

Mga payo hinggil sa pakikibaka laban sa sarili

❑ Natural sa taong magpasalamat sa sinumang mapagmahal. Munimunihin at ipalagay ang mga nakikita at di-nakikitang biyayang ipinagkaloob ng Poong Maykapal. Ang lahat ng mga nilalang ng Panginoon ay hindi makapagkaloob ng kahit isang kusing lang man sa mga biyayang ito.

❑ Pagmasdan mo ang hanging ating hinihinga araw at gabi, at kung saan nakasalalay ang ating buhay at ng ibang mga nilalang. Walang sinumang mabubuhay kapag walang hangin ng ilang mga minuto. Anong kahanga-hangang biyaya ng Panginoon ito! Kung ang lahat ng mga tao sa mundo ay magtulongang lumikha ng biyayang ito, hindi sila magtatagumpay. Magmuni-muni rin hinggil sa ibang mga biyaya ng Panginoon tulad ng mga sintidong panlabas (paningin, pangamoy, panlasa, pandinig, at pandamdang) at mga lihim na kakayahan tulad ng pag-iisip, guniguni at pagpasiya na ang bawat isa nito ay nagtataglay ng walang-hangganang mga pakinabang and ipinagkaloob sa atin ng ating Panginoon. Siya ang Lumikha at Hari ng malawak ng sandaigdigan. Ang tao na isang nilalang na gumagapang sa isa sa mga pinakamaliit na planeta ay kahabag-habag na hindi nauunawaan ang lawak ng kanyang maliit na mundo na ang araw nito ay hindi mahahalintulad sa mga napakalaking araw ng napakaraming mga galaksiya. Ang ating sistemang solar ay walang halaga kung ihambing sa ibang mga sistemang solar na patuloy na imiiwas sa malalakas na mga teleskopyo ng mga magiting na tagalugad at mananaliksik. Pagmasdan mo ang utak ng tao—anong kabigha-bighaning nilalang ito! Ang pinagsama-samang pagsisikap ba ng lahat ng mga tao ay makakagawa ng isa man lang buhay na neuron (selula ng utak) na nilikha at nililikha ng Poong Maykapal bawat oras?! Tiyak na ang handog ng Panginoon na utak na ito ay nararapat na luklukan ng mga magagandang pag-iisip at hindi ng mga masasamang isipan!

❑ Ang lahat ng mga nilalang sa sandaigdigan ito ay Kanyang nakikita, kaya alalahanin ang Panginoon at ang Kanyang mga biyaya, at huwag Siyang suwayin. Inihahandog ang ating mga pangangailangan nang walang pangangailangan sa ating pagsamba. Kung sumusunod ka man sa Kanyang mga kautusan o hindi ay walang pagkakaiba sa Kanya. Para sa ating kabutihan kung bakit ipinag-uutos Niya ang mabuti at ipinagbabawal ang masama. Daigin mong ang mga masasamang isipan and gawain mo ang mga kalipunan ng iyong isip bilang banal na kaharian sa pamamagitan ng pagtaboy sa mga masasamang kampon at anyayahan ang mga sagradong alagad nang sa gayon maaring tulungan at iligtas ka ng Panginoon mula sa mga panganib na iyong makakaharap sa digmaang ito. Huwag umasa kanino man kundi sa Panginoon. Taimtim at taos-pusong magdasal sa Panginoon at humingin ng saklolo upang magwagi sa matinding labanang ito laban sa sarili.

Kongklusyon:

❑ Sinabi ng Imam ‘Ali (‘a): “Sinumang makikibaka laban sa kanyang sarili upang sumunod sa Panginoon, ang kanyang katayuan sa paningin ng Panginoon ay tulad ng isang piyadosong martir.” [Al-Amidi, *Ghurur ul Hikam wa Durar ul Kalim*, *hadith* # 3546]

Para sa karagdagang kaalaman hinggil sa autentikong Islam, dumalaw sa:

<http://al-islam.org/faq/>

v1.0

... *Sumpa sa kaluluwa at sa Kanyang lumikha nito nang walang-kapintasan, at pagkatapos nagbigay ng inspirasyong makaunawa ito ng ano ang tama at mali. Sa katotohanan, matagumpay ang siyang nagdadalisay (ng kanyang sariling kaluluwa).*

(Qur’an 91:7-9)

Sinabi ng Imam Ja‘far al-Sadiq (‘a): “Nagpadala ang Propeta (s) ng Allah ng isang pangkat ng hukbo (sa larangan ng digmaan). Sa kanilang (matagumpay na) pagbalik, kanyang (s) sinabi: ‘Pinagpala yaong nagsagawa ng mas maliit na *jihad* at gagawa ng higit na malaking *jihad*.’ Nang tanungin, ‘Ano ang higit na malaking *jihad*?’ sumagot ang Propeta (s): ‘Ang *jihad* ng sarili (pakikibaka laban sa sarili)’”.

[Al-Majlisi, *Bihar al-Anwar*, tomo 19, p. 182, *hadith* 31]

Mga Kabutihan ng Kaluluwa...

Pakikibaka laban sa Sarili

(jihad al-nafs)

Ang kaluluwa ng tao ay tagpuan ng isang labanan sa pagitan ng dalawang magkalabang lakas. Ang dibinong lakas ay aakit sa kanya tungo sa mga kalipunang panlangit at sa mga mabubuting gawi. Ang makasatanas na lakas ay mag-uudyok sa kanya tungo sa mga lupain ng kadiliman at kahihiyan, at hahalina sa kanya sa mga masasamang gawi. Kapag ang dibinong hukbo ay magtagumpay, ang tao ay magiging mabuti at maluwalhati, kasama ng mga propeta, santo at banal. Subalit, kapag ang hukbo ng Satanas ay magwagi, ang tao ay maging suwail at masama, at mabibilang sa mga di-naniniwala, mapang-api, makasalanan, at yaong mga isinumpa.

Ano ang pakikibaka laban sa sarili?

Jihad al-nafs ay ang pakikibaka laban sa mga masasamang isipan, hangad at lakas ng kasakiman, galit at guniguning walang-ampat, at ang paglalagay ng mga ito sa ilalim ng kapangyarihan ng katwiran at paniniwala sa pagsunod sa mga kautusan ng Panginoon, at sa wakas, pag-aalis ng lahat ng mga masasamang isipan at impluwensiya mula sa sariling kaluluwa. Ang pakikibakang ito ay itinuring na malaking pakikibaka (*al-jihad al-akbar*) sa dahilang ito ay mas mahirap kaysa yaong nasa larangan ng digmaan sapagkat sa pakikibaka laban sa sarili, ang tao ay walang-humpay na nakikilaban sa mga kaaway na namamahay mismo sa kanyang buhay. Itinuturo ng mga katuruang pangmoral ng Islam na sinumang magtagumpay sa pakikilabang ito ay maaring pumailanglang higit pa sa mga anghel, at sinumang hindi magtagumpay dito ay lulusong nang mas hamak pa kaysa mga hayop, at maaari pang maibilang sa kampon ni Satanas.

Ang mga hakbang sa pakikibaka laban sa sarili

□ Hakbang 1: *Pagmumuni-muni*: Ang bawat isa ay dapat na mag-ukol araw-araw ng ilang sandaling pagnilay-nilay tungkol sa sariling mga katungkulan sa Panginoon na Siyang nagpadala sa kanya dito sa mundo, nagbigay ng malusog na pangangatawan at isipan, at naghandog sa kanya ng dunong at mga kakayahan, na puro pinagmumulan ng kaligayahan at kagalakan sa kanyang buhay. Nagpadala rin ang Panginoon ng mga Propeta at Banal na Aklat bilang landas ng patnubay at kaligtasan. Ang layon ng buhay na ito at mga pakay sa lahat ng mga grasyang ito ay mas dakila kaysa pagsunod sa mga makamundong kagustuhan at masasamang hilig na panandalian at pansamantala lamang. Ang kamatayan ay maaring darating anumang oras. Ang mundong ito ay isang pook para sa pagsasagawa ng mga mabuti na magdudulot ng kalugurang walang-hanggan at magdadala sa kanya tungo sa mas mataas na antas ng buhay. Kaya, ang tao ay nararapat na magmuni-muni tungkol sa kanyang tadhana at kawalang-kaya sa mga kamay ng lumilipas na oras at panahon. Nararapat siyang magsisi sa Panginoon para sa pagsayang sa mga mahahalagang taon ng buhay at para sa mga nakaraang gawain na magdudulot ng kahihiyan sa kanya sa Araw ng Paghuhukom. Kaya nararapat siyang magsimulang magsumikap na makaangat mula sa kanyang pagkahamak at humingi ng tulong sa Panginoon na handugan siya ng pag-asa, katapatan at lakas laban sa mga masasamang hilig at kaugalian, at mapailanglang sa ibayo ng mga kasiyahang panlupa at makamundong pakinabang.

□ Hakbang 2: *Kalooban at pagpasiya*: Matatag na pagpasiya ang diwa ng pagkatao at pangunahing kailangan sa pagkamit ng kalayaan mula sa paghahari ng mga masasamang kagustuhan. Ang kalooban na kinakailangan sa yugtong ito ay kahalintulad ng pagtatag ng pundasyon ng isang magandang buhay. Ang mandirigma sa digmaang ito laban sa sarili ay nararapat na linisin niya ang kanyang sarili mula sa mga kasalanan, magsagawa ng lahat ng mga obligatoryong (*wajib*) gawain, magbalak na tumbasan ang mga araw na nasayang (sa pagkakasala), at sa wakas, magpasiya na kumilos nang matino bilang isang makatwirang relihiyosong tao at tunay na tao. Ang kanyang mga kilos ay nararapat na katulad ng pamumuhay ng Propeta (s), at sumunod sa Propeta sa lahat ng kanyang mga pangangailan at pamimili. Ang lahat nito ay hindi makakamit maliban kung alamin niya ang mga batas ng Islam (*shari'ah*) at taimtim na sundin ang mga ito.

□ Hakbang 3: *Pag-uusisa, pagpapahalaga, at panunuri sa sarili*: Pagkatapos sumumpang maging isang taong may malakas na kalooban at pagpapasiya, dapat niyang unawain na ang kabilang-buhay ang lugar kung saan ang kanyang mga sekreto ay mabubunyang. Kaya, dapat

na araw-araw niyang tantiyahin ang sarili upang makaiwas sa mga masasamang asal at kagustuhan, makatamo ng mas marangal na ugali, at makagawa ng mas mabuting mga gawain kaysa sa mga nakaraan. Dapat niyang maunawaan na ang paggawa ng kasalanan ay nakakaalis ng maharlikaang diwa ng kanyang pagkatao, at dapat siyang humingi ng saklolo sa Kanya at magdasal para sa pamamagitan (*shafa'ah*) ng Propeta (s) at ng kanyang Sambahayan (*Ahl al-Bayt*) ('a).

□ Hakbang 4: *Pag-aayos sa sarili*: Ang pagpasiya at pagpapahalaga sa sarili sa nakaraang mga hakbang ay dapat na maging tiyak sa mga pangakong pag-aayos sa sarili. Halimbawa, ang taong may masamang ugali ng malalawang mga mata, dilang naninirang-puri, o sariling namamayagpag ay dapat na kanyang sabihin sa sarili, “Hindi ko lalabagin ang Batas ng Panginoon ngayong araw” at isang araw na sadyang umiwas sa yaing mga kaugalian. Sa pamamagitan ng pagsubok nito nang tapat at may pagpapasiya, kanyang maunawaan kung gaano kadali ito. Hindi niya dapat pansinin ang Satanas at masasamang isipan na ang maliit na gawaing ito ay napakahirap at maaring imposible pa. Kaya, maari niyang unti-unting ipagpatuloy ang pagsubok nito at tingnan kung gaano kadalang iwasan ang isang masamang ugali o magtamo ng isang mabuting katangian.

□ Hakbang 5: *Pag-iingat laban sa masama*: Ang taong nakikibaka laban sa kanyang sarili ay dapat na laging isaalang-alang ang kanyang mga layunin. Bawat oras na may hangad siyang labagin ang mga kautusan ng Panginoon, dapat niyang malaman na ito ay kinikintal sa kanyang isipan ng Satanas at ng kanyang mga kampon, na sumansala sa kanyang magagandang pasiya. Dapat niyang isumpa sila, humingi ng mahabaging kalinga ng Panginoon, at iwaksi ang mga masasamang panimdim mula sa kanyang puso. Dapat niyang sagutin ang Satanas na ngayong araw dapat siyang manatiling tapat sa kondisyong kanyang ipinilit sa kanyang sarili na hindi lalabag sa mga kautusan ng Panginoon. Kaya, sa tulong ng Panginoon, ang Satanas ay maipapalayas. Dapat manatili ang tao sa ganitong pag-iisip hanggang gabi—ang oras para sa pag-uusisa sa sarili at pagpapahalaga sa kanyang mga gawain buong araw. Ito ang oras para alamin kung naging tapat siya sa kanyang Panginoon. Kung naging matapat siya sa Panginoon, dapat niyang pasalamat siya. Ang taong ganoon ay nakagawa ng isang hakbang patungo sa Kanya at naging tampulan ng Kanyang pansin. Kaya patuloy na tutulungan siya ng Panginoon sa pagtutupad ng kanyang mga pangmundo at pangrelihiyong tungkulin, at babawasan ang mga kahirapan ng kanyang pakikibaka sa sumunod na araw. At kapag gagawin niya ito nang maraming beses, makasanayan niyang gumawa ng mga kabutihan at umiwas sa mga masasagwang kaugalian. Kanyang mapupuna na hindi nangangailangan ito ng napakamaring pagsisikap, at ang pagsusunod sa Panginoon ay magbibigay sa kanya ng maraming kalugurang espiritwal. Kung mayroon man siyang mga pagkukulang, dapat siyang humingi ng kapatawaran sa Panginoon at taimtim na ipagdasal sa Kanyang maging mas maingat sa sunod. Bubuksan ng Mahabaging Panginoon ang pintuan ng kayang pagpapala at pagkahabag, at papatnubayan siya sa tuwid na landas.

□ Hakbang 6: *Pag-aalala*: Sa buong larangan ng pakikibaka laban sa sarili, dapat na madalas alalahanin ang Panginoon at ang mga biyayang kanyang ipinagkaloob. Sa bawat hakbang dapat na laging pasalamat ang Panginoon sa Kanyang tulong, biyaya at patnubay sa pagtutupad ng iyong mga hangarin. Ang antas ng pasalamat sa Panginoon ay nararapat na tataas habang ikaw ay nasa mas mataas na yugto na pakikibaka laban sa sarili. Dapat maunawaan na ang tulong ng Panginoon at pagtanggap sa iyong taimtim na mga dasal ang dahilan kung bakit nakaya mong itaboy si Satanas at kanyang mga alagad mula sa iyong puso, at makakamit ng mga maringal na katangiang magugustuhan ng Panginoon. [mula sa Al-Khumayni, *Forty Hadith*, kabanata 1, '*Jihad al-Nafs*']