



Em nome de Deus, o Clemente, o Misericordioso

A Bênção da Saúde

Louvado seja Deus Senhor do Universo, testemunhamos que não há divindade exceto Deus, o Glorificado, O Único, e testemunhamos que Muhammad é Seu servo e Mensageiro, e que a paz e as bênçãos de Deus estejam sobre o Mensageiro de Deus, sua família, e seus companheiros.

Quantas são as bênçãos que nos cercam, ainda que muitas vezes delas nos esqueçamos! Reconhecer essas dádivas e refletir sobre elas é o caminho da verdadeira felicidade e sucesso, pois Deus Louvado seja revelou *na surata Al Araf versículo 69: “Recordai-vos das mercês de Deus (para convosco), a fim de que prospereis.”*

Não é uma imensa bênção sair de casa sem dor nem sofrimento, caminhar firme sobre a terra, encher o peito de ar em respirações tranquilas e profundas, e contemplar com os olhos as belezas e a perfeição que Allah depositou em toda a criação? Deus mencionou na *surata Lucman versículo 20: “Porventura, não reparais em que Allah pôs ao vosso dispor tudo quanto há nos céus e na terra, e vos cumulou com as Suas mercês, cognoscíveis e incognoscíveis?”*

Ó tu, agraciado com a saúde: é um equívoco pensar que a tua verdadeira riqueza se resume a dinheiro, propriedades ou ouro. O teu capital mais valioso é o conjunto de dons e bênçãos que Deus te concedeu — inteligência, capacidade, liberdade — e, acima de tudo, a dádiva da saúde, plena e abrangente, que te permite viver com dignidade e realizar o bem.

A saúde é uma das três grandes dádivas que resumem a própria vida: **a segurança, a saúde e o sustento diário**. Disse o Mensageiro de Deus (S.A.A.S): *“Quem amanhece em segurança consigo mesmo, com saúde no corpo e com o alimento do seu dia, é como se possuísse o mundo inteiro.”* (Tirmidhi).

Ó vós, que viveis na bênção da saúde, meditai sobre as palavras do Profeta (S.A.A.S), que destacou o seu imenso valor. Ele colocou a saúde em segundo lugar, logo após a fé. Abu Bakr (que Deus esteja satisfeito com ele) relatou que o Mensageiro de Deus (S.A.A.S) disse: *“Não fostes agraciados, depois da palavra da sinceridade — ou seja, o testemunho de fé — com nada melhor do que a saúde. Então peça a Deus por saúde.”* (Shu‘ab al-Īmān, de Al-Bayhaqī).



Com efeito, quem goza de saúde tem força para cumprir os atos de adoração, trabalhar, aprender, lutar e servir à humanidade. Já o enfermo encontra-se limitado em suas capacidades e possibilidades.

O Profeta (S.A.A.S) deu precedência à saúde em relação à riqueza. Segundo o relato de **Abdullah ibn Khubaib**, que narra de seu tio (que Deus esteja satisfeito com ambos), ele disse: *“Estávamos reunidos em um círculo, e o Profeta (S.A.A.S) chegou com vestígios de água sobre a cabeça. Um de nós disse: ‘Vemos que estás hoje de bom ânimo.’ Ele respondeu: ‘Sim, louvado seja Deus.’ Em seguida, os presentes começaram a falar sobre a riqueza, então o Profeta (S.A.A.S) disse: ‘Não há mal algum em ser rico, desde que se tema a Deus; porém, a saúde para quem teme a Deus é melhor do que a riqueza.’”* (Musnad Ahmad).

Isso porque a saúde é uma bênção grandiosa: ela permite ao ser humano viver com alegria, desfrutar das coisas boas que Deus lhe tornou lícitas e aproveitar os prazeres da vida. Já o doente não encontra prazer em nenhuma delas — até mesmo a água pura e fresca lhe parece amarga e desagradável, enquanto quem goza de boa saúde a saboreia como doce e cristalina.

Como disse **Al-Mutanabbi**:

“Aquele que tem a boca enferma e amarga achará amargo até o mais puro dos mananciais.”

E como afirmou o **imam Al-Busairi**:

“O olho doente nega a luz do sol por causa da inflamação, e a boca enferma rejeita o sabor da água pela doença.”

O Profeta (S.A.A.S) costumava pedir constantemente a Deus por saúde e ensinava isso aos companheiros, mostrando que nenhuma dádiva se iguala a ela. Entre suas súplicas nas orações, dizia: *“Ó Deus, perdoa-me, guia-me, sustenta-me e concede-me saúde.”* (Abu Dāwūd)

E entre as duas prostrações, dizia: *“Ó Deus, perdoa-me, tem misericórdia de mim, concede-me saúde, guia-me e sustenta-me.”* (Abu Dāwūd).

Na súplica do *witr*, ele também dizia: *“Ó Deus, guia-me entre aqueles que guiaste, e concede-me saúde entre aqueles a quem concedeste saúde.”* (Abu Dāwūd).

Além das orações, o Profeta (S.A.A.S) fazia essas súplicas pela manhã e ao anoitecer e ordenava aos companheiros que as repetissem. Ibn ‘Umar (que Deus



esteja satisfeito com ambos) *relatou que: “O Mensageiro de Deus (S.A.A.S) não deixava de dizer, ao amanhecer e ao anoitecer: ‘Ó Deus, peço-Te saúde neste mundo e no outro. Ó Deus, peço-Te perdão e saúde na minha religião, na minha vida mundana, na minha família e nos meus bens. Ó Deus, protege-me por todos os lados — pela frente, por trás, à direita, à esquerda e acima de mim — e refugio-me em Tua grandiosidade contra ser surpreendido por baixo de mim.’”*. (Abu Dāwūd)

Ele (S.A.A.S) também ensinava aos novos muçulmanos a incluírem o pedido de saúde em suas súplicas, dizendo: “Ó Deus, perdoa-me, tem misericórdia de mim, guia-me, concede-me saúde e sustenta-me.” (Sahih Muslim).

O Profeta (S.A.A.S) buscava refúgio em Deus contra a perda da saúde e das bênçãos, dizendo: *“Ó Deus, refugio-me em Ti contra o desaparecimento das Tuas bênçãos, a mudança da Tua proteção, a chegada repentina da Tua punição e tudo o que possa causar Tua ira.”* (Sahih Muslim)

Tão grandiosa é a bênção da saúde que será a primeiro sobre a qual o ser humano será questionado no Dia do Juízo. *O Profeta (S.A.A.S) disse: “A primeira coisa pela qual o servo será questionado, dentre as bênçãos, será: ‘Acaso não te concedemos saúde e não te demos de beber água fresca?’”* (Tirmidhi)

Por isso, o Profeta (S.A.A.S) nos exortou a **aproveitar o tempo de saúde antes da doença**, pois as circunstâncias mudam e nada na vida é permanente. Ibn Abbas (que Deus esteja satisfeito com ambos) relatou que o *Profeta (S.A.A.S) disse: “Aproveita cinco antes de cinco: tua juventude antes da velhice, tua saúde antes da doença, tua riqueza antes da pobreza, teu tempo livre antes da ocupação e tua vida antes da morte.”* (Al-Hākim)

Servos de Deus, é dever de cada crente agradecer a Deus, dia e noite, pela bênção da saúde. A maioria de nós acostuma-se tanto a ela que só reconhece seu valor quando a perde. O hábito e a indiferença conduzem à ingratidão, mas o **agradecimento** preserva as bênçãos e as faz crescer. Pois Deus Altíssimo revelou na *surata Ibrahim versículo 7: “E de quando o vosso Senhor vos proclamou: Se Me agradecerdes, multiplicar-vos-ei os favores.”*. E disse o sábio Ibn ‘Atā’ Allah: “Quem não agradece pelas bênçãos expõe-se a perdê-las; e quem as agradece, as preserva com o laço da gratidão.”.

Aos que enfrentam provações e enfermidades, recomenda-se paciência e fé na recompensa divina. Disse o *Mensageiro de Deus (S.A.A.S): “Não há nenhum muçulmano que sofra de alguma dor ou enfermidade, sem que Deus apague por*



isso os seus pecados, assim como a árvore se livra das suas folhas.” (Sahih Muslim)

Que Deus preserve em nós a bênção da saúde, abençoe nossos corpos, amplie nossos sustentos, conceda-nos um bom fim e cure todos os enfermos.

Escrito por: Sheikh Mohamed Mohamed Ismail Mohamed Malka

Enviado do Ministério Egípcio do Awqaf ao Brasil