

**UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO**  
**FACULDADE DE FILOSOFIA, CIÊNCIAS E LETRAS DE RIBEIRÃO PRETO**  
**DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA**  
**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA**

**Felicidade, religiosidade, espiritualidade e bem-estar no Islam:**  
**Uma contribuição à Psicologia Positiva, à Psicologia da Religião e à Psicologia Islâmica**  
Sálua Omais

Ribeirão Preto - SP  
2024

SÁLUA OMAIS

## **TESE PARCIAL/REDUZIDA**

**Felicidade, religiosidade, espiritualidade e bem-estar no Islam:**

**Uma contribuição à Psicologia Positiva, à Psicologia da Religião e à Psicologia Islâmica**

Tese apresentada à Faculdade de Filosofia, Ciência e Letras de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo, como parte das exigências para a obtenção do título de Doutora em Ciências, pelo Programa de Pós-Graduação em Psicologia.

Área de concentração: Psicologia em Saúde e Desenvolvimento

Orientador: Prof. Dr. Manoel Antônio dos Santos

Ribeirão Preto - SP  
2024

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

*Em nome de Deus, O Misericordioso, O Misericordioso*

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ

*Certamente (Deus) jamais mudará as condições que concedeu às pessoas, a menos que elas mudem o que há em seus íntimos. Alcorão - Surata Ar-Ra'd (O trovão), versículo 11.*

## RESUMO

Omais, S. (2024). **Felicidade, religiosidade, espiritualidade e bem-estar no Islam: Uma contribuição à Psicologia Positiva, à Psicologia da Religião e à Psicologia Islâmica.** Tese de Doutorado, Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo (USP).

Esse estudo reúne três vertentes teóricas: a Psicologia Positiva, a Psicologia da Religião e a Psicologia Islâmica. A Psicologia Positiva pesquisa os elementos responsáveis pelo funcionamento positivo do ser humano, pelo bem-estar e pela felicidade. Um de seus modelos mais representativos é o PERMA, um acrônimo proposto por Martin Seligman, formado por cinco elementos: emoções positivas, engajamento, relacionamentos, sentido e realização. Muitos desses elementos podem também ser influenciados pela religiosidade e pela espiritualidade, levando a Psicologia da Religião a investigar como a fé e as práticas espirituais influenciam o bem-estar. Para isso, no entanto, é preciso um conhecimento prévio e profundo das especificidades de cada religião, como no caso do Islam. Essa é a proposta da Psicologia Islâmica, uma epistemologia decolonial emergente baseada na religião islâmica que investiga o funcionamento psicológico a partir das crenças e do estilo de vida dos muçulmanos, tendo como bases os ensinamentos do Alcorão e da *Sunna*. Diante da relevância e amplitude do tema, este estudo tem por objetivo analisar os ensinamentos orientados para a felicidade e/ou o bem-estar no Islam e investigar a sua relação com a religiosidade e espiritualidade, traçando um paralelo entre a Psicologia Islâmica e a Psicologia Positiva. Trata-se de um estudo exploratório, de abordagem qualitativa. Participaram cinco sheiks sunitas que residem no Brasil há pelo menos 15 anos, e um tradutor do Alcorão em língua portuguesa. A coleta de dados foi organizada em duas etapas, sendo a primeira, por meio da solicitação, aos interlocutores, do preenchimento de um formulário que continha palavras que representam elementos do modelo PERMA e as forças de caráter, a fim de que eles preenchessem, segundo sua livre escolha, com versículos do Alcorão que tivessem relação com essas temáticas. Na segunda etapa, foram realizadas entrevistas semiestruturadas, com duração entre 60 a 120 minutos, acerca de temas relacionados ao bem-estar e à felicidade, do ponto de vista islâmico. As entrevistas foram realizadas por meio de uma plataforma *on-line*, audiogravadas e, posteriormente, transcritas na íntegra pela pesquisadora. Os dados foram identificados e interpretados fazendo-se uma comparação entre os conceitos de felicidade e bem-estar seculares e religiosos. Os resultados mostram que o conceito de religiosidade/espiritualidade, felicidade e bem-estar no Islam estão intimamente ligados. A crença em uma felicidade na vida após a morte configura-se como um motivador intrínseco que incentiva o monitoramento do sujeito sobre suas ações na vida mundana, e a crença em um julgamento final é uma fonte de conforto diante das adversidades e desafios da vida. A perspectiva de uma recompensa na vida após a morte influencia as decisões do sujeito sobre a forma de agir no mundo. Os versículos do Alcorão também demonstram um claro incentivo à prática de virtudes tanto individual quanto socialmente. Tais condutas são parte fundamental da fé que reforçam valores religiosos, a conexão com Deus e com outros indivíduos em uma relação recíproca onde crenças, práticas e ensinamentos religiosos se interrelacionam com aspectos do bem-estar. Esses resultados ampliam o arcabouço teórico da Psicologia Islâmica, da Psicologia da Religião e da Psicologia Positiva que tem, como uma de suas metas investigar a felicidade e o bem-estar sob perspectivas não ocidentais.

**Palavras-Chave:** Islam; Psicologia Positiva; Psicologia Da Religião; Espiritualidade; Alcorão; Psicologia Islâmica

## ABSTRACT

Omais, S. (2024). **Happiness, religiosity, spirituality and well-being in Islam: A contribution to Positive Psychology, Psychology of Religion and Islamic Psychology.** Doctoral Thesis, Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo (USP).

This study brings together three theoretical strands: Positive Psychology, the Psychology of Religion and Islamic Psychology. Positive Psychology researches the elements responsible for the positive functioning of human beings, well-being and happiness. One of its most representative models is PERMA, an acronym proposed by Martin Seligman, formed by five elements: positive emotions, engagement, relationships, meaning and achievement. Many of these elements can also be influenced by religiosity and spirituality, leading the Psychology of Religion to investigate how faith and spiritual practices influence well-being. To do this, however, prior and in-depth knowledge of the specificities of each religion is necessary, as is the case with Islam. This is the proposal of Islamic Psychology, an emerging decolonial epistemology based on the Islamic religion that investigates psychological functioning based on the beliefs and lifestyle of Muslims, based on the teachings of the Quran and the Sunna. Given the relevance and breadth of the topic, this study aims to analyze the teachings oriented towards happiness and/or well-being in Islam and investigate their relationship with religiosity and spirituality, drawing a parallel between Islamic Psychology and Positive Psychology. This is an exploratory study, with a qualitative approach. Participants were five Sunni sheikhs who have lived in Brazil for at least 15 years, and a translator of the Quran in Portuguese. Data collection was organized in two stages, the first being by asking interlocutors to fill out a form that contained words that represent elements of the PERMA model and character strengths, in order for them to complete, according to your free choice, with verses from the Quran that were related to these themes. In the second stage, semi-structured interviews were carried out, lasting between 60 and 120 minutes, on topics related to well-being and happiness, from an Islamic point of view. The interviews were carried out via an online platform, audio-recorded and later transcribed in full by the researcher. The data was identified and interpreted by making a comparison between secular and religious concepts of happiness and well-being. The results show that the concept of religiosity/spirituality, happiness and well-being in Islam are closely linked. The belief in happiness in the afterlife is an intrinsic motivator that encourages the subject to monitor their actions in worldly life, and the belief in a final judgment is a source of comfort in the face of life's adversities and challenges. The prospect of a reward in the afterlife influences the subject's decisions about how to act in the world. The verses of the Quran also demonstrate a clear encouragement to practice virtues both individually and socially. Such behaviors are a fundamental part of faith that reinforce religious values, the connection with God and with other individuals in a reciprocal relationship where religious beliefs, practices and teachings interrelate with aspects of well-being. These results expand the theoretical framework of Islamic Psychology, the Psychology of Religion and Positive Psychology, which has, as one of its goals, investigating happiness and well-being from non-Western perspectives.

**Keywords:** Islam; Positive Psychology; Psychology of Religion; Spirituality; Quran; Islamic Psychology

## SUMÁRIO

<b>PREÂMBULO</b> .....	11
<b>APRESENTAÇÃO</b> .....	18
<b>INTRODUÇÃO</b> .....	22
<b>Felicidade e bem-estar sob as lentes da Filosofia ocidental e da Psicologia Positiva</b>	29
A felicidade na Filosofia clássica .....	29
A felicidade e o bem-estar na Psicologia Positiva - histórico e conceitos .....	31
<b>Felicidade e bem-estar sob as lentes da Psicologia da Religião</b> .....	45
Artigo 1: Religiosidade/Espiritualidade: interrelações com o bem-estar e saúde mental à luz da Psicologia Positiva .....	50
Artigo 2: Psicologia Islâmica: uma perspectiva inclusiva de epistemologias religiosas no campo da Psicologia da Religião.....	74
<b>O Islam e as bases da religiosidade e espiritualidade islâmica</b> .....	92
Considerações socioculturais e a necessidade de perspectivas decoloniais para uma compreensão mais fidedigna do Islam .....	93
Artigo 3: O Alcorão: uma leitura sobre as particularidades do livro sagrado dos muçulmanos, a <i>Sunna</i> , o profeta Muhammad e os pilares fundamentais do Islã .....	100
Artigo 4: Sheikhs do Brasil: papéis sociais e trajetórias de líderes islâmicos no contexto brasileiro .....	121
<b>Felicidade e bem-estar sob as lentes da Filosofia e Psicologia Islâmica</b> .....	142
A felicidade na filosofia islâmica .....	143
Artigo 5: Psicologia Islâmica: uma visão panorâmica sobre modelos e concepções teóricas da psiquê humana.....	154
<b>JUSTIFICATIVA E RELEVÂNCIA DO ESTUDO</b> .....	173
<b>OBJETIVOS</b> .....	180
Objetivo geral .....	180
Objetivos específicos .....	180
<b>PERCURSO METODOLÓGICO</b> .....	181
Cuidados éticos .....	182
Cenário .....	182
Participantes .....	183

Procedimentos .....	188
<b>RESULTADOS .....</b>	<b>193</b>
Estudo 6 - Happiness in Islam the role of religion and spirituality in Muslims' well-being .....	195
Estudo 7 - Virtues and character strengths in the Quran: enhancing well-being from the perspective of Positive Psychology and Islamic Psychology .....	206
Estudo 8 – Ethics, morals, virtues and character strengths: a comparison between Islamic Psychology and Positive Psychology.....	231
<b>DISCUSSÃO GERAL.....</b>	<b>257</b>
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>272</b>
<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>280</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>292</b>
<b>APÊNDICES .....</b>	<b>300</b>

## PREÂMBULO

O presente estudo intitulado “*Felicidade, religiosidade, espiritualidade e bem-estar no Islam: uma contribuição à Psicologia Positiva, à Psicologia da Religião e à Psicologia Islâmica*” é uma pesquisa realizada pela autora, sob a orientação do professor Manoel Antônio dos Santos, como requisito para a obtenção do título de Doutorado pelo programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade de São Paulo (USP), da Faculdade de Filosofia, Ciência e Letras de Ribeirão Preto, com o objetivo de investigar como os ensinamentos trazidos dentro religião muçulmana podem contribuir para o bem-estar de seus adeptos.

A inquietação de um pesquisador pode ser despertada por várias razões, inclusive pela sua própria história e trajetória de vida. Isso não foi muito diferente no meu caso, e por isso não poderia deixar de discorrer um pouco sobre as minhas raízes. Nasci no ano de 1979, em Campo Grande, Mato Grosso do Sul, filha de imigrantes libaneses muçulmanos que saíam de um contexto político-econômico conturbado no Líbano em busca de melhores condições de vida em uma terra considerada promissora: o Brasil. Desde a infância, muitas situações me faziam perceber as dificuldades de quem pertence a uma minoria religiosa: dificuldades no pertencimento, nas diferenças de crenças, hábitos, costumes e comportamentos. São desafios nada fáceis de se compreender aos olhos de uma criança, nem de se adaptar, gerando medos, tristezas e inseguranças.

O comportamento dos muçulmanos não está atrelado somente à religião, mas também às suas culturas de origem. A diversidade do mundo árabe contribui para que o Islam acabe se mesclando, de geração em geração, com hábitos culturais, criando uma relação tão intrincada que para muitos, incluindo os próprios adeptos, torna difícil distinguir o que é cultura e o que é religião. Pelo prisma teológico islâmico, a religião ocupa uma posição mais elevada e deve se sobrepor à cultura quando houver divergências entre ambas. No entanto, isso nem sempre acontece uma vez que a cultura é transmitida de geração em geração de forma forte e contínua. Há também uma outra dificuldade: o idioma. Muitos muçulmanos no Brasil são estrangeiros que, apesar de viverem há anos no país, nem sempre conseguem se expressar claramente na língua portuguesa. Esse é mais um motivo pelo qual alguns deles buscam profissionais da própria comunidade para atendê-los, seja por causa do idioma, da cultura ou da religião em comum. Por isso é necessário um conhecimento preciso dessas singularidades por profissionais de saúde para compreender melhor os comportamentos e as necessidades dessa população.



Ser filha(o) de imigrante, e ter uma dupla identidade não só documental, mas também cultural não é algo muito simples já que culturas como do Líbano e do Brasil são bem diferentes entre si, em diversos pontos como costumes, alimentação, idioma, regras sociais, vestimenta, e outros aspectos que muitas vezes até se chocam. As famílias libanesas se esforçam em manter a cultura árabe viva entre seus descendentes, não apenas em casa como também por meio de viagens constantes ao país de origem, afim de que os filhos absorvam o idioma e os costumes diretamente de seus pais, através da convivência, e não percam suas raízes. Se a diversidade cultural por si só já é um desafio, se somada à diversidade religiosa o desafio torna-se duplamente maior. O fato de a religião muçulmana representar menos de 1% da população brasileira, ao contrário de países da Europa ou Oriente Médio onde esse índice é maior, torna o processo de adaptação dos jovens ainda mais conflitante e desafiador, tanto do ponto de vista psíquico como social. E, apesar dos grandes avanços nas legislações que hoje protegem a liberdade religiosa, nem sempre esse contexto foi tão favorável, sendo frequente se deparar com preconceitos e atitudes islamofóbicas e xenofóbicas no contexto brasileiro.

O desconforto vivenciado por muçulmanos como minoria religiosa começa em tenra idade, na escola, onde os primeiros conteúdos sobre o Islam e/ou sobre o Oriente Médio são ensinados em aulas de História e Geografia. São muitas as histórias a serem contadas, mas registro aqui uma que me marcou. Aos 16 anos de idade, durante o cursinho preparatório para o vestibular, um professor de Geografia que ensinava conteúdos sobre o Islam, sem notar a presença de uma muçulmana na sala, disse para uma turma de 80 alunos, em tom irônico: *“Sim, porque vocês sabem né. No Islam, entre uma mulher e um cachorro, os muçulmanos preferem um cachorro”*. Risadas se espalharam pela sala de aula. Como mulher e muçulmana, estar em um ambiente que supostamente deveria servir para ensinar e não para fazer chacota de outras culturas, ouvindo um professor de ensino médio fazendo uma comparação jocosa de uma muçulmana com um animal permaneceu por anos na minha memória como uma cena de extrema ignorância, pré-julgamento, desrespeito e humilhação. O constrangimento e o sentimento de vergonha perante colegas de sala que sabiam da minha identidade foram enormes, mas nem sempre é fácil ao aluno reagir assertivamente diante de tais situações tendo em vista que a hierarquia nos ambientes educacionais muitas vezes intimida. Contudo, mesmo diante da minha tentativa de esclarecer a questão pessoalmente com o professor ao final da aula, a resposta acabou piorando quando, para minha surpresa, ele me disse: *“desculpa, se eu soubesse que tinha uma muçulmana na sala, eu não teria dito”*. Isso mostra que esse ciclo se

perpetua ainda mais face a ausência dos adeptos, e o “desconhecimento” continua a ser multiplicado, contribuindo para a disseminação do preconceito e da própria Islamofobia.

Fatos como esse demonstram a enorme lacuna de conhecimentos sobre o Islam em diversos espaços e ambientes. A construção persistente de estereótipos negativos pela mídia de massa ao longo dos anos tem se sobreposto a qualquer outro tipo de saber. Trago esses relatos para enfatizar a necessidade de trabalhos na área de Psicologia voltados para essa população. Mostro esse cenário para ilustrar que acontecimentos semelhantes a esses ficam registrados na memória abalando a autoestima e a autoconfiança do indivíduo, além de dificultar a integração social das minorias, seu reconhecimento e o respeito às suas crenças, hábitos e comportamentos. Há uma necessidade premente de se ampliar estudos nessa temática no ambiente acadêmico a fim de explorar e desmistificar os estereótipos que giram em torno do Islam e compreender melhor a religião e as particularidades da comunidade muçulmana.

São muitas as situações desafiadoras enfrentadas por muçulmanos em países não-muçulmanos, mesmo em países democráticos como o Brasil. O uso do *hijab* (véu islâmico) pelas mulheres, é um deles. Quando eu ainda era acadêmica na faculdade de Odontologia, aos 17 anos, tentei usar o *hijab* mas o medo e a insegurança do uso do véu nos meios sociais e dos eventuais constrangimentos ou dificuldades profissionais me fizeram, após um único dia de uso, desistir e abandonar algo que representava minha religiosidade e minha identidade. Anos depois, aos 24 anos de idade, ingressei no curso de Psicologia e de Direito, os quais cursei juntamente com o Mestrado em Psicologia da Saúde e Saúde Mental. O conhecimento em ambas as áreas, a presença constante da religiosidade e a psicoterapia, me ajudaram a fortalecer ainda mais a minha identidade, quando então aos 25 anos, um pouco mais estruturada emocionalmente, decidi voltar a usar definitivamente o *hijab*. Algumas viagens ao redor do mundo também me permitiram ampliar o meu repertório cultural, ver como os muçulmanos vivem e adaptam a sua religiosidade no país onde vivem, o que me ajudou a superar certas barreiras, que por vezes são reais, e sim, por vezes são fruto do nosso imaginário.

Mais do que o sentimento de incompletude e frustração, a sensação de uma muçulmana ao deixar de usar sua vestimenta religiosa é a de falta de liberdade. Parece até contraditório, já que o Ocidente prega tanto a liberdade atribuindo a opressão ao mundo árabe-islâmico. No entanto, a liberdade é aquela que permite ao sujeito realizar suas próprias escolhas livremente ao invés de ser obrigado a seguir padrões culturais aos quais ele não pertence e com os quais ele não concorda. Por isso, as diferenças entre o conceito de liberdade ocidental e islâmico também são um dos pontos abordados nesse trabalho, afim de contextualizar alguns dos

desafios vivenciados por essa população. Muçulmanas ao redor do mundo precisam diariamente insistir contra uma pressão hegemônica, explícita ou velada, que impõe seu ponto de vista, aumentando a estigmatização de mulheres simplesmente por elas optarem por cobrirem o corpo. Associar a exposição do corpo feminino à liberdade é ilógico e reduz a liberdade da mulher somente ao aspecto físico ao invés de abranger a dimensão psicológica e a liberdade de escolha. Isso, no entanto, parece estar mudando, à medida que o culto excessivo do corpo e da beleza física começou a ser visto mais como uma prisão e um caminho para o adoecimento mental do que uma liberdade propriamente dita.

A escassez de conhecimentos sobre o Islam cria obstáculos que dificultam a busca de ajuda profissional. Muitos muçulmanos não buscam tratamento pelo receio de não encontrar profissionais que compreendam seu estilo de vida e não saibam lidar apropriadamente com tais conteúdos. Essa não é uma possibilidade remota já que a religião nem sempre teve uma boa receptividade na Psicologia do mesmo modo que a Psicologia nem sempre foi vista com bons olhos em alguns contextos religiosos. O equilíbrio está na dose, nos limites, e é neles que podemos construir um ponto saudável entre essas duas áreas do conhecimento. Apesar dos princípios trazidos pelo Código de ética do psicólogo para proteger o paciente de condutas ou questionamentos inapropriados sobre a sua religiosidade do indivíduo, será que isso é efetivamente cumprido na prática? Quantos cursos de psicologia até hoje ensinam a seus alunos que temas relacionados à religião não devem ser abordados pelo psicólogo no âmbito clínico? A religião não pode ser um tabu na psicologia, assim como qualquer outro tema e isso precisa ser desmistificado nos ambientes acadêmicos que ainda insistem em excluir a religiosidade e a espiritualidade de suas grades curriculares. Nos Estados Unidos, a Psicologia da Religião é uma especialidade que existe há mais de 50 anos, havendo um crescimento progressivo de pesquisas na área, enquanto que no Brasil observam-se muitas barreiras para a sua implementação.

Os estudos no campo da religiosidade e espiritualidade me despertaram interesse à medida que conheci a Psicologia Positiva. É um campo novo que se apresenta mais aberto para o estudo da espiritualidade do que outras perspectivas teóricas, uma vez que seu foco principal é o bem-estar. A busca por perspectivas mais preventivas de saúde relacionadas ao bem-estar e o interesse em temas no campo do desenvolvimento pessoal foram alguns dos fatores que me levaram até a Psicologia Positiva. Ao longo dos anos dei início a alguns projetos profissionais, ministrando cursos e treinamentos sobre o tema e no ano de 2018, publiquei meu segundo livro, o “Manual de Psicologia Positiva”, pela editora Qualitymark. No mesmo ano, submeti uma proposta na Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS) que resultou na implantação

da disciplina de Felicidade e Inteligência Emocional, projeto este que foi aprovado e oferecido aos acadêmicos do campus como disciplina optativa. Com 120 vagas ofertadas e preenchidas, e mais uma lista espera, percebi a necessidade e o interesse de tantos alunos em compreender essa temática, que parece simples, mas é ao mesmo tempo complexa.

No ano de 2019, idealizei a construção desse projeto, apresentando-o inicialmente como pôster, no Congresso Internacional da Associação Internacional de Psicologia Positiva (*International Positive Psychology Association - IPPA*), em Melbourne, na Austrália. A proposta então se transformou-se em um projeto de pesquisa de doutorado, cujo objetivo era investigar a concepção de felicidade e bem-estar na perspectiva do Alcorão e como os ensinamentos islâmicos encorajavam comportamentos positivos. A pesquisa foi iniciada sob a orientação da professora Francirosy Campos Barbosa, e a partir de 2021, passou a ser orientada pelo professor Manoel Antônio dos Santos. No ano de 2020, em meio à pandemia, idealizei a criação do primeiro grupo de psicólogos voltados especificamente para a comunidade muçulmana no Brasil, o *PsicoIslam*, que hoje conta com mais de 7 mil seguidores no *Instagram*, com conteúdos diversos sobre saúde mental, espiritualidade e Islam. O intuito era desmistificar os estigmas que muitos muçulmanos carregam acerca da Psicologia e conscientizar a comunidade sobre a necessidade do cuidado com a saúde mental. Através do grupo criamos uma ponte com diversos líderes religiosos da comunidade, que, além de apoiarem o projeto, participaram de *lives* informativas que buscavam integrar a espiritualidade islâmica à conteúdos de saúde mental. O grupo é inédito no Brasil, recebendo o apoio de lideranças religiosas e da comunidade em geral. Houve uma identificação imediata dos muçulmanos, os quais demonstraram crescente interesse nos atendimentos por sentirem que os profissionais, por compartilharem da mesma crença, teriam uma compreensão melhor de sua crença religiosa.

A escassez de cursos e pesquisas sobre saúde mental e o Islam no Brasil junto a essas necessidades da comunidade, foram um estímulo que me fizeram desenvolver essa pesquisa, e buscar, fora do Brasil, conhecimentos mais específicos voltados para as demandas desses grupos em congressos e cursos sobre a Psicologia Islâmica, um campo emergente na ciência. Apesar de ainda nova no Brasil, tem-se observado uma grande presença desse tema em cursos, pesquisas e publicações de revistas internacionais. Além de apresentações sobre a pesquisa em eventos nacionais e internacionais e dos diversos artigos submetidos, no ano de 2021 recebi o prêmio melhor vídeo dentre os alunos de pós-graduação da Universidade de São Paulo (USP), representando o objetivo 17 de desenvolvimento sustentável da ONU, relativo ao bem-estar (Eposterres premiados, 2021; Marchiori, 2021). Ao longo do doutorado, tive a possibilidade

também de concluir uma pós-graduação em Psicologia Islâmica oferecida pelo Cambridge Muslim College, em Cambridge, na Inglaterra. Entre o ano de 2022 e 2023, realizei, ao longo de seis meses, um estágio de pesquisa do doutorado sanduíche (PDSE/CAPES) na cidade de Cambridge na Inglaterra, afim de aprofundar a pesquisa. O estágio foi realizado em duas instituições de ensino: na Universidade de Cambridge, onde fui supervisionada pelo prof. Dr. Timothy Winter (Sheikh Abdul Hakim Murad) e no *Cambridge Muslim College* (CMC), supervisionada pelo prof. Dr. Abdallah Rothman, presidente da International Association of Islamic Psychology (IAIP).

Além da Psicologia, participo também de alguns grupos na área jurídica também ligados à religião, atuando como presidente da Comissão de Liberdade e Assistência Religiosa da OAB seccional de Mato Grosso do Sul, organizando e realizando *lives* e eventos informativos ligados ao tema da liberdade e tolerância religiosa. Participo também da ANAJI, Associação Nacional dos Juristas Islâmicos, uma associação que atua na proteção dos direitos à liberdade religiosa da comunidade muçulmana especificamente, e que, além de discutir as demandas e dificuldades enfrentadas pela comunidade, também leva conteúdos sobre o Islam, o Direito e áreas afins.

Ao percorrer essa trajetória é possível ilustrar melhor algumas motivações e utilidades práticas desse estudo. A psicologia como ciência precisa de profissionais para atender demandas específicas sendo importante compreender a comunidade muçulmana por um viés mais realista e menos manipulado midiaticamente bem como suas necessidades de integração social, seus costumes e práticas religiosas sem julgamentos ou imposição de valores. O Islam, por meio de sua doutrina e de seus ensinamentos, reforça muito o papel das práticas religiosas como formas de apoio e conforto diante das adversidades da vida. O Alcorão, como fonte primária desses ensinamentos e um código de condutas que traz diversos conteúdos, tanto religiosos como seculares, por meio de metáforas, parábolas e histórias de superação, é considerado uma fonte de resiliência para muitos muçulmanos. A interpretação complexa e ampla de seus versículos e a espiritualidade praticada por meio das práticas islâmicas acabam sendo uma fonte de apoio em momentos difíceis.

É possível construir uma relação de complementariedade entre espiritualidade e saúde mental. A literatura já vem demonstrando que orientações espirituais contidas em escrituras sagradas, quando bem utilizadas, podem contribuir para o processo de mudança do indivíduo. Logo, se a religião possui uma importância na vida do indivíduo, porque não compreender e aproveitar seus recursos ao invés de separar a dimensão espiritual da dimensão psicológica? Quão positiva pode ser a influência das prescrições e práticas religiosas nas cognições, emoções

e comportamento de seus adeptos? Esse estudo tem uma relevância sociocultural à medida que tenta não só unir a psicologia ao estudo da espiritualidade, derrubar estereótipos sobre o Islam e incluir saberes não ocidentais, valorizando-os tanto quanto os tradicionais saberes ocidentais. Espera-se que esse estudo possa abrir novos caminhos e que o repertório acadêmico possa se beneficiar desse que é um tema abrangente e ainda pouco explorado no Brasil: a concepção islâmica da felicidade e do bem-estar.

## APRESENTAÇÃO

Para a construção desse trabalho, foram realizados alguns estudos que abordam as temáticas envolvidas com o objeto do estudo e com as bases teóricas que sustentam a construção desse trabalho, bem como estudos empíricos que incluem os dados obtidos dos procedimentos metodológicos. O estudo 1, 2, 3, 4 e 5 são revisões narrativas sobre temáticas que foram fundamentais para o referencial teórico da pesquisa, e, o estudo 6, 7 e 8 apresentam resultados empíricos e teóricos relativos à pesquisa.

No estudo 1, intitulado *Religiosidade/Espiritualidade: interrelações com o bem-estar e saúde mental à luz da Psicologia Positiva* é realizada uma interlocução teórica que analisa as interfaces entre a R/E e o bem-estar. Esse estudo inclui os conceitos e distinções entre espiritualidade e religiosidade encontrados na literatura, abordando também as distinções entre os conceitos de bem-estar e saúde mental e a relação entre ambos. O estudo traça um breve percurso histórico que marcou o surgimento da Psicologia Positiva, identificando os principais conceitos do modelo PERMA, construído por Martin Seligman que serviu de base para a construção dos instrumentos utilizados na coleta de dados. O manuscrito elenca alguns resultados positivos, apontados pela literatura da R/E sobre diversos elementos relacionados ao bem-estar como emoções positivas, resiliência, sentido e significado, relacionamentos, virtudes humanas e forças de caráter, realizações, saúde física e saúde mental. O artigo foi submetido e publicado pela revista *Memorandum*, da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG)

O estudo 2, intitulado *Psicologia Islâmica: uma perspectiva inclusiva de epistemologias religiosas no campo da Psicologia da Religião* problematiza a necessidade de uma ciência psicológica que seja culturalmente sensível e abarque as particularidades de certos grupos. Por meio de uma reflexão teórica são discutidas as razões que levaram ao surgimento das *indigenous psychology* ao redor do mundo, incluindo a Psicologia Islâmica, que tem se destacado como uma opção dentre as psicoterapias de base espiritual e religiosa. O texto discute a evolução da Psicologia da Religião desde o seu início, no ano de 1946, e sua inclusão pela Associação Americana de Psicologia como uma especialidade e faz um percurso histórico sobre algumas ideias propostas por estudiosos islâmicos para o desenvolvimento de uma ciência voltada para a necessidade dos muçulmanos. São discutidos também alguns conceitos básicos sobre essa perspectiva teórica e os desafios ainda necessários para o seu desenvolvimento. O texto elenca ainda alguns dos principais institutos de estudo e pesquisa de Psicologia Islâmica ao redor do mundo, sendo um deles, o Cambridge Muslim College, em Cambridge, na

Inglaterra, o local onde a autora dessa pesquisa realizou seu estágio de pesquisa do doutorado durante seis meses. Esse artigo foi submetido, aprovado e publicado pela revista Psicologia USP.

O estudo 3, intitulado *Alcorão: uma leitura sobre as particularidades do livro sagrado dos muçulmanos, a Sunna, o profeta Muhammad e os pilares fundamentais do Islã* é uma introdução geral sobre a doutrina islâmica. É um estudo teórico-reflexivo que constrói uma visão panorâmica do Islam, desde o seu surgimento, incluindo a revelação do livro sagrado dos muçulmanos, a missão do profeta Muhammad (saws), elementos doutrinários e alguns conteúdos presentes no Alcorão e na *Sunna*. O estudo destaca ainda a ascendência profética de Muhammad (saws) desde seus ancestrais e revela os cuidados relativos à conservação do conteúdo alcorânico até os dias atuais, bem como com o processo de tradução. São incluídos também no texto explicações sobre os principais pilares do Islam e da fé islâmica, incluindo elementos referentes ao comportamento ético-moral que contribuem para a formação e o desenvolvimento do caráter do muçulmano. O artigo foi submetido, aprovado e em breve será publicado pela revista Estudos de Religião, da Universidade Metodista (SP).

O estudo 4, intitulado *Sheikhs do Brasil: papéis sociais e trajetórias de líderes islâmicos no contexto brasileiro*, revela alguns dos principais papéis, atribuições e desafios enfrentados por líderes islâmicos, expondo também a sua trajetória no cenário brasileiro. Deve-se destacar que teve como participantes sheikhs que atuam no Brasil, e são poucas as pesquisas brasileiras que descrevem detalhadamente a trajetória desses líderes e a importância função que eles exercem dentro e fora da comunidade muçulmana. O artigo também menciona os desafios da tradução do livro sagrado dos muçulmanos e da preservação de seus conteúdos, citando os principais tradutores do Alcorão na língua portuguesa. O artigo foi aprovado e está em fase de edição para ser publicado em breve na Revista Caminhos, da PUC de Goiás.

No estudo 5, intitulado *Psicologia Islâmica: uma visão panorâmica sobre modelos e concepções teóricas da psiquê humana* é realizada uma revisão de literatura que apresenta as bases, conceitos e elementos que caracterizam a Psicologia Islâmica, uma perspectiva teórica emergente em diversos países do mundo, que se utiliza de saberes religiosos e espirituais islâmicos para construir uma epistemologia psicológica mais holística do ser humano integrada aos princípios e saberes islâmicos. Essa nova proposta se constrói sob as bases de uma psicologia decolonial, a partir de conhecimentos que alinhados às necessidades dessa população que incluem as dimensões física, mental e espiritual bem como crenças, condutas e elementos ligados ao mundo transcendental. O texto resgata os principais expoentes que encabeçaram esse movimento por um paradigma islâmico de psicologia e aborda alguns modelos teóricos



presentes na literatura já pesquisados a partir dessa perspectiva epistemológica, que incluem o estudo da alma e do equilíbrio espiritual. O artigo foi submetido e publicado pela revista REVER, da PUC-SP.

O estudo 6, intitulado *Happiness in Islam The Role of Religion and Spirituality in Muslims' Well-Being* discorre sobre alguns dos conceitos relacionados à Felicidade na perspectiva islâmica. Esse é um estudo qualitativo e exploratório que teve como intuito explorar os conceitos de felicidade sob a perspectiva do Islam. O estudo discute uma parte dos dados empíricos obtidos na segunda fase dessa pesquisa, a qual se efetivou por meio de entrevistas semiestruturadas e audiogravadas, com seis representantes islâmicos do Brasil. O estudo revela duas dimensões da felicidade na visão islâmica, a felicidade mundana e a felicidade eterna e conclui que os versículos alcorânicos de modo geral apresentam conteúdos que, além de direcionar e influenciar comportamentos e atitudes positivamente, podem, por meio de um processo de ressignificação cognitiva, auxiliar os muçulmanos no processo de enfrentamento de desafios e situações adversas. Esse manuscrito foi revisado por pares e publicado na forma de capítulo no livro *Selected Proceedings from the 1st International Conference on Contemporary Islamic Studies (ICIS 2021)*, da editora Springer

O estudo 7 é um artigo escrito em colaboração com os professores Harold Koenig, um dos nomes mais proeminentes em pesquisas de R/E no mundo, e o professor G. Hussein Rassool, também renomado na Psicologia Islâmica, ambos com diversas obras e artigos publicados. Esse estudo qualitativo inclui a maior parte dos dados obtidos na primeira fase da pesquisa, pois elenca os principais versículos alcorânicos que incentivam a prática de virtudes. A coleta de dados foi obtida a partir da construção de um instrumento que elencava as 24 forças de caráter que compõem o *VIA Classification of Character Strengths and Virtues*, e foi distribuído para que os seis participantes da pesquisa indicassem de uma a três versículos do Alcorão relacionados a cada uma delas. Ao longo do texto é realizada uma revisão sobre os conceitos relacionados às virtudes na Psicologia Positiva e na Psicologia Islâmica. São também incluídos alguns estudos da literatura que atestam os benefícios do uso de escrituras sagradas no processo terapêutico em virtude da forte influência desses recursos nas crenças, nos estados emocionais e em comportamentos do indivíduo. Os resultados obtidos mostram que os conteúdos alcorânicos incentivam a prática de diversas virtudes e condutas prosociais, sendo assim um importante recurso a ser utilizado no processo preventivo e terapêutico juntamente com outras técnicas e intervenções clínicas. O artigo foi submetido e encontra-se sob análise no momento.

O estudo 8, intitulado *Ethics, morals, virtues and character strengths: a comparison between Islamic Psychology and Positive Psychology* foi um capítulo publicado em 2023, no livro *The Way of Love* da professora Dra. Carrie York El-Karam (EUA), também uma das pesquisadoras de maior destaque na Psicologia Islâmica a nível mundial. É um estudo teórico que discute as similaridades e diferenças entre alguns elementos da Psicologia Positiva e da Psicologia Islâmica relacionados ao tema das virtudes e forças de caráter. O texto faz uma breve revisão sobre o modelo PERMA e as virtudes na perspectiva da PP com os preceitos teóricos da Psicologia Islâmica, mergulhando também em estudos sobre a moral, a ética e a formação e consolidação do caráter desenvolvida por filósofos islâmicos clássicos que discorreram sobre o tema, como Miskawayh, Al-Ghazali, Al-Isfahani, entre outros. São discutidas as principais virtudes relacionadas à felicidade na visão islâmica identificando-se os pontos de convergência e divergência entre a Psicologia Positiva e a Psicologia Islâmica. Ao final do texto, é traçado um paralelo entre conceitos relacionados à ética e ao caráter e sua relação com o bem-estar tanto individual como social, destacando-se o papel da fé e da religiosidade como a grande base que une todos esses elementos na perspectiva islâmica.

## INTRODUÇÃO

Desde o seu surgimento, a psicologia, como ciência, trouxe a preocupação constante em manter tanto a cientificidade dos seus estudos, como também uma suposta ‘neutralidade’ quando o assunto era a religião do indivíduo. Ao explicar a experiência religiosa como um fenômeno empírico e subjetivo, William James (1991, p. 111), já deixava claro que “a ciência e a religião são ambas chaves genuínas destinadas a abrir a casa do tesouro do mundo àquele que for capaz de usar qualquer uma delas praticamente. Bem como, é claro, nenhuma das duas saberia tornar supérfluo o uso simultâneo da outra”. Essa frase demonstra uma ambiguidade ao confirmar que, apesar da necessidade de separação das duas dimensões, ainda assim existe a necessidade do uso de ambas conjuntamente. Isso introduz resumidamente um pouco da proposta desse estudo, cujo intuito é investigar elementos da religião que podem influenciar positivamente na felicidade e no bem-estar.

O estudo da felicidade e do bem-estar são fundamentais não só para a ciência psicológica como para o campo da saúde de forma geral. Níveis elevados de bem-estar geram impactos positivos na saúde física, nos relacionamentos afetivos, nas amizades e relações interpessoais no trabalho, na resiliência, no desempenho cognitivo, melhora nos níveis de produtividade e redução do absenteísmo e da rotatividade no trabalho (Diener et al., 2018). O termo felicidade pode ser conceituado de várias formas, desde definições etimológicas até definições mais subjetivas construídas conforme a visão de mundo de cada um. De acordo com o dicionário Michaelis, felicidade significa “1. estado de espírito de quem se encontra alegre ou satisfeito; alegria, contentamento, fortúnio, júbilo. 2. Acontecimento ou situação feliz ou alegre; sorte, sucesso, ventura”. A origem etimológica da palavra, vem do latim *felicitas*, e tem ligação com o termo *félix*, que significa feliz, e ainda provém do grego *phyo*, que quer dizer “fecundo” ou “frutífero” ou “aquilo que é produtivo”. Tratando-se de um conceito amplo e abordado pelas mais diversas perspectivas teóricas, torna-se imprescindível revisar os saberes filosóficos clássicos que iniciaram os debates acerca do assunto, que também foi incluído ao longo dessa tese.

O conceito de felicidade engloba desde reflexões filosóficas profundas até conceitos subjetivos, ela continua sendo um grande objeto de estudo na Psicologia, apesar das teorias psicológicas terem priorizado, por muito tempo, o estudo de doenças mentais e do adoecimento psíquico. Ao final da década de 90, um novo cenário começou a surgir, a partir da presidência da Associação Americana de Psicologia (APA), pelo psicólogo e pesquisador Martin Seligman,

que, por meio de questionamentos, faz um alerta à comunidade científica sobre a necessidade da ciência psicológica se dedicar não somente aos estudos das patologias, da dor e do sofrimento humano, mas também, ao estudo do bem-estar e de recursos que pudessem potencializar as qualidades humanas (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). A ideia da Psicologia Positiva, de forma mais simples, seria a de focar naquilo que “faz bem” ao invés de se debruçar somente sobre a investigação dos fatores que acentuam o sofrimento e limitam o ser humano. Esse movimento criou um campo de pesquisa amplo o suficiente para abarcar não somente estudos sobre a Psicologia em si, mas ligado também a outras áreas do conhecimento como a genética, biologia, antropologia, sociologia, neurociências A religiosidade e a espiritualidade também se incluem nesse rol, podendo gerar benefícios por meio das práticas, rituais e dos ensinamentos religiosos (Omais & Santos, 2022c). Essa abertura da Ciência a novos paradigmas vem possibilitando a reconstrução de uma ponte que durante muito tempo esteve fragmentada, e que ainda não alcançou totalmente os ambientes acadêmicos. Apesar do termo “felicidade” ter sido um dos pontos centrais de investigação, aos poucos ele foi sendo substituído pelo “bem-estar”, conceito esse que, segundo Seligman (2011), seria mais amplo, abrangente e mensurável. Foi a partir dessa inquietação dos pesquisadores da Psicologia Positiva em identificar e compreender melhor os elementos que contribuem para o bem-estar, seja no aspecto individual ou social, que diversos modelos então surgem a fim de explicar o que realmente gera satisfação ao ser humano. A religiosidade e a espiritualidade também são fatores que influenciam o bem-estar sendo assim um importante elemento a ser investigado.

O Islam possui atualmente mais de 2 bilhões de seguidores espalhados pelo mundo (Muslim Population by country 2024, s.d.), o que representa quase 1/4 da população mundial. No entanto, tanto a religião muçulmana quanto seus adeptos são persistentemente associados pela mídia a um contexto de guerra, violência, opressão e terrorismo. Contudo, o que faz uma religião atrair tantas pessoas de diversos locais do mundo, culturas, raças e classes sociais, a despeito de tantos estereótipos? O conhecimento que se tem sobre o Islam hoje é parcial e há um contingente de pessoas que não compreende seus princípios e sua essência, observando-se assim um amplo déficit de conhecimento sobre todos os seus aspectos. Comportamentos extremos de adeptos que extrapolam os limites de um comportamento religioso saudável não são práticas exclusivas dos muçulmanos, por isso não se pode fazer generalizações. Além disso, a quantidade de obras, cursos e pesquisas que façam uma ligação mais específica entre o modo de vida islâmico adotado pelos muçulmanos e hábitos de saúde ligados à saúde mental e

emocional ainda é escassa, sobretudo se comparada a produções sobre outras denominações religiosas.

Por mais de 500 anos, os muçulmanos realizaram inúmeras descobertas e progressos na ciência que plantou as bases para o renascimento europeu, após a idade das trevas. Esse legado, porém, não é facilmente visibilizado. Com exceção de alguns campos do conhecimento, as contribuições científicas da civilização islâmica raramente são mencionadas em pesquisas e livros acadêmicos. Avanços científicos e tecnológicos são frequentemente atribuídos a pensadores ocidentais, reforçando uma imagem que posiciona o Ocidente como detentor das maiores revoluções científicas da história e de uma ciência pioneira e superior a de outros povos do mundo. Há um processo hegemônico e imperialista presente ainda na sociedade que insiste em associar o conhecimento de qualidade somente à pensadores e pesquisadores europeus ou norte-americanos, e a psicologia também é refém disso. O que muitos não sabem é que os ocultamentos acadêmicos e deturpações midiáticas da imagem e dos conteúdos da doutrina islâmica estão atrelados a um sistema fomentado por uma indústria islamofóbica. Recentemente por exemplo, uma matéria jornalística revelou que em apenas três anos, cerca de 81 projetos de lei foram propostos nos EUA para “difamar as práticas religiosas islâmicas”, além das inúmeras tentativas de governos locais, como a Flórida por exemplo, em “proibir livros escolares que fizessem qualquer referência ao Islam na história” (Rifai, 2016, s.p.). Tais pretensões são lamentáveis, sobretudo vindas de países ditos “democráticos”. Esses dados são graves e alarmantes, e expõem os bastidores do preconceito e da intolerância onde grupos, motivados por interesses pessoais, insistem em apagar o Islam dos livros e de outras fontes do conhecimento. São tentativas contínuas de reduzir o acesso a saberes que poderiam mostrar o rico legado islâmico. Conteúdos que eventualmente poderiam despertar um maior interesse sobre o Islam são desencorajados ou bloqueados intencionalmente para dar espaço a discursos que alimentam o ódio e enchem os noticiários de todo o mundo com os tradicionais rótulos da violência e do terrorismo. O crescimento do Islam no mundo é uma ameaça para as grandes potências, e essa hostilidade política advinda de países europeus e norte-americanos não é velada, mas declarada pública e abertamente.

O Islam é uma religião que “afronta” o interesse de muitos grupos. A escassez de conteúdos “positivos” sobre a religião em livros, mídias e publicações em geral, não é mera coincidência. O controle da mídia e de fontes de conhecimento que fomentam representações negativas e assustadoras sobre o Islam infelizmente é uma realidade já comprovada. Nos Estados Unidos e no Canadá já foram publicados estudos e relatórios que revelam uma indústria

milionária de islamofobia, que não só controla a mídia como também financia, há décadas, jornalistas, a indústria cinematográfica, livros, professores/acadêmicos de universidades renomadas, e formadores de opinião para disseminarem informações deturpadas sobre o Islam (Ali et al. 2011; Cair, 2019; Lean, 2017; Zine, 2022). A famosa “indústria da islamofobia”, que se perpetua há anos no Ocidente, sustentada por doações milionárias e envolvendo profissionais de diversas áreas e englobando países do continente europeu e da América do Norte até pouco tempo não era conhecida. Sua publicização ocorreu frente às inúmeras pesquisas publicadas acerca do tema e do genocídio na Palestina, que tornou explícita a manipulação de matérias midiáticas financiadas por essa mesma indústria. Não bastasse o controle da mídia a nível nacional e internacional, ameaças também são dirigidas a acadêmicos, artistas, profissionais, empresários, estudantes e quaisquer grupos que defendam interesses contrários ao deles.

Percebe-se assim um contexto nebuloso envolvendo a imagem do Islam no mundo, somada a uma construção histórica que se arrasta a séculos, consolidando representações negativas tanto sobre a religião muçulmana, como sobre os muçulmanos. Se isso ocorre nos dias de hoje, provavelmente no passado não foi diferente, explicando por que tantas contribuições advindas do legado islâmico muito raramente aparecem nos livros. Os próprios livros escolares, que muitas vezes vem repletos de distorções sobre o Islam, são construídos sob uma visão eurocêntrica e sobretudo, francocêntrica (Salgado Neto, 2010). Isso explica as razões desses ocultamentos, que se devem a um passado marcado por conflitos históricos como as cruzadas, como também a um presente marcado pela intolerância de países europeus aos costumes e práticas islâmicas. Nesse aspecto, há um cenário “colonialista” que ainda perdura na sociedade, idealizado por países do Ocidente. Essa é uma das maiores barreiras para a compreensão de outros povos e religiões, sendo essencial decolonizar os olhares para compreender outros povos e culturas (Akhtar, 2008; Sisemore & Knaab, 2020).

Diante de um cenário de tantas hostilidades com relação ao Islam e, ao mesmo tempo, do papel central que a religião exerce na vida de muitos muçulmanos, surgiu a ideia de se fazer uma pesquisa que investigasse como a religiosidade e a espiritualidade islâmica influenciam o bem-estar do indivíduo. Por ser uma religião que inclui não somente dogmas ou rituais, mas também orientações sobre os mais diversos assuntos, faz-se necessário compreender a influência religiosa no comportamento dos seus adeptos. Inclusive, durante o 7º Congresso Internacional de Psicologia Positiva (IPPA), o líder do movimento, Martin Seligman, destacou a importância do aprofundamento dessa temática da R/E nas diversas religiões, mencionando um interesse especial em estudos sobre a felicidade e o bem-estar no Islam, em virtude da lacuna

de pesquisas sobre o assunto. Esse cenário tão atual, tornou ainda mais propícia a realização e concretização desse trabalho, cujo objetivo é analisar os ensinamentos orientados para a felicidade e/ou o bem-estar, encontrados no Alcorão e na *Sunna* e investigar a sua relação com a R/E, por meio de leituras e interpretações feitas por Sheikhs sunitas no Brasil e um dos tradutores do Alcorão na língua portuguesa. Essa proposta busca agregar conteúdos novos sobre um tema ainda tímido na literatura acadêmica nacional e contribuir com o arcabouço teórico da Psicologia Islâmica, da Psicologia Positiva e da psicologia da religião.

Essa pesquisa resgata também os estudos de uma ciência milenar, a Psicologia Islâmica, derivada da filosofia islâmica medieval e dos ensinamentos de uma religião originada há mais de 1.400 anos, agregando assim novos saberes ao campo da psicologia da religião. Esse estudo foi projetado basicamente sobre três vertentes teóricas: a Psicologia Positiva, a psicologia da religião e a Psicologia Islâmica. Ao longo do trabalho observa-se muitos pontos em comum entre elas. A Psicologia Positiva é a perspectiva teórica “secular” utilizada para a construção dos instrumentos de coleta e para a análise de dados. As virtudes e forças de caráter, um dos elementos de destaque da PP, sempre estiveram presentes nas religiões (inclusive elas serviram de fonte para o estudo de Peterson e Seligman (2004). Outros temas como o sentido e propósito, as emoções positivas, os relacionamentos e a realização, elementos básicos do modelo PERMA, assim como a resiliência, também se conectam diretamente a conteúdos religiosos (Omais & Santos, 2022c). A Psicologia Islâmica é o elemento inédito desse trabalho, sendo o Alcorão e a *Sunna* suas maiores fontes. Pesquisar o conceito de felicidade e bem-estar ancorado em na espiritualidade e religiosidade islâmica amplia o arcabouço teórico tanto da psicologia da religião como da Psicologia Positiva que tem, como dentro dos objetivos de sua terceira onda, investigar como esses conceitos se configuram em comunidades não-ocidentais.

Cabe ainda fazer algumas colocações introdutórias, antes de adentrar os capítulos, para situar o leitor. Por se tratar de um tema religioso, ligado a conteúdos sagrados, houve um cuidado especial com a forma como alguns termos foram empregados no texto, como no caso da palavra *Islam*, por exemplo, cuja grafia aqui se diferencia de outras formas presentes na literatura brasileira como Islã ou Islamismo, que também são válidas. O objetivo, no entanto, ao optar pela palavra *Islam* é manter a fidelidade ao termo estrangeiro original, evitando o uso de sinais gráficos da língua portuguesa ou outras adaptações que a distanciem de sua pronúncia em árabe. Do mesmo modo que alguns estrangeirismos da língua inglesa foram absorvidos pela língua portuguesa, há termos em árabe que também exigem essa preservação. As referências ao nome do profeta do Islam foram também mantidas na forma que mais se aproxima do original

em árabe, Muhammad ao invés da tradução errônea de Maomé, termo que, apesar de popular no Brasil, é inadequado devido à sua raiz na língua portuguesa que remete a um termo pejorativo inapropriado e desaprovado pela comunidade muçulmana. A opção pelas grafias *Islam* e *Muhammad* deve-se ainda ao fato de serem as mesmas grafias utilizadas por pesquisadores internacionais, de diversos idiomas, mantendo-se assim um alinhamento com os mesmos padrões utilizados globalmente. Nota-se também ao longo do texto que o nome do profeta Muhammad aparece acompanhado da sigla *saws* (*sallahu alaihi wa salam*), cujo significado é “que a paz e as bênçãos de Deus estejam sobre ele” que também é empregada com frequência na literatura, sendo assim mantida em respeito à tradição islâmica que preconiza o seu uso como forma de respeito à figura do profeta.

Observa-se ainda ao longo dos capítulos, que a palavra Deus é usada algumas vezes em português e outras em árabe como *Allah*, sendo essa última mais presente nas citações diretas do Alcorão. A palavra *Allah* nada mais é do que a tradução em árabe da palavra Deus, o Criador do Universo no sentido mais genérico do termo e não aquilo que muitos acreditam ser um “deus” específico dos muçulmanos. Na verdade, o termo *Allah* é mantido na língua árabe por algumas razões. Uma delas é para se manter fiel ao idioma original na qual o Alcorão foi revelado. Além disso, há algumas peculiaridades linguísticas. O termo *Allah* não se refere a nenhum gênero, uma vez que essa é uma classificação utilizada para os humanos e a denominação referente a Deus é algo mais abrangente e abstrato. Outra peculiaridade é que o termo não admite flexão para o plural na língua árabe, sendo utilizado somente no singular, uma vez que se refere a um Ser unitário (Hayek, 2019).

O preceito básico do Islam é a adesão ao monoteísmo puro e a crença em um Deus Único e Universal, por isso qualquer explicação que desvie dessa concepção é considerada profanação aos princípios sagrados do Islam. Muitos não sabem, porém é importante destacar que a palavra *Allah* é usada em países árabes por cristãos, judeus e adeptos de outras religiões para se referir a Deus no idioma árabe, não sendo assim um termo exclusivo do Islam. Pesquisadores como Gomes (2006) e Salgado Neto (2010) alertam sobre a forma incorreta que *Allah* é retratado nos livros didáticos: como “um deus exclusivo da fé muçulmana, totalmente afastado de suas origens judaico-cristãs” (Salgado Neto, 2010, p. 72). Esses erros presentes nas diversas fontes do conhecimento contribuíram para muitas distorções e desconhecimentos básicos sobre o Islam, como afirma Armstrong (2002, p. 37):

Essa é uma visão que muitos ocidentais têm tido dificuldade em aceitar: alguns ainda ficam verdadeiramente surpresos ao ouvir que os muçulmanos adoram o mesmo Deus que os judeus e os cristãos: eles imaginam que ‘Alá’ seja uma divindade completamente



diferente, como o Júpiter do Panteão romano. Outros pensam que os ‘maometanos’ veneram seu Profeta do mesmo modo que os cristãos a Cristo.

Uma outra observação também importante é o uso do termo “alma” que é empregado no texto no sentido amplo da palavra que inclui a dimensão psicológica e espiritual. Como a literatura islâmica não diferencia alma de psiquê, por se tratar de uma mesma substância imaterial do ser humano, ambos os termos são usados de forma análoga neste estudo, porém sob uma visão psicoespiritual integrada. Do mesmo modo, as palavras felicidade e bem-estar, também são nomenclaturas distintas na ciência psicológica, porém na Psicologia Islâmica elas nem sempre são claramente diferenciadas.

Considerando que esse estudo faz uma perspectiva secular e uma religiosa, foram utilizados para representá-las, as expressões “felicidade na perspectiva ocidental” e “felicidade na perspectiva islâmica” respectivamente. O emprego do termo “ocidental” não se refere às diferentes etnias e religiões presentes no Ocidente, mas sim ao pensamento ocidental, a um padrão cultural hegemônico que dominou (e ainda domina) e “coloniza” territórios, pessoas e pensamentos, apropriando-se de saberes de outros povos, impondo a eles suas ideias e seu estilo de vida como “padrão ideal” de felicidade. Esse processo também inclui a Ciência, mais especificamente a Psicologia, que se desenvolveu a partir de teorias construídas sob uma visão de mundo ocidental que não inclui crenças, valores e costumes de outros grupos. Por outro lado, o uso da expressão “felicidade na perspectiva islâmica” remete a um contexto mais específico relacionado a conteúdos religiosos somente, e não ao povo árabe, à sua cultura ou à sua região geográfica. Esse estudo desenvolve um conceito de felicidade baseado em saberes religiosos e ensinamentos islâmicos advindos das fontes primárias, ou seja, daquilo que o Islam ensina, e que pode ou não ser praticado pelos muçulmanos. É uma pesquisa focada em uma epistemologia que se baseia na crença islâmica. Logo, as informações obtidas ao longo do trabalho podem não corresponder ao comportamento real de todos os muçulmanos, considerando as diferentes personalidades e níveis de religiosidade que cada indivíduo possui.

## FELICIDADE E BEM-ESTAR SOB AS LENTES DA FILOSOFIA CLÁSSICA E DA PSICOLOGIA POSITIVA

*[...]a atitude de infelicidade não é somente penosa, mas também mesquinha e feia. Que é o que pode ser mais baixo e indigno do que o estado de espírito choramingas, lamurioso, mal-humorado, sejam quais forem os inales externos que o possam ter engendrado? Que é mais prejudicial aos outros? Que é menos útil como meio de livrar-se da dificuldade? Ele apenas fixa e perpetua o problema que o ocasionou, e aumenta o mal total da situação (James, 1991, p. 85).*

Ao assumir a função de presidente da Associação Americana de Psicologia (APA), Seligman questiona o reduzido número de pesquisas e estudos focados no funcionamento “ótimo” do ser humano, dando início ao movimento da Psicologia Positiva, cuja missão era investir em estudos que pudessem contribuir com o florescimento e o bem-estar, tanto de pessoas como de grupos e instituições. A partir do livro *Felicidade Autêntica* (2004) e da obra *Florescer* (2011) Seligman resgata a importância do estudo da felicidade e das emoções positivas para o campo da saúde mental. A felicidade passou a ser estudada sob uma perspectiva mais subjetiva e individual enquanto que o conceito de bem-estar abrangeria o indivíduo e seu meio social. Um dos marcos da PP, foi a construção do modelo PERMA por Seligman, um acrônimo que inclui cinco elementos: emoções positivas, engajamento, relacionamentos positivos, sentido e realização. Cada um desses itens deveria, segundo o autor, preencher três requisitos mínimos: contribuir para o bem-estar, ter um fim em si mesmo e ser mensurado de forma independente (Seligman, 2011).

O primeiro item da sigla PERMA, são as emoções positivas. Elas expandem o campo de visão, percepção, atenção, a criatividade, a capacidade de resolução de problemas, criando também uma maior abertura para novos relacionamentos (Friedrickson, 2013). Friedrichsken elenca dez atitudes que despertam emoções positivas: alegria, a diversão, a gratidão, o interesse, a serenidade, a esperança, a admiração, o orgulho, e o amor, que representa a junção das outras emoções, despertando atitudes e comportamentos positivos entre as pessoas de modo geral (Friedrickson, 2009). O segundo item do modelo PERMA, é o engajamento ou *flow*. O termo é definido como um envolvimento profundo em atividades gratificantes que, por serem intrinsecamente recompensadoras, requerem um alto nível de atenção e energia. São atividades que geram crescimento e evolução pessoal, sendo por isso necessário que ela inclua um certo

nível de desafio compatível com a capacidade do indivíduo (Csikszentmihalyi, 2008). A prática de virtudes se inclui entre essas atividades realizadoras, resultando em emoções positivas que energizam o indivíduo. As forças de caráter foram catalogadas a partir de uma pesquisa de Seligman e Peterson (2004) em diversos países, culturas e religiões, com o objetivo de identificar as qualidades humanas mais valorizadas ao redor do planeta. O estudo das forças e virtudes humanas tornou-se um dos temas mais pesquisados na Psicologia Positiva, sendo um campo promissor na prevenção de certas doenças mentais e uma espécie de proteção contra situações adversas. A tabela 1 ilustra cada uma das forças e algumas de suas definições.

O terceiro elemento elencado por Seligman (2011) são os relacionamentos, sejam eles amorosos, familiares ou sociais de maneira geral. Seja em casa ou no ambiente de trabalho, a qualidade das relações afeta o humor, a produtividade, a saúde e as ações do indivíduo. Pessoas mais satisfeitas e felizes acabam sendo mais agradáveis, entusiasmadas, engraçadas, sociáveis e atraentes do que indivíduos antipáticos ou reclamões. Por isso, apesar de muitos pensarem que bons relacionamentos tornam as pessoas mais felizes, estudos revelam o contrário, ou seja, pessoas felizes com níveis maiores de satisfação com a vida é que possuem melhores relacionamentos familiares e de amizade. Isso porque normalmente as pessoas com atitude mais positivas tendem a se conectar mais facilmente (Diener & Biwas-Diener, 2008).

Sentido e Significado constituem o quarto pilar do modelo de Seligman, e representa uma grande fonte de motivação da vida humana, que se constrói subjetivamente. Há uma infinidade de significados que podem ser elaborados por cada pessoa. Por isso os estudos sobre esse assunto abrangem desde temáticas ligadas à R/E até aquelas relacionadas ao ambiente organizacional. Buscar um sentido na vida tem muitas vezes o objetivo de preencher um vazio existencial no ser humano. Além do elemento existencial, a busca de sentido também está na realização de objetivos que preenchem a vida de uma pessoa (Steger, 2009).

O quinto pilar do PERMA está ligado à busca de uma vida realizadora, cuja gratificação resulta de uma ou mais metas concretizadas. Quando interligados, alguns fatores como o estabelecimento de metas e propósitos, o otimismo, a garra, a autoeficácia, o mindset de crescimento, entre outros, podem contribuir para que o sujeito conquiste aquilo que almeja. A realização requer esforço, por isso, quanto mais alguém investe em determinada atividade, mais intensa será a sensação de conquista e vitória (Seligman, 2011).

## FELICIDADE E BEM-ESTAR SOB AS LENTES DA PSICOLOGIA DA RELIGIÃO

*Para mim, a sua fé pode ser objeto de curiosidade ou desdém. Para você, minha fé pode consistir em um mero conjunto de crenças implausíveis. Mesmo assim, minha fé, para mim, reflete minha confiança no universo e imagino que o mesmo aconteça com você. (George Vaillant, 2010, p.68)*

Apesar de se configurar como uma especialidade da psicologia em alguns países e das inúmeras pesquisas que confirmam os efeitos da religiosidade e da espiritualidade na saúde mental, a psicologia da religião ainda tem uma presença tímida no cenário brasileiro, sendo inclusive desconhecida por aqueles profissionais que não tiveram contato com essa disciplina durante a graduação. Parece haver uma certa resistência do Conselho Federal de Psicologia (CFP) em oficializar tal especialidade no Brasil, embora ela já esteja presente em diversos países do mundo e seja um tema emergente de pesquisas. Oficializada desde o ano de 1971 pela American Association of Psychology (APA), essa área integra a divisão 36 da APA sob o nome de Psicologia da Religião e da Espiritualidade (Hood, 2014). Embora haja um número considerável de pesquisas sobre essa temática no Brasil, muitos psicólogos ainda se sentem inseguros e despreparados para abordar o tema com seus clientes, em virtude do medo em ferir o código de ética profissional estabelecido pelo CFP e também da postura que muitos docentes da área da psicologia adotam até hoje nos cursos de graduação, censurando o assunto sob o frágil argumento de que religião não é objeto de estudo da psicologia e de que ambos são dimensões que não dialogam entre si. Isso demonstra uma nítida lacuna na atualização e na capacitação de profissionais sobre as pesquisas da área, além de um nítido preconceito construído pelas próprias teorias psicológicas ao longo do tempo. Para contornar esse problema, Cunha e Scorsolini-Comin (2019, p. 10) sugerem que “discussões e reflexões a respeito de R/E e suas interfaces devem permear a graduação dos profissionais, em formações complementares, grupos de estudo e supervisão, possibilitando a inserção natural do tema, menores incômodos e preconceito”.

Embora a literatura psicológica elenque somente nomes de precursores do Ocidente, como William James, Alport, Jung entre outros, é preciso lembrar que a história da psicologia da religião não se resume ao mundo ocidental, mas se desenvolveu amplamente ao longo dos séculos. Apesar de existir “oficialmente” há mais de cinco décadas no Ocidente, não se pode afirmar que os estudos de psicologia da religião surgiram somente a partir da data de sua

oficialização nos Estados Unidos. O surgimento de uma ciência não pode ter como marco histórico a sua existência em um único país do mundo. A psicologia da religião é uma ciência milenar. No caso da civilização islâmica, essa temática foi estudada há mais de 1.000 anos atrás por filósofos muçulmanos (Awaad, 2021). Essa é inclusive uma das contribuições dessa pesquisa, resgatar os estudos de uma ciência milenar, a Psicologia Islâmica, derivada dos ensinamentos de uma religião originada há mais de 1.400 anos, incluindo essa epistemologia no arcabouço teórico de estudos sobre a psicologia da religião e da espiritualidade (Omais & Santos, 2022c; 2024b; Sisemore & Knaab, 2023). Apesar de não ser ainda tão difundida no Brasil, os estudos internacionais nessa temática vêm sendo realizados intensamente nas últimas décadas (Haque & Rothman, 2021).

Por se tratar de uma investigação sobre o bem-estar, essa pesquisa introduz alguns estudos que apontam resultados positivos de práticas religiosas e/ou espirituais sobre o bem-estar. A abrangência das pesquisas sobre a R/E de modo geral é extremamente ampla. É uma ciência cujos objetos de estudo vão do nível micro, a nível das subjetividades, ao nível macro, que alcança grupos e comunidades religiosas. O estudo realizado por Omais & Santos (2022c) demonstra efeitos positivos da R/E em todos os elementos do modelo Perma. Os autores fazem uma revisão de literatura que elenca vários estudos que confirmam a relação positiva da R/E com o bem-estar no aspecto emocional, através das crenças e práticas religiosas, no aspecto cognitivo, em razão dos sentidos atribuídos pela crença, e no aspecto comportamental, por meio da prática de virtudes e comportamentos prosociais.

São apresentados a seguir dois artigos teóricos. O primeiro artigo faz um percurso sobre as pesquisas de religiosidade e espiritualidade, dando um panorama geral das bases conceituais dessa temática. Ao mesmo tempo, são apresentados resultados da literatura que comprovam alguns efeitos positivos da religiosidade e da espiritualidade sobre o bem-estar em aspectos como relacionamentos, sentido e propósito, emoções positivas, realização, resiliência, prática de virtudes e na saúde física. O estudo encontra-se publicado no site da revista *Memorandum*<sup>1</sup>, e pode ser acessado pelo link a seguir: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/memorandum>.

O segundo artigo, intitulado *Psicologia Islâmica: uma perspectiva inclusiva de epistemologias religiosas no campo da Psicologia da Religião* (Omais & Santos, 2024b)

---

<sup>1</sup> Alguns artigos incluídos ao longo desta tese não seguem as normas de formatação de texto da APA, mas sim a formatação utilizada pelo periódico.

problematiza a necessidade de uma ciência psicológica que seja culturalmente sensível e abarque as particularidades de certos grupos. Esse é um estudo reflexivo teórico que discute algumas das razões que culminaram no surgimento das *indigenous psychology* ao redor do mundo, incluindo a Psicologia Islâmica, um tema emergente dentre as psicoterapias de base espiritual e religiosa. O texto discute a evolução da Psicologia da Religião desde o seu início, traçando também um percurso histórico sobre algumas das ideias propostas por estudiosos islâmicos para a construção de uma ciência alinhada à demanda dos muçulmanos. São discutidos alguns conceitos básicos sobre essa perspectiva teórica e os desafios ainda necessários para o seu desenvolvimento. São elencados alguns dos principais institutos de pesquisa da Psicologia Islâmica ao redor do mundo, sendo um deles, o *Cambridge Muslim College*, em Cambridge, na Inglaterra, local onde a autora dessa pesquisa realizou seu estágio doutoral durante seis meses. Esse artigo foi publicado pela revista Psicologia USP, e encontra-se disponível no link:

## ARTIGO 1

Omais, S., & Santos, M. A. dos . (2022). Religiosidade/Espiritualidade: interrelações com o bem-estar e saúde mental à luz da Psicologia Positiva. *Memorandum: Memória E História Em Psicologia*, 39. <https://doi.org/10.35699/1676-1669.2022.37598>

Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/memorandum/article/view/37598>



## Religiosidade/Espiritualidade: interrelações com o bem-estar e saúde mental à luz da Psicologia Positiva

**Religiosity/Spirituality: interrelationships with well-being and mental health from the perspective of Positive Psychology**

Sálua Omais

Manoel Antônio dos Santos

Universidade de São Paulo - Ribeirão Preto  
Brasil

### Resumo

Nos últimos anos, tem-se observado um aumento gradativo de estudos que buscam elucidar e compreender os efeitos da religiosidade e espiritualidade (R/E) sobre a saúde mental. Paralelamente, um movimento crescente de pesquisas sobre o bem-estar tem marcado presença no mundo acadêmico, tendo como referência a perspectiva teórica da Psicologia Positiva, que se dedica a estudar os fatores que colaboram para o funcionamento positivo do ser humano. Entre os diversos fatores considerados incluem-se a relação com a transcendência e a espiritualidade, que podem ou não estar associadas ao comportamento religioso. Tendo em vista a relevância e amplitude do tema, este estudo objetiva apresentar uma discussão teórica acerca de resultados de pesquisas que abordam o impacto da R/E no bem-estar e na saúde mental. O arcabouço conceitual da Psicologia Positiva é mobilizado para compreender os elementos que contribuem para a promoção do bem-estar.

**Palavras-chave:** espiritualidade; religiosidade; psicologia positiva; bem-estar; saúde mental.

### Abstract

In the past years, there has been a gradual increase in studies trying to comprehend the effects of religiosity and spirituality (R/S) on mental health. At the same time, a growing research movement on well-being has marked its presence in the academic world, with reference to the theoretical perspective of Positive Psychology, which focuses on the identification of factors that contribute to the positive functioning of human beings. Among these factors, one can mention topics such as transcendence and spirituality, which may or may not be associated with religious behavior. Given the relevance and breadth of the theme, this study aims to present a theoretical discussion about some results of research that address the impact of R/S on well-being and mental health. The conceptual framework of Positive Psychology is used to understand the elements that contribute to the promotion of well-being.

**Keywords:** spirituality; religiosity; positive psychology; well-being; mental health.

### Introdução

# **Religiosidade/Espiritualidade: interrelações com o bem-estar e saúde mental à luz da Psicologia Positiva**

## **Religiosity/Spirituality: interrelationships with well-being and mental health from the perspective of Positive Psychology**

**Sálua Omais**

**Manoel Antônio dos Santos**

Universidade de São Paulo - Ribeirão Preto Brasil

### **Resumo**

Nos últimos anos, tem-se observado um aumento gradativo de estudos que buscam elucidar e compreender os efeitos da religiosidade e espiritualidade (R/E) sobre a saúde mental. Paralelamente, um movimento crescente de pesquisas sobre o bem-estar tem marcado presença no mundo acadêmico, tendo como referência a perspectiva teórica da Psicologia Positiva, que se dedica a estudar os fatores que colaboram para o funcionamento positivo do ser humano. Entre os diversos fatores considerados incluem-se a relação com a transcendência e a espiritualidade, que podem ou não estar associadas ao comportamento religioso. Tendo em vista a relevância e amplitude do tema, este estudo objetiva apresentar uma discussão teórica acerca de resultados de pesquisas que abordam o impacto da R/E no bem-estar e na saúde mental. O arcabouço conceitual da Psicologia Positiva é mobilizado para compreender os elementos que contribuem para a promoção do bem-estar.

**Palavras-chave:** espiritualidade; religiosidade; Psicologia Positiva; bem-estar; saúde mental.

### **Abstract**

In the past years, there has been a gradual increase in studies trying to comprehend the effects of religiosity and spirituality (R/S) on mental health. At the same time, a growing research movement on well-being has marked its presence in the academic world, with reference to the theoretical perspective of Positive Psychology, which focuses on the identification of factors that contribute to the positive functioning of human beings. Among these factors, one can mention topics such as transcendence and spirituality, which may or may not be associated with religious behavior. Given the relevance and breadth of the theme, this study aims to present a theoretical discussion about some results of research that address the impact of R/S on well-being and mental health. The conceptual framework of Positive Psychology is used to understand the elements that contribute to the promotion of well-being.

**Keywords:** spirituality; religiosity; positive psychology; well-being; mental health.

## **Introdução**



Novas perspectivas na Psicologia vêm sendo criadas com o propósito de ampliar a visão do modelo saúde-doença rumo a uma concepção cada vez mais próxima do campo da integralidade e da multidisciplinaridade, sobretudo no que diz respeito à investigação do bem-estar. Estudos e modelos teóricos têm sido construídos no sentido de desvendar os elementos que podem favorecer a saúde dos indivíduos, e essa busca tem sido expandida para além do campo da saúde, abrangendo objetos de estudo das mais diversas áreas e interfaces (Dressler, Dengah, Balieiro & Santos, 2013).

Religiosidade e espiritualidade (R/E) são incluídas nesse cenário de uma Psicologia em transformação, o que tem fomentado um movimento crescente de pesquisas sobre os possíveis efeitos positivos que essas dimensões podem promover na saúde dos indivíduos (Benites, Neme & Santos, 2017; Moreira-Almeida, Lotufo Neto & Koenig, 2006; Roazzi, Johnson, Nyhof, Koller & Roazzi, 2015). Esse enfoque sobre a promoção de saúde tem ganhado ênfase em pesquisas da área de Psicologia de modo geral, bem como de outras subáreas, como a Psicologia Cultural da Religião, a Psicologia Social da Religião, a Psicologia Cognitiva da Religião, entre outras.

A maior receptividade aos temas ligados à dimensão espiritual foi marcada tanto pelas conexões da Psicologia com outros campos do saber, como pela abertura e surgimento de novos movimentos dentro da própria ciência psicológica, que se propuseram a resgatar a ideia de promoção de saúde e bem-estar, bem como questionar alguns conceitos teóricos tradicionalmente vinculados ao assunto (Dressler e outros, 2013).

Dentre os movimentos emergentes nas últimas décadas, a Psicologia Positiva é um dos que têm tido maior repercussão (Scorsolini-Comin & Santos, 2009). Esse movimento surgiu na tentativa de trazer um alerta à comunidade científica sobre a necessidade de ampliação das pesquisas em Psicologia para o estudo das potencialidades humanas e de tudo aquilo que possa beneficiar o indivíduo, ao invés de se restringir exclusivamente à investigação dos fenômenos ligados às patologias e às doenças mentais. Parte-se, portanto, de uma crítica contundente à tendência de investigar apenas os padrões distorcidos de relacionamento e comportamentos disfuncionais que anima parte significativa do conhecimento produzido na Psicologia (Scorsolini-Comin & Santos, 2010a; Scorsolini-Comin, Fontaine, Koller & Santos, 2012; Silva & Giacomoni, 2020).

A partir deste posicionamento crítico, a Psicologia Positiva assumiu um papel de protagonismo, buscando abarcar não somente estudos inseridos no contexto da ciência psicológica em si, mas também estabelecer pontes com outras áreas do conhecimento que podem de algum modo influenciar

positivamente a saúde mental e o bem-estar (Scorsolini-Comin & Santos, 2011, 2012). Essa abertura à perspectiva multi e interdisciplinar tem incluído pesquisas sobre genética, biologia, antropologia, sociologia, neurociências, bem como o estudo da religiosidade e da espiritualidade, que engloba não somente práticas e rituais específicos, como também saberes decorrentes de ensinamentos e orientações ligados às filosofias religiosas e espirituais (Omais, 2018).

Como consequência, a espiritualidade tem ganhado cada vez mais espaço no debate científico, despertando o interesse de pesquisadores e instituições de compreender os efeitos desses saberes e práticas sobre grupos e indivíduos. Esse contexto emergente tem possibilitado a reconstrução de uma ponte que há muito tempo foi quebrada, e cuja revitalização ainda não alcançou de forma plena todos os ambientes acadêmicos. Tal resistência se deve a um receio de se misturar a visão religiosa aos preceitos éticos e científicos estabelecidos desde longa data na Psicologia. Essa insegurança surge em resposta a uma possível sobreposição de ideias religiosas e saber psicológico, como também pelas limitações da própria Ciência em aferir fenômenos que até então se limitavam à subjetividade, mas que podem se diluir nas interpretações construídas pelo sujeito e ir além da simples vivência espiritual ou religiosa (Bairrão, 2016).

Tanto a religiosidade como a espiritualidade exercem influência sobre hábitos, comportamentos, qualidade de vida e enfrentamento de dificuldades e, portanto, afetam o bem-estar. Por essa razão, esse campo exige uma compreensão mais profunda dos profissionais da área (Cunha & Scorsolini-Comin, 2019). Considerando essa perspectiva e buscando contribuir com a ampliação da compreensão dessa temática, este estudo objetiva apresentar uma discussão teórica acerca de resultados de estudos que abordam o impacto da R/E no bem-estar e na saúde mental, sob a perspectiva teórica da Psicologia Positiva.

### **R/E: conceitos e distinções**

Embora os termos religião, religiosidade e espiritualidade sejam muitas vezes empregados como sinônimos e estejam intimamente relacionados, apresentam características e significados diferenciados (Benites e outros, 2017; Gonçalves e outros, 2018). As diferentes formas de compreensão sobre religiosidade e espiritualidade parecem não ter convergido ainda para delinear definições precisas na literatura, e isso se deve não somente às peculiaridades dos conceitos em si, como também ao entrelaçamento entre ambos (Freitas, Oliveira-Cardoso & Santos, 2017; Gonçalves, Santos, Chaves & Pillon, 2016). Esse é um dos motivos pelos quais Pargament (2013) recomenda que sempre

que houver referência a um conjunto amplo de significados, experiências, práticas ou qualquer outro tipo de relacionamento que inclua tanto contextos seculares quanto institucionais ligados ao sagrado, é importante que se tenha o cuidado de empregar os termos *religiosidade* e *espiritualidade* de forma conjunta (R/E), a fim de que se englobem os conteúdos de forma mais abrangente nos estudos realizados.

Toniol (2017) reforça que, antes mesmo de sua inclusão oficial na definição da Organização Mundial de Saúde (OMS), documentos que datam de 1984<sup>1</sup> já reconheciam a importância da espiritualidade, enfatizando seu papel nas diversas dimensões da vida. Além de estimular atitudes saudáveis, também deve ser um componente integrado à definição ampliada de saúde. Assim, desde o momento em que passou a ser uma dimensão valorizada e incorporada pela OMS, tornou-se ainda mais relevante explorar o impacto das práticas relacionadas à R/E na saúde das pessoas e nos processos de enfrentamento das doenças (Benites, Rodin, Oliveira-Cardoso & Santos, 2021; Benites, Rodin, Leite, Nascimento & Santos, 2021).

No ano de 1998, em virtude das divergências que dominavam o debate científico a respeito do conceito de espiritualidade e de outros fenômenos aparentados, tais como religião e religiosidade, os quais até hoje são objetos de discussão, o assunto voltou a ser debatido pelo comitê da OMS, porém desta feita de modo mais ampliado e abrangente, na esperança de facilitar a criação de um instrumento que abordasse os domínios determinantes da qualidade de vida das populações. Os seis domínios incluíam: saúde física, saúde psicológica, nível de independência, relações sociais, ambiente e o conjunto formado pela espiritualidade, religião e crenças pessoais (Toniol, 2017).

Alguns impasses, porém, ainda persistem no que tange às diferenciações e demarcações conceituais entre os construtos religiosidade e espiritualidade. No entanto, Toniol (2017) enfatiza que a dificuldade encontrada quando se aborda a espiritualidade não está na falta de definições para o termo, mas sim na sua relação com outras variáveis como cultura, religião, natureza, instituições e contextos históricos. A relação de reciprocidade entre esses elementos, bem como a influência de grupos culturais ou de aspectos seculares sobre uma religião, acaba exercendo um impacto nas crenças, nos valores, nos significados e na forma seletiva como os indivíduos adotam e interpretam os conteúdos religiosos e praticam a sua espiritualidade. Tais efeitos tornam-se evidentes ao se observarem como as tradições, símbolos e rituais de uma religião

---

1 Arquivos da OMS, documento A37/33, de 15 de maio de 1984, citados por Toniol (2017).

apresentam-se de formas diferentes de acordo com a cultura. A influência de tradições familiares, culturais e diferentes visões de mundo faz com que crenças e tradições religiosas sejam preservadas, modificadas ou adaptadas conforme o ambiente em que estão inseridas (Johnson, Hill & Cohen, 2011; White, Baimel & Norenzayan, 2021).

Pargament (2013) aponta que uma das diferenças entre religiosidade e espiritualidade se refere à função, ou seja, aos objetivos buscados em cada uma dessas dimensões. Enquanto na espiritualidade o foco está na busca de um significado particular, na religiosidade a função engloba uma gama maior de elementos, que incluem não somente a própria espiritualidade, como também a dimensão física, social e psicológica. Outra distinção presente parece se manifestar conforme o contexto. Enquanto a religiosidade se vincula a uma esfera mais institucional, a espiritualidade não necessariamente precisa estar ligada a ambientes ou comunidades específicas para ser expressa.

A espiritualidade é compreendida como o conjunto de pensamentos, sentimentos e comportamentos que surgem quando um indivíduo se engaja em um relacionamento com algo sagrado ou transcendente, buscando responder questões de sua interioridade ou encontrar um sentido para a vida. Ela se apresenta como um fenômeno mais singular, único, individual, mas que também pode ter uma conexão com grupos de pessoas ao mesmo tempo, enquanto que a religiosidade estaria associada a comportamentos e crenças comuns a um grupo de pessoas (Smith, Ortiz, Wiggins, Bernard, & Dalen, 2012).

Para Toniol (2017), ao mesmo tempo que a espiritualidade pode não ser algo oposto ou separado da religião, também não se pode afirmar que ambas estejam atreladas. Para o autor, a espiritualidade seria parte da natureza da pessoa, enquanto que religião seria expressão de escolhas individuais. Ao mesmo tempo, ele menciona que os marcos que diferenciam essas categorias não podem ser pensados como absolutos, deixando claro que o importante não é necessariamente desvendar o que há ou não de religioso na espiritualidade, mas compreender o impacto desses fatores nas suas diversas expressões.

Sisemore (2016) também recomenda cautela ao se classificar a espiritualidade e a religiosidade com base em parâmetros do tipo *boa* ou *ruim*, tendo em vista que ambas podem promover resultados positivos. Muitos estudos associam a espiritualidade a uma conotação mais ligada à subjetividade e à individualidade do sujeito, enquanto que a religião vem geralmente associada a dimensões sociológicas ou institucionais. No entanto, o autor menciona a existência de uma tensão ao se estudar ambos os conceitos, marcada por uma possível rejeição de certos indivíduos em se vincularem a instituições religiosas,

pelos mais diversos motivos, e uma ênfase maior na busca de expressões transcendentais que se manifestem em contextos mais privados e subjetivos, estabelecendo-se uma relação *direta* com o sagrado.

Sisemore (2016) também questiona a constante dicotomização que se faz entre espiritualidade e religiosidade, uma vez que, ao se categorizar a espiritualidade como algo individual, pode-se acabar desconsiderando experiências de espiritualidade que podem se manifestar coletivamente. Para o autor, dizer que a religião se enquadra somente na dimensão institucional ou doutrinária nem sempre é uma premissa correta, pois ao restringi-la a esse contexto pode-se incorrer no erro de se desconsiderar os diversos benefícios que ela promove no âmbito individual. Por essa razão, a melhor forma de se aproximar dos estudos da R/E é tentar compreender ambas, ao invés de alimentar a disputa sobre o que é certo ou errado, ou o que pode ou não ser comprovado, até porque existem limitações da própria ciência e de seus métodos que ainda não são capazes de fornecer, de forma absoluta, tais comprovações, sobretudo no que se refere aos fenômenos sobrenaturais (Benites, Rodin, Oliveira-Cardoso e outros, 2021; Sisemore, 2016).

Ao mesmo tempo, é importante perceber as similaridades entre religiosidade e espiritualidade, que podem ser identificadas em diversos aspectos. A primeira semelhança diz respeito à preocupação com o fenômeno do sagrado, que é comum e intrínseca a ambas, o que também acaba dificultando a diferenciação entre elas (Benites e outros, 2017). A segunda similitude se refere à forma dinâmica com que ambas se processam, tendo em vista que não são processos estáticos, mas envolvem momentos de descoberta e transformação. Uma terceira semelhança é ligada ao formato multidimensional, que se manifesta na variedade de práticas, crenças e experiências pessoais. A influência da R/E sobre o comportamento humano pode ocorrer nas mais variadas formas. É polivalente, o que significa que tanto uma quanto a outra podem ser apropriadas e manifestadas de forma construtiva ou destrutiva pelos indivíduos (Pargament, 2013).

### **Considerações sobre saúde mental e bem-estar**

Apesar de parecerem semelhantes em seu sentido geral, saúde mental e bem-estar guardam certas diferenças e nuances no que se refere às suas definições, e por isso faz-se necessário tecer breves considerações que permitam contextualizar o assunto.

Wren-Lewis e Alexandrova (2021) afirmam que, apesar de o conceito de saúde mental ainda estar vinculado a uma ideia ultrapassada de ausência de doença ou de redução de danos, hoje o mais comum é a visão mais positiva que tem sido associada ao termo. A saúde mental acabou integrando o conceito de bem-estar, juntamente com a definição holística de saúde estabelecida pela OMS. Para os autores, além da saúde mental englobar a normalidade das funções psíquicas e mentais, ela deve incluir também a capacidade do indivíduo de valorizar e de se engajar com a própria vida. Eles concluem que a saúde mental seria uma espécie de condição *prévia* para se alcançar o bem-estar, e que, apesar do construto ampliado ter como base conceitos muito próximos dos de bem-estar, ainda persistem distinções importantes entre ambos.

O termo *bem-estar* está ligado a uma concepção mais abrangente, associada a uma perspectiva multifatorial, que inclui não somente o campo da saúde mental ou da saúde de forma geral, mas diversos outros campos do saber que se conectam a ela. Mais especificamente na Psicologia cunhou-se o termo bem-estar subjetivo para favorecer a construção e mensuração de afetos positivos e negativos por meio de escalas e testes psicológicos (Nunes, Hutz, Pires & Oliveira, 2014; Scorsolini-Comin & Santos, 2012). No entanto, o termo ainda se confunde com outros que se relacionam direta ou indiretamente a ele, como por exemplo o bem-estar psicológico, a satisfação com a vida, os afetos positivos e a qualidade de vida. Essa imprecisão explica a razão pela qual, apesar das diversas concepções teóricas disponíveis, ainda persiste uma dificuldade na aplicação prática de tais conceitos no campo da saúde (Machado & Bandeira, 2012; Scorsolini-Comin & Santos, 2010b).

Nos últimos anos, um campo que tem se destacado nitidamente nas pesquisas sobre o tema tem sido a Psicologia Positiva, que emerge na esteira de um movimento que busca dar maior enfoque à investigação dos elementos que contribuem para o bem-estar, favorecendo o funcionamento ótimo do ser humano. No ano de 1998, ao ser empossado como presidente da Associação Americana de Psicologia (APA), o maior expoente dessa corrente, Martin Seligman, assume o papel de disseminar a importância do estudo e pesquisa nessa área, no intuito de trazer para a ciência psicológica um foco mais voltado para a saúde do que para a doença mental, e para a investigação dos fatores que promovem o bem-estar e a felicidade humana, o que fez com que muitos estudos nessa área crescessem exponencialmente.

A Psicologia Positiva se propõe a investigar elementos e ações que possam servir de estímulo ao crescimento e desenvolvimento do indivíduo, bem como identificar os recursos pessoais essenciais ao fortalecimento e ao despertar dos

potenciais humanos. De forma sucinta, a ideia dessa nova vertente é privilegiar o estudo das emoções, pensamentos, atitudes, comportamentos e de tudo aquilo que *faz bem*, que possa contribuir para o funcionamento ótimo do ser humano, ao invés de focar nos fatores limitadores ou causadores de sofrimento. Complementando essa concepção, Seligman (2011) afirma que a Psicologia Positiva tem como missão estimular o estudo de três elementos principais: as experiências humanas positivas e o que torna as pessoas felizes, os traços individuais positivos junto ao estudo das forças pessoais, e as instituições positivas, no intuito de compreender os fatores e forças que tornam empresas e organizações mais felizes e produtivas.

A Psicologia Positiva, desde os seus primórdios, apresenta-se como uma ciência em construção, marcada pela constante expansão de seus estudos e modelos teóricos até os dias de hoje. No ano de 2011, para ampliar ainda mais esse campo de estudo e facilitar as mensurações sobre o construto do bem-estar, Seligman cria um modelo que acabou se tornando base para diversos outros que vieram a ser propostos por pesquisadores em diversas partes do mundo. No intuito de identificar os principais elementos responsáveis pelo florescimento humano surge o modelo PERMA, formado por cinco pilares básicos: emoções positivas, engajamento, relacionamentos positivos, sentido e realização. A partir de então, o estudo do bem-estar torna-se objeto principal da Psicologia Positiva, fazendo com que muitas pesquisas investissem seus esforços na investigação de cada um desses fatores, tanto de forma isolada como integrada (Seligman, 2011).

O primeiro elemento do modelo PERMA e um de seus focos centrais são as emoções positivas, que não somente possibilitam uma vida mais agradável, como ainda favorecem a ampliação e construção de novos recursos pelo indivíduo. Fredrickson (2009), ao estudar experiências emocionais de centenas de pessoas, identificou 10 formas de positividade mais comuns, entre elas: alegria, gratidão, serenidade, interesse, esperança, orgulho, diversão, inspiração, admiração e amor. A autora concluiu que as emoções positivas geradas por meio dessas atitudes acabam contribuindo para um melhor desempenho cognitivo em funções como atenção, criatividade, memória, além de gerar outros benefícios que impactam positivamente na saúde física e nos relacionamentos sociais, entre outros setores do viver.

O segundo elemento do modelo PERMA é o engajamento, no qual incluem-se as forças de caráter, que segundo Seligman (2011) são fundamentais para alcançar uma vida mais significativa quando praticadas pelos indivíduos tanto no trabalho quanto na vida pessoal e nos seus relacionamentos. O estudo e

compilação das forças de caráter surgiram por meio de uma extensa pesquisa realizada nas mais diversas culturas, países e religiões do mundo, na tentativa de rastrear comportamentos socialmente valorizados e comuns a todos os povos, não sendo específicos de determinadas culturas. O estudo identificou um total de 24 forças, divididas e categorizadas dentro de seis virtudes principais: sabedoria, coragem, justiça, humanidade, temperança e transcendência (Seligman, 2011).

O terceiro elemento do modelo PERMA são os relacionamentos positivos. Nesse componente são enfatizados os comportamentos que contribuem para promover um bom convívio entre as pessoas, seja no âmbito conjugal, familiar e/ou social de modo geral, ressaltando-se a importância dessas relações como fontes de apoio tanto para situações diárias, como para os momentos desafiadores. O quarto elemento do modelo PERMA diz respeito à busca e construção de sentidos e significados, bem como a valores que se alinham ao propósito de vida do indivíduo, tornando-se uma fonte de motivação intrínseca para ações presentes e futuras. Finalmente, o quinto e último elemento do modelo PERMA é a realização, ligada à gratificação interna sentida pelo indivíduo ao perceber as conquistas e vitórias realizadas ao longo do tempo (Seligman, 2011).

### **Relação entre R/E e os elementos do bem-estar, na perspectiva da Psicologia Positiva**

Segundo Joseph, Linley e Maltby (2007), apesar de a Psicologia soar como antagônica à religião, pelo fato de basear seus conhecimentos em comportamentos observáveis e mensuráveis, e pelo fato de a religião estar ligada à fé de um modo nem sempre passível de comprovação, ainda assim houve um crescimento de pesquisas, nos últimos anos, em ambos os temas. Os autores ponderam que parece existir uma relação da religiosidade com a felicidade, o que faz com que a Psicologia Positiva seja uma *ponte* que favorece ainda mais essa reconciliação da Psicologia com a religião, e o construto do bem-estar seria um importante elo que une ambas. Tanto a Psicologia quanto a religião buscam, em certos contextos, responder perguntas semelhantes sobre a vida e o ser humano. As possíveis explicações para essa relação entre os dois campos do saber podem estar tanto nos papéis estabelecidos nos relacionamentos sociais, como na busca do propósito de vida, e de forma geral, no cultivo de comportamentos e ações que geram estados emocionais positivos. Todos esses elementos são focos de investigação da Psicologia Positiva.



Segundo Ciarrochi (2012), parte expressiva da literatura ligada à Psicologia da Religião também pode ser incorporada de forma significativa à Psicologia Positiva, reforçando o fato de que, em geral, a despeito da religião ser utilizada tanto por razões extrínsecas – por exemplo, com o propósito de angariar *status* dentro de uma comunidade – quanto por razões intrínsecas, associadas à busca de um sentido mais profundo para a existência, é nesta última motivação que se observam os resultados mais positivos para o indivíduo. O autor revela ainda que essa integração entre as duas áreas também se deve ao fato de que a religiosidade e a espiritualidade, em alguns sistemas religiosos, acabam por associar a prática de virtudes humanas ao alcance da felicidade, reforçando assim uma interrelação das práticas e condutas com os estados emocionais.

Conforme mencionado, emoções positivas são o primeiro componente do modelo PERMA, e desempenham um papel fundamental no bem-estar, tanto no aspecto individual como coletivo. Para Ciarrochi (2012), o estudo das atitudes e comportamentos que contribuem para as emoções positivas é um dos destaques da Psicologia Positiva, o que realça ainda mais a necessidade de se investigarem os efeitos da R/E no bem-estar do indivíduo, tendo em vista que essas práticas geram uma melhora no estado de saúde, na sensação de bem-estar e na redução de comportamentos impulsivos, tais como uso de substâncias, comportamentos antissociais e violência doméstica. Além disso, a R/E pode criar oportunidades que encorajam o indivíduo a cultivar emoções e atitudes positivas, como por exemplo o exercício da gratidão, amor, admiração e serenidade, como também favorece a criação de significados mais positivos em resposta aos eventos vitais estressores.

Outro fenômeno importante, ligado ao impacto das emoções positivas na saúde psíquica, é a resiliência, já que uma de suas características é a construção de expectativas positivas em relação ao futuro, o que pode ajudar o indivíduo a se reerguer diante de eventos disruptivos e a buscar novos caminhos que permitam a ressignificação positiva rumo à superação (Nalin & França, 2015; Reis & Menezes, 2017). Cultivar emoções positivas de certa forma prepara o indivíduo para lidar com situações adversas, pois possibilita maior flexibilidade na forma de interpretar os eventos da vida e, conseqüentemente, menor rigidez na forma de pensar, facilitando o processo de resolução de problemas e a restauração de forças curativas frente a acontecimentos dramáticos e experiências estressoras (Fredrickson & Branigan, 2005).

Diversos estudos identificaram uma associação positiva entre a prática da R/E e as emoções positivas, bem como com a obtenção de melhores níveis de resiliência (Fredrickson, 2002; Smith e outros, 2012). À medida que o indivíduo

se habitua a cultivar essas emoções, ele passa a experimentar emoções positivas com maior frequência do que as negativas, e segundo a literatura isso tem a ver tanto com uma percepção mais ampliada que ele desenvolve sobre situações positivas, como também com a atribuição de novos significados a outras situações de vida, que podem ser ressignificadas. O modo como pensamos sobre determinado evento pode influenciar diretamente as emoções ligadas a tal experiência, e a espiritualidade, assim como a religiosidade, também atuam dessa forma, influenciando os pensamentos, favorecendo a reavaliação positiva dos fatos do dia-a-dia, o que acaba repercutindo de algum modo na qualidade das emoções vivenciadas (Fredrickson, 2002).

Para Smith e outros (2012), resiliência e emoções positivas podem ser dois dentre os fatores que mais influenciam a saúde e o bem-estar dos indivíduos. Pesquisas sugerem que a espiritualidade, quando exercitada de forma saudável, acaba proporcionando níveis mais elevados de emoções positivas e melhor qualidade de resiliência. Parte desse desfecho auspicioso se deve à ampliação de significados construídos pela própria pessoa em relação aos eventos vivenciados, bem como ao fortalecimento do propósito de vida. Os autores sugerem que a melhora no padrão de resiliência se deve a basicamente quatro elementos, que são encontrados frequentemente em práticas espirituais: relacionamentos, valores, significados pessoais e *coping*. De fato, estratégias de *coping* e resiliência são um traço comum em pessoas que se apoiam em algum tipo de crença. A diferença básica entre os dois conceitos é que o *coping* é um processo complexo por meio do qual o indivíduo utiliza seus recursos emocionais, cognitivos e comportamentais necessários para se adaptar a uma situação desafiadora, que gera estresse e desconforto persistentes, enquanto que a resiliência estaria ligada aos resultados obtidos mediante essa adaptação à adversidade, ou com a adoção de estratégias de *coping* quando colocado em ação (Compas, Connor-Smith, Saltzman, Thomsen, & Wadsworth, 2001).

Nas últimas décadas houve aumento significativo dos estudos a respeito das práticas espirituais e sua relação com a saúde e um dos focos tem sido em torno dos potenciais benefícios alcançados por meio dos exercícios de meditação. Autores como Fredrickson (2002) argumentam que a sensação de contentamento gerada não se vincula somente às práticas em si, mas também aos efeitos cognitivos dos ensinamentos derivados delas, como a postura de não-julgamento, o estado de presença e a aceitação, temas abordados em exercícios de *mindfulness*.

R/E são frequentemente descritas na literatura como elementos relevantes no enfrentamento de situações desafiadoras, na construção de novos significados

e também como uma forma de auxiliar os indivíduos a experimentarem um sentimento de maior controle sobre suas escolhas e sua própria vida (Sisemore, 2016). Em outras palavras, a interpretação dos eventos e circunstâncias de vida, conforme as bases espirituais nas quais o sujeito acredita, acabam sendo decisivas na qualidade das emoções que ele vivencia e isso, por sua vez, influencia no processo de resiliência diante de um momento desafiador. Emoções positivas não são estimuladas somente por práticas e rituais, mas também pelo componente cognitivo da crença, o qual se constrói por meio dos ensinamentos das diversas formas de religiosidade e filosofias espirituais. O estudo de Smith e outros (2012) corroborou essa hipótese ao mostrar que algumas das formas pelas quais a espiritualidade favorece o processo de resiliência se dão por meio das repercussões dos ensinamentos e reflexões sobre os relacionamentos e valores individuais.

Os benefícios potenciais da R/E nos relacionamentos interpessoais também têm sido destacados em diversas pesquisas, sobretudo no que se refere a comportamentos éticos, padrões de conduta solidária, envolvimento e dedicação à comunidade, atos de generosidade e cultivo de valores tais como amor, aceitação e respeito mútuo (Campos, Santos, & Scorsolini-Comin, 2020). O estado emocional de uma pessoa parece guardar relação com os relacionamentos que ela é capaz de estabelecer, uma vez que tanto os afetos positivos como negativos podem ser resultado da qualidade dessas relações (Scorsolini-Comin & Santos, 2011). Desentendimentos e atitudes como indiferença, desprezo, inveja induzem maior isolamento, que por sua vez intensifica emoções negativas como raiva, culpa e tristeza (Omais, 2018).

No que diz respeito aos relacionamentos sociais de forma geral, atitudes positivas como o perdão, a reconciliação e a restauração de relacionamentos passados são estimuladas não somente do ponto de vista espiritual e religioso, como também envolvem um certo nível de processamento emocional e cognitivo que favorece a aceitação e ressignificação de acontecimentos (Smith e outros, 2012). O apoio social da própria comunidade, assim como as próprias regras e modos de vida orientados para condutas e valores ético-morais, ou ainda os rituais realizados para reduzir o estresse cotidiano, tais como orações, meditação, leitura de livros e escrituras sagradas, orientações quanto à dieta, práticas e comportamentos virtuosos como humildade, honestidade, caridade, esperança e fé, acabam formando um conjunto de recursos que, somados, tornam-se importantes estratégias de *coping* para o indivíduo.

Efeitos semelhantes puderam ser observados em outras pesquisas sobre relacionamentos afetivos, como o estudo realizado por Parker, Mandleco, Roper,

Freeborn e Dyches (2011), que concluiu que a criação de filhos por casais que apresentavam maiores níveis de espiritualidade estava associada a maiores índices de satisfação conjugal. Nesse mesmo sentido, Alves-Silva, Scorsolini-Comin e Santos (2017) ressaltam que a influência dos dogmas religiosos, do compromisso perante a comunidade e às instituições religiosas, o compartilhamento da mesma fé pelo casal, bem como a relação com redes de apoio e grupos religiosos da própria comunidade podem ser alguns dos fatores que fortalecem a influência positiva da R/E sobre os relacionamentos.

Estudo realizado por Keefe e outros (2001) confirmou que experiências espirituais vivenciadas diariamente estão relacionadas a humor positivo mais elevado e maiores níveis de apoio social. Pessoas envolvidas em contextos religiosos ou espirituais, além de reforçarem suas crenças, práticas e experiências em momentos difíceis, acabam tendo uma possibilidade a mais de contar com o apoio social da comunidade ou de organizações religiosas, sobretudo quando passam por reveses e situações adversas, o que colabora no processo de enfrentamento e, mais uma vez, na resiliência.

Fatores socioculturais aliados a um contexto religioso podem estimular não somente a adoção de comportamentos saudáveis a nível individual, como também de comportamentos positivos no âmbito social, como a construção dos laços de amizade. Isso, por sua vez, acaba reduzindo a propensão à adoção de comportamentos individualistas entre os grupos (Miller & Thoresen, 1999).

Dentre as forças e virtudes humanas, muito se questiona qual seria aquela que desempenha papel mais relevante para uma boa convivência social. Essa não é uma questão simples de ser respondida, porém Baumeister (1999) destaca a importância do autocontrole como uma das forças que mais contribuem para a promoção do bem-estar na sociedade. Isso mostra que as forças de caráter não representam somente traços de um indivíduo, mas acabam indo ao encontro de sentidos e significados presentes em muitas formas diferentes de R/E.

As forças de caráter também afetam positivamente o processo de resiliência. Admitindo como válida essa premissa, um bom questionamento de pesquisa vem enfatizando a importância de descobrir que forças de caráter teriam relação mais forte com a resiliência e também com a R/E. Martínez-Martí e Ruch (2016) demonstraram por meio de seus estudos uma associação entre uso das forças de caráter e a resiliência, enfatizando que essas forças exerceram uma influência até maior sobre a resiliência do que outros fatores relacionados, como a autoestima, apoio social, variáveis sociodemográficas, otimismo e autoeficácia. Os autores acrescentaram que as forças que exerceram esse papel

de forma mais decisiva foram as forças intelectuais, emocionais e as ligadas à temperança, mais especificamente a esperança, bravura e entusiasmo.

A busca e construção de significados estão presentes na breve história da Psicologia Positiva como um importante pilar do bem-estar (Scorsolini-Comin e outros, 2012). De forma análoga, representam um dos elementos mais fortes da R/E, uma vez que é por meio de fontes religiosas e/ou espirituais que muitos indivíduos buscam obter algumas das respostas ligadas ao sentido da vida, da existência humana e da percepção do fenômeno sagrado. A criação de sentidos e significados advindos de fontes religiosas e espirituais acaba se tornando um apoio substancial para o processo de resiliência e enfrentamento de adversidades, como por exemplo crises relacionadas ao ciclo vital, problemas de saúde, perdas e conflitos familiares. Do ponto de vista cognitivo, a espiritualidade não somente favorece a resiliência e superação de acontecimentos e traumas, como também ajuda o indivíduo a considerar experiências estressoras como um aprendizado (Lazarus & DeLongis, 1983).

Segundo Pargament (1997), a religiosidade pode mudar a forma como as pessoas pensam a respeito de uma situação difícil que estejam vivenciando. O autor argumenta que atribuições religiosas ligadas à crença de que o pior vai passar e que depois “tudo vai ficar bem”, e que “Deus está presente para fornecer apoio e proteção”, são alguns exemplos de como tais pensamentos podem trazer uma sensação maior de alívio e conforto aos indivíduos. Estilos de pensamento como estes mostram como certos conteúdos ligados às crenças acabam carregando uma perspectiva mais otimista e esperançosa, sobretudo quando se trata de um futuro incerto, o que contribui para uma visão mais positiva do indivíduo sobre si e sobre novos cenários que se descortinam.

A instituição familiar, assim como o trabalho, são duas dimensões centrais na vida das pessoas. Richmond (2012) enumera diversos estudos que mostraram a importância do contexto espiritual em terapias familiares e também em intervenções relacionadas à carreira profissional, tendo em vista a influência da espiritualidade na forma como as pessoas percebem e interpretam os acontecimentos nesses dois contextos tão fundamentais na vida do ser humano.

Como demonstrado até aqui, a R/E pode influenciar as crenças que o sujeito nutre sobre si e sobre o futuro, que se revelam essenciais para direcioná-lo rumo às realizações, desde a construção de projetos e metas de vida até sua concretização. Miller e Thoresen (1999) revelam que processos cognitivos, tais como a autovalorização, sentimento interno de aceitação, aprovação de Deus, do divino ou de qualquer ente ou instância superior na qual ele acredita, juntamente com crenças de autoeficácia e senso de competência pessoal ligadas ao alcance

de objetivos tanto para si, quanto para outras pessoas, são alguns dos efeitos positivos que a R/E pode encorajar. Competências como otimismo, autoeficácia, valorização de si e das próprias conquistas, garra e busca de um propósito de vida também são as mesmas habilidades elencadas por Seligman (2011) como necessárias para efetivar as realizações ao longo da vida.

### **Religiosidade, espiritualidade, saúde mental e saúde física**

Compreender as interfaces existentes entre saúde física e saúde mental é de fundamental importância para o estudo do bem-estar. Nota-se uma tendência cada vez maior de pesquisas que valorizam uma concepção mais inclusiva e holística da saúde, no sentido de desvendar como as dimensões física, mental, social e espiritual interagem entre si, em uma perspectiva mais integrativa.

Se a R/E tem a capacidade de contribuir para gerar estados emocionais mais positivos, isso conseqüentemente repercute de alguma forma sobre o funcionamento do corpo. Fredrickson (2009) enumera uma série de benefícios já comprovados das emoções positivas sobre a saúde física, como a redução nos níveis de hormônios ligados ao estresse e das reações inflamatórias decorrentes, índices mais elevados de dopamina e opiáceos naturais como as endorfinas, melhora na ação do sistema imunológico, redução da pressão arterial e da sensação de dor em pacientes crônicos, redução nos riscos de hipertensão, diabetes *mellitus*, acidente vascular encefálico (AVE) e menor vulnerabilidade a resfriados.

Park e Slattery (2012) revelam que aspectos da R/E influenciam a saúde física, assim como a saúde física também pode influenciar comportamentos ligados à R/E. Eles explicam que pessoas que se envolvem em serviços religiosos tendem a receber maior apoio social e a se engajar em comportamentos saudáveis, como a prática de exercícios físicos e redução de comportamentos de risco e hábitos não saudáveis, como uso de tabaco, álcool e outras substâncias.

Estados emocionais positivos acabam estabelecendo uma ponte com a R/E, que por sua vez influencia na percepção dessas emoções, levando a mudanças que repercutem no bem-estar físico. Park e Slattery (2012) apontam que as emoções positivas geradas pela R/E podem surgir como resultado de práticas como a oração ou meditação, mas também da influência benéfica de crenças e preceitos religiosos, tendo em vista que eles podem proporcionar uma sensação de conforto e alívio. Somado a isso, o incentivo à prática de virtudes é uma constante nas filosofias espirituais e religiosas, e mais uma vez se faz presente nas pesquisas, que comprovam que comportamentos de cunho pró-social

proporcionam efeitos positivos não somente para a saúde mental como física. Atitudes como gratidão, otimismo, esperança, perdão e compaixão favorecem o estado de saúde, a qualidade do sono e a aderência a tratamentos de forma geral. Sentimentos de gratidão têm recebido destaque entre as virtudes humanas investigadas. Uma das pesquisas comprovou que pessoas adultas de ambos os sexos, que se sentem gratas a Deus, sofrem menor impacto do estresse relacionado ao processo de envelhecimento (Park & Slattery, 2012).

Miller e Thoresen (1999) também encontraram diversas combinações e configurações possíveis de fatores que levam a R/E a afetarem positivamente a saúde, como o apoio social, incorporação de hábitos saudáveis, efeitos ou mudanças no funcionamento da própria cognição ou psicodinâmica do indivíduo, e ainda a possível atuação de efeitos sobrenaturais que ainda não podem ser explicados pela Ciência. No mesmo sentido, Moreira-Almeida e outros (2006) também reforçam a influência marcante da R/E na saúde, por meio da adoção de comportamentos e estilos de vida mais saudáveis, do sistema de crenças cognitivas, das práticas religiosas e do uso de códigos de linguagem específicos para expressar o sofrimento, bem como outras explicações multifatoriais.

Estudo realizado na Inglaterra revelou que a espiritualidade pode também ter um mecanismo protetivo e promotor de saúde em razão dos efeitos desencadeados sobre o sistema nervoso central, como a redução do estresse, aumento na produção de neurotransmissores ligados ao humor positivo e uma espécie de efeito *analgésico* que ajuda a diminuir a sensação de dor em pacientes com dor crônica (Jonas, Fritts, Christopher, Jonas & Jonas, 2012). Nessa vertente, Beauregard (2012) elenca diversos estudos de neuroimagem que demonstram a ativação de áreas do cérebro durante momentos de práticas espirituais, além de mudanças no padrão de ativação de estruturas cerebrais e nos estados cognitivos, juntamente com mudanças relacionadas à produção de hormônios como serotonina, norepinefrina, entre outros.

### **Desafios, possibilidades e questões futuras para a construção de uma agenda de pesquisa**

A Psicologia Positiva ainda é um campo em franca expansão e ainda há muito a se pesquisar e esclarecer em relação ao modelo PERMA e ao conhecimento científico dos elementos ligados ao bem-estar. Alguns estudos arrolados por Ciarrochi (2012) trazem uma crítica à Psicologia Positiva, apontando a falta de ênfase às práticas de autorreflexão como parte do processo de florescimento humano, tendo em vista que esse é um dos comportamentos

adotados e estimulados em diversas formas de espiritualidade como fator intrínseco ao processo de autoconhecimento. Pesquisas diversas vêm sendo conduzidas ao redor do mundo e muitos avanços ainda estão por vir a respeito dos benefícios e dos aspectos positivos que a interação desses dois campos do conhecimento – Psicologia Positiva e R/E – pode proporcionar à compreensão sobre os processos de saúde física e mental.

Joseph e outros (2007) enfatizam a necessidade de que pesquisas futuras focalizem em três pontos cruciais para que se desvendem os mecanismos subjacentes ao impacto da R/E no bem-estar: estudos empíricos de alta qualidade metodológica que correlacionem as três dimensões; estudos que analisem as implicações terapêuticas relacionadas ao propósito de vida e apoio social; estudos que busquem identificar as áreas de intersecção e compatibilidade da psicologia com a religião, bem como a aplicação desses resultados em contextos terapêuticos, o que na verdade já vem sendo implementado nas últimas décadas em alguns países.

A despeito das limitações da Psicologia Positiva (Scorsolini-Comin e outros, 2012), assim como acontece com qualquer área do conhecimento, é possível observar a crescente amplitude do campo da R/E em sua aproximação com a Ciência, que pode ser investigada tanto sob a perspectiva da Psicologia Positiva, como sob a ótica de outras correntes teóricas, cada uma com suas particularidades, diferentes pontos de vista e perspectivas epistemológicas.

### **Considerações finais**

Discorrer sobre o bem-estar físico e mental sem incluir a dimensão espiritual, o papel das crenças pessoais e da personalidade do sujeito, bem como das práticas ligadas à R/E, pode acabar alimentando a omissão de um elemento fundamental na vida de muitos indivíduos. Estudar a saúde mental sem considerar os mais diversos elementos que podem exercer influência decisiva sobre o funcionamento do indivíduo deixa aberta uma lacuna que poderia ser útil para responder a muitas indagações acadêmicas que ainda se encontram sem resposta.

A Psicologia Positiva, por ser um movimento ainda recente, reconhece a importância da espiritualidade e traz não somente concepções e preceitos teóricos que versam sobre os elementos do bem-estar, como também estimula a prática e vivência integral de outros elementos que possam propiciar resultados positivos na vida pessoal ou profissional dos indivíduos. Os efeitos da R/E podem influenciar e ser influenciados, direta e indiretamente, as temáticas abordadas



pelo modelo PERMA, que também estão relacionadas à promoção do bem-estar do indivíduo como a busca do sentido da vida, as realizações e construção de metas futuras, o efeito sobre os relacionamentos e comportamentos e atitudes que resultam em emoções e sensações positivas.

Apesar de persistirem algumas incertezas em torno desses conceitos e explicações de fenômenos ainda não totalmente desvendados pela Ciência, é possível identificar uma série de efeitos positivos da R/E sobre a saúde e o bem-estar, entre os quais se incluem as práticas e rituais diários, tanto em nível individual como grupal, o estímulo à prática de virtudes e comportamentos pró-sociais que não apenas fortalecem os vínculos sociais, a adoção de estilos de vida mais saudáveis e os cuidados com a saúde física. No aspecto cognitivo, os benefícios se traduzem na elaboração de respostas ligadas ao sentido da vida e da criação de novos significados para situações desafiadoras. Esses significados são derivados dos ensinamentos e orientações presentes em filosofias espirituais e religiosas, que além de serem compartilhados pelos grupos, também acabam sendo transmitidos de uma geração para outra.

A busca de uma distinção precisa entre espiritualidade e religiosidade ainda é um desafio para os pesquisadores, tendo em vista que, apesar das diferenças entre ambas, existem muitas similaridades que apontam para um substrato comum. Por se tratar de uma área recente de estudos, sobretudo no que se refere à interrelação com a Psicologia Positiva, observa-se ainda um campo vasto a ser mapeado e explorado, com descobertas a respeito das diversas possibilidades e benefícios que tanto a religiosidade quanto a espiritualidade, estando ou não interseccionadas, podem trazer para a saúde mental e emocional do ser humano.

## Referências

- Alves-Silva, J. D., Scorsolini-Comin, F. & Santos, M. A. (2017). Bodas para uma vida: motivos para manter um casamento de longa duração. *Temas em Psicologia*, 25(2), 487-501. Recuperado em 20 de abril, 2021, de <https://dx.doi.org/10.9788/TP2017.2-05>
- Bairrão, J. F. M. H. (2016). Psicologia e práticas espirituais: Diálogos e fronteiras. Em: Conselho Regional de Psicologia de São Paulo. *Na fronteira da Psicologia com os saberes tradicionais: Práticas e técnicas – Volume 2* (pp. 21-28). São Paulo: CRP-SP. Recuperado em 21 de dezembro, 2021, de <https://www.crp.org/uploads/impresso/107/ima5IVLKnMSn0R6iGfd-Y3HQRys06ddZ.pdf#page=22>.

- Baumeister, R. F. & Exline, J. J. (1999). Virtue, personality, and social relations: Self-control as the moral muscle. *Journal of Personality*, 67, 1165-1194. Recuperado em 21 de dezembro, 2021, de <https://doi.org/10.1111/1467-6494.00086>
- Beauregard, M. (2012). Neuroimaging and Spiritual Practice. Em L. J. Miller (Orgs.), *The Oxford handbook of psychology and spirituality* (pp. 500- 513). New York: Oxford University Press.
- Benites, A. C., Neme, C. M. B. & Santos, M. A. (2017). Significados da espiritualidade para pacientes com câncer em cuidados paliativos. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 4(2), 269-279. Recuperado em 15 de agosto, 2022, de <https://doi.org/10.1590/1982-02752017000200008>
- Benites, A. C., Rodin, G., Oliveira-Cardoso, E. A. & Santos, M. A. (2021). "You begin to give more value in life, in minutes, in seconds": Spiritual and existential experiences of family caregivers of patients with advanced cancer receiving end-of-life care in Brazil. *Supportive Care in Cancer*, 1-8. Recuperado em 15 de agosto, 2022, de <https://doi.org/10.1007/s00520-021-06712-w>
- Benites, A. C., Rodin, G., Leite, A. C. A. B., Nascimento, L. C. & Santos, M. A. (2021). The experience of spirituality in family caregivers of adult and elderly cancer patients receiving palliative care: A metasynthesis. *European Journal of Cancer Care*, 30(4), 1-13. Recuperado em 15 de agosto, 2022, de <https://doi.org/10.1111/ecc.13424>
- Campos, S. O., Santos, M. A. & Scorsolini-Comin, F. (2020). O para sempre nem sempre acaba: Casamentos de longa duração na compreensão da Psicologia Positiva. Em C. H. Giacomoni & F. Scorsolini-Comin (Orgs.), *Temas especiais em Psicologia Positiva* (pp. 230-241). Rio de Janeiro, RJ: Vozes.
- Ciarrocchi, J. W. (2012). A Positive Psychology and Spirituality: A virtue- informed approach to well-being. Em L. J. Miller (Orgs.), *The Oxford handbook of psychology and spirituality* (pp. 425-436). New York: Oxford University Press.
- Compas, B. E., Connor-Smith, J. K., Saltzman, H., Thomsen, A. H. & Wadsworth, M. E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence. *Psychological Bulletin*, 101(3), 393-403. Recuperado em 10 de dezembro, 2021, de <https://doi.org/10.1037/0033-2909.127.1.87>
- Cunha, V. F. D. & Scorsolini-Comin, F. (2019). A dimensão religiosidade/espiritualidade na prática clínica: Revisão integrativa da literatura científica. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 35. Recuperado em 20 de julho, 2021, de <https://doi.org/10.1590/0102.3772e35419>

- Dressler, W. W., Dengah, II, H. J. F., Balieiro, M. C. & Santos, J. E. (2013). Cultural consonance, religion, and psychological distress in an urban community. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 23(55), 151-160. Recuperado em 15 de agosto, 2022, de <https://doi.org/10.1590/1982-43272355201302>
- Fredrickson, B. L. (2002). How does religion benefit health and well-being? Are positive emotions active ingredients? *Psychological Inquiry*, 13, 209-213. Recuperado em 2 de agosto, 2021, de <https://www.jstor.org/stable/pdf/1449332.pdf>
- Fredrickson, B. L. (2009). *Positividade: Descubra a força das emoções positivas, supere a negatividade e viva plenamente* (P. Libânio, Trad.) Rio de Janeiro: Rocco.
- Fredrickson, B. L. & Branigan, C. (2005). Positive emotions broaden the scope of attention and thought-action repertoires. *Cognition & Emotion*, 19(3), 313-332. Recuperado em 2 de dezembro, 2021, de <https://doi.org/10.1080/02699930441000238>
- Freitas, I. S., Oliveira-Cardoso, E. A. & Santos, M. A. (2017). Spirituality and religiosity in mothers of children with hematologic cancer. *Psicologia em Estudo (Maringá)*, 22(3), 433-447. Recuperado em 15 de agosto, 2022, de <https://doi.org/10.4025/psicoestud.v22i3.34606>
- Gonçalves, A. M. S., Santos, M. A., Chaves, E. C. L. & Pillon, S. C. (2016). Transcultural adaptation and validation of the Brazilian version of the Treatment Spirituality/Religiosity Scale. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 69(2), 215-221. Recuperado em 15 de agosto, 2022, de <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167.2016690205i>
- Gonçalves, A. M. S., Santos, M. A., Volpato, R. J., Furtado, E. F., Barroso, T. M. M. D. A. & Pillon, S. C. (2018). Attitudes of nursing students towards substance users and perceptions about religious/spiritual care. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 52, 1-8. Recuperado em 15 de agosto, 2022, de <http://dx.doi.org/10.1590/S1980-220X2017027903425>
- Johnson, K. A., Hill, E. D. & Cohen, A. B. (2011). Integrating the study of culture and religion: Toward a psychology of worldview. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(3), 137-152. Recuperado em 2 de julho, 2022, de <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2010.00339.x>
- Jonas, W. B., Fritts, M., Christopher, G., Jonas, M. & Jonas, S. (2012). Spirituality, science and the human body. Em L. J. Miller (Ed.), *The Oxford handbook of psychology and spirituality* (pp. 361-378). New York: Oxford University Press.

- Joseph, S., Linley, P. A., Maltby, J. (2007). Positive psychology, religion, and spirituality. *Mental Health, Religion & Culture*, 9(3), 209-212. Recuperado em 10 de agosto, 2021, de <https://doi.org/10.1080/13694670600615227>
- Keefe, F. J., Affleck, G., Lefebvre, J., Underwood, L., Caldwell, D. S., Drew, J., Egert, J., Gibson, J. & Pargament, K. (2001). Living with rheumatoid arthritis: The role of daily spirituality and religious and spiritual coping. *The Journal of Pain*, 2, 101-110. Recuperado em 10 de dezembro, 2021, de <https://doi.org/10.1054/jpai.2001.19296>
- Lazarus R. S. & DeLongis, A. (1983). Psychological stress and coping in aging. *American Psychologist*, 38, 245-254. Recuperado em 10 de setembro, 2021, de <https://doi.org/10.1037/0003-066X.38.3.245>
- Machado, W. L. & Bandeira, D. R. (2012). Bem-estar psicológico: Definição, avaliação e principais correlatos. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 29(4), 587-595. Recuperado em 21 de dezembro, 2021, de <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2012000400013>
- Martínez-Martí, M. L. & Ruch, W. (2016). Character strengths predict resilience over and above positive affect, self-efficacy, optimism, social support, self-esteem, and life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 12(2), 110-119. Recuperado em 21 de dezembro, 2021, de <https://doi.org/10.1080/17439760.2016.1163403>
- Miller, W. R. & Thoresen, C. E. (1999). Spirituality and health. *Journal of Health Psychology*, 4(3), 291-300. Recuperado em 10 de agosto, 2021, de <https://doi.org/10.1037/10327-001>
- Moreira-Almeida, A., Lotufo Neto, F. & Koenig, H. G. (2006). Religiousness and mental health: A review. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 28(3), 242-250. Recuperado em 21 de dezembro, 2021, de <https://doi.org/10.1590/S1516-44462006000300018>
- Nalin, C. P. & França, L. H. F. P. (2015). The importance of resilience for the well-being in retirement. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 25(61), 191-199. Recuperado em 21 de dezembro, 2021, de <http://dx.doi.org/10.1590/1982-43272561201507>
- Nunes, M. F. O., Hutz, C. S., Pires, J. G. & Oliveira, C. M. (2014). Subjective well-being and time use of Brazilian PhD professors. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 24(59), 379-387. Recuperado em 21 de dezembro, 2021, de <http://dx.doi.org/10.1590/1982-43272459201412>
- Omais, S. (2018). *Manual de Psicologia Positiva*. Qualitymark: Rio de Janeiro.

- Pargament, K. (1997). *The psychology of religion and coping*. New York: The Guilford Press.
- Pargament, K. I. (2013). *APA handbook of psychology, religion, and spirituality*. Washington DC: APA Press.
- Park, C. L. & Slattery, J. M. (2012). Spirituality, emotions, and physical health. Em: *The Oxford handbook of psychology and spirituality* (pp. 379-387). New York: Oxford University Press.
- Parker J. A., Mandleco B., Roper, S. O., Freeborn. D. & Dyches T. T. (2011). Religiosity, spirituality, and marital relationships of parents raising a typically developing child or a child with a disability. *Journal of Family Nursing*, 17(1), 82-104. Recuperado em 21 de dezembro, 2021, de <https://doi.org/10.1177/1074840710394856>
- Reis, L. A. & Menezes, T. M. O. (2017). Religiosidade e espiritualidade nas estratégias de resiliência do idoso longevo no cotidiano. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 7(4), 794-799. Recuperado em 08 de dezembro, 2021, de <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0630>
- Richmond, L. J. (2012). Constructing the connection between spirituality, work and family. Em *The Oxford handbook of psychology and spirituality* (pp. 455-467). New York: Oxford University Press.
- Roazzi, M. M., Johnson, C. N., Nyhof, M., Koller, S. H. & Roazzi, A. (2015). Vital energy and afterlife: Implications for cognitive science of religion. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 25(61), 145-152. Recuperado em 21 de dezembro, 2021, de <https://doi.org/10.1590/1982-43272561201502>
- Scorsolini-Comin, F. & Santos, M. A. (2009). A Psicologia Positiva no contexto brasileiro: História, presente e perspectivas futuras. Em S. N. Jesus, I. Leal & M. Rezende (Eds.), *Experiências e intervenções em Psicologia da Saúde* (pp. 862-878). Faro, Portugal: Universidade do Algarve.
- Scorsolini-Comin, F. & Santos, M. A. (2010a). O estudo científico da felicidade e a promoção da saúde: Revisão integrativa da literatura. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 18(3), 188-195. Recuperado em 21 de dezembro, 2021, de <https://doi.org/10.1590/S0104-11692010000300025>
- Scorsolini-Comin, F. & Santos, M. A. (2010b). Psicologia Positiva e os instrumentos de avaliação no contexto brasileiro. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 23(3), 440-448. Recuperado em 21 de dezembro, 2021, de <https://doi.org/10.1590/S0102-79722010000300004>
- Scorsolini-Comin, F. & Santos, M. A. (2011). Relações entre bem-estar subjetivo e satisfação conjugal na abordagem da Psicologia Positiva. *Psicologia:*

- Reflexão e Crítica*, 24(4), 658-665. Recuperado em 21 de dezembro, 2021, de <https://doi.org/10.1590/S0102-79722011000400005>
- Scorsolini-Comin, F. & Santos, M. A. (2012). Correlations between subjective well-being, dyadic adjustment and marital satisfaction in Brazilian married people. *The Spanish Journal of Psychology*, 15(1), 166-176. Recuperado em 21 de dezembro, 2021, de [https://doi.org/10.5209/rev\\_sjop.2012.v15.n1.37304](https://doi.org/10.5209/rev_sjop.2012.v15.n1.37304)
- Scorsolini-Comin, F., Fontaine, A. M. G. V., Koller, S. H. & Santos, M. A. (2012). From authentic happiness to well-being: The flourishing of Positive Psychology. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 26(4), 663-670. Recuperado em 21 de dezembro, 2021, de <https://doi.org/10.1590/S0102-79722013000400006>
- Seligman, M. E. (2011). *Florescer: uma nova compreensão sobre a natureza da felicidade e do bem-estar* (C. P. Lopes, Trad.). Rio de Janeiro: Objetiva.
- Silva, D. G. & Giacomoni, C. H. (2020). Positive Psychology intervention for families of hospitalized children. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 30, e3036. Recuperado em 21 de dezembro, 2021, de <https://doi.org/10.1590/1982-4327e3036>
- Sisemore, S. (2016). *The psychology of religion and spirituality: From the inside out*. New Jersey: Wiley.
- Smith, B. W., Ortiz, J. A., Wiggins, K. T., Bernard, J. F. & Dalen, J. (2012). Spirituality, resilience, and positive emotions. Em: *The Oxford handbook of psychology and spirituality* (pp. 437-454). New York: Oxford University Press.
- Toniol, R. (2017). O que faz a espiritualidade? *Religião e Sociedade*, 37, 144-175. Recuperado em 21 de dezembro, 2021, de <https://doi.org/10.1590/0100-85872017v37n2cap06>
- White, C. J., Baimel, A. & Norenzayan, A. (2021). How cultural learning and cognitive biases shape religious beliefs. *Current Opinion in Psychology*, 40, 34-39. Recuperado em 2 de julho, 2022, de <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.07.033>
- Wren-Lewis, S. & Alexandrova, A. (2021). Mental health without well-being. *Journal of Medicine and Philosophy*, 46(6), 684-703. Recuperado em 21 de dezembro, 2021, de <https://doi.org/10.1093/jmp/jhab032>

## ARTIGO 2

Omais, S.; Santos, M. A. dos. Psicologia Islâmica: uma perspectiva inclusiva de epistemologias religiosas no campo da psicologia da religião. *Psicologia USP*, 35, e220015, 2024. <https://doi.org/10.1590/0103-6564e220015>

*Psicologia USP*, 2024, volume 35, e220015

1-10

## Artigo

## Psicologia islâmica: uma perspectiva inclusiva de epistemologias religiosas no campo da psicologia da religião

Sálua Omais<sup>a\*</sup>   
Manoel Antônio dos Santos<sup>a</sup> 

<sup>a</sup> Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, SP, Brasil

**Resumo:** O predomínio de teorias formuladas sob inspiração do estilo de vida ocidental no campo da psicologia acabou criando lacunas ao deixar de incluir especificidades de alguns grupos étnicos, religiosos e culturais. Esse cenário impulsionou vários movimentos recentes, que defendem uma psicologia culturalmente sensível que possa incluir as nuances e particularidades desses grupos. Inclui-se nesse contexto o Islã, uma religião que não se restringe somente às crenças, práticas e rituais religiosos, mas que engloba normas e preceitos que influenciam o estilo de vida do indivíduo. Este estudo tem como objetivo delinear uma reflexão teórica a respeito da psicologia islâmica, demarcando possibilidades e limites da integração de epistemologias religiosas como recurso potencial no campo da psicologia da religião. São abordados aspectos conceituais, origens históricas e fundamentos teóricos e metodológicos dessa nova abordagem, que vem ganhando cada vez mais espaço em instituições ao redor do mundo e no campo de pesquisa.

**Palavras-chave:** psicologia islâmica, Islã, espiritualidade, religiosidade, psicologia da religião.

### Introdução

A expansão da agenda de pesquisas sobre religiosidade e espiritualidade (R/E) tem contribuído para a construção de novas tendências e proposições teórico-epistemológicas no contexto nacional e internacional (Koenig, 2012). A inclusão de tais perspectivas teóricas e práticas no contexto contemporâneo torna cada vez mais necessária a permeabilidade do campo acadêmico para saberes que por muito tempo foram considerados desvinculados da ciência psicológica. A psicologia, como ciência e profissão, tem sido insistentemente convocada a se posicionar sobre essas questões (Conselho Federal de Psicologia [CFP], 2013). Estudos situados no campo da psicologia da religião, da psicologia clínica e da psicologia positiva, por exemplo, têm demonstrado crescente interesse pela compreensão do ser humano por meio de uma perspectiva mais integrada e sistêmica, que envolva os aspectos individuais, sociais, culturais e religiosos (Lomas, Waters, Williams, Oades, & Kern, 2020; Marques, 2010; Pargament, 2007; Seligman, 2009).

Em função disso, propostas mais recentes vêm se empenhando em incluir no repertório científico conhecimentos e perspectivas teóricas não-ocidentais no campo da psicologia, tanto no aspecto preventivo como no terapêutico. São movimentos que têm a influência de teorias decoloniais no campo da saúde e da educação e que buscam protagonismo, no intuito de ampliar o campo de visão do profissional psicólogo

para além das perspectivas tradicionais que explicam o funcionamento psíquico (Decolonial Psychology Editorial Collective, 2021; Nogueira & Guzzo, 2016; Pickren & Teo, 2020).

A despeito de tais avanços, vários desafios, barreiras e limitações de natureza teórico-epistemológica ainda se fazem presentes na demarcação do campo de pesquisas vinculadas à temática da psicologia da religião. Uma das dificuldades no estabelecimento do enquadre teórico é o maior enfoque nas subjetividades relacionadas às práticas espirituais do indivíduo, com menor ênfase nos conteúdos religiosos e na influência “positiva” e “negativa” que eles podem exercer nos diferentes contextos. Nessa vertente, Belzen (2009) questiona o motivo pelo qual a psicologia da religião tem se restringido mais ao estudo das experiências e vivências dos sujeitos do que à exploração do conhecimento das proposições da religião propriamente ditas, o que torna primordial uma compreensão mais sólida, abrangente e integrada, capaz de estabelecer conexões a partir de um esforço dialógico e colaborativo, já que tais elementos influenciam as representações psíquicas e o comportamento do indivíduo.

O presente estudo tem como objetivo delinear uma reflexão teórica a respeito da psicologia islâmica, demarcando possibilidades e limites da integração de epistemologias religiosas como recurso potencial no campo da psicologia e da psicologia da religião. Para tanto, são abordados aspectos conceituais, origens históricas e fundamentos dessa nova abordagem, que vem ganhando cada vez mais espaço em instituições ao redor do mundo e no campo de pesquisa.

\* Endereço para correspondência: saluaomais@hotmail.com



## **Psicologia Islâmica: uma perspectiva inclusiva de epistemologias religiosas no campo da Psicologia da Religião**

### **Resumo**

O predomínio de teorias formuladas sob inspiração do estilo de vida ocidental no campo da Psicologia acabou criando lacunas ao deixar de incluir especificidades de grupos étnicos, religiosos e culturais. Esse cenário impulsionou vários movimentos recentes, que defendem uma psicologia culturalmente sensível que possa incluir as nuances e particularidades desses grupos. Inclui-se nesse contexto o Islã, uma religião que não se restringe somente às crenças, práticas e rituais religiosos, mas que engloba normas e preceitos que influenciam o estilo de vida do indivíduo. Este estudo tem como objetivo delinear uma reflexão teórica a respeito da Psicologia Islâmica, demarcando possibilidades e limites da integração de epistemologias religiosas como recurso potencial no campo da Psicologia da Religião. São abordados aspectos conceituais, origens históricas e fundamentos teóricos e metodológicos dessa nova abordagem, que vem ganhando cada vez mais espaço em instituições ao redor do mundo e no campo de pesquisa.

**Palavras-chave:** Psicologia Islâmica; Islã; espiritualidade; religiosidade; psicologia da religião

### **Introdução**

A expansão da agenda de pesquisas sobre religiosidade e espiritualidade (R/E) tem contribuído para a construção de novas tendências e proposições teórico-epistemológicas no contexto nacional e internacional (Koenig, 2012). A inclusão de tais perspectivas teóricas e práticas no contexto contemporâneo torna cada vez mais necessária a permeabilidade do campo acadêmico para saberes que por muito tempo foram considerados desvinculados da ciência psicológica. A Psicologia, como ciência e profissão, tem sido insistentemente convocada a se posicionar sobre essas questões (Conselho Federal de Psicologia [CFP], 2013). Estudos situados no campo da psicologia da religião, da psicologia clínica e da Psicologia Positiva, por exemplo, têm demonstrado crescente interesse pela compreensão do ser humano por meio de uma perspectiva mais integrada e sistêmica, que envolva os aspectos individuais, sociais, culturais e religiosos (Lomas et al., 2020; Marques, 2010; Pargament, 2007; Seligman, 2009).

Em função disso, propostas mais recentes vêm se empenhando em incluir, no repertório científico, conhecimentos e perspectivas teóricas não-ocidentais no campo da Psicologia, tanto no aspecto preventivo como terapêutico. São movimentos que têm a influência de teorias decoloniais, tanto no campo da saúde como da educação, e que buscam protagonismo no intuito de ampliar o campo de visão do profissional psicólogo



para além das perspectivas tradicionais que explicam o funcionamento psíquico (Decolonial Psychology Editorial Collective, 2021; Nogueira & Guzzo, 2016; Pickren & Teo, 2020).

A despeito de tais avanços, vários desafios, barreiras e limitações de natureza teórico-epistemológica ainda se fazem presentes na demarcação do campo de pesquisas vinculadas à temática da psicologia da religião. Uma das dificuldades no estabelecimento do enquadre teórico é o maior enfoque nas subjetividades relacionadas às práticas espirituais do indivíduo, com menor ênfase nos conteúdos religiosos e na influência “positiva” e “negativa” que eles podem exercer nos diferentes contextos. Nessa vertente, Belzen (2009) questiona o motivo pelo qual a Psicologia da Religião tem se restringido mais ao estudo das experiências e vivências dos sujeitos do que à exploração do conhecimento das proposições da religião propriamente ditas, o que torna primordial uma compreensão mais sólida, abrangente e integrada, capaz de estabelecer conexões, a partir de um esforço dialógico e colaborativo, já que tais elementos influenciam as representações psíquicas e o comportamento do indivíduo.

O presente estudo tem como objetivo delinear uma reflexão teórica a respeito da Psicologia Islâmica, demarcando possibilidades e limites da integração de epistemologias religiosas como recurso potencial no campo da Psicologia e da Psicologia da Religião. Para tanto, são abordados aspectos conceituais, origens históricas e fundamentos dessa nova abordagem, que vem ganhando cada vez mais espaço em instituições ao redor do mundo e no campo de pesquisa.

### **Por que precisamos falar sobre uma epistemologia religiosa em Psicologia?**

A ampla disseminação de pesquisas, no âmbito nacional e internacional, sobre o tema da R/E criou a necessidade de elaborar novos contornos epistemológicos e construções teóricas com o propósito de expandir o arcabouço científico e resgatar conhecimentos que durante muito tempo foram preteridos como objeto de estudo do campo da Psicologia. Esse contexto, segundo Da Silva (2020), provocou um “esquartejamento” epistemológico na ciência psicológica, expurgando diversos outros saberes em nome do paradigma científico racionalista hegemônico instaurado pela modernidade. O autor afirma que o rompimento da Psicologia com a metafísica levou a um reducionismo do estudo da alma, com a investigação de componentes isolados da esfera mental, psíquica e comportamental. A tentativa de padronização e controle, incentivada pelo paradigma científico positivista, favoreceu o fortalecimento desse

cenário dentro da Psicologia, contribuindo para a disseminação e validação de teorias totalizantes e universalizantes que tentaram explicar a psiquê humana sem considerar os diversos contextos étnicos, religiosos e socioculturais que afetam o desenvolvimento do indivíduo e modelam sua visão de mundo. Em razão disso, Da Silva alerta para a necessidade de promover um resgate ontológico e epistemológico que contribua para a construção de perspectivas mais integrativas nesse campo.

Compartilhando uma visão análoga, Pickren e Teo (2020, p.4) argumentam que “muitas das metodologias críticas e nativas emergentes podem desafiar e enriquecer metodologias fundamentadas na racionalidade do Iluminismo ocidental”. Nessa perspectiva, a interdisciplinaridade e a transdisciplinaridade, bem como a inclusão de múltiplas bases ontológicas, epistemológicas, metodológicas e éticas são recursos necessários para alcançar aquilo que os autores denominam de uma “recalibração” da Psicologia.

Ainda que as psicoterapias de base espiritual e religiosa sejam um campo ainda em desenvolvimento e em busca de consolidação de seus fundamentos científicos, as práticas associadas ao contexto clínico têm gerado interesse crescente na literatura contemporânea (Koenig, 2005; Lucchetti, Granero, Bassi, Latarroca, & Nacif, 2010).

É importante recordar que a divisão 36 da Associação Americana de Psicologia (APA), que atualmente representa a Psicologia da Religião, teve suas origens históricas no ano de 1946 e que, entre seus objetivos originais, constavam o propósito de contemplar uma “visão católica” da Psicologia e uma “visão da Psicologia” para os católicos. Essa postura sectária vigorou por mais de duas décadas até que a pressão ecumênica para incluir o estudo de outras religiões acabou levando a entidade estadunidense a reformular seus objetivos no ano de 1970 para incluir segmentos religiosos de forma abrangente e não tendenciosa. A partir de 1996 a APA passou a ser reconhecida como responsável pelo estudo da Psicologia da Religião, destacando as repercussões que refletem a proeminência crescente das contribuições dessa temática no campo acadêmico e profissional (Reuder, 1999).

A contribuição da R/E para potencializar a adesão a hábitos e estilos de vida mais saudáveis, a necessidade de conhecimentos por profissionais da saúde sobre aspectos específicos da religiosidade do cliente, o surgimento crescente de estudos que buscam integrar saberes e práticas espirituais e religiosas nas intervenções clínicas, bem como os aportes de resultados positivos decorrentes dessa integração no atendimento psicológico de pacientes que têm a R/E como dimensão essencial de suas vidas são alguns dos fatores

que confirmam a relevância dessas novas abordagens teóricas e terapêuticas na Psicologia (Haque, Khan, Khashavarzi, & Rothman, 2016; Pargament, 2007; Sperry, 2010;).

Todavia, a complexidade, diversidade e multidimensionalidade do campo religioso constituem desafios para pensarmos as bases de uma epistemologia religiosa que contemplem as múltiplas vozes e cenários étnicos, religiosos e socioculturais. No caso do Islã, alguns dados chamam a atenção. Além de integrar o conjunto das três mais conhecidas religiões monoteístas do mundo, também é considerada, atualmente, a segunda maior religião em número de adeptos. Isso equivale a um contingente de, aproximadamente, dois bilhões de indivíduos espalhados pelos mais diversos países do Oriente e do Ocidente, representando cerca de 25% da população mundial. É considerada a religião que mais cresce no mundo e, segundo dados do Pew Research Center, conta com uma estimativa de crescimento da ordem de 70% na projeção do número de seguidores até 2060 (*The changing global religious landscape*, 2017).

Segundo os muçulmanos, o Islã é uma religião baseada em uma revelação divina representada pelo Alcorão, cujos ensinamentos são complementados por uma extensa coletânea de tradições religiosas referentes à vida do profeta Muhammad. A religião ocupa um papel absolutamente fulcral na organização da vida e na consolidação da visão de mundo entre seus adeptos e essa centralidade se deve, em parte, ao fato de não haver separação entre o secular e o religioso. O Alcorão tem um papel central na vida dos muçulmanos e, por isso, faz-se necessário ampliar a compreensão dos ensinamentos codificados no livro sagrado, por meio da expansão de teorias e modelos que agreguem esses conhecimentos e ajudem a explicar como eles influenciam o comportamento da população de fiéis. Os conteúdos presentes nas fontes sagradas versam sobre a crença e a prática dos rituais, abarcando ainda diversos outros assuntos seculares, tais como higiene, alimentação, saúde, ética, moral, justiça e orientações sobre hábitos, condutas e comportamentos. Essa amplitude de temas faz com que a religião ocupe um lugar de proeminência que extrapola o âmbito espiritual, representando assim um código de vida (Hathout, 2014; Rippin, 2005).

A busca de um paradigma islâmico de Psicologia não é algo novo nem exclusivo da religião muçulmana. Pesquisas alicerçadas nas mais diversas filosofias religiosas vêm articulando essa associação com a Psicologia, como os estudos sobre a psicologia budista (Gold & Zahm, 2020; Tirch, Silberstein-Tirch, & Kolts, 2016; Zoysa, 2011), a psicologia judaica (Ben-Avie, Ives, & Lowewenthal, 2015), a psicologia cristã (Entwistle, 2015; Hackney, 2021), entre outros. Ainda que as proposições formuladas por tais propostas

não sejam totalmente aceitas em alguns países, como o Brasil, sobretudo na prática clínica, autores como Dueck e Marossy (2019) argumentam sobre a necessidade cada vez mais latente de uma “psicologia da espiritualidade” afinada com os princípios da *indigenous psychology*, baseados em perspectivas decoloniais de cultura, religião e da própria Psicologia, que permitem incluir conhecimentos potencialmente enriquecedores, oriundos de tradições antigas e não-ocidentais.

Uma das premissas da alteridade é o reconhecimento de que existem grupos e culturas singulares, que sentem, pensam, agem e compreendem o mundo a partir de seus próprios repertórios interpretativos. Nesse sentido, a expressão original *indigenous psychology* tem sido utilizada para definir um movimento que preconiza o estudo científico do comportamento humano (ou da mente) *native*. Em outras palavras, é uma abordagem que se preocupa em estudar os fenômenos psicológicos que não podem ser meramente “transportados” de uma região para outra, uma vez que são circunscritos aos limites singulares de determinada cultura, população e contexto nos quais tiveram origem (Allwood & Berry, 2006). Ainda que a expressão *indigenous psychology* esteja sendo traduzida para a língua portuguesa de forma literal, como “psicologia indígena”, esta tradução pode criar confusão devido aos significados que o termo adquire na língua portuguesa, ligados ao termo “indígena” no contexto brasileiro, ao invés de se referir a pessoas originárias de qualquer região, território ou cultura. Por essa razão, talvez a tradução que mais se aproxime da acepção original do termo seja “psicologia de povos nativos” (tradução nossa).

Uma das premissas dessa abordagem é a consideração de que as teorias psicológicas tradicionalmente existentes não são universais e tampouco neutras, uma vez que refletem a psicologia e as tradições culturais importadas sobretudo de países europeus e da América do Norte. Desse modo, a psicologia de povos nativos propõe-se a examinar o conhecimento, as habilidades e crenças que as pessoas têm sobre si mesmas em seus contextos de vida e nos contornos de sua cultura. Em outras palavras, por que as pessoas sentem, pensam e agem da maneira como sentem, pensam e agem.

Considera-se que cada contexto sociocultural é único e singular. Por isso é preciso investigar os componentes afetivos, comportamentais e cognitivos subjacentes às atitudes, condutas, crenças, expectativas e valores dos indivíduos que são membros de cada cultura e comunidade. Nessa perspectiva, o fenômeno psicológico é investigado dentro de seu contexto ecológico, histórico e cultural. Assim, as teorias, conceitos e

métodos são desenvolvidos de modo a incorporar as especificidades e matizes de cada contexto de pesquisa (Allwood & Berry, 2006; Pasha-Zaidi, 2019).

A psicologia de povos nativos, categoria na qual também se inclui a Psicologia Islâmica, tem sido utilizada para representar as formas originárias e nativas a partir das quais as diversas culturas compreendem o comportamento humano, ocupando assim um espaço de relevância na ciência devido à dimensão multicultural da população em geral (Al-Karam, 2018; Pasha-Zaidi, 2019). O intuito é questionar tanto a suposição de universalidade das experiências religiosas, como também adequar essa ideia às singularidades de cada crença religiosa, compreendendo como tais experiências repercutem no funcionamento psíquico e como os fenômenos psicológicos são vivenciados pelo indivíduo dentro de seu contexto cultural particular.

Esse tem sido também o eixo norteador da Psicologia Islâmica. Segundo Rasool (2021), a construção de uma epistemologia islâmica é produto do despertar de uma consciência crítica, por parte dos muçulmanos, que estava adormecida ao longo dos anos em virtude da secularização do conhecimento pelo Ocidente, processo que acabou ofuscando o legado histórico deixado pelos pensadores islâmicos no campo da Psicologia. Além de ter tal caráter de reparação histórica, a Psicologia Islâmica surge no cenário acadêmico também como uma resposta às epistemologias psicológicas que foram construídas ao longo dos anos ancoradas em um paradigma eurocêntrico e secular, buscando preencher lacunas e preparar profissionais de saúde mental para atender a população adepta do Islã com uma escuta culturalmente sensível (Al-Karam, 2018; Haque et al., 2016; Haque & Rothman, 2021).

### **Psicologia Islâmica: origens e aspectos históricos**

O legado islâmico na Psicologia inclui desde as contribuições dos pensadores islâmicos antigos até os mais contemporâneos. De acordo com Elzamzamy, Ahmed, Hassan e El Mahdi (2021), um dos expoentes da Psicologia Islâmica moderna é o sudanês Muhammad Uthman Nagati que, além de ser um dos pioneiros da área, foi um dos psicólogos mais influentes do mundo árabe em virtude das inúmeras traduções e obras originais que ele produziu sobre o assunto. No ano de 1948, ao iniciar seus estudos sobre a Psicologia Islâmica, sua proposta era conciliar os saberes da psicologia tradicional com o paradigma islâmico, sem, portanto, rejeitar uma em detrimento da outra. Assim, além das traduções de obras ocidentais, Elzamzamy et al. (2021) revelam que Nagati buscava resgatar as ideias de pensadores muçulmanos antigos e explorar os diversos aspectos

ligados ao funcionamento psíquico por meio dos saberes oriundos de fontes islâmicas tradicionais, delineando, para tanto, um plano estratégico de sete etapas que viabilizaria a construção, solidificação e disseminação desses conhecimentos (Tabela 1).

O campo da Psicologia Islâmica também teve impulso, no início na década de 1970, com os escritos do psicólogo e professor sudanês Malik Badri (2016), considerado um dos expoentes mais proeminentes desse movimento. Em sua obra *O dilema dos psicólogos muçulmanos*, o autor delineia uma série de questionamentos que alcançaram enorme repercussão. Uma das críticas mais destacadas se refere ao fato de que as teorias psicológicas não se ajustam ao estilo de vida islâmico, havendo muitas vezes uma colisão com as crenças e necessidades espirituais dos muçulmanos, já que seus comportamentos são influenciados diretamente pelas prescrições religiosas. O autor enfatiza o impacto da fé no tratamento psicoterapêutico e critica o enfoque materialista, e de certa forma ateístico, da ciência psicológica da época, o que por si só já fragiliza a premissa de neutralidade. Isso porque o fato de se desconsiderar a existência de uma dimensão espiritual e/ou religiosa não deixa de ser uma forma de crença pessoal que, assim como qualquer outra crença, também se torna suscetível aos vieses de toda e qualquer construção teórica. Badri foi duramente criticado por profissionais mais conservadores ligados à ciência tradicional, que rejeitavam qualquer tipo de vinculação da Psicologia com a religião, e também sofreu retaliação por outros pesquisadores, que o acusaram de tentar resgatar uma suposta hegemonia da religião sobre a ciência (Badri, 2016; Haque & Rothman, 2021).

A crítica de Badri (2016) não se voltava somente às teorias clássicas da Psicologia, mas também aos testes e instrumentos psicométricos, que são construídos sob os preceitos de um paradigma ocidental que não inclui as diferenças culturais e religiosas de determinadas populações. Isso, conseqüentemente, comprometia a confiabilidade e replicabilidade dos resultados obtidos em determinados grupos. Daí a necessidade, segundo o autor, de desenvolver uma perspectiva teórica específica, que respeite a pluralidade do modo de vida islâmico e inclua a diversidade cultural da sociedade, utilizando os saberes religiosos em uma relação de complementaridade com os saberes tradicionais (Badri, 2016; Rothman & Coyle, 2018).

Teorias apoiadas na premissa de uma suposta “neutralidade” como critério de fidedignidade e rigor científico frequentemente interpretavam certas restrições religiosas como práticas repressoras, coercitivas, subservientes e, conseqüentemente, não saudáveis para o desenvolvimento e bem-estar psicológico do indivíduo. A ideia do “proibido” ou

do “pecado”, sob as lentes de certas concepções teóricas, acabavam assumindo conotações negativas que simbolizavam uma restrição à liberdade do indivíduo. Essa suposta supressão do livre-arbítrio poderia acarretar sentimentos de medo ou culpa (Carmo, 2014). No entanto, partindo-se do princípio de que a saúde mental dos indivíduos é influenciada por fatores individuais e ambientais, não se pode atribuir a disfuncionalidade de um determinado comportamento exclusivamente à religião. Na visão espiritual ou religiosa existe uma interpretação completamente diferente das restrições e proibições, uma vez que as prescrições religiosas buscam estabelecer uma espécie de limite, de disciplina a ser seguida pelo adepto da religião, com o intuito de educar, orientar, confortar, alertar e também manter uma certa ordem na vida do sujeito (Iwashita & Domingues, 2018). Estilos de vida saudáveis decorrentes da vinculação com a R/E muitas vezes se apoiam em prescrições normatizadoras que definem tais limites de forma nítida e cristalina, demarcando linhas de conduta tanto no plano individual como da coletividade (Moreira-Almeida, Lotufo Neto, & Koenig, 2006).

Esse contexto pode deflagrar questionamentos do tipo: como driblar o conflito que emerge por meio de teorias psicológicas que a princípio classificam determinadas crenças e comportamentos religiosos como possivelmente disfuncionais ou prejudiciais ao equilíbrio psicológico do indivíduo, se tais teorias são construídas com base no estilo de vida secular e ocidental que não se coadunam com as crenças religiosas do sujeito, ou com comportamentos e visões de mundo que para ele não fazem sentido? E como não incluir o aspecto religioso como eixo auxiliar no tratamento, sabendo que existem recursos relacionados à R/E que poderiam ser explorados a favor do indivíduo, seja de forma preventiva ou psicoterapêutica? Diversos pesquisadores têm se esforçado em responder a esses questionamentos desafiadores, e uma das alternativas encontradas na literatura tem sido a inclusão de epistemologias que acolham essas singularidades sem dissolvê-las e atender as demandas de clientes cujos comportamentos estão intimamente relacionados às suas crenças religiosas. (Al-Karam, 2018; Haque & Rothman, 2021; Keshavarzi & Ali, 2020; Rezaei & Mousavi, 2019; Rothman, 2022; Vieten et al., 2013).

Rothman (2022) defende a necessidade de formulação de uma epistemologia islâmica, de caráter multidisciplinar, que inclua a visão psicológica, teológica, filosófica, cosmológica e ética. O autor enfatiza que, no caso do Islã, a religião funciona como uma espécie de orientação e visão sedimentada de mundo, que guia comportamentos e influencia o processo de tomada de decisões de seus adeptos. Junto a isso, muitas circunstâncias adversas, vivenciadas especialmente por muçulmanos, podem afetar os

pilares da saúde mental. Dentre essas situações vulnerabilizantes estão a exposição à islamofobia, dificuldades na afirmação da identidade religiosa, traumas resultantes de experiências de guerra juntamente com os lutos pela perda de bens materiais e/ou raízes familiares em decorrência de conflitos armados e de outras violências, necessidades de adaptação de imigrantes e refugiados ao modo de vida secular vigente nos países ocidentais, bem como a adaptação de muçulmanos convertidos dentro de uma nova comunidade somada à oposição e até ao distanciamento de amigos e de suas famílias de origem em razão da sua nova identidade religiosa (Abu-Raya & Pargament, 2011; Al-Karam, 2018; Rothman, 2022).

Essas são apenas algumas das inúmeras fontes de sofrimento psicossocial que acometem essa população. São demandas singulares que exigem escutas qualificadas e culturalmente sensíveis de profissionais capacitados e sob o auxílio de um arcabouço teórico-epistemológico congruente com os princípios anteriormente delineados.

### **Psicologia Islâmica: conceitos e preceitos**

A definição do termo Psicologia Islâmica é ampla e inclui conceitos que por vezes convergem, e outras vezes não, dependendo das correntes que a estudam (Al-Karam, 2018; Pasha-Zaidi, 2019; Rasool, 2021; Rothman & Coyle, 2018). Utz (2011) afirma que o diferencial dessa perspectiva é a inclusão de aspectos do mundo invisível, espiritual, transcendental, ou seja, daquilo que não é passível de ser visto e experienciado diretamente pelo ser humano e que pode influenciar o seu comportamento. Partindo desse princípio, Utz define a Psicologia Islâmica como o estudo da alma, que engloba os processos mentais, emocionais e comportamentais junto aos fatores, visíveis ou não, que podem influenciar tais processos. Rasool (2021) argumenta que é importante incluir nessa definição, além do elemento espiritual, o estudo de comportamentos éticos baseados em valores humanos, o qual, segundo este autor, ainda não alcançou um nível de amadurecimento suficiente dentro da ciência psicológica tradicional. Assim, no intuito de sintetizar essa questão, Rasool conceitua a Psicologia Islâmica como

[...] o estudo de processos cognitivos, afetivos e comportamentais e dos aspectos da alma, por meio de um paradigma baseado em evidências, que seja compatível com as crenças e práticas islâmicas e com as ciências islâmicas (Rasool, 2021, p.16).

Outro termo bastante utilizado nos estudos relacionados à Psicologia Islâmica é a “saúde mental muçulmana” – ou *muslim mental health*, a qual busca compreender as demandas dos muçulmanos ligadas à saúde mental, bem como a necessidade de



capacitação dos líderes religiosos que lidam diretamente com a comunidade. Al-Karam (2018) explica que o termo saúde mental muçulmana ganha força e adquire musculatura diante da necessidade de alguns muçulmanos em buscar profissionais que compreendam questões mais específicas ligadas ao comportamento religioso, espiritual e cultural, uma vez que muitos deixam de buscar ajuda psicoterapêutica por suporem que tais lacunas não são valorizadas ou suficientemente preenchidas pelos profissionais do campo *psi*.

Por se tratar de um tema dotado de grande amplitude, Pasha-Zaidi (2019) sugere a adoção de um paradigma interdisciplinar e multinível que abarque essas perspectivas, buscando assegurar uma investigação mais completa da natureza humana que permita compreender como as ideias islâmicas influenciam os significados construídos a nível individual e coletivo. No entanto, os esforços de conceitualização e distinção entre esses termos ainda não deixam totalmente claro se a Psicologia Islâmica estaria voltada para o estudo do comportamento dos muçulmanos, denominado por muitos de “psicologia muçulmana”, ou exclusivamente para a religião como um fator que, além de influenciar e moldar o comportamento humano, também busca agregar novos conhecimentos sobre a psiquê humana.

### **O estudo da Psicologia Islâmica ao redor do mundo**

Ainda que a Psicologia Islâmica tenha como fundamento saberes oriundos de fontes religiosas, estudiosos e pesquisadores da área demonstram preocupação constante com o resguardo do rigor dos aspectos metodológicos na construção de seus modelos teóricos e na comprovação da eficácia de intervenções, instrumentos e técnicas baseadas neste paradigma, mesmo porque a indagação e a busca de evidências também são estimuladas na concepção islâmica. Ademais, observa-se que, enquanto algumas correntes teóricas buscam um paradigma exclusivamente islâmico para criar seus modelos conceituais, outras tentam encontrar pontos em comum entre a perspectiva islâmica e os conceitos psicológicos ocidentais (Rasool, 2021), o que pode contribuir para reduzir as resistências ao pensamento islâmico.

Nos últimos anos, a Psicologia Islâmica começou a ser inserida em ambientes acadêmicos diversos ao redor do mundo, como o *Cambridge Muslim College* na Inglaterra, o *Al-Karam Institute e Iowa University* nos Estados Unidos, *Charles Stuart University* na Austrália, *International Islamic University Malaysia* na Malásia, *Riphah International University* no Paquistão, *Islamic University of Indonesia* na Indonésia, *International Open University* em Gâmbia, além de instituições presentes em países como

Índia e Turquia (Al-Karam, 2018; Haque & Rothman, 2021). Outras organizações foram criadas com o propósito específico de estudo e pesquisa na área, como o *International Institute of Islamic Thought* (IIIT) nos Estados Unidos, com programas que buscam integrar as ciências islâmicas às ciências seculares, a *Association of Muslim Social Scientists*, *International Association of Islamic Psychology* (IAIP), *International Students of Islamic Psychology* (ISIP), entre outras (Rasool, 2021).

Haque e Rothman (2021), em seu livro *Islamic psychology around the globe*, também articularam um panorama geral de estudos e aplicações da Psicologia Islâmica em 17 países: Egito, Austrália, Sudão, Indonésia, Malásia, Índia, Bósnia, Irã, Arábia Saudita, Nigéria, Paquistão, Somália, África do Sul, Turquia, Reino Unido, Alemanha e Estados Unidos. A rápida disseminação dessa área de estudo em diversas regiões do globo sinaliza um interesse crescente pelo tema e sua incorporação progressiva pelas instituições acadêmicas, fomentando uma expectativa promissora de expansão e alargamento das fronteiras desse campo.

### **Bases e fundamentos teóricos da Psicologia Islâmica**

Apesar das fontes religiosas, como o Alcorão e a *Sunna*, servirem como fontes primárias para a construção de pilares teóricos sob a perspectiva islâmica, diversos modelos têm surgido a partir de raízes filosóficas de pensadores muçulmanos, sobretudo a partir das obras de Al-Ghazali, cujo pensamento teórico também se baseou em conteúdos do Alcorão. Elementos como a alma (*nafs*), o espírito (*ruh*), o intelecto (*aql*) e o coração (*qalb*) são usados como base para explicar o funcionamento psíquico, por meio de uma interação sistêmica na qual o indivíduo busca evoluir e melhorar suas atitudes e comportamentos continuamente ao longo da vida (Keshavarzi & Ali, 2020; Rasool, 2021; Rothman & Coyle, 2018).

O funcionamento psíquico descrito na concepção islâmica é totalmente atrelado à dimensão espiritual e transcendental, tendo em vista que, no Islam, a psiquê juntamente com o espírito, seriam componentes da alma, o que a diferencia das visões psicológicas tradicionais. Nessa dimensão transcendental incluem-se elementos intangíveis que podem influenciar o comportamento, tais como a crença em Deus, nos anjos e demônios, na predestinação, na vida após a morte, no paraíso e inferno, na perspectiva de uma prestação de contas no Juízo Final, entre outras crenças. Com isso, os modelos teóricos aproveitam os conhecimentos que emanam das fontes religiosas para compreender ou explicar certos comportamentos. Nesse entendimento incluem-se fatores externos e internos que

influenciam o indivíduo, podendo favorecer ou perturbar seu bem-estar físico e psíquico. Essa é a razão pela qual a maior parte dos modelos decorrentes dessa perspectiva buscam uma compreensão da natureza humana e da personalidade que integre as três dimensões: corpo, mente e alma (Keshavarzi & Ali, 2020; Rothman & Coyle, 2018; Yasien, 1996).

A Psicologia Islâmica também é marcada por uma diversidade de elementos éticos e morais, cujo intuito é aprimorar condutas e comportamentos tanto a nível individual como social. Na visão islâmica, a satisfação humana pautada pelo prazer em detrimento do aspecto moral compromete diversos aspectos da vida e, apesar de algumas pessoas associarem a moralidade a um retrocesso social e econômico, Othman (2016) ressalta que uma das marcas mais fortes do Islam é justamente esse princípio, cujo intuito é aperfeiçoar a personalidade do indivíduo e promover um progresso não apenas individual, mas do grupo como um todo. A autora aponta que o foco excessivo dado por algumas teorias psicológicas à satisfação das necessidades humanas focadas na obtenção do prazer torna tais necessidades cada vez mais vigorosas e difíceis de serem saciadas, podendo em certos casos conduzir o sujeito a uma espiral de autodestruição contínua e à fragilização do seu meio social. No entanto, em que pese a crítica à valorização do hedonismo como valor na sociedade ocidental, a forte presença da dimensão espiritual nas teorias islâmicas não exclui as necessidades do corpo. Pelo contrário, elas também são incorporadas por essa epistemologia como dimensão essencial para a obtenção do equilíbrio de todo o sistema, desde que dentro dos parâmetros de moderação e licitude definidos pelos preceitos religiosos (Ashraah, Gmaian, & Al-Shudaifat, 2013; Tabarah, 2001).

### **Considerações finais**

Abordar as potencialidades da Psicologia Islâmica aos olhos do Ocidente e, especialmente, no contexto brasileiro, onde estudos e aplicações práticas relacionadas à psicoterapia integrada à espiritualidade ainda se encontram incipientes, pode gerar um certo estranhamento para aqueles que ainda não se encontram familiarizados com essas novas tendências. O sentimento de estranhamento também é alimentado pelo olhar suspeito e liminar que a Psicologia tradicionalmente reservou às questões da R/E. Os esforços mantidos ao longo de décadas para manter o distanciamento da ciência psicológica do interesse pelo estudo de temas religiosos, especialmente os que tivessem algum caráter impositivo sobre o comportamento e a saúde mental do indivíduo, inibiu a aproximação entre Psicologia e religiosidade. Ocorre, porém, que muitos benefícios proporcionados pela R/E acabaram sendo ignorados em virtude desse olhar

preconceituoso, o que pode ter desvirtuado a descoberta de caminhos criativos e fecundos entre esses campos do conhecimento sobre a experiência humana.

A trilha aberta pelo movimento da psicologia de povos nativos procura descobrir como as visões culturais, teorias e suposições que fazemos sobre o mundo, juntamente com as instituições sociais, políticas, educacionais e religiosas influenciam os fenômenos psicológicos que circulam em cada cultura. Trata-se de um conhecimento que almeja o bem-estar coletivo, em uma tentativa de superar os desafios enfrentados por cada cultura, contribuindo para o fortalecimento de políticas públicas na educação, saúde, emprego e segurança e na superação de conflitos religiosos e visões dogmáticas e suprematistas.

Se partirmos do pressuposto de que a área de saúde investe cada vez mais na adoção de uma visão sistêmica de bem-estar, que inclui as dimensões físicas, psicológicas, sociais e espirituais, é lícito defendermos a necessidade de uma integração de diversas concepções para a construção de modelos contextualizados, que se aproximem cada vez mais da realidade encarnada dos indivíduos. Abu-Raya e Pargament (2011) apontam que muitos muçulmanos, ao longo do tempo, “desacreditaram” da ciência psicológica, justamente por perceberem-na como uma ciência mais “ocidental”, que não abrangia ou confrontava certos princípios religiosos, além de atribuir-lhes um caráter negativo, de possível “perigo” para a saúde emocional do indivíduo. Essa atitude defensiva historicamente alimentou um olhar de suspeita e desconfiança sobre os impactos da R/E na saúde mental. Tal fato corrobora a necessidade de maior aproximação dos pesquisadores do campo da Psicologia com a comunidade muçulmana, incrementando debates e reflexões sobre o tema, de modo a contribuir para a construção de agendas de pesquisa inclusivas, evitando o descarte de saberes que de alguma forma possam contribuir para o aperfeiçoamento da ciência psicológica, mitigando assim o seu distanciamento em relação à população muçulmana.

A inclusão de novas epistemologias na ciência psicológica, sobretudo aquelas decorrentes de filosofias espirituais e religiosas, tem se mostrado necessária para a compreensão do comportamento de indivíduos pertencentes a certas comunidades, especialmente daquelas cujos modos de vida não são pautados na racionalidade ocidental. Espera-se, assim, que essas reflexões possam contribuir para valorizar uma postura de maior permeabilidade e conjugação entre saberes de campos distintos, ao invés de reforçar as polarizações e fundamentalismos que restringem o horizonte do diálogo e o intercâmbio de conhecimentos, incentivando novas e profícuas descobertas sobre o tema.

## REFERÊNCIAS

- Abu-Raiya, H., & Pargament, K. I. (2011). Empirically based psychology of Islam: summary and critique of the literature. *Mental Health, Religion & Culture, 14*(2), 93-115. <https://doi:10.1080/13674670903426482>
- Al-Karam, C. Y. (2018). *Islamically Integrated Psychotherapy: uniting faith and professional practice*. Pennsylvania: Templeton Press.
- Allwood, C. M. & Berry, & J. W. (2006). Origins and development of indigenous psychologies: an international analysis. *International Journal of Psychology, 41*(4), 243-268. <https://doi.org/10.1080/00207590544000013>
- Ashraah, M. M., Gmaian, I., & Al-Shudaifat, S. (2013). Sex education as viewed by Islam education. *European Journal of Scientific Research, 95*(1), 5-16. <https://eis.hu.edu.jo/deanshipfiles/pub106956271.pdf>
- Badri, M. (2016). *The dilemma of muslim psychologists*. Kuala Lumpur: Islamic Book Trust.
- Belzen, J. A. (2009). Psicologia cultural da religião: perspectivas, desafios e possibilidades. *Revista de Estudos da Religião, 9*, 1-29. Recuperado de: [https://www.pucsp.br/rever/rv4\\_2009/t\\_belzen.pdf](https://www.pucsp.br/rever/rv4_2009/t_belzen.pdf)
- Ben-Avie, M., Ives, Y., & Loewenthal, K. (2015). *Applied Jewish values in social sciences and psychology*. New York: Springer.
- Carmo, V. (2014). *O sentimento de culpa como resultado das transgressões humanas*. Dissertação (Mestrado em Teologia). Escola Superior de Teologia, São Leopoldo, RS. Recuperado de <http://dspace.est.edu.br:8080/jspui/handle/BR-SIFE/506>
- Conselho Federal de Psicologia [CFP] (2013). *Posicionamento do sistema de conselhos de Psicologia para a questão da Psicologia, religião e espiritualidade GT Nacional Laicidade e Psicologia*. Brasília, DF: Autor.
- Da Silva, L. F. C. B. (2020). Da psicologia “moderna” desalmada à psicologia integrativa: a experiência religiosa em debate. In F. Asensi (Org.), *Conhecimento e multidisciplinaridade*, v. 1. Rio de Janeiro: Pembroke Collins.
- Decolonial Psychology Editorial Collective. (2021). General psychology otherwise: a decolonial articulation. *Review of General Psychology, 25*(4), 339-353. <https://doi:10.1177/10892680211048177>
- Dueck, A., & Marossy, M. (2019). A future for indigenous psychology of spirituality? *Journal of Theoretical and Philosophical Psychology, 39*(2), 120-126. <https://doi.org/10.1037/teo0000116>

- Elzamzamy, K., Ahmed, R. M., Hassan, W., & El Mahdi, M. (2021). In A. Haque e A. Rothman (Org.), *Islamic psychology around the globe*. Seattle, Washington: International Association of Islamic Psychology.
- Entwistle, D. N. (2015). *Integrative approaches to psychology and christianity: an introduction to worldview issues: philosophical foundations, and models of integration*. Oregon: Cascade Books.
- Gold, E., & Zahm, S. (2020). Buddhist psychology informed Gestalt therapy for challenging times. *The Humanistic Psychologist*, 48(4), 373–377. <https://doi.org/10.1037/hum0000213>
- Hackney, C. (2021). *Positive Psychology in Christian perspective: foundations, concepts, and applications*. Westmont, Illinois: IVP Academic / InterVarsity Press.
- Haque, A., Khan, F., Keshavarzi, H., & Rothman, A. E. (2016). Integrating Islamic traditions in modern psychology: research trends in last ten years. *Journal of Muslim Mental Health*, 10(1), 75-100. <http://dx.doi.org/10.3998/jmmh.10381607.0010.107>
- Haque, A., & Rothman, A. (2021). *Islamic psychology around the globe*. Seattle, Washington: International Association of Islamic Psychology.
- Hathout, H. (2014). *Viagem pela mente de um muçulmano*. Oak Brook: American Trust Publications.
- Iwashita, P. K., & Domingues, R. G. (2018). Interfaces entre a culpa e o pecado. *Caminhos: Revista de Ciências da Religião*, 16(2), 188-202. <http://dx.doi.org/10.18224/cam.v16i2.6506>
- Keshavarzi, H. & Ali, B. (2021). Foundations of tradicional islamically integrated psychotherapy (TIIP). In H. Keshavarzi et al. (Eds.), *Introducing traditional islamically integrated psychotherapy*. New York: Routledge.
- Koenig, H. G. (2012). *Espiritualidade no cuidado com o paciente. Por que, como, quando e o quê* (G. Campos, Trad., 2. ed.). São Paulo: Editora FE.
- Koenig, H. G. (2012). Religion, spirituality, and health: the research and clinical implications. *ISRN Psychiatry*, 278730. <https://doi:10.5402/2012/278730>
- Lomas, T., Waters, L., Williams, P., Oades, L. G., & Kern, M. L. (2020). Third wave positive psychology: broadening towards complexity. *The Journal of Positive Psychology*, 16(5), 660-674. <https://doi.org/10.1080/17439760.2020.1805501>
- Lucchetti, G., Granero, A. L., Bassi, R. M., Latorraca, R., & Nacif, S. A. P. (2010). Espiritualidade na prática clínica: o que o clínico deve saber? *Revista Brasileira*

- de Clínica Médica*, 8(2), 154-158. <http://files.bvs.br/upload/S/1679-1010/2010/v8n2/a012.pdf>
- Marques, L. F. (2010). O conceito de espiritualidade e sua interface com a religiosidade e a Psicologia Positiva. *Revista Psicod debate Psicología, Cultura y Sociedad*, 10, 135-151. Disponível em <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5645349>
- Moreira-Almeida, A., Lotufo Neto, F., & Koenig, H. (2006). Religiousness and mental health: a review. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 28(3), 242-250. <https://doi.org/10.1590/S1516-44462006005000006>
- Nogueira, S. G., & Guzzo, R. S. L. (2016). Psicologia africana: diálogos com o sul global. *Revista Brasileira de Estudos Africanos*, 1(2). <https://doi.org/10.22456/2448-3923.66828>
- Othman, N. (2016). A preface to the Islamic personality psychology. *International Journal of Psychological Studies*, 8(1), 20-27. <http://dx.doi.org/10.5539/ijps.v8n1p20>
- Pargament, K. I. (2007). *Spiritually integrated psychotherapy: understanding and addressing the sacred*. New York: Guilford Press.
- Pasha-Zaidi, N. (2021). Indigenizing an Islamic psychology. *Psychology of Religion and Spirituality*, 13(2), 194-203. <https://doi.org/10.1037/rel0000265>
- Pickren W. E., & Teo T. (2020). A new scholarly imaginary for general psychology. *Review of General Psychology*, 24(1), 3-5. <https://doi:10.1177/1089268020901799>
- Rasool, G. H. (2021). *Islamic psychology: human behaviour and experience from an Islamic perspective*. London: Routledge.
- Reuder, M. E. (1999). A history of Division 36 (Psychology of Religion). In D. A. Dewsbury (Ed.), *Unification through division: histories of the divisions of the American Psychological Association*, v. 4, pp. 91-108. Washington, DC: American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10340-000>
- Rezaei, S., & Mousavi, S. V. (2019). The effect of monotheistic integrated psychotherapy on the levels of resilience, anxiety, and depression among prisoners. *Health, Spirituality and Medical Ethics*, 6(1), 2-10. <http://dx.doi.org/10.29252/jhsme.6.1.2>
- Rippin, A. (2005). *Muslims: their religious beliefs and practices*. London: Routledge.

- Rothman, A. (2022). *Developing a model of Islamic psychology and psychotherapy: Islamic theology and contemporary understandings of Psychology*. London: Routledge.
- Rothman, A., & Coyle, A. (2018). Toward a framework for Islamic psychology and psychotherapy: an Islamic model of the soul. *Journal of Religion and Health*, 57(5), 1731-1744. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-0651-x>
- Seligman, M. E. P. (2009). *Felicidade autêntica: usando a nova Psicologia Positiva para a realização permanente* (N. Capelo, Trad.). Rio de Janeiro: Objetiva.
- Sperry, L. (2010). Psychotherapy sensitive to spiritual issues: a postmaterialist psychology perspective and developmental approach. *Psychology of Religion and Spirituality*, 2(1), 46-56. <https://doi.org/10.1037/a0018549>
- Tabbarah, A. A. (2001). *The spirit of Islam: doctrine and teachings* (H. T. Shoucair, Trad.). Beirut: Dar el-Ilm Lil-Malayin.
- The changing global religious landscape* (2017, April 5). Retrieved from <https://www.pewforum.org/2017/04/05/the-changing-global-religious-landscape/#global-population-projections-2015-to-2060>
- Tirch, D., Silberstein-Tirch, L. R., & Kolts, R. L. (2016). *Buddhist psychology and cognitive-behavioral therapy: a clinician's guide*. New York: Guilford Publications.
- Utz, A. (2011). *Psychology from Islamic perspective*. Riyadh, SA: International Islamic Publishing House.
- Vieten, C., Scammell, S., Pilato, R., Ammondson, I., Pargament, K. I., & Lukoff, D. (2013). Spiritual and religious competencies for psychologists. *Psychology of Religion and Spirituality*, 5(3), 129-144. <https://doi.org/10.1037/a0032699>
- Yasien, M. (1996). *Fitra: the Islamic concept of human nature*. London: Taha Publishers.
- Zoysa, P. (2011). The use of Buddhist mindfulness meditation in psychotherapy: a case report from Sri Lanka. *Transcultural Psychiatry*, 48(5), 675-683. <https://doi.org/10.1177/1363461511418394>



## O ISLAM E AS BASES DA RELIGIOSIDADE E ESPIRITUALIDADE ISLÂMICA

*“Deus é Um, mas Ele será visto de muitas maneiras diferentes, assim como um objeto é refletido de modo diferente por diferentes espelhos, alguns o mostrando direito, alguns, distorcido; alguns, claramente e alguns, vagamente”* (Al-Ghazali, 2001, p.92).

Compreender a visão de mundo islâmica requer, antes de tudo, uma linguagem que traduza o sentido real e o simbolismo dos saberes islâmicos juntamente com as bases que sustentam essa vertente religiosa (Al-Attas, 1995). Diante disso, esse capítulo inicia tecendo algumas considerações socioculturais importantes acerca dos contextos que envolvem o Islam e os muçulmanos, destacando a necessidade de uma visão decolonial e não eurocêntrica para uma compreensão mais genuína da religião, despida de estereótipos e preconceitos. Essa etapa introdutória é essencial para preparar o leitor antes de adentrar elementos e conceitos mais específicos da doutrina islâmica, uma vez que muitos desses assuntos foram e continuam sendo repetidamente associados, em virtude dos frequentes discursos midiáticos, a um cenário de violência, extremismo e opressão que se opõem totalmente aos sentidos reais dos ensinamentos islâmicos. Sem essa consciência prévia, muitos podem continuar fazendo uma leitura do Islam com lentes construídas a partir de concepções e padrões hegemônicos que o Ocidente insiste em impor a outros povos. A religiosidade e a espiritualidade no Islam são elementos amplos e intensos pois abrangem todas as esferas da vida do muçulmano. Por isso, um olhar secular e “viciado” em visões pré-concebidas pode prejudicar a compreensão dessa visão de mundo. O texto discute ainda os significados da palavra Islam e a sua conexão tanto com as bases da religiosidade e espiritualidade islâmica, como também com a concepção de felicidade, que será mais aprofundada no próximo capítulo.

Após essa breve introdução teórica, são apresentados dois artigos teóricos. O estudo 3, intitulado *Alcorão: uma leitura sobre as particularidades do livro sagrado dos muçulmanos, a Sunna, o profeta Muhammad e os pilares fundamentais do Islã* é uma introdução geral sobre a doutrina islâmica. É um estudo teórico-reflexivo que constrói uma visão panorâmica do Islam, desde o seu surgimento, incluindo a revelação do livro sagrado dos muçulmanos, a missão do profeta Muhammad (saws), elementos doutrinários e alguns conteúdos presentes no Alcorão e na *Sunna*. O estudo destaca ainda a

ascendência profética de Muhammad (saws) desde seus ancestrais e revela os cuidados relativos à conservação do conteúdo alcorânico até os dias atuais, bem como com o processo de tradução. São incluídos também no texto explicações sobre os principais pilares do Islam e da fé islâmica, incluindo elementos referentes ao comportamento ético-moral que contribuem para a formação e o desenvolvimento do caráter do muçulmano. Esse artigo já foi aprovado para publicação e está em fase de edição pela revista Estudos de Religião, da Editora Metodista (Omais & Santos, 2024a).

O estudo 4, intitulado *Sheikhs do Brasil: papéis sociais e trajetórias de líderes islâmicos no contexto brasileiro*, revela alguns dos principais papéis, atribuições e desafios enfrentados por líderes islâmicos, expondo também a sua trajetória no cenário brasileiro. Deve-se destacar que teve como participantes sheikhs que atuam no Brasil, e são poucas as pesquisas brasileiras que descrevem detalhadamente a trajetória desses líderes e a importância função que eles exercem dentro e fora da comunidade muçulmana. O artigo também menciona os desafios da tradução do livro sagrado dos muçulmanos e da preservação de seus conteúdos, citando os principais tradutores do Alcorão na língua portuguesa. Esse artigo já foi aprovado para publicação e está em fase de edição pela revista Caminhos, da PUC de Goiás (Omais & Santos, 2024a).

#### *Considerações socioculturais e a necessidade de perspectivas decoloniais para uma compreensão mais fidedigna do Islam*

A herança epistemológica do Ocidente, permeada por um campo de visão internalizado em uma visão eurocêntrica e “colonialista” tornaram-se o maior obstáculo para a compreensão do Islam e de culturas ou religiões não ocidentais. Isso explica o porquê o secularismo, caracterizado como uma libertação do homem das garras da religião, dos significados e preceitos religiosos sobre suas ações, acaba se chocando diretamente com o modo de vida islâmico, que segue exatamente o caminho oposto (Akhtar, 2008; Sisemore & Knaab, 2020; Casanova, 2009). Por essa razão, para compreender as bases da religiosidade islâmica e adentrar uma outra visão de mundo, sem pré-julgamentos é preciso que haja um afastamento das próprias lentes culturais e uma postura mais aberta para o diferente. Isso requer uma desconstrução de saberes prévios e pré-concebidos formados a partir de imagens, representações, conteúdos, pré-conceitos, termos e expressões que distorcem e dificultam a compreensão do Islam.

A imposição de uma única forma de pensamento para compreender toda a diversidade do mundo, além de empobrecer a Ciência, já alicerçada sob os parâmetros

ocidentais-cristãos, também compromete a sua precisão, a sua veracidade, e a realidade de outros mundos como eles são e não como deveriam ser. Perpetuar esse ciclo deixa lacunas no conhecimento, cria distorções da realidade de outras perspectivas culturais e eleva a quantidade de informações errôneas e equivocadas (Al-Attas, 1995; Omais & Santos, 2022c; 2024d). Na psicologia especialmente, nota-se uma monopolização de teorias que construíram a ciência do comportamento humano a partir de uma visão de mundo europeia ou norte americana (Omais & Santos, 2022c; 2024b). A ciência construída sob um olhar dominante fomenta o ciclo da dominação, da colonização e da perpetuação de uma superioridade cultural que analisa, interpreta e julga as crenças e o estilo de vida de outros povos conforme padrões universais de certo ou errado, de bom ou ruim construídos por sua própria cultura.

A tentativa de compreender o Islam somente com base em narrativas da mídia e fatos do presente é tão ilógico, injusto e inadequado quanto julgar alguém à distância, sem conhecê-lo pessoalmente ou compreender sua trajetória e história de vida. Por isso contextualizações históricas, socioculturais e políticas são fundamentais para compreender a aversão ocidental ao Islam e seus adeptos. Os muçulmanos enfrentam um paradoxo no Ocidente onde estados ditos “liberais” são incapazes de aceitar as diferenças. A intolerância religiosa e os preconceitos de longa data acentuados por uma manipulação midiática ininterrupta criam uma pressão cultural intensa sobre quem opta por esse estilo de vida. A ideia de submissão a Deus no Islam está na contramão do imperialismo e do colonialismo ocidental, que reluta em aceitar culturas que contrariem suas convicções e padrões “ideais” de vida, atrelados na maioria das vezes ao materialismo, ao prazer e ao consumo. Esse conjunto resulta em uma nítida aversão ao Islam e em tensões constantes entre ideias hegemônicas ocidentais de um lado, e do outro, a recusa dos muçulmanos em segui-las, mantendo-se fiel aos seus valores.

É um tanto irônico perceber que as religiões sejam reiteradamente rotuladas como inflexíveis quando na verdade nada tem sido mais rígido nos últimos anos do que a imposição de valores ocidentais sob uma frágil alegação de liberdade. Ambos os termos se cristalizaram como pretextos para dominar e estabelecer limites científicos, legais, políticos e culturais sobre aquilo que a religião pode ou não fazer (Casanova, 2009). Sisemore e Knabb (2020) reforçam que essa colonização científica precisa ser transformada a partir da construção de uma ciência que emerja de dentro para fora dessas culturas, e não de fora para dentro. Por isso, a ciência psicológica só será capaz de compreender o funcionamento psíquico de certos grupos de forma precisa a partir do

momento que incluir epistemologias específicas sobre suas crenças e visões de mundo. A psicologia nativa (*indigenous psychology*) se encaixa nessa proposta, e visa compreender grupos religiosos e/ou culturais partindo-se de suas próprias perspectivas. Para isso, é necessária uma humildade cultural de pesquisadores e profissionais para compreender os valores e costumes desses povos (Sisemore & Knabb, 2020).

É imprescindível discutir essas questões antes de adentrar os saberes de uma religião constantemente pressionada para se encaixar nos moldes ocidentais. A distinção de secular e religioso, por exemplo, tão presente no mundo ocidental não existe na doutrina islâmica, uma vez que toda ação humana é considerada um ato religioso. A religião muçulmana tem o aspecto holístico como sua marca principal. É um código de vida, onde todo comportamento é guiado por orientações religiosas, não se restringindo somente ao plano espiritual (Akhtar, 2008; Al-Attas, 1995). Essas são algumas das razões que explicam a relutância em utilizar o termo “secular” no Islam, uma vez que os sentidos que abrangem esse termo não se encaixam no seu paradigma. O processo de secularização é um produto histórico das nações ocidentais. Como o próprio nome diz, uma cultura “hegemônica” é aquela que domina, que se coloca em uma posição de superioridade, supremacia, o que pressupõe tensões e desigualdades. Manter a visão hegemônica ao invés de trocá-la por um olhar decolonial aumenta as chances de choques culturais em todas as esferas, dificultando a construção de novos paradigmas sem preconceitos e juízos de valor. A compreensão da doutrina islâmica também requer uma interpretação mais ampla de conceitos básicos que nem sempre se alinham ao estilo de vida competitivo do Ocidente, como a submissão, a entrega, a obediência e a humildade. Para uma perspectiva ocidental que repudia qualquer tipo de abdição à liberdade e de relações de dependência, tal postura torna-se ainda mais difícil de ser compreendida e aceita, sobretudo se a ciência não se desapegar de uma interpretação exclusivista do mundo.

Um outro ponto importante é que, para compreender a espiritualidade islâmica a fundo, é preciso descobrir a sua essência e o primeiro passo para isso é entender o significado do seu próprio nome: *Islam*, um termo que significa “submissão” ou “entrega”, tendo também raízes na palavra “paz” (Gardet, 1978; Nigard, 1996; Ravetz, 1991). A entrega de uma pessoa ao se tornar muçulmana é um ato de confiança total em Deus e de comprometimento em seguir os mandamentos religiosos. O princípio fundamental do Islam consiste na submissão consciente e convicta do indivíduo às leis divinas e às orientações proféticas (Nasr, 2008). Na visão islâmica, a palavra submissão não tem o mesmo sentido negativo interpretado no Ocidente, cuja perspectiva cultural

prega a liberdade e o livre-arbítrio em sua totalidade. Se o Ocidente enxerga a submissão como uma aniquilação da liberdade individual, no Islam entende-se que é justamente essa liberdade total e ilimitada do sujeito que lhe causa os maiores danos.

Existe uma nítida diferença entre a ideia de liberdade ocidental e islâmica e esse é provavelmente um dos maiores contrastes entre os valores islâmicos e os valores ocidentais. No Ocidente, a liberdade está mais atrelada ao mundo externo, à autonomia, autodeterminação, à liberdade ilimitada de escolha e de ação, enquanto que no Islam, a verdadeira liberdade não é aquela visível aos olhos, mas sim a liberdade interna, a do autodomínio, da capacidade de gerenciar impulsos, desejos e emoções ao invés de ser gerenciado por eles (Akhtar, 2008). Na visão ocidental, a dependência e a submissão total à religião, às regras e proibições religiosas poda a liberdade humana e exige a abdicação de coisas que muitas vezes contrariam a vontade e os desejos do indivíduo, gerando desconfortos que muitos consideram desnecessários. Temos hoje uma sociedade pautada pelo princípio do prazer e de gratificações imediatas. Aquele que aceita se submeter às ordens religiosas acaba sendo associado a um contexto de ignorância e retrocesso. No Islam a entrega requer certas abdições por uma causa maior, pois, do contrário, o sujeito estaria centralizado somente em seus próprios interesses e vontades.

No Islam o principal valor associado à ideia de submissão é a humildade. Na visão ocidental, palavras como obediência, submissão, humildade, dependência denotam uma falta de liberdade que contraria a ideia de progresso, autodeterminação e de amor-próprio. A humildade, assim como sua ligação com o conceito de submissão possui um valor muito forte no Islam pois evita que o ser humano se coloque como o centro do universo sobrepondo suas necessidades sobre as dos outros. Não é possível ser submisso sem que haja humildade suficiente para aceitar regras externas oriundas de alguém que não seja o próprio sujeito. A obediência, é um reconhecimento do indivíduo que há uma sabedoria acima da sua, na qual ele confia e se entrega, e a humildade serve para reduzir o ímpeto do ego em impor sua superioridade, seja sobre Deus, seja sobre as pessoas (Khalil, 2020). Esse é um conceito central no Islam que também se reflete no conceito de justiça social. O individualismo e a competitividade que se alinham à ideia de liberdade e independência no Ocidente dificilmente abrem espaço para a ideia de que a humildade e a abdicação em prol do direito e do bem-estar coletivo é tão fundamental quanto o individual.

No Islam, a humildade é fundamental para a absorção de todas as regras religiosas uma vez que ela está relacionada à obediência e servidão a Deus (*ubudiyya*). Ela encontra-se presente em práticas e rituais islâmicos diversos tais como as orações, quando o sujeito

se ajoelha perante a Deus, na caridade, quando o indivíduo considera as necessidades do outro tão importantes quanto a sua, no jejum, que requer a abstenção de prazeres ainda que eles estejam ao alcance do sujeito, na peregrinação, onde pobres e ricos se congregam vestindo-se de forma igual, com toalhas brancas. O próprio *hijab* (véu islâmico) que no Ocidente é visto como símbolo de opressão à liberdade do corpo feminino, no Islam possui outro sentido, representando a modéstia da mulher perante Deus e perante as pessoas. Ao cobrir o corpo, a mulher evita que seu valor se reduza somente à sua beleza, à sua aparência, às suas roupas ou a seus atributos físicos. A vestimenta islâmica é uma demonstração clara de que no Islam o foco na alma é mais importante do que o culto ao corpo, enquanto que no Ocidente é o inverso, o foco no corpo feminino ainda é mais valorizado do que outras qualidades intrínsecas. A humildade protege da cobiça, da inveja e da competitividade (Khalil, 2020).

Na visão islâmica, a obediência aos preceitos divinos, à entrega e à submissão estão associadas à felicidade porque envolvem a tranquilidade da consciência. Essa consciência é percebida pelo coração (*qalb*), que no Islam, representa tanto a emoção como a cognição, proporcionando o sentimento de tranquilidade e paz. A submissão gera harmonia à medida que o sujeito aceita a natureza da criação divina como ela é, deixando de se opor à forma como as coisas são criadas e determinadas. Essa submissão é voluntária, desejada, e não implica em uma perda da liberdade uma vez que o indivíduo só é realmente livre quando segue a sua própria natureza ao invés de se rebelar contra ela (Al-Attas, 1995). A humildade perante Deus é um estado interior, um sentimento de sinceridade que reconhece a total dependência do ser humano com relação a Deus. Ela educa o indivíduo a se colocar em um lugar onde ele assume a sua fragilidade e impotência em viver e agir sozinho, a sua necessidade com relação aos outros seres humanos, e a necessidade de Deus para guiá-lo e protegê-lo (Al-Akhtar, 2008). Essa dependência de uma proteção e de uma orientação divina não é compreendida no Islam como imaturidade, vergonha ou falta de autonomia, mas sim um ato de coragem e de força (Khalil, 2020). Isso porque a obediência às ordens de um Ser superior induz o sujeito a passar por cima daquilo que é mais forte no ser humano: o ego e suas vontades.

### ARTIGO 3

Omais, S.; Santos, M. A. dos. (2024). Alcorão: uma leitura sobre as particularidades do livro sagrado dos muçulmanos, a Sunna, o profeta Muhammad e os pilares fundamentais do Islam. *Caminhos – Estudos de Religião*. In press.  
<https://revistas.metodista.br/index.php/estudosreligiao/issue/view/17>

#### **Alcorão: uma leitura sobre as particularidades do livro sagrado dos muçulmanos, a Sunna, o profeta Muhammad e os pilares fundamentais do Islam**

##### **Resumo**

A expansão do Islã ao redor do mundo e o aumento significativo de adeptos no Ocidente têm ampliado a necessidade de maior aprofundamento sobre o tema. Neste estudo teórico-reflexivo traçamos uma breve visão panorâmica desde a origem do Islã até os dias atuais e discorremos sobre algumas particularidades do Alcorão, livro sagrado dos muçulmanos, e os principais elementos da doutrina islâmica, com base na missão profética de Muhammad. O percurso metodológico utilizado para o desenvolvimento do estudo foi a pesquisa bibliográfica. Pontuamos que o Islã representa a última das religiões abraâmicas, cuja doutrina foi compilada no Alcorão e sua compreensão deve ser complementada pela *Sunna*. Com base nessas considerações, concluímos que o texto sagrado não contém somente dogmas ou rituais, mas também agrega orientações para os adeptos que abrangem as mais diversas esferas do conhecimento, exercendo assim uma influência direta sobre a vida dos muçulmanos.

**Palavras-chave:** Islã; Alcorão; muçulmanos; islamismo, religião.

##### **Introdução**

A palavra Alcorão, em árabe, significa “recitação” ou “leitura por excelência” (HAYEK, 2019). Assim é nomeado o livro sagrado dos muçulmanos, como uma mensagem revelada por Deus por intermédio do anjo Gabriel ao profeta Muhammad, dando origem ao Islã. Originalmente revelado na língua árabe há mais de 1.400 anos, demandou 23 anos até ser totalmente concluído. O Alcorão é considerado uma fonte de autoridade para a comunidade muçulmana, que cresceu e se expandiu em torno dos ensinamentos reunidos por ele. Trata-se de um livro *sui generis*, que contém não apenas prescrições relacionadas a rituais e crenças religiosas, mas também agrega orientações de vida para os adeptos do Islã.

Por essa razão o livro divino dos muçulmanos é consagrado como um código de vida, com preceitos sobre ética, comportamento, caráter, saúde, justiça, família e relações sociais, políticas e econômicas, direitos humanos, relações com outros países e religiões, questões ligadas ao bem-estar material e espiritual, normas relacionadas ao matrimônio, ao comércio, à herança e à gestão dos bens. Por ter tamanho alcance na vida dos fiéis,

com prescrições de conduta que abrangem as mais diversas esferas, o Alcorão é considerado um estilo de vida, e não somente um livro religioso (HATHOUT, 2014).

O crescimento significativo dos seguidores no Islã no Ocidente juntamente com o grande número de adeptos ao redor do globo, o qual já ultrapassa 25% da população mundial (MUSLIM POPULATION BY COUNTRY, 2023), tem despertado, nos últimos anos, um crescente interesse na compreensão da religião muçulmana. Durante muito tempo, e isso persiste ainda hoje, é vista como exclusivamente praticada por povos árabes. Diversos estereótipos e visões distorcidas foram associados à imagem do Islã e dos muçulmanos no decorrer da história, em razão de disputas territoriais, tensões geopolíticas e atos terroristas praticados por minorias radicais, que alimentaram uma imagem negativa construída e propagada pelos meios de comunicação. Além de restringir a divulgação da maior parte das informações relacionadas ao Islã às notícias de eventos trágicos, o sensacionalismo da mídia contribuiu para a disseminação de narrativas ocidentais que distorcem, descaracterizam e estigmatizam os muçulmanos e deslegitimam as interpretações das fontes islâmicas (MONTENEGRO, 2002; SAID, 2011).

A presença da comunidade islâmica em todos os continentes, aliada ao número significativo e crescente de adeptos do Islã ao redor do mundo, torna necessário investir em uma compreensão mais aprofundada e precisa da doutrina, bem como dos hábitos, costumes e comportamentos enraizados nas tradições religiosas. Considerando a relevância da temática e a escassez de estudos em língua portuguesa dedicados especificamente à análise do valor simbólico e cultural do Alcorão, este estudo teórico-reflexivo tem como objetivo traçar uma visão panorâmica desde a origem do Islã até os dias atuais, e discorrer sobre algumas particularidades do Alcorão, livro sagrado dos muçulmanos, e os principais elementos da doutrina islâmica, com base na missão profética de Muhammad.

### **O Islã: origens e conceitos**

Originado na região da península arábica, que na época (século VI) era dominada por diversas tribos, o Islã se tornou não apenas uma religião, mas um sistema de vida, na medida em que, além de estabelecer rituais e normas de conduta individuais e coletivas, também contribuiu para a união e expansão político-religiosa dos povos daquela área. Ainda que iniciado em um período no qual o cristianismo e o judaísmo já eram professados por alguns povos, muitas tribos que habitavam essa região ainda praticavam



o politeísmo, e por essa razão tal período ficou conhecido como era da *jahiliyya*, ou “era da ignorância” (ARMSTRONG, 2002; RIPPIN, 2005).

Etimologicamente, a palavra “Islã” (ou Islam) tem ligação com a palavra *salam*, que significa paz, enquanto que o termo “muçulmano” significa aquele que se entrega, aquele que se submete ou aquele que entra em estado de paz. A palavra Islã também significa submissão e devoção a um Deus Único, e esta é a forma mais correta de se referir a esse sistema de crenças, ao contrário do termo “Islamismo”, o qual se refere a uma ideologia política, e não à religião propriamente dita, em sua forma originária (CAMPO, 2009). De acordo com a sabedoria islâmica, desejos, impulsos e vontades, apesar de fazerem parte da natureza do indivíduo, não devem ser o principal motor da ação humana, mas sim a conexão com Deus e o compromisso com as regras e leis divinas, ainda que isso seja contrário aos anseios do ser humano. Isso explica uma outra tradução também empregada para o termo Islã, representada pela palavra “entrega”. Entregar-se no sentido de acreditar na veracidade das fontes islâmicas, confiar na sabedoria divina, nas orientações e prescrições religiosas, e segui-las, mesmo que as motivações que embasam tais mandamentos não tenham ainda sido totalmente alcançadas pela compreensão humana ou que, de alguma forma, exijam que o indivíduo abdique de suas próprias vontades e desejos para poder cumpri-las (GARDET, 1978; NIGARD, 1996; RAVETZ, 1991).

Para os muçulmanos, a sabedoria divina está acima da sabedoria humana em todos os assuntos, e com isso suas ações e condutas são pautadas conforme as regras islâmicas, como se observa em um dos versículos alcorânicos que afirma: “Não é dado ao fiel, nem à fiel, agir conforme seu arbítrio, quando Deus e Seu Mensageiro é que decidem o assunto. Sabei que quem desobedecer a Deus e ao Seu Mensageiro desviar-se-á evidentemente” (33:56). No entanto, isso não é um empecilho para que o indivíduo se esforce em investigar e desvendar o conhecimento e as leis naturais, bem como as razões que estão por trás dos preceitos religiosos, porém ciente de que, quando houver conflito entre a ciência humana e a sabedoria divina, representada pelas normas religiosas, esta última é a que prevalece, uma vez que a criatura nunca alcançará a sabedoria de Quem a criou. Sobre isso o Alcorão menciona que “Ele (Deus) conhece o passado como o futuro, e eles (humanos) nada conhecem da Sua ciência, senão o que Ele permite” (2:255). O Alcorão ainda reforça que “Ele (Deus) possui as chaves do incognoscível, coisa que ninguém, além d’Ele, possui” [...] (6:59).

O Alcorão menciona que “[...] é possível que repudieis algo que seja um bem para vós e, quiçá, gosteis de algo que vos seja prejudicial” [...] (2: 216). Desse modo, entende-se que a limitação da ciência humana ocorre devido à imperfeição da sua natureza, bem como da sua incapacidade em compreender totalmente as coisas, uma vez que o conhecimento humano nem sempre as alcança em toda a sua completude, o que o torna constantemente sujeito a falhas, erros ou lacunas.

### **Muhammad e o início do Islã**

O profeta Muhammad (erroneamente chamado de Maomé no Ocidente) nasceu no ano de 571 d.C., e logo em tenra idade tornou-se órfão de pai e mãe, tendo sido criado por seu avô e, posteriormente, por seu tio. Era iletrado, não sabia ler nem escrever, e não era adepto de nenhuma religião, apesar de sua linhagem remontar a Abraão, com descendência da cadeia familiar de Ismael, como se observa na genealogia ilustrada na Figura 1. Casou-se aos 25 anos de idade com uma viúva e comerciante chamada Khadija, que tinha 40 anos de idade na época, união da qual nasceram seis filhos (AMINUDDIN, 1989; DEEB, 2014). Apesar de popularmente conhecido por “Maomé” no Brasil, o termo não é aceito pela comunidade islâmica, tanto por se tratar de nome próprio ao qual não cabe tradução, mas sobretudo em virtude da raiz etimológica do termo Maomé que deriva da palavra portuguesa *mafoma*, termo esse um tanto pejorativo e desrespeitoso que, nas palavras de Silva e Maranhão (2012, n.p.) se traduz por “escultura humana tosca” ou “cara feia”.

Muhammad é apontado como o “selo dos profetas” pelos muçulmanos, sendo assim considerado o último mensageiro de Deus a realizar a missão profética, dentro das religiões monoteístas (Figura 1). Sobre o seu comportamento, alguns autores sustentam que Muhammad mantinha seu senso de humor e, ao mesmo tempo, apresentava um comportamento bondoso, pregava o respeito e o diálogo pacífico com outras religiões e buscava cultivar um estilo de vida moderado e sem excessos. É descrito como uma pessoa de poucas palavras, porém amável, respeitoso, de fácil relacionamento, acessível, objetivo e eloquente. Evitava discussões em vão, buscando manter os sentimentos sob controle, respeitando a opinião alheia e buscando ouvir seus companheiros para tomar decisões (DEEB, 2014; MAHAIRI, 1989; AL-MUBARAKPURI, 2016).

De acordo com Al-Sheha (2007), além de amável, Muhammad era carinhoso. Nunca insultava outras pessoas. Era agradecido por todas as bênçãos que Deus lhe havia outorgado, por menor que parecessem, não menosprezando nada. O autor enumera mais

algumas características atribuídas a ele, tais como: sinceridade, boa moral e ética, companheirismo, altruísmo, amor pela reconciliação, cuidado com as palavras, tolerância, generosidade, cuidado com a aparência, simplicidade, cooperação, honestidade, lealdade, coragem, humildade, hospitalidade, perseverança, perdão, paciência, busca pela justiça, satisfação, altruísmo, firmeza, compaixão e entrega a Deus.

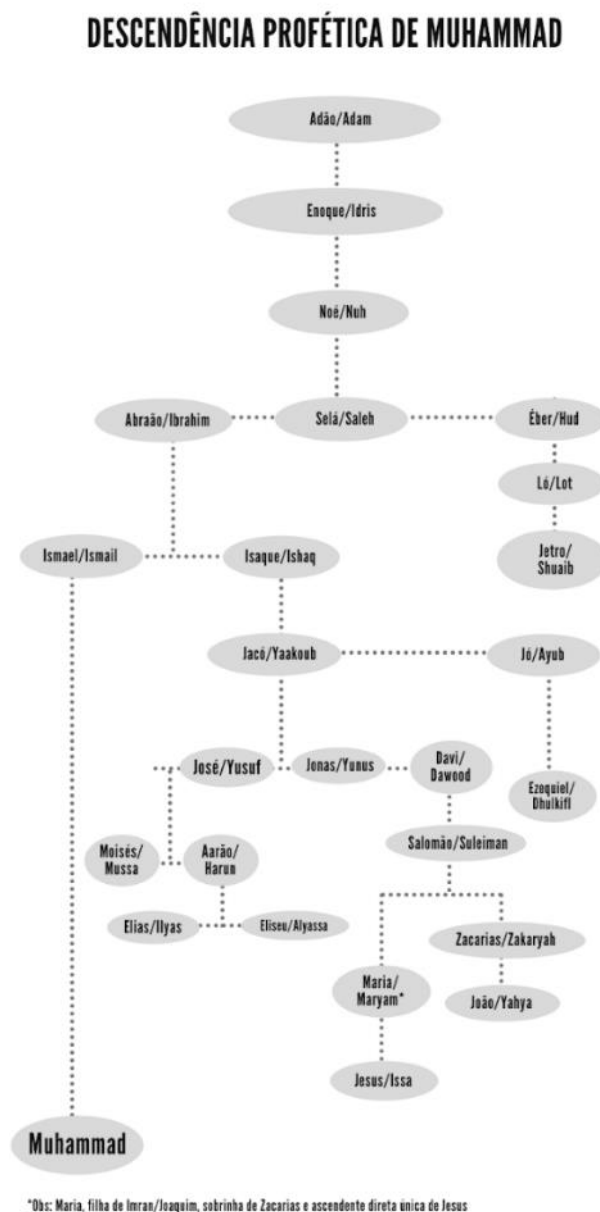


Figura 1: Profetas mencionados no Alcorão e descendência profética simplificada do profeta Muhammad. Fonte: Adaptado do *site* Safar Publications (2021). Disponível em: <https://resources.safarpublishations.org/wp-content/uploads/formidable/5/Family-Tree.pdf>

Para Armstrong (2002), Muhammad foi um pacifista dentro de sua comunidade, seguindo a lógica, inteligência e sensibilidade próprios e uma perspectiva mais ampla

sobre os acontecimentos da época. Em consequência disso, deixava de retaliar o inimigo ou de seguir planos já determinados, chegando a arriscar perder até mesmo a lealdade de seus companheiros em troca de uma tentativa de reconciliação, negociação e estabelecimento de acordos com aqueles que o desafiaram ou o apontavam como inimigo.

### **O Alcorão: uma revelação de Deus**

O início da missão profética de Muhammad aconteceu tardiamente, aos 40 anos de idade, durante um dos retiros que ele costumava fazer durante o mês de *Ramadan* do calendário islâmico, em uma caverna de Meca chamada *Hirá*, onde ele recebeu a revelação do primeiro versículo por intermédio do anjo Gabriel. A primeira palavra revelada do Alcorão foi a palavra “*Lê*”, mencionada três vezes pelo anjo Gabriel ao profeta Muhammad. Mesmo sendo iletrado e não sabendo ler nem escrever, lhe foram revelados os primeiros versículos: “*Lê*, em nome do teu Senhor Que criou; criou o homem de algo que se agarra (coágulo). *Lê*, que o teu Senhor é o mais Generoso” (96:1-3). Segundo Aminudin (1989), isso denota o quanto no Islã a Ciência e a generosidade são consideradas as bases do progresso espiritual.

Após esse momento inicial, houve interrupção das revelações por três anos e meio, quando então elas retornaram e se prolongaram por mais 20 anos. Muhammad viveu por 13 anos na cidade de Meca, até que houve a *Hégira*, imigração de Meca para Medina, onde ele viveria por mais 10 anos. Começou convocando para o Islã os parentes e amigos próximos, de forma cautelosa e secreta antes de abrir ao público, tendo em vista que os conteúdos revelados se insurgiam contra os interesses dos povos da região e atraíam atitudes de perseguição e escárnio, o que tornava suas pregações cada vez mais difíceis (AL-MUBARAKPURI, 2016).

O Alcorão é considerado um livro milagroso para os muçulmanos por ser a palavra de Deus revelada por meio do anjo a um profeta iletrado e com conteúdo não passível de imitação ou criação pelo ser humano, tanto do ponto de vista linguístico quanto do conteúdo e da forma como foi revelado (RIPPIN, 2005). Segundo diversos estudiosos e teólogos, a origem divina do Alcorão se fundamenta historicamente não só no fato de ter sido revelado a um profeta que não sabia ler nem escrever, como também por seu estilo linguístico, pelos conteúdos abordados que traziam informações que iam além da sua época e que só foram desveladas pela ciência muitos anos depois, como também pela confirmação do próprio Alcorão em relação à sua preservação, ao enunciar: “Nós revelamos a mensagem e somos o seu Preservador” (Alcorão, 15:9), bem como por sua

origem que corrobora que: “É impossível que este Alcorão tenha sido elaborado por alguém que não seja Deus. Outrossim, é a confirmação das [revelações] anteriores a ele e a elucidação do Livro indubitável do Senhor do Universo” (10:37).

A palavra *Qur'an*, transliteração em árabe do termo Alcorão, é mencionada nos seus próprios versículos cerca de 70 vezes, tanto pelo nome em árabe que o identifica, como ainda por sinônimos como *Al-furqan*, que significa discernimento, ou *Al-hudá*, cuja tradução é o guia, por ser um guia norteador dos muçulmanos, e ainda pelos nomes *Umm al-kitab*, que se traduz por mãe dos livros, e *Dikr Allah*, que significa recordação de Deus (ISKANDAR, 2007).

A leitura do Alcorão traz alguns desafios em função da sua retórica, sua eloquência, sua musicalidade e seu estilo linguístico próprio, além da diversidade temática, o que fez com que várias escolas e correntes teóricas sociais, filosóficas, linguísticas, jurisprudenciais e científicas buscassem em diversas obras compreender os seus versículos, pelos mais diversos pontos de vista. Tais desafios encontram-se presentes no próprio versículo que menciona que: “Mesmo que os humanos e os gênios se tivessem reunido para produzirem coisa similar a este Alcorão, jamais teriam feito algo semelhante, ainda que se ajudassem mutuamente” (17:88). Em função dessa complexidade, os muçulmanos são orientados a compreenderem os versículos do Alcorão juntamente com os ensinamentos deixados pelo conjunto de tradições e ditos do profeta Muhammad (*Sunna*), que ajuda a entender, de forma mais pormenorizada, os aspectos ligados aos rituais religiosos, à jurisprudência e ao comportamento de modo geral (HAYEK, 2019).

O médico e pesquisador francês Bucaille (2012) considera o Alcorão um livro da atualidade e aponta que sua compreensão exige não somente o domínio linguístico, como também conhecimentos científicos em virtude da abundância de assuntos relativos às mais diversas áreas do conhecimento, as quais não seriam passíveis de serem escritas por um homem iletrado em pleno século VI. Ele ressalta ainda que alguns versículos são de fácil compreensão, enquanto que outros requerem um conhecimento prévio ou aliado a outras fontes explicativas.

Nas palavras de Said (1997, p. 97), “não pode haver Islã sem o Alcorão; inversamente, não pode haver Alcorão sem que os muçulmanos leiam, interpretem e tentem traduzi-lo em instituições e realidades sociais”. É um livro que representa o início do surgimento e consolidação do Islã como religião, além de ser o ponto de partida que define a identidade islâmica e a fonte primária tanto do ponto de vista teológico quanto

jurisprudencial. Uma identidade ligada não somente à religiosidade e espiritualidade, mas também a formas de expressão que acabaram se manifestando na caligrafia e nas artes em geral, tanto no próprio Alcorão, como em pinturas, edifícios, mesquitas e objetos culturais diversos.

Essas imagens dão uma ideia da influência da espiritualidade e da religiosidade na vida diária dos muçulmanos, e da presença do Alcorão para além da esfera da vida individual, como um elemento que se inclui nos mais diversos formatos, espaços e atividades dos adeptos do Islã. O Alcorão e seus ensinamentos ultrapassam a dimensão religiosa mais abstrata, sendo incorporados de forma concreta nas mais diversas esferas do mundo islâmico. A partir dessa impregnação maciça ao modo de vida e ao cotidiano da coletividade, é possível ter uma ideia do nível de influência que o Alcorão tem na rotina dos muçulmanos, nas suas formas de pensar e nos seus padrões de comportamento.

A caligrafia árabe, segundo Alashari et al. (2019), é considerada um dos pontos centrais da arte islâmica, e tem sua origem diretamente ligada ao Alcorão, sendo uma maneira dos muçulmanos memorizarem e divulgarem o conhecimento religioso e ornamentarem objetos em ambientes diversos, unindo a espiritualidade à expressão artística humana. É um trabalho que reúne a religião e a língua árabe em forma de arte. O encorajamento dado por Muhammad aos seus seguidores, desde os primórdios do Islã, sobre a importância da leitura e da escrita, junto a conceitos estimulados no Islã ligados ao belo e à busca da excelência, contribuíram ainda mais para essa união, do mesmo modo que ocorreu em outras ciências como a Medicina, a Filosofia, o Direito e também no estudo da alma humana.

### **O Alcorão, a *Sunna* e a *Sharia***

Existe no Islã um conjunto de leis, ou jurisprudência, que inspira diretamente as ações e comportamentos do muçulmano e, conseqüentemente, têm marcada influência nas suas crenças e nos significados criados por meio desses conteúdos. Esse conjunto de leis islâmicas é a *sharia*, a qual é composta, basicamente, por três elementos: o Alcorão, a *Sunna* e a analogia (HATHOUT, 2014). A fonte primária de leis é o Alcorão, por sua natureza divina. Ele é formado tanto por princípios imutáveis ligados à crença (*aaqida*) e aos rituais (*ibadat*), quanto por preceitos flexíveis relacionados à esfera dos comportamentos e condutas (*muaamalat*) dos adeptos do Islã. A amplitude de interpretações possíveis desse conjunto de leis e princípios deu origem a várias escolas de pensamento e opiniões jurisprudenciais. O trabalho de exegese se divide em dois

formatos: o *tafsir*, que interpreta de forma literal os versículos do Alcorão, e o *tawil*, que defende uma interpretação mais abrangente dos significados das palavras e expressões contidas no texto sagrado. Alguns versículos alcorânicos são de fácil entendimento, enquanto que outros utilizam de uma linguagem figurada e por vezes hermética, codificada por metáforas que exigem uma interpretação mais profunda (ISKANDAR, 2007; HATHOUT, 2014).

A segunda fonte é a chamada *Sunna*, que corresponde às tradições, afirmações e comportamentos de Muhammad que remetem direta ou indiretamente a versículos do Alcorão e que corroboram ou explicam de forma mais pormenorizada certas orientações islâmicas. A maioria dos teólogos afirma que não é possível compreender o Alcorão sem a complementação do trabalho de exegese com os ditos (*hadith*), tradições e práticas transmitidos pelo profeta Muhammad, já que eles involucram informações específicas sobre a rotina da comunidade. Esse conjunto de conteúdos, também denominados de ciências da *sunna*, passaram ao longo de gerações por um processo criterioso de autenticação acerca de sua veracidade por sábios e teólogos ligados à chamada cadeia de transmissores ou *isna*, cujo objetivo era manter o conteúdo original e evitar distorções, garantindo a integridade da transmissão do texto sagrado tal como ele foi revelado ao profeta Muhammad (ISKANDAR, 2007).

Assim como acontece com o Alcorão, existe um processo rigoroso de preservação e conferência da veracidade dos *hadith*, já que, no Islã, proíbe-se a alteração, atualização ou inovação de seus mandamentos ou ensinamentos originais. No entanto, em situações nas quais não haja colisão direta com as regras obrigatórias (*fard*) e com os preceitos considerados explicitamente proibidos pela religião, são permitidas interpretações mais abrangentes e flexíveis. É nesse contexto que se utiliza a terceira fonte da *sharia*, a analogia, a qual é empregada quando algum tema não é especificamente contemplado pelas duas fontes anteriores, e se recorre então à comparação da situação em questão com outras semelhantes. Em função desse complexo conjunto de fontes, as interpretações no Islã não somente configuram um processo rigoroso, como também passível de eventuais interpretações diferentes a depender do contexto (HATHOUT, 2014).

### **Estrutura e conteúdos do Alcorão**

O Alcorão é um livro composto por 114 capítulos, denominados *suratas* ou *suras*, que significam capítulos nos quais estão dispostos 6.236 versículos ou *ayat*. Todas as *suratas*, à exceção de uma, são precedidas pela chamada *basmala*, que significa “Em

nome de Deus, o Clemente, o Misericordioso”, expressão que serve não apenas para iniciar as orações e recitações do Alcorão, como também é utilizada pelos muçulmanos para iniciar quaisquer dos seus afazeres rotineiros. A figura de Deus, traduzida em árabe pela palavra Allah, é o eixo central em torno do qual gravita todo o Alcorão. Trata-se do mesmo e único Deus, que enviou a mensagem por meio de outros profetas e mensageiros no passado. São mencionados no Alcorão 25 mensageiros, além do profeta Muhammad, apesar de a tradição islâmica revelar a existência de um número muito maior ao longo da história (HATHOUT, 2014).

Os muçulmanos acreditam que o Alcorão não contradiz as revelações de religiões monoteístas anteriores, como o judaísmo e o cristianismo, mas que consiste apenas em uma corroboração das mensagens anteriores e uma retificação de conteúdos que foram perdidos ou distorcidos ao longo da história (UNAL, 2015). Vários mensageiros de religiões abraâmicas são nomeados reiteradamente no Alcorão, sendo os mais mencionados: Adão, Abraão, Noé, Lot, Moisés, Jesus e Muhammad. Segundo o Alcorão, não existem distinções entre os profetas e mensageiros, e esse é um dos pontos obrigatórios da crença islâmica. Jesus é narrado no Islã como um mensageiro de Deus, ao qual foi concedido o poder de realizar milagres já desde a mais tenra idade. No Alcorão narra-se a forma milagrosa do seu nascimento por meio de sua mãe, virgem Maria, a quem inclusive foi dedicada uma surata, especificamente com seu nome. Trata-se da única surata do Alcorão cunhada com o nome de uma mulher, em respeito à sua pessoa (RIPPIN, 2005).

Segundo Aminudin (1989), o conhecimento, a ciência e a consciência de si próprio, assim como do Universo, são os atributos que distinguem o ser humano de outras criaturas. Assim, além dos episódios históricos e narrativas sobre povos antepassados, o Alcorão constantemente enfatiza aspectos relacionados à ciência por meio de conteúdos que estimulam a observação de fenômenos naturais, tanto na esfera humana como na natureza. O incentivo ao conhecimento mostra-se de várias formas, seja nos versículos alcorânicos ou nos ditos do profeta Muhammad, como aquele que diz “buscar o conhecimento é obrigação de todo muçulmano, seja homem ou mulher”.

Iskandar (2007, p. 113), revela que o Alcorão é um livro de “orientação para a vida”:

O Corão contém preceitos de crença e de conduta, diretrizes morais, prescrições legais, exortações e admoestações, condenação e censura aos pecadores, advertências sobre a Verdade, palavras de consolo aos que sofreram perseguições por sua fé em Deus,



argumentos e evidências que corroboram a sua mensagem básica, alusões aos sinais de Deus no universo, relatos sucintos de fatos passados.

É preciso esclarecer que o Alcorão não é e nunca foi um livro voltado somente para os muçulmanos. Pelo contrário, seu conteúdo reforça, em diversas passagens, que é uma mensagem destinada para a humanidade. É uma fonte de orientação que exerce um papel preponderante nas ações e comportamentos dos muçulmanos, tanto a nível individual como coletivo, abrangendo também as instituições e organizações (ISKANDAR, 2007).

### **A fé e a espiritualidade islâmica**

Abdalati (2008) argumenta que a espiritualidade no Islã não se aplica somente à doutrina ou aos rituais, já que, na concepção religiosa, o ser humano é composto por duas naturezas complementares, que se interrelacionam uma com a outra: 1) a natureza interior, voltada para o cuidado com o espírito ou alma (*ruh*) e o aspecto intelectual, do raciocínio (*aql*); e 2) a natureza exterior, ligada aos aspectos da vida cotidiana. Na esfera espiritual busca-se, primeiramente, a sedimentação da crença propriamente dita, consolidando os chamados “pilares da fé” compostos por seis elementos: a crença em Deus, a crença nos profetas e mensageiros, a crença nos anjos, a crença nas escrituras sagradas reveladas anteriormente às outras religiões monoteístas, a crença na ressurreição e no dia do Juízo Final, e a crença no livre-arbítrio, mas também na predestinação determinada por Deus, aquilo que é designado como *qadar*. Este é o ponto de partida e a base primeira para que todos os outros pilares estejam alinhados e em harmonia.

Existe uma forte ênfase no Alcorão em relação à vida após a morte, considerada a vida eterna. Isso serve de alerta para o controle dos prazeres, uma vez que se enfatiza sua transitoriedade na vida terrena. A vida mundana no Islã é vista como um teste, já que a mera crença ou fé interior precisa vir acompanhada também de ações e condutas alinhadas a ela. Tabbarah (2001) afirma que a crença em outra vida é uma forma de consolar e confortar as pessoas que passam por adversidades ou que sofrem injustiças, com vistas a fortalecer espiritualmente o muçulmano, de modo que possa lidar melhor com as decepções, reveses e fracassos que porventura venham lhe acontecer. No entanto, tanto o Alcorão como a *Sunna* desencorajam os comportamentos extremos, ou seja, nem incentivam o apego exclusivo às obrigações religiosas a ponto de o indivíduo abandonar outras esferas da vida, nem estimulam o apego excessivo aos aspectos mundanos, a ponto de negligenciar e deixar de lado sua relação com Deus (SULTAN, 2007).

Ainda no âmbito espiritual, existem os chamados pilares do Islã, que são os ritos e práticas propriamente ditas as quais os adeptos devem aderir. O primeiro pilar começa com a exteriorização da fé (*shahada*). O testemunho de fé é a porta de entrada para o Islã, quando o indivíduo aceita seguir seus mandamentos e pronuncia verbalmente: “Testemunho que não há divindade além de Deus e que Muhammad é o mensageiro de Deus”. Em seguida, o segundo pilar são as cinco orações diárias (*salat*), o terceiro é o jejum do mês de Ramadan (*siyam*), o quarto é a caridade em relação aos mais necessitados (*zakat*) e o quinto, é a peregrinação à Meca (*hajj*). Para Sultan (2007), os rituais e práticas estimulam a disciplina e são formas de purificar a alma do fiel, levando paz, tranquilidade e calma ao seu coração.

Os aspectos intelectuais, representados pela capacidade de raciocínio, busca da verdade e de argumentos que façam o indivíduo solidificar sua fé, são elementos de suma importância. Isso explica porque o conhecimento e a espiritualidade são conceitos indissociáveis para os muçulmanos (SULTAN, 2007). A fé no Deus único é o pilar que fundamenta toda a doutrina islâmica. A fé deve ser espontânea e genuína, não pode ser cega nem imitada ou imposta. O próprio Alcorão desafia que o indivíduo recorra a todo e qualquer método de conhecimento, seja racional ou experimental, para que não paire dúvidas sobre a consistência de sua fé, deixando claro “a sua alta consideração e confiança nas capacidades intelectuais do homem” (ABDALATI, 2008, p. 138). O conhecimento, bem como a autorreflexão, são ambos considerados formas de devoção, tendo em vista a insistência direcionada à busca do saber nas mais diversas fontes que a natureza proporciona.

#### **Atitudes, comportamentos e aspectos éticos, morais e sociais – *adab e akhlaq***

Por ser tão diverso em seus conteúdos e pela forte influência que exerce nas condutas e no estilo de vida dos muçulmanos, o Alcorão incentiva atitudes e comportamentos que podem contribuir para o bem-estar de seus seguidores (SULTAN, 2007). Al-Jazairi (2004) ressalta que a felicidade, que pode ser encontrada tanto na vida terrena quanto após a morte, relaciona-se ao nível de educação e refinamento da alma que um muçulmano cultua durante toda a vida. Esse resultado, segundo Al-Jazairi, é fruto do esforço do indivíduo na relação que estabelece consigo próprio, uma luta interna que envolve desde a autoconsciência até a reflexão sobre o significado de suas ações e o cuidado com o uso das palavras, comportamentos e crenças negativas. Segundo Abdalati (2008), os princípios morais do Islã se baseiam em obrigações positivas, as quais são

estimuladas, e obrigações negativas, as quais são desencorajadas ou, por vezes, proibidas. A obrigação moral do muçulmano, segundo o autor, é buscar o conhecimento e a virtude por todos os meios possíveis, corrigindo seus erros, buscando o arrependimento e o perdão, desenvolvendo um senso de consciência, pertencimento e solicitude social.

No Alcorão encontramos uma dicotomia em relação aos tipos de comportamentos, mais especificamente, entre aquilo que é permitido (*halal*) e o que é proibido (*haram*), os quais também são a base que define os limites do comportamento moral e ético dos muçulmanos e diferencia o sagrado e o profano. É uma orientação de Deus sobre o que é benéfico ou maléfico ao ser humano, bem como uma forma de recompensar o indivíduo por seus atos, assumidos tanto na existência mundana como na vida após a morte. Essas duas categorias, representadas pelo *halal* ou *haram*, servem tanto como base da jurisprudência islâmica, das leis que regulam as condutas, como simplesmente para guiar o muçulmano para aquilo que possa ser bom ou ruim, tanto individualmente como para a comunidade e a sociedade em geral (RIPPIN, 2005).

Diversos aspectos morais e éticos interligam-se também à concepção da vida após a morte, uma crença cujo intuito é refrear comportamentos socialmente negativos. A justiça é um desses aspectos. Na visão de Iskandar (2007, p. 126), “um muçulmano que crê na ressurreição não pode cometer injustiças para com os seus semelhantes”. Assim, a expectativa de um dia haver um sistema mais “justo” do que a justiça humana acaba sendo, na visão islâmica, uma forma de estimular o comportamento ético e moral. O desenvolvimento do caráter é algo muito enraizado nos ensinamentos islâmicos, e é ele que direciona para as virtudes humanas, tais como a justiça, modéstia, gentileza, temperança, paciência, resiliência, generosidade, solidariedade, cordialidade, sabedoria, coragem, entre outras. Aqueles que não buscam essa evolução espiritual e moral por meio do conhecimento deixam de cultivar os bons elementos do caráter, e ficam suscetíveis a comportamentos negativos tais como: impaciência, inveja, crueldade, desonestidade, entre outros. A busca do aprimoramento do caráter também é enfatizada por várias vezes na *Sunna*, mediante narrações como a que revela que, ao ser questionado sobre a melhor ação que uma pessoa poderia ter, o profeta Muhammad respondeu: “A nobreza do caráter. O temor a Deus e a nobreza do caráter” (AL-JAZAIRI, 2004).

Para Tabarah (2001), o bem-estar, tanto individual como social, depende diretamente da moral, que por sua vez favorece o desenvolvimento e purificação espiritual. Segundo o autor, existe uma forte ênfase, nos versículos alcorânicos, especificamente na paciência, que é mencionada cerca de 70 vezes no Alcorão. Segundo

o autor, a paciência é uma habilidade que conforta, acalma as dores do ser humano e fortalece a sensação de confiança, e é por meio dessa virtude que o indivíduo se torna mais resiliente diante dos fracassos e desafios da vida. A paciência também é a base de onde se originam diversas virtudes que conduzem o ser humano ao bem-estar, tais como a prudência, coragem e perseverança, entre outras. Os versículos alcorânicos também mencionam outras virtudes relevantes, tais como: perdão, gratidão, honestidade, cooperação, altruísmo, amabilidade e comportamento pacífico, gentil e respeitoso entre os pares. Essas virtudes favorecem uma convivência harmoniosa na sociedade.

Ao mesmo tempo que estabelece orientações religiosas que buscam a purificação espiritual do indivíduo, o Alcorão e a *Sunna* também enfatizam os direitos sociais, que precisam ser preservados para o bom funcionamento da sociedade (SULTAN, 2007). Abdelati (2008) afirma que o Islã condena a luta de classes ou qualquer tipo de superioridade ou dominação de uns sobre os outros por razões econômicas ou étnico-raciais. A família e o matrimônio são dimensões centrais no Islã, assim como as relações do indivíduo com a sociedade como um todo. A ideia de cooperação, a necessidade de colaboração e responsabilidade social se manifestam por meio de comportamentos que estimulam a bondade e a compaixão, o respeito à vida, à propriedade, à honra, o bom tratamento dispensado aos jovens, idosos, vizinhos, órfãos, viajantes, a atenção aos mais necessitados e às vítimas de injustiças, além de outras condutas ligadas à moral e à ética, que se expressam na gentileza, cordialidade e respeito mútuo. Busca-se valorizar a adoção de um papel ativo do muçulmano na sociedade, ao invés de atitudes como a indiferença, passividade ou egoísmo.

Armstrong (2002) também reforça esse aspecto ao lembrar que existe um ideal equitativo no Islã, que busca igualar as pessoas no mesmo nível político e social. O senso de comunidade que existe no Islã também é muito forte, e isso se deve à ênfase trazida tanto pelo Alcorão como pela *Sunna*. Apesar das discordâncias e cisões que existem entre os muçulmanos, a busca de união da chamada *Ummah* (comunidade) “é essencial e de importância quase sacramental na vida religiosa pessoal de cada muçulmano” (ARMSTRONG, 2002, p. 296). A autora explica que isso se acentuou ainda mais ao longo do tempo, em função da humilhação, desprezo, julgamento e preconceitos disseminados no Ocidente em relação a aspectos da fé ou da doutrina islâmica, que acabaram por afetar a *psique* dos muçulmanos, fazendo com que muitos se voltassem contra a cultura ocidental em reação a fatos experienciados e acontecimentos históricos que ainda se fazem presentes.

### **A preservação dos sentidos originários do Alcorão**

A preocupação com a autenticidade e a forma vigorosa como ocorreu a preservação do Alcorão ao longo dos séculos, no intuito de coibir distorções e desvios do texto original, é considerado um dado fundamental do Islã. É importante destacar que há mais de 1.400 anos, quando o Islã foi revelado, o conhecimento humano era transmitido por via oral, por meio da memorização ou de registros escritos em pergaminhos, ossos de camelo, tábuas de madeira, pedaços de couro, telas de seda e papéis oriundos da Índia (ISKANDAR, 2007). Utilizou-se, na época, um duplo método de conservação, que consistia tanto na memorização completa do seu conteúdo pelos primeiros seguidores (os chamados memorizadores, *Huffaz*, que eram supervisionados por Muhammad), como também por meio de transcrições realizadas por escribas em registros escritos.

É importante destacar que as técnicas de memorização, nos tempos antigos, eram práticas largamente utilizadas com o propósito de armazenar, conservar e replicar o conhecimento. Atualmente, esse recurso não é tão comum, porém, em países islâmicos, a memorização do Alcorão ainda é uma prática religiosa bastante encorajada dentro da comunidade. Estima-se que, logo após a morte do profeta Muhammad, haviam cerca de 700 memorizadores do Alcorão, mas, em razão das perdas humanas nas guerras, uma missão encabeçada por Abu Bakr, um dos sucessores e companheiros do profeta, foi organizada reunindo diversos memorizadores do Alcorão e escribas da época, para que os registros fossem sistematizados. O material foi então reunido em uma espécie de encadernação, designada como *Musshaf*, a qual foi conservada por ele e seu sucessor Omar Ibn Al-Khattab, e posteriormente por aqueles que sucederam o califado (HAYEK, 2019; UNAL, 2015).

Várias cópias dos *Musshaf* eram enviadas para os diversos impérios e províncias do mundo islâmico. Otman, um dos califas sucessores, manteve um processo rígido de conferência da autenticidade de cada versículo presente nas cópias, e aquelas que apresentassem divergências em relação à versão original eram imediatamente destruídas para que não houvesse qualquer desvio do texto sagrado (AD-DAUSAREE, 2006; BUCAILLE, 2012, HAYEK, 2019). Hoje, versões antigas do Alcorão, datadas da época dos califados, encontram-se conservadas em museus e já foram comparadas com as versões atuais para se comprovar a autenticidade de seu conteúdo. Nos dias atuais, comitês formados por teólogos e pesquisadores ainda se esforçam em manter a originalidade do texto sagrado, tanto nas versões em língua árabe como nas versões

traduzidas, as quais também passam por um rigoroso processo de validação, incumbido de verificar a fidedignidade do material frente à versão original.

### **Tradução do Alcorão do árabe para outros idiomas**

Órgãos oficiais do governo da Arábia Saudita contabilizam 74 versões traduzidas e autorizadas do Alcorão (TRANSLATIONS OF THE MEANINGS OF THE QURAN, 2023), apesar de se acreditar na existência de um número muito maior de traduções que circulam ao redor do mundo. Além disso, dentro de cada idioma, existem versões traduzidas por diferentes tradutores. Apenas em inglês existem mais de 30 versões traduzidas.

A tradução de qualquer obra ou texto é um desafio que certamente ultrapassa a dimensão linguística, que já é por si só um obstáculo, pela dificuldade de se encontrarem palavras que correspondam fielmente ao texto original. O trabalho de tradução também requer profundo conhecimento de aspectos culturais, históricos, sociais e teológicos, além dos linguísticos e de retórica. Com o Alcorão, esse desafio não é diferente. Existe uma dificuldade natural de se traduzir fielmente os significados de palavras e orações do idioma árabe para outras línguas. O processo de tradução tem sido objeto de intensa discussão tanto nos meios religiosos como no âmbito acadêmico. Isso se deve não somente aos desafios inerentes ao idioma árabe, como também ao fato de se tratar de uma fonte religiosa sagrada, considerada uma revelação divina pelos muçulmanos. Essa é a razão que justifica o estabelecimento de critérios rigorosos para a preservação de seus conteúdos, a fim de se evitar a perda ou desvio dos ensinamentos originais.

A soma desse legado torna ainda mais complexo o processo de tradução, o que leva muitos tradutores a fazerem uma série de edições e revisões ao longo dos anos, buscando preencher as lacunas com as correções necessárias. A responsabilidade do tradutor, no que diz respeito ao Alcorão, é comparada por alguns à de um exegeta. Por isso existem regras estabelecidas no processo de tradução, como ter domínio das ciências alcorânicas e da exegese, saber utilizar da *Sunna* (ditos e costumes do profeta) para a explicação de certos versículos, usar as explicações dadas por seus companheiros na época, manter a fidelidade à crença e ter expertise no uso da língua árabe como fonte de interpretação dos significados originais das palavras e expressões.

O fato de o texto original do Alcorão ter sido revelado na língua árabe torna ainda mais difícil a transposição para outros idiomas, em razão da complexidade do seu estilo linguístico, da eloquência, dos significados e particularidades próprias da língua original,

que desafiam o entendimento (Hayek, 2019). Por essa razão, alguns estudiosos chegam a dizer que o Alcorão é um livro “intraduzível” (AL-JABARI, 2008), e em virtude da limitação em reproduzir fielmente a característica ímpar a retórica, o conteúdo e o estilo linguístico, na íntegra, em outros idiomas, os tradutores enfatizam que o foco da tradução se restringe a explicar os significados dos versículos alcorânicos, termo esse empregado no título das obras traduzidas (HAYEK, 2019). Estudo realizado na Inglaterra entrevistou 42 acadêmicos e profissionais liberais graduados, buscando detectar o nível de compreensão de uma pessoa não pertencente à comunidade árabe e muçulmana ao ler a tradução do Alcorão. O estudo concluiu que, apesar do bom nível educacional dos participantes, e de terem sido utilizadas três versões diferentes de tradução, menos de 5% da amostra foram capazes de compreender apropriadamente o significado dos versículos. Assim, 95,24% apresentaram dificuldades em entender o sentido ou fizeram uma interpretação errada. Essa dificuldade é atribuída a diversos fatores, tais como o estilo, ortografia, pontuação, uso de palavras rebuscadas e diferenças culturais que dificultam a compreensão do contexto. Al-Jabari afirma que a compreensão do Alcorão exige a intelecção tanto do sentido das palavras, como dos sentimentos e ideias expressas nos textos. Em razão disso, a tradução literal não é adequada, devendo-se priorizar uma transposição que busque palavras próximas ao significado original, privilegiando-se uma linguagem moderna e acessível (AL-JABARI, 2008).

O árabe é considerado um idioma altamente gramatical e uma língua muito rica no que se refere à conjugação e derivação das palavras.

A língua de uma nação é um espelho do caráter da nação, moldada pela sua cultura, história, religião e até mesmo a terra onde seus habitantes vivem. É quase impossível que qualquer palavra usada em uma língua tenha um equivalente exato em outro idioma, uma vez que a palavra assume diferentes conotações e associações particulares ao ser usada por cada pessoa e adquire impressões diferentes para cada um (UNAL, 2015, p. XXV).

O autor aponta que o próprio Alcorão atesta a sua originalidade na língua árabe, quando menciona que “*Nós o enviamos como um Alcorão em árabe para que possais refletir (seus significados e termos) e raciocineis*” (12:2). Diversos estudos preconizam que, mesmo que haja uma precisão linguística do tradutor, é necessário ter um conhecimento profundo da cultura árabe para se conseguir maior precisão do trabalho de tradução do Alcorão, de modo que se assegure a familiaridade com expressões típicas, provérbios, jargões regionais e, sobretudo, com o contexto sociocultural e histórico (SADIQ, 2008).

É interessante registrar algumas curiosidades sobre o idioma árabe. É uma língua semítica cuja origem remonta a mais de 1500 anos e que é falada, atualmente, por mais de 300 milhões de pessoas em 22 países, sendo o sexto idioma mais falado no mundo. Possui um vocabulário diversificado até mesmo para palavras consideradas comuns, tais como, por exemplo, a palavra “amor”, com 11 diferentes termos, ou a palavra “camelo”, que conta com 100 termos diferentes. Possui diversos dialetos e é um idioma que já influenciou diversas outras línguas com suas palavras e herança cultural, inclusive a língua portuguesa. O idioma árabe possui ainda uma característica própria, que é o formato geométrico de sua escrita, o que torna possível que sua caligrafia seja utilizada de forma artística também para diversos trabalhos culturais (SAYED, 2015).

O Alcorão é um livro que tem uma forma discursiva própria, com uso de metáforas, paráfrases e, em certos trechos, um estilo poético, o que dificulta a reprodução dos conteúdos em outras línguas, uma vez que nem sempre é possível manter a mesma linguagem e musicalidade do original. Isso faz com que verter para outros idiomas se torne um trabalho exaustivo para os estudiosos de linguística, que precisam recorrer a vários dicionários de tradução do árabe para outras línguas para conseguir encontrar o significado mais preciso das palavras, e ainda fazer uso de comentários do Alcorão como material de apoio para se chegar a uma tradução mais precisa e fidedigna em outros idiomas (ELDIN, 2014).

Alhaj et al. (2019) explicam que muitas expressões alcorânicas podem apresentar mais de um significado em razão das formas figurativas de linguagem, e que, por esse motivo, uma diferença sutil de um sinônimo para outro utilizado na tradução, pode ser fundamental para aproximar ou distanciar ainda mais a palavra do significado do termo original. Por essa razão, os autores reforçam que “pode não ser suficiente ler apenas uma versão traduzida do Alcorão Sagrado para aqueles que não conhecem o idioma original” (ALHAJ et al., 2019, p. 112). A forma considerada mais segura para o processo de tradução é a formação de um comitê de especialistas composto por teólogos, tradutores fluentes no idioma original e no idioma da tradução, e pessoas nativas de cada idioma (AL-JABARI, 2008).

Assim, uma boa tradução exige que sejam preenchidos alguns critérios técnicos, como a fluência do tradutor no idioma árabe e na língua de destino, um bom conhecimento de teologia, exegese e ciências alcorânicas – já que se trata de um livro religioso, o conhecimento do contexto sociocultural e histórico, experiências prévias com traduções no idioma, uso de notas explicativas para esclarecer eventuais ambiguidades ou



sutilezas gramaticais, além do uso de transliterações. A transliteração deve ser utilizada somente nos casos em que não existe uma tradução que corresponda aos termos originais, já que palavras transliteradas podem dificultar a compreensão do leitor (ALHAJ et al., 2019; AL-JABARI, 2008). Infelizmente, traduções realizadas por pessoas que não possuem as competências técnicas desejáveis, ou que tenham viés sectário em relação ao Islã, podem comprometer o sentido original do texto, crivando o Alcorão com interpretações errôneas e distorcidas no outro idioma.

### **Considerações finais**

A doutrina islâmica apresenta-se como uma religião holística, que abrange preceitos relativos tanto às crenças e práticas espirituais, como diretrizes e orientações de vida que norteiam as condutas dos muçulmanos, tanto no nível individual como social. Há uma união de conteúdos espirituais e seculares nos conteúdos do Alcorão e da *Sunna*, uma vez que, além das obrigações religiosas, tem-se um código de conduta que orienta os adeptos da religião muçulmana sobre assuntos das mais diversas esferas da vida e que mobilizam diferentes áreas do saber.

De modo geral, o conhecimento que se tem do Islã no Ocidente ainda se encontra bem aquém da complexidade e diversidade de assuntos contemplados por suas fontes, o que faz com que persista um déficit de informações fidedignas sobre seus aspectos multifacetados. Leituras do Alcorão exigem uma interpretação cuidadosa e apropriada em razão da complexidade do texto, dos diversos contextos envolvidos e dos desafios e limitações da tradução, que nem sempre consegue transmitir com precisão o sentido das palavras e sentenças do idioma original. Leituras literais realizadas sem o apoio de fontes confiáveis podem dar margem a interpretações equivocadas.

Espera-se que este estudo inspire outras pesquisas sobre o tema, amparadas em fontes de qualidade e percurso metodológico consistente, para que novos conhecimentos sejam produzidos e disseminados, no intuito de que facetas ainda pouco conhecidas possam vir à tona. Os estudos futuros devem se empenhar não somente em ampliar o repertório científico da área, como também em combater a disseminação de informações parciais ou distorcidas sobre a doutrina islâmica e os muçulmanos, em testemunhos que afirmem cada vez mais sua humanidade.

### **Referências**

ABDALATI, H. **O Islã em foco**. São Bernardo do Campo: Ed. Makkah, 2008.

- AD-DAUSAREE, M. A. S. **The magnificence of the Quran**. London: Darussalam, 2006.
- ALASHARI, D. M.; HAMZAH, A. R.; MARNI, N. Islamic art and language as a source of inspiration leading to traditional arabic calligraphy art. **International Journal of Islamic and Civilizational Studies**, v. 6, n. 3, p. 33-45, 2019. Disponível em: <https://core.ac.uk/download/pdf/287743896.pdf>. Acesso em 3 jul. 2021.
- ALCORÃO SAGRADO. Português. **Os significados dos versículos do Alcorão Sagrado com comentários**. Tradução de Samir el Hayek. 16. ed. São Paulo: Marsan Editora Jornalística, 2019.
- ALHAJ, A. A. M.; ALWADAI, M. A. M.; ABDULKAREEM, M. B. A. Constraints of rendering some selected quranic verses (Āyahs) into English: a sociorhetorical interpretation. **International Journal of Linguistics, Literature and Translation**, v. 2, n. 5, p. 102-117, 2019. Disponível em: [https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract\\_id=3711823](https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3711823). Acesso em: 12 dez. 2022.
- AL-JABARI, A. R. Y. **Reasons for the possible incomprehensibility of some verses of three translations of the meaning of the Holy Quran into English**. PhD Thesis. University of Salford, Salford, Reino Unido. Disponível em: <http://usir.salford.ac.uk/id/eprint/14918/1/494753.pdf>. Acesso em 2 de jul. de 2022.
- AL-JAZAIRI, A. B. J. **The path of the muslim**. Beirut: Al Biruni, 2004.
- AL-MUBARAKPURI, S. R. **O néctar selado: biografia do nobre profeta**. Tradução de Samir El-Khayek. São Paulo: Pimenta & Cia, 2016.
- AL-SHEHA, A. R. **Muhammad: o mensageiro de Deus**. Tradução de Muhammad Isa García. London: Islamhouse, 2007.
- AMINUDDIN, M. **Mohammad: o mensageiro de Deus**. São Bernardo do Campo: Centro de Divulgação do Islã para a América Latina, 1989.
- ARMSTRONG, K. **Maomé: uma biografia do profeta**. São Paulo: Companhia das Letras, 2002.
- BUCAILLE, M. **A Bíblia, o Alcorão e a ciência**. São Bernardo do Campo: Ed. Makkah, 2012.
- CAMPO, J. E. **Encyclopedia of Islam**. New York: Facts on File, 2009.
- DEEB, S. **O profeta do Islã Muhammad**. Tradução de Ahmad O. Mazloum. São Paulo: Aquarius, 2014.
- ELDIN, A. A. T. S. A. Cognitive metaphorical analysis of selected verses in the Holy Quran. **International Journal of English Linguistics**, v. 4, n. 6, p. 16-21, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.7575/aiac.ijalel.v.4n.2p.193>. Acesso em: 21 jan. 2023.
- GARDET, L. Islam. Definition and Theories of Meaning. In E. van Donzel, B. Lewis, and Ch. Pellat (eds.), **Encyclopaedia of Islam**, Volume IV, 1978. Leiden: E. J. Brill.
- HATHOUT, H. **Viagem pela mente de um muçulmano**. Tradução de Victoria P. Camisón. Chicago: American Trust Publications, 2014.
- HAYEK, S. Comentários. In: **Os significados dos versículos do Alcorão**. São Paulo: Marsam

ISKANDAR, J. I. Al-Qur'an: o Corão, o livro divino dos muçulmanos. In PEREIRA, R. H. S. (Org.), **O Islã clássico**. São Paulo: Perspectiva, 2007.

MAHAIRI, A. **Biografia do Profeta Mohammad**. São Bernardo do Campo: Centro de Divulgação do Islam para a América Latina, 1989.

MUSLIM POPULATION BY COUNTRY. World Population Review. Disponível em: <<https://worldpopulationreview.com/country-rankings/muslim-population-by-country>>. Acesso em: 18 abr. 2023.

NYGARD, M. The Muslim concept of surrender to God. **Word and World**, v. 16, n. p. 158-168, 1996. Disponível em: [https://ijfm.org/PDFs\\_IJFM/13\\_3\\_PDFs/05\\_Nygaard.pdf](https://ijfm.org/PDFs_IJFM/13_3_PDFs/05_Nygaard.pdf). Acesso em 25 set. 2023.

RAVETZ, J. R. Prospects for an Islamic science. **Futures**, v. 23, n. 3, p. 262-272, 1991. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/0016-3287\(91\)90140-W](https://doi.org/10.1016/0016-3287(91)90140-W). Acesso em 25 set. 2023.

RIPPIN, A. L. **Muslims: their religious beliefs and practices**. London: Routledge, 2005.

SADIQ, S. Some semantic, stylistic and cultural problems of translation with special reference to translating the glorious Qur'an. **Sayab Translation Journal**, v. 1, p. 37-59, 2008. Disponível em: [https://www.academia.edu/353549/Some\\_Semantic\\_Stylistic\\_and\\_Cultural\\_Problems\\_of\\_Translation\\_with\\_Special\\_Reference\\_to\\_Translating\\_the\\_Glorious\\_Qur%C3%A2n?auto=download](https://www.academia.edu/353549/Some_Semantic_Stylistic_and_Cultural_Problems_of_Translation_with_Special_Reference_to_Translating_the_Glorious_Qur%C3%A2n?auto=download). Acesso em 23 jan. 2023.

SAID, E. W. **Covering Islam**. New York, Vintage, 1997.

SAID, E. W. **Cultura e imperialismo**. Tradução de Denise Bottman. São Paulo: Companhia de Bolso, 2011.

SAYED, F. **A few surprising facts about the Arabic language**. British Council, 2015. Disponível em: <https://www.britishcouncil.org/voices-magazine/surprising-facts-about-arabic-language>. Acesso em 25 jan. 2023.

SULTAN, S. N. **The Quran and sayings of Prophet Muhammad**. Nashville: Sky Light Paths Publishing, 2007.

TABBARAH, A. A. **The spirit of Islam: doctrine and teachings**. Beirute: Dar el-Ilm Lil-Malayin, 2001.

**THESE are the prophets mentioned in the Quran**. Safarpublications.org, 2021. Disponível em: <https://resources.safarpublications.org/wp-content/uploads/formidable/5/Family-Tree.pdf>. Acesso em 22 mar. 2023.

**TRANSLATIONS of the meanings of the Qur'an**. Qurancomplex.gov. Disponível em: <https://qurancomplex.gov.sa/en/kfgqpc-quran-translate/>. Acesso em 25 jan. 2023.

UNAL, ALI. Comentários. In: **Alcorão Sagrado: com interpretação anotada e comentários de Ali Unal**. New Jersey: Tughra Books, 2015.

Omais, S.; Santos, M. A. dos. (2024c). Sheikhs do Brasil: papéis sociais e trajetórias de líderes islâmicos no contexto brasileiro. *Caminhos - Revista de Ciências da Religião*. In press. <https://seer.pucgoias.edu.br/index.php/caminhos/index>

### ***Sheikhs* do Brasil: papéis sociais e trajetórias de líderes islâmicos no contexto brasileiro**

**Resumo:** Apesar de sua relevância social, o trabalho exercido por lideranças religiosas na comunidade islâmica e seu papel na sociedade ainda são invisibilizados. Além das obrigações funcionais, os líderes religiosos inspiram fiéis com suas condutas e ações. Nas comunidades essa função é exercida pelo *sheikh*, o que exige diversas habilidades e responsabilidade ética, moral e religiosa. Considerando tais premissas, realizamos um estudo com objetivo de analisar as atribuições profissionais e descrever a trajetória de *sheikhs* no contexto brasileiro, a fim de compreender os desafios enfrentados pelos líderes islâmicos. Constatamos que as atribuições laborais dos *sheikhs* não se restringem à prática de rituais e cerimônias religiosas, mas envolvem múltiplas funções sociais e cuidados que abrangem inclusive a saúde mental dos adeptos. Uma de suas mais proeminentes tarefas consiste em resguardar os ensinamentos islâmicos, preenchendo as lacunas eventualmente encontradas em traduções alcorânicas com explicações que visam preservar a originalidade do livro sagrado.

**Palavras-chave:** Islã; Sheikh; Muçulmanos; Alcorão; religião muçulmana

### **Introdução**

Nos últimos anos, o Islã tem se destacado pelo seu crescimento rápido e pelo grande número de novos adeptos que vem amalhando ao redor do mundo, inclusive no Brasil. Apesar de muitos fiéis aderirem ao Islã por iniciativa própria, o apoio, as orientações, e os ensinamentos religiosos contribuem para a formação e consolidação de novas comunidades muçulmanas, e isso se deve em grande parte ao trabalho exercido pelos líderes islâmicos, os *sheikhs* (Laurence, 2018). As atribuições dos *sheikhs* são muito amplas e, além das atividades internas direcionadas aos muçulmanos dentro de suas comunidades, também envolvem a atuação em questões sociais mais abrangentes, como participação em causas humanitárias a nível nacional e internacional, auxílio a imigrantes muçulmanos e refugiados de guerra ou situações de calamidade pública, promoção de diálogos inter-religiosos sobre paz e tolerância, e participação em outros eventos, que visam à integração de representantes das diversas denominações religiosas.

Isso torna o papel do *sheikh*, como representante islâmico, ainda mais desafiador e estratégico em uma sociedade cambiante e desigual como a brasileira. Considerando a escassez de pesquisas sobre o tema, realizamos um estudo que descreve as atribuições, o percurso de formação e a atuação de líderes e autoridades religiosas islâmicos em atividade no contexto do Brasil contemporâneo. Foram realizadas entrevistas individuais, audiogravadas e transcritas na íntegra. As entrevistas foram abertas, iniciadas com a

questão norteadora: “Conte-me sobre sua trajetória de formação e suas atribuições como líder religioso”. O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética da instituição e os entrevistados assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Nessa perspectiva, este estudo tem como objetivo analisar as atribuições profissionais e descrever a trajetória de formação e a atuação profissional de *sheikhs* no contexto brasileiro, a fim de compreender os desafios enfrentados pelos líderes islâmicos na atualidade.

### ***Sheikh, Sheik ou Shaykh? Uma breve discussão sobre termos e conceitos-chave***

A palavra *sheikh* assume diversos significados em diferentes contextos. Para aqueles que não conhecem a fundo a cultura árabe ou a religião muçulmana, o termo ainda remete à imagem de homens árabes milionários, com riquezas e negócios ligados ao petróleo no Oriente Médio, caracterizados e estereotipificados por meio de suas vestimentas tradicionais. No entanto, a palavra *sheikh* tem conotação muito mais ampla do que esse clichê e estereótipos culturais levam a supor. Etimologicamente, o termo representa um homem de idade avançada e cabelos brancos, geralmente acima dos 50 anos (Campo, 2019).

Desde a era pré-islâmica, a palavra *sheikh* (ou *shaykh*) era associada à ideia de autoridade, prestígio, liderança e sabedoria. No Brasil, o termo é encontrado grafado em textos tanto como *sheik* como *sheikh*, e na língua inglesa geralmente é apresentada como *shaykh*. Não consideramos adequado o termo “xeque”, pois, apesar de encontrado em textos e dicionários em português, é uma tradução ambígua que gera confusões, além de ter uma pronúncia muito distante do termo original em língua árabe. Por essa razão, optamos por seguir a grafia que vem sendo mais utilizada no meio acadêmico e em alguns dicionários (Silva e Maranhão, 2012).

O termo *sheikh* pode ser aplicado ao líder de uma instituição religiosa (escola, mesquita, organização), ou ainda para designar qualquer pessoa que seja um estudioso da religião e que tenha alcançado um conhecimento profundo das ciências islâmicas. Do ponto de vista estritamente religioso, o termo *Shaykh al-Islam* é um título honorífico outorgado àquele que domina os estudos alcorânicos ou as tradições proféticas (*Sunna*). Lembrando ainda que as palavras *alshuyukh* ou *al-mashaykh* são apenas variações no singular e plural da palavra *sheikh* (Bosworth et al., 1997).

Historicamente, o termo *Sheikh al-Islā* era considerado o nível mais elevado da hierarquia religiosa durante o império Otomano, o grande *mufti*, hierarquicamente responsável pelos juízes e líderes religiosos e pela comunidade. Era uma nomenclatura que não só foi utilizada no mundo árabe, mas em outros países onde houve expansão islâmica, como na China, por exemplo (Bulliet, 1972). O termo *shaykh* também aparece vinculado, em alguns países, à função de líder político ou chefe de Estado, tal como ocorre em algumas regiões do Oriente Médio, mas essa função não deve ser confundida com os *sheikhs* que exercem o ofício religioso.

A palavra *sheikh* também é empregada, alternadamente, com o termo *imame* ou imã. A diferença, porém, é que o *imame* não precisa, necessariamente, ter formação teológica, uma vez que o termo diz respeito somente ao ato de liderar orações nas mesquitas, então o *imame* pode ou não ter formação teológica. A palavra *imame* se tornou muito difundida nos meios islâmicos, sendo muitas vezes utilizada como sinônimo da palavra *sheikh*, pois muitas vezes ambas as funções são exercidas pela mesma pessoa. Segundo Hashas et al. (2018, p. 21), as funções desempenhadas por um imame podem ser de “pregador, capelão, professor, organizador comunitário, porta-voz da mesquita, presidente, diretor e representante da organização”. Tais funções podem ser exercidas de forma isolada ou cumulativa.

Outro termo utilizado para designar o nível de conhecimento e autoridade religiosa é a palavra *mufti*, que diz respeito aos líderes com elevado nível de conhecimento da *sharia* e com extensa bagagem de experiências em sua função. O *mufti* ocupa uma posição hierárquica sobre os outros líderes religiosos e é investido de autoridade para emitir opiniões legais sobre assuntos que despertam dúvidas e requerem uma posição oficial, as chamadas *fatwas*. As *fatwas* são decisões tomadas com base no Alcorão, na *Sunna* e nas tradições islâmicas, e geralmente são solicitadas por indivíduos comuns ou autoridades do governo ao *mufti*, quando existe algum assunto não consensual em questão. Tais decisões, uma vez estabelecidas, acabam sendo agregadas à tradição e jurisprudência islâmica.

Outro termo que por vezes também é associado ao *sheikh* é a palavra *aalim* ou *ulama*, que significa “aquele que possui o conhecimento”. É um termo amplo, muitas vezes atrelado a um contexto mais educacional, e inclui não apenas teólogos, mas também juristas, imames e estudiosos que, em virtude do seu conhecimento, atuam aconselhando a comunidade com relação às prescrições religiosas (Campo, 2009).

### **A formação teológica de um *sheikh***

A posição do *sheikh* se consolidou como autoridade responsável pelo ensino religioso e representante dos assuntos religiosos nas comunidades e nas instituições islâmicas. A formação teológica dura em média quatro anos e inclui o estudo de disciplinas primárias, como a memorização e estudos do Alcorão, das orientações proféticas (*hadiths*), da jurisprudência islâmica (*fiqh*), e disciplinas secundárias, como o estudo da gramática árabe, teologia, lógica, retórica, dialética e história. Durante o curso são aplicadas diferentes estratégias de aprendizagem, dentre as quais o estudo específico de livros de teólogos tradicionais. Ao adquirir o domínio da exegese de cada livro específico, o *sheikh* recebe o certificado de *ijaza*, um título prestigioso que o qualifica a pregar e repassar o conhecimento religioso para outras pessoas (Campo, 2009). A *ijaza* é uma avaliação das competências do futuro *sheikh* em transmitir seus conhecimentos aos adeptos, sendo uma espécie de “especialidade” em conteúdos alcorânicos específicos, ou da *Sunna*, de livros clássicos, disciplinas ou escolas de pensamento (Campo, 2009; El Asri, 2018).

### **Atribuições do *sheikh* junto à comunidade muçulmana e à sociedade de modo geral**

O *sheikh* é uma figura muito estimada e respeitada na comunidade, sobretudo em razão de seu conhecimento profundo sobre a doutrina e as leis islâmicas (*shariah*). Por essa razão, além de realizar cerimônias religiosas e liderar orações em congregação, ele também presta assistência à comunidade por meio de conselhos, orientações e resolução de conflitos. O *sheikh* também exerce a função de educar os membros da comunidade, crianças, homens, mulheres, confrontar e questionar os atos que contrariam os princípios religiosos, aconselhar líderes da comunidade, participar de eventos inter e intra religiosos, realizar rituais e cerimônias diversas e pregar o Islã de forma geral (Al-Ashqar, 2009). Outras atribuições clássicas que são da competência do *sheikh* são: a mediação de conflitos interpessoais ou conjugais, orientação e prescrição de práticas espirituais e de saberes religiosos que proporcionem conforto diante de situações adversas e da aproximação à finitude humana (Humam et al., 2023).

No âmbito social, o *sheikh* marca presença em eventos interreligiosos organizados para discutir temas do interesse da sociedade em geral, como a intolerância e liberdade religiosa, a violência em suas diversas dimensões e formas de expressão, e a busca de diálogo entre as diferentes denominações religiosas e representantes da sociedade civil no esforço comum de promoção da paz. Em virtude do contexto geopolítico atual, com o

tensionamento de conflitos e diásporas que envolvem muçulmanos ao redor do mundo repercutindo sobre toda a sociedade, os *sheikhs* também participam de forma intensa no auxílio a refugiados, bem como em causas humanitárias nacionais e internacionais que envolvem vítimas de guerras e catástrofes naturais

Além de líder espiritual, a figura do *sheikh* também representa uma espécie de exemplo a ser seguido, tanto do ponto de vista religioso, como ético-moral. Ao aplicar ao seu próprio comportamento as regras de conduta que o Islã preconiza, ele acaba facilitando também o aprendizado e crescimento pessoal dos muçulmanos. Tal responsabilidade ética torna ainda mais imperioso o dever de zelar para que suas condutas estejam alinhadas àquilo que ele ensina, construindo assim uma trajetória de vida coerente com os princípios religiosos e que possa inspirar outros muçulmanos, seja no âmbito intelectual, moral, ético e espiritual, ou no âmbito da atuação profissional e participação comunitária (Al-Krenawi, 2016).

Habilidades de oratória e comunicação são considerados requisitos fundamentais, tanto para o exercício das funções religiosas propriamente ditas, como para interagir e intermediar situações conflituosas no seio da comunidade (Schmid, 2020). É importante que o *sheikh* também esteja atualizado e afinado com as questões de seu tempo e com as mudanças nos modos de vida que produzem instabilidade e precariedade, acentuando sofrimentos. A busca de equilíbrio entre o mundo secular e os preceitos religiosos constitui um desafio permanente a ser enfrentado pelas lideranças para suprirem as necessidades espirituais em sintonia com as demandas contemporâneas vivenciadas pelos muçulmanos (Hough et al., 2021).

O Islã é uma religião que conseguiu conservar seu repertório de normas e preceitos doutrinários ao longo de séculos e isso se mantém graças ao rigor e empenho na preservação do Alcorão, na conferência minuciosa das correntes de transmissores das tradições do profeta (*Sunna*) e também em decorrência do trabalho minucioso dos *sheikhs* em transmitir os ensinamentos na sua forma original. Desse modo, evita-se que pressões externas alterem as leis islâmicas, as quais podem ou não ser adaptadas às questões contemporâneas, a depender do grau de proibição que lhes foi conferido no Alcorão ou na *Sunna*, as fontes primárias do Islã.

### **A influência do *sheikh* na promoção da saúde mental da comunidade muçulmana**



Nos últimos anos tem havido crescente interesse dos pesquisadores em investigar a influência da religião muçulmana e de seus ensinamentos sobre os comportamentos de saúde dos muçulmanos, o que requer delinear o papel do *sheikh* nesse processo. Dentro da amplitude de funções assumidas por um *sheikh* na comunidade, existem algumas especificamente focadas na promoção da saúde e do bem-estar dos adeptos. Estudo realizado por Padela et al. (2010) com membros da comunidade islâmica identificou quatro papéis principais desempenhados por líderes religiosos em temas relacionados à saúde: utilização de conteúdos das escrituras para incentivar a adoção de hábitos e estilos de vida saudáveis, realização de rituais específicos em casos de doenças ou morte, auxílio no provimento das necessidades dos pacientes muçulmanos hospitalizados e orientações relativas às decisões de saúde em ambientes hospitalares. Por isso os autores reforçam que “*as parcerias de saúde com esses líderes religiosos e suas instituições podem ser um meio importante para favorecer a saúde dos muçulmanos*” (Padela et al., 2010, p. 359, tradução nossa). Eles ressaltam ainda o papel desses profissionais no trabalho de capelania em hospitais, bem como sua inserção em programas de treinamento das equipes de saúde para melhorar suas habilidades de lidar com as especificidades e restrições religiosas que envolvem essa população.

Nota-se também uma necessidade emergente de colaboração dos *sheikhs* nas iniciativas e políticas de redução dos estigmas sociais que atingem os muçulmanos e contribuem para o desenvolvimento de transtornos mentais e emocionais dentro das comunidades. A espiritualidade é um fator protetor que tem mostrado resultados positivos no campo da saúde mental nos últimos anos (AUTORa). Ensinamentos e orientações espirituais transmitidas por lideranças religiosas, somados ao incentivo para fornecimento de apoio mútuo entre os membros da comunidade podem contribuir positivamente, uma vez que muitos adeptos buscam na religião e nos grupos religiosos amparo e encorajamento para o enfrentamento de situações desafiadoras, além de conforto para suas próprias dores e aflições psicológicas.

A estatura moral e a posição de prestígio da figura de autoridade do *imame* são diferenciais que conferem mais força aos conteúdos abordados e às suas orientações e prescrições normatizadoras. A voz do *sheikh* transmite credibilidade na comunidade e, além de ser um recurso potente para combater e reduzir estigmas sociais ligados à necessidade de atendimento psicológico, favorece a promoção da saúde mental dentro das mesquitas (Humam et al., 2023).

Estudos revelam que a busca por líderes religiosos e locais de culto por fiéis que apresentam problemas de ordem emocional é maior do que a procura por profissionais especializados, como psicólogos ou psiquiatras, mostrando assim que tais recursos muitas vezes são a principal fonte de aconselhamento em saúde mental na comunidade (Al-Krenawi, 2016). De fato, são diversas as demandas que levam os muçulmanos a buscarem ajuda ou aconselhamento dos *sheikhs*. Estudo realizado no Canadá relata que as questões mais solicitadas pelos fiéis dizem respeito a problemas conjugais e familiares, aspectos psicossociais, temas relacionados à saúde mental e dificuldades em lidar com estereótipos e estigmas sociais que comumente recaem sobre a identidade muçulmana (Ibrahim e Mojab, 2023).

A islamofobia é uma problemática social firmemente arraigada em países ocidentais, praticada contra adeptos do Islã, e se expressa tanto na forma de violência física como psicológica. Estigmas sociais, ataques xenofóbicos, chacotas, atitudes de aversão e repulsa, discursos de ódio e outras manifestações de preconceito religioso e racismo estrutural acabam isolando e impedindo uma inserção mais plena dos muçulmanos nas sociedades seculares (Allen, 2013). Daí a necessidade de aprimorar a capacitação dos líderes muçulmanos em relação a essas temáticas e construir referências profissionais na área de saúde mental para encaminhamento daquelas pessoas que necessitam de apoio psicossocial ou cuidado psicológico (Ibrahim e Mojab, 2023). Esta parece ser uma questão recorrente em vários países, como os Estados Unidos, onde ainda é incipiente a adesão das lideranças e a oferta de treinamento que prepare os líderes religiosos para acolherem essas demandas (Ali, 2016).

A organização de programas específicos de aconselhamento islâmico e a sistematização da Psicologia Islâmica, segundo Ali (2016), seriam de extrema relevância para atender a singularidade das necessidades dessa população. A Psicologia Islâmica é uma proposta epistemológica que vem sendo desenvolvida no cenário internacional com o objetivo de construir uma perspectiva mais holística da psiquê humana, de modo que se possa conectar a ciência psicológica aos ensinamentos do Islã (AUTORb). Ao vivenciar situações de sofrimento psicológico, o fiel muitas vezes enfrenta receio em buscar ajuda especializada que possa, eventualmente, violar ou confrontar preceitos islâmicos. Essa é uma das principais motivações que levam os muçulmanos a procurarem seus líderes religiosos para exporem seus problemas íntimos. O profissional da saúde, de modo geral, precisa estar preparado para adaptar o tratamento ao estilo de vida do muçulmano, sendo imprescindível que o faça com sensibilidade à diversidade cultural para compreender

tanto as peculiaridades da religião muçulmana, como as especificidades étnico-culturais de seus adeptos (Ali et al., 2005).

No Brasil esses desafios também estão presentes. Apesar de ser composta por grande número de libaneses, sírios e palestinos, a comunidade islâmica brasileira é muito mais diversificada do ponto de vista étnico, político, religioso e cultural. No intuito de suprir essa lacuna e de complementar o trabalho dos líderes religiosos, no ano de 2020 foi criado, no Brasil, o PsicoIslam®, o primeiro grupo de psicólogos muçulmanos no país, reunidos com a finalidade de promover eventos educativos, fornecer apoio, reduzir estigmas sobre o atendimento psicológico e disseminar orientações de saúde mental e emocional voltadas especificamente à comunidade muçulmana, a partir de uma linguagem que conjuga saberes psicológicos e o estilo de vida islâmico (PsicoIslam, 2023). Esse é um passo relevante dentro da comunidade muçulmana e no cenário brasileiro em geral, rumo à quebra do tabu, que por tanto tempo imperou, de que ciência e religião não se misturam.

Essa proposta de trabalho sinaliza a existência de uma demanda crescente, uma vez que, segundo Al-Krenawi (2016, p. 359), “*praticantes, assistentes sociais, psicólogos e psiquiatras das culturas ocidentais carecem de conhecimentos informais que possam fornecer uma compreensão completa do modo como os muçulmanos lidam com as adversidades em tempos de crise*”. Por isso, para serem eficazes, os formuladores de políticas, administradores e profissionais de saúde que planejam, dirigem ou oferecem os serviços de saúde mental devem ganhar mais familiaridade com a cultura árabe e os valores islâmicos se quiserem atingir efetivamente essa comunidade, o que só pode ser feito por meio de uma abordagem integrada (Ali, 2016). Essa recomendação também é compartilhada por Abu-Ras et al. (2008), que reforçam a necessidade de que os profissionais vinculados aos serviços de saúde mental utilizem uma abordagem mais integrada e que estejam familiarizados com as particularidades da cultura árabe e com a essência dos valores islâmicos.

### **Ajustamento do *sheikh* ao contexto cultural e ao idioma local**

Assim como ocorre em outros países do Ocidente, em razão da escassez de *imames* de nacionalidade brasileira, há um número expressivo dos chamados “*imames importados*” (Al-Krenawi, 2016, p. 364). São teólogos oriundos de países islâmicos, contratados para prestarem serviços em mesquitas brasileiras. Muitos dominam apenas o

idioma árabe. No entanto, no caso do Brasil, há alguns que eventualmente são originários de países de língua portuguesa, ou ainda aqueles que são brasileiros natos.

A comunicação é um dos elementos fundamentais em um processo de liderança e, por essa razão, a inserção do *sheikh* no contexto cultural de um país, somada à fluência no idioma local, são requisitos auspiciosos, na medida em que favorecem a aproximação com os membros da comunidade. Por isso, em alguns países europeus, os *imames* passam por programas de treinamento para aprenderem o idioma e assimilarem a cultura local, sendo preparados para enfrentarem demandas sociais mais específicas (Laurence, 2018). A barreira do idioma pode comprometer a atuação do líder religioso não só dentro das mesquitas, como em eventos, entrevistas e representações públicas diversas, além da dificuldade que ele poderá enfrentar para compreender certos conteúdos devido às nuances da cultura local. A falta de familiaridade com os contextos socioculturais também compromete seriamente a atuação do *sheikh*, uma vez que dificulta o entendimento real dos problemas vivenciados por adeptos no contexto do seu país (Al-Krenawi, 2016).

### **A presença do *sheikh* no cenário brasileiro**

Nos últimos anos as redes sociais contribuíram para ampliar a popularidade de alguns líderes religiosos, além de terem encurtado distâncias e diluído fronteiras, de modo que não só os muçulmanos dos grandes centros urbanos, como também aqueles oriundos de regiões remotas do país puderam ter acesso aos conhecimentos e orientações disseminados pelos *sheikhs*. Apesar de o Islã ser uma religião minoritária no Brasil, alguns líderes religiosos, sobretudo aqueles que atuam nos grandes centros urbanos há longa data, tornaram-se bastante conhecidos na comunidade, em função da popularidade alcançada e do papel ativo que desempenham em suas inúmeras atribuições sociais.

Apesar de serem reconhecidos como líderes islâmicos, poucas pessoas conhecem efetivamente a trajetória profissional e as inúmeras atividades que um *sheikh* realiza dentro e fora da comunidade. Até o momento, não há estudos no cenário brasileiro que descrevam de forma pormenorizada a trajetória de formação e as funções que eles exercem. Muitos *sheikhs* são discretos em relação à divulgação de suas atividades e realizações devido aos valores religiosos pregados no Islã, como humildade, modéstia e simplicidade. Isso faz com que tanto não muçulmanos, como os próprios muçulmanos, desconheçam a bagagem intelectual, religiosa e profissional desses profissionais.

Diante disso, incluímos neste estudo uma breve descrição da trajetória profissional de alguns notórios líderes religiosos de instituições islâmicas brasileiras, reconhecidos por sua longa atuação e papel ativo dentro e fora da comunidade muçulmana. Apresentamos um compilado das origens, formação profissional, tempo e local de atuação, bem como as principais atividades realizadas por cada profissional. As informações apresentadas foram fornecidas pelos próprios líderes religiosos, que gentilmente colaboraram com os autores relatando seus percursos e atividades profissionais.

Iniciando por ordem alfabética, o *sheikh* Ahmad Osman Mazloum tem 47 anos, é de origem libanesa, nascido no Brasil, e atua como *sheikh* há 23 anos. Formado em Ciências Islâmicas pela Universidade Islâmica de Medina, Arábia Saudita, retornou ao Brasil após a conclusão de seus estudos, no ano de 1999, como enviado da Liga Mundial Islâmica para assuntos religiosos. O *sheikh* Mazloum também atuou como líder religioso em diversas instituições, como a Mesquita de Moji das Cruzes (SP), Mesquita de Guarulhos, e também no Centro Islâmico de Foz do Iguaçu (PR), onde se dedicava a traduções e ao ensino religioso. Atualmente, exerce suas funções no escritório da Assembleia Mundial da Juventude Islâmica (Wamy), com sede em São Bernardo do Campo (SP), entidade que atua na divulgação do Islã e no desenvolvimento de trabalhos dirigidos à juventude islâmica, tais como aulas, palestras, acampamentos e publicações em geral. Participou de diversos cursos voltados para líderes religiosos e publicou sete livros, alguns de sua própria autoria e outros com traduções de obras de outros autores. Atualmente, o *sheikh* Ahmad Mazloum tem se dedicado à tradução de uma nova versão dos significados do Alcorão, a qual está sendo finalizada e em vias de publicação.

O *sheikh* Ali Abdouni é de origem libanesa, nascido no Brasil. É um dos líderes que atuam há mais tempo no país. Tem 59 anos e há 38 atua na função religiosa. Exerceu a função de representante do *Mufti* do Líbano no país e foi presidente do Conselho Superior dos Teólogos do Brasil desde a sua fundação, atuando por 12 anos. Foi porta-voz da comunidade muçulmana em 2001, eleito pelas entidades islâmicas de São Paulo e um dos fundadores e diretores da mesquita do Pari, tendo atuado também em diversas mesquitas de São Paulo no papel de líder religioso, realizando sermões e ministrando aulas dentro da comunidade. Desde 1999, o *sheik* Abdouni é presidente da Assembleia Mundial da Juventude Islâmica na América Latina (Wamy) e viaja para os países da região na função de representante religioso. Integra também a mesma organização, porém a nível mundial, a *World Assembly of Muslim Youth*, com sede em Riad, Arábia Saudita, sendo um de seus

diretores há 22 anos. Possui formação teológica em *Shariah*, pela Universidade de Medina, Arábia Saudita, e já participou de diversos cursos de jurisprudência islâmica. Hoje é, oficialmente, o único líder religioso da América Latina integrante da Liga Mundial dos Sábios Muçulmanos (*International Union of Muslim Scholars*), considerada a entidade mais respeitada no mundo no que se refere à jurisprudência islâmica e à autoridade suprema entre os teólogos muçulmanos, e da qual são membros apenas os indivíduos formados pela *shariah* islâmica que tenham feito contribuições relevantes dentro da comunidade, tanto na forma de atividades promovidas, como de obras escritas na área.

O *sheik* Jihad Hammadeh tem 58 anos de idade e atua na função há 30 anos. Nasceu na Síria, mas reside no Brasil há mais de 50 anos. No ano de 1981 iniciou seus estudos de teologia, *Shariah*, na Universidade Islâmica de Medina, Arábia Saudita, onde viveu por 11 anos. Tem graduação em Ciências Sociais e História. Realizou cursos na área de Gestão Pública e em diversos tópicos sobre a *Shariah*. Ministrou aulas de religião e língua árabe na comunidade, e foi o primeiro tradutor de *khutbas* (sermões) em algumas mesquitas de São Paulo. cursou mestrado em Comunicação Social e, atualmente, cursa o doutorado na Escola de Artes, Ciências e Humanidades da Universidade de São Paulo, onde desenvolve pesquisa sobre o protagonismo dos muçulmanos no Brasil. Foi consultor das novelas “O Clone” e “Salve Jorge”, da Rede Globo de Televisão, e prestou consultorias em diversos meios de comunicação sobre assuntos relativos ao Islã e ao Oriente Médio. É porta-voz da comunidade islâmica no Brasil, fundador do Conselho Superior dos Teólogos e Assuntos Islâmicos do Brasil e um dos fundadores da União Nacional das Entidades Islâmicas (UNI). Atuou como diretor na Assembleia Mundial da Juventude Islâmica na América Latina (Wamy) e coordenador do Conselho Nacional das Religiões (Conarel), sendo um dos fundadores da Associação Nacional de Juristas Islâmicos (Anaji). É diretor do Instituto Cinco Pilares (ICP), do Centro Árabe-Latino de Cultura e Assuntos Estratégicos (Calcee) e do Departamento Acadêmico Islâmico (DAI). Ministrou palestras em universidades da América Latina e do Oriente Médio sobre temas diversos, incluindo Líbano, Turquia, Inglaterra, França, Arábia Saudita, Bahrein, Qatar e diversos países latino-americanos. Publicou artigos em jornais e escreveu capítulos de livros. Recebeu homenagens de diversas instituições brasileiras públicas e privadas, e também internacionais, tendo sido condecorado em Buenos Aires com o título de cidadão. Participou de programas televisivos na Rede Globo, TV+ e Rede Gazeta, e concedeu entrevistas para agências de notícias como Reuters, CNN, Globo, Folha de São Paulo,

Estadão, entre outras. Contribuiu como consultor de diversos trabalhos acadêmicos e orienta grupos de estudos sobre assuntos relacionados ao desenvolvimento humano, espiritual e religioso. Além de teólogo, também atua profissionalmente como empresário e divulgador do Islã nas redes sociais, participando de *podcasts* e compartilhando conteúdos sobre o Islã no Instagram, Facebook, Twitter, Youtube e outras mídias. Atua em causas humanitárias para acolhimento de refugiados e vítimas de calamidades e catástrofes naturais, além de coordenar projetos sociais e doações de forma geral.

O *sheikh* Mohamad Al Bukai nasceu na Síria, tem 46 anos de idade e 25 anos de atuação profissional. Iniciou sua formação em Damasco, Síria, no *Instituto Al Fath Al Islã*, um instituto especializado em estudos islâmicos e língua árabe. Com 18 anos começou a atuar como *sheikh* em diversas mesquitas de Damasco. Posteriormente, iniciou seus estudos na Universidade de *Al Azhar*, Egito, onde se aprofundou, ao longo de quatro anos, em teologia islâmica, fundamentos das ciências da religião e exegeses do Alcorão Sagrado. Posteriormente, realizou pós-graduação em Damasco, na área de estudo islâmicos no idioma espanhol. Concluiu mestrado em Justiça e Política Islâmica e está cursando doutorado, também na mesma temática, pela Universidade da Malásia. Chegou ao Brasil no fim de 2006, a convite da Liga da Juventude Islâmica do Brasil, e atuou na Mesquita do Pari (SP) por cinco anos. Após esse período, atuou durante dois anos na Mesquita de Guarulhos (SP), cinco anos na Mesquita de Santo Amaro (SP) e, atualmente, é o *sheikh* da Mesquita Brasil (SP), a primeira e mais antiga mesquita brasileira e da América Latina. Desde o ano de 2012 exerce a função de diretor religioso da União Nacional Islâmica do Brasil (UNI), e também representa a religião muçulmana no Fórum Religioso da Cultura de Paz e Cidadania da Secretaria de Justiça de São Paulo. É diretor da instituição Oásis, entidade beneficente que presta auxílio a milhares de refugiados no estado de São Paulo. É diretor no Brasil da entidade internacional “Religiões pela paz” ou *Religions for Peace*, uma rede global de religiões e comunidades. Também é membro da *Heavenly Culture, World Peace, Restoration of Light* (HWPL), entidade voltada à promoção da paz internacional, com sede na Coreia do Sul. Foi diretor de escolas islâmicas especializadas na memorização do Alcorão e no aprendizado da língua árabe em São Paulo. Representou a religião muçulmana em diversos eventos e congressos nacionais e internacionais e, por dois anos consecutivos, de 2019 a 2020, esteve na lista dos 500 muçulmanos mais influentes do mundo, segundo a *Royal Islamic Strategic Studies Centre*.

O *sheikh* Mohammed Yasser Hussin tem 53 anos de idade e 33 anos de atuação religiosa, tendo se formado pela Universidade Islâmica de Hasaka, na Síria. É nascido na

Síria e reside no Brasil há 27 anos. É diretor da organização do *Hajj* no Brasil, que coordena excursões ao longo do ano para a cidade de Meca, acompanhando muçulmanos que desejam realizar a peregrinação, o chamado *Hajj*, uma das práticas obrigatórias no Islã, e também a *Umrah*, um ritual semelhante, porém não obrigatório. As excursões para Meca são organizadas pelo *sheikh* Mohammed há 23 anos, monitorando grupos de muçulmanos brasileiros e de outros países da América Latina. Exerceu o trabalho de *sheikh* por seis anos em Damasco, Síria. No Brasil atuou durante nove anos na Mesquita de São Miguel Paulista, e por dez anos na Mesquita Hamza em São Paulo, onde se encontra atualmente. Foi Diretor de Assuntos Religiosos do *call center* islâmico da América Latina e diretor do instituto de memorização do Alcorão Sagrado em São Bernardo do Campo (SP). Atualmente é diretor do departamento religioso da Escola Islâmica Brasileira.

O *sheikh* Rodrigo Rodrigues tem 46 anos de idade e 20 anos de atuação religiosa. É o único líder religioso de origem brasileira nesse grupo. Revertido desde o ano de 1992, começou a buscar informações sobre o Islã ainda cedo, frequentando várias mesquitas onde pudesse aprender mais sobre o Alcorão e o idioma árabe. No ano de 2000 ganhou uma bolsa de estudos e viajou ao Líbano, onde teve a oportunidade de estudar o idioma árabe e ciências islâmicas, seguindo a escola *hanafi* de jurisprudência e, posteriormente, especializou-se na escola *hanbali*. Participou de cursos no Qatar e foi o primeiro brasileiro a se formar em uma faculdade islâmica na Arábia Saudita. Tem especialização em *hadith* (orientações proféticas) e *tafsir* (exegese alcorânica). Teve oportunidade de aprender com eminentes *sheikhs*, sábios, doutores, juízes e *muftis* de países islâmicos. É graduado em Sociologia e Biblioteconomia. Entre as experiências profissionais na área, atuou como líder religioso na mesquita de Jundiaí (SP), Porto Alegre (RS), na mesquita do Pari (SP) e no centro islâmico do Paraná, além de ter sido professor de educação islâmica na Escola Islâmica Brasileira em São Paulo, ao longo de três anos. Tem uma atuação bastante ativa em redes sociais, como Youtube, Instagram e Facebook, disseminando diversos conteúdos nos meios digitais. Atualmente, atua como líder religioso da mesquita de Florianópolis (SC).

### **O *sheikh* e o seu principal instrumento de trabalho: o Alcorão**

A base doutrinária principal do Islã, que orienta todas as condutas dos muçulmanos, é o Alcorão. Também é o principal instrumento de trabalho dos líderes



religiosos, a partir do qual todos os ensinamentos, rituais e prescrições são disseminados por meio de sermões, cerimônias e aulas na comunidade. O trabalho dos *sheikhs* está direta e intrinsecamente relacionado ao Alcorão. Nos países ocidentais, incluindo o Brasil, um dos grandes desafios dos líderes religiosos é conseguir adequar os ensinamentos do Alcorão do idioma árabe para o idioma local. Por isso, é importante que haja uma conexão estreita entre *sheikhs* e tradutores, para que esses desafios da transmissão sejam minimizados. Diante disso, é importante conhecer os desafios que envolvem a tradução do texto alcorânico e percorrer a história das traduções realizadas em língua portuguesa, desde a primeira versão até as versões contemporâneas.

### **Os desafios da tradução do Alcorão**

O Alcorão é um livro sagrado, fruto de revelação divina. Para os muçulmanos, ocupa um lugar privilegiado de referência cultural e religiosa, fonte de autoridade máxima a partir da qual emanam todas as leis islâmicas, patrimônio imaterial e guia regulador de conduta. Não é sem razão que são múltiplas e diversas as funções do Alcorão. Além de servir como um código de vida, é um objeto sagrado utilizado em rituais e recitações, no ensino da língua árabe e no aprendizado islâmico de modo geral (Wheeler, 2021). Assim, é fácil entender por que o esmero com a preservação e tradução do Alcorão é uma das marcas distintivas da religião muçulmana, que investe em cuidados para que o conteúdo original não seja perdido ou deturpado ao longo do tempo.

A comprovação da autenticidade do texto sagrado já foi consumada por várias instituições, comparando fragmentos antigos com as versões atuais por meio de sofisticados exames de carbono 14 e de outras evidências arqueológicas. Alguns dos fragmentos originais se encontram, atualmente, armazenados em diferentes regiões do planeta, em locais como Biblioteca de Berlin, Universidade de Birmingham, Universidade de Tubingen, Biblioteca Nacional de Paris e Biblioteca Britânica de Londres (Salam & Al-Harthy, 2020).

O Alcorão é considerado pelos teólogos muçulmanos como um livro intraduzível em razão de sua singular natureza linguística, cultural e litúrgica. A tradução para outro idioma é bastante diferente de um processo de tradução de textos comuns, pois existe uma sacralidade ligada ao conteúdo original e isso acaba elevando o nível de exigência em relação à qualidade da conversão do texto para outros idiomas. Em razão da perda significativa da estrutura linguística e semântica dos versículos, que ocorre naturalmente

durante o processo de tradução, alguns autores recomendam que o tradutor focalize o aspecto mais pragmático e os significados religiosos do texto (Boulaouali, 2021).

Abdelaal (2019, p. 1) corrobora essa ideia afirmando que, durante uma tradução, a *“equivalência não significa igualdade; ao contrário, significa alcançar a menor dissimilaridade”*. O autor argumenta que, no caso do Alcorão, a transmissão do significado primário do texto e sua função devem ser mais importantes do que o aspecto estilístico. A compreensão e tradução dos versículos do Alcorão exigem também a inclusão de outros requisitos fundamentais:

Para ter autoridade, no entanto, o Alcorão não pode ser interpretado fora do contexto histórico em que foi revelado, conforme fornecido pela erudição muçulmana do Alcorão. Para entender a relevância prática do Alcorão, é necessário conhecer a sequência de como as diferentes partes foram reveladas e a quais contextos essas partes foram aplicadas pelo profeta Muhammad. (Wheeler, 2021, p. 14, tradução nossa).

O conhecimento das circunstâncias históricas vigentes na época da revelação é fundamental para que se consiga fazer uma analogia que se aproxime dos dias atuais. Além disso, é necessário compreender em que momento, situação e para que indivíduos os versículos foram revelados, quais deles foram prescritos especificamente para aquela época ou para determinada pessoa e quais foram prescritos de forma genérica. Isso faz com que o cuidado com a qualidade das traduções e a preservação do sentido original do Alcorão sejam preocupações constantes dos teólogos muçulmanos (Wheeler, 2021).

Ao tentar reproduzir uma versão mais próxima possível da original e também facilitar a compreensão do leitor, os tradutores buscam manter uma linguagem clara e simples, sem o estilo artístico ou linguístico próprio do idioma árabe. No entanto, nem sempre as traduções conseguem ser fiéis à língua original, o que aumenta o risco de possíveis distorções na compreensão e interpretação dos versículos. Por isso, o processo de escolha da tradução mais apropriada do Alcorão é sempre um desafio. Em virtude das ambiguidades e erros de tradução, são necessárias constantes revisões e correções no texto, além de uma complementação dessas lacunas por intermédio dos *sheikhs*, que se dedicam a fornecer explicações orais mais claras e detalhadas sobre alguns assuntos.

### **Os tradutores do Alcorão para a língua portuguesa**

No Brasil, a primeira tradução do Alcorão em língua portuguesa demandou 10 anos de trabalho e só foi concluída no ano de 1974 pelo professor Samir el Hayek. Posteriormente, passaram-se mais cinco anos para que ele concluísse as notas

explicativas, além das diversas revisões do texto original. Apesar de não ser um líder religioso atuante na comunidade, achamos interessante incluir neste estudo a trajetória de um homem que ofereceu uma contribuição tão significativa à comunidade muçulmana brasileira, e que por isso merece ter espaço à parte. O Professor Samir é um intelectual notório dentro da comunidade muçulmana, em virtude do conhecimento e sabedoria que acumulou por meio de seus estudos, leituras de exegeses e obras islâmicas, em busca de interpretações mais fiéis ao conteúdo do Alcorão, bem como de outras obras islâmicas e dos sermões dos *sheikhs*, traduzidos por ele diretamente do idioma árabe.

De origem libanesa, Samir el Hayek, hoje com 83 anos de idade, chegou no Brasil aos 11 anos e iniciou as traduções do Alcorão aos 20 anos. Sua tradução pioneira permanece como a versão mais conhecida e popular dentro da comunidade muçulmana brasileira. Possui graduação em matemática, física e desenho, porém passou grande parte da vida envolvido diretamente com traduções de livros islâmicos e com trabalhos em mesquitas e instituições religiosas. Dirigiu a Sociedade Brasileira Muçulmana (SBM) ao longo de 25 anos e atuou lado a lado com diversos líderes religiosos, os quais, por serem estrangeiros, precisavam constantemente de um tradutor para os discursos e orientações religiosas na língua portuguesa. Foi assessor do ministro da Justiça de Moçambique por três anos e fundador e secretário geral do Centro de Divulgação do Islã para a América Latina (CDIAL) por 15 anos. Prof. Samir, como é mais conhecido, realizou, ao longo de muitos anos, traduções dos sermões de diversas instituições islâmicas, como a Mesquita Brasil, Mesquita Santo Amaro, Mesquita de Guarulhos, Mesquita de Santos, Mesquita de Jundiaí e Mesquita de Campinas, além de ter sido o tradutor de cerca de 120 livros islâmicos para a língua portuguesa.

Além da tradução do Alcorão, diretamente do árabe para o português, ele também realizou a tradução da exegese do Alcorão anotada, de autoria do turco Ali Ênal. Samir participou de congressos nacionais e internacionais, recebeu homenagens de diversas instituições brasileiras, incluindo tanto as comunidades xiitas como sunitas, as quais reconheceram a importância do seu trabalho, bem como no cenário internacional, por sua atuação em países como Moçambique e Portugal. Segundo ele, já foram impressos 150 mil exemplares de sua tradução, a qual se encontra na 20ª edição, com contínuas revisões no texto e nas notas explicativas. Para realizar o extenso trabalho de tradução do Alcorão, além do conhecimento adquirido ao longo dos anos em que trabalhou junto ao *imame* Abdallah Abdel Chakkur Kamel, que foi uma autoridade dentro da comunidade

muçulmana brasileira, o Prof. Samir realizou consultas minuciosas às exegeses do Conselho Superior de Assuntos Islâmicos (Hayek, 2019).

Outra versão bastante reconhecida do Alcorão no Brasil, lançada no ano de 2005, é a tradução realizada pelo Prof. Helmi Nassr, falecido em 2019, aos 97 anos. O professor Helmi nasceu e estudou no Egito, completando seus estudos em literatura francesa e tradução na Universidade de Sourbonne. O Prof. Helmi Nassr era conhecido dentro da comunidade como um eminente erudito. No ano de 1962 começou a lecionar no Brasil. Foi fundador e professor do curso de língua, literatura e cultura árabe da Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas (FFLCH) da Universidade de São Paulo (USP), criador do dicionário árabe-português, membro do Conselho dos Sábios da Liga Islâmica Mundial e tradutor de diversas obras literárias. Após quatro anos de tradução e 18 anos de revisão minuciosa junto a uma equipe de especialistas em gramática e cultura árabe, a versão traduzida do Alcorão foi autorizada pela Liga Islâmica Mundial, com sede na Arábia Saudita. Nas palavras do professor Helmi, a importância de se conhecer o Alcorão “não é para tornar todo mundo muçulmano, mas para que as pessoas saibam da existência de uma religião que pode ajudar em suas vidas” (Rocha, 2019).

Recentemente, uma nova versão da tradução, de 2019, procedente de Moçambique e traduzida na língua portuguesa de Portugal pelo *sheikh* Aminuddin Muhammad Ibrahim, também tem sido indicada por líderes religiosos, porém ainda não é muito disseminada na comunidade brasileira. Em virtude das nuances existentes entre a língua portuguesa do Brasil e de outros países de língua portuguesa, a tradução foi adequada conforme o Acordo Ortográfico dos Países de Língua Portuguesa, de 1990. Nascido em Moçambique, o *sheikh* Aminuddin completou seus estudos teológicos no Paquistão e na Arábia Saudita, sendo um memorizador e especialista nos estudos do Alcorão. Foi conselheiro e primeiro *sheikh* da Mesquita Central de Lisboa e, além da tradução do Alcorão, também já traduziu a biografia do profeta do Islã em língua portuguesa. *Sheikh* Aminuddin tem diversas formações teológicas, é especialista em estudos do Alcorão pela Universidade de Medina, Arábia Saudita, e vencedor de diversos concursos de recitação e interpretação alcorânica (Ibrahim, 2019).

### **Considerações Finais**

Ao longo deste estudo elencamos conceitos, destacamos atribuições e os principais desafios do trabalho de um *sheikh*. Observou-se que o itinerário formativo e a

trajetória profissional de líderes religiosos brasileiros são bastante diversificados, denotando o empenho e o papel ativo que eles vêm desempenhando junto à comunidade muçulmana e na sociedade de modo geral. A atuação do *sheikh* não se restringe somente à realização de cerimônias, aulas de religião ou condução de orações. Ele também é um modelo de conduta para os membros da comunidade, sendo imbuído de grande responsabilidade ética, moral e religiosa, tanto sobre aquilo que ensina, como sobre aquilo que pratica.

A inserção do *sheikh* na comunidade e a efetividade do seu trabalho também estão diretamente relacionadas às suas habilidades de comunicação, à compreensão do contexto sociocultural no qual ele desenvolve seu trabalho e das mudanças que constantemente afetam a comunidade. Um dos desafios futuros é construir pontes que conectem as lideranças aos profissionais de saúde mental, para uma colaboração mais ampla, que inclua a promoção de saúde dentro de suas comunidades, utilizando a força de suas vozes e seu prestígio para conscientizarem e motivarem os adeptos a adotarem esses cuidados.

Apontamos também alguns dos desafios relacionados à principal ferramenta de trabalho dos *sheikhs*, o Alcorão e suas diversas traduções. Os *sheikhs* zelam pela preservação da originalidade textual do Alcorão, buscando traduções que consigam transmitir claramente os significados e conservem o sentido original dos versículos. É notório o esforço dos tradutores tradicionais em salvaguardar uma tradução que seja o mais fiel possível à versão original, sendo essa a razão das frequentes revisões que promovem em suas próprias traduções. Ainda assim, consideram que é difícil alcançar a precisão em versões traduzidas, de modo a atender plenamente tais critérios. Cabe ao *sheikh* tentar recobrir as lacunas por meio de correções e explicações mais abrangentes, que facilitem a compreensão dos sentidos originários dos versículos alcorânicos pelos fiéis.

Diante da envergadura de tantos desafios, os papéis de liderança e autoridade religiosa exercidos pelo *sheikh* se impõem e ele emerge como artífice de narrativas e saberes em jogo, articulando recursos para narrar histórias invisibilizadas da comunidade islâmica, lutar por uma inserção mais ampla e receptiva dos muçulmanos nos diversos setores da sociedade e pela maior interlocução entre as religiões e as diferentes instituições brasileiras na busca de uma convivência baseada na paz, no respeito às diferenças e na tolerância.

É um engano pensar que essa temática se restringe apenas à área teológica. O trabalho realizado pelos *sheikhs* é de cunho social e comunitário, e isso pode ser percebido na descrição de suas trajetórias, bem como em suas atribuições e responsabilidades. Por

isso, espera-se que este estudo possa inspirar e servir de arcabouço teórico para futuros estudos na área social, uma vez que, além de agentes de transformação social, os *sheikhs* são líderes com autoridade e influência dentro da comunidade e alcançam um número significativo de pessoas. Como um dos principais pontos de partida para projetos e políticas sociais são as lideranças, torna-se imprescindível que pesquisadores e profissionais da área conheçam melhor as funções exercidas pelos *sheikhs* e ampliem seus olhares para também incluí-los como multiplicadores e colaboradores nas questões que afetam direta ou indiretamente toda a sociedade.

### **Bibliografia**

(AUTORa)

(AUTORb)

ABDELAAL, Noureldin Mohamed. (2019). Faithfulness in the Translation of the Holy Quran: Revisiting the Skopos Theory. *SAGE Open*, 9, 3: 1-14. DOI: <https://doi.org/10.1177/2158244019873013>.

ABU-RAS, Wahiba; GHEITH, Ali; CURNOS, Francine. (2008). The Imam's role in mental health promotion: a study at 22 mosques in New York City's Muslim community. *Journal of Muslim Mental Health*, 3, 2:155–176. DOI: <https://doi:10.1080/15564900802487576>.

AL-ASHQAR, Umar al-Ashqar. (2009). *Towards an authentic Islamic culture*. Dar Al-Nafaes, Jordan.

ALI, Osman M. (2016). The imam and the mental health of Muslims: Learning from research with other clergy. *Journal of Muslim Mental Health*, 10, 1:65–73. DOI: <https://doi.org/10.3998/jmmh.10381607.0010.106>.

ALI, Osman M.; MILSTEIN, Glen; MARZUK, Peter M. (2005). The Imam's role in meeting the counseling needs of Muslim communities in the United States. *Psychiatric Services*, 56, 2:202-205. DOI: <https://doi.org/10.1176/appi.ps.56.2.202>.

AL-KRENAWI, Alean. (2016). The role of the mosque and its relevance to social work. *International Social Work*, 59, 3:359–367. DOI: <https://doi.org/10.1177/0020872815626997>.

ALLEN, Chris. (2013). *Islamophobia*. Farnham: Ashgate Publishing.

BOSWORTH, Clifford Edmund.; BEARMAN, Peri; BIANQUIS, Thierry; VAN DONZEL, Emery; HEINRICHS, Wolfhart. P; LECOMTE, Gérard. (Eds). (1997). *The Encyclopaedia of Islam*. Volume IX. Boston-Leiden, E. J. Brill.

- BOULAOUALI, Tijani. (2021). Quran translation: a historical-theological exploration. *International Journal of Islamic Thought*, 19: 120-132. DOI: <https://doi.org/10.24035/ijit.19.2021.202>.
- BULLIET, Richard W. (1972). The Shaikh Al-Islam and the evolution of Islamic society. *Studia Islâmica*, 35: 53-67. Disponível em: <http://www.jstor.org/stable/1595475>. DOI: <https://doi.org/10.2307/1595475>.
- CAMPO, Juan Eduardo (2009). *Encyclopedia of Islam*. USA, Facts on File.
- EL ASRI, Farid. Imam training in Europe. (2018). In: K. Hajj; M. Hashas; J. J. Ruiter; V.N. Vinding (eds.), *Imams in Western Europe: developments, transformations, and institutional challenges*, pp. 101-120, Amsterdam, Amsterdam University Press. DOI: <https://doi.org/10.1515/9789048540006-008>.
- HASHAS, Mohamed; RUITER, Jan Jaap; VINDING, Niels Valdemar; HAJJI, Khaled. *Imams in Western Europe: developments, transformations, and institutional challenges*, Amsterdam, Amsterdam University Press.
- HOUGH, Christine Victoria; ABBOTT-HALPIN, Edward.; MAHMOOD, Tariq.; GILES, Jessica. (2021). Contemporary influences on the role of imams in Britain: a critical analysis of leadership and professionalisation for the imamate in 21st century Britain. *Religions*, 12, 9, 771, 1-18. DOI: <https://doi.org/10.3390/rel12090771>.
- HUMAM, Fairuziana; MCBRYDE-REDZOVIC, Aaminah; MAHOUI, Iman; ALI, Sara.; ABOALABAN, Heba; ZIA, Belal; AWAAD, R. (2023). The role of muslim religious leaders in mental health: a community-based participatory research study in the San Francisco Bay area. *Pastoral Psychology*, 3, 72. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11089-023-01077-9>.
- IBRAHIM, Aminudin Muhammad (trad.). (2019). *Interpretação do significado dos versículos do nobre Al-Qur'an*. Durban, IDM Publications.
- IBRAHIM, Mohamed.; MOJAB, Fareed. (2023). Healing through faith: the role of spiritual healers in providing psychosocial support to Canadian muslims. *Journal of Muslim Mental Health*, 17, 1: 72-79. DOI: <https://doi.org/10.3998/jmmh.2057>.
- LAURENCE, Jonathan. Islams in Europe. (2018). In: K. Hajj; M. Hashas; J. J. Ruiter; V.N. Vinding (eds.), *Imams in Western Europe: developments, transformations, and institutional challenges*, pp. 101-120, Amsterdam, Amsterdam University Press. DOI: <https://doi.org/10.1515/9789048540006-008>.
- PADELA, Aasim; KILLAWI, Amal; HEISLER, Michele; DEMONNER, Sonya; FETTERS, Michael. (2011). The role of Imams in American muslim health:

- perspectives of muslim community leaders in Southeast Michigan. *Journal of Religion and Health*, 50: 359–373. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10943-010-9428-6>
- PSICOISLAM (2020). *Orientações de Saúde Mental e Emocional para a Comunidade Muçulmana*. Instagram: @psicoislam. Disponível em: <https://www.instagram.com/psicoislam/>
- ROCHA, Alexandre. (2019). *Morre Helmi Nasr, pioneiro no ensino do árabe na USP*. Instituto da Cultura Árabe. Disponível em: <https://icarabe.org/node/3739>, consultado em 15/06/2023.
- SALAM, Ismail Abdel Salam; AL-HARTHY, Adnan bin Mohammed. (2020). Early manuscripts of quran (through data of hijazi calligraphy and archaeological evidence). *Journal of the General Union of Arab Archaeologists*, 5, 1:1-26. DOI: 10.21608/jguaa2.2020.20688.1025.
- SCHMID, Hansjorg. (2020). “I’m just an Imam, not Superman”: Imams in Switzerland. *Journal of Muslims in Europe*, 9, 1: 64-95. DOI: <https://doi.org/10.1163/22117954-12341408>.
- SILVA, Beatriz de Paula; MARANHÃO, Samantha de Moura. (2012). A designação dos muçulmanos na lexicografia brasileira. *Comunicação apresentada no VI Encontro do Mestrado em Letras da Universidade do Piauí*. Disponível em: [https://www.academia.edu/45643730/A\\_DESIGNA%C3%87%C3%83O\\_DOS\\_MU%C3%87ULMANOS\\_NA\\_LEXICOGRAFIA\\_BRASILEIRA](https://www.academia.edu/45643730/A_DESIGNA%C3%87%C3%83O_DOS_MU%C3%87ULMANOS_NA_LEXICOGRAFIA_BRASILEIRA), consultada em 23/6/2023.
- WHEELER, Brannon. (2021). Quran as Scripture in Classical Muslim Scholarship. *Religions*, 12, 11, 1013:1-16. DOI: <https://doi.org/10.3390/rel12111013>.



## FELICIDADE E BEM-ESTAR SOB AS LENTES DA PSICOLOGIA ISLÂMICA

*Você sabe o que é melhor do que a caridade e jejum e oração? É manter a paz e as boas relações entre as pessoas, pois as brigas e sentimentos ruins destroem a humanidade[...] Deus não terá misericórdia com alguém a não ser que esse alguém tenha misericórdia com outras criaturas”. Dito do profeta Muhammad<sup>2</sup>*

Temas de pesquisa emergentes têm explorado a psicologia com base em saberes religiosos diante da necessidade de se compreender e se adequar o processo terapêutico aos costumes e preceitos islâmicos bem como para resgatar um legado esquecido ao longo do tempo (Keshavarzi et al., 2021). A Psicologia Islâmica é uma ciência milenar e deriva tanto de textos religiosos como de amplos estudos de filósofos muçulmanos proeminentes cujo legado infelizmente ainda é invisibilizado pela ciência contemporânea. O estudo da felicidade, assim como das emoções, cognições e comportamentos foi extensamente desenvolvido pela filosofia islâmica e contribuíram para formar as bases de muitas teorias atuais da Psicologia. Contudo, tais conteúdos são raramente citados na literatura psicológica. Em termos históricos, a filosofia grega, que marcou o pensamento ocidental, com frequência é incluída em trabalhos acadêmicos, sobretudo quando o assunto é a felicidade. Sócrates, Platão, Aristóteles, são nomes frequentes em livros ou estudos sobre ética, virtudes e felicidade. Por outro lado, raramente são feitas menções àqueles que possibilitaram ao Ocidente o acesso a essas e outras obras clássicas. Além da invisibilidade do intenso trabalho de traduções realizados por pensadores muçulmanos antigos também foram ocultadas muitas descobertas e conhecimentos que eles agregaram à Ciência. Nomes como Al-Kindi, Al-Farabi, Ibn Miskawayh, Al-Balkhi, Avicena, Averróis, Al-Ghazali, não aparecem nos livros de Psicologia, ainda que tenham deixado contribuições milenares aproveitadas por cientistas do Ocidente (Awaad et al., 2021).

Ao longo desse capítulo serão apresentados conteúdos específicos relacionados ao conceito de felicidade e bem-estar no Islam. Primeiramente, são discutidos alguns conceitos filosóficos construídos por alguns expoentes da filosofia islâmica. Na sequência, no artigo 5 intitulado *Psicologia Islâmica: uma visão panorâmica sobre modelos e concepções teóricas da psiquê humana* (Omais & Santos, 2022c) é realizada

---

<sup>2</sup> *Hadith* baseado nas fontes de Bukhari, Abu Dawud & Tirmidhi. Fonte: <https://iqaraislam.com/frases-do-profeta-muhammad>

uma revisão de literatura que apresenta as bases, conceitos e elementos que caracterizam a Psicologia Islâmica, uma perspectiva teórica emergente em diversos países do mundo, que se utiliza de saberes religiosos e espirituais islâmicos para construir uma epistemologia psicológica mais holística do ser humano integrada aos princípios islâmicos. Essa nova proposta se constrói sob as bases de uma psicologia decolonial, a partir de conhecimentos que alinhados às necessidades dessa população que incluem as dimensões física, mental e espiritual bem como crenças, condutas e elementos ligados ao mundo transcendental. O texto resgata os principais expoentes que encabeçaram esse movimento por um paradigma islâmico de psicologia e aborda alguns modelos teóricos presentes na literatura já pesquisados a partir dessa perspectiva epistemológica, que incluem o estudo da alma e do equilíbrio espiritual. O artigo foi submetido e publicado pela revista REVER, da PUC-SP, em 2022, e está disponível no link: <https://revistas.pucsp.br/rever/article/view/57738/41110>.

## ARTIGO 5

Omais, S.; & Santos, M. A. (2022). Psicologia Islâmica: uma visão panorâmica sobre modelos e concepções teóricas da psiquê humana. *Rever Revista de Estudos de Religião*, 22 (2), p. 139-154. <https://doi.org/10.23925/1677-1222.2021vol22i2a11>

Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/rever/article/view/57738>

DOI: <https://doi.org/10.23925/1677-1222.2021vol22i2a11>



INTERCÂMBIO

## Psicologia islâmica: uma visão panorâmica sobre modelos e concepções teóricas da psiquê humana

### *Islamic psychology: an overview on theoretical models and conceptions of the human psyche*

Sálua Omais\*

Manoel Antônio dos Santos\*\*

**Resumo:** A busca por novos paradigmas e epistemologias que atendam as demandas dos mais diversos grupos étnico-culturais tem sido uma tendência crescente no campo da psicologia. O uso de teorias universalizantes hegemônicas que por tanto tempo dominaram a Ciência, desconsiderando a influência da religião e da espiritualidade nas cognições, emoções e comportamentos do indivíduo, cria a necessidade de novas propostas epistemológicas a fim de abarcar tais singularidades. A inclusão da religiosidade/espiritualidade (R/E) nas práticas e intervenções terapêuticas tem sido encorajada pelos resultados positivos descritos pela literatura, tanto na esfera física quanto psíquica, o que inspira a necessidade de ampliação contínua do conhecimento neste campo. Esse cenário abre espaço para a conjugação de diversos saberes com a ciência psicológica em uma perspectiva multidisciplinar, entre os quais tem se destacado a psicologia islâmica. Este artigo é uma revisão de literatura que tem como objetivo apresentar as bases, marcos e elementos que contribuíram para a construção de alguns dos modelos teóricos da psicologia islâmica, analisando os avanços e desafios enfrentados na constituição deste campo de estudo. Diante disso, conclui-se que, apesar de o saber religioso não oferecer respostas para todas as indagações da ciência psicológica, ele pode agregar informações que ajudem na compreensão da psiquê humana e do estudo da alma. Embora seja um campo pouco explorado na ciência atual, a psicologia islâmica é uma epistemologia que possui suas raízes em saberes religiosos e filosóficos islâmicos milenares, tendo como proposta principal a construção de uma abordagem holística que integre as dimensões física, mental e espiritual.

**Palavras-chave:** Psicologia islâmica. Islã. Espiritualidade. Religiosidade. Psicologia da religião.

**Abstract:** The search for new paradigms and epistemologies that meet the demands of different ethnic-cultural groups has been a growing trend in the field of Psychology. The use of hegemonic universalizing theories that for so long dominated Science, disregarding the influence of religion and spirituality on the cognitions, emotions, and behaviors of the individual, creates the need for new epistemological proposals in order to encompass such singularities. The inclusion of religiosity/spirituality (R/S) in therapeutic practices and interventions has been encouraged by the positive results described in the literature, both in the physical and psychological spheres, inspiring the continuous expansion of knowledge in this field. This scenario opens space for the combination of different knowledge in a multidisciplinary perspective, among which Islamic psychology has stood out. This is a literature review that aims to present the bases, landmarks, and elements that contributed to some of the Islamic Psychology theoretical models, discussing the advances and challenges faced in this field of study. In view of this, it is concluded that, although religious knowledge does not offer answers to all the questions of psychological science, it adds information that can contribute to a better comprehension of the human psyche and the study of the soul. Despite being a little-explored field in current Science, Islamic psychology is an epistemology that has its roots in ancient Islamic

\* Doutoranda em Psicologia (USP, São Paulo-SP). ORCID: 0000-0003-0009-7052 – contato: [saluao-mais@hotmail.com](mailto:saluao-mais@hotmail.com)

\*\* Professor Titular do Departamento de Psicologia da FFCLRP/USP (São Paulo-SP). ORCID: 0000-0001-8214-7767 – contato: [masantos@ffclrp.usp.br](mailto:masantos@ffclrp.usp.br)

## **Psicologia Islâmica: uma visão panorâmica sobre modelos e concepções teóricas da psiquê humana**

### **Resumo**

A busca por novos paradigmas e epistemologias que atendam as demandas dos mais diversos grupos étnico-culturais tem sido uma tendência crescente no campo da psicologia. O uso de teorias universalizantes hegemônicas que por tanto tempo dominaram a Ciência, desconsiderando a influência da religião e da espiritualidade nas cognições, emoções e comportamentos do indivíduo, cria a necessidade de novas propostas epistemológicas a fim de abarcar tais singularidades. A inclusão da religiosidade/espiritualidade (R/E) nas práticas e intervenções terapêuticas tem sido encorajada pelos resultados positivos descritos pela literatura, tanto na esfera física quanto psíquica, o que inspira a necessidade de ampliação contínua do conhecimento neste campo. Esse cenário abre espaço para a conjugação de diversos saberes com a ciência psicológica em uma perspectiva multidisciplinar, entre os quais tem se destacado a Psicologia Islâmica. Este artigo é uma revisão de literatura que tem como objetivo apresentar as bases, marcos e elementos que contribuíram para a construção de alguns dos modelos teóricos da Psicologia Islâmica, analisando os avanços e desafios enfrentados na constituição deste campo de estudo. Diante disso, conclui-se que, apesar de o saber religioso não oferecer respostas para todas as indagações da ciência psicológica, ele pode agregar informações que ajudem na compreensão da psiquê humana e do estudo da alma. Embora seja um campo pouco explorado na ciência atual, a Psicologia Islâmica é uma epistemologia que possui suas raízes em saberes religiosos e filosóficos islâmicos milenares, tendo como proposta principal a construção de uma abordagem holística que integre as dimensões física, mental e espiritual.

**Palavras-chave:** Psicologia Islâmica. Islã. Espiritualidade. Religiosidade. Psicologia da Religião.

### **Introdução**

A ciência psicológica tem delineado, nas últimas décadas, uma trajetória cada vez mais ampla e diversificada no seu repertório de pesquisas. O surgimento de novos campos do conhecimento, assim como o renascimento de saberes antigos, cuja presença foi invisibilizada e em certos momentos excluída do olhar científico, tornaram a ocupar um lugar de destaque no contexto acadêmico. Tal expansão decorre tanto de demandas específicas quanto de movimentos que buscam o rompimento de uma visão colonial que, por muito tempo, universalizou e restringiu o campo da ciência a parâmetros construídos sob padrões ocidentais.

A identificação dos diversos elementos que exercem influência nas cognições, emoções e comportamentos dos indivíduos é um passo essencial no campo da psicologia. Isso torna cada vez mais notória e necessária a inclusão de novas abordagens que possam se aproximar da realidade de vida do sujeito e abarcar as crenças que o influenciam, juntamente com os valores que são mais significativos, congruentes e alinhados ao seu estilo de vida. Nos últimos anos, várias temáticas emergentes vêm ganhando força na

literatura internacional como consequência do movimento decolonial e da necessidade de uma psicologia voltada para os povos nativos, sendo uma delas a Psicologia Islâmica (Al-Karam, 2018; Skinner, 2019; Pasha-Zaidi, 2021). Considerando tal cenário, esse estudo teórico tem como escopo discutir alguns dos fundamentos e bases teóricas que vêm sendo publicados por estudiosos da área e compreender as interrelações do funcionamento psíquico e espiritual, a partir de uma epistemologia religiosa.

#### A busca de um paradigma islâmico na psicologia

O Islã é uma religião que ocupa um lugar de relevância na geografia mundial. O número significativo de adeptos e as perspectivas futuras de crescimento da população muçulmana criaram um contexto promissor e apontam para uma necessidade cada vez maior de profissionais, no campo da saúde mental, que atendam as especificidades dessa demanda. A ausência do aspecto religioso e espiritual nas concepções teóricas clássicas da psicologia, bem como a falta de adequação de testes, instrumentos e intervenções psicológicas alinhadas às particularidades religiosas, étnicas e culturais das mais diversas populações, incluindo-se nisto a população muçulmana, foram algumas das indagações que levaram pesquisadores como Muhammad Uthman Nagati e Malik Badri, pioneiros desse movimento, a empregar seus esforços rumo a uma psicologia mais holística e alinhada à visão de mundo islâmica (Badri, 2016, 2018; Elzamzamy, Ahmed, Hassan, El Mahdi, 2021).

Malik Badri (2016), professor e psicólogo sudanês, foi um dos precursores desse movimento, ganhando destaque a partir da publicação da sua obra *O dilema dos psicólogos muçulmanos*, considerada um dos marcos iniciais da Psicologia Islâmica moderna e um divisor de águas para estudiosos pertencentes a esse grupo, em função dos diversos questionamentos direcionados às teorias psicológicas da época. Badri reconhecia a importância de muitos experimentos e conhecimentos construídos pela psicologia em sua trajetória histórica, não descartando os avanços já alcançados por este vasto legado, sobretudo no campo da psicologia cognitiva. Essa última, segundo ele, seria a abordagem mais próxima da concepção islâmica, mas com uma visão ainda simplista da psiquê humana, uma vez que a tríade biopsicossocial ainda não englobava o elemento espiritual. Para Badri, a fé e a espiritualidade são forças cognitivas muito significativas que não deveriam ser excluídas da psicologia. No entanto, a principal indagação do autor se referia ao aspecto eurocêntrico, ateuista e universalizante da psicologia. Apesar das objeções de estudiosos da área, ele insistia na criação de um paradigma psicológico que incluísse as

particularidades da fé islâmica e que pudesse oferecer subsídios para um atendimento mais alinhado às práticas, hábitos e estilo de vida próprio desse grupo, cujos comportamentos são permeados e modelados por tradições religiosas (Badri, 2016, 2018; Skinner, 2019).

Apesar dessas reflexões terem sido iniciadas há apenas algumas décadas, autores como Awaad, Elsayed, Ali e Abid (2021) lembram que as contribuições islâmicas dentro do campo da psicologia, na verdade, datam de muitos séculos, tendo suas raízes nas obras de filósofos islâmicos proeminentes que influenciaram diversas teorias e práticas contemporâneas. Filósofos como Al-Kindi, Ibn Miskawayh, Ibn Rushd (Averróis), Al-Farabi, Al-Razi, Abu Zayd Al-Balkhi, Ibn Sina (Avicena), Al-Ghazalli, Al-Shuhrawardi, Ibn Taymiyyah e Ibn Al-Qayyim são apenas alguns dos nomes que, segundo os autores, deixaram um profundo legado na ciência psicológica, mas que infelizmente acabaram sendo ofuscados ao longo da história e invisibilizados nos espaços acadêmicos. No entanto, foi somente nos anos mais recentes que o movimento começou a se consolidar por meio de obras de autores e pesquisadores da área, juntamente com a disseminação de instituições diversas ao redor do mundo criadas com o propósito de pesquisar e desenvolver perspectivas teóricas baseadas nos saberes islâmicos (Al-Karam, 2018; Haque; Rothman, 2021; Rasool, 2021).

Abu-Raiya e Pargament (2011) explicam que a psicologia do Islã, ou Psicologia Islâmica, ao contrário dos tempos mais remotos, quando era explorada somente pelo ponto de vista teológico, tornou-se uma linha de pesquisa que vem se mostrando promissora na medida em que está sendo ampliada cientificamente por meio de estudos clínicos e empíricos. Além da multidimensionalidade e das particularidades da religião islâmica, os autores refletem que a ampliação da agenda de pesquisas sobre a psicologia do Islã se deve ao amplo espaço que a religião ocupa no dia-a-dia dos muçulmanos e da comprovação da relação entre crenças e práticas religiosas com o bem-estar.

Ainda não existe um consenso entre os pesquisadores da área sobre uma definição precisa da Psicologia Islâmica. Alguns a definem a partir de uma conexão com o estudo filosófico da alma, enquanto outros a conceituam como uma abordagem holística e interdisciplinar que busca compreender a alma humana por meio das mais diversas fontes, seitas e escolas de pensamento islâmicas (Rasool, 2021; Skinner, 2019). Rasool (2021) propõe uma definição para o termo que alia as ciências e práticas islâmicas ao estudo da alma, dos afetos, das cognições e dos comportamentos por meio de um paradigma apoiado em evidências.

O Alcorão é a fonte primária de todo e qualquer conhecimento islâmico, sendo considerado uma “autoridade” por se tratar de uma revelação divina. Por essa razão, apesar da imprecisão conceitual em torno da Psicologia Islâmica, nota-se que a maior parte dos teóricos concorda em um ponto: o uso dos ensinamentos do Alcorão e da *Sunna* (tradições proféticas) como base de seus estudos, já que são as duas fontes principais das ciências islâmicas (Rasool, 2021). Sendo assim, traz-se a seguir um panorama a respeito dessas fontes que têm servido de alicerce para essa nova epistemologia.

#### O Alcorão e a *Sunna* como fontes inspiradoras da Psicologia Islâmica

A palavra Alcorão significa “recitação”, ou “leitura por excelência”, em árabe (Hayek, 2019). Consiste em uma mensagem revelada por Deus ao profeta Muhammad por intermédio do anjo Gabriel, há mais de 1.400 anos, dando origem ao Islã. Originalmente revelado na língua árabe ao longo de 23 anos até ser totalmente concluído, o Alcorão, além de ser considerado um livro sagrado, é uma fonte de autoridade para a comunidade muçulmana, a qual cresceu em torno de seus ensinamentos e prescrições (Hathout, 2014). Assim, considerado uma revelação divina, o Alcorão – juntamente com a coletânea de ditos e tradições proféticas, a *Sunna* – constituem as fontes primárias utilizadas na construção do conhecimento da Psicologia Islâmica, reunindo uma compilação detalhada sobre assuntos variados (Rasool, 2021).

Nos últimos anos, diversos estudos realizados por seguidores do Islã e pesquisadores em geral têm se dedicado a compreender e explorar melhor o Alcorão, tanto em seus aspectos linguísticos, históricos, religiosos, quanto em temáticas mais específicas contidas em suas páginas, como saúde e comportamento, relações familiares e sociais, astronomia, meio ambiente, justiça, comércio, ética, moral e finanças, entre outros. Do mesmo modo, estudos recentes vêm explorando como os conteúdos dos versículos corânicos podem contribuir para a promoção da saúde mental. A espiritualidade no Alcorão possui uma clara abordagem holística, cujo escopo não é somente oferecer respostas existenciais sobre o sentido da vida, mas unificar as mais diversas dimensões, externas e internas, individuais e sociais, a fim de alcançar um estado de equilíbrio completo do indivíduo consigo e com o mundo que o circunda.

Bensaid et al. (2014, p. 196), em estudo que explora de forma sistemática diversos versículos corânicos, afirmam que existe uma inteligência espiritual que abrange “a alma, o intelecto e as necessidades humanas em um movimento dinâmico de purificação espiritual, aprimoramento de caráter e perfeição moral, não apenas de um eu isolado, mas

de indivíduos comprometidos com Deus e com a construção da sociedade humana”. Esse argumento reconhece a complexidade envolvida nos aspectos espirituais, cognitivos e comportamentais que se entrelaçam nos ensinamentos contidos no texto sagrado e que se entrelaçam tanto no nível individual quanto no coletivo. Essa perspectiva espiritual abrange a consciência e a conexão íntima do indivíduo com Deus em uma interação dinâmica entre ambos, em diferentes circunstâncias, e inclui os esforços do fiel na sua evolução como pessoa, na busca da purificação e vigilância de seus atos, e não somente por meio das suas práticas religiosas propriamente ditas.

Uma prática, também estimulada no Alcorão, que alinha a dimensão espiritual ao intelecto (cognição), é o *taffakur*, termo traduzido, na sua forma literal, como contemplação, mas que na verdade representa uma forma de instigar o indivíduo a pensar e refletir sobre o modo como o mundo e as coisas funcionam. Segundo Badri (2018), esse tipo de contemplação une a espiritualidade, simbolizada pela consciência de Deus como criador de todas as coisas, juntamente com um processo de observação, reflexão, percepção e compreensão de tudo aquilo que faz parte da Sua criação e que, conseqüentemente, retornará na forma de um sentimento ainda maior de admiração pela perfeição e grandiosidade divina. É a partir disso que se explica a ênfase dada no Islã à busca do conhecimento em todas as suas dimensões e à compreensão da lógica das coisas, já que a concepção sobre a natureza do espírito ainda é um mistério para a ciência. A simplificação dos aspectos biológicos da natureza humana estimulada pela ciência, segundo o autor, só ocorreu pelo fato de o saber científico ter excluído a dimensão filosófica e espiritual deste capo do conhecimento, deixando de lado a importância de se investigar o indivíduo em toda a sua complexidade, numa perspectiva mais integrativa. O bem-estar social reflete-se no bem-estar individual e vice-versa. Por essa razão, as prescrições islâmicas incluem fortemente o tema das relações humanas, por meio de orientações e diretrizes sobre a adoção de comportamentos éticos e boas maneiras no tratamento mútuo, seja no âmbito familiar ou no da coletividade. A ética ocupa um espaço de destaque nas prescrições do Alcorão e da *Sunna*. Preceitos ligados à moral e ao caráter também são partes essenciais da espiritualidade islâmica. Primeiramente, são firmados a partir da crença e do conhecimento para que possam, então, se concretizar por meio de práticas e condutas (Othman, 2016). Nesse aspecto, dois termos são muito utilizados: o *akhlaq*, qualidades nobres do caráter, e o *adab*, que são as boas maneiras. De acordo com Omar (2013), esse tema já foi explorado por extensa literatura de matriz tanto religiosa



quanto filosófica, incluindo temáticas vinculadas às virtudes morais, à justiça, ao amor, à amizade, à prática do bem, aos vícios e ao refinamento do caráter.

Ao mesmo tempo que o Alcorão incentiva o esforço humano na busca do aperfeiçoamento ético e espiritual, também se mostra flexível com relação aos limites, possibilidades e circunstâncias particulares de cada indivíduo, uma vez que muitas ações podem estar além da sua capacidade por diversas razões. Alguns versículos do Alcorão contêm uma perspectiva positiva do ser humano e de sua capacidade de crescimento e evolução, na relação do indivíduo consigo próprio, com os outros, com a natureza e, especialmente, na relação com Deus, que se fortalece por meio da confiança. Isso não significa uma relação alienada e de total dependência, e sim que tanto as ações humanas quanto a relação com Deus são necessárias para o seu progresso, de forma conjunta. A confiança em Deus, nomeada pelos muçulmanos por meio da expressão *tawakkalu ala Lahi*, é um recurso que se soma às ações que ele realiza, um elemento que enseja segurança, tranquilidade e, por esse motivo, é mencionado como uma espécie de refúgio, de porto seguro diante de situações adversas que suscitam temores e incertezas (Faheem, 2020).

As fontes islâmicas também reforçam a importância da busca do equilíbrio emocional. Ditos proféticos (*hadith*), como o que menciona que “o forte não é aquele que vence o povo pela sua força, mas aquele que se controla enquanto está com raiva”, indicam ao indivíduo como se comportar face a situações estressoras, recomendando a prudência e contenção dos sentimentos de fúria (Sahih Al-Bukhari). O Alcorão também faz menção aos estados emocionais negativos, tais como tristeza, medo, desespero, angústia, desamparo, entre outros, de duas formas diferentes. Essas emoções tanto podem ser consequências das próprias ações humanas, quanto, ainda, do ponto de vista espiritual, de um enfraquecimento da conexão com o divino (Bensaid, 2014). Por outro lado, infortúnios, doenças e situações desafiadoras são eventos entendidos muitas vezes como oportunidades de fortalecer a fé e a espiritualidade do muçulmano, fazendo-o se aproximar ainda mais de Deus e estreitar os laços com sua comunidade religiosa. Na verdade, tanto as emoções positivas quanto as negativas podem ser compreendidas de formas diversas pela concepção islâmica. O Alcorão nem sempre aponta as situações negativas ou o sofrimento como experiência intrinsecamente ruim ou punição, e sim como algo que, por vezes, pode ser bom, ou até mesmo uma benção. Do mesmo modo, experiências positivas também nem sempre são benéficas na concepção religiosa, dependendo das circunstâncias nas quais elas se originam (Joshnloo, 2013).

Bensaid et al. (2014) afirmam que, sob as premissas islâmicas, o comportamento é pautado por orientações que oscilam entre o temor e o perdão de Deus, o medo e a esperança na Sua misericórdia, e a expectativa de punição e recompensa. Observa-se, assim, um modelo de espiritualidade que não se pauta em um extremo exclusivamente positivo ou puramente negativo, mas sim na busca do equilíbrio entre ambos. Segundo os autores, a forte aproximação da pessoa com Deus e Seus mandamentos fortalece sua autoconsciência e cria uma relação positiva do eu que se reflete em seu próprio ambiente. Isso, por sua vez, motivaria o indivíduo a se esforçar para aperfeiçoar suas condutas, tanto em relação a si próprio quanto para os outros, ao contrário do que ocorre quando o foco é voltado exclusivamente para a satisfação das necessidades e desejos individuais,

o que fragiliza e dificulta essa conexão espiritual. Os autores destacam ainda que uma espiritualidade enfraquecida torna o indivíduo mais suscetível a influências externas, levando-o a subestimar seus potenciais e a sucumbir mais facilmente ao estresse, ao desânimo, ao desespero e a outros estados emocionais negativos e vulnerabilizantes.

É importante frisar que, apesar dos impulsos e desejos físicos não serem, na abordagem islâmica, considerados o motor propulsor das ações humanas, a dimensão espiritual não se restringe somente à alma, mas busca também integrar as necessidades do corpo no intuito de manter o equilíbrio da esfera física com os outros elementos. Para Tabbarah (2001), ainda persiste na sociedade secular a ideia de que o bem-estar espiritual não se alinha ao mundo material e à busca dos prazeres mundanos, e isto faz com que muitas pessoas optem por esse ou aquele caminho, como se fossem escolhas de vias distintas e inconciliáveis, que não podem se misturar. É como se não houvesse a possibilidade de alinhar os desejos e as necessidades humanas à dimensão espiritual, quando, na verdade, o Alcorão, juntamente com a *Sunna*, incentiva a satisfação das necessidades físicas, materiais e espirituais do ser humano, dentro daquilo que é considerado lícito. Incluem-se nesse conjunto temáticas e orientações ligadas ao comportamento alimentar, afetivo, sexual e social de modo geral.

Questões referentes ao relacionamento conjugal aparecem com frequência em passagens do Alcorão e narrações proféticas. Podem-se mencionar como exemplos algumas passagens do Alcorão que incentivam o respeito mútuo entre o casal, afirmando que “entre os Seus sinais está o de haver-vos criado companheiras da vossa mesma espécie, para que com elas convivais; e colocou amor e piedade entre vós. Por certo que nisto há sinais para os sensatos” (Alcorão 30:22). Ou ainda um *hadith* que declara que “o melhor de vocês é aquele que é melhor para sua esposa” (Sunan Ibn Majah). O com-

portamento sexual também se inclui nas prescrições religiosas. Isso pode ser ilustrado por meio de um ensinamento profético que afirma que cada relação sexual praticada no âmbito conjugal se equipara a uma caridade ou boa ação, a *sadaqah*, que um cônjuge proporciona ao outro.

Não se trata somente de adotar uma interpretação literal dessa prescrição, mas atentar para sua mensagem simbólica, entendendo como uma forma de recompensar aqueles que se esforçam em manter a fidelidade e os laços conjugais ao longo do tempo, bem como uma maneira de reforçar o elo de intimidade que une o casal e, com isto, desestimular a prática de relações proibidas ou fora do casamento. Percebe-se aqui uma concepção religiosa segundo a qual o sexo não é visto como algo impuro ou sujo, feio ou repulsivo, e sim como um tema que, apesar de “secular”, integra o repertório de regras de conduta islâmicas. Ao contrário do que muitas vezes se propaga no senso comum, a educação sexual no Islã não é assunto tabu, sendo incluída como um aprendizado necessário para todos, porém de acordo com uma linguagem considerada adequada para cada faixa etária (Ashraah, Gmaian, Al-Shudaifat, 2013). Esse é apenas um exemplo de um assunto bastante complexo que é tratado pelo Islã, entre outros ligados ao tema, que atestam que a satisfação de necessidades do corpo é indissociável da gratificação das necessidades da alma, sendo ambas integradas e incluídas na dimensão espiritual, desde que se mantenham dentro dos limites do que é prescrito como lícito para os muçulmanos.

#### Modelos teóricos para o estudo da alma e da psiquê humana

Nos últimos anos, publicações de diversos pesquisadores começaram a fortalecer e ampliar a visibilidade do movimento da Psicologia Islâmica no campo científico. Nesse processo é fundamental buscar um modelo conceitual mais preciso que possa servir de ponto de sustentação para as teorias psicológicas islâmicas. Keshavarzi e Ali (2021) explicam que modelos epistemológicos islâmicos são construídos basicamente a partir de três requisitos metodológicos: o conhecimento revelacional, oriundo das revelações divinas (*wahy*), tradições religiosas e de outras fontes; o conhecimento racional, obtido por meio de métodos indutivos ou dedutivos baseados em evidências (*istidlali*); e o conhecimento empírico, baseado na observação e experiência (*hawass salimah*). O elemento que diferencia a psicologia tradicional da Psicologia Islâmica reside justamente no uso das revelações divinas como uma de suas bases epistemológicas e metodológicas.

Segundo os autores, a inclusão dessas fontes é essencial pelo fato de serem o único conhecimento ao alcance dos seres humanos capaz de fornecer explicações a respeito do

mundo espiritual, o qual, devido ao seu caráter imaterial, não pode ser acessado facilmente por outros métodos comuns. Em outras palavras, as revelações divinas servem como guia para a compreensão do funcionamento da alma e de fenômenos transcendentais, os quais ainda são desconhecidos ou não passíveis de ser aferidos pelo conhecimento empírico ou racional.

A maior parte dos modelos propostos sobre a Psicologia Islâmica foi e continua sendo construída com base nos ensinamentos corânicos, sendo o primeiro e mais antigo deles a proposição formulada há mais de mil anos pelo filósofo muçulmano Abu Hamid Muhammad Al-Ghazali, a partir da qual foram desenvolvidas diversas outras teorias que dão uma posição de destaque ao aspecto metafísico e espiritual, juntamente com elementos filosóficos, ontológicos e psicológicos.

O arcabouço organizado por Al-Ghazali serviu de base filosófica estrutural para a construção e desenvolvimento para as mais diversas teorias no campo da Psicologia Islâmica. Uma delas é o modelo sugerido por Abu-Raiya (2012), que propõe uma teoria corânica da personalidade representada por um modelo psicoespiritual, dinâmico e holístico, que explica como o espírito, o intelecto, o coração e o ego interagem entre si, de modo a equilibrar as forças ligadas à obtenção do prazer com a consciência moral e a capacidade reflexiva proporcionada pela razão.

Al-Ghazali foi um dos grandes expoentes do sufismo e da filosofia islâmica e suas obras datam do século XI EC. Partindo de conteúdos presentes no Alcorão, o filósofo sistematizou uma estrutura de personalidade baseada na representação metafísica de quatro elementos: o espírito (*ruh*), que representaria a força da vida e a conexão com o divino; a alma (*nafs*), representando o comportamento e suas inclinações para o bem ou para o mal; o intelecto ou razão (*aql*), representando a cognição e a racionalidade; e o coração (*qalb*), que é afetado positiva ou negativamente pela interação entre as outras estruturas. O coração, na visão islâmica, não se refere ao órgão físico do corpo, mas a um conceito simbólico, espiritual, exercendo, assim, uma influência sobre o intelecto e a alma (Badri, 2018; Keshavarzi, Ali, 2021; Skinner, 2019).

O conceito de alma no Islã se aproxima do conceito de psiquê, uma vez que a própria tradução do termo “psicologia” (*ilm an nafs*) do idioma árabe para o português significa “conhecimento da alma”. Na concepção islâmica, alma e espírito são estruturas diferentes. Rothman e Coyle (2018) explicam que a alma (*nafs*), na perspectiva corânica, representa a personalidade do indivíduo, juntamente com seus impulsos, desejos e inclinações, enquanto que o espírito é uma dimensão individual mais elevada e conectada

ao divino. De acordo com Keshavarzi e Ali (2021), o termo *nafs* também pode ser traduzido como “inclinações comportamentais”, tendo em vista que muitos dos conceitos inspirados na obra de Al-Ghazali foram construídos sob a premissa de que a alma está em constante evolução, numa luta interna constante (*jihad el nafs*) entre suas inclinações para o bem ou para o mal. Essa evolução percorre três estágios. No primeiro, a alma se inclina para os impulsos mais primitivos (*nafs al ammarah*); o segundo se traduz por uma atitude autocrítica (*nafs al lawwama*) na qual, por meio da autoconsciência, da conexão com Deus e com a espiritualidade, o indivíduo alcança um nível mais elevado que o ajuda a controlar seu lado instintivo; e o terceiro, o estágio no qual a alma fica em paz (*nafs al mutmainah*), quando um determinado nível de satisfação e contentamento é alcançado por meio da união do indivíduo com Deus e da submissão aos Seus ensinamentos (Keshavarzi, Ali, 2021; Rothman, Coyle, 2018; Skinner, 2019).

Outro conceito que pode ser visto como um dos elementos centrais na compreensão da natureza humana no Islã é o de *fitrah*, concepção que parte do princípio de que todo indivíduo, ao nascer, segue as leis naturais e divinas que lhe conferem um estado natural e de pureza. Adicionalmente, haveria também uma disposição ou tendência inata do indivíduo a se conectar a Deus. Munido dessas características intrínsecas, o indivíduo seria dotado naturalmente da capacidade de distinguir entre certo e errado, utilizando para tanto o poder do intelecto, seu livre-arbítrio e as revelações divinas como fontes básicas de orientação (Yasien, 1996). Por livre-arbítrio entende-se a possibilidade de escolher e decidir em função da própria vontade, isenta de qualquer condicionamento, motivo ou causa determinante.

Segundo Rothman e Coyle (2018, p. 1742), “a alma humana tem uma natureza inatamente pura e boa, *fitrah*, que vem de e está ligada a Deus, mas que se torna coberta e esquecida como parte natural da vida na *dunya*”. Ao longo de sua vida na *dunya* (vida mundana), a alma experimenta uma interação dinâmica de forças conflitantes que afetam o estado psicológico do indivíduo. Essas forças antagônicas que revolvem a alma determinam os níveis relativos de alinhamento ou desalinhamento com a *fitrah*. De acordo com essa concepção, o distanciamento do sujeito em relação à sua natureza original, ao submeter-se a influências ambientais, teria como consequência seu desequilíbrio psicológico. Em contraposição a esse desfecho, a evolução do indivíduo no decorrer do ciclo vital se daria pela purificação da alma e do coração, o que o aproximaria novamente da forma pura e original na qual ele foi criado (*fitrah*). Essa purificação é uma luta interna que demanda um esforço constante do indivíduo, ao longo da vida, para lidar

com os seus desejos e impulsos. A *fitrah* seria uma espécie de “coluna vertebral” do ser humano, um eixo ordenador, puro e imutável por estar ligado à dimensão do espírito (*ruh*). A *fitrah* é nutrida pela conexão que o indivíduo estabelece ao se conectar a Deus, por meio da qual ele recebe orientação e discernimento. A tendência inata do ser humano de buscar Deus se manifesta, por exemplo, quando, diante de uma situação desafiadora, o indivíduo se volta com mais intensidade para essa conexão profunda (Rothman, Coyle, 2018; Yasien, 1996).

Por meio desse paradigma, compreende-se que o sujeito é um ser intrinsecamente vulnerável aos estímulos e desejos da alma (*nafs*) devido às suas emoções e impulsos biológicos, os quais, apesar de não ser inerentemente ruins, acabam sendo mais inclinados para aquilo que lhe é prejudicial. O coração (*qalb*), juntamente com o intelecto (*aql*), seriam os responsáveis em direcionar o indivíduo para a escolha entre as paixões e impulsos mais baixos da alma (*nafs*) ou a busca do equilíbrio, treinando para alcançar níveis mais elevados nos quais as paixões se unam à dimensão espiritual (*ruh*) e se alinhem novamente à mesma natureza pura e inata conferida por Deus ao seu nascimento, a *fitrah*. A integração harmônica desses quatro elementos levaria o indivíduo a alcançar novamente o estado de pureza e bondade (*fitrah*), incorporando-o às suas condutas e comportamentos. É um ciclo que se repete e se renova constantemente na rotina do ser humano, e é por meio deste movimento incessante que o sujeito caminha em direção à sua progressiva evolução ao longo da vida (Rothman, Coyle, 2018; Yasien, 1996).

Segundo Keshavarzi e Ali (2021), a ausência de uma vida piedosa pautada por ensinamentos divinos ocasiona um desequilíbrio psicoespiritual que torna o indivíduo ainda mais vulnerável à doença ou à disfuncionalidade. Em razão de seu caráter holístico, na perspectiva islâmica o sintoma ou a doença não são fenômenos que se restringem somente à esfera física ou mental, mas também à ausência do elemento espiritual, que impacta igualmente a saúde. Os autores apresentam um modelo ontológico da psiquê que busca explicar o funcionamento psicoespiritual do ser humano, e que também é inspirada em reflexões de pensadores muçulmanos antigos. Eles explicam que os impulsos animais focados na busca do prazer hedônico, assim como os instintos agressivos, são os principais fatores que levam o indivíduo a se afastar da sua natureza angelical (*fitrah*). No entanto, o uso de propostas terapêuticas que incluam práticas como a introspecção da consciência (*inkishaf*), somadas ao treinamento espiritual (*tarbiyah*), facilitariam o retorno do sujeito ao seu estado original. Os autores sugerem diversos

métodos de intervenção e processos de mudança que podem ser aplicados a partir desses conceitos e da união de elementos cognitivos e espirituais.

A moralidade presente nas religiões é um elemento que, em certos aspectos, contrasta com a interpretação leiga proposta por algumas teorias psicológicas. Prescrições e restrições que, sob a lógica da visão religiosa, têm como propósito disciplinar o indivíduo e estabelecer limites ao seu comportamento; na perspectiva da visão tradicional, elas podem ser interpretadas como problemáticas por exercer um papel de controle das necessidades e liberdades individuais. O questionamento que surge desse conflito de ideias é: como é possível universalizar teorias e práticas baseadas em explicações teóricas que se opõem frontalmente às crenças do indivíduo e à sua orientação de mundo?

A tarefa de perseverar no caminho da purificação da alma, porém, não seria possível sem o conhecimento, no sentido lato da palavra, proporcionado por meio do intelecto. No entanto, descartar o conhecimento do mundo invisível e de seus elementos transcendentais, na visão islâmica, compromete tanto a dádiva prodigiosa da fé quanto as escolhas que o indivíduo faz ao longo de sua existência, uma vez que tais escolhas não se baseiam somente naquilo que o indivíduo vê, mas também nas suas crenças espirituais. Tal fenômeno pode ser exemplificado por uma analogia à situação de uma criança em tenra idade, que ainda não alcançou o pleno discernimento das coisas. Ao pedir a ela que escolha entre um doce e uma pedra preciosa, é muito provável que ela escolha o doce, por ainda não ter conhecimento suficiente sobre o valor material do outro objeto. Do mesmo modo, o ser humano, por não ter acesso direto ao mundo transcendental, tende a se apoiar somente naquilo que lhe é familiar e visível, e que lhe oferece a perspectiva de reverter em vantagens imediatas. A possibilidade de alcançar esse conhecimento do transcendente, na perspectiva islâmica, só seria exequível por meio do estreitamento da conexão íntima do espírito humano com Deus, por meio das crenças e prática renovada dos rituais, das condutas diárias, da autorreflexão e da ampliação do conhecimento (Al-Ghazzali, 2001).

O modelo proposto por Rothman e Coyle (2018), além de se inspirar nas fontes religiosas e nos conceitos de Al-Ghazali e de outros filósofos muçulmanos, também reforça a visão positiva da natureza humana, segundo a qual o indivíduo busca constantemente seu autodesenvolvimento e sua evolução por meio de um esforço contínuo atrelado à expansão de sua espiritualidade. Os autores mencionam três estágios dessa evolução: a purificação da alma (*tazkiyat an nafs*), que representa a busca de um nível espiritual elevado no qual a pessoa busca aperfeiçoar suas ações e intenções; a luta

da alma (*jihad al nafs*), que envolve a autorreflexão e o esforço do indivíduo em corrigir suas falhas e imperfeições de seu caráter e lidar com seus impulsos usando, para tanto, os ensinamentos religiosos como guia; e, por fim, o terceiro estágio, que representa o refinamento do caráter (*tahdhib al akhlaq*), no qual o indivíduo é guiado, por meio de preceitos morais e éticos, a adotar comportamentos mais adequados, que vão contribuir tanto para o seu bem-estar pessoal quanto para o daqueles ao seu redor, protegendo-o, assim, do sofrimento.

Além de integrar saberes religiosos milenares aos modelos teóricos, a proposta da Psicologia Islâmica também tem trilhado um caminho na busca de intervenções terapêuticas que integrem a espiritualidade ao tratamento psicológico. Tais aplicações já vêm sendo inseridas em alguns países, corroborando uma tendência cada vez mais promissora demonstrada por estudos e pesquisas que têm se dedicado a investigar os resultados dessa abordagem a longo prazo (Al-Karam, 2018; Haque, Rothman, 2021). Segundo Keshavarzi e Haque (2013), diversos estudos vêm documentando a relevância dessa integração por meio de desfechos que comprovam a efetividade das intervenções. A diversidade de temáticas presentes no Islã e em suas fontes tem gerado, nos últimos anos, uma ampliação crescente das áreas de investigação na Psicologia Islâmica. Entre os temas listados se encontram pesquisas que buscam resgatar as contribuições históricas de pensadores muçulmanos no campo da psicologia, o desenvolvimento de modelos e abordagens teóricas, a proposta de intervenções e técnicas no âmbito da Psicologia Islâmica, a adaptação de modelos teóricos tradicionais da psicologia às práticas e crenças islâmicas, e a criação de testes e escalas especificamente adaptados para a população muçulmana (Haque et al., 2016). Tais temáticas mostram a amplitude do campo de investigação com que os pesquisadores têm se deparado, identificando uma agenda de pesquisas com temas que podem agregar especificidades ao repertório da psicologia.

#### Desafios e limitações enfrentados na constituição do campo

A construção de uma nova epistemologia dentro da ciência psicológica não é uma tarefa fácil, sobretudo quando se trata de valores e visões de mundo muito diferentes dos padrões ocidentais. O primeiro passo para a inserção de uma psicologia que atenda aos anseios de um determinado grupo étnico ou cultural é despir-se de conceitos universalizantes. O movimento da decolonialidade em busca de novas psicologias que incluam a diversidade de crenças e ideologias tem sido o caminho mais propício para essa abertura da ciência. Apesar dos diversos estudos sobre a Psicologia da Religião e da



espiritualidade ao redor do mundo, ainda parece existir uma resistência a novas perspectivas teóricas diferentes das tradicionais, sobretudo no que se refere à religião, que, por tantas décadas foi excluída do saber psicológico.

De acordo com Rasool (2021), apesar dos estudos já publicados e da crescente disseminação de centros de pesquisa sobre essa temática ao redor do mundo, a Psicologia Islâmica ainda enfrenta barreiras para a sua inserção nos currículos acadêmicos de cursos de graduação e pós-graduação, cujas causas, segundo o autor, se devem às restrições impostas por instituições e conselhos profissionais, que ainda não estão alinhadas a esses novos movimentos e tendências.

O processo de descolonização em prol de uma psicologia nativa – cunhada pelo termo *indigenous psychology* – envolve antes de tudo uma descolonização das instituições educacionais que ainda se encontram presas aos currículos tradicionais construídos a partir de uma única perspectiva cultural. Essa restrição ocorre em países de maioria islâmica ou não (Al-Karam, 2018; Pasha-Zaidi, 2021; Rasool, 2021). A colonização do conhecimento por meio de uma visão de mundo ocidental em detrimento dos saberes locais ainda ocupa uma posição de domínio e “superioridade” que também se faz presente em países muçulmanos. Na verdade, esse é o “dilema” que, segundo Badri (2016), tem sido vivenciado por psicólogos muçulmanos ao redor do mundo, criando assim um conflito que envolve escolher entre uma epistemologia islâmica que inclua suas crenças e valores ou manter-se sob a égide de uma psicologia secular e hegemônica que ainda domina o mundo acadêmico e profissional, resistindo a abrir espaço a novas perspectivas teóricas (Badri, 2016; Rasool, 2021).

Nos países islâmicos, os próprios profissionais muçulmanos ainda não valorizam adequadamente o próprio conhecimento porque aprenderam que as teorias ocidentais são mais corretas e eficazes do que os conhecimentos locais, ou porque internalizaram o princípio de que a religião não pode se misturar à psicologia. Tendo em vista que a colonização do saber ainda demanda tempo para ser superada, Rasool (2021) sugere como alternativa o oferecimento de cursos e disciplinas eletivas sobre essa temática enquanto não for possível incluí-la nos currículos acadêmicos.

A Psicologia Islâmica ainda tem um longo caminho a percorrer. Autores como Skinner (2019) e Keshavarzi e Ali (2021) admitem que ainda há muito a ser demonstrado e desenvolvido nos modelos teóricos desenhados por eles, como, por exemplo, protocolos de tratamento ou teorias que expliquem a natureza de algumas patologias a partir desta perspectiva. Além disso, as propostas holísticas geram um desafio a mais na ciência por

exigir um conhecimento mais abrangente sobre diferentes campos do conhecimento, bem como a necessidade de métodos de pesquisa e de técnicas de intervenção diversificados (Skinner, 2010).

É importante que o profissional use de seu bom senso e parcimônia na aplicação de intervenções que se baseiem nessa perspectiva, ou seja, é preciso que o perfil do paciente seja compatível com essa proposta, uma vez que o nível de religiosidade varia de indivíduo para indivíduo. O fato de ser uma epistemologia construída a partir da visão de mundo e dos valores de uma religião específica torna imprescindível o cuidado com a questão ética, evitando assim o proselitismo religioso com relação a pacientes pertencentes a outras religiões, bem como qualquer tipo de indução ou imposição de práticas que não se alinhem às suas crenças e objetivos (Keshavarzi, Haque, 2013).

#### Considerações finais

O estudo da Psicologia da Religião precisa ampliar seu olhar para as particularidades das diversas formas de religiosidade, atentando-se não só à dimensão espiritual, mas também à influência dos conteúdos religiosos sobre os diversos aspectos da vida do sujeito. O espaço ocupado pela religião oscila de acordo com as inclinações e interesses do indivíduo, porém, não se restringe somente a isso. As religiões ou filosofias religiosas, que além de abarcar um conjunto de crenças, práticas e rituais também englobam assuntos seculares, deixam de ser simples coadjuvantes e passam a ocupar um lugar de protagonismo no estilo de vida da pessoa. A doutrina islâmica é um exemplo disso, tendo em vista que as temáticas por ela abordadas extrapolam o campo espiritual, envolvendo, assim, diversas facetas da existência humana.

Considerando que os fatores que influenciam a saúde mental do indivíduo são multidimensionais, não se pode afirmar que o saber religioso pretende oferecer respostas para as indagações da ciência psicológica, nem mesmo na perspectiva das pessoas que aderem à perspectiva religiosa, uma vez que a presença da R/E a relevância que ela assume na vida de cada fiel pode variar de indivíduo para indivíduo. Além disso, é importante destacar que, dependendo do modo e da intensidade como é praticada, a R/E pode também ter efeitos negativos. Esse desfecho vai depender de um somatório de variáveis, como a maneira como os preceitos e ensinamentos da religião são percebidos, assimilados e praticados pelos indivíduos em seu contexto de vida. O resultado também depende da flexibilidade ou rigidez do repertório com que cada indivíduo realiza a

interpretação dos princípios da doutrina, segundo os sentidos produzidos no contexto no qual ele se insere.

Outro ponto a ser destacado é que a religião islâmica evidentemente não está imune às influências da cultura e de legados históricos dos países onde ela se faz presente (Rothman, 2022). A religião é a mesma, porém cada muçulmano segue seus preceitos conforme o seu olhar, sua compreensão de mundo e também de acordo com o contexto sociocultural do seu país de origem. A religião muitas vezes é transmitida de geração para geração de forma entrelaçada com outros produtos da cultura, o que, somado às diferentes personalidades e formas de interpretar o mundo, torna ainda mais ampla a diversidade de comportamentos, a despeito do arcabouço de crenças em comum.

Para aqueles que compreendem a R/E como um componente essencial e ordenador de suas vidas, faz-se necessário ampliar o uso de recursos que incluam essas dimensões. Se o aspecto religioso direciona o modo de vida do sujeito, faz sentido utilizar-se do poder de influência desses conhecimentos. Eles podem ser um recurso valioso quando se busca o processo de mudança e adoção de hábitos saudáveis. A Psicologia Islâmica não é um aparelho doutrinário. A Psicologia Islâmica não tem como escopo a imposição de crenças ou valores religiosos, mas almeja resgatar e continuar desenvolvendo as contribuições de pensadores muçulmanos no campo da psicologia, buscando desvendar os efeitos que práticas, rituais e orientações espirituais e religiosas exercem sobre os sujeitos que pertencem à comunidade muçulmana, bem como desenvolver modelos teóricos sobre o comportamento humano inspirados no saber religioso.

#### Referências

- ABU-RAIYA, H. Towards a systematic Quranic theory of personality. *Mental Health, Religion & Culture*, v. 15, n. 3, pp. 217-233, 2012.
- ABU-RAIYA, H.; PARGAMENT, K. I. Empirically based psychology of Islam: summary and critique of the literature. *Mental Health, Religion & Culture*, v. 14, n. 2, pp. 93-115, 2011.
- AL-KARAM, C. Y. (Ed.). *Islamically Integrated Psychotherapy: uniting faith and professional practice*. Pennsylvania: Templeton Press, 2018.
- ASHRAAH, M. M., GMAIAN, I.; AL-SHUDAIFAT, S. Sex education as viewed by Islam education. *European Journal of Scientific Research*, n. 95, v. 1, pp. 5-16, 2013.

- AWAAD, R.; ELSAYED, D.; ALI, S.; ABID, A. Islamic Psychology. A portrait of its historical origins and contributions. In: KESHAVARZI, H.; ALI, B. (Eds.), *Introducing traditional Islamically integrated psychotherapy*. New York: Routledge, 2021.
- BADRI, Malik. *The dilemma of muslim psychologists*. Kuala Lumpur: Islamic Book Trust, 2016.
- BADRI, Malik. *Contemplation. An Islamic Psychospiritual Study*. Trad. Abdul- Wahid L. London-Washington: IIIT, 2018.
- BENSAID, B., MACHOUCHE, S.; GRINE, F. (2014). A Quranic framework for spiritual intelligence. *Religions*, n. 5, v. 1, pp. 179-198, 2014.
- EL HAYEK, Samir. (Trad.). *O significado dos versículos do Alcorão Sagrado (14ª ed.)*. São Paulo: Marsam Editora Jornalística, 2019.
- ELZAMZAMY, K.; AHMED, R. M.; HASSAN, W.; EL MAHDI, M. (2021). In: HAQUE, Amber; ROTHMAN, Abdallah (Eds.), *Islamic psychology around the globe*. Seattle, Washington: International Association of Islamic Psychology, 2021.
- FAHEEM, S. *Tawakkul: the missing peace in the journey of life*. South Africa: Islamic Lifestyle Solutions, 2020.
- AL-GHAZZALI. *A alquimia da felicidade*. Trad. DANIEL, E. J. Rio de Janeiro: Fissus, 2001.
- HAQUE, Amber.; ROTHMAN, Abdallah (Eds.). *Islamic psychology around the globe*. Seattle, Washington: International Association of Islamic Psychology, 2021.
- HAQUE, A.; KHAN, F.; KESHAVARZI, H.; ROTHMAN, A. E. Integrating Islamic traditions in modern psychology: research trends in last ten years. *Journal of Muslim Mental Health*, n. 10, v.1, pp. 75-100, 2016.
- HATHOUT, Hassan. *Viagem pela mente de um muçulmano*. Oak Brook: American Trust Publications, 2014.
- JOSHANLOO, M. A comparison of western and Islamic conceptions of happiness. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, n. 14, n. 6, p. 1857-1874, 2013.
- KESHAVARZI, H.; ALI, B. Foundations of traditional islamically integrated psychotherapy (TIIP). In: KESHAVARZI, Hooman; KHAN, Fahad; ALI, Bilal; AWAAD, R. (Eds.), *Introducing traditional Islamically integrated psychotherapy*. New York: Routledge. 2021.

- KESHAVARZI, H.; HAQUE, A. Outlining a psychotherapy model for enhancing Muslim mental health within an Islamic context. *International Journal Psychology of Religion*, v. 23, n.3, pp. 230–249, 2013.
- OMAR, M. N. Ethics in Islam: a brief survey. *Social Sciences*, v. 8, n. 5, 387-392, 2013.
- OTHMAN, N. A preface to the Islamic personality psychology. *International Journal of Psychological Studies*, v. 8, n. 1, pp. 20-27, 2016.
- PASHA-ZAIDI, N. Indigenizing an Islamic psychology. *Psychology of Religion and Spirituality*, v. 13, n. 2, pp. 194-203, 2021.
- RASOOL, Hussein. *Islamic psychology: human behaviour and experience from an Islamic perspective*. London: Routledge, 2021.
- ROTHMAN, Abdallah. *Developing a model of Islamic psychology and psychotherapy: Islamic theology and contemporary understandings of Psychology*. London: Routledge, 2022.
- ROTHMAN, A.; COYLE, A. Toward a framework for Islamic psychology and psychotherapy: an Islamic model of the soul. *Journal of Religion and Health*, v. 57, n. 5, pp. 1731-1744, 2018.
- SAHIH AL-BUKHARI, S. Good manners and form (*Al-Adab*). <<https://Sunnah.com/bukhari:6114>>. Acesso em: 13 fev. 2022.
- SKINNER, R. An Islamic approach to psychology and mental health. *Mental Health, Religion & Culture*, v. 13, n. 6, pp. 547-551, 2010.
- SKINNER, R. Traditions, Paradigms and Basic Concepts in Islamic Psychology. *J Relig Health* v. 58, pp. 1087–1094, 2019.
- SUNAN IBN MAJAH. The chapters on marriage. Recuperado de <<https://Sunnah.com/ibnmajah:1977>>. Acesso em: 13 fev. 2022.
- TABBARAH, Afif A. *The spirit of Islam: doctrine and teachings* (H. T. Shoucair, Trad.). Beirut: Dar el-Ilm Lil-Malayin, 2001.
- YASIEN, Mohamed. *Fitra: The Islamic concept of human nature*. London: Taha Publishers, 1996.

## JUSTIFICATIVA E RELEVÂNCIA DO ESTUDO

### *Por que estudar a felicidade?*

Muitos podem se perguntar qual a importância de se estudar a felicidade, se inúmeros estudos já foram realizados sobre essa temática. Ser feliz soa como algo natural que dispensa um “manual de instruções”. O questionamento sobre o estudo da felicidade surge por diversas razões. A primeira delas é dificilmente haverá uma única fórmula da felicidade e por isso há uma certa desconfiança quando se fala sobre o tema. A segunda é que o assunto remete aos tradicionais livros de autoajuda, que às vezes pecam pela superficialidade. A terceira razão é que a felicidade é vista por muitos como uma utopia, um objetivo inalcançável sobretudo diante do contexto social caótico do mundo em que vivemos. E por fim, percebe-se também que a maior parte das pesquisas da área da saúde não se concentram na saúde, mas sim na doença e nos comportamentos disfuncionais.

Estudar a felicidade é estudar a saúde mental. Não há como discutir saúde sem discutir sobre a doença assim como não há como discutir a doença sem discutir sobre a saúde. Não há como falar em problemas sem sugerir soluções assim como não é inteligente construir soluções sem antes compreender o problema. De modo análogo, não há como falar em emoções positivas sem abordar as emoções negativas e as razões que levam ao seu surgimento. A felicidade ainda é um problema não resolvido para grande parte das pessoas. Expectativas de felicidade irreais ou distorcidas podem ser a raiz de muitos comportamentos disfuncionais. Como bem citou um dos participantes dessa pesquisa “as pessoas não são felizes porque elas não estão sabendo o que é ser feliz”. É uma frase que soa simples para uns, porém complexa para outros. Desconstruir conceitos e mudar comportamentos é mais desafiador do que construí-los do zero. A compreensão sobre a felicidade e o bem-estar ajuda a ressignificar cognições, uma mudança simples que pode ser fundamental na prevenção de transtornos e patologias como depressão, ansiedade, compulsões, comportamentos impulsivos e também o mais preocupante, o suicídio. Estudar a felicidade é também aprender a lidar com o seu oposto, com a dor, a tristeza, a raiva e o sofrimento, e saber ressignificá-los de forma positiva.

As pesquisas sobre felicidade podem auxiliar na desconstrução de cognições e expectativas exageradas muitas vezes arraigadas em contextos familiares, culturais ou sociais que direcionam ambições e as ações necessárias para alcançá-las. O comportamento humano é direcionado por cognições e emoções que precisam estar em

equilíbrio e, se a felicidade é o grande fim de toda ação humana, como argumenta Aristóteles, logo é ela quem guiará os objetivos de vida do sujeito. Uma construção irrealista sobre a felicidade pode criar idealizações e metas inalcançáveis além de comportamentos disfuncionais. A pressão persistente do materialismo, do consumo e da gratificação imediata, tornaram-se a fonte primária da felicidade, e também, da infelicidade, no mundo atual. O aumento progressivo de doenças físicas e mentais são acentuadas pela busca de uma felicidade insaciável e de uma insatisfação crônica. Há também o impacto sobre a sociedade. Problemas sociais, violências, desigualdades, injustiças são fomentadas pela insatisfação e pela dor. Um sujeito infeliz refletirá sua insatisfação no ambiente social em que vive, contagiando outras pessoas com sua insatisfação e seu comportamento, e nisso também se incluem os relacionamentos interpessoais.

Estudar a felicidade e o bem-estar é também sobrevoar diferentes áreas do conhecimento. São construtos multifatoriais e holísticos sendo um campo de estudos abrangente e interligado a vários aspectos da vida. É um dos objetos de estudo mais antigos da humanidade e ao mesmo tempo atual, atraindo o interesse e a curiosidade tanto de leigos como de pesquisadores das mais diversas origens e áreas do conhecimento. E, como ressaltado por Seligman (2011, p. 40) “o objetivo da psicologia na teoria do bem-estar é avaliar e produzir o florescimento humano. O alcance desse objetivo começa por questionar o que realmente nos faz felizes”. E investigar o que faz outros povos felizes é uma das missões desse trabalho.

#### *Por que estudar a felicidade e o bem-estar especificamente no Islam?*

A psicologia como ciência se solidificou por meio teorias construídas com um viés ocidental que confere pouca ou nenhuma ênfase aos saberes historicamente herdados de outros povos. Isso torna o campo de estudo e de trabalho do psicólogo incompleto, sobretudo no que diz respeito às especificidades de determinadas religiões e culturas (Omais & Santos, 2022c; 2024b). Por outro lado, a decolonialidade assim como a terceira onda da PP abrem portas para a construção de uma ciência mais precisa, inclusiva e compatível com o modo de vida de diferentes grupos. A expansão crescente de seguidores do Islam ao redor do mundo gera curiosidade sobre as crenças e o modo de vida dessa população. Para os muçulmanos, o Islam não é somente uma religião, mas um modo de vida que inclui temas variados desde a alimentação, a vestimenta, higiene até regras sociais e de conduta (Omais & Santos, 2024a). Existe no entanto, um profundo

desconhecimento sobre a religião muçulmana no cenário brasileiro e nisso se incluem também os profissionais de saúde. Prova disso é a escassez de estudos específicos sobre o Islam no campo da psicologia. Até o presente momento dessa pesquisa não há nada específico, na literatura científica nacional, que relacione os ensinamentos alcorânicos ao bem-estar. Esse é um estudo pioneiro no Brasil, sendo a primeira pesquisa realizada no país sobre a felicidade e o bem-estar no Alcorão e na perspectiva islâmica de modo geral.

É preciso também contextualizar a importância desse estudo no aspecto clínico. Os ensinamentos alcorânicos possuem um papel central na vida do muçulmano. Muitos comportamentos islâmicos podem ser vistos no Ocidente como rígidos, retrógrados e totalmente opostos ao conceito ocidental de liberdade. Um profissional despreparado pode por exemplo, julgar a vestimenta islâmica como opressiva e achar que isso interfere na qualidade de vida de uma mulher. Ou ainda pode classificar o comportamento de um muçulmano que abdica de suas vontades em prol dos outros como disfuncional, já que no Ocidente as necessidades individuais com frequência precedem as necessidades sociais. Seria simples resolver o problema de um paciente incentivando-o a satisfazer suas vontades em detrimento dos seus valores. No entanto, a psicologia não pode adotar uma visão tão simplista. Conciliar o conflito ou insatisfações trazidas pelo paciente sem confrontar seu contexto cultural e religioso é uma tarefa mais desafiadora, sobretudo se esses saberes culturais forem baseados em fontes superficiais ou enviesadas.

Na visão islâmica os valores são diferentes. Não é somente na satisfação dos desejos e gratificações pessoais que se encontra o bem-estar e a felicidade. É preciso compreender que por trás de uma proibição religiosa, por exemplo, há um mundo muito mais amplo e complexo do que uma simples restrição. As religiões são construídas sob um contexto de vida mais abrangente que extrapola o âmbito individual, englobando a sociedade, o mundo secular e o transcendente. Muitas crenças do cliente podem inclusive ser usadas como recursos para o enfrentamento de adversidades, de situações de preconceito e de estigmas diversos (Jalal et al., 2017). O Islam não se restringe somente à parte, mas ao todo. O desejo individual não se sobrepõe às regras divinas haja vista que as vontades do sujeito, diante de sua imperfeição e limitações, nem sempre levarão às melhores escolhas. Enquanto na visão secular, as privações são consideradas problemáticas, no Islam elas disciplinam e conduzem à evolução espiritual do sujeito. A felicidade, no Islam, não está na liberdade irrestrita, mas sim nos limites, na moderação e no equilíbrio entre desejos e privações. Enquanto no mundo ocidental as gratificações se



tornam cada vez mais imediatas, no Islam os limites e preceitos religiosos treinam o sujeito para que ele seja capaz de adiá-las, sendo mais seletivo e criterioso.

Enquanto na perspectiva ocidental o indivíduo faz suas escolhas baseando-se prioritariamente naquilo que lhe traga uma satisfação individual, no Islam a satisfação do outro, ou seja, o elemento social, é tão importante quanto a satisfação de si próprio, e por isso, não pode ser desconsiderada no processo decisório. Na realidade, muitos comportamentos e formas de pensar que aos olhos do Ocidente são tidos como obsoletos ou contrários à liberdade ou à independência do sujeito, nas sociedades islâmicas eles se mantêm conservados uma vez que no Islam é o mundo secular que se adapta à religião e não o contrário. Assim, são inúmeras as diferenças culturais e, se o terapeuta não tiver a sensibilidade em compreender essas particularidades, despindo-se de julgamentos de sua cultura e adequando o tratamento às crenças e costumes do cliente, ele pode acabar sendo invasivo e gerar outros tipos de conflitos no sujeito.

Autores como Hays (2019) ressaltam que valorizar as crenças e as forças do cliente no processo terapêutico leva-o a sentir orgulho de sua identidade cultural e religiosa, reduzindo o sentimento de vergonha e de outros constrangimentos em razão das diferenças. A promoção da autoestima cultural do cliente validando seus saberes culturais e/ou religiosos pode reduzir sentimentos negativos que certas minorias sentem em virtude dos julgamentos sobre seus costumes (Hinton & Patel, 2017). Outra questão que muitas vezes não é percebida, são as dificuldades de adaptação dos imigrantes como também de, de seus descendentes, ainda que nascidos e criados no Brasil, pois eles também podem apresentar dificuldades no processo de aculturação. Um estudo realizado por Ibrahim e Heuer (2013) revela que a repercussão de guerras no Oriente Médio por exemplo, não afetam somente aos imigrantes e/ou refugiados diretos, mas podem impactar muitas gerações futuras. As diferenças culturais acentuam a sensação de isolamento, de diferença e de exclusão dos muçulmanos com relação á cultura local, e por essa razão, ter uma familiaridade com seus conteúdos e valores ajuda a fortalecer o vínculo e a confiança.

Os ensinamentos islâmicos são recursos que podem ser benéficos do ponto de vista terapêutico. O Alcorão é um código de condutas, onde são prescritos não apenas ritos e práticas religiosas, mas também um livro onde são encorajadas, por meio de parábolas e reflexões, condutas que conduzam ao equilíbrio físico, mental, espiritual, ao desapego material e à harmonia nos relacionamentos incentivando-se o respeito e a solidariedade. O contato mais próximo com o Islam pode revelar um modo de vida totalmente oposto ao que normalmente é difundido.

No Brasil, ainda existe uma escassez de ambientes onde esses conhecimentos são pesquisados e discutidos mais profundamente, seja nos meios escolares, acadêmicos ou na própria mídia que, no caso do Islam, tem sido mais uma fonte de “desinformação” em massa focada na distorção de seus conteúdos. A construção midiática massiva, de longa data, financiada para deturpar e difundir representações trágicas sobre o Islam quase que diariamente, juntamente com fontes bibliográficas ainda reféns ao colonialismo, acabam fomentando estigmas e estereótipos negativos. Todo esse contexto negativo somado aos desconfortos e situações constrangedoras vivenciadas pelos muçulmanos, que inclui a própria islamofobia, torna ainda mais necessário o aprofundamento sobre essa temática. Segundo Tanhan e Young (2021), uma das formas pelas quais os muçulmanos entendem a saúde mental é através dos ensinamentos religiosos do Alcorão e da *Sunna*. O Islam exerce uma influência significativa na vida dos muçulmanos, moldando a sua visão de mundo, crenças e comportamentos. Contudo, nem sempre as crenças do paciente são incluídas no tratamento, levando muitos muçulmanos a criarem estigmas e atitudes negativas sobre os serviços de saúde mental. O isolamento e a marginalização das comunidades muçulmanas podem inclusive reforçar esse cenário, pois muitas vezes, o receio em procurar um profissional de saúde leva o indivíduo a recorrer exclusivamente a práticas espirituais.

Apesar de haver um número razoável de pesquisas sobre os efeitos da R/E em populações muçulmanas, essa quantidade ainda é muito inferior à de religiões hegemônicas como o cristianismo, ou até as minoritárias, como o budismo por exemplo. Saritoprak e Abu Raya (2022) ressaltam que essa escassez é ainda maior quando se trata de estudos que analise a relação de aspectos psicológicos com a crença islâmica. Ao contrário do que muitos pensam, o Islam não é uma religião que incentiva apenas curas espirituais. A saúde mental é considerada elemento fundamental para as práticas religiosas e para a evolução espiritual. Logo, por qual motivo uma religião com bilhões de adeptos, de rápido crescimento e com fiéis espalhados em todos os continentes do mundo ainda não recebe tanta atenção dos pesquisadores? O que faz o Islam ser uma religião tão pouco explorada quando comparada a outras religiões, sobretudo no Brasil, onde as pesquisas na área da saúde raras vezes incluem a comunidade muçulmana?

Práticas espirituais como a meditação por exemplo, existem há mais de 1.400 anos no Islam. No entanto, os estudos de meditação e espiritualidade raramente mencionam as práticas islâmicas. É lamentável que a riqueza desses saberes seja negligenciada pelo desinteresse, pela desinformação e até pelo medo. O percurso do doutorado confirmou

ainda mais esse cenário à medida que eu buscava pesquisas brasileiras sobre o Islam nas bases de dados. Existem sim pesquisas e pesquisadores sobre o Islam no Brasil, sobretudo em áreas como sociologia, antropologia, história, ciência política, ciências da religião, mas ainda são poucos quando comparados às pesquisas de outros credos. Até mesmo pesquisas teológicas são escassas quando o assunto é o Islam, e no caso do Alcorão, esse número torna-se praticamente nulo. Essa realidade não é mera coincidência. As razões para esse cenário não se limitam simplesmente ao reduzido número de muçulmanos no Brasil (que não é tão reduzido assim), mas ao desinteresse e até mesmo a uma resistência em incluir uma religião que é constantemente associada à violência e à opressão.

Diante desse cenário nebuloso, como pensar que uma religião como o Islam tem algo positivo? Ao longo do doutorado vivenciei uma experiência que reforça esse questionamento (*Eposteres* premiados, 2021; Marchiori, 2021). No ano de 2021, essa pesquisa recebeu o prêmio de melhor vídeo da pós-graduação da Universidade de São Paulo (USP). Ao verificar as postagens institucionais sobre o prêmio nas redes sociais da USP, me deparei com críticas ofensivas referentes ao tema, algumas delas questionando a credibilidade da instituição por terem premiado uma pesquisa sobre religião, já que muitos ainda não consideram a religião como um assunto “científico”. É perceptível como a religião ainda gera incômodos na ciência e são em momentos de “êxito” como esses que o preconceito se manifesta mais abertamente. E com o Islam isso é ainda mais acentuado. Um dos comentários referentes à postagem dizia: “E alguém é feliz no Islam?”. Observa-se um sarcasmo de alguém que já tem uma opinião formada do Islam como uma religião que gera infelicidade. Expressões como essa confirmam o quão sólidos os estereótipos acerca do Islam estão presentes na sociedade. É uma visão estigmatizada construída ao longo de séculos, que fomenta o preconceito e a islamofobia enfrentada pelos muçulmanos.

No aspecto psicológico, é importante lembrar que representações negativas como essa também impactam significativamente a saúde mental dos muçulmanos e da comunidade, sobretudo em países onde esses grupos são minoritários. As distorções e os estereótipos impactam a autoestima, a autoconfiança, a socialização e o bem-estar, gerando dor e sofrimento. A falta de preparo e de informações adequadas sobre as crenças e práticas de um determinado grupo ou população pode levar o profissional ao erro, tanto no diagnóstico como no tratamento do cliente. Uma visão pré-concebida, carregada de preconceitos podem induzir o psicólogo a pensar que o adoecimento psicológico do paciente esteja de alguma forma relacionado à sua religiosidade. Com isso, é provável

que alguns pacientes, com o tempo, acabem abandonando o tratamento e não aderindo novamente por não se sentirem compreendidos em sua totalidade ou pelo receio de serem julgados pela sua fé.

Há profissionais que ainda desconhecem que a religiosidade e a espiritualidade podem ser grandes aliadas, seja na prevenção ou no tratamento. A aliança da saúde mental à saúde espiritual por meio da adoção de comportamentos e de um estilo de vida mais saudável e o fortalecimento da relação profissional-paciente em virtude da inclusão da religiosidade podem potencializar o processo terapêutico. Muitas barreiras ao processo poderiam ser reduzidas ou eliminadas se houvesse uma maior compreensão e respeito às crenças religiosas e culturais. Por isso, Tanhan e Young (p. 51, 2021) reforçam que “vale a pena prestar atenção em como o Islam posiciona os comportamentos relacionados aos cuidados de saúde mental” pois isso possibilitaria uma maior colaboração na relação profissional-paciente.

A inclusão desses recursos pode possibilitar a construção de instrumentos e intervenções específicas para a população muçulmana, em diversas abordagens. Líderes religiosos também podem ser treinados por psicólogos a respeito de temas relacionados à saúde mental como também podem colaborar com seu conhecimento espiritual (Saritropak & Abu Raiya, 2022). Portanto, oportunizar pesquisas sobre esse assunto trilha caminhos para que novos trabalhos sejam realizados, possibilitando uma abertura da Ciência para um campo ainda pouco explorado que investigue melhor a relação entre o Islam e o bem-estar.

## OBJETIVOS

### OBJETIVO GERAL

Analisar os ensinamentos orientados para a felicidade e/ou o bem-estar no Islam e investigar a sua relação com a religiosidade e espiritualidade, traçando um paralelo entre a Psicologia Islâmica e a Psicologia Positiva.

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Compreender as bases da religiosidade e espiritualidade islâmica
2. Analisar através das falas de *sheikhs* e do tradutor do Alcorão como a felicidade e o bem-estar são compreendidos no Islam
3. Identificar os versículos do Alcorão que abordam as virtudes humanas
4. Discutir as diferenças e semelhanças entre as virtudes na perspectiva da Psicologia Positiva e da Psicologia Islâmica
5. Comparar os conceitos de felicidade e bem-estar sob a perspectiva secular e a perspectiva religiosa

## PERCURSO METODOLÓGICO

A pesquisa qualitativa é uma forma de “desvelar” processos sociais que ainda são pouco conhecidos e que pertencem a grupos particulares, sendo seu objetivo e indicação final proporcionar a construção e/ou revisão de novas abordagens, conceitos e categorias referente ao fenômeno estudado (Minayo, 2010). Segundo Turato (2005), o método qualitativo, quando aplicado especificamente à área das Ciências Humanas e da Saúde tem como intuito compreender os significados de fenômenos a partir dos quais as pessoas organizam suas vidas e como seus cuidados com a saúde são partilhados culturalmente organizando o grupo social a que pertencem. Como descrito no preâmbulo desta tese, a origem cultural da pesquisadora de dentro da própria comunidade, como muçulmana descendente de libaneses, somada aos conhecimentos prévios acumulados sobre a doutrina islâmica e à vivências no Brasil ao longo de 44 anos foram alguns dos fatores que colaboraram para a idealização desse estudo.

Esta pesquisa tem como intuito, compreender o campo da religiosidade e da espiritualidade e sua relação com a felicidade e o bem-estar, especificamente dentro da religião muçulmana, usando para isso conceitos teóricos fornecidos pela Psicologia Positiva e o modelo PERMA, como método para a criação dos instrumentos utilizados para a coleta de dados. Segundo Minayo (2012), é por meio da base teórica, de conceitos e da análise das fontes de pesquisa, que o investigador irá gerar as hipóteses e pressupostos que servirão de ponto de partida para a pesquisa, além de utilizar as perspectivas teóricas escolhidas como roteiro e orientação para a criação dos instrumentos operacionais.

Com base nesses pressupostos, a pesquisa adotou a perspectiva teórica da Psicologia Positiva como base para a construção dos instrumentos de coleta de dados, bem como para a análise dos resultados comparando-os posteriormente com a literatura da Psicologia Islâmica e com fontes islâmicas primárias como o Alcorão e a *Sunna*. O percurso metodológico envolveu as seguintes etapas: submissão do projeto para o Comitê de Ética e Pesquisa, definição das etapas e do *setting* de pesquisa, escolha e contato inicial com os participantes, construção dos instrumentos de coleta, aplicação dos formulários aos participantes, realização das entrevistas semiestruturadas audiogravadas, transcrição, tabulação e análise dos dados. A seguir são descritas cada uma dessas etapas detalhadamente.

## CUIDADOS ÉTICOS

O projeto de pesquisa foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética da Faculdade de Ciências, Filosofia e Letras de Ribeirão Preto, sob registro CAAE 29928720.3.0000.5407, junto com o modelo do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), o qual foi devidamente assinado pelos sujeitos participantes da pesquisa. Os sujeitos foram orientados sobre as etapas e os objetivos do estudo, bem como sobre o sigilo das informações pessoais, o qual seria opcional, conforme a escolha de cada um. Tendo em vista o fato de que os participantes da pesquisa são líderes religiosos cujo trabalho é público e, levando-se em consideração que as perguntas utilizadas nas entrevistas são de cunho eminentemente religioso, ligados a interpretações do Alcorão, e não referentes a experiências de intimidade, optou-se, mediante consentimento de cada um, identificar os participantes da pesquisa, no intuito de proporcionar um detalhamento maior sobre suas referidas áreas de atuação e trajetória profissional.

## CENÁRIO

O *setting* de pesquisa, segundo Turato (2003), pode ser formado tanto pelo ambiente natural da instituição onde se encontra o sujeito como pelo local específico onde efetivamente se realizará a pesquisa. Quando o estudo foi planejado, a ideia era realizar a coleta de dados dentro das instituições ou mesquitas onde os sheiks exercem suas funções diárias, conforme a disponibilidade de horários de suas funções e atividades religiosas.

No entanto, em virtude da pandemia da COVID-19, que inviabilizou as mais diversas atividades presenciais em todos os setores da sociedade, desde os ambientes educacionais, inclusive dentro da própria USP e suas unidades, até os templos religiosos onde seriam realizadas as entrevistas, houve a necessidade de ajustar a coleta de dados para o modo “virtual”, adaptação essa que foi bem aceita pelos participantes.

A pesquisa então foi dividida em duas fases. Na primeira etapa, as orientações sobre o preenchimento do formulário foram realizadas por escrito, via correio eletrônico. Na segunda etapa, foram realizadas entrevistas semiestruturadas individualmente, no modo *on-line*, pela plataforma Google Meet, as quais foram agendadas previamente, conforme os horários disponíveis de cada participante. As entrevistas foram gravadas, com o consentimento do participante, para posterior transcrição do material, e a duração de cada sessão durou de uma a duas horas.

## PARTICIPANTES

Para a realização deste estudo, foram selecionados seis representantes muçulmanos, sendo cinco sheiks sunitas residentes no Brasil, atuantes em mesquitas ou instituições islâmicas, e também o primeiro tradutor do Alcorão em língua portuguesa no Brasil. A escolha de líderes religiosos sunitas se deu pelo fato de que já existia uma familiaridade da pesquisadora com essa comunidade, fator esse que facilitaria também a compreensão dos dados trazidos ao longo das entrevistas e da interpretação religiosa dos sujeitos.

Os critérios de seleção para participar da pesquisa foram: adultos, com conhecimento teológico dentro do Islã, tempo de atuação em instituições religiosas islâmicas, com influência dentro da comunidade e fluência na língua portuguesa. Os líderes selecionados são pessoas de notoriedade pública na comunidade muçulmana em função dos diversos trabalhos de divulgação da religião realizados no Brasil. Como pode-se observar na Tabela 6.1, todos os participantes exercem suas funções religiosas há um tempo considerável, entre 17 e 35 anos.

O acesso aos sheiks foi realizado primeiramente por meio de convite individual via contato telefônico e, posteriormente, via correio eletrônico, no qual foi anexado o TCLE juntamente com explicações sobre os motivos e objetivos da pesquisa, bem como os procedimentos que seriam realizados, garantindo-se o sigilo sobre as informações pessoais, caso assim fosse desejado pelo participante.

No entanto, tendo em vista que a pesquisa tem como escopo ter acesso exclusivamente ao conhecimento teológico/técnico dos participantes, optou-se por oferecer a opção de que eles revelassem sua identidade, desde que assim o desejassem e autorizassem, devido ao fato de serem figuras públicas e serem reconhecidos como autoridades que disseminam tais conhecimentos em suas comunidades como parte da função religiosa que exercem, e também considerando que as questões abordadas não estão diretamente ligadas à subjetividade dos interlocutores. Além disso, os dados pessoais e profissionais contribuem de certa forma para aportar informações sobre sua trajetória na religião, agregando credibilidade para a pesquisa, pelo fato de revelar a trajetória profissional de cada sheik e por serem nomes bastante conhecidos na comunidade muçulmana brasileira.

Os interlocutores desta pesquisa são líderes religiosos já reconhecidos dentro da comunidade muçulmana por sua atuação de longa data, bem como por suas experiências e conhecimentos teológicos. Iniciando por ordem alfabética, o Sheik Ahmad Osman



Mazloun é de origem libanesa e nasceu no Brasil. Formado em Ciências Islâmicas pela Universidade Islâmica de Medina, na Arábia Saudita, retornou ao Brasil após a conclusão de seus estudos no ano de 1999, como enviado da Liga Mundial Islâmica para assuntos religiosos. O sheikh Mazloun, também atuou como líder religioso em diversas instituições como a Mesquita de Moji das Cruzes (SP), Mesquita de Guarulhos, e também no Centro Islâmico de Foz do Iguaçu (PR), onde realizava traduções e ensino religioso. Atualmente, exerce suas funções no escritório da Assembleia Mundial da Juventude Islâmica (WAMY), com sede em São Bernardo do Campo (SP), entidade que atua na divulgação do Islã e no desenvolvimento de trabalhos dirigidos à juventude islâmica, como aulas, palestras, acampamentos e publicações em geral. Participou de diversos cursos para líderes religiosos e possui sete livros, alguns como traduções de outros autores, e outros sendo de sua própria autoria. Atualmente, o Sheik Ahmad Mazloun tem se dedicado à tradução de uma nova versão dos significados do Alcorão, a qual está sendo finalizada em vias de publicação.

Sheik Ali Abdouni é um dos líderes que atuam há mais tempo no Brasil e já atuou como representante do *Mufti* do Líbano no Brasil, e presidente do Conselho superior dos teólogos do Brasil desde a sua fundação atuando por doze anos, além de ter sido porta-voz da comunidade muçulmana em 2001, eleito pelas entidades islâmicas de São Paulo. Foi um dos fundadores e diretores da mesquita do Pari, tendo atuado em diversas mesquitas de São Paulo no papel de líder religioso realizando sermões e aulas dentro da comunidade. Desde 1999, o sheik Abdouni representa a Assembleia da Juventude Islâmica (WAMY), como presidente da entidade dentro da América Latina, viajando também dentro de países da América Latina, como representante religioso. Integra também a WAMY a nível mundial – *World Assembly of Muslim Youth* - a qual se localiza na cidade de Riad, Arábia Saudita, sendo um de seus diretores também, há 22 anos. Possui formação teológica em *Shariah*, pela Universidade de Medina, na Arábia Saudita, e já participou de diversos cursos de jurisprudência islâmica ao longo dos anos. Hoje, é oficialmente, o único líder religioso que faz parte da Liga Mundial dos Sábios muçulmanos (*International Union of Muslim Scholars*), considerada a entidade mais respeitada no mundo no que se refere à jurisprudência islâmica e a autoridade suprema entre os teólogos muçulmanos, na qual, apenas são membros, indivíduos formados pela sharia islâmica e que tenham feito contribuições relevantes dentro da comunidade, tanto na forma de atividades como na forma de obras escritas na área.

Sheik Mohamad Al Bukai, iniciou sua formação em Damasco, na Síria, no *Instituto Al Fath Al Islã*, um instituto de estudos islâmicos e língua árabe, e com 18 anos de idade começou a atuar como sheik em diversas mesquitas de Damasco. Posteriormente, iniciou seus estudos na Faculdade de *Al Azhar*, no Egito, onde estudou durante quatro anos de teologia islâmica, fundamentos das ciências da religião, especificamente na área de explicações do Alcorão Sagrado. Posteriormente, realizou pós-graduação em Damasco, na área de Estudos Islâmicos em língua espanhola. Realizou seu mestrado na área de Justiça e Política Islâmica, e no momento, está cursando Doutorado, também na mesma temática, pela Universidade da Malásia. Chegou ao Brasil no fim do ano de 2006, a convite da Liga da Juventude Islâmica do Brasil, na Mesquita do Pari/SP, onde atuou durante cinco anos. Após esse período, atuou por dois anos na Mesquita de Guarulhos/SP, cinco anos na Mesquita de Santo Amaro/SP, e, atualmente, é o sheik da Mesquita Brasil/SP, a primeira e mais antiga mesquita do Brasil e da América Latina. Desde 2012 exerce a função de diretor religioso da União Nacional Islâmica do Brasil (UNI), e também representa a religião muçulmana no Fórum Religioso da Cultura de Paz e Cidadania, da Secretaria de Justiça de São Paulo. É diretor da instituição Oásis, uma entidade beneficente que já prestou auxílio a milhares de refugiados em São Paulo. É diretor da entidade internacional “Religiões pela paz” ou *Religions for Peace*, uma rede global de religiões e comunidades, e também é membro da *Heavenly Culture, World Peace, Restoration of Light (HWPL)*, instituição voltada para a paz internacional, com sede na Coreia do Sul. Foi diretor de várias escolas islâmicas voltadas para a memorização do Alcorão e da língua árabe em São Paulo. Representou a religião muçulmana em diversos eventos e congressos nacionais e internacionais, e, por dois anos seguidos, 2019 e 2020, esteve na lista dos 500 muçulmanos mais influentes do mundo, segundo a *Royal Islãic Strategic Studies Centre*.

Sheik Mohammed Yasser Hussin realizou sua formação teológica pela Universidade Islâmica de Hasaka, na Síria. É o diretor da organização de *Hajj* no Brasil e faz excursões levando peregrinos à Meca há, aproximadamente, 20 anos. Atuou também como sheik religioso por seis anos na cidade de Damasco, na Síria, e no Brasil atuou durante nove anos na Mesquita de São Miguel Paulista, e mais sete anos na Mesquita Hamza em São Paulo. Foi Diretor de Assuntos Religiosos do *call center* islâmico para América Latina, e diretor do instituto de memorização do Alcorão Sagrado em São Bernardo do Campo/SP.

Sheik Rodrigo Rodrigues é o único líder religioso de origem brasileira nessa pesquisa. Revertido desde o ano de 1992, começou a buscar informações sobre o Islã ainda cedo, indo à procura de várias mesquitas onde pudesse aprender mais sobre o Alcorão e o idioma árabe. No ano de 2000, foi ao Líbano, onde teve a oportunidade de estudar o idioma árabe e ciências islâmicas, seguindo a escola *hanafi* de jurisprudência. Participou de cursos no Qatar e foi o primeiro brasileiro a se formar em uma faculdade islâmica na Arábia Saudita. Tem especialização em *hadith* e *tafsir*, e teve a oportunidade de aprender com eminentes sheiks, sábios, doutores, juízes e *muftis*. É graduado em Sociologia e Biblioteconomia. Entre as experiências profissionais na área, atuou como líder religioso na mesquita de Jundiaí, Porto Alegre, na mesquita do Pari (SP) e no centro islâmico do Paraná, além de ter sido professor de educação islâmica na Escola Islâmica Brasileira em SP, ao longo de três anos.

Além dos cinco líderes religiosos, a pesquisa contou com a participação do tradutor do Alcorão, professor Samir el Hayek. Professor Samir, como é mais conhecido, realizou as traduções dos sermões de diversas mesquitas, como a Mesquita Brasil, Mesquita Santo Amaro, Mesquita de Guarulhos, Mesquita de Santos, Mesquita de Jundiaí e Mesquita de Campinas, além de ter sido o tradutor de 120 livros islâmicos para a língua portuguesa. Além da tradução do Alcorão feita diretamente do árabe para o português, Samir el Hayek também realizou a tradução da exegese do Alcorão anotada, de autoria do turco Ali Ünal. Participou de congressos nacionais e internacionais, recebeu homenagens de diversas instituições brasileiras, incluindo ambas as comunidades xiitas como sunitas, as quais reconheceram a importância do seu trabalho, bem como internacionalmente por países como Moçambique e Portugal. Segundo ele, já foram impressos 150 mil exemplares da sua tradução, a qual se encontra na vigésima edição, com contínuas revisões no texto e nas notas explicativas.

## PROCEDIMENTO

O estudo foi realizado por meio de duas perspectivas: a secular, que utiliza como base de sua elaboração as temáticas abordadas por autores e pesquisas sobre temáticas da Psicologia Positiva, e a religiosa, que utilizou como base, os versículos do Alcorão relacionados a essa temática e a literatura da Psicologia Islâmica, junto às respostas obtidas com os participantes ao longo das entrevistas. A coleta de dados se deu por meio de pesquisa qualitativa, e os dados foram coletados em duas etapas diferentes.

Na primeira etapa metodológica, foi solicitado que cada sujeito listasse, individualmente, os versículos e prescrições do Alcorão, que abordam, de forma direta ou indireta, elementos ligados aos elementos do modelo PERMA, às forças de caráter e a outras atitudes e comportamentos ligados ao bem-estar. A escolha desse procedimento, nessa primeira etapa, teve o propósito de identificar, de forma mais objetiva, a presença de orientações, parábolas e metáforas no Alcorão que tivessem ligação com alguns dos comportamentos relacionados ao bem-estar, conforme a perspectiva teórica da Psicologia Positiva, para se chegar a uma aproximação destes conceitos com os comportamentos estimulados no campo religioso.

Esses dados possibilitam uma visão geral de como os versículos falam ou incentivam a prática de comportamentos que podem contribuir para a promoção do bem-estar do indivíduo, já que, segundo Saeed (2006), o Alcorão é considerado a mais importante fonte religiosa no Islam e desempenha um papel central na forma de pensar e agir dos muçulmanos, influenciando não somente suas crenças e espiritualidade, como também suas condutas e comportamentos individuais e sociais.

Para essa primeira etapa, foram elaboradas 8 tabelas, com um total de 53 itens baseados em oito temáticas. Como parâmetro para a construção das tabelas foram utilizados os cinco elementos básicos do modelo PERMA (emoções positivas, engajamento, relacionamentos positivos, significado e realização), as 24 forças de caráter estabelecidas pelos *Values in Action Inventory of Strengths – VIA-IS* (inventário utilizado mundialmente para a medição e conceituação das virtudes e forças de caráter), além de mais três temáticas relevantes para a investigação e também ligadas ao tema: a resiliência, o termo “felicidade” propriamente dito, e outras atitudes/comportamentos relacionados ao bem-estar.

O formulário foi então preenchido pelos sujeitos, a fim de identificar os versículos do Alcorão que possuem relação com essas temáticas, e foi solicitado que cada participante listasse no mínimo uma e no máximo três passagens do Alcorão, que estivessem ligadas a cada um dos elementos da tabela. Com o fim de facilitar o preenchimento das tabelas, tendo em vista a extensão das mesmas, foram dadas opções para que os participantes preenchessem por extenso, em português, ou que indicassem as suratas e versículos pelas suas respectivas numerações. Alguns participantes preencheram as tabelas manualmente e outros preferiram responder no formato digital, reencaminhando as mesmas via correio eletrônico, em formato *word* ou *pdf*.

Na segunda etapa deste estudo, foram realizadas entrevistas semi estruturadas, cujas perguntas foram construídas com base nos conceitos de felicidade e bem-estar abordados na literatura. Turato (2003), revela que a entrevista semi-dirigida possui uma característica interativa, e ao mesmo tempo, responsiva à linguagem e aos conceitos trazidos pelo entrevistado, além de ter um formato flexível, que facilita o processo da coleta de dados. Por essa razão, foi estabelecido um roteiro inicial de questões, mantendo-se ao longo da entrevista, a flexibilidade de outros possíveis questionamentos que surgissem, a partir dos conteúdos trazidos pelos sujeitos.

O intuito dessa segunda etapa da coleta de dados era identificar e compreender, junto aos participantes, como a fé islâmica incentiva a adoção de cognições, emoções e comportamentos positivos, e como isso se relaciona ao bem-estar e à R/E. Os conteúdos utilizados ao longo da entrevista versavam sobre a relação da religiosidade/espiritualidade e a felicidade, sob a perspectiva do Islam, bem como a relação da felicidade com os relacionamentos sociais, com o trabalho, com o significado e propósito de vida, e outras atitudes positivas incentivadas no Alcorão, tanto do ponto de vista individual como social, entre outros. Também foram incluídas questões a respeito da resiliência e ao modo como o Alcorão orienta os muçulmanos a lidar com as adversidades tendo em vista o pressuposto de que a religiosidade pode atuar como um fator de proteção diante de situações desafiadoras da vida. Soma-se a isso, ainda, o fato de que a própria Psicologia Positiva, em sua segunda onda, enfatiza a importância da relação entre emoções positivas e negativas para o florescimento humano.

Inicialmente, o número de sessões de entrevistas planejadas para cada participante eram duas, com uma hora de duração cada. No entanto, tendo em vista as diferentes formas de explanar os conteúdos trazidos pelos participantes, alguns com respostas mais diretas e objetivas, e outros, com respostas mais longas e detalhadas, houve então a necessidade de se estender os encontros entre duas a oito sessões com cada interlocutor, bem como a duração das sessões.

As entrevistas foram todas realizadas em português, em modo *on-line*, via *Google meet*, com duração de cada sessão entre 60 a 120 minutos, gravadas para posterior transcrição do conteúdo. Os sujeitos responderam às perguntas com base em seu conhecimento teológico, interpretações do texto corânico e dos respectivos versículos que entendiam como relacionados ao bem-estar e à felicidade na visão islâmica.

## RESULTADOS

Foi apresentado nos capítulos iniciais da tese, alguns estudos realizados pelos autores que serviram de base teórica para a construção da pesquisa e para a análise dos resultados. Nessa seção foram incluídos dois estudos empíricos e um estudo teórico. O estudo 6, intitulado *Happiness in Islam The Role of Religion and Spirituality in Muslims' Well-Being* discorre sobre alguns dos conceitos relacionados à Felicidade na perspectiva islâmica. Esse é um estudo qualitativo e exploratório que teve como intuito explorar os conceitos de felicidade sob a perspectiva do Islam. O estudo discute uma parte dos dados empíricos obtidos na segunda fase dessa pesquisa, a qual se efetivou por meio de entrevistas semi-estruturadas e audiogravadas, com seis representantes islâmicos do Brasil. O estudo revela duas dimensões da felicidade na visão islâmica, a felicidade mundana e a felicidade eterna e conclui que os versículos alcorânicos de modo geral apresentam conteúdos que, além de direcionar e influenciar comportamentos e atitudes positivamente, podem, por meio de um processo de ressignificação cognitiva, auxiliar os muçulmanos no processo de enfrentamento de desafios e situações adversas. Esse manuscrito foi revisado por pares e publicado na forma de capítulo no livro *Selected Proceedings from the 1st International Conference on Contemporary Islamic Studies (ICIS 2021)*, da editora Springer

O estudo 7 é um artigo escrito em colaboração com os professores Harold Koenig, um dos nomes mais proeminentes em pesquisas de R/E no mundo, e o professor G. Hussein Rasool, também um dos expoentes da Psicologia Islâmica, ambos com diversas obras e artigos publicados. Esse estudo qualitativo inclui a maior parte dos dados obtidos na primeira fase da pesquisa, pois elenca os principais versículos alcorânicos que incentivam a prática de virtudes. A coleta de dados foi obtida a partir da construção de um instrumento que elencava as 24 forças de caráter que compõem o *VIA Classification of Character Strengths and Virtues*, e foi distribuído para que os seis participantes da pesquisa indicassem de uma a três versículos do Alcorão relacionados a cada uma delas. Ao longo do texto é realizada uma revisão sobre os conceitos relacionados às virtudes na Psicologia Positiva e na Psicologia Islâmica. São também incluídos alguns estudos da literatura que atestam os benefícios do uso de escrituras sagradas no processo terapêutico em virtude da forte influência desses recursos nas crenças, nos estados emocionais e em comportamentos do indivíduo. Os resultados obtidos mostram que os conteúdos alcorânicos incentivam a prática de diversas virtudes e condutas prosociais, sendo assim

um importante recurso a ser utilizado no processo preventivo e terapêutico juntamente com outras técnicas e intervenções clínicas. O artigo foi submetido e encontra-se sob análise no momento.

O estudo 8, intitulado *Virtues and character strengths in the Quran: enhancing well-being from the perspective of Positive Psychology and Islamic Psychology* é um capítulo publicado em 2023, no livro *The Way of Love* da professora Dra. Carrie York El-Karam (EUA), também uma das pesquisadoras de maior destaque na Psicologia Islâmica a nível mundial. É um estudo teórico que discute as similaridades e diferenças entre alguns elementos da Psicologia Positiva e da Psicologia Islâmica relacionados ao tema das virtudes e forças de caráter. O texto faz uma breve revisão sobre o modelo PERMA e as virtudes na perspectiva da PP com os preceitos teóricos da Psicologia Islâmica, mergulhando também em estudos sobre a moral, a ética e a formação e consolidação do caráter desenvolvida por filósofos islâmicos clássicos que discutiram sobre o tema, como Miskawayh, Al-Ghazali, Al-Isfahani, entre outros. São discutidas as principais virtudes relacionadas à felicidade na visão islâmica identificando-se os pontos de convergência e divergência entre a PP e a PI. Ao final do texto, é traçado um paralelo entre conceitos relacionados à ética e ao caráter e sua relação com o bem-estar tanto individual como social, destacando-se o papel da fé e da religiosidade como a grande base que une todos esses elementos na perspectiva islâmica.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo de décadas o Islam tornou-se manchete praticamente obrigatória nos noticiários nacionais e internacionais. É a religião que talvez mais ocupe os espaços dos telejornais, não havendo nenhuma outra que seja noticiada tão frequentemente e tão negativamente pela mídia. Mais estranho ainda é saber que, mesmo sendo notório, grande parte das pessoas ainda desconhece os diversos interesses e atores sociais que contribuem para a manutenção das retóricas islamofóbicas que persistentemente deturpam a imagem do Islam e dos muçulmanos. Essa realidade cristalizou uma série de estereótipos sobre a doutrina e o estilo de vida islâmico, reduzindo-a à imagem de uma religião rígida, opressiva e violenta o que por sua vez afeta a saúde mental de seus adeptos. Enquanto religiões hegemônicas são associadas à devoção, o Islam é frequentemente atrelado ao fanatismo e ao extremismo religioso. A falta de familiaridade (ou de aceitação) do Ocidente com relação a culturas em que a presença da religião seja tão intensa na vida do indivíduo causa estranhamento, rejeição e a perpetuação de estereótipos.

As pessoas almejam a felicidade buscando uma descobrir a fórmula ideal para alcançá-la. Como disse um dos participantes desse estudo: “as pessoas não encontram a felicidade porque elas não sabem o que é a felicidade”. Para encontrar algo, é preciso antes saber exatamente o que estamos procurando, suas características e como chegar até lá. Compreender os diferentes conceitos de felicidade é uma missão de longa data, que pode ser universal em alguns pontos e diferente em outros. As definições de felicidade e bem-estar dificilmente possuem um consenso em virtude dos inúmeros aspectos envolvidos, além das diferenças culturais e das variáveis da própria personalidade do indivíduo. Essa dificuldade em definir a felicidade talvez se deva ao fato dela simplesmente não existir em uma forma plena, completa e permanente como muitos esperam. Alcançar o conhecimento de algo que não existe plenamente torna-se então uma tarefa ainda mais desafiadora.

O objetivo central desse estudo foi compreender como a felicidade e o bem-estar se relacionam com a religiosidade e a espiritualidade, traçando um paralelo entre os ensinamentos da Psicologia Islâmica e da Psicologia Positiva, entre a perspectiva secular e religiosa. O maior diferencial entre as teorias ocidentais e a Psicologia Islâmica está indubitavelmente no elemento espiritual e na dimensão que ele ocupa na vida dos muçulmanos. Ao contrário da perspectiva secular, onde a felicidade está associada à satisfação de desejos e satisfações pessoais, no Islam há uma entrega total à



espiritualidade, tendo em vista que a felicidade duradoura e o bem-estar dependem de ações realizadas em consonância com a vontade divina. O indivíduo satisfaz seus desejos e vontades somente se eles estiverem dentro dos limites de permissibilidade das prescrições divinas. O oposto disso é compreendido como momentos de felicidade ilusórios e temporários.

No Islam o centro de tudo é Deus e não o homem. O propósito final é a satisfação divina e não somente a do sujeito. Por isso a abdicção de desejos egoísticos do ser humano é diretamente ligada à capacidade do indivíduo em se entregar e se submeter às ordens divinas, daí o significado do nome “Islam”. Todo sacrifício ou abdicção só é possível quando há um propósito forte o suficiente para sustentar esse comportamento a longo prazo. No Islam, a dimensão familiar, social e comunitária é fundamental, tanto no aspecto afetivo como espiritual. Por isso, uma outra diferença entre a visão islâmica e ocidental é que na primeira há um foco no bem-estar social, onde o indivíduo busca se adequar às necessidades da sociedade ao contrário da segunda, mais focada na satisfação individual.

A união do mundo material (vida mundana) ao mundo transcendental (vida após a morte), incentiva o muçulmano a se comportar levando em consideração essa relação de interdependência, ainda que apenas um deles seja visível aos olhos humanos (Omais & Santos, 2022). Não há fragmentação entre a matéria e o espírito, tudo no Islam é compreendido de forma holística, integrada e unificada alinhando-se à própria concepção do “uno” pregada pelo monoteísmo. A integração do mundo material com o transcendental também possibilita a construção de um conceito de bem-estar que integra a mente, o corpo e o espírito, de forma conjunta e não separadamente. Ao mesmo tempo integra o indivíduo com Deus e com a sociedade unindo e direcionando todos esses elementos de acordo com um propósito único.

Um dos requisitos principais para se alcançar o propósito da felicidade eterna é a busca do aperfeiçoamento espiritual para que isso possa se exteriorizar na forma de condutas éticas e virtuosas, blindando a alma de vícios e comportamentos negativos. A purificação da alma (*tazkiyat el-nafs*) é um dos caminhos principais para alcançar o bem-estar psicoespiritual, criando assim uma harmonia interna entre cognições, emoções e comportamentos e os princípios religiosos e espirituais. Essa purificação se fortalece sobretudo por meio de ensinamentos que tem como base a formação do caráter por princípios ético-morais (*akhlaq*) e pelas boas maneiras (*adab*), os quais se concretizam por meio da prática de virtudes (Omais et al., 2023)

Um dos objetivos desse estudo foi investigar como a felicidade e o bem-estar são compreendidos no Islam. Observou-se que a felicidade real e ideal é representada pela vida após a morte e está em um plano distante da imaginação humana. Embora seja uma expectativa futura não passível de comprovação, ela é uma crença que impacta e influencia fortemente o comportamento do muçulmano. Alcançar a felicidade eterna é um dos propósitos do muçulmano, segundo o Islam, e tal crença se configura como um motivador intrínseco que direciona suas condutas. A felicidade na vida após a morte envolve um estado de perfeição e bem-estar amplo e abrangente em um plano transcendental, sendo assim um objeto de estudo que não pode ser mensurado ou alcançado em vida, mas apenas imaginado. Contudo, no âmbito da psicologia, estudar os efeitos dessa crença na vida do indivíduo talvez seja mais relevante do que as especulações sobre a sua existência.

Apesar de ser almejada por todos, a felicidade mundana, na visão islâmica, é como um oásis no deserto, ou seja, nem sempre parece ser o que realmente é. Muitas vezes ela se constrói a partir de expectativas e anseios humanos fora da realidade ou simplesmente inexistentes. Além da inexistência de uma felicidade real no mundo impossibilitar uma compreensão plena da sua natureza, há mais um fator que dificulta esse trabalho: a subjetividade humana. A felicidade certamente é uma interpretação subjetiva que inclui antes de tudo a percepção. É a capacidade de perceber as coisas boas ao redor e gerenciar as situações ruins. Não há como destacar um ou outro elemento mais ou menos importante diante das diversas variáveis que envolvem a subjetividade humana. Ainda que sejam dadas as melhores condições de vida ao sujeito, no final, só ele poderá perceber e descobrir o que lhe traz felicidade. Isso explica a existência de pessoas que não se sentem felizes ainda que diversos preditores do bem-estar estejam presentes em sua vida. O mesmo ocorre em situações opostas, quando pessoas em situações mais adversas possíveis conseguem encontrar mais motivos para se sentir feliz do que aqueles mais afortunados.

Um dos destaques desse estudo foi o importante papel da crença na vida após a morte sobre o conceito de felicidade. Não há como deixar de fora um assunto de dimensão tão relevante no Islam. É preciso entender a relação paradoxal que envolve elementos tão opostos, a felicidade e a morte. Parece estranho que o tema da felicidade, da morte e de uma vida futura estejam tão entrelaçados, mas é isso que distingue a concepção islâmica de felicidade da ocidental. Um olhar superficial sobre essa relação pode criar a impressão de que a crença na existência de uma felicidade real somente após a morte estaria

anulando totalmente a importância da vida mundana e das coisas boas que essa vida proporciona. Uma compreensão inadequada pode resultar na ideia errônea de que os muçulmanos depreciam o valor da vida terrena ou então que se dedicam exclusivamente a uma vida espiritual. Pelo contrário, a vida eterna para os muçulmanos depende das ações na vida mundana, e por isso, acreditar que ela é temporária e que a felicidade real está na vida eterna tem o intuito de reduzir o apego excessivo do muçulmano ao mundo material tornando o hedonismo o foco central da sua vida.

No Islam incentiva-se que na vida mundana o sujeito tenha como foco a construção de um legado, de obras, boas ações e realizações que beneficiem pessoas e que ao mesmo tempo contribuam para a sua evolução espiritual, e também para a sua felicidade na vida futura. O presente é a oportunidade de alcançar um propósito maior no futuro. A vida terrena é a jornada e existe felicidade também na jornada, no caminho a ser percorrido, nas realizações, na superação, na trajetória de vida. Se a vida mundana não tivesse relevância para os muçulmanos, não haveria sentido na vida. É importante frisar, no entanto, que na perspectiva islâmica o fenômeno da morte não é motivo de celebração, como ocorre em outras culturas. A conexão da felicidade mundana com a expectativa de uma vida após a morte é diferente do processo da morte propriamente dito, da finitude da vida e do morrer, que para os muçulmanos é um momento de perda, luto e tristeza.

Níveis de religiosidade e espiritualidade podem variar conforme diferenças individuais como também culturais. Aquilo que no Islam é considerado uma religiosidade normal, no Ocidente pode muitas vezes ser visto como extrema ou desnecessária. Daí a importância da ciência psicológica ampliar seus estudos sobre as particularidades de grupos culturais e religiosos não ocidentais, uma vez que o comportamento de alguns grupos não pode ser simplesmente interpretado e enquadrado nos padrões de uma cultura hegemônica. Esse assunto foi tratado ao longo dos capítulos teóricos dessa pesquisa, fornecendo uma discussão detalhada sobre as origens do Islam, suas regras doutrinárias, conceitos básicos como o de submissão e de entrega e as distinções entre a religião e o secular, tendo em vista que no Ocidente ainda existe uma rejeição muito grande à fusão entre essas duas dimensões.

Não se pode negar também a importância de se identificar até que ponto a submissão do indivíduo extrapola os limites de um comportamento religioso “normal”, tornando-se disfuncional. Por se tratar de uma religião que tem uma presença intensa na vida do sujeito, deve-se discernir os limites saudáveis dessa religiosidade, porém com o

cuidado de não se usar uma referência “ocidentalizada” como parâmetro para um diagnóstico, pois se assim for, obviamente grande parte da filosofia religiosa islâmica será condenada e vista como “extrema”. O conceito de uma religiosidade extrema, na visão ocidental, não é o mesmo que na visão islâmica, e isso se deve à própria natureza da doutrina. Nesse ponto destaca-se a relevância da Psicologia Islâmica para a construção de instrumentos e critérios diagnósticos que se adequem às particularidades dessa religião. Apesar de não ser o escopo desse estudo, a investigação de patologias que envolvem o comportamento religioso é de grande relevância. Existem inclusive ensinamentos religiosos que falam sobre esses limites. Há ditos proféticos (*hadiths*) e versículos alcorânicos que condenam os extremos da religiosidade e a seclusão. Logo, diante de eventuais condutas disfuncionais praticadas pelo sujeito, a própria religião pode ser um recurso a ser utilizado pelo profissional, para conscientizar o paciente.

Ao trabalhar com a R/E assim como com terapias integradas à espiritualidade, o profissional de psicologia deve adentrar temas religiosos sensíveis que de alguma forma afetam a saúde mental do cliente. Muitas patologias atribuídas às religiões podem ser reais ou ser interpretações equivocadas de uma Ciência que tenta compreender o mundo espiritual com lentes seculares. Muitos pacientes abandonam tratamentos por não sentirem suas crenças contempladas no processo terapêutico. No Ocidente, o secular e o religioso são duas dimensões separadas, ao contrário da perspectiva islâmica, onde ambos estão interligados. Logo, se o terapeuta incluí-los no processo do paciente, o choque cultural guia-lo somente para estratégias terapêuticas tradicionais, questionando a validade ou a plausibilidade das crenças do paciente conforme sua visão de mundo secular. Esse pode ser o erro de muitos profissionais que não estão preparados para lidar com questões religiosas na clínica, anulando ou desconsiderando-as para conseguir alcançar de modo mais rápido o processo de cura do paciente.

Ao contrário de outras áreas do conhecimento, a Psicologia trabalha com todo tipo de crenças, sendo as religiosas uma delas, e é essencial saber quando elas são um problema e quando elas podem ser um recurso no tratamento. Um ponto interessante na Psicologia Positiva é que muitos de seus elementos, sobretudo aqueles relacionados às virtudes e forças de caráter, estão presentes nas religiões – até porque as próprias religiões foram as fontes para o estudo realizado por Peterson e Seligman - não confrontando assim valores religiosos e espirituais. Esse talvez seja um dos pontos em que a Psicologia Positiva e a psicologia da religião se convergem e podem ser usadas de forma conjunta em demandas de pacientes que possuam um perfil mais ligado à religiosidade. Essa é uma

das razões que inclusive fomentaram a realização dessa pesquisa, ou seja, identificar elementos da crença islâmica e do Alcorão que podem ser utilizados como recursos terapêuticos com essa população. O estudo, além de proporcionar um conhecimento mais aprofundado sobre a visão de mundo islâmica, as crenças e regramentos religiosos, bem como seus princípios mais valorosos, também oferece um amplo repertório de recursos espirituais que podem ser integrados ao processo terapêutico, se adequados, como por exemplo, o uso das escrituras religiosas para incentivar a prática de virtudes. Lembrando, porém, que, tais sugestões são válidas para pacientes muçulmanos que demonstrem interesse em incluir isso nas sessões.

Como tudo na Ciência, sempre existirá lacunas a serem preenchidas, principalmente com esse momento onde a terceira onda da Psicologia Positiva se abre para investigar outras concepções de felicidade e bem-estar além da perspectiva ocidental. O modelo PERMA de Martin Seligman nem sempre irá coincidir com as diferentes visões de mundo. A abertura da Ciência para investigar diferentes perspectivas culturais, mas também paradigmas religiosos de bem-estar, como foi realizado nesse estudo, amplia ainda mais o campo da psicologia para a compreensão das diferentes formas humanas de florescer e alcançar o bem-estar.

Esse estudo não teve como objetivo mensurar os conceitos aqui abordados mas apenas possibilitar uma compreensão teórica e aprofundada sobre a espiritualidade islâmica, suas crenças e a influência dessas crenças sobre as cognições, emoções e comportamento dos muçulmanos. Isso pode servir de base futuramente para pesquisas empíricas e experimentais em populações muçulmanas. Além disso, adentrar esse campo possibilita ao profissional se aproximar mais do paciente, da sua linguagem e sua visão de mundo, construindo estratégias terapêuticas que se alinhem àquilo que ele acredita, aos seus valores e propósitos. Essa tática pode evitar a colisão de intervenções inadequadas com as crenças do sujeito, fortalecer o vínculo terapêutico e potencializar os resultados do trabalho profissional.

A terceira onda da Psicologia Positiva tem possibilitado um espaço para que os conceitos de bem-estar sejam ampliados para além da perspectiva ocidental no intuito de compreender sua concepção nos diferentes sistemas humanos, a partir de outras crenças e valores. Isso posto, encerro esse estudo fazendo uma analogia com relação ao “florescimento”, termo tão popular na Psicologia Positiva, no intuito de ressaltar a importância das novas propostas decoloniais de felicidade e bem-estar que irão “desabrochar” a partir dessa terceira onda da PP junto a outras epistemologias

emergentes. Flores são elementos da natureza com cores, tamanhos e espécies diferentes. Muitas precisam de condições específicas para florescer. Há algumas que florescem em regiões frias, e outras, apenas no calor do deserto. Uma precisa do sol e do calor para se abrir e murcham no inverno, enquanto outras, de modo oposto, só florescem no frio e secam rapidamente quando expostas ao calor. Cada flor requer diferentes condições para desabrochar, seja no clima, no tipo de solo, no nível de umidade e no tempo. E não poderia ser diferente com os seres humanos, uma vez que cada um tem suas crenças, valores e o seu próprio tempo e condições para florescer. Mais importante ainda é poder ter um ambiente seguro e propício, um “solo” que forneça condições mínimas para florescer, sem agressões externas. De modo análogo, no contexto humano, é preciso também ampliar o olhar sobre as relações e o bem-estar social.

#### *Religiosidade e espiritualidade no Islam: um tributo à Palestina e ao Líbano*

A religiosidade e a espiritualidade islâmica são elementos fortes que se fazem presentes em contextos diversos. No momento que essa tese é finalizada, um duro momento histórico, de genocídio e limpeza étnica é vivenciado por uma população religiosa. Um momento onde infelizmente o mundo assiste atônito, em tempo real, ao extermínio de milhares de crianças e adultos palestinos e à expulsão de milhões de pessoas de seus lares e de sua terra. São pessoas submetidas a condições absolutamente desumanas, com privação de água, comida, medicamentos enquanto os governos das “potências ocidentais” lentamente decidem se a perda de mais de 37 mil vidas humanas dizimadas cruelmente é ou não é um genocídio, mantendo seus discursos “politicamente corretos” para ganhar tempo até que o povo palestino seja vencido pela fome, pelo cansaço e pelo desespero. Um momento onde se observa claramente a desigualdade entre raças e religiões, onde a divisão do mundo Ocidente-Oriente é visível, onde os poderes hegemônicos de longa data ainda sem mostram vivos fazendo com que o bem-estar e as necessidades de um grupo se sobreponham à necessidade de outros, e onde vale tudo para saciar a ambição humana, ainda que exterminando todo um grupo étnico. É um momento onde a suposta superioridade de um povo sustentada pelo velho imperialismo ainda se mostra preponderante na sociedade.

A religiosidade e a espiritualidade, nesses momentos de dor profunda, parecem ser um dos poucos acalantos que restam aos sobreviventes. A R/E extrapola o campo de estudo do bem-estar à medida que se configura como um recurso a ser usado tanto em momentos bons como ruins. Situações extremas da humanidade, como a que vivenciamos

atualmente, geram perguntas difíceis de serem respondidas por quem estuda e pesquisa a felicidade e o bem-estar. Como pensar em felicidade diante de situações trágicas e de barbárie contínuas? Como manter a confiança, a serenidade e a esperança diante de um cenário onde a humanidade “escolhe” quem deve ou não sobreviver? Como falar em bem-estar em situações onde alguns povos não possuem absolutamente nenhuma condição material mínima de sobrevivência, nem ajuda humanitária, nem mobilização política, e que ao final, não possuem nada, nem ninguém a quem recorrer? Na verdade, nesses momentos a única coisa que lhes resta...é a fé. Uma resposta simples que talvez traduza a importância do tema escolhido para essa pesquisa, relatado no depoimento a seguir de um cidadão palestino:

***Depoimento de um sobrevivente palestino em Gaza:***

*Estou vindo do norte de Gaza. Há muita fome no Norte.*

*Não sou capaz de descrever a magnitude da fome lá.*

*Eu fui forçado a caminhar e não encontrei ninguém para me ajudar com meus pertences. A não ser Deus.*

*O motivo (de caminhar até aqui)? Fome.*

*Eu tenho uma bebê e não consigo encontrar leite e nenhuma outra coisa para alimentá-la.*

*Eu tentei alimentá-la com ração animal, mas ela não aceita.*

*Minha filha rejeita. Ela não consegue digerir e vomita.*

*Não há salvador e nossa única esperança está em Deus.*

*Deus é Suficiente para nós, e Ele é o Melhor Administrador de todos os assuntos.  
(Hasbuna Allahu Wa Ni'mal Wakeel)*

(Fonte: Instagram Fepal, 2024)

## REFERÊNCIAS

- tasAbu-Raiya, H., Exline, J.J., Pargament, K.I. and Agbaria, Q. (2015), Prevalence, Predictors, and Implications of Religious/Spiritual Struggles Among Muslims. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 54, 631-648. <https://doi.org/10.1111/jssr.12230>
- Adamson, P. (2015). Miskawayh on pleasure. *Arabic Sciences and Philosophy*, 25(2), 199–223. <https://doi.org/10.1017/s0957423915000028>.
- Akhtar, S. (2008). *The Quran and the secular mind: a philosophy of Islam*. Routledge.
- Al-Attas, S. M. N. (1995). *Prolegomena to the metaphysics of Islām an exposition of the fundamental elements of the worldview of Islām*. Kuala Lumpur, Malaysia: International Institute of Islamic Thought and Civilization (ISTAC).
- Alcorão Sagrado (2019). *O significado dos versículos do Alcorão Sagrado*. S. Hayek (Trad.). Marsam.
- Al-Din, N. G. (1994). Miskawayh. *Prospects*, 24(1-2), 131-152. Disponível em: <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/BF02199012.pdf>.
- Al-Ghazali (1997). *Al-Ghazali On Disciplining The Soul: Kitab Riyadat Al-Nafs; & On Breaking The Two Desires: Kitab Kasr Al-Shahwatayn: Books XXII And XXIII Of The Revival of The Religious Sciences: Ihya Ulum Al-Din*. Islamic Texts Society.
- Al-Ghazali. (2001). *A alquimia da felicidade*. Trad. Daniel, E. J. Fissus.
- Ali, W., Progress, C. F. A., Clifton, E., Duss, M., Fang, L., Keyes, S., & Shakir, F. (2011). *Fear, Inc*. Center for American Progress. <https://cdn.americanprogress.org/wp-content/uploads/issues/2011/08/pdf/islamophobia.pdf>
- Alias, A., & Abdul Majid, H. S. (2015). Psychology of learning: An Islamic theory. *Bangladesh Institute of Islamic Thought (BIIT)*, 4(1). Disponível em: [http://irep.iium.edu.my/45063/1/Article\\_Psychology\\_of\\_Learning.pdf](http://irep.iium.edu.my/45063/1/Article_Psychology_of_Learning.pdf)
- Al-Khalili, Jim. (2008). It's time to herald the Arabic science that prefigured Darwin and Aristóteles (2003). *Ética a Nicômaco*. Martin Claret.
- Armstrong, K. (2002). *Maomé*. Editora Companhia das Letras.
- Arroisi, J., & Himaya, N. N. (2023). Abu Zayd Al-Balkhi's Perspective on Depression: Countering Sadness with Cognitive Theory in the Book of Mashalih al Abdan wa al Anfus. *Tazkiya Journal of Psychology*, 11(1), 1–12. <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v11i1.29913>.
- Attie Filho, M. (2002). *Falsafa: a Filosofia entre os Árabes*. Palas Athena.



- Awaad, R., & Ali, S. (2016). A modern conceptualization of phobia in al-Balkhi's 9th century treatise: Sustenance of the Body and Soul. *Journal of anxiety disorders*, 37, 89–93. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2015.11.003>
- Awaad, R.; Elsayed, D.; Ali, S.; Abid, A. (2021). Islamic Psychology. A portrait of its historical origins and contributions. In: Keshavarzi, H.; Khan, F.; Ali, B.; Awaad, R. *Applying Islamic Principles to Clinical Mental Health Care. Introducing Traditional Islamically Integrated Psychotherapy*. Routledge.
- Badri, M. (2013). *Abu Zayd Al-Balkhi's sustenance of the soul*. The International Institute of Islamic Thought.
- Baumeister, R. F. (1991). *Meanings of Life*. Guilford Press.
- Bittar, E. C. B. (2003). *Curso de filosofia aristotélica: leitura e interpretação do pensamento aristotélico*. Manole.
- Cair (2019). Hijacked by hate. American Philanthropy and the Islamophobia network. Council on American -Islamic Relations (Relatório). Disponível em: [https://pa.cair.com/files/CAIR\\_Islamophobia\\_Report\\_2019\\_Final\\_Web.pdf](https://pa.cair.com/files/CAIR_Islamophobia_Report_2019_Final_Web.pdf)
- Casanova, J. (2009). The Secular and Secularisms. *Social Research: An International Quarterly*, 76(4), 1049–1066. <https://doi.org/10.1353/sor.2009.0064>.
- Ciarrocchi, J. W., Dy-Liacco, G. S., & Deneke, E. (2008). Gods or rituals? Relational faith, spiritual discontent, and religious practices as predictors of hope and optimism. *The Journal of Positive Psychology*, 3(2), 120–136. <https://doi.org/10.1080/17439760701760666>
- Costa, J.S. (1994). *Averróis: o aristotelismo radical*. Moderna.
- Cunha, V. F., & Scorsolini-Comin, F. (2019). A Dimensão Religiosidade/Espiritualidade na Prática Clínica: Revisão Integrativa da Literatura Científica. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 35, e35419. <https://doi.org/10.1590/0102.3772e35419>
- Czikszentmihalyi, M. (2008). *Flow: the psychology of optimal experience*. Harper Perennial Modern Classics.
- Das, K. V., Jones-Harrell, C., Fan, Y., Ramaswami, A., Orlove, B., & Botchwey, N. (2020). Understanding subjective well-being: perspectives from psychology and public health. *Public Health Reviews*, 41(1). <https://doi.org/10.1186/s40985-020-00142-5>
- Diener, E. & Biwas-Diener, R. (2008). *Happiness: unlocking the mysteries of psychological wealth*. Blackwell Publishing.

- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575. <https://doi.org/10.1037//0033-2909.95.3.542>
- Diener, E. (2009). *Subjective well-being*. In Diener, E. (Org.) *The Science of well-being*. Springer.
- Diener, E., Napa Scollon, C., & Lucas, R. E. (2009). The Evolving Concept of Subjective Well-Being: The Multifaceted Nature of Happiness. *Assessing Well-Being*, 67–100. [https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4\\_4](https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4_4)
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, Culture, and Subjective Well-Being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. *Annual Review of Psychology*, 54(1), 403–425. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145056>
- Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, 2(4), 253–260. <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6>
- Dinucci, A. (2009). A relação entre virtude e felicidade em Sócrates. *Filosofia Unisinos*, 10(3), 254–264. <https://doi.org/10.4013/fsu.2009.103.02>
- Duckworth, A. (2016). *Garra: o poder da força e da perseverança*. Intrínseca.
- Emmons, R. A., & Diener, E. (1985). Factors predicting satisfaction judgments: A comparative examination. *Social Indicators Research*, 16(2), 157–167. <https://doi.org/10.1007/bf00574615>
- E-pôsteres premiados*. (2021). Pró-Reitoria de Pós-Graduação.. Acesso em 30 de abr 2023, from <https://www.prgp.usp.br/pt-br/faca-pos-na-usp/10-noticias/7613-eposter-premiado>
- Eryilmaz, A., & Kula, N. (2018). An Investigation of Islamic Well-Being and Mental Health. *Journal of Religion and Health*, 59(2), 1096–1114. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-0588-0>
- Feist, G. J., Bodner, T. E., Jacobs, J. F., Miles, M., & Tan, V. (1995). Integrating top-down and bottom-up structural models of subjective well-being: A longitudinal investigation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(1), 138–150. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.1.138>
- Ferraz, R. B., Tavares, H., & Zilberman, M. L. (2007). Felicidade: uma revisão. *Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)*, 34(5), 234–242. <https://doi.org/10.1590/s0101-60832007000500005>
- Ford, B. Q., Dmitrieva, J. O., Heller, D., Chentsova-Dutton, Y., Grossmann, I., Tamir, M., Uchida, Y., Koopmann-Holm, B., Floerke, V. A., Uhrig, M., Bokhan, T., & Mauss, I.

- B. (2015). Culture shapes whether the pursuit of happiness predicts higher or lower well-being. *Journal of experimental psychology. General*, *144*(6), 1053–1062. <https://doi.org/10.1037/xge0000108>
- Frankl, V. E. (2016). *Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração*. Vozes.
- Fredrickson, B. L. (1998). What Good Are Positive Emotions? *Review of General Psychology*, *2*(3), 300–319. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.300>
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, *56*(3), 218–226. <https://doi.org/10.1037//0003-066x.56.3.218>
- Fredrickson, B. L. (2013). Positive Emotions Broaden and Build. In P. Devine, & A. Plant (Eds.), *Advances in Experimental Social Psychology*, pp. 1-53, v. 47, Burlington: Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-407236-7.00001-2>
- Friedman, H. (2008). Humanistic and positive psychology: The methodological and epistemological divide. *The Humanistic Psychologist*, *36*(2), 113–126. <https://doi.org/10.1080/08873260802111036>
- Friedrickson, B. L. (2009). *Positividade: descubra a força das emoções positivas, supere a negatividade e viva plenamente*. Rocco.
- Froh, J.J. (2004). The history of positive psychology: Truth be told. *NYS Psychologist*, *16*(3), 18–20. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/record/2004-14661-005>.
- Gable, S. L., & Haidt, J. (2005). What (and why) is Positive Psychology? *Review of General Psychology*, *9*(2), 103–110. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.2.103>
- Gardet, L. Islam. (1978). Definition and Theories of Meaning. In E. van Donzel, B. Lewis, and C. Pellat (eds.), *Encyclopaedia of Islam*, volume IV. Leiden: E. J. Brill.
- Goh, P. S., Goh, Y. W., Jeevanandam, L., Nyolczas, Z., Kun, A., Watanabe, Y., Noro, I., Wang, R., & Jiang, J. (2021). Be happy to be successful: a mediational model of PERMA variables. *Asia Pacific Journal of Human Resources*, *60*(3), 632–657. <https://doi.org/10.1111/1744-7941.12283>
- Gomes, I. (2014). A cobertura jornalística do Islamismo - narrativas marginalizadas e moralizantes. *Intercom: Revista Brasileira De Ciências Da Comunicação*, *37*(1), 71–89. <https://doi.org/10.1590/s1809-58442014000100004>
- Goodman, F., Disabato, D., Kashdan, T., & Kauffman, S. (2017). Measuring well-being: A comparison of subjective well-being and PERMA. *The Journal of Positive Psychology*, 1–12. doi:10.1080/17439760.2017.1388434

- Graziano, L. D. (2005). *A felicidade revisitada: Um estudo sobre bem-estar subjetivo na visao da Psicologia Positiva*. Tese (Doutorado em Psicologia), São Paulo: Instituto de Psicologia da Universidade de Sao Paulo.
- Haidt, J. (2006). *The happiness hypothesis*. Basic Books.
- Hays, P. A. (2019). Introduction. *Culturally Responsive Cognitive Behavior Therapy: Practice and Supervision (2nd Ed.)*, 3–24. <https://doi.org/10.1037/0000119-001>
- Hinton, D. E., & Patel, A. (2017). Cultural Adaptations of Cognitive Behavioral Therapy. *Psychiatric Clinics of North America*, 40(4), 701–714. <https://doi.org/10.1016/j.psc.2017.08.006>
- Hood, R. W. (2014). The History and Current State of Research on Psychology of Religion. In: L. J. Miller (Ed), *The Oxford Handbook of Psychology and Spirituality*. Oxford University Press. <http://www.muslimheritage.com/article/its-time-herald-arabic-science-prefigured-darwinand-newton>
- Huta, V. (2014). Eudaimonia. In: Suan A. David, Ilona Boniwell, & Amanda, C. A. *The Oxford Handbook of happiness*, pp. 201-213. Oxford University Press.
- Ibrahim, F. A., & Heuer, J. R. (2013). The Assessment, Diagnosis, and Treatment of Mental Disorders among Muslims. *Handbook of Multicultural Mental Health*, 367–387. <https://doi.org/10.1016/b978-0-12-394420-7.00019-9>
- Iskakuly, D., Kopbossynov, M., Yerkinbayev, U., Alpysbayeva, S., & Kenzhalin, K. (2021). The Phenomenon of a Happy Person in the Works of Al-Farabi as a Classic Expression of Poetic Images. *International Journal of Society, Culture & Language*, 9(2), 54-63. Disponível em: [https://www.ijscsl.com/article\\_244356.html](https://www.ijscsl.com/article_244356.html)
- Jalal, B., Samir, S. W., & Hinton, D. E. (2017). Adaptation of CBT for Traumatized Egyptians: Examples from Culturally Adapted CBT (CA-CBT). *Cognitive and Behavioral Practice*, 24(1), 58–71. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2016.03.001>
- James, W. (1991). *Variedades da Experiência Religiosa: um estudo sobre a natureza humana*. Cultrix.
- Joshanloo, M. (2013). A comparison of western and Islamic conceptions of happiness. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 14(6), 1857–1874. <https://doi.org/10.1007/s10902-012-9406-7>
- Joshanloo, M., Weijers, D. (2019). Islamic Perspectives on Wellbeing. In: Lambert, L., Pasha-Zaidi, N. (eds) *Positive Psychology in the Middle East/North Africa*. Springer, Cham. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-13921-6\\_11](https://doi.org/10.1007/978-3-030-13921-6_11)

- Kern, M. L. (2022). PERMAH: A useful model for focusing on well-being in schools. In K.-A. Allen, M. J. Furlong, D. Vella-Brodick, & S. M. Suldo (Eds.), *Handbook of positive psychology in schools: Supporting process and practice* (3rd ed., pp. 12–24). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003013778-3>
- Keshavarzi, H.; Khan, F.; Ali, B.; Awaad, R. (2021). *Applying Islamic Principles to Clinical Mental Health Care. Introducing Traditional Islamically Integrated Psychotherapy*. Routledge.
- Khalil, A. (2020). Humility in Islamic Contemplative Ethics. *Journal of Islamic Ethics*, 4(1–2), 223–252. <https://doi.org/10.1163/24685542-12340048>.
- Koenig, H. G. (2012). Religion, Spirituality, and Health: The Research and Clinical Implications. *International Scholarly Research Notices*, 278730, 1-33. <https://doi.org/10.5402/2012/278730>.
- Koenig, H. G; Vanderweele, T. J., & Peteet, J. R. (2024). *Handbook of Religion and Health*. 3. ed. Oxford University Press.
- Koenig, H. G. (2012). *Medicina, religião e saúde: o encontro da ciência e da espiritualidade*. Iuri Abreu (Trad.). L&PM editores.
- Leaman, O. (1980). Ibn Rushd on Happiness and Philosophy. *Studia Islamica*, 52, 167. <https://doi.org/10.2307/1595366>
- Lean, N. C. (2017). *The Islamophobia Industry*. Pluto Press
- Lomas, T. (2016). Flourishing as a dialectical balance: emerging insights from second-wave positive psychology. *Palgrave Communications*, 2(1). <https://doi.org/10.1057/palcomms.2016.18>
- Lomas, T., & Ivtzan, I. (2015). Second Wave Positive Psychology: Exploring the Positive–Negative Dialectics of Wellbeing. *Journal of Happiness Studies*, 17(4), 1753–1768. <https://doi.org/10.1007/s10902-015-9668-y>
- Lomas, T., Waters, L., Williams, P., Oades, L. G., & Kern, M. L. (2020). Third wave positive psychology: broadening towards complexity. *The Journal of Positive Psychology*, 16(5), 660–674. <https://doi.org/10.1080/17439760.2020.1805501>
- López-Farjeat, L. X. (2020). Al-Farabi’s Psychology and Epistemology. *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Summer 2020 Edition), E. N. Zalta (Ed.). <https://plato.stanford.edu/archives/sum2020/entries/al-farabi-psych/>.
- Lyubomirsky, S (2013). *Os mitos da felicidade: o que deveria fazer você feliz, mas não faz; o que não deveria fazer você feliz, mas faz*. Odisseia.

- Machado, W. D. L., & Bandeira, D. R. (2012). Bem-estar psicológico: definição, avaliação e principais correlatos. *Estudos De Psicologia (Campinas)*, 29(4), 587–595. <https://doi.org/10.1590/s0103-166x2012000400013>
- Maciel, S. M. (2002). *Ética e felicidade: um estudo do Filebo de Platão*. EDIPUCRS.
- Marchiori, B. (2021). Vídeo premiado na USP combate estereótipos e preconceitos sobre o Islam. *Blog. Jornal Da USP*. Acesso em 20 jan 2023. Disponível em: <https://jornal.usp.br/universidade/video-premiado-na-usp-combate-estereotipos-e-preconceitos-sobre-o-islam/>
- Martela, F., & Steger, M. F. (2016). The three meanings of meaning in life: Distinguishing coherence, purpose, and significance. *The Journal of Positive Psychology*, 11(5), 531–545. <https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1137623>
- Mayer, C. H., & Vanderheiden, E. (2020). Contemporary positive psychology perspectives and future directions. *International Review of Psychiatry*, 32(7–8), 537–541. <https://doi.org/10.1080/09540261.2020.1813091>
- McGrath R. (2019). *Technical Report: The VIA Assessment Suite for Adults: Development and Initial Evaluation (rev ed.)*. Cincinnati, OH: VIA Institute on Character.
- Minayo, M. C. D. S. (2012). Análise qualitativa: teoria, passos e fidedignidade. *Ciência & Saúde Coletiva*, 17(3), 621–626. <https://doi.org/10.1590/s1413-81232012000300007>
- Minayo, M.C.S. (2010) Técnicas de pesquisa: entrevista como técnica privilegiada de comunicação. In: O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 12. ed. São Paulo: Hucitec, 261-297.
- Monteiro, D. D., Reichow, J. R., Sais, E. F., & Fernandes, F. S. (2020). Espiritualidade / religiosidade e saúde mental no brasil: uma revisão. *Boletim - Academia Paulista de Psicologia*, 40(98), 129-139. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415-711X2020000100014&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2020000100014&lng=pt&tlng=pt)
- Muslim Population by Country 2024*. (n.d.). <https://worldpopulationreview.com/country-rankings/muslim-population-by-country>
- Nasr, S. H. (2008). *Islamic Spirituality*. Routledge library editions: Islam.
- Niemiec, R. M. & McGrath, R. E. (2019). *The power of character strengths*. VIA Institute Character Press.
- Niemiec, R. M. (2019). *Character strengths interventions: A field guide for practitioners*. Hogrefe Publishing.

- Nunes, M. F. O., Hutz, C. S., Pires, J. G., & Oliveira, C. M. (2014). Subjective Well-Being and Time Use of Brazilian PhD Professors<sup>1</sup>. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 24(59), 379–387. <https://doi.org/10.1590/1982-43272459201412>
- Nygaard, M. (1996). The Muslim concept of surrender to God. *Word and World*, 16, 158-168. Disponível em: [https://ijfm.org/PDFs\\_IJFM/13\\_3\\_PDFs/05\\_Nygaard.pdf](https://ijfm.org/PDFs_IJFM/13_3_PDFs/05_Nygaard.pdf). Acesso em 25 set. 2023.
- Omais, S. (2018). *Manual de Psicologia Positiva*. Qualitymark.
- Omais, S., & Santos, M. A. (2022c). Religiosidade/Espiritualidade: interrelações com o bem-estar e saúde mental à luz da Psicologia Positiva. *Memorandum: Memória e História Em Psicologia*, 39. <https://doi.org/10.35699/1676-1669.2022.37598>
- Omais, S., dos Santos, M.A. (2022a). Happiness in Islam: The Role of Religion and Spirituality in Muslims' Well-Being. In: Shariff, N.N.M., Yakob, M.A., Hamidi, Z.S., Aghwan, Z.A.A., Latch, N. (eds) *Selected Proceedings from the 1st International Conference on Contemporary Islamic Studies (ICIS 2021)*. Springer, Singapore. [https://doi.org/10.1007/978-981-19-2390-6\\_19](https://doi.org/10.1007/978-981-19-2390-6_19)
- Omais, S.; & Santos, M. A. (2022b) Psicologia Islâmica: uma visão panorâmica sobre modelos e concepções teóricas da psiquê humana. *Rever Revista de Estudos de Religião*, 22 (2), p. 139-154. <https://doi.org/10.23925/1677-1222.2021vol22i2a11>
- Omais, S.; & Santos, M. A. (2024a). Alcorão: uma leitura sobre as particularidades do livro sagrado dos muçulmanos, a *Sunna*, o profeta Muhammad e os pilares fundamentais do Islã. *Revista Estudos de Religião*. (In press).
- Omais, S.; & Santos, M. A. (2024b). Psicologia Islâmica: uma perspectiva inclusiva de epistemologias religiosas no campo da Psicologia da Religião. *Psicologia USP*, 35. (In Press).
- Omais, S.; Santos, M. A. dos. (2024c). Sheikhs do Brasil: papéis sociais e trajetórias de líderes islâmicos no contexto brasileiro. *Caminhos - Revista de Ciências da Religião*. In press. <https://seer.pucgoias.edu.br/index.php/caminhos/index>
- Omais, S.; Tarif, E.; & Santos, M. A. (2023). Ethics, morals, virtues and character strengths: a comparison between Islamic Psychology and Positive Psychology. In Al-Karam, C. Y. (Ed.), *The way of love*, 129-152. Al Karam Press.
- Paloutzian, R. F.; & Park, C. L. (2015). *Handbook of The Psychology of Religion and Spirituality*. 2.ed. Guilford.

- Pargament, K. I. (2023). From Research to Practice: Three Waves in the Evolution of the Psychology of Religion and Spirituality. *Spiritual Psychology and Counseling*, 8(3), 207-225. <http://doi.org/10.37898/spc.2023.8.3.191>
- Park, C.L. (2007). Religiousness/Spirituality and Health: A Meaning Systems Perspective. *Journal of Behavioural Medicine*, 30, 319–328. <https://doi.org/10.1007/s10865-007-9111-x>
- Park, N., & Peterson, C. (2009). Character Strengths: Research and Practice. *Journal of College and Character*, 10(4). <https://doi.org/10.2202/1940-1639.1042>
- Pereira, L. (2021). Islã e a laïcité. *Estudos De Sociologia*, 26(51). <https://doi.org/10.52780/res.15026>
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character Strengths and Virtues*. Oxford University Press.
- Rankin, K., & Sweeny, K. (2021). Preparing Silver Linings for a Cloudy Day: The Consequences of Preemptive Benefit Finding. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 48(8), 1255–1268. <https://doi.org/10.1177/01461672211037863>
- Raudah, S. F., Arief, Y., & Rahman, A. A. (2023). Abu zayd al-balkhi's perspective on depression and anxiety in "masalih al-abdan wa al-anfus." *Psikis : Jurnal Psikologi Islami*, 9(2), 302–311. <https://doi.org/10.19109/psikis.v9i2.19621>.
- Ravetz, J. (1991). Prospects for an Islamic science. *Futures*, 23(3), 262–272. [https://doi.org/10.1016/0016-3287\(91\)90140-w](https://doi.org/10.1016/0016-3287(91)90140-w).
- Rifai, R. (2016). *Report: Islamophobia is a multimillion-dollar industry*. Al Jazeera. <https://www.aljazeera.com/features/2016/6/24/report-islamophobia-is-a-multimillion-dollar-industry>
- Rothman, A., & Coyle, A. (2018). Toward a Framework for Islamic Psychology and Psychotherapy: An Islamic Model of the Soul. *Journal of Religion and Health*, 57(5), 1731–1744. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-0651-x>.
- Sabjan, M. A. (2019). The meaning and experience of happiness in Islam an overview. *The European Proceedings of Social and Behavioural Sciences*. <https://doi.org/10.15405/epsbs.2019.09.44>.
- Salgado Neto, L. (2010). Discursos sobre o islã e os muçulmanos em livros didáticos. *Cadernos Do Aplicação*, 23(1), 63–100. <https://doi.org/10.22456/2595-4377.12887>
- Saritoprak, S. N., & Abu-Raiya, H. (2022). Living the Good Life: An Islamic Perspective on Positive Psychology. *Handbook of Positive Psychology, Religion, and Spirituality*, 179–193. [https://doi.org/10.1007/978-3-031-10274-5\\_12](https://doi.org/10.1007/978-3-031-10274-5_12)



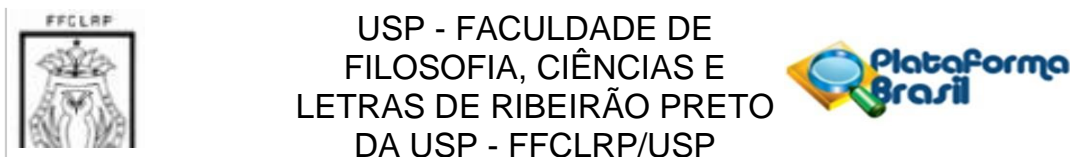
- Scorsolini-Comin, F., & Santos, M. A. D. (2010a). Psicologia Positiva e os instrumentos de avaliação no contexto brasileiro. *Psicologia: Reflexão E Crítica*, 23(3), 440–448. <https://doi.org/10.1590/s0102-79722010000300004>
- Scorsolini-Comin, F., & Santos, M. A. D. (2010). The scientific study of happiness and health promotion: an integrative literature review. *Revista Latino-Americana De Enfermagem*, 18(3), 472–479. <https://doi.org/10.1590/s0104-11692010000300025>
- Scorsolini-Comin, F., & Santos, M. A. (2013). Avaliação das emoções: considerações sobre o conceito de bem-estar subjetivo e sua utilização na ciência psicológica. In Bartholomeu, D.; Montiel, J. M.; Miguel, F. K.; Carvalho, L. F.; Bueno, J. M. (Org.), *Atualização em avaliação e tratamento das emoções*, 21-40. Vetor.
- Seligman, M. (2018). PERMA and the building blocks of well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 13(4), 333–335. <https://doi.org/10.1080/17439760.2018.1437466>
- Seligman, M. E. P. (2005). *Aprenda a ser otimista*. Nova Era.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5–14. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.55.1.5>
- Seligman, M. E.P. (2011). *Florescer: uma nova compreensão sobre a natureza da felicidade e do bem-estar*. Objetiva.
- Sheldon, K. M., & Lyubomirsky, S. (2019). Revisiting the Sustainable Happiness Model and Pie Chart: Can Happiness Be Successfully Pursued? *The Journal of Positive Psychology*, 16(2), 145–154. <https://doi.org/10.1080/17439760.2019.1689421>
- Silva, J. D. A., Comin, F. S., & Santos, M. A. (2017). Bodas para uma vida: motivos para manter um casamento de longa duração. *Temas Em Psicologia*, 25(2), 487–501. <https://doi.org/10.9788/tp2017.2-05>
- Silva, R. M. (2020). Eudemonia – Eudaimonia: a busca da felicidade. *Ensaios Filosóficos*, v. 21, 105-114. [https://www.ensaiosfilosoficos.com.br/Artigos/Artigo21/00\\_Revista\\_Ensaios\\_Filosoficos\\_Volume\\_XXI.pdf](https://www.ensaiosfilosoficos.com.br/Artigos/Artigo21/00_Revista_Ensaios_Filosoficos_Volume_XXI.pdf)
- Siqueira, A. C. de. (2017). As ciências e suas histórias nas cento e oitenta mil, quinhentos e trinta e uma noites Árabes: Reflexões sobre o império Árabe--Islâmico medieval e algumas conexões com o brasil imperial. Universidade Federal do Rio de Janeiro, UFRJ, 121p. *Dissertação de Mestrado*.

- Siqueira, M. M. M., & Padovam, V. A. R. (2008). Bases teóricas de bem-estar subjetivo, bem-estar psicológico e bem-estar no trabalho. *Psicologia: Teoria E Pesquisa*, 24(2), 201–209. <https://doi.org/10.1590/s0102-37722008000200010>
- Sisemore, T. A.; Knaab, F. J. (2020). *The psychology of world religions and spiritualities: and indigenous perspective*. Templeton Press.
- Steger, M. (2009). Meaning in life. In: Lopez, S. J., & Snyder, C. R. In *The Oxford handbook of positive psychology*. Oxford University Press.
- Sunna Resources and Information. (s.d.). Sunna.com. Disponível em: <https://sunna.com>.
- Sweeney, M. J. (2007). Philosophy and “Jihād:” Al-Fārābī on Compulsion to Happiness. *The Review of Metaphysics*, 60(3), 543–572. <http://www.jstor.org/stable/20130817>
- Taibah, S. A., Hawadi, L. F., & Al-Asyhar, T. (2023). Psychotherapy: a comparison between Abu Zayd Al-Balkhi and CBT. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 9(2), 179-190. <https://doi.org/10.19109/psikis.v9i2.17915>
- Tanhan, A., & Young, J. S. (2021). Muslims and Mental Health Services: A Concept Map and a Theoretical Framework. *Journal of Religion and Health*, 61(1), 23–63. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01324-4>
- Tasci, U. N. (2020). *The world's first, and still-operating, university is in Morocco*. The World's First, and Still-operating, University Is in Morocco. Retrieved March 30, 2024, from <https://www.trtworld.com/magazine/the-world-s-first-and-still-operating-university-is-in-morocco-36652>.
- Turato, E. R. (2003). *Tratado da metodologia da pesquisa clínico-qualitativa*. Vozes.
- Turato, E. R. (2005). Métodos qualitativos e quantitativos na área da saúde: definições, diferenças e seus objetos de pesquisa. *Revista De Saúde Pública*, 39(3), 507–514. <https://doi.org/10.1590/S0034-89102005000300025>
- Turner, M., Scott-Young, C. M., & Holdsworth, S. (2017). Promoting wellbeing at university: the role of resilience for students of the built environment. *Construction Management and Economics*, 35(11–12), 707–718. <https://doi.org/10.1080/01446193.2017.1353698>
- Vaillant, G. E. (2010). *Fé: evidências científicas*. Manole.
- Vicente, J.J.N.B., & Pereira, C. A. (2011). Sêneca e a vida feliz. *Revista Seara Filosófica*, 4, 79-89. Disponível em: <https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/searafilosofica/article/viewFile/545/579>

- Weischedel, W. (2000). *A escada dos fundos da filosofia*. Editora Angra.
- Wissing, M. P., Schutte, L., & Liversage, C. (2022). Embracing Well-Being in Diverse Contexts: The Third Wave of Positive Psychology and African Imprint. *Cross-Cultural Advancements in Positive Psychology*, 3–30. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-85924-4\\_1](https://doi.org/10.1007/978-3-030-85924-4_1)
- Wong, P. T. P. (2011). Positive psychology 2.0: Towards a balanced interactive model of the good life. *Canadian Psychology / Psychologie Canadienne*, 52(2), 69–81. <https://doi.org/10.1037/a0022511>
- Wong, P. T. P. (2012). Toward a dual-systems model of what makes life worth living. In P. T. P. Wong (Ed.), *The human quest for meaning: Theories, research, and applications* (2 ed., pp. 3–22). Routledge/Taylor & Francis Group.
- Zamzami, M., HosseiniEskandian, A., Gholizadeh, H., Shariati, M. M., Muktafi, M., & A'la, A. (2021). Physical and Spiritual Dimensions of Happiness in the Thought of al-Fārābī and Ibn Sīnā. *Teosofia: Indonesian Journal of Islamic Mysticism*, 10(2), 229–248. <https://doi.org/10.21580/tos.v10i2.8629>.
- Zine, J. (2022). *Center for Race & Gender, UC Berkeley -The Canadian Islamophobia industry: Mapping Islamophobia's Ecosystem in the Great White North - Page 1 - Created with Publitas.com*. Disponível em: <https://view.publitas.com/center-for-race-gender-uc-berkeley/irdp-report-the-canadian-islamophobia-industry/page/1>
- Zuzanek, J., & Zuzanek, T. (2014). of happiness and of despair, is there a measure? Time Use and Subjective Well-being. *Journal of Happiness Studies*, 16(4), 839–856. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9536-1>

## ANEXO A

## Parecer consubstanciado do comitê de ética em pesquisa



## PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

## DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

**Título da Pesquisa:** PSICOLOGIA POSITIVA E O ISLAM - Análise dos elementos ligados à Felicidade e ao bem estar, sob a perspectiva do Alcorão

**Pesquisador:** SÁLUA OMAIS

**Área Temática:**

**Versão:** 2

**CAAE:** 29928720.3.0000.5407

**Instituição Proponente:** Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto- USP

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

## DADOS DO PARECER

**Número do Parecer:** 4.049.527

**Apresentação do Projeto:**

Já realizado em parecer anterior.

**Objetivo da Pesquisa:**

Já realizado em parecer anterior.

**Avaliação dos Riscos e Benefícios:**

Já realizado em parecer anterior.

**Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:**

Já realizado em parecer anterior.

**Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:**

As pesquisadoras atenderam às recomendações solicitadas por este CEP em relação aos termos.

Todavia, em relação ao cronograma, ainda se faz necessária uma alteração quanto à data de início da coleta de dados e da tabulação/análise destes, que deverá constar nesta plataforma, assim como no projeto.

**Recomendações:**

Recomendamos a retificação do cronograma (adequar a data de início da coleta de dados, pois a mesma é anterior ao dia em que este parecer foi apreciado pelo CEP) e a inclusão do roteiro para coleta de dados como anexo ao projeto de pesquisa.

**Endereço:** Av. Bandeirantes 3.900

**Bairro:** Monte Alegre

**CEP:** 14.040-901

**UF:** SP

**Município:** RIBEIRAO PRETO

**Telefone:** (16)3315-4811

**E-mail:** coetp@ffclrp.usp.br



**USP - FACULDADE DE  
FILOSOFIA, CIÊNCIAS E  
LETRAS DE RIBEIRÃO PRETO  
DA USP - FFCLRP/USP**



Continuação do Parecer: 4.049.527

**Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:**

Não há mais pendências ou inadequações.

**Considerações Finais a critério do CEP:**

**Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:**

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1516115.pdf	29/04/2020 06:15:30		Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_SALUAOMAS_VERSAO2_ABRIL2020.pdf	29/04/2020 06:14:25	SÁLUA OMAIS	Aceito
Outros	ROTEIRO_ENTREVISTA_DE_PESQUISA_SALUAOMAS.pdf	28/04/2020 15:03:00	SALUA OMAIS	Aceito
Outros	OFICIO_RESPOSTA_PENDENCIAS_CEP.docx	28/04/2020 15:00:24	SÁLUA OMAIS	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	PROJETO_DOUTORADO_SALUAOMAS_COMITEDEETICA_VERSAO2_ABRIL2020.pdf	28/04/2020 14:45:22	SÁLUA OMAIS	Aceito
Parecer Anterior	PARECER_ANTERIOR_CEP.pdf	28/04/2020 14:43:44	SALUA OMAIS	Aceito
Folha de Rosto	FOLHADEROSTO_SALUAOMAS.pdf	03/03/2020 08:45:13	SÁLUA OMAIS	Aceito

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Não

RIBEIRAO PRETO, 26 de Maio de 2020

---

**Assinado por:  
Patrícia Nicolucci  
(Coordenador(a))**

**Endereço:** Av. Bandeirantes 3.900

**Bairro:** Monte Alegre

**CEP:** 14.040-901

**UF:** SP

**Município:** RIBEIRAO PRETO

**Telefone:** (16)3315-4811

**E-mail:** coetp@ffclrp.usp.br

## ANEXO B

### COMPROVANTES DE SUBMISSÃO DOS ARTIGOS

#### ARTIGO 1

[MMHP] Agradecimento pela submissão

🕒 Você respondeu em Seg, 17/01/2022 10:22

**R** Raquel Martins de Assis <rmassis@ufmg.br>  
Para: Você

↩ Responder ↶ Responder a todos ➡ Encaminhar 📧 ...  
Qui, 22/12/2021 23:51

SALUA OMAIS:

Obrigado por submeter o manuscrito, "Religiosidade/Espiritualidade: interações com o bem-estar e saúde mental à luz da Psicologia Positiva" ao periódico **Memorandum**. Memória e História em Psicologia. Com o sistema de gerenciamento de periódicos on-line que estamos usando, você poderá acompanhar seu progresso através do processo editorial efetuando login no site do periódico:

URL da Submissão: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/memorandum/authorDashboard/submission/37598>  
Usuário: salua

Se você tiver alguma dúvida, entre em contato conosco. Agradecemos por considerar este periódico para publicar o seu trabalho.

Raquel Martins de Assis

#### ARTIGO 2

**Psicologia USP** - Manuscript ID PUSP-2022-0015

🕒 Você encaminhou esta mensagem em Qui, 03/02/2022 12:57

**PU** **Psicologia USP** <onbehalfof@manuscriptcentral.com>  
Para: Você  
Cc: Você; masantos@ffclrp.usp.br

↩ Responder ↶ Responder a todos ➡ Encaminhar 📧 ...  
Qui, 03/02/2022 11:48

03-Feb-2022

Dear Dr(a), OMAIS:

Your manuscript entitled "**Psicologia** Islâmica: uma perspectiva inclusiva de epistemologias religiosas no campo da **Psicologia** da Religião" has been successfully submitted online and is presently being given full consideration for publication in the **Psicologia USP**.

Your manuscript ID is PUSP-2022-0015.

Please mention the above manuscript ID in all future correspondence or when calling the office for questions. If there are any changes in your street address or e-mail address, please log in to ScholarOne Manuscripts at <https://mc04.manuscriptcentral.com/pusp-scielo> and edit your user information as appropriate.

You can also view the status of your manuscript at any time by checking your Author Center after logging in to <https://mc04.manuscriptcentral.com/pusp-scielo>.

Thank you for submitting your manuscript to the **Psicologia USP**.

Sincerely,  
**Psicologia USP** Editorial Office

#### ARTIGO 3

[ER] Agradecimento pela Submissão

**S** smtpmetodista@metodista.br  
Para: Você

↩ Responder ↶ Responder a todos ➡ Encaminhar 📧 ...  
Qui, 20/04/2023 09:38

SÁLUA OMAIS,

Agradecemos a submissão do seu manuscrito "Alcorão: uma leitura sobre as particularidades do livro sagrado dos muçulmanos, a Sunna, o profeta Muhammad e os pilares fundamentais do Islã" para Estudos de Religião. Através da interface de administração do sistema, utilizado para a submissão, será possível acompanhar o progresso do documento dentro do processo editorial, bastando logar no sistema localizado em:

URL do Manuscrito:  
<https://br01.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Fwww.metodista.br%2Frevistas%2Frevistas-metodista%2Findex.php%2FER%2Fauthor%2Fsubmission%2F1037512&data=03%7C01%7C%7C%955707904844d897b08db41a490a6%7C84df9e7fe9640dfb435aaaaaaaaaa%7C1%7C0%7C638175947306359956%7CUnknown%7CTWFpbGZlb3p8eW9kaWkiCjQjoiV2luZmlkCjBTIj6ik1haWwiiCjYXVCi6Mm0%3D%7C3000%7C%7C%7C&data=244R8VAIsb1esdnt8rubeNSTi2XA9nN4by315P9yE%3D&reserved=0>  
Login: salua

Em caso de dúvidas, envie suas questões para este email. Agradecemos mais uma vez considerar nossa revista como meio de transmitir ao público seu trabalho.

Equipe Editorial  
Estudos de Religião

#### ARTIGO 4



## ARTIGOS E CAPÍTULOS ACEITOS, EM EDIÇÃO E/OU PUBLICADOS

### ARTIGO 1

[MMHP] Decisão editorial

R Raquel Martins de Assis <rmassis@ufmg.br>  
Para: Você, Manoel Antônio dos Santos

Responder Responder a todos Encaminhar  
Sáb, 09/01/2022 18:37

Prezada Sálua Omais e Prezado Manoel Antônio dos Santos,

O artigo "Religiosidade/Espiritualidade: interações com o bem-estar e saúde mental à luz da Psicologia Positiva", submetido à revista **Memorandum** - memória e história em psicologia, foi aprovado para publicação e encontra-se em fase de editoração.

A publicação será realizada no decorrer do ano de 2022.

Cordialmente,

Raquel Martins de Assis

Editora da Revista **Memorandum** - memória e história em psicologia.

Universidade Federal de Minas Gerais

Responder Responder a todos Encaminhar

### ARTIGO 2

Psicologia USP

**Decision Letter (PUSP-2022-0015)**

**From:** iannirs@usp.br  
**To:** saluaomais@hotmail.com  
**CC:**  
**Subject:** Psicologia USP - Decision on Manuscript ID PUSP-2022-0015  
**Body:** 04-Apr-2023

Dear Dr. OMAIS:

It is a pleasure to accept your manuscript entitled "Psicologia Islâmica: uma perspectiva inclusiva de epistemologias religiosas no campo da Psicologia da Religião" in its current form for publication in the Psicologia USP.

Thank you for your fine contribution. On behalf of the Editors of the Psicologia USP, we look forward to your continued contributions to the Journal.

Sincerely,  
Dra. Ianni Scarcelli  
Editor-in-Chief, Psicologia USP  
iannirs@usp.br

**Date Sent:** 04-Apr-2023

### ARTIGO 3

14-03-2024 10:23 PM

SÁLUA OMAIS,

Foi tomada uma decisão sobre o artigo submetido à revista Estudos de Religião, "Alcorão: uma leitura sobre as particularidades do livro sagrado dos muçulmanos, a Sunna, o profeta Muhammad e os pilares fundamentais do Islã".

A decisão é: aceitar.

Att

Profa. Dra. Naira Pinheiro dos Santos  
Universidade Metodista de São Paulo  
nairapinheiro@gmail.com

Estudos de Religião  
<http://ojs.umesp.edu.dti/revistas-metodista/index.php/ER>

### ARTIGO 4

[CAM] Decisão editorial

DP OJS - PUC-GO  
Para: Você

Responder Responder a todos Encaminhar  
Sex, 31/05/2024 12:4

Sálua Omais, Manoel Antônio dos Santos,

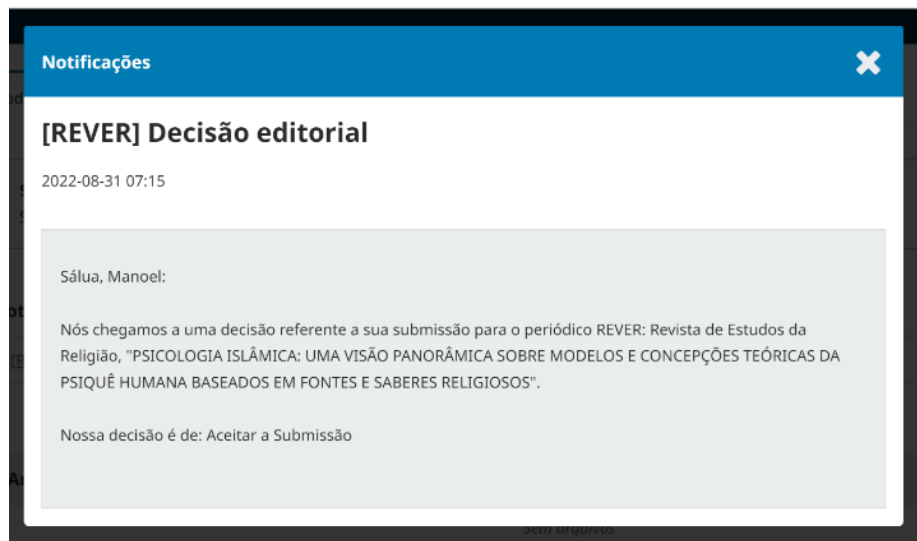
Foi tomada uma decisão sobre o artigo submetido à revista **Caminhos** - Revista de Ciências da Religião, "SHERKHS DO BRASIL: PAPEIS SOCIAIS E TRAJETÓRIAS DE LÍDERES ISLÂMICOS NO CONTEXTO BRASILEIRO".

A decisão é: ACEITO para integrar o próximo número de **Caminhos**, em agosto de 2024.

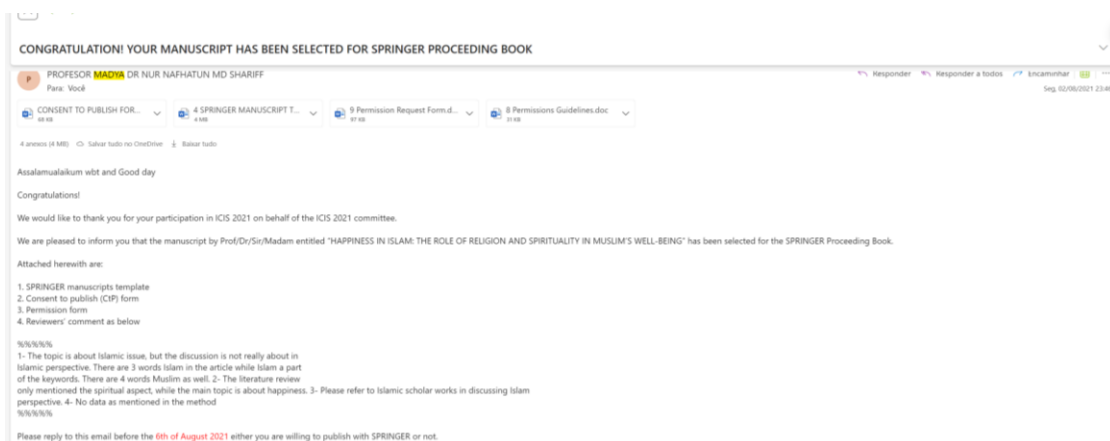
**Caminhos** Revista do Programa de Pós Graduação Stricto Sensu em Ciências da Religião da PUC Goiás <http://seer.pucgoias.edu.br/index.php/caminhos>



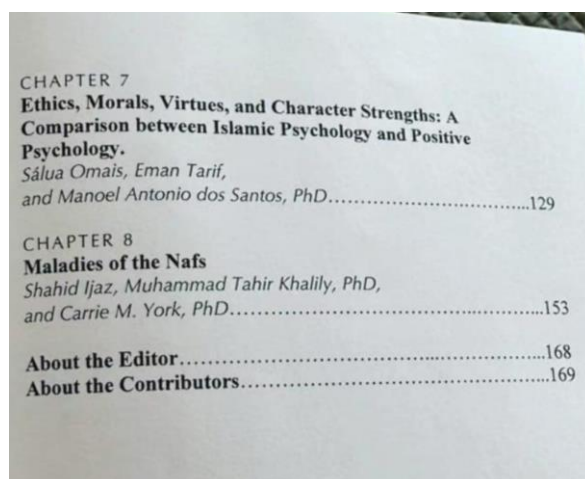
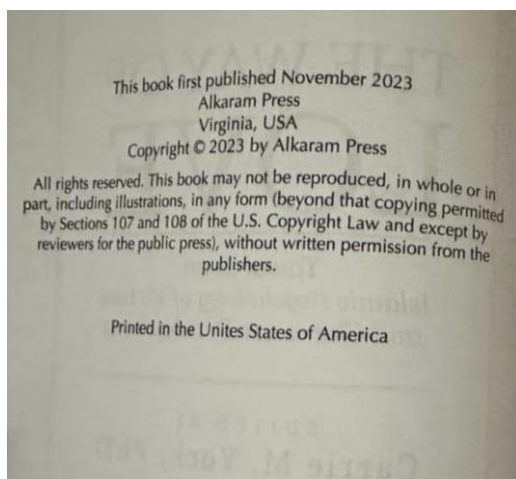
## ARTIGO 5



## ARTIGO 6



## ARTIGO 8 (CAPÍTULO EM LIVRO FÍSICO)

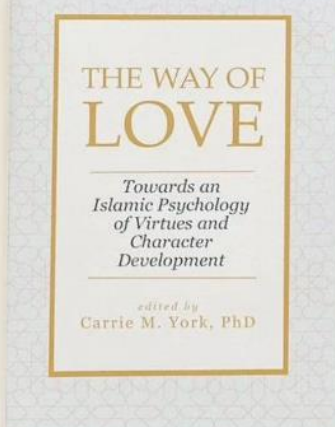


## CHAPTER 7

### Ethics, Morals, Virtues, and Character Strengths: A Comparison Between Islamic Psychology and Positive Psychology

Sálua Omais, Eman Tarif & Manoel Antônio dos Santos, PhD

The study of human virtues has been, for many years, a wide theme of discussion in several fields, such as philosophy, psychology, and theology. Positive psychology, a movement which began in the late 1980s and led by Martin Seligman, identifies factors that influence happiness and well-being, including the importance of virtues and character strengths (Seligman, 2004; 2011). In positive psychology, character strengths are considered personality traits that connect with human virtues and enable personal development through practice, leading to a positive emotional state and resulting in a higher level of engagement (Peterson & Seligman, 2004). For centuries many of these elements were present in Islam, through its religious teachings, to guide Muslims in their lives. However, despite the similarity between virtues in both western and Islamic perspectives, within an Islamic context these behaviors are not only limited to the individual or social scope but are also a way of worshiping God. This means that, besides the personal and social dimensions, these practices are also guided and supported by religious and spiritual motivations. The Quran, as well as the *summah* (prophetic traditions), places a lot of emphasis on ethical behavior and rules




**THE WAY OF  
LOVE**

*Towards an  
Islamic Psychology  
of Virtues and  
Character  
Development*

edited by  
Carrie M. York, PhD

*Edited by*  
**DR. CARRIE M. YORK**

*With Chapters by*  
Shaykh Hasan Awan, MD; Haseena Sahib;  
Maneeza Dawood, PhD; Anisah Bagasra,  
PhD; Chena Ismail, PsyD; Sarah Mohr,  
LCSW; Misbah Rafiq, PhD; Salua Omais;  
Shawkat Ahmad Shah, PhD; Eman Tarif;  
Manoel Antonio dos Santos, PhD;  
Muhammad Tahir Khalily, PhD; and Shahid  
Ijaz.

 **ALKARAM  
PRESS**  
www.alkaraminstitute.org

Buy now at [bit.ly/Thewayoflovecm](http://bit.ly/Thewayoflovecm)

**The Way of Love: Towards an Islamic Psychology of Virtues and Character Development** is an edited volume that seeks to advance the fields of Islamic psychology, positive psychology, and scholarship on virtue and character development. It also seeks to bring the science of Islamic spirituality into the purview of modern psychology. Contributors explore a wide range of topics and offer recommendations for ways forward in this emerging area of inquiry. They also discuss practical applications and the relevance of an Islamic positive psychology within a western American context. Written by experts in a way that is accessible to any reader, this volume is a resource for students, scholars, clinicians, pastoral caregivers, or anyone interested in virtue and character development, positive psychology, Islamic psychology, Islamic spirituality, and related fields.