# 27082 - Punir-se como incentivo a praticar o bem?

**Pergunta**

Sei que se punir e se privar é eficaz para se encorajar a praticar o bem, mas como posso me punir?

**Resposta detalhada**

Todos os louvores são para Allah.

O crente que deseja salvar a si mesmo se esforçará para se resguardar de tudo que pode conduzir à sua condenação, e ele é bom consigo mesmo. Parte dessa bondade é cuidar de seu relacionamento com Allah para que seja salvo da punição da outra vida, e se esforçar para fazer o que lhe foi ordenado e evitar o que lhe foi proibido, buscando assim o prazer de Allah. Então, o crente começa por se arrepender de todos os pecados e se esforçar na prática de boas ações, para alcançar altos níveis de fé, aplicando os meios apropriados, como aprender sobre as recompensas por boas ações, os efeitos e as causas do pecado e, também, mantém-se afastado dos que o desencorajam e carecem de ambição, ouvindo histórias daqueles que se empenham na adoração. Dessa forma, se ele enfraquece na prática de boas ações, se comete pecado, ou se descobre que está inclinado a isso, este é o momento para a punição.

A punição vem depois de aprender a verdade e se desviar dela. Você não deve começar com a punição, porque não há punição antes do conhecimento e este não dá espaço para desculpas.

Você também deve notar - que Allah te abençoe - que a punição não deve ser almejada como um fim por si só, mas sim como um meio de se disciplinar. É como a cauterização utilizada no doente, que só se faz na medida do necessário.

Não é bom se punir e se sobrecarregar com mais do que você pode suportar, ou com coisas que causem danos físicos, como queimar-se com fogo ou ficar exposto ao sol, etc. Em vez disso, a

punição deve assumir a forma de se obrigar a praticar boas ações, sem causar muitas dificuldades, ou se privar das coisas que gosta. No entanto, você se conhece melhor e sabe o que o torna mais preguiçoso e o empurra para o pecado, e você deve evitar essas coisas.

Al-Maqdisi (que Allah tenha misericórdia dele) disse:

Se o crente se controla e vê alguma falha ou comete algum pecado, ele não deve tomar o assunto levianamente, pois isso pode levá-lo a cometer pecados regularmente e, então, será difícil para ele deixar esse pecado. Em vez disso, ele deve punir-se de maneira permissível, assim como disciplinaria sua esposa ou filhos. Foi narrado que 'Umar saiu para um jardim que possuía e retornou, então notou que as pessoas haviam rezado o 'Asr, em seguida ele disse: "Eu fui para o meu jardim e quando voltei as pessoas haviam rezado o 'Asr; eu doo meu jardim em caridade aos pobres."

E foi narrado que Tamim al-Daari (que Allah esteja satisfeito com ele) dormiu uma noite e não se levantou para rezar o Tahajjud (oração da noite) até o amanhecer, então ele rezou o qiyaam al-lail (orações noturnas voluntárias) por um ano e não dormiu para se punir por ter dormido aquela noite.

Hassan ibn Sinaan passou por uma sala e disse: "Quando isso foi construído?" Então, ele pensou consigo mesmo e disse: "Tu estás perguntando sobre algo que não é da tua conta? Vou me punir com um jejum de um ano", e ele jejuou naquele ano.

Mas no que diz respeito às punições que causam danos físicos ou envolvem a prática de algo repreensível, elas não são permitidas. Foi narrado que um homem olhou para uma mulher, então ele arrancou os próprios olhos, e que outro desobedeceu a Allah com sua mão, então ele colocou sua mão no fogo até que ficou paralisado. Essas ações não são permitidas, e um homem não pode tratar a si mesmo dessa maneira.

De Mukhtasar Manhaaj al-Qaasidin.

E Allah sabe melhor.