20229 - Formas para lograr recatar la mirada

Pregunta

Tengo que plantearles un tema complicado. Aquí en Canadá, existe una falta de valores morales; las personas, en especial las mujeres, casi no usan ropa. Mi problema es que no puedo evitar mirar a estas mujeres supuestamente “vestidas”. Sé que el casamiento es obligatorio, además de mudarme a un país musulmán (que en estos momentos no puedo hacer). ʕCuál es su consejo en esta situaciñ para ayudarme a solucionar este problema?

Respuesta detallada

Alabado sea Dios.

Hemos dicho muchas veces que no está permitido para quien no tiene una legítima excusa permanecer en tierras de no musulmanes. La tierra está llena de kufr, inmoralidad y pecado, y las personas allí se desvían de la fitrah (naturaleza humana innata sana) con la que Allah los creֹ Una de las acciones inmorales de amplia difusiñ en esos países es la exposiciñ inmoral y libertina (tabarruy), donde las mujeres casi no usan nada que las cubra, como menciona en la pregunta.

Esta situaciñ lleva a consecuencias haraam y pecados graves, que incluyen entremezclarse, tocarse y zina (relaciones sexuales ilícitas), los cuales derivan de mirar.

La Sharee’ah llegֹpara prohibir los caminos que llevan a la inmoralidad, uno de los cuales es mirar a mujeres no mahram.

1 – Allah dice en el Corán (interpretaciñ del significado):

“Diles a los creyentes [ˌOh, Muhammad!] que recaten sus miradas y se abstengan de cometer obscenidades [fornicaciñ y adulterio], pues esto es más puro para ellos. Ciertamente Allah está bien informado de lo que hacen.” [24:30]

El exegeta Ibn Kazir dijo:

Este es un mandamiento de Allah a Sus siervos creyentes para que recaten la mirada y eviten mirar lo que les está prohibido. Por lo tanto, no deben mirar nada excepto lo que se les permite mirar, y deben recatar la mirada y evitar mirar cosas prohibidas. Si llega a suceder que la mirada de una persona accidentalmente se posa sobre algo prohibido, rápidamente debe apartar la mirada.

Tafsir Ibn Kazir, 3/282

2 – Allah dice en el Corán (interpretaciñ del significado):

“Cuando pidáis a ellas [sus esposas] algo, hacedlo desde detrás de una cortina [o que ellas tenganpuesto un velo]. Esto es más puro para vuestros corazones y los de ellas.” [33:53]

3 –Se narr´que Yabir ibn ‘Abd-Allaah dijo: “Le pregunté al Mensajero de Allah (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) sobre una mirada repentina, y él me mand´apartar la mirada”.

(Narrado por Muslim, 2159)

al-Nawawi dijo:

Lo que quiere decir una “mirada repentina” es cuando la mirada de una persona se posa accidentalmente sobre una mujer no mahram. La primera mirada no es un pecado, pero debe apartar la mirada inmediatamente. Si aparta la mirada inmediatamente, no es pecado, pero si continå mirando, entonces será un pecador acorde al Hadiz, ya que el Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) mand´apartar la mirada, y Allah dice en el Corán (interpretaciñ del significado):

“Diles a los creyentes [¸Oh, Muhammad!] que recaten sus miradas y se abstengan de cometer obscenidades [fornicaciñ y adulterio], pues esto es más puro para ellos.” [24:30]

Los hombres deben recatar la mirada y evitar mirarlas en cualquier circunstancia, a menos que sea por una razñ shar’i válida, como dar testimonio, atenciñ médica, querer proponerle

matrimonio, entablar transacciones financieras como compras, ventas, etc. En todos estos casos está permitido mirar mientras sea necesario y no más. Y Allah sabe más.

Sharh Muslim, 14/139

Segundo:

Existen medios para ayudar a una persona a recatar la mirada, y le pedimos a Allah que lo ayude a usted a llevarlos a cabo:

1 – Tener en cuenta el hecho que Allah lo está mirando, que lo ve y está con usted (por Su conocimiento) donde quiera que vaya. Puede haber una mirada secreta que el vecino no note, pero Allah lo sabe. Allah dice en el Corán (interpretaciñ del significado):

“[Allah] Conoce las miradas subrepticias [hacia lo que él prohibiĭ], y lo que esconden los corazones.” [40:19] $

2 – Buscar la ayuda de Allah, rogarle e invocarlo (du’a’). Allah dice en el Corán (interpretaciñ del significado):

“Vuestro Seǒr dice: Invocadme, que responderé [vuestras sǒlicas]. Por cierto que quienes se ensoberbecen y se niegan a adorarme, ingresarán al Infierno humillados.” [40:60]

3 – Debe saber que cada bendiciñ que disfruta viene de Allah, y es necesario que las agradezca. Parte de la gratitud por la bendiciñ de la vista implica evitar mirar lo que Allah ha prohibido. ʔExiste otra recompensa para el bien que no sea el bien? [55:60] Allah dice en el Corán (interpretaciñ del significado):

“Todas las gracias que os alcanzan provienen de Allah.” [16:53]

4 – Luchar contra uno mismo, y empeǎrse en recatar la mirada, ser paciente al hacerlo y no claudicar. Allah dice en el Corán (interpretaciñ del significado):

“A quienes luchen denodadamente por Nuestra causa les afirmaremos en Nuestro camino.

Ciertamente Allah está con los benefactores.” [29:69]

El Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Aquel que busca ser casto, Allah lo hará casto, y aquel que busca ser independiente de recursos, Allah lo hará independiente de recursos, y aquel que lucha por ser paciente, Allah lo hará paciente…” (Narrado por al-Bujari, 1400)

5 – Evitar lugares donde siente que será expuesto a la tentaciń de mirar, si puede evitarlos, como ir a mercados o supermercados y sentarse en la calle. El Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Guárdense de sentarse en la calle”. Ellos dijeron: “No tenemos otra alternativa, aquí es donde nos sentamos y hablamos”. él les dijo: “Si insisten en sentarse aquí, entonces respeten los derechos de la calle”. Ellos le preguntaron: “ʕCuáles son los derechos de la calle?”. él respondi:́ “Recatar la mirada y no ofender o perjudicar a nadie…” (Narrado por al-Bujari, 2333; Muslim, 2121).

6 – Debe darse cuenta que no tiene otra opciń en este asunto, sin importar cuales sean las circunstancias o cuán grande sea la tentaciń o motivos para hacer el mal, o cuáles son las emociones e irresistibles deseos que se encuentran en su corazń. Debe recatar la mirada y evitar ver cosas haraam en todo lugar y a todo momento. No puede utilizar excusas como la corrupciń del ambiente o justificar sus errores diciendo que hay muchas tentaciones. Allah dice en el Corán (interpretaciń del significado):

“Un verdadero creyente o a una verdadera creyente no deben, cuando Allah y Su Mensajero hayan dictaminado un asunto, actuar en forma contraria; y sabed que quien desobedezca a Allah y a Su Mensajero se habrá desviado evidentemente.” [33:36]

7 – Hacer muchos actos voluntarios de adoraciń, porque mientras también se cumple regularmente con los actos obligatorios de adoraciń es una forma de proteger las facultades físicas. De acuerdo al hadiz qudsi, Allah dijo “… y Mi siervo continå acercándose a Mi con acciones voluntarias hasta que lo amo. Y cuando lo amo, soy sus oídos con los que escucha, su vista con la que ve, su mano con la que obra y sus pies con los que camina. Si me pide algo, se lo daré, y si

me pide refugio, se lo otorgaré”. (al-Bujari, 6137

8 – Recordar que la tierra en la que se comete el pecado será testigo. Allah dice en el Corán:

“Ese día, la Tierra dará testimonio [atestiguando el bien y el mal que se hubiere cometido sobre ella].” [99:4]

9 – Recordar que los ángeles registran sus hechos. Allah dice en el Corán (interpretaciñ del significado):

“Sabed que hay ángeles que registran vuestras obras, Nobles escribas que saben lo que hacéis.” [82:10-12]

10 – Recordar algunos de los textos que prohíben dejar que la mirada vague libremente, como el versículo en el que Allah dice en el Corán (interpretaciñ del significado):

“Diles a los creyentes [،Oh, Muhammad!] que recaten sus miradas...” [24:30]

11 – Evitar mirar innecesariamente, para que sĭo mire lo que necesita mirar, y no dejar que la mirada vague hacia la derecha y hacia la izquierda de modo que se pose sobre algo cuyos efectos y fitnah no se puedan evitar.

12 – El matrimonio, que es una de las soluciones más efectivas. El Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “El que puede solventarlo, que se case, ya que es más efectivo para recatar la mirada y guardar la castidad. Y el que no puede solventarlo, que ayune, ya que será un escudo para él”. (Narrado por al-Bujari, 1806; Muslim, 1400).

13 – Ayunar – por el hadiz citado arriba.

14 – Realizar actos obligatorios de adoraciñ tal como Allah orden¸ como la oraciñ. Ya que Allah dice en el Corán (interpretaciñ del significado):

“...haz la oraciñ, que ciertamente la oraciñ preserva de cometer actos inmorales y reprobables...” [29:45]

15 – Recordar las Huríes del Paraíso, que le dará un motivo para ser paciente al evitar lo que Allah ha prohibido, esperando alcanzar las Huríes en el más allá. Allah dice en el Corán (interpretaciñ del significado):

“Esposas de turgentes senos que tendrán siempre la misma edad” [78:33]

El Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Si una mujer de las personas del Paraíso mirara a las personas de esta tierra, la iluminaría y llenaría de fragancia, y el velo de su rostro es mejor que este mundo y todo lo que en él hay”. (Narrado por al-Bujari, 2643).

16 – Tener en cuenta que es constantemente observado.

17 – Ser ambicioso y centrarse en cosas más nobles.

18 – Autoevaluarse periñdicamente y luchar por lograr recatar la mirada mientras recuerda la equivocaciñ de quienes no lo hacen.

19 – Pensar el dolor y pena que resultará de esa mirada y los efectos de dejar que la mirada vague.

20 – Comprender los beneficios de recatar la mirada, como se mencion´anteriormente.

21 – Mencionar el tema en encuentros y reuniones, y explicar sus peligros.

22 – Aconsejar a los parientes, decirles que no usen ropa que llame la atenciñ y muestre sus atractivos, y reflexionar sobre, por ejemplo, cñmo vestirse, usar colores llamativos, cñmo caminar, hablar demasiado suavemente, etc.

23 – Guardarse de los pensamientos y susurros pasajeros de Shaytaan antes de que se apoderen de uno y se lleven a cabo. Quien recata la mirada luego de la primera será salvado de innumerables problemas, pero si sigue mirando no podrá estar seguro de que semillas difíciles de desarraigar no se planten en su corazñ.

25 – Temer un mal final y sentir arrepentimiento en el momento de morir.

26 – Estar acompaẚdo de buenas personas, porque somos naturalmente afectados por las características de las personas con quienes nos relacionamos, y una persona seguirá el camino de su amigo cercano, y un amigo nos llevará a seguir su camino.

27 – Saber que la zina del ojo es mirar, y debe ser suficiente para desalentarlo.

Adaptado del ensayo titulado Ghadd al-Basr (Recatar la mirada) por un estudiante de shari’ah.

Y Allah sabe mejor.