mar 2020

Categoría: [Artículos](#) > [Sistemas en el Islam](#) > [Salud y nutrición](#)

La palabra Islam viene de la raíz "sa-la-ma", como las palabras "musulmán" (aquel que sigue el mensaje del Islam) y "salam" (paz). La raíz árabe "Sa - la - ma" denota paz, seguridad y salvación, como lo hace la sumisión y la rendición a Dios Todopoderoso. Esta seguridad es intrínseca a la sumisión al Dios Único. Cuando una persona se somete a la voluntad de Dios, experimenta un sentimiento innato de seguridad y tranquilidad. Debe entender también que Dios es el Creador de todo cuanto existe y de todo cuanto existirá, y tiene poder sobre todas las cosas. Con esta rendición y entendimiento viene la paz: paz real, fácilmente alcanzable y eterna.



Desde el principio del tiempo, Dios Se ha revelado a través de los Profetas y Mensajeros, que han venido con un mensaje. Adorar a Dios, sin asociados, sin descendencia y sin intermediarios. Las normas y leyes fueron diferentes a veces, puesto que eran aplicables a la gente de una época o lugar particulares, pero el credo de cada Mensajero fue el mismo. Adoren a Dios, y su recompensa será la satisfacción en esta vida y en la otra. Cuando el Profeta Muhammad vino, en el siglo VII D.C., su mensaje fue un poco diferente. Él llamó a la adoración del Dios Único, pero su llamado fue para toda la humanidad. El mensaje ahora estaba completo y revelado para todos los lugares y todas las épocas.

El Islam fue completado para beneficio de todos los que existan hasta el Día del Juicio. No es una religión que le pertenezca a los árabes, aunque el Profeta Muhammad, que la paz y las bendiciones de Dios sean con él, fue árabe, ni es una religión de los países asiáticos del tercer mundo. Existen musulmanes en todos los continentes y los hay entre todas las razas y etnias. Hay musulmanes en Nueva York, Sidney, Cape Town y Berlín, así como en El Cairo, Kuala Lumpur y Dubai. Los musulmanes son tan diversos como este planeta magnífico. El Islam tampoco es una religión que acepte un compromiso a medias o a tiempo parcial. El Islam es una forma de vida, una forma de vida holística.

Cuando Dios creó el mundo, Él no lo abandonó a la inestabilidad y la inseguridad, sino todo lo contrario, Él envió guía. Lanzó una cuerda firme y constante, y al sostener fuerte esa cuerda, un ser humano insignificante puede alcanzar grandeza y paz eterna. Un musulmán se esfuerza por obedecer los mandamientos de Dios y lo hace siguiendo a guía divina de vida: el Corán y las enseñanzas auténticas y tradiciones del Profeta Muhammad.

El Corán es un libro de guía, y las tradiciones del Profeta Muhammad explican, y en algunos casos expanden, esa guía. El Islam, como forma de vida completa, hace hincapié en la importancia de mantener una buena salud y ofrece las formas y medios para lidiar con la mala salud. El Corán es un libro de sabiduría. Es un libro lleno de maravillas y gloria de Dios, y un testamento de Su misericordia y justicia.

A través de Su misericordia infinita, Dios nos ha brindado un enfoque holístico de la vida, uno que cubre todos los aspectos: espiritual, emocional y físico. Cuando Dios creó la humanidad, lo hizo con un propósito: para que Lo adoremos a Él.

"Por cierto que He creado a los genios y a los hombres para que Me adoren". (Corán 51:56)

La amplitud del Islam permite que cada aspecto de la vida, desde dormir y lavarse, hasta rezar y trabajar, sea un acto de adoración. Aquel que está verdaderamente sometido a Dios es agradecido por las incontables bendiciones de su vida y desea agradecer y alabar a Dios por Su generosidad, bondad y misericordia. El Profeta Muhammad explicó que debemos agradecer a Dios en toda situación, sea que la percibamos como buena o como mala. La realidad es que Dios es Justo, por lo tanto, cualquiera que sea la situación en la que se encuentre un creyente, este sabe que hay bondad y sabiduría embebidas en ella.

"Es admirable el caso del creyente, pues todo es bueno para él, y esto no ocurre con nadie excepto con el creyente: Si es objeto de un bien da las gracias, y esto es bueno para él; y si sufre alguna desgracia, se arma con la paciencia, y esto también es beneficioso para él". (Muslim)

La vida de este mundo no es estable. Cada persona atraviesa diferentes estados y fases: la felicidad es seguida por la tristeza y luego el alivio o la alegría, la fe de uno es fuerte e inquebrantable, y sin razón aparente se desploma, luego, por voluntad de Dios lentamente se levanta de nuevo. Períodos de gran estado físico y salud son seguidos por una lesión o enfermedad; pero con cada punzada de dolor o sufrimiento un verdadero creyente siente que algunos de sus pecados desaparecen.

"Siempre que un musulmán se vea afligido por el daño proveniente de una enfermedad o de otros asuntos, Dios le expiará sus pecados, como hojas que caen de un árbol". (Bujari y Muslim)

El Islam nos enseña a preocuparnos por nuestra persona entera. Seguir la guía y los mandamientos de Dios nos permite enfrentar la enfermedad y las lesiones con paciencia. Quejándonos y lamentándonos de nuestra situación no conseguiremos nada más que dolor y sufrimiento. Nuestros cuerpos y mentes nos han sido confiados en préstamo, y somos responsables por ellos. La guía de Dios cubre cada aspecto de la vida y hay maneras concretas de tratar con los problemas de salud, que comenzaremos a explorar en el siguiente artículo.

Dirección web del artículo:

<http://www.islamreligion.com/es/articles/1878>

Copyright © 2006-2015 [IslamReligion.com](http://www.IslamReligion.com). Todos los derechos reservados.