

A Busca por Paz Interior (parte 1 de 4): Os Obstáculos para Alcançar Paz Interior

Descrição: Um olhar em como as pessoas definem paz interior e como se empenham para alcançá-la e também sobre os obstáculos que nos impedem de alcançar paz interior.

Por Dr. Bilal Philips (transcrito por Abu Uthman de uma áudio-conferência)

Publicado em 09 Mar 2009 - Última modificação em 26 May 2014

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

O tópico de paz interior aborda uma necessidade universal. Não existe ninguém nesse planeta que não deseje paz interior. Não é um desejo novo de nosso tempo; ao contrário, é algo que todos buscam através dos tempos, independentemente de cor, credo, religião, raça, nacionalidade, idade, gênero, riqueza, habilidade ou avanço tecnológico.



As pessoas têm adotado uma variedade de caminhos diferentes na tentativa de alcançar paz interior, algumas acumulando bens materiais e riqueza, outras através das drogas; algumas através da música, outras através da meditação; algumas através de seus maridos e esposas, outras através de suas carreiras e algumas através das realizações de seus filhos. E a lista continua.

Ainda assim a busca também continua. Em nossa época fomos levados a acreditar que avanço tecnológico e modernização produzirão para nós confortos físicos através dos quais alcançaremos paz interior.

Entretanto, se tomarmos a nação mais industrializada e avançada tecnologicamente no mundo, a América, então veremos que o que fomos levados a acreditar não é fato. As estatísticas mostram que na América em torno de 20 milhões de adultos sofrem anualmente de depressão; e o que é depressão se não uma falta total de paz interior? Além disso, no ano 2000 a taxa de mortalidade devido a suicídio foi o dobro da taxa daqueles que morreram de AIDS. Entretanto, sendo a mídia jornalística o que é, ouvimos mais sobre aqueles que morrem de AIDS do que sobre aqueles que morrem cometendo suicídio. Mais pessoas morrem através de suicídio do que de homicídio na América e a taxa de homicídios em si é alta.

Então, a realidade é que avanço tecnológico e modernização não trouxeram paz interior e tranquilidade. Ao contrário, apesar do conforto que a modernização nos trouxe,

estamos mais distantes da paz interior do que nossos ancestrais.

A paz interior é muito ilusória durante a maior parte de nossas vidas; parece que nunca conseguimos pôr as mãos nela.

Muitos de nos confunde prazeres pessoais com paz interior; alcançamos elementos de prazer a partir de uma variedade de coisas, seja fortuna, relações sexuais ou outras coisas. Mas isso não dura vem e vai. Sim, tempos prazeres pessoais de tempos em tempos e ficamos satisfeitos com várias coisas de tempos em tempos, mas isso não é paz interior. A verdadeira paz interior é um senso de estabilidade e contentamento que nos leva através de todas as tribulações e dificuldades da vida.

Precisamos entender que paz não é algo que existirá nesse mundo que nos cerca porque quando definimos paz de acordo com a definição do dicionário, ele afirma que paz é estar livre de guerra ou disputa civil. Onde temos isso? Existe sempre uma guerra ou algum tipo de desordem civil acontecendo em algum lugar no mundo. Se olharmos para a paz em termos do nível de estado então paz é estar livre da desordem pública e segurança, mas onde no mundo temos isso em uma forma completa? Se olharmos para a paz em um nível social, família e trabalho, então paz é estar livre de desentendimentos e discussões, mas existe algum meio social que nunca tem desentendimentos ou discussões? Em termos de localização, então, sim, podemos ter um local que é calmo, pacífico e tranquilo, como algumas ilhas, por exemplo, mas essa paz externa só existe por um pequeno período de tempo, mais cedo ou mais tarde uma tempestade ou furacão virá.

Deus diz:

"Verdadeiramente, criei o homem na labuta (conflito)." (Alcorão 90:4)

Essa é a natureza de nossas vidas, estamos na labuta e no conflito, altos e baixos, tempos de dificuldade e tempos de facilidade.

É uma vida cheia de testes como Deus diz:

"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)

Para lidar com nossas circunstâncias, as circunstâncias da labuta e conflito no qual vivemos, paciência é a chave.

Mas se voltarmos para a paz interior que estamos buscando, então paciência não pode se manifestar se não tivermos paz interior.

Vivemos em um mundo de labuta e conflito, mas ainda assim dentro de nós mesmos é possível alcançar paz interior, paz com o meio ambiente, com o mundo no qual vivemos.

Obviamente existem alguns obstáculos que nos impedem de alcançar paz interior. Então primeiro devemos identificar os obstáculos que nos impedem de alcançar paz interior máxima em nossas vidas e desenvolver algum tipo de estratégia para removê-los. Os obstáculos não serão removidos simplesmente por pensarmos que precisamos

removê-los; temos que estabelecer algumas etapas para termos êxito. Então, como removemos esses obstáculos para que possamos alcançar o que for possível de paz interior?

A primeira etapa é identificar os obstáculos. Temos que ter consciência deles, porque se não pudermos identificá-los não podemos removê-los.

A segunda etapa é aceitá-los como obstáculos dentro de nós mesmos. Por exemplo, a raiva é um dos maiores obstáculos à paz interior. Se uma pessoa está com raiva, perturbada e perdeu a paciência, como ele ou ela pode ter paz interior nessa circunstância? Não é possível. Então essa pessoa precisa reconhecer que a raiva é um obstáculo à paz interior.

Entretanto, se uma pessoa afirma que, "Sim, é um obstáculo, mas eu não me zango", então essa pessoa tem um problema. Não aceitou aquele obstáculo como um problema e está em negação. Dessa forma não pode removê-lo.

Se olharmos para os obstáculos na vida podemos colocá-los sob uma variedade de tópicos: problemas pessoais, questões familiares, dilemas financeiros, pressões do trabalho e confusão espiritual. E existem muitos temas sob esses tópicos.

O endereço web deste artigo:

<http://www.islamreligion.com/pt/articles/633>

Copyright © 2006-2013 www.IslamReligion.com. Todos os direitos reservados.