



## 22090 - La autodisciplina

---

### Pregunta

¿Cómo puede el musulmán disciplinarse a sí mismo, especialmente si ha sido y es negligente en su práctica religiosa?

### Respuesta detallada

Alabado sea Dios.

Reconocer los propios errores es el primer paso para la autodisciplina. Por tanto, quien reconozca que ha cometido una falta, ha comenzado a autodisciplinarse y está en el punto de partida para lograr el cambio. Pero reconocer las faltas no debe volvernos confiados e impedir que tomemos medidas. Cuando una persona intenta cambiar su comportamiento y superarse, es una señal de que está siendo cuidada por Al-lah, como Él dijo (lo que en español se interpreta así): {... Sepan que Al-lah no cambia la condición de un pueblo hasta que ellos no cambien lo que hay en sí mismos...} [Corán 13:11].

Por lo tanto, quien intente cambiar por la causa de Al-lah, Él lo ayudará a hacerlo.

Cada persona es responsable de sí misma, y será interrogada individualmente, como Al-lah dijo (lo que en español se interpreta así): {Todos los que habitan en los cielos y en la Tierra se presentarán sumisos ante el Compasivo. Los ha enumerado y contado perfectamente. Todos se presentarán solos ante Él el Día del Juicio} [Corán 19:93-95].

El ser humano no puede beneficiarse de lo que se le ha enseñado sobre la bondad a menos de que tenga un interés personal en ello. Recordemos las historias de las esposas de Noé y Lot (la paz sea con ellos), que fueron miembros de las familias de dos profetas, uno de los cuales era uno de los cinco Mensajeros *ulul 'azmi* (de férrea voluntad). Imagina cómo estos profetas se esforzaron por guiar a sus esposas y cuántas buenas enseñanzas ellas recibieron, sin embargo, no tenían ningún



interés por aprender y por eso se les dirá: {... Entren ambas en el Fuego junto con los demás condenados...} [Corán 66:10].

Mientras que la esposa del Faraón, a pesar de estar en el hogar de uno de los peores criminales, Allah la puso como ejemplo para los creyentes debido a la iniciativa personal que demostró.

Las formas en que un musulmán puede autodisciplinarse son las siguientes:

1. Adorando a Al-lah abundantemente, recordándolo y sometiéndose a Él. Esto se hace prestando atención a los actos obligatorios de adoración, y limpiando nuestro corazón de cualquier sentimiento contradictorio con el amor a Al-lah.
2. Leyendo mucho el Corán, meditando en sus significados y buscando entenderlo.
3. Leyendo literatura religiosa que enseñe las formas de limpiar el corazón de los pecados, como *Mujtásar Minháy Al Qasidín*, *Tahdib Madáriy As-Salikín*, etc.; leyendo la biografía de nuestros predecesores virtuosos y aprendiendo de su actitud y comportamiento, como *Sifat As-Safwah* de Ibn Al Yawzí, y *Aina Nahnu min Ajláq As-Sálaf* de Bahá' Ad-Dín 'Aqil y Nasir Al Jalíl.
4. Asistir a programas educativos como clases y conferencias..
5. Hacer buen uso del tiempo usándolo para hacer cosas beneficiosas, tanto en lo mundano como en lo espiritual.
6. No disfrutar demasiado de las cosas permisibles y no distraerse demasiado con ellas.
7. Buscar la compañía de gente justa y virtuosa, que nos ayuden a hacer el bien. Aquellos que prefieren estar solos pierden las características de un buen hermano, como preferir a los otros antes que a uno mismo y ser paciente.
8. Tratar de actuar con base en lo que se ha aprendido y ponerlo en práctica.
9. Autoexaminarse.



10. Tener confianza en Al-lah y en uno mismo, porque quien no tiene confianza no puede actuar bien.

11. Autorreprocharse por no hacer lo suficiente por la causa de Al-lah. Esto no contradice las cosas mencionadas anteriormente. La persona tiene que esforzarse mucho sin dejar de pensar que sus esfuerzos no son suficientes.

12. Practicar el retiro como está prescrito en la ley islámica. No se debe buscar la compañía de la gente todo el tiempo, sino que es importante tener un momento a solas para uno mismo, como está prescrito en el Islam.

Le pedimos a Al-lah que nos ayude y le ayude a lograr la autodisciplina para someternos a lo que Al-lah ama y a aquello que a Él Le complace. Que Al-lah bendiga y otorgue la paz a nuestro Profeta Muhammad, a su familia y a sus compañeros.

Y Al-lah sabe más.