

# 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://www.islamreligion.com/pt/articles/3516/como-o-islã-lida-com-tristeza-e-preocupacao-parte-1-de-4>

Copyright © 2006-2015 Todos os direitos reservados. © 2006 - 2023 IslamReligion.com. Todos os direitos reservados.