

# Cómo el Islam maneja la tristeza y la preocupación (parte 4 de 4): Confianza

**Descripción:** Y sólo en Dios ponen los creyentes su confianza.

Por Aisha Stacey (© 2012 IslamReligion.com)

Publicado 08 Oct 2012 - Última modificación 08 Oct 2012

Categoría: [Artículos](#) > [Los beneficios del Islam](#) > [Verdadera felicidad y paz interior](#)

A medida que nos adentramos en el nuevo siglo, quienes tenemos el privilegio de vivir por encima del umbral de la pobreza enfrentamos una serie única de desafíos. Tenemos suficiente comida para comer, abrigo de la intemperie, y muchos de nosotros podemos incluso permitirnos pequeños lujos de la vida. Físicamente tenemos todo lo que necesitamos, pero espiritual y emocionalmente estamos desconsolados. Nuestras mentes están llenas de tristeza y preocupación. El estrés y la ansiedad aumentan. A medida que acumulamos posesiones, nos preguntamos por qué no somos felices. Mientras nos embarcamos en otras vacaciones, nos sentimos solos y desesperados.



Una vida que está alejada de Dios es una vida triste. No importa cuánto dinero acumulemos o cuán grande sea nuestra casa, si Dios no es el centro de nuestras vidas, la felicidad se nos escapará siempre. La verdadera felicidad sólo puede ser hallada cuando por fin tratamos de cumplir el propósito de nuestras vidas. Los seres humanos existimos para adorar a Dios. Dios quiere que seamos felices en esta vida y en la última, y nos ha dado la clave para la felicidad real. No es un secreto ni un misterio. No es un enigma ni un rompecabezas, es el Islam.

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

La religión del Islam explica con claridad nuestro propósito en la vida y nos da una guía a seguir para hacer más fácil nuestra búsqueda de la felicidad. El Corán y las tradiciones auténticas del Profeta Muhammad, que la paz y las bendiciones de Dios sean con él, son nuestros manuales guía para una vida totalmente desprovista de tristeza y preocupación. Esto, sin embargo, no significa que no seremos probados, ya que Dios dice muy claro en el Corán que Él nos probará. Nuestras vidas estarán llenas de situaciones que nos obligarán a acercarnos a Dios y a depender de Él. Dios nos promete que recompensará a aquellos que sean pacientes, nos pide que Le seamos agradecidos, y nos dice que Él ama a aquellos que ponen su confianza en Él.

**"...encomiéndate a Allah. Allah ama a quienes se encomiendan a**

**Él". (Corán 3:159)**

**"Ciertamente los creyentes, cuando les es mencionado el nombre de Allah, sus corazones se estremecen; y cuando les son leídos Sus preceptos, reflexionan acrecentándoseles la fe, y siempre se encomiendan a su Señor". (Corán 8:2)**

La vida está llena de triunfos y tribulaciones. A veces es una montaña rusa. Un día nuestra fe es grande y dulce, al siguiente se ha desplomado y nos sentimos tristes y preocupados. La forma de equilibrar nuestro viaje es confiar en que Dios sabe lo que es mejor para nosotros. Incluso cuando las cosas parecen malas, hay un propósito y una sabiduría detrás de ellas. A veces el propósito sólo lo conoce Dios, a veces es obvio.

En consecuencia, cuando nos damos cuenta de que no hay poder ni fuerza sino sólo en Dios, podemos comenzar a relajarnos. El Profeta Muhammad, que la paz y las bendiciones de Dios sean con él, una vez le recordó a uno de sus compañeros jóvenes que Dios es Omnipotente y que nada ocurre sin Su permiso.

"Muchacho, respeta los mandamientos de Dios y Él te protegerá en esta vida y en la última. Respeta los mandamientos de Dios y Él te ayudará. Cuando pidas algo, pídeselo a Dios, y cuando busques ayuda, búscala en Dios. Debes saber que si la gente se uniera para beneficiarte, sólo podrían beneficiarte lo que Dios ha decretado para ti; y si se unieran para dañarte, sólo podrían dañarte lo que Dios ha decretado para ti"[\[1\]](#).

Cuando somos conscientes del hecho de que Dios controla todas las cosas y que Él desea que vivamos para siempre en el Paraíso, podemos comenzar a dejar atrás nuestra tristeza y nuestra preocupación. Dios nos ama y quiere lo mejor para nosotros. Dios nos ha dado una orientación clara y Él es el Más Misericordioso y el Más Perdonador. Si las cosas no marchan acorde a tus planes, si no ves los beneficios de los retos que enfrentas en la vida, será muy difícil que no desesperes y no caigas en el estrés y la ansiedad. En este punto, tenemos que aprender a confiar en Dios.

**"Si Allah os socorre nadie podrá vencerlos. Pero si os abandona, ¿quién sino Él podrá auxiliarnos? Que los creyentes se encomienden a Allah". (Corán 3:160)**

**"Diles: Él es mi Señor; no hay otra divinidad salvo Allah, a Él me encomiendo y me remito en todos mis asuntos". (Corán 13:30)**

**"Ciertamente nosotros nos encomendamos a Allah, pues Él nos ha guiado por Su sendero [recto]... y es a Allah que deben encomendarse quienes en Él confían". (Corán 14:12)**

Como creyentes, nuestra confianza en Dios debe ser constante, en todas las situaciones, buenas, malas, fáciles o difíciles. Pase lo que pase en este mundo, sólo sucede con el permiso de Dios. Él provee el sustento y Él es capaz de retirárnoslo. Él es el amo de la vida y de la muerte. Dios determina si somos pobres o ricos y si somos sanos o enfermos. Agradecemos a Dios por darnos la capacidad de esforzarnos y de salir a conseguir lo que es bueno para nosotros. Sin importar nuestras circunstancias, debemos

agradecer a Dios por ellas. Si es necesario, debemos tomar nuestras dificultades con paciencia y sobre todo debemos amar a Dios y confiar en Él. Cuando la vida se hace oscura y difícil, debemos amar más a Dios. Cuando estamos abrumados por la tristeza y la preocupación, debemos confiar más en Dios.

---

Endnotes:

[1] *Ahmad y At-Tirmidi*

Dirección web del artículo:

<http://www.islamreligion.com/es/articles/3566>

Copyright © 2006-2011 [IslamReligion.com](http://www.IslamReligion.com). Todos los derechos reservados.