

COMO O ISLÃ LIDA COM A TRISTEZA E PREOCUPAÇÃO (PARTE 1 DE 4): A CONDIÇÃO HUMANA

Classificação:

Descrição: Em verdade, é na lembrança de Deus que o coração encontra conforto. (Alcorão 13:28)

Categoria: [Artigos](#) [Os Benefícios do Islã](#) [Felicidade Verdadeira e Paz Interior](#)

Por: Aisha Stacey (© 2012 IslamReligion.com)

Publicado em: 01 Oct 2012

Última modificação em: 17 Feb 2013

O ser humano médio nos países desenvolvido luta com a tristeza e a preocupação diariamente. Enquanto a maioria da população mundial enfrenta pobreza extrema, fome, conflitos e desespero, aqueles de nós privilegiados por levarmos vidas relativamente fáceis devemos lidar com o medo, estresse e ansiedade. Por que aqueles de nós abençoados com riquezas sem comparação estão imersos em solidão e desespero? Vivemos em uma época de confusão e podemos tentar ao máximo, mas o acúmulo de bens materiais não pode remendar corações partidos e almas despedaçadas.



Agora, mais do que em qualquer outra época na história da humanidade, estresse, ansiedade e problemas psicológicos estão cobrando um preço muito alto sobre a condição humana. Crenças religiosas devem transmitir um sentido de conforto, mas parece que o homem do século 21 perdeu a habilidade de conectar-se com Deus. Ponderar sobre o significado da vida não supera mais um sentimento de abandono. Esse desejo de adquirir bens materiais, que de alguma forma valida nossa razão de ser, tornou-se o bálsamo que alivia nossas almas conturbadas. Por quê?

Temos o melhor de tudo prontamente disponível, mas a realidade é que nada temos. Nada que conforte a alma. Belos móveis não seguram nossas mãos na noite mais escura. O centro de diversões mais moderno não enxuga nossas lágrimas ou suaviza nossa testa franzida. Aqueles de nós que vivem em dor e sofrimento ou afligidos por dificuldades sentem-se abandonados. Sentimo-nos à deriva em um mar aberto. Ondas enormes ameaçam nos engolir a qualquer momento. Nossos desejos e débitos estão no ápice e pairam sobre nós como grandes anjos vingadores e procuramos conforto em vícios e comportamento autodestrutivo.

Como nos afastamos do precipício? No Islã a resposta é notavelmente simples. Voltamo-nos para o nosso Criador. Deus sabe o que é melhor para Sua criação. Tem conhecimento total da psique humana. Conhece a dor, o desespero e a tristeza. Deus é quem estamos procurando na escuridão. Quando colocarmos Deus novamente em nossa agenda, a dor diminuirá.

“Em verdade é na lembrança de Deus que os corações encontram conforto.” (Alcorão 13:28)

O Islã não é uma religião cheia de rituais vazios e regras e regulamentações hipercríticas, embora possa assim parecer se esquecermos qual é nosso propósito real na vida. Fomos criados para adorar Deus, nada mais e nada menos. Entretanto, Deus em Sua infinita misericórdia e sabedoria não nos abandonou nesse mundo cheio de testes e tribulações. Proveu-nos com armas. Essas armas são mais poderosas que os arsenais dos grandes exércitos do século 21. Deus nos deu o Alcorão e as tradições autênticas de Seu profeta Muhammad.

O Alcorão é um livro de orientação e as tradições do profeta Muhammad explicam essa orientação. A religião do Islã é sobre fazer e manter uma conexão com Deus. É assim que o Islã lida com tristeza e preocupação. Quando a onda está prestes a nos esmagar ou o mundo começa a ficar fora de controle, Deus é o fator estabilizador. O maior erro que um crente pode cometer é separar os aspectos religiosos e materiais de sua vida.

“Deus prometeu aos crentes que praticam o bem uma indulgência e uma magnífica recompensa.” (Alcorão 5:9)

Quando aceitamos com plena submissão que não somos mais do que servos de Deus colocados nessa terra para sermos testados e tentados, a vida repentinamente assume um significado completamente novo. Reconhecemos que Deus é a constante em nossas vidas e que Sua promessa é verdadeira. Quando somos tomados pela preocupação e tristeza, o alívio vem de voltarmos para Deus. Se vivermos nossas vidas de acordo com Sua orientação, conseguimos os meios e a habilidade para superar qualquer desespero. O profeta Muhammad declarou que todos os assuntos de um crente são bons.

De fato os assuntos de um crente são surpreendentes! Todos são para seu benefício. Se lhe for concedida facilidade é agradecido e é bom para ele. E se for afligido com dificuldade e persevera, é bom para ele.[\[1\]](#)

O Islã tem a resposta para todos os problemas que afligem a humanidade. Pede que olhemos além da necessidade por autogratificação e além da necessidade de adquirir bens. O Islã nos lembra que essa vida é apenas uma pausa transitória no caminho da vida eterna. A vida desse mundo é apenas um momento efêmero, que às vezes transborda com momentos de grande alegria e felicidade e em outros com momentos cheios de tristeza e desespero. Essa é a natureza da vida e essa é a condição

humana.

Nos três artigos a seguir examinaremos a orientação do Alcorão e das tradições autênticas do profeta Muhammad em uma empreitada para descobrir como o Islã sugere que lidemos com tristeza e preocupação. Existem três pontos chave que permitirão ao crente libertar-se dos grilhões do século 21. São paciência, gratidão e confiança em Deus. Na língua árabe *sabr*, *shukr* e *tawwakul*.

“Certamente que vos poremos à prova mediante o temor, a fome, a perda dos bens, das vidas e dos frutos. Mas tu (ó Mensageiro), anuncia (a bem-aventurança) aos perseverantes.”(Alcorão 2:155)

“Recordai-vos de Mim, que Eu Me recordarei de vós. Agradecei-Me e não Me sejais ingratos!” (Alcorão 2:152)

“Se Deus vos secundar, ninguém poderá vencer-vos; por outra, se Ele vos esquecer, quem, em vez d’Ele, vos ajudará? Que os crentes se encomendem a Deus!” (Alcorão 3:160)

Footnotes:

[1]

Saheeh Muslim

O endereço web deste artigo:

<https://webcache001.islamreligion.com/pt/articles/3516/como-o-islam-lida-com-tristeza-e-preocupacao-parte-1-de-4>

Copyright © 2006-2015 Todos os direitos reservados. © 2006 - 2026 IslamReligion.com. Todos os direitos reservados.