5733 - Se enoja rápidamente y maldice a la persona con quien está molesta

Pregunta

Me enojo fácilmente, por momentos me pongo furiosa y comienzo a maldecir a la persona con la que estoy molesta en privado. Cuando vuelvo en mí, digo “astagfirulláh”, y tengo la firme intención de no volver a hacerlo. Sé que maldecir es algo prohibido (haram). Detesto lo que hago y desearía controlarme a mí misma. Quisiera saber cómo arrepentirme por haber maldecido a alguien en un momento de furia. Esta persona no me oye decir estas cosas, pero me siento mal acerca de ello. ¿Debo decirle a esta persona que la maldije en privado? ¿Puedo simplemente guardar el secreto, para no despertar animosidad entre esa persona y yo? ¿Puedo dar en caridad para anular el daño que he hecho? ¿Qué necesito hacer para reparar el problema? Quiero detenerme, y mantenerme haciendo súplicas, pero por ahora quiero arrepentirme de las veces que he maldecido en momentos de enojo. ¿Aceptará Dios también mis maldiciones en momentos de ira? Me estoy sintiendo muy deprimida por este asunto. Me siento mal cuando me paro para hacer la oración. Quisiera realmente arrepentirme y sentirme contenta con ello. Que Dios le bendiga.

Respuesta detallada

Alabado sea Dios.

Alabado sea Allah

Debes reprimir tu ira, porque Allah dijo (traducción del significado):

“Quienes hacen caridad, tanto en los momentos de holgura como en la estrechez, controlan su cólera y perdonan a los hombres, sepan que Allah ama a los benefactores” (‘Ali ‘Imrán 3:134).

“Aquellos que evitan los pecados graves y las obscenidades, y cuando se enojan saben perdonar” (ash-Shurá' 42:37).

Esto es porque cuando una persona no contiene su ira, insulta, maldice, jura y golpea. La ira puede ser una puerta a toda clase de males. El Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) a menudo aconsejaba a la gente que no se enfureciera. Al-Bujari narró en su Sahih (6116) de Abu Hurairah (que Allah esté complacido con él) que un hombre le dijo al Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él): “Aconséjame”. Y él le dijo: “No te enfurezcas”. El hombre repitió esto varias veces, y él siempre le respondió “no te enfurezcas”.

El Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) consideró que quien se controlaba a sí mismo cuando estaba enojado, era el más fuerte de los hombres. Al-Bujari narró en su Sahih (6114) que el Mensajero de Allah (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “El hombre fuerte no es quien sabe luchar; el hombre fuerte es aquel que puede controlarse a sí mismo en un momento de ira”.

Al-Háfid Ibn Háyar (que Allah tenga misericordia de él) señaló algunas cosas importantes en Fáth al-Bári, 10/520, en su comentario sobre el reporte “no de enfades”. Él dijo:

“At-Tabaráni citó el reporte de Sufián ibn ‘Abd Allah az-Zaqafí: “Le dije “Oh, Mensajero de Allah, dime algo que sea de beneficio para mí, algo breve y conciso”. Él dijo: “No te enojes, y el Paraíso será tuyo”. También se narró que Abu ad-Dardá' dijo: “Le dije: “Oh, Mensajero de Allah, dime de una obra que pueda garantizarme la admisión en el Paraíso”. Y él me dijo: “No te enfades”.

Al-Jattábi dijo: “El significado de la frase “no te enfades” es, ‘evita las cosas que puedan causar que te enojes y no te expongas a ti mismo a lo que te provoque’. La ira en sí misma podría no estar prohibida, porque es algo natural que no puede ser removido de la naturaleza humana. Alguien más dijo: “lo que significa es lo que uno puede lograr controlándose a sí mismo…” Se ha dicho que esto significa, ‘no hagas aquello que pueda provocar que te enojes”. Ibn Battál dijo: “El reporte indica que esforzarse en controlarse a uno mismo es más difícil que esforzarse en controlar a un enemigo, porque el Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) describió a quien se controla a sí mismo en un momento de ira como la más fuerte de las personas”. Alguien más dijo: “Quizás la persona que hizo esta pregunta estaba animosa; el Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) solía ordenar a cada persona aquello que era

más apropiado para ella, entonces resumió su consejo para él diciéndole que no se enfureciera". Ibn at-Tín dijo: "en las palabras "no te enojes", el Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) unió el bien en este mundo y en el Más Allá, porque la ira conlleva la ruptura de los lazos de bondad entre la gente, y puede acarrear que uno hiera a la persona con la que está enojada, lo cual disminuye nuestro compromiso religioso".

Uno de los eruditos dijo: "Dios ha creado a la ira del fuego, y la convirtió en un instinto humano. Cuando hay una disputa, las llamas de la ira se reavivan hasta que los ojos y el rostro de la persona se pone rojo, porque la piel refleja lo que está debajo… la ira provoca cambios externos e internos, tales como un cambio en el color, temblores, acciones descontrolados, de tal forma que si la persona enojada pudiera verse a sí misma enojada, se sentiría avergonzada de su fea apariencia y de la forma en que ésta ha cambiado. Todo esto es lo que sucede exteriormente. Los efectos internos son aún peores, porque esto genera odio en el corazón, envidia (hásad) y toda clase de malos sentimientos. Los más horribles efectos de la ira son los interiores, y los cambios externos son un resultado de los primeros. Todo esto tiene un efecto sobre el cuerpo. El efecto sobre la boca es que pronuncia las palabras del calumniador, usa un lenguaje bajo y vulgar del que cualquier persona sensata se sentiría avergonzada, y de hecho la persona enojada lo llega a lamentar cuando se calma. Los efectos de la ira pueden ser vistos en las acciones de la gente, cuando agraden y matan. Si la persona irascible no tiene la oportunidad de descargarla, descarga su ira en sí mismo, rompiendo su ropa o abofeteándose las mejillas; algunas veces puede tener un ataque o caer inconsciente, romper vasos, golpear a alguien que no tiene nada que ver, etc. Quien medite acerca de estas malas acciones se dará cuenta cuánta sabiduría hay en estas gentiles palabras del Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) "No te enfurezcas", y hasta qué punto era su interés proteger a la gente resguardándola del mal, que de otra forma podría conducirnos quién sabe dónde. Todo esto está relacionado con la ira causada por asuntos mundanos, no por las causas de la religión… (El enojo por la causa de Dios es elogiable y recomendable, tal como el enojo que se despierta en alguien cuando ve maldades e injusticias). Esto ayuda a una persona a no enojarse cuando tiene en mente lo que se ha narrado del Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) concerniente a las virtudes de reprimir la ira, y las advertencias por los resultados de la ira; uno debe buscar refugio en Dios de Satanás… y

realizar la ablución menor (wudú)… Y Allah sabe más".

Recuerda también, que el Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) jamás fue una persona que insultara o maldijera a nadie. Se ha reportado en el Sahih al-Bujari (6031) que Anas ibn Málik (que Allah esté complacido con él) dijo: "El Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) no fue una persona que insultara a la gente ni usara un lenguaje obsceno, y no maldijo a la gente. Si quería reprochar a alguien, decía "¿Qué pasa con él? Que su frente se cubra de polvo" (expresión árabe de desaprobación).

Debes arrepentirte ante Dios por cualquier maldición o palabras agresivas que hayas pronunciado, pero no hay ninguna necesidad de que le informes de esto a aquella persona con la que te habías enojado, para no provocar en ella una mala reacción. Puedes pedir su perdón en términos generales. Con respecto a la gente contra la cual hayas hecho una súplica o una oración para perjudicarla, reza entonces por el bien de ella, especialmente si has sido injusta con ellos en tus plegarias, cuando en realidad ellos no merecían tal cosa. Pídele a Dios que sea Clemente contigo, porque las súplicas de una persona pueden volverse contra ella si reza contra alguien que no merece eso. Puedes mantener tu lengua ocupada con buenas súplicas y con la rememoración de Dios (dhíkr), porque esto trae paz al corazón.

"¿Acaso no es con el recuerdo de Allah que se sosiegan los corazones?" (ar-Ra'd 13:28, interpretación del significado).

Mantente alerta para no usar tu lengua para lastimar a los demás. Que Dios bendiga y otorgue la paz a nuestro Profeta Muhámmed.