

د عمرو الورداوي
مخصص لـ

بركانة

Revista Barakah®

أول مجلة إسلامية في المكسيك

للحوار مع الأديان الأخرى ، مع العلم ومع غير المؤمنين

La primera revista musulmana en México para fomentar el diálogo interreligioso, científico y con el no creyente

Filosofía islámica



Página legal

Todos los derechos (idea original, investigación y diseño) pertenecen a

Martha Leticia Martínez de León... *Silencio* فرح سکوت ®

Portada

Imagen tomada de <http://elmed.io/>

Sin fines de lucro

La creación de esta revista tiene como fundamento ser una Bendición - *Barakah*®, al compartir el conocimiento del islam para fortalecer el dialogo interreligioso, científico y con el no creyente

Barakah es la gracia de D/os dispersa en personas, lugares, objetos y manifiesta la revelación de D/os. Es la fuerza de D/os contraída para ser compartida y fortalecer a quien la otorga y recibe.

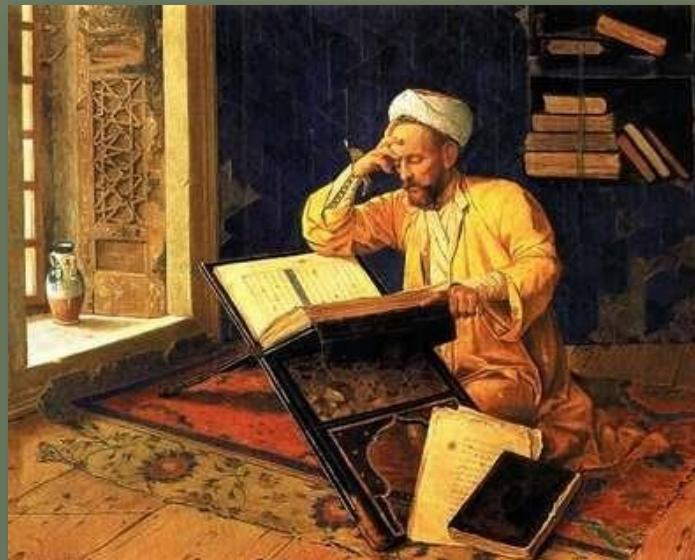
La *Barakah* pertenece al misticismo islámico.

Es la fuente de donde emana el agua divina, la única capaz de saciar la sed del Hombre, porque como menciona el sabio del islam

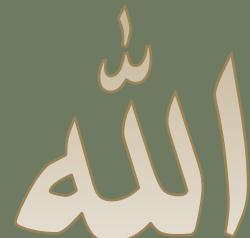
Amr Elwardany



No es el agua quien te quita la sed, es



Número dedicado a:



Dra. Nahla El-Haraki

Dra. Mariam Saada

y a ti

Dr. Amr Elwardany

Porque tus enseñanzas son el sendero hacia los Siete Cielos de la sabiduría



Editorial

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Las enseñanzas fundamentadas en el islam tienen su raíz en la revelación coránica y en cada una de las enseñanzas del Profeta, siendo a partir de ello que el pensamiento científico, filosófico y religiosos se desarrolla, creando obras fundamentales para el desarrollo cultural, sin embargo, este conocimiento fundamentado en el islam, se ha confundido con la filosofía árabe, la cual demarca únicamente el pensamiento de los pueblos pertenecientes a esta etnia, es así como la filosofía árabe se aleja de la filosofía islámica la cual se ha formado y continúa desarrollándose a través de los conocimientos de los diversos pueblos musulmanes como lo son Irán, Pakistán, parte de India, Indonesia, Tailandia y España donde se desarollo una gran parte de la filosofía islámica.

Ante esto, el número X de *Barakah®* se escribe para explicar las diferencias, pero sobre todo el entrelazamiento que la filosofía islámica crea en todos los aspectos de la vida no solo del musulmán sino de todos los seres humanos.

Martha Leticia Martínez de León... *Silencio* فرح سکوت ®

لَا يُوجَدُ فِي قَلْبِي إِلَّا اللَّهُ

la yujad fi qalbi 'iilaa allahu.

No hay nada en mi corazón sino D/os.

Hablar de FILOSOFÍA ISLÁMICA implica el desarrollo y las circunstancias entrelazadas con la religión, la espiritualidad y la ética, las cuales dan sentido al *fiqh* o el llamado Derecho canónico, y va más allá de la estructura histórica que la tradición le ha otorgado, y la cual muestra ciertas obras de grandes pensadores musulmanes que fueron traducidos al latín en la época de la escolástica medieval, como lo fue Averroes o Avicena, quienes en occidente fueron considerados grandes maestros del pensamiento árabe, sin embargo, en el Oriente, en la zona indoeuropea, como lo es Irán, Averroes nunca fue reconocido, esto se debe en particular, en que para el pensamiento musulmán, el concepto de filosofía como lo visualiza occidente está muy alejado del *Falsafa* y *del Faylasuf*, términos que fueron equívocamente asemejados a la Filosofía y al Filosofo occidental, la cual apoyada en la escolástica dividía filosofía de teología, hecho que en el islam es incomprendible, ya que para los musulmanes nada y mucho menos el conocimiento y el pensamiento puede alejarse de Allah.

El pensamiento islámico utiliza el termino *Hikmat* para referirse a la Sabiduría, y llama *HIKMAT ilahiya* a lo que los pensadores griegos nombraron teosofía, así la llamada *ÍLM ILAHÍ* o ciencia Divina se fundamenta en las enseñanzas de los Profetas, lo cual implica que a diferencia de la filosofía occidental y cristiana, la filosofía islámica hace de la revelación la semilla de toda reflexión, acto y pensamiento, siendo la desarrollada por el islam shiita la que desarrolla la llamada filosofía profética dividida en el imamismo duodecimano y el ismailismo. Aunado al desarrollo de estas filosofías se encuentra la filosofía mística del sufismo.

El desarrollo de la filosofía islámica es muy extenso, sin embargo, trataremos de describir los puntos fundamentales los cuales ayudarán a comprender la belleza del islam y la forma en la que esta forma de vida fortalece el caminar de todos los musulmanes en nombre de Allah.

EN EL PRINCIPIO

La revelación al profeta Muhammad por parte del ángel Gabriel dio origen a uno de los Libros Sagrados más hermosos y profundos, el Qur'an, en donde se resguarda el último mensaje revelado por D/os a un profeta. El Qur'an, no niega los mensajes anteriores, al contrario, los remarca, limpia de las doctrinas y los revela de manera sencilla, profunda y pura. El pueblo musulmán, por llamar así a la comunidad musulmana de todo el mundo se considera una sociedad *Ahl al-Kitab*, es decir, poseedora de un Libro Sagrado, el cual fue enviado desde el cielo, para ser parte de los otros Libros revelados, la Torá a los judíos y el *Inyilo* Evangelio a los cristianos.

Este beneficio por parte de Allah, creo en el creyente una responsabilidad profunda no sólo de guiarse a través de lo revelado, sino de cada día estudiar el Qur'an así como los otros Libros Sagrados para comprender lo que Allah designa y enseña, teniendo como fundamento el sometimiento a esta Palabra, de ahí el nombre de musulmanes, es decir, los sometidos a D/os, lo cual no implica una obediencia ciega, sino una aceptación consagrada a su Voluntad, donde se comprende que cada experiencia es buena porque es enviada por D/os para fortaleza y crecimiento del ser humano, alejando el sentimiento de castigo, pecado y culpa, conceptos que no existen en la filosofía musulmana.

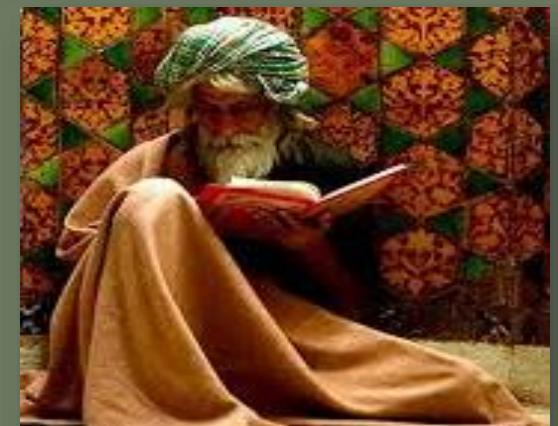
Esta visión de la vida por parte del creyente y pensador musulmán otorgan un vuelco al pensamiento cristiano occidental fundamentado en gran parte en la culpa, el pecado, la duda, la incertidumbre, el martirio, por mencionar algunos. A diferencia de esto el pensamiento islámico desarrolla una filosofía alejada de toda duda, lo cual puede parecer incomprendible para una filosofía occidental donde el *Cogito ergo sum*, es parte del desarrollo del pensamiento.

El creyente musulmán desarrolla en su cerebro una manera muy distinta de comprender la vida y su existencia, porque en el momento en el cual no existe la duda sino la voluntad divina, la contemplación del mundo y de los lenguajes humanos es completamente diversa.

En base a la voluntad de Allah, el pensador musulmán hace una interpretación hermenéutica de todo instante, y es por esta razón, que el conocimiento, el estudio y la reflexión son sagrados para todo musulmán, siendo incluso, lo único por lo cual se permite dejar de rezar. La hermenéutica está presente en la vida del hombre y la mujer, incluso los niños crecen bajo este presupuesto, interpretar todo como un mensaje de D/os.

A esto se le da el nombre de *Haqiqat*, ya que a cada acto se le otorga un sentido espiritual, lo cual otorga por lógica un valor inexorable al cuerpo, a las emociones-sentimientos, a la sexualidad, a los instintos, sensaciones, y sobre todo a la razón, la cual otorga al creyente musulmán el concepto de diversidad de pensamiento, por lo que no se tienen dogmas, doctrinas y sobre todo se niega el concepto de Verdad Absoluta, ya que esto, como también lo señala el judaísmo, asesina el Misterio de D/os y así mismo encarcela la libertad de pensamiento, porque los dogmas imponen obediencia y niegan cuestionamientos, mientras que la filosofía musulmana fundamentada en al enseñanza coránica enaltece la reflexión, porque de esta manera la Palabra de Allah se extiende, se vuelve más profunda y se devela interminable.

Y es interminable porque la búsqueda espiritual hace que el pensamiento acepte la evolución de otros lenguajes, es así como la filosofía islámica tiene como precepto dar voz, escucha y silencio a cada uno de los diversos sentidos espirituales que tiene el ser humano, es decir, el islam resalta la espiritualidad del cuerpo, de las emociones y sentimientos, de los instintos, de las sensaciones, de la sexualidad, de la razón y de la espiritualidad, sí, para la filosofía musulmana existe espiritualidad en la razón y en la propia espiritualidad, aunque esto podría parecer inentendible.



La filosofía islámica tiene su centro en la espiritualidad, mientras que la filosofía occidental se fundamenta en la alegoría, y esto provoca una forma de vida completamente distinta, porque mientras el occidentalismo se muestra alegórico, idealista y por lo tanto pasivo, el pensamiento islámico de devela espiritual, revolucionario y utópico. Es así como está forma de contemplar la vida a provocado una filosofía islámica en ocasiones incomprendible para todo el que idealiza y duda.

Es de comprender que de manera semejante a como los otros Libros Sagrados tienen su origen en una pregunta, el *Qurán* se fortalece en el cuestionamiento ¿No soy yo vuestro D/os?, teniendo claro que en una religión donde la duda no existe, la respuesta es clara y enriquece el día a día, y sobre todo hace presente las enseñanzas de los profetas, las cuales dan origen a la llamada *Sharia* ó Ley divina.

Otro punto importante es comprender que la filosofía islámica no tiene como centro la evolución sino el ascenso, así, *el pasado, no está detrás sino bajo los pies*, mencionan los sabios, porque el pasado son la raíz de cada persona, porque en este pasado se encuentran las voces de los profetas, las cuales crean una escalera hacia la Sabiduría de la misión de cada persona, los cuales se apoyan en los llamados ángeles del conocimiento:

- *Áql fa’ al* - Inteligencia agente - llevada por el ángel del Conocimiento.
- *Ruh al* - *Qods* - Espíritu Santo - el ángel Gabriel - conducida por el ángel de la Revelación.

Lo cual es desarrollado en particular por Avicena y Farabi, en donde el saber se vuelve fundamento de la fe, al contrario del pensamiento desarrollado por Averroes, el cual se separa de la filosofía islámica.

Ante esto, el VI Imam, shiíta, Ja’far Sádiq, menciona:

El Qurán se fundamenta en cuatro puntos, de manera semejante a los puntos cardinales:

* ibarat - expresión enunciada

* isharat - dimensión alusiva

* lata’if - mundo suprsensible / el mundo oculto

* haqa’iq - doctrinas espirituales

Cada una se manifiesta y se hace presente en la sumisión a D/os y en la consagración de su voluntad. Aunado a ello, Ali ibn Abi Talib, menciona:

Cada Sura del Qurán, se manifiesta en cuatro sentidos:

- Zahir - el exotérico - perteneciente a la recitación oral.
- Batin - el esotérico - para la comprensión interior.
- Hadd - el límite - raíz de lo lícito y lo ilícito.
- Mottala - el proyecto divino - el proyecto de Allah, su voluntad.

Y como punto fundamental el imam Ja’far menciona las siete modalidades de la revelación, las cuales tiene su reflejo en los siete lenguajes, fortalecidos en el versículo 65,12 donde se habla de los siete cielos y las siete tierras, explicadas en el *hadith* de los llamados, *siete sentidos esotéricos*, los cuales muestran los grados espirituales de cada ser humano, siendo estos los que corresponden al cuerpo, a las emociones-sentimientos, a los instintos, a las sensaciones, a la razón, a la sexualidad y a la espiritualidad.

Es así como la filosofía musulmana se desarrolla a partir de cada uno de estos puntos teniendo como base, centro y fin, la voluntad de Allah.

Ante esto Avicena escribe en relación al sura 113:

Me refugio en Aquel que hace estallar la aurora, es decir, en Quien expande las tinieblas del no-ser a través de la luz del ser, principio primordial, el Ser necesario por sí mismo. Y este estallido de luz, inherente a su bondad absoluta, se encuentra en la ipseidad misma por intención primera. Siendo la inteligencia primera, el primero de los seres que emanan de Él. El mal no existe en ella, más allá de aquel que está oculto bajo la expansión de la luz del Primer Ser, de esa opacidad inherente a la quididad procedente de su esencia.

Es así que la filosofía islámica se desarrolla a través de tres conceptos y formas de contemplar y comprender la existencia:

- Tafsir - la exegesis literal, teniendo como centro las ciencias islámicas.
- ta'wil - reflexión fundamentada en la inspiración divina y cuya meta es la dirección espiritual.
- Tafhim - la hermenéutica superior, fundamentada en hacer comprender que todo viene de Allah.

Lo cual lleva a comprender que la filosofía islámica pura, se relaciona con el *Tafhim* y no con la *Haqiqat* cercana a la filosofía occidental. Es de recordar que la filosofía islámica no tiene presente la duda, lo cual lleva a cada cuestionamiento a la interiorización para renovar la sabiduría del libre albedrío y sobre todo la responsabilidad que todo ser humano tiene hacia Allah, hacia sí mismo y hacia el otro y la cual surge en el momento exacto en el cual surge la pregunta. Es decir, la pregunta no lleva a la duda, sino a la responsabilidad de comprender y con base a ello aceptar la voluntad de D/os.

Por otra parte, la filosofía islámica no tiene como referencia el tiempo, sino el espacio en el cual se encuentra cumpliendo la voluntad de Allah.

Por medio de la *Yihad*, o guerra interior, la cual hará en cada estudioso o creyente un nacimiento espiritual llamado WILADAT RUHANIYA, el cual debe de surgir a cada instante y sobre todo después de cada oración, porque ese espacio que toma el orante a lo largo del día, le otorga una nueva manera de contemplar el espacio Enel cual habita, y por ende lo lleva a evolucionar en su pensamiento y en su forma de contemplar la vida.

Vida que se contempla a través de la existencia como símbolo y no como signo, porque el signo encierra mientras que el símbolo expande, acrecentando el Misterio de D/os, donde la imaginación es parte fundamental para el desarrollo de la filosofía, pero no la imaginación como se entiende en occidente sino ese nivel imaginativo que abre los 25 mundos cuánticos y que da sentido a la mística y no a lo mítico como lo hace la filosofía occidental.

La mística es la semilla de la filosofía islámica y no al revés como se puede pensar. Esta profundidad de pensamiento se encuentra en todo, y en particular en la escritura porque como mencionan los sabios musulmanes, se escribe de derecha izquierda para nunca olvidar de dónde venimos, para que cada paso, acto, palabra, pensamiento y silencio recuerde que venimos de D/os, nos construimos a través de la reflexión de su revelación, para retornar a Él, por ello, el pasado se lleva en los pies y no en la espalda.





La Filosofía islámica y el mundo

Es de reconocer que la escuela de Toledo, mostró al mundo el conocimiento islámico, sin embargo, la falta de comprensión de los términos árabes y sobre todo el hecho de que se occidentalizaron los significados de los conceptos en lugar de arabizar el español provocaron carencias y errores que llevaron a un desequilibrio y sobre todo a modificar la filosofía árabe y adecuarla a occidente robándole su esencia, ética, profundidad y sobre todo sabiduría. Aunado a ello, está la prohibición de ciertos libros por parte de la Iglesia de la España, la cual censuraba todo lo que cuestionara el cristianismo romano.

Sin embargo, es de resaltar que muchas obras islámicas fueron traducidas, pero como ya se mencionó se fueron acomodando a las necesidades occidentales y cristianas, las cuales se fundamentaron en el Platonismo y el neoplatonismo, dándole un sentido completamente distinto a la esencia musulmana, y lo cual llevo con el tiempo al rechazo al sufismo el cual perpetuaba la esencia de la filosofía islámica de manera semejante a como la doctrina cristiana censuro el desarrollo de su propio misticismo.

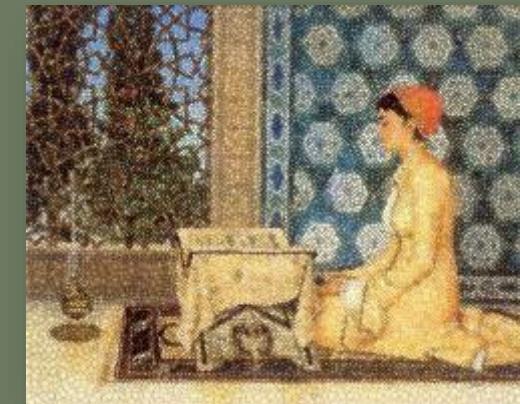
Es de entenderse que la filosofía islámica desarrolla su pensamiento a través de la sabiduría profética y coránica, teniendo en ello su esencia, por lo que cualquier tipo de interpretación fuera de estos preceptos la saca de su contexto y la llena de ideas que la despojan de sí misma, es así que todo hermeneuta en filosofía islámica debe de tener pleno conocimiento en los Libros Sagrados en especial el *Qurán*, así como de la *Sharía* y los *hadith* del profeta, y sobre todo tener un conocimiento en la lengua árabe, para así poder entender la esencia de cada palabra e incluso de los espacios, de ese *Silencio* de la tinta donde se oculta otro mensaje divino.

BIBLIOGRAFÍA

F.SCHUON, *Comprendre l'islam*, París, Gallimard, 1962, traducido por Este Serra, J.J Olañeta, Palama de Mañorca, 1977.

P.NWYIA, *Exege coranique et langage mysitique*. Beyrouth, 1970.

H. CORBIN, *Islam iraien, aspects spirituels et philosophiques*. Gallimard, Paris, 1991.



Las pérdidas y los duelos, una aproximación islámica y psicológica

En el nombre de Allah El más Misericordioso, El más Compasivo. Y que la paz y las bendiciones de Allah sean sobre su Profeta Mohammed, toda su familia y sus compañeros. Amén.

El ser humano sufre pérdidas a lo largo de toda su existencia, desde que es un bebé pierde de vista a su madre y llora, en la infancia pierde algún juguete, el adolescente pierde una buena nota en la escuela, un joven puede perder una relación amorosa, en la adultez un bien económico e incluso la salud, en la vejez se pierde la fuerza y vitalidad y así transcurre la vida. El ser humano es un ser sociable y durante todo el ciclo vital cuando algún lazo se rompe por alguna pérdida; surge el duelo, puede causar dolor profundo e incluso puede paralizar las distintas áreas de vida de las personas.

Hay muy variados tipos de pérdidas, por ejemplo: de objetos, de personas, en si mismo como las enfermedades, trabajo, emocionales, habilidades cognitivas, motoras, objetos etc. Entonces, éstas llevan a duelos. Cabe mencionar que este texto no solo alude a las pérdidas de personas, se tomarán en cuenta las mencionadas anteriormente y que acciones posibles realizar cuando se está sufriendo por alguna de ellas. Entonces, ¿cómo se define un duelo?

Duelo es un término que, en nuestra cultura, suele referirse al conjunto de procesos psicológicos y psicosociales que siguen a la pérdida de una persona con la que el sujeto en duelo, el deudo estaba psicosocialmente vinculado.

El duelo, del latín *dolus* (dolor) es la respuesta emotiva a la pérdida de alguien o de algo.

Duelo para la Real Academia de Lengua tiene varios significados:

1. Dolor, lástima, aflicción o sentimiento
2. Demostraciones que se hacen para manifestar el sentimiento que se tiene por la muerte de alguien.
3. Reunión de parientes, amigos o invitados que asisten a la casa mortuoria, a la conducción del cadáver al cementerio o a los funerales.
4. Hay otro sentido de duelo, al menos en castellano, que hace referencia a desafío, combate entre dos, que algunos autores han querido relacionarlo con la elaboración del duelo y el desafío que supone la organización de la personalidad del deudo". CABODEVILLA (2007)

De manera muy sintetizada se explican algunos modelos psicoanalíticos (Freud y Melaine Klein) para comprender el duelo:

Ya los trabajos de Freud en su obra "Duelo y melancolía" (1917) define los objetivos de la elaboración del duelo en:

1. La retirada de la libido invertida en el objeto.
2. Su sana reinversión en otro objeto.
3. Freud creó un modelo de duelo muy directamente inspirado por la depresión, la melancolía, y en el cual las relaciones con los demás, con los "objetos", son el elemento fundamental de la pérdida que se experimenta con el duelo, es decir, cuando se pierde afectivamente algo o a alguien significativo, se pierde una parte del yo, del mundo interno, de la estructura personal.

Melaine Klein insistió en que cada duelo reaviva la ambivalencia residual, nunca completamente elaborada, con respecto a nuestro objeto primigenio. El duelo, para Melaine Klein, supone alteraciones más profundas de nuestra relación con nuestros recuerdos, con nuestras representaciones mentales conscientes e inconscientes que nos vinculan con la madre, el padre, la familia original. CABODEVILLA (2007)

Otro modelo es el de la teoría del vínculo de Bowlby.

"Esta teoría describe el desarrollo psicoemocional sano en el ser humano. La persona desarrolla de forma instintiva vínculos (apegos). El mantenimiento de un vínculo se experimenta como fuente de seguridad y dicha. La meta de la conducta de apego es mantener un vínculo afectivo. Cuando tales vínculos se ven amenazados o rotos, se suscitan intensas reacciones emocionales". CABODEVILLA (2007)

Pero la pregunta es ¿qué se puede hacer en estos casos cuando se sufre una pérdida? Hay diversas maneras de cómo enfrentar pérdidas y duelos, una de ellas es el no situarse solo en el pensamiento pesimista ya que no se podrá ver desde otra perspectiva u otro ángulo. Por ejemplo, cuando al Profeta Mohammed la paz y las bendiciones de Allah sean sobre él, fue expulsado de la ciudad de la Mecca, él continuó su misión profética en Medina y nunca abandonó el transmitir el mensaje del Islam, aun estando en nuevas tierras, sin embargo; en esta ciudad la gente aceptó el mensaje muy rápido. Otro ejemplo es que cuando al Imán Ibn Taimiyah lo encarcelaron perdiendo así su libertad, sucedió que cuando dejó la prisión, lo hizo más sabio.

La gran mayoría de pérdidas traen consigo algo positivo, por ejemplo; muchas personas se angustian o caen en depresión cuando son despedidas de su trabajo, sin embargo; encontraron mejores oportunidades que en el anterior; otras por la dificultad de encontrar otro trabajo tuvieron que quedarse más tiempo en casa, pero ganaron conocimiento en alguna rama que siempre les interesó estudiar. Otras personas perdieron su libertad, pero al salir de prisión sintieron que tenían un mejor corazón, algunas perdieron la salud, pero eso les hizo conscientes de la importancia de vivir y valorar lo que en realidad tiene valor etc.



Como se mencionó en los ejemplos anteriores, toda pérdida tiene siempre dos caras, tomar conciencia, analizar las dos partes y tener paciencia facilita una perspectiva diferente y más optimista que si solo se tiene una sola óptica.

Allah exaltado sea menciona en el Corán que ha dado buenas nuevas a tres cosas para quienes tienen paciencia:

"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]. Aquellos que cuando les alcanza una desgracia dicen: En verdad somos de Allah y ante Él compareceremos. Éstos son quienes su Señor agraciará con el perdón y la misericordia, y son quienes siguen la guía". [al-Baqarah 2:155-157]

Tener paciencia en los momentos difíciles tiene su recompensa, a continuación, se citan los siguientes hadices:

Al-Bujari (1496) y Muslim (1053) narraron que Abu Sa'id al-Judri (que Allah esté complacido con él) dijo: El Mensajero de Allah (la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: "...todo aquel que tenga paciencia Allah le otorgará paciencia, y nadie nunca recibe nada mejor y más generoso que la paciencia". Y Muslim (918) narró que Umm Salamah (que Allah esté complacido con ella) dijo: Oí que el Mensajero de Allah dijo: "No existe ningún musulmán que haya sido afectado por una calamidad y que no diga lo que Allah ha establecido - 'Ciertamente a Allah pertenecemos y a Él regresaremos. Oh Allah, recompénsemame por mis penas y compénsame con algo mejor' - Allah lo compensará con algo mejor".

Y Muslim (2999) narró que Suhayb (que Allah esté complacido con él) dijo: El Mensajero de Allah (la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: "Qué maravilloso es el asunto del creyente, pues sus asuntos son todos buenos, y esto se aplica solamente al creyente.

Si le sucede algo bueno, agradece por ello y eso es bueno para él. Si le sucede algo malo, lo tolera con paciencia y eso es bueno para él".

'Umar ibn 'Abd al-'Aziz (que Allah esté complacido con él) dijo: Allah no le ha dado ninguna bendición a Sus siervos para luego quitárselas y reemplazarla con paciencia, sino que los ha compensado con algo mejor de lo que les ha quitado.

Entender el decreto de Allah Todopoderoso en cada situación de la vida por pequeña o grande que sea confortará el corazón pues todo tiene una razón de ser que trae consigo un bien, aunque de momento no se tenga la capacidad para entenderlo y asimilarlo.

Allah exaltado sea, menciona en el sagrado Corán lo siguiente:

[Es posible que les disguste algo y sea un bien para ustedes, y es posible que amen algo y sea un mal para ustedes] Corán 2:216

También Allah Misericordioso dice en el Corán:

¿Acaso Quien responde al afligido cuando lo invoca, alivia los pesares y los ha hecho a ustedes los responsables de la Tierra [puede equipararse a quien no es capaz de hacer nada de eso]? Corán 27:62

Por eso, cuando sienta que está abatido, invoque al Único, Allah le otorgará la mejor solución; incluso tanto en tiempos difíciles como en la facilidad, pedir siempre, con lágrimas y arrepentidos que Él dará la ayuda siempre.

"Cuando suban a un barco [y son azotados por una tempestad] invocan solo a Dios con sinceridad, pero cuando los pongo a salvo llevándolos a la costa, vuelven a dedicar actos de adoración a sus ídolos". Corán 29:65

En cuanto a las súplicas que se pueden realizar para liberarse de la adversidad, también se recomienda leer los libros de la sunnah y de las súplicas (El Fortalecimiento del Musulmán) con las cuales se invoca a Allah suplicándole, buscando su ayuda y misericordia, pues la súplica libera de las angustias, problemas y preocupaciones, ser constante en la súplica.

Allah Exaltado sea dice en el Corán:

"Su señor dice: Invóquenme que responderé [sus súplicas]" Corán 40:60

En lo referente al tratamiento psicológico, lo primero es que la persona acepte la pérdida, no negar los sentimientos y el dolor que se está sufriendo, de esta manera se evita que la persona arrastre a lo largo de su vida la perdida.

Es indispensable para superar pérdidas y duelos que la persona exprese tal y como siente sus emociones y sentimientos, liberarse de ellos para encontrar alivio.

En esta etapa, la persona puede tener algunos trastornos alimenticios, del sueño, incluso alteraciones en la percepción como escuchar o sentir alucinaciones, por lo tanto, es indispensable que la persona asista a tratamiento psicológico y acatar las prescripciones del especialista.

Es importante tomar en cuenta que Allah es El Sustentador y que el confiar en Él es lo primero, y lo segundo accionar nosotros mismos, tomar las riendas de nuestra vida y no dejárselo todo a Él.



Al respecto, el siguiente hadiz:

Anas ibn Malik informó: Un hombre dijo: "Oh Mensajero de Allah, ¿debería atar mi camello y confiar en Allah, o debería dejarla desatada y confiar en Allah?" El Mensajero de Allah, la paz y las bendiciones sean con él, dijo: "Átala y confía en Allah". Sunan al-Tirmidhī 2517

Por último, el apoyo que brinden la familia, amigos y allegados es muy necesario ya que hay momentos de crisis en los que no es posible encontrar sosiego. Allah Azza Wajal facilite todos sus asuntos, siempre les de la guía y la conciencia del valor que tienen dos maravillosos regalos que Él nos otorga, la salud y el tiempo. Amén.

"Luego de toda dificultad viene la facilidad" Corán 94:5



Lic. Psicología Margarita Aguirre Macias

Referencias:

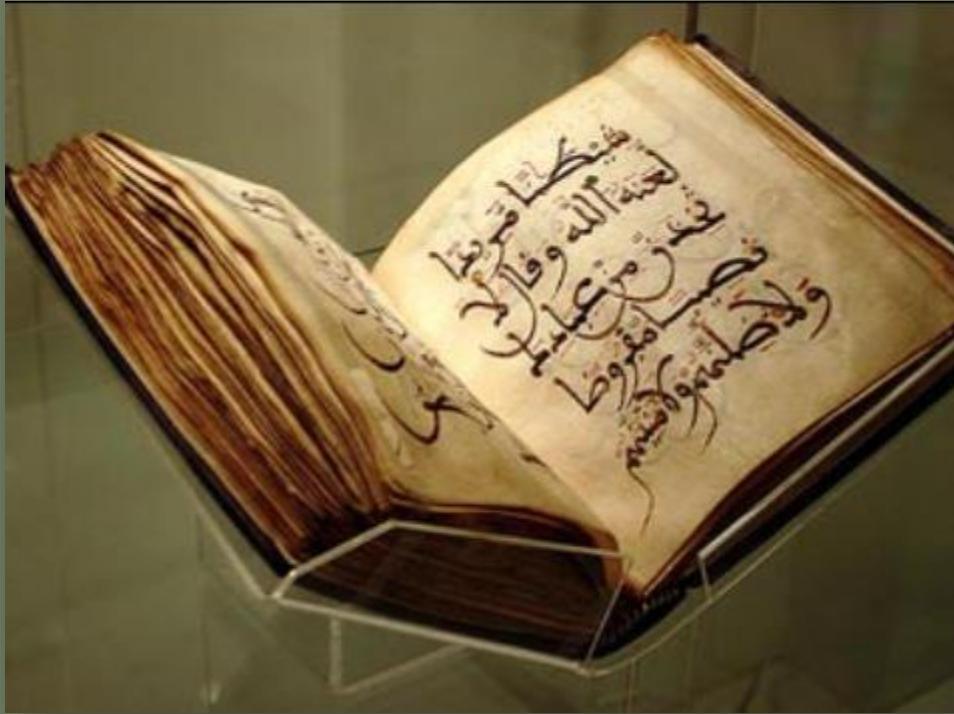
CABODEVILLA, I. Las pérdidas y sus duelos. Anales Sis San Navarra 2007, vol.30, suppl.3, pp.163-176. ISSN 1137-6627.

BOWLBY J. La pérdida afectiva. Paidós. Barcelona 1993.

García, Isa EL CORÁN TRADUCCIÓN COMENTADA Tercera Edición Barranquilla, Colombia febrero 2013.

كَمْ شَاءَ اللَّهُ

¡Qué maravilloso es lo que D/os ha querido!



Que la contemplación de la Revelación sea la Escucha del *Silencio*
del Misterio de Allah

Martha Leticia Martínez de León... *Silencio* فَرْج سُكُوت®

Barakah®

La primera revista musulmana en México
para fomentar el diálogo interreligioso,
científico y con él no creyente

Te invita a escribirlos y expresarnos tus
dudas, temas de interés, opinión y a
colaborar.

revistabarakah@gmail.com

لَهُ خَوْرَ وَلَهُ قُوَّةٌ إِلَهٌ بِلَا شَرِيكٍ



No hay fuerza ni poder sino con D/os



La primera revista musulmana en México
Para fomentar el diálogo interreligioso, científico y con el no creyente®

Todos los derechos pertenecen a

Martha Leticia Martínez de León... *Silencio سکوت* ®
y cada artículo a sus colaboradores

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
وَلَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْأَكْبَرُ