เมื่อชีวิตเจ็บปวด:
อิสลามสอนอะไรเกี่ยวกับความอดทน?

ศูนย์เรียนรู้อิสลาม

ความยากลำบากเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตมนุษย์
ความเจ็บป่วย การสูญเสีย ความกลัว ความผิดหวัง และการเปลี่ยนแปลงที่ไม่คาดคิด อาจทำให้คนหนึ่งถามว่า:

“ทำไมเรื่องนี้จึงเกิดขึ้นกับฉัน และฉันจะเดินหน้าต่อไปได้อย่างไร?”

อิสลามไม่ได้สอนว่าความอดทนหมายถึงการแสร้งทำเป็นว่าความเจ็บปวดไม่มีอยู่จริง
ความอดทนหมายถึงการยังคงผูกพันกับอัลลอฮ์แม้ในขณะที่คุณกำลังเจ็บปวด หมายถึงการไม่ปล่อยให้ความยากลำบากผลักคุณไปสู่ความสิ้นหวัง พร้อมกับยังคงทำสิ่งที่ถูกต้องและใช้เหตุปัจจัยที่อยู่ในความสามารถของคุณ

คุณสามารถเศร้าและยังคงอดทนได้
คุณสามารถร้องไห้และยังคงอดทนได้
คุณสามารถแสวงหาการรักษา การสนับสนุน และทางแก้ไข
พร้อมกับยังคงมอบหมายต่ออัลลอฮ์ได้

บรรดานบีเองก็เคยเผชิญบททดสอบที่หนักหน่วง
ความยากลำบากของพวกเขาไม่ได้เป็นหลักฐานว่าอัลลอฮ์ทรงทอดทิ้งพวกเขา ชีวิตของพวกเขาแสดงให้เราเห็นว่าศรัทธาและความเจ็บปวดสามารถอยู่พร้อมกันได้

อัลลอฮ์ตรัส ซึ่งมีความหมายว่า:

“และจงแจ้งข่าวดีแก่บรรดาผู้อดทน
คือบรรดาผู้ที่เมื่อมีภัยพิบัติประสบแก่พวกเขา
พวกเขากล่าวว่า ‘แท้จริงเราเป็นกรรมสิทธิ์
ของอัลลอฮ์ และแท้จริงเราจะกลับไปยังพระองค์’”

อัลกุรอาน 2:155–156

ความอดทนยังเปลี่ยนวิธีที่ผู้ศรัทธาเข้าใจความทุกข์
ช่วงเวลาที่ยากลำบากไม่จำเป็นต้องเป็นช่วงเวลาที่ไร้ความหมาย อิสลามสอนว่าความยากลำบากที่อดทนด้วยศรัทธาสามารถกลายเป็นเหตุแห่งผลบุญ อาจเป็นเหตุให้บาปได้รับการลบล้าง ยกระดับสถานะของผู้ศรัทธา และทำให้หัวใจใกล้ชิดอัลลอฮ์มากขึ้น

นี่ไม่ได้หมายความว่ามุสลิมควรแสวงหาความทุกข์
อิสลามสอนให้เราขอความปลอดภัยและสุขภาวะจากอัลลอฮ์ แสวงหาการรักษาเมื่อเจ็บป่วย แก้ปัญหาที่เราสามารถแก้ได้ และขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นเมื่อเราต้องการ
แต่เมื่อบางสิ่งยังคงอยู่นอกเหนือการควบคุม ความอดทนจะมอบหนทางให้หัวใจเดินหน้าต่อ

แทนที่จะบังคับตัวเองไม่ให้รู้สึกอะไร จงเตือนตัวเองว่า:
อัลลอฮ์ทรงเห็นสิ่งที่ฉันกำลังแบกรับ
อัลลอฮ์ทรงได้ยินคำวิงวอนของฉัน
ความยากลำบากนี้จะไม่คงอยู่ตลอดไป
และความอดทนที่จริงใจจะไม่สูญเปล่า ณ อัลลอฮ์

ความอดทนไม่ใช่ความอ่อนแอ
บางครั้ง ความอดทนคือการยังคงละหมาดเมื่อหัวใจหนักอึ้ง
บางครั้ง คือการพยายามอีกครั้งหลังจากวันที่ยากลำบาก
บางครั้ง คือการยอมรับสิ่งที่คุณเปลี่ยนไม่ได้ พร้อมกับยังคงทำงานกับสิ่งที่คุณเปลี่ยนได้

ความเจ็บปวดอาจเป็นเรื่องจริง
แต่ในอิสลาม มันไม่จำเป็นต้องไร้ความหมาย



จงอดทน
จงใช้เหตุปัจจัยที่ถูกต้อง
และรักษาความหวังของคุณไว้กับอัลลอฮ์

callingthai.org