

## Paano Makitungo ang Islam sa Kalungkutan at Pag-aalala (bahagi 3 ng 4): Pasasalamat

**Paglalarawan:** Magpasalamat bawat araw para sa Kanyang mga pagpapala sa iyo.

Ni Aisha Stacey (© 2010 IslamReligion.com)

Nailathala noong 24 Aug 2020 - Huling binago noong 10 Nov 2013

Kategorya: [Mga Artikulo](#) > [Ang mga Pakinabang ng Islam](#) > [Tunay na Kaligayahan at Panloob na Kapayapaan](#)

Bilang marupok na mga tao, madalas tayong dinaratnan ng takot at pagkabalisa. Minsan ang kalungkutan at pagkabahala ay nagbabantang mangibabaw sa ating buhay. Ang mga emosyong ito ay maaaring nakakaubos ng lakas na nakakalimutan na natin ang ating pangunahing layunin sa buhay, ang pagsamba sa Diyos. Kung ang pagkalugod ng Diyos ang nasa gitna ng lahat ng ating mga iniisip, mga kilos at mga gawa, ang kalungkutan at pag-aalala ay walang lugar sa ating buhay.

Sa nakaraang artikulo, napag-usapan natin ang tungkol sa pagharap sa kalungkutan at pag-aalala sa pamamagitan ng pagsusumikap na maging mapagpasensya. Napag-usapan din natin ang tungkol sa pagbilang ng mga pagpapala na ibinigay ng Diyos sa atin bilang isang paraan ng paghikayat na maging mapagpasensya. Ang isa pang paraan para mapagtagumpayan ang kalungkutan at pagkabalisa ay sa pamamagitan ng pagiging mapagpasalamat sa Diyos sa Kanyang hindi mabilang na mga pagpapala. Ipinaliwanag ng Diyos sa Quran, na ang tunay na mananampalataya ay ang mga may utang na loob at nagpapasalamat.

**oeSamakatuwid, inyong alalahanin Ako (sa pagdarasal at pagluwalhati, at iba pa). Aalalahanin Ko (rin) kayo. Magkaroon kayo ng damdamin ng pasasalamat sa Akin (sa hindi mabilang na biyaya na ipinagkaloob Ko sa inyo), at huwag maging hindi mapagpasalamat.” (Quran 2:152)**

Maraming mga paraan upang maipahayag ang pasasalamat. Ang una at pinakamahalagang paraan ay ang pagsamba sa Diyos sa paraang itinalaga Niya. Ang Limang Mga Haligi ng Islam<sup>[1]</sup> ay itinalaga sa atin ng Diyos at pinapatnubayan tayo nito upang mapadali sa ating sumamba sa Kanya. Kapag natutupad natin ang ating mga tungkulin sa Diyos, nagiging malinaw kung gaano tayo tunay na pinagpala.

Kapag sumasaksi tayo na, walang ibang Diyos na karapat-dapat sambahin maliban kay Allah at si Muhammad ang Kanyang panghuling sugo tayo ay nagiging mapagpasalamat na biniyayaan tayo ng Islam. Kapag ang isang mananampalataya ay nagpatirapa sa harap ng Diyos nang tahimik, masiglang nanalangin, nagpapahayag tayo ng pasasalamat. Sa panahon ng pag-aayuno ng Ramadan, nagpapasalamat tayo sa pagkain at tubig sa pamamagitan ng pagtatanto na ang Diyos ay ang nagbibigay ng ating pagkain. Kung ang isang mananampalataya ay nagawang makapaglakbay sa Bahay ng Diyos sa Mecca, ito ay

isang dahilan para sa magpasalamat. Ang paglalakbay sa Hajj ay maaaring maging matagal, mahirap, at mahal.

Ang mananampalataya ay nagpapahayag din ng pasasalamat sa pamamagitan ng pagbibigay ng kawanggawa. Si Propeta Muhammad (sumakanya nawa ang kapayapaan at pagpapala) ay pinayuhan ang kanyang mga tagasunod na magbigay ng kawanggawa araw-araw upang magpahayag ng pasasalamat sa Diyos para sa bawat kasukasuan sa kanyang katawan.[2] *Si Imam Ibn Rajab*, na isang kilalang iskolar ng Islam noong ika-7 siglo ay nagsabi, "Ang mga tao ay obligadong magpasalamat sa Diyos sa bawat araw para sa Kanyang mga pagpapala sa kanila sa pamamagitan ng pagsasagawa ng mga mabubuting gawa at kawanggawa araw-araw."

Kung naaalala natin ang Diyos sa pamamagitan ng pagbabasa ng Quran at paghinay-hinay ng mga kahulugan nito, nakakakuha tayo ng mas malaking pag-unawa sa buhay sa mundong ito at sa kabilang buhay. Dahil dito, nasisisimulan nating maunawaan ang pansamantalang katangian ng buhay na ito at ang katotohanan na kahit ang mga pagsubok at pagdurusa ay mga pagpapala mula sa Diyos. Ang karunungan at katarungan ng Diyos ay kaakibat kahit na sa pinaka malalang sitwasyon.

Gaano kadalas na marinig natin na ang mga taong may mga sakit na malubha o kakila-kilabot na kapansanan ay nagpapasalamat sa Diyos sa kanilang mga kalagayan, o nagsasalita tungkol sa sakit at pagdurusa na nagdadala ng mga pagpapala at kabutihan sa kanilang buhay? Gaano kadalas tayong nakakarinig sa iba na nagkukwento tungkol sa mga kakila-kilabot na karanasan at pagsubok, ngunit patuloy na nagpapasalamat sa Diyos?

Sa mga oras ng kalungkutan at pag-aalala, kapag nadarama natin ang pag-iisa at pagkabalisa, ang Diyos ang tanging kanlungan natin. Kapag ang kalungkutan at pag-aalala ay naging napakahirap dalhin, kapag walang naiwan kundi, pagod, takot, pagkabalisa, at pagdurusa, likas tayong bumabaling sa Diyos. Alam nating totoo ang Kanyang mga salita, alam nating totoo ang Kanyang pangako!

**oe...kung kayo ay may utang na loob ng pasasalamat, kayo ay higit Kung pagkakalooban." (Quran 14:7)**

Alam ng Diyos ang karunungan sa likod kung bakit nangyayari ang mga magagandang bagay sa masasamang tao, o kung bakit nangyayari ang masasamang bagay sa mabubuting tao. Sa pangkalahatan, ang anumang dahilan na nagpapanumbalik sa atin sa Diyos ay mabuti at dapat nating ipagpasalamat ito. Sa mga oras ng krisis, ang mga tao ay mas malapit sa Diyos, samantalang sa mga oras ng kaginhawaan ay madalas nating nakakalimutan kung saan nagmula ang kaginhawaan. Ang Diyos ang Tagapagbigay at Siya ang Pinaka-Mapagbigay. Nais ng Diyos na gantimpalaan tayo ng buhay na walang hanggan at kung ang sakit at pagdurusa ay magsisiguro sa atin sa Paraiso, kung gayon ang mga pagsubok at pagdurusa ay isang pagpapala. Si Propeta Muhammad (sumakanya nawa ang kapayapaan at pagpapala) ay nagsabi, "**Kung nais ng Diyos na gumawa ng mabuti sa isang tao, siya ay binibigyan Niya ng mga pagsubok.**"[3]

Sinabi rin ni Propeta Muhammad na, "Walang kasawian o sakit na dumarating sa isang

Muslim, walang pagkabalisa o pagdadalamhati o pasakit - kahit na isang tinik na tumusok sa kanya - maliban na ang Diyos ay magtatanggal ng ilan sa kanyang mga kasalanan dahil doon.”<sup>[4]</sup> Hindi tayo perpekto na tao. Mababasa natin ang mga salitang ito, maiintindihan din natin ang damdamin sa likod nila, ngunit ang pagkilala sa karunungan sa likod ng bawat sitwasyon at pagpapasalamat para sa ating mga pagsubok ay napakahirap. Mas madaling mahulog sa kalungkutan at pag-aalala. Gayunpaman, ang Diyos, ang Pinakamahabagin, ay nagbibigay sa atin ng malinaw na mga patnubay at nangangako ng dalawang bagay, kung sasamba tayo sa Kanya at susundin ang Kanyang patnubay ay gagantimpalaan tayo ng Paraiso at ang kasunod ng paghihirap ay kasaganaan.

**oe Katotohanan! Sa bawat kahirapan ay may kaginhawan.” (Quran 94:5)**

Ang talatang ito ay bahagi ng isang kabanata ng Quran na ipinahayag noong ang mga problema sa misyon ni Propeta Muhammad ay nagpapahirap sa kanya at nagdudulot sa kanya ng pagkabalisa. Ang mga salita ng Diyos ay umaliw at nagtiyak sa kanya tulad ng pag-aliw at pagtiyak nito sa atin ngayon. Pinaalalahanan tayo ng Diyos na sa kahirapan ay may dumadating na kasaganaan. Ang kahirapan ay hindi kailanman ganap; ito ay palaging sinasamahan ng kasaganaan. Dahil dito, dapat tayong magpasalamat. Dahil dito, kailangan nating ipahayag ang ating pasasalamat.

Dapat nating tanggapin ang mga pagsubok, tagumpay, at mga pagdurusa na bahagi ng buhay. Ang bawat isa sa kanila, mula sa pinakamataas na nakamit hanggang sa pinakamababang mga biyaya ay isang pagpapala mula sa Diyos. Isang pagpapala na idinisenyong natatangi para sa bawat tao. Kapag napagtagumpayan natin ang kalungkutan o pag-aalala dapat tayong manumbalik sa Diyos, magsikap na maging mapagpasensya at mapagpasalamat at ilagay ang ating tiwala sa Diyos. Dahil ang Diyos ang pinaka mapagkakatiwalaan. Sa pamamagitan ng pagtitiwala sa Kanya, malalampasan natin ang anumang sandali ng pagkabalisa at mapagtatagumpayan ang anumang kalungkutan o pag-aalala na dumarating sa ating buhay.

---

Mga talababa:

<sup>[1]</sup> Pagsaksi ng Pananampalataya, Pagdarasal, Pag-aayuno sa Ramadan, Obligadong Kawanggawa, Pilgrimo.

<sup>[2]</sup> *Saheeh Bukhari*

<sup>[3]</sup> *Saheeh Bukhari*

<sup>[4]</sup> Ibid

Ang web address ng artikulong ito:  
<http://www.islamreligion.com/tl/articles/3535>

Copyright © 2006-2020 [IslamReligion.com](http://www.IslamReligion.com). Lahat ng mga karapatan ay inilaan.