

Claves para la felicidad

Descripción: Algunos de los medios para alcanzar la felicidad.

Por Ayed Al Qarni

Publicado 16 Dec 2013 - Última modificación 16 Dec 2013

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

La felicidad es el único objetivo en la Tierra que toda la gente busca alcanzar sin excepción. Creyentes e incrédulos por igual, buscan ser felices, pero cada parte está utilizando métodos distintos.



Sin embargo, solo los creyentes pueden alcanzar la felicidad verdadera. Todas las formas de felicidad alcanzadas sin una creencia firme en Dios Todopoderoso, son meras ilusiones.

Los siguientes son consejos para alcanzar la felicidad:

1. Sabe que si no vives en el ámbito del presente, tus pensamientos estarán esparcidos, tus asuntos confundidos, y aumentará tu ansiedad. Estas realidades se explican en el siguiente *hadiz*:
"Cuando estés de noche, no esperes a ver la mañana; y cuando estés de mañana, no esperes a ver la noche". (*Sahih Al Bujari*)
2. Olvida el pasado y todo lo que contenía, enfócate en el presente.
3. No vivas completamente preocupado del futuro sin ver el presente. Sé equilibrado en la vida, prepárate adecuadamente para todas las situaciones.
4. No sucumbas a la crítica, al contrario, sé firme. Puedes tener la certeza de que en proporción a tu valía, el nivel de la crítica de la gente aumenta. También, haz buen uso de la crítica para descubrir tus defectos y errores, y deja que te conduzca a la autosuperación.
5. Ten completa fe en Dios y haz buenas obras, esos son los ingredientes que conforman una vida buena y feliz.
6. Si deseas paz, tranquilidad y consuelo, puedes hallarlos en el recuerdo de Dios.
7. Debes saber con certeza que todo lo que ocurre, sucede de acuerdo al decreto divino.
8. No esperes gratitud de nadie.
9. Entrénate para estar preparado para lo peor.

10. Quizás lo que ha ocurrido es lo mejor para ti, aun cuando no comprendas cómo puede ser así.
11. Todo lo que está decretado para el creyente es lo mejor para él.
12. Enumera las bendiciones de Dios y dale las gracias por ellas.
13. Recuerda que eres mejor que muchos otros.
14. El alivio llega de un momento a otro. De hecho, con cada dificultad hay un alivio.
15. Tanto en momentos de facilidad como de dificultad, uno debe recurrir a la súplica y la oración, sea con paciencia, alegría o agradecimiento.
16. Las calamidades deben fortalecer tu corazón y replantear tu visión de manera positiva.
17. No permitas que cosas triviales sean causa de tu destrucción.
18. Recuerda siempre que Dios es indulgente.
19. Asume una actitud tolerante y evita la ira.
20. La vida es pan, agua y sombra, así que no te perturbes por la carencia de ninguna otra cosa material.

"En el cielo se encuentra [la fuente de] su sustento y lo que les fue prometido". (Corán 51:22)

21. Un mal de enormes proporciones que parece estar a punto de ocurrir, por lo general no sucede nunca.
22. Mira a quienes tienen más aflicciones y sé agradecido por tener menos.
23. Ten en cuenta el hecho de que Dios ama a aquellos que soportan las pruebas con firmeza, así que trata de ser uno de ellos.
24. Repite constantemente aquellas súplicas que el Profeta, que las bendiciones y la paz de Dios sean con él, nos enseñó a decir en los tiempos difíciles.
25. Trabaja duro en algo que sea productivo y evita la ociosidad.
26. Nunca difundas rumores ni les prestes atención. Si escuchas sin querer un rumor, no lo creas.
27. Sabe que tu malicia y tu esfuerzo por buscar venganza son mucho más dañinos para tu salud que para la de tu antagonista.
28. Las dificultades que te aquejan sirven para expiar tus pecados, si las soportas con paciencia.

Dirección web del artículo:

<http://www.islamreligion.com/es/articles/2407>

Copyright © 2006-2013 [IslamReligion.com](http://www.IslamReligion.com). Todos los derechos reservados.