

### La ricompensa del *Sabr*

- L'Imam al-Sadiq(a) disse: “Qualunque credente che sopporti pazientemente una tribolazione che gli capita, avrà la ricompensa di mille martiri.” [Al-Kulayni, *al-Kafi*, vol.2, bab *al-sabr*, hadith # 17]
- L'Imam al-Sadiq (a) disse: “Quando il credente entra nella sua tomba, la *salat* è nella sua mano destra, la *zakat* nella sua sinistra, la virtù lo fronteggia, e *sabr* lo tiene sotto al suo riparo. Quando i due angeli incaricati d'iniziare l'interrogazione, *sabr* dice alla *salat*, alla *zakat* ed alla virtù, ‘Prendetevi cura del vostro compagno, e se fallite ad assisterlo io stessa mi prenderò cura di lui.’ [Ibid, hadith # 8]

### Un consiglio per conseguire *Sabr*

Questo mondo è la prigione del credente. Raccogli tutta la forza che è in tuo possesso e sii paziente e tollerante per tutti i suoi alti e bassi. Con coraggio e forza d'animo, sopporta le avversità e le calamità. Renditi conto che l'agitazione e l'angoscia dentro di te, a parte che comportano una grande disgrazia esse stesse, sono inutili di fronte alle sofferenze e calamità. Sii felice con Dio e non lamentarti di fronte alle altre creature dei Suoi decreti impellenti ed ordini inevitabili. Durante i periodi di grande difficoltà, rivolgì l'attenzione del tuo cuore al punto focale dell'Assoluta Perfezione (Iddio) e testimonierai i suoi effetti in questo stesso mondo ed il tuo cuore raggiungerà un'espansione tale che diverrà il regno della manifestazione della sovranità di Dio. La ricchezza e la contentezza pervaderanno il tuo cuore talmente che tutto ciò che è collegato a questo mondo, ai tuoi occhi diverrà privo di valore. *Sabr*, indulgenza e moderazione, potranno premi abbondanti e assumeranno forme belle e sublimi nel mondo del *Barzakh* (purgatorio). Se avrai fede in Dio e crederai che tutti gli affari stiano nelle Sue mani potenti, non ti lamenterai di fronte a Dio l'Onnipotente delle difficoltà della vita e delle avversità che ti colpiscono. Piuttosto, le accetterai volentieri, adempirai ai tuoi doveri e Lo ringrazierai con gratitudine per le Sue bontà. [Estratto da Al-Khumayni, *Forty Hadith*, capitolo 16, ‘Sabr’]

### Conclusione:

- L'Imam ‘Ali (a) disse: “Chi pratica *sabr* non sarà mai privato del successo, anche se potrebbe richiedere molto tempo.” [Nahjul Balagha, saying # 153]

Per saperne di più sull'autentico Islam, visita:

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

...E siate pazienti e perseveranti, perché Allah è con coloro che perseverano.

(Qur'an, 8: 46)

Imam Ja'far al-Sadiq (a) disse:

“In verità, *sabr* sta alla fede come la testa sta al corpo. Il corpo muore senza testa, e così anche quando se ne va la *sabr*, anche la fede scompare.”

[Al-Kulayni, *al-Kafi*, vol. 2, bab *al-sabr*, p. 128, hadith # 2]

Meriti dello Spirito ...

# Pazienza (*Sabr*)

Quando all'Imam ‘Ali (a) fu chiesto della fede (*iman*), egli rispose: “La struttura della fede è sostenuta da quattro pilastri: Pazienza (*sabr*), Convinzione (*yaqin*), Giustizia (*‘adl*) e Lotta (*jihad*). Poi spiegò ulteriormente: ‘La Pazienza si compone di quattro attributi: desiderio, timore, pietà e aspettativa (della morte). Quindi, chiunque sia desideroso di Paradiso ignorerà le cattive tentazioni; chiunque tema il fuoco dell'Inferno si asterrà dai peccati; per chiunque pratici la pietà sopporterà facilmente le difficoltà ed i disagi della vita di questo mondo e chiunque aspetti la morte si affretterà a compiere buone azioni.’”

[Al-Amidi, *Ghurar ul Hikam wa Durar ul Kalim*, hadith # 2897]

## La definizione di *Sabr*

- ❑ Il famoso studioso Nasir al-Din al-Tusi disse: “***Sabr* significa frenare il sé dall'agitazione quando ci si confronta con l'indesiderabile.**”
- ❑ Il grande gnostico (‘arif) Khwajah ‘Abd Allah al-Ansari disse: “***Sabr* significa trattenere il sé dal lamentarsi riguardo all'angoscia nascosta.**”

## I tipi ed i gradi di *Sabr*

Ci sono vari gradi e livelli di *sabr* come indicato dalle nobili tradizioni e la ricompensa ed il merito variano in accordo al grado ed al livello.

- ❑ Imam ‘Ali (a) disse, "Il Messaggero di Allah (s) disse: “***Sabr* è di tre tipi: *sabr* al momento dell'afflizione, *sabr* riguardo all'obbedienza, e *sabr* riguardo alla disobbedienza (ad Allah). Ed il terzo è superiore ai primi due tipi.**” [Al-Kulayni, *al-Kafi*, vol. 2, bab *al-sabr*, hadith # 15]
- ❑ Imam ‘Ali (a) disse: “***Sabr* è di due tipi: *sabr* verso ciò che non vi piace e *sabr* verso ciò che vi piace.**” [Mizan al-Hikmah, hadith # 10099]

## Relazione tra *Sabr* e *Ma’rifah* di Dio

❑ Sino a quando una persona sente angoscia interiore per le disgrazie e le difficoltà della vita, la sua *ma’rifah* (gnosi) di Dio rimane carente. Quando una persona raggiunge l'appagamento (*rida*) e la soddisfazione nelle disgrazie ed avverse condizioni, il suo spirito raggiunge una sua stazione più alta di vicinanza a Dio. *Sabr* riguardo all'astinenza dai peccati e l'adempimento dei doveri (*ta'at*) è dovuta alla mancanza di conoscenza dei segreti dell'*ibadat* (adorazione) e delle forme che atti di peccato ed obbedienza assumeranno nell' Aldilà.

❑ Quando una persona crede fermamente che ciò che sta per ottenere nell'altro mondo dopo la morte asarà la conseguenza delle sue opere compiute in questa vita terrena, non avrà alcuna difficoltà ad attraversare difficoltà e situazioni difficili. Piuttosto, una persona simile si feliciterà per le difficoltà incontrate nell'adempimento dei doveri divini. La sua gioia sarà più grande dell'angoscia provata da una persona normale nei momenti di difficoltà. Il suo attaccamento a Dio durante le circostanze avverse accresce. Una manifestazione di una tale elevata stazione di *rida* fu esemplificata nelle personalità dei compagni dell'Imam Hussain (a) nella vicenda di Karbala.

❑ Imam Reza (a) disse: (tra le esortazioni del Profeta (s) ad Abu Dharr (ra): “...Se sei in grado di agire per il compiacimento (*rida*) di Allah con ferma convinzione, allora fallo. E se ciò non fosse possibile, allora pratica *sabr* sulle questioni sgradevoli in quanto ciò porterà abbondanza di beni.” [Al-Majlisi, *Bihar al-Anwar*, vol. 82, p. 136, hadith # 21]

## Il risultato di *Sabr*

❑ *Sabr* produce molti buoni risultati che includono la formazione dell'anima e della disciplina. Se una persona sopporta pazientemente disgrazie e calamità per qualche tempo e resiste seriamente alle avversità derivate dal culto e dai riti, e all'amarezza

derivante dalla rinuncia a piaceri proibiti, e se tutto questo è fatto per la ricerca di obbedienza al suo Signore e Colui Che provvede, diventa gradualmente facile per lui sopportare le avversità e le difficoltà. L'anima di una persona paziente abbandona il suo incontrollato stato precedente e sviluppa una duratura facoltà luminosa che lo solleva oltre la stazione della *sabr* per raggiungere altre stazioni spirituali più alte. Praticare *sabr* mentre s'ingiunge il bene e proibisce il male (*amr bil ma'ruf wa nahi 'anil munkar*) rende una persona più salda e ferma

❑ Angoscia, ansietà e insieme di meccanismi spiacevoli al momento di una perdita finanziaria, morte, disastri naturali ecc., sono segni di debolezza spirituale. Essi privano la propria persona di stabilità e dignità, debilitano la determinazione, ed indeboliscono l'intelletto. In tali momenti delicati, *sabr* è la chiave della felicità e liberazione. Essa rafforza la volontà ed il potere della risolutezza per superare le circostanze avverse, per prendere decisioni razionali ed agire con saggezza.

❑ *Sabr* riguardo ai peccati è la fonte della propria *taqwa* (timor di Dio). *Sabr* riguardo all'obbedienza (*ta'at*) è la fonte dell'intimità con Dio ed il Suo amore. E *sabr* nella sciagura è la fonte della *rida* con il destino ed i decreti divini.

## Livelli più alti di *Sabr*

❑ *Sabr fi Allah* (*sabr* in Dio): Significa fermezza nel tentativo di sbarazzarsi dalle cattive abitudini (ad esempio mentire, calunniare, avidità) ed i brutti tratti (ad esempio l'egoismo, ipocrisia, invidia) ed il praticare l'astinenza dagli oggetti d'amore ed attrazione (ad esempio evitando musica *haram*, rinunciando a dormire per la preghiera della notte, mangiando moderatamente) durante l'auto-purificazione. E' la negazione della soggettività nel percorso dell'Amato (Dio). Questo livello appartiene ai viandanti (*ahl al-suluk*).

❑ *Sabr ma'a Allah* (*sabr* con Dio): Un viandante ardente nel cammino di Dio durante la sua sincera *ibadat* e sforzi raggiunge uno stato tale di disinteresse che egli di volta in volta testimonia intimità con Dio. La luce dei Suoi attributi e nomi illumina il suo cuore e visione. Egli deve essere paziente e salvaguardare se stesso dalle tracce minori di amor proprio, orgoglio, ecc. Durante queste fasi al fine di testimoniare livelli più alti.

❑ *Sabr an Allah* (*sabr* da Dio): Essa si riferisce alle stazioni degli amanti di Dio che dopo aver sperimentato il Suo intenso amore devono tornare nel loro mondo materiale e sopportare la separazione da Lui. E' la più dura e la più difficile delle stazioni. Questo sublime livello di *sabr* è indicato dall'Imam ‘Ali (a) nel famoso Du'a Kumayl “**O mio Dio, mio Maestro e mio Signore! Anche se fossi in grado di sopportare il Tuo castigo, come potrei reggere alla separazione da Te?!**”

❑ *Sabr bi Allah* (*sabr* per Dio): E' lo stato di perfezione sperimentato quando si raggiunge la stazione di esistere solo con Dio (*baqa' bi Allah*) e si plasma se stessi secondo le norme di Allah (*takhalluq bi akhlaq Allah*). E' per quelli benedetti con la stabilità e la costanza, ed è raggiunto dopo *sabr* con Dio.