Aufklärung Revista de Filosofia

AUFKLÄRUNG, João Pessoa, v.12, n.2, Ago., 2025, p.45-62
DOI: https://doi.org/10.18012/arf.v12i2.72884
Recebido: 25/02/2025 | Aceito: 30/06/2025
Licença: Creative Commons 4.0 International (CC BY 4.0)

Moral, ética e virtudes sob o olhar da filosofia islâmica, psicologia Islâmica e psicologia positiva

[Morals, ethics and virtues from the perspective of Islamic philosophy, Islamic psychology and positive psychology]

*Salua Omais**
Universidade de São Paulo – USP, Brasil

Resumo: Embora o estudo da ética, moral e virtudes seja um dos temas centrais da filosofia, esse também é um objeto de estudo de outras áreas do conhecimento como a teologia e a psicologia. A proposta desse estudo é realizar uma análise comparativa dos conceitos relacionados ao caráter e às virtudes humanas, sob a ótica filosófica, psicológica e teológica, apontando pontos de convergência e divergência entre elas. O texto inclui conteúdos sobre moral, ética e virtudes na perspectiva da filosofia islâmica e da psicologia islâmica contrastando com as concepções da psicologia positiva, campo emergente que também se dedica a esse objeto de estudo, porém sob uma perspectiva secular. Constata-se a partir desse estudo que a discussão interdisciplinar acerca dessa temática, além de relevante, pode proporcionar importantes contribuições para o pensamento filosófico, para as ciências da religião e para o campo da psicologia.
Palavras-chave: Virtudes; Filosofia Islâmica; Islã; Psicologia Islâmica; Psicologia Positiva

Abstract: Although the study of ethic, moral and virtues is a central theme in philosophy, it is also an object of study in other fields of knowledge, such as theology and psychology. The purpose of this study is to conduct a comparative analysis of concepts related to character and human virtues from philosophical, psychological, and theological perspectives, highlighting points of convergence and divergence among them. The text includes discussions on morality, ethics, and virtues from the perspective of Islamic philosophy and Islamic psychology, contrasting these with the conceptions of positive psychology—an emerging field that also focuses on this subject but from a secular perspective. This study concludes that interdisciplinary discussion on this topic is not only relevant but can also provide significant contributions to philosophical thought, religious studies, and the field of psychology.
Keywords: Virtues; Islamic Philosophy; Islam; Islamic Psychology; Positive Psychology

Introdução

A palavra ética tem sua origem etimológica no grego ethos, que significa morada, estilo de vida e padrão de caráter. A tradução de ethos para o latim gerou o termo mos, moralitas, que, por sua vez, criou a palavra "moral" (Gontijo, 2006). Apesar de serem termos semelhantes, existem diferenças sutis entre eles. A ética é um conceito ligado ao mundo externo em um contexto mais amplo, um objeto de estudo e reflexão de boas maneiras e de

** Doutora em Psicologia - Programa de Pós-Graduação da Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto (FFCLRP) da Universidade de São Paulo – USP, com estágio doutoral (doutorado sanduíche) no Cambridge Muslim College (CMC) e na Universidade de Cambridge/ UK. E-mail: saluaomais@hotmail.com*

AUFKLÄRUNG, João Pessoa, v.12, n.2, Ago., 2025, p.45-62

bons costumes entre as pessoas. A moralidade seria ligada a um contexto mais interno e subjetivo do caráter e na capacidade de avaliar o certo e o errado, o bom e o mau, o vício e a virtude (Ali, 2015).

O estudo das virtudes humanas se configurou ao longo do tempo como um campo de discussões filosóficas, mas que também se entrelaçam a outras áreas do conhecimento, como a teologia e a psicologia, por exemplo. No âmbito científico, no entanto, a junção dessa temática com diferentes áreas do saber nem sempre é frequente, recebendo um maior destaque nas indagações construídas historicamente no campo filosófico. Enquanto estudos teológicos associam o comportamento virtuoso à religiosidade, na filosofia o estudo dessa temática visa uma melhor compreensão sobre a moral e o desenvolvimento do caráter, e, na psicologia, investiga-se como esses comportamentos influenciam a saúde mental e o bem-estar.

A ideia de separar o estudo da alma sob a perspectiva religiosa, do estudo da moral, na perspectiva filosófica, e da psiquê humana na ciência psicológica sem considerar suas confluências impede uma compreensão mais integrada do ser humano, uma vez que a religião influencia crenças e comportamentos humanos, estando fortemente presente na vida de muitos indivíduos. Desse modo, a busca da realidade como ela é, sob a visão filosófica, pode ser um tanto limitada sem a inclusão das diferentes visões de mundo, sejam elas de cunho religioso ou cultural. De modo análogo, na ciência psicológica, o estudo da natureza interna do indivíduo que desconsidera os saberes tradicionais religiosos e/ou culturais cria lacunas que eventualmente podem comprometer a compreensão da psique como um todo, e consequentemente, a eficácia do trabalho profissional.

Dada essa contextualização, o objetivo desse estudo é traçar um paralelo entre as concepções relacionadas ao caráter e às virtudes humanas, sob uma ótica interdisciplinar que une saberes teológicos, filosóficos e psicológicos, apontando pontos de convergência e divergência entre elas. O estudo percorre os saberes de três áreas do conhecimento, de modo a construir uma perspectiva interdisciplinar que reflita os diferentes olhares existentes sobre essa temática. A despeito do assunto ter sido explorado por filósofos muçulmanos da idade média, o conteúdo apresentado no texto intercala ideias teológicas islâmicas com reflexões seculares relacionadas ao refinamento do caráter, da ética e da moral. Discute-se também como os ensinamentos, orientações e preceitos ético-morais advindos de fontes islâmicas incentivam a prática de virtudes a partir de alguns referenciais teóricos que, além de amplamente explorados no passado pela filosofia islâmica, hoje também integram os estudos da Psicologia Islâmica.

ÉTICA, MORAL E VIRTUDES SOB A VISÃO DA FILOSOFIA ISLÂMICA

A ética, sob uma perspectiva islâmica, também está ligada à natureza pura do ser humano (*fitrah*) sendo um elemento ligado diretamente ao caráter. Caráter na língua árabe é uma palavra que deriva do termo akhlaq. Filósofos

muçulmanos como Ibn Miskawayh (2003) explica o sentido da palavra akhlaq ou khuluk como um estado da alma onde o indivíduo realiza ações sem a necessidade de deliberar. A ética da virtude (akhlaq) se concentra no estudo do caráter e das qualidades morais de um indivíduo (Abdullah, 2014), um estado interno da alma que se manifesta por meio de ações. Para Miskawayh não basta apenas ser ensinado a praticar as virtudes, pois tal processo precisa ser constantemente praticado para se integrar à natureza do indivíduo. Para uma melhor assimilação das etapas desse processo, Miskawayh dividiu o estudo da ética islâmica em três partes: como cultivar a virtude, como preservá-la, e como manter a alma afastada dos vícios (Abdullah, 2014; Rahim, 2013).

AUFKLÄRUNG, João Pessoa, v.12, n.2, Ago., 2025, p.45-62

As virtudes e o processo de formação e refinamento do caráter na visão de filósofos muçulmanos

Segundo Al-Ghazali (1997), teólogo e também um dos pensadores proeminentes da filosofia islâmica, o controle do ego e das emoções são as bases para a construção do caráter. Ele argumentava que um dos caminhos para o refinamento do caráter seria a purificação da alma. Para isso, seria necessário um aprimoramento das condutas e o abandono dos desejos ou maus hábitos (tahliya). Isso porque, segundo estudiosos islâmicos, abandonar algo ruim seria mais fácil de início do que tentar adotar um novo comportamento ao qual ainda não se está habituado. No entanto, nada disso será possível se não houver uma intenção sincera em tais práticas, tanto com relação a Deus, a si mesmo e aos outros (Al Ghazali, 1997).

A purificação da alma (tazkiyat el *nafs*) se configura, segundo Al-Ghazali (1997), como o propósito base para o treinamento da alma (riyadat al-*nafs*) cujo objetivo é incentivar o indivíduo a praticar determinado comportamento com frequência até que se habitue àquele hábito. A riyadat al-*nafs* é dividida em 3 etapas: refinar a moral por meio do conhecimento, purificar as ações por meio da sinceridade e por fim, praticá-las. Ele enfatiza que bons traços de caráter só podem ser adquiridos por meio da autodisciplina para, então, fazerem parte da natureza do indivíduo como uma relação recíproca entre o coração e os membros, entre a alma e o corpo. Essa autodisciplina se fortaleceria a partir da conexão do coração com os membros do corpo que, consequentemente, impulsionariam o sujeito em direção à ação. Ao mesmo tempo, os efeitos no corpo também irão repercutir sobre o coração. Esse ciclo de repetições integradas entre o coração e os membros do corpo cria uma espécie de hábito que funciona como um movimento circular. A constância e as repetições de tais hábitos e condutas são extremamente importantes para a evolução do indivíduo, e quando se trata do caráter, esta se torna uma das formas de se alcançar a purificação da alma (tazkiyat). Por isso ele defende que "um equilíbrio de traços de caráter torna a alma saudável, enquanto qualquer desvio desse equilíbrio constitui uma doença e desordem dentro dela" (Al Ghazzali, 1997, p.39).

Muitos pensadores muçulmanos afirmaram que as virtudes seriam o

AUFKLÄRUNG, João Pessoa, v.12, n.2, Ago., 2025, p.45-62

caminho para a felicidade, tanto na vida terrena quanto na vida após a morte. Yasien (2006) destaca que, na visão de Al-Isfahani, um dos estudiosos muçulmanos proeminentes do século VIII, a virtude não depende apenas do intelecto, mas também do aspecto emocional e da evolução espiritual do indivíduo. Para equilibrar todas essas esferas, seria necessário que os seres humanos cultivassem as virtudes da alma, as virtudes do corpo e as virtudes externas. As virtudes da alma seriam a sabedoria, a coragem, a temperança, a generosidade e a justiça. Portanto, para exercer a generosidade, a pessoa precisaria de coragem para se desfazer de seus bens, e ao mesmo tempo, de sabedoria e senso de justiça para realizar essa ação de forma eficaz. Ele também cita a humanidade e a nobreza como virtudes que englobam todas as outras, pois são qualidades diretamente ligadas ao ser humano e suas ações (Yasien , 2006).

Na visão islâmica, as virtudes possuem uma característica plural e por isso não podem ser compreendidas isoladamente, mas sim de forma integrada, em uma relação de interdependência. Foi assim que muitos estudiosos islâmicos abordaram o assunto. Al-Ghazali (1997) por exemplo, em sua obra Ihya Ulum al-Din, escrito no século XI, lista quatro virtudes que, segundo ele, seriam a base de outros traços de caráter: sabedoria, justiça, coragem e temperança. A sabedoria teria o objetivo de orientar a alma para a distinção entre o certo e o errado envolvendo portanto qualidades como discernimento, discrição e pensamento crítico. A coragem estaria ligada a qualidades como nobreza, firmeza, afeto, resistência e bravura. A temperança, por sua vez, seria representada por comportamentos como a paciência, a generosidade, a modéstia, a tolerância, o contentamento e o controle dos desejos.

Outro filósofo que também discorre sobre essa integração das virtudes é Ibn Miskawayh (2003). Ele defendia a ideia de que a prática das virtudes de forma metódica e sistemática conduz ao hábito, e por isso, à medida que são repetidas, tais práticas passam a ser exercidas sem esforço ou dificuldade, contribuindo na formação do caráter e na conquista da felicidade. Ele faz uma analogia interessante entre a moral e a medicina, afirmando que cultivar o caráter seria uma forma de preservar a saúde da alma. Para isso, seria necessária uma “terapia moral” ou uma “restauração da saúde moral” com o fim de erradicar a raiva, o medo e a arrogância, que representam algumas das doenças da alma.

A sabedoria e justiça seriam as virtudes mais presentes no Alcorão (Fakry, 1991). Na visão islâmica, o conceito de justiça é expresso de diferentes maneiras, sendo algumas vezes direcionado ao indivíduo, à sociedade e à justiça divina (Yasien, 2006). Na literatura islâmica, a justiça é um tema de destaque que, além de ser uma das maiores virtudes juntamente com o amor, ela também é considerada o objetivo final de todas as outras virtudes (Fakhry, 1991; Miskawayh, 2003). Essa forte relevância dada à justiça pode ser claramente percebida em alguns versículos do Alcorão como “Certamente Allah Ama aqueles que são justos” (5:42). Miskawayh (2003) defende que a virtude da justiça, responsável pela equidade e pelo equilíbrio, só seria possível a partir da harmonia entre as virtudes da sabedoria, coragem, temperança e suas

respectivas subdivisões. Dentre as virtudes relacionadas à sabedoria o filósofo cita a inteligência, a prudência, o bom senso e a facilidade de entendimento. Dentre aquelas relacionadas à virtude da coragem, ele menciona a firmeza, a força, a bravura, a autoconfiança e a resistência. Com relação à temperança, Miskawayh (2003) cita comportamentos como a modéstia, o autocontrole, a honestidade, a serenidade, o contentamento, a mansidão, a autodisciplina, a piedade, a generosidade e a doçura. E por fim, dentre as virtudes ligadas à justiça, ele destaca a amizade, a reciprocidade, a honestidade, a gentileza e a conciliação.

AUFKLÄRUNG, João Pessoa, v.12, n.2, Ago., 2025, p.45-62

Miskawayh (2003), teorizou sobre as virtudes em suas obras enfatizando que a melhor forma de alcançar a felicidade seria através da sabedoria, tanto intelectual quanto espiritual. Segundo ele, a sabedoria proporcionaria ao sujeito mais energia, autoconfiança, otimismo, tranquilidade, força e satisfação. Para o filósofo, as amizades também são fundamentais para a felicidade humana, pois um indivíduo sozinho não conseguiria praticar as virtudes. O filósofo também cita amplamente o amor, dividindo-o em três categorias: o amor natural que une as pessoas em suas relações sociais, o amor entre cônjuges e o amor dos seres humanos para com Deus, que se assemelha ao amor dos filhos para com os pais. Esse amor direcionado a Deus, segundo o filósofo, só seria possível através da obediência e adoração divina. Miskwayh defende que o aperfeiçoamento do indivíduo ocorre por meio da cognição e das ações. A cognição se aperfeiçoa por meio do conhecimento, enquanto as ações se aperfeiçoam por meio do caráter e da moral (Yasien, 2006).

Pensadores como Al-Isfahani defendem que o amor a Deus seria a forma mais elevada desse sentimento, a partir do qual o ser humano aprende a amar o próximo. O amor humano é a base de todos os relacionamentos, sejam eles conjugais, parentais ou sociais. Além de ser a maior fonte de cooperação entre as pessoas, o amor, segundo ele, seria uma qualidade ainda mais nobre que a justiça, pois onde há amor não há injustiça. Logo, o amor seria o grande motor da justiça, pois dele surgiria o ímpeto para agir de forma justa. O amor é citado no Alcorão como um atributo divino e costuma ser associado a outras qualidades como perdão, misericórdia, gratidão, generosidade e bondade. Tanto o amor quanto a amizade são virtudes sociais, consideradas virtudes da alma (Yasien, 2016). Outra virtude importante enfatizada na vida do muçulmano é a humildade e a modéstia, assim como a moderação, uma vez que orgulho, arrogância, exagero e ostentação são todos condenados na doutrina e se opõe ao princípio básico da submissão às regras divinas (Al-Kaysi, 2003).

Na visão de Al Ghazzali (1997), seriam quatro os elementos que purificam a alma: a ação em si, o poder de realizá-la, o conhecimento sobre ambos e a qualidade da alma. Ele explica que o refinamento do caráter só pode ser alcançado por meio do conhecimento e treinamento da alma (tarbiya). Esse processo pode ser amargo e desagradável no início, pois a pessoa precisará se abster de desejos, velhos hábitos ou comportamentos anteriores. Portanto, é preciso esforço, comprometimento, persistência e uma firme determinação do indivíduo até que o hábito seja internalizado. Ele também explica que nossos estados e disposições psicológicas, chamados kayfiyyat *nafs*anyya, às vezes

AUFKLÄRUNG, João Pessoa, v.12, n.2, Ago., 2025, p.45-62

podem ser firmes (malakat) ou frágeis (ahwal). Os frágeis podem ser perdidos ou removidos facilmente, enquanto os mais firmes ou mais sólidos no caráter do indivíduo, seriam inatos (tabiiyya / fitriyya) ou adquiridos (adiyya). Essas qualidades inatas são naturais e espontâneas, porém as aquiridas requerem determinação e repetição até que tais características sejam internalizadas, integrando a natureza e a vida do indivíduo.

ÉTICA, MORAL E VIRTUDES SOB A VISÃO DA PSICOLOGIA ISLÂMICA

Ética e moral possuem uma relação intrínseca com o comportamento religioso dos muçulmanos e os princípios da fé islâmica. Para Ali (2015), assim como o comportamento moral afeta a esfera social, ele também afeta as questões econômicas, que por sua vez afetam a educação, e esta afeta a política, e assim continuamente várias áreas do conhecimento são influenciadas, numa relação de complementariedade, o que torna necessária uma compreensão mais integral do assunto. É por esta razão que na psicologia islâmica, esse é um tema multidisciplinar que liga o estudo da psicologia, teologia e jurisprudência (Shariah), fazendo assim uma conexão integrada de aspectos do caráter com as necessidades do indivíduo e do meio social (Fakhry, 1991).

Segundo Koenig e Al-Shoaib a religião islâmica influencia a saúde do indivíduo direta e indiretamente em função dos elementos psicológicos, sociais e comportamentais das prescrições religiosas. Se a base mais forte do Islam para incentivar comportamentos saudáveis é a crença e a submissão a Deus, logo são elas que influenciam as mais diversas decisões e comportamentos dos adeptos. Contudo, o estudo da ética e da moral atrelada à religião nem sempre é interpretada com bons olhos na sociedade secular em que vivemos, a qual não deveria ser imposta de forma universal para todos os povos. As comunidades muçulmanas, de modo geral, consideram a moral e a religiosidade elementos entrelaçados, em virtude da relação de reciprocidade que os caracteriza. Logo, a compreensão da visão de mundo dessa população não pode ser regida pelo prisma ocidental. Esse é o problema em analisar essa temática sob a visão tradicional, uma vez que muitos consideram a moralidade como algo rígido que restringe a liberdade dos indivíduos. No entanto, a vida social torna-se extremamente difícil sem um código de conduta pautado pela ética e pela moral.

Nas últimas décadas, a decolonialidade assumiu um protagonismo no intuito de resgatar e construir perspectivas teóricas que não se restringissem a uma única visão de mundo. A disseminação das psicologias nativas (indigenous psychology) ressaltou a necessidade de novas epistemologias capazes de alinhar perspectivas teóricas com as crenças e modos de vida de diferentes povos, culturas e religiões. O mesmo ocorreu em matérias relacionadas ao campo de estudo do Islam, que, enxergaram a necessidade de teorias alinhadas ao modo de vida dos muçulmanos. Uma dessas epistemologias emergentes é a psicologia islâmica, cuja proposta é integrar os estudos de psicologia a saberes

islâmicos. Considerando-se que no Islam a religião abrange tanto a vida espiritual quanto a vida secular de seus seguidores, torna-se fundamental compreender como os elementos doutrinários influenciam as cognições, decisões, atitudes e comportamentos desses grupos.

A psicologia islâmica se caracteriza por uma abordagem holística e interdisciplinar que combina as ciências e práticas islâmicas ao estudo da alma, afetos, cognições, e comportamentos ancorando os ensinamentos do Alcorão e da *Sunna* em estudos teóricos e empíricos (York Al-Karam, 2018; Rassool, 2021). Tal epistemologia agrega saberes religiosos e filosóficos aos estudos de psicologia, tendo em vista que a abordagem eurocêntrica presente na maioria das teorias psicológicas tradicionais foi construída com base no estilo de vida e características da cultura ocidental, deixando de incorporar conteúdos e valores alinhados às crenças e ao modo de vida dos muçulmanos (York Al- Karam, 2018; Badri, 2016, Haque & Rothman, 2021; Pasha-Zaidi, 2021; Rasool, 2021).

AUFKLÄRUNG, João Pessoa, v.12, n.2, Ago., 2025, p.45-62

Desse modo, trata-se de um referencial que busca preencher a lacuna existente em concepções teóricas clássicas da psicologia, que, segundo Badri (2016), foram construídas sob um, viés eurocêntrico, ateísta e universalizante. A necessidade da criação desse novo paradigma psicológico surge com o objetivo de incluir as particularidades da fé islâmica e oferecer subsídios para um atendimento mais conectado às práticas, hábitos, e estilo de vida desse grupo especificamente, cujos comportamentos são permeados e moldados pelas tradições religiosas (Badri, 2016, 2018 ; Elzamzamy , Ahmed, Hassan, El Mahdi, 2021). Essa perspectiva teórica propõe-se também a resgatar e agregar os saberes da filosofia islâmica, de estudiosos muçulmanos que marcaram a história da Ciência ao longo da Idade Média, deixando um grande legado em diversos campos do saber. Assim como ocorreu no Ocidente, no mundo árabe a filosofia também foi a ciência precursora da psicologia, e por isso, a psicologia islâmica absorveu uma grande parte das contribuições filosóficas islâmicas relacionadas às cognições, emoções e comportamentos, tornando esse repertório teórico o ponto de partida para o desenvolvimento de conhecimentos que contribuam para os estudos sobre a saúde mental e psicológica.

A relação de multi e interdisciplinariedade que agrega saberes ontológicos, filosóficos, psicológicos e teológicos é uma das marcas da psicologia islâmica. A mistura de saberes e ideias disseminadas por filósofos e pensadores muçulmanos antigos com ensinamentos tradicionais do Islam e teorias contemporâneas é o que caracteriza a psicologia islâmica, sendo assim difícil traçar uma linha definida que separe a perspectiva teológica, filosófica e psicológica, uma vez que todos esses saberes derivam do paradigma islâmico.

O Alcorão e a *Sunna* como fonte de orientação sobre a ética e a moral

O livro sagrado do Islam é um elemento chave na vida dos muçulmanos, uma vez que é ele quem direciona os comportamentos de seus adeptos,

AUFKLÄRUNG, João Pessoa, v.12, n.2, Ago., 2025, p.45-62

influenciando diretamente suas vidas, suas formas de pensar, interpretar e agir no mundo. Daí a importância em compreender a influência que os valores e prescrições islâmicas exercem sobre os comportamentos e estilo de vida dos muçulmanos, tanto sob a perspectiva social quanto individual. As prescrições alcorânicas, juntamente com as diversas orientações proféticas que encorajam os muçulmanos a cultivarem o caráter e o comportamento virtuoso, funcionariam como elementos norteadores para a prática das virtudes. A formação do caráter no Islam segue as prescrições e diretrizes da *Sunna* e do Alcorão, as chamadas fontes primárias da ética islâmica (Ilm alakhlaq) cujo objetivo é fazer com que o indivíduo eleve a conduta virtuosa a um nível ideal (Rahim, 2013).

Na visão islâmica, os princípios éticos não se separam das leis religiosas, a sharia, conjunto de leis baseadas em prescrições religiosas que regulam as regras de conduta. A lógica que explica isso se baseia na premissa de que o que é bom ou ruim nem sempre está ao alcance da inteligência humana. Muitos vícios ocorrem devido à dificuldade do ser humano em domar seus desejos à medida que se ampara em seu senso de responsabilidade e no livre arbítrio. Para alguns, isso por si só já seria suficiente, porém, para uma grande parcela das pessoas, o uso exclusivo do livre-arbítrio pode não ser capaz de frear certos comportamentos. Na perspectiva islâmica, esse seria o intuito da sharia. O objetivo é estabelecer limites com base em uma sabedoria divina mais ampla, de modo a proteger os indivíduos de excessos e condutas que comprometam o bem-estar social. Portanto, a ética islâmica e a shariah acabam sendo vertentes entrelaçadas (Rahim, 2013).

O caráter é enfatizado em vários ensinamentos islâmicos, assim como ocorre em outras religiões, sendo assim uma das mais distintas e elevadas formas de fé e religiosidade que um muçulmano pode alcançar, sendo uma das principais missões atribuídas no Islam ao Profeta Muhammad. O nível de importância dado ao caráter no Islã é tão elevado que, alguns hadith (tradições proféticas) o colocam em posição igual ou até superior às práticas e/ou rituais tradicionais religiosos. Isso é confirmado quando o profeta explica aos seus discípulos que "os crentes mais completos na fé são aqueles que têm o melhor caráter", ou também quando ele diz: "por seu bom caráter, um crente alcançará o grau de quem ora durante a noite e jejua durante o dia" (*Sunna*h.com, s.d.).

Além de ser uma espécie de interpretação holística da natureza humana, é preciso lembrar que o Alcorão é um código de conduta e um código de leis, não havendo separação entre as leis divinas e as condutas seculares. De acordo com Ali (2015), os fundamentos da moralidade do Alcorão se concentram principalmente em uma abordagem centrada em Deus (tawheed), na expectativa de uma vida após a morte (akhirah) e na pureza e sinceridade das intenções (tasawwuf). Assim, o principal motivador da ação moral no Islam, além das leis, da racionalidade e da consciência humana, é a consciência de Deus (taqwa), pois, sem essas crenças sólidas, as leis da sociedade seriam insuficientes para conter as ações humanas.

Com relação às virtudes mais incentivadas, o Alcorão cita aquelas focadas mais especificamente no indivíduo, como a sinceridade (8:27), a

gratidão (31:12), a humildade (17:37), o pensamento crítico (30: 9), o perdão (24:22), a prudência (31:19); a integridade (2:283), a confiança (3:159), a paciência (46:35), a firmeza (5:8), a lealdade (5:2) e a busca do conhecimento em diferentes formas (20:114). Bensaid e Machouche (2019) acrescentam que as qualidades mais proeminentes na perspectiva islâmica, no que se refere às condutas sociais seriam a humanidade, a confidencialidade, a cordialidade, a justiça, o espírito cívico, a generosidade, a simplicidade, a cooperação, a responsabilidade, a compaixão, a empatia, a sabedoria, a gentileza, o amor, a justiça, a dignidade e outras atitudes pró-sociais.

No que diz respeito à temperança, o Alcorão desencoraja todos os tipos de excessos, seja em alimentação, gastos financeiros, comportamento sexual, ostentação, vaidade e outros comportamentos ligados aos prazeres hedônicos. Outro elemento frequente no Alcorão é a paciência. No Islam, paciência e fé são entendidas como um "sumário" da crença (Pasha-Zaidi, Al-Seheel , Bridges-Lyman, Dasti , 2021a; Yasien, 2006). Outros, contudo, dão à gratidão uma posição de maior destaque, pois ela representaria o contentamento do indivíduo com relação aos desígnios divinos (Yasien , 2006). Quanto à paciência, além de estar associada à temperança e ao controle dos impulsos, no Alcorão, ela também é apresentada com diferentes significados no Alcorão, principalmente no sentido de persistência (3:200), de resignação (referência), de fé (3:200), de espera (10:109), de esperança (11:115), de aceitação (16:127), ou de tolerância (20:130).

A VIRTUDE NA PSICOLOGIA ISLÂMICA E SUA RELAÇÃO COM A *FITRAH*, A NATUREZA PURA DO INDIVÍDUO

Segundo os saberes islâmicos, todo indivíduo nasce com uma natureza pura (*fitrah*), presente nos primórdios da vida. Ela permanece dentro dele como se fosse uma inclinação natural, e, quanto mais conectado a Deus, mais próximo o sujeito estará da sua natureza mais pura (*fitrah*), a qual por sua vez, irá direcioná-lo para a prática de virtudes. Por isso as virtudes são consideradas na visão islâmica como características divinas dadas aos humanos, por se tratarem de comportamentos ligados à bondade, um dos maiores atributos divinos (Yasien, 1996). No entanto, vários fatores ao longo da vida levam o indivíduo a se distanciar de sua boa índole, afastando-o dessas ações (Rothman, 2022; Rothman & Coyle, 2018; Keshavarzi & Ali, 2021). A distância do comportamento virtuoso provoca uma desconexão de si mesmo e da dimensão divina. Por outro lado, a prática das virtudes o aproxima de Deus e da natureza pura da qual ele foi criado, gerando um estado de tranquilidade, satisfação e contentamento, como explica o Alcorão (16:97): "Aquele que fizer o bem, seja homem ou mulher, e for um crente, Nós concederemos uma vida agradável e recompensaremos com uma recompensa, de acordo com a melhor das ações".

Do ponto de vista psicoespiritual, a adoção de virtudes e comportamentos positivos na perspectiva islâmica faz parte do processo de purificação da alma (tazkiyat), pois é a partir da boa conduta que o indivíduo

AUFKLÄRUNG, João Pessoa, v.12, n.2, Ago., 2025, p.45-62

AUFKLÄRUNG, João Pessoa, v.12, n.2, Ago., 2025, p.45-62

aprimora suas inclinações comportamentais (*nafs*). Esta purificação da alma (tazkiyat el *nafs*) ocorre por meio da união de fé, rituais e comportamentos virtuosos, que contribuem para a evolução espiritual do indivíduo. Ou seja, a virtude seria então uma união dos saberes e elementos cognitivos, espirituais e comportamentais. Desse modo, a devoção sincera a Deus, o caráter e as boas maneiras são esferas intrinsecamente ligadas, onde a primeira representa a motivação intrínseca para agir de forma virtuosa enquanto a segunda seria a concretização dessa intenção na forma de atos e comportamentos (Al-Ghazali, 1997; Bensaid & Machouche, 2019). Em outras palavras, o desenvolvimento do caráter e a purificação da alma requerem a fusão das dimensões interna e externa para seja consolidado de forma mais duradoura. A dimensão interna, representada pela espiritualidade e pela fé são a motivação intrínseca que conduzirá o indivíduo às dimensões externas, simbolizadas pelos rituais, pela prática e pela concretização das virtudes.

Keshavarzi e Nsour (2021) explicam que, para o treinamento comportamental (riyadat el *nafs*), é necessário que a prática das virtudes seja iniciada na infância afim de consolidá-las na vida adulta como um comportamento mais cristalizado. Para se tornarem consistentes ao longo do tempo, essas ações precisam ser iniciadas por pequenos atos que não exijam muito esforço, até que se solidifiquem. Segundo os autores, tais comportamentos seriam como um músculo que, se sobrecarregado com um peso maior do que sua capacidade, pode acabar sendo danificado. Portanto, num primeiro momento, o foco é investir mais na constância do exercício (riyadat) do que na sua complexidade, já que a prática das virtudes é um hábito que precisa ser repetido. Uma vez automatizadas, essas práticas passam a exigir menos esforço por parte do indivíduo tanto na execução das ações quanto no processo de tomada de decisão, que muitas vezes envolve um conflito entre os desejos do ego e a conduta moral.

ÉTICA, MORAL E VIRTUDES NA VISÃO DA PSICOLOGIA POSITIVA

A psicologia positiva, movimento iniciado no final da década de 1990 que busca identificar os fatores que influenciam a felicidade e o bem-estar (Seligman, 2004; 2011). A ideia da psicologia positiva seria investir em estudos sobre aquilo que "faz bem", na valorização das qualidades humanas, nos fatores que levam à satisfação e não apenas nos elementos que limitam o ser humano, nas patologias ou no sofrimento humano. Esse movimento criou um amplo campo de pesquisa que também englobam estudos inter e multidisciplinares com outras áreas do conhecimento como genética, biologia, antropologia, sociologia, filosofia, neurociências, bem como a religião e a espiritualidade.

Um dos modelos teóricos de destaque na psicologia positiva para o estudo do bem-estar, é o modelo PERMA, um mnemônico formado por cinco elementos: emoções positivas, engajamento, relacionamentos, significado e realização. Além desses, grande parte das pesquisas da psicologia positiva tem

se concentrado no estudo das virtudes e forças de caráter. De modo geral, esses estudos consideram as forças de caráter como traços de personalidade que se conectam com as virtudes humanas, contribuindo para o desenvolvimento pessoal e a saúde emocional (Peterson & Seligman, 2004; Seligman, 2011).

O estudo das forças de caráter surgiu a partir do estudo de Christopher Peterson e Martin Seligman (2004), por meio de extensa pesquisa realizada ao longo de três anos, em 52 países, com o objetivo de identificar as qualidades e virtudes humanas mais valorizadas entre as diferentes culturas, países, e religiões mundiais. Além das diversas fontes de pesquisa utilizadas como livros, revistas, jornais, documentários, etc., o estudo incluiu diferentes doutrinas e religiões como o budismo, o islamismo, o cristianismo, o judaísmo e o confucionismo, além de outros textos filosóficos. Após coletar dados e refinar os resultados obtidos por meio de critérios pré-estabelecidos, foi criado o Character Strengths Values (CSV), considerado a espinha dorsal da psicologia positiva, que inclui as 24 forças mais comuns no ser humano, organizadas em seis grandes grupos de virtudes: sabedoria, coragem, humanidade, justiça, temperança e transcendência (Omais, 2018; Seligman, 2004).

AUFKLÄRUNG, João Pessoa, v.12, n.2, Ago., 2025, p.45-62

Segundo Peterson e Seligman (2004) as forças de caráter seriam o fundamento da condição humana. A investigação e o desenvolvimento desse tema no campo da psicologia ajudariam a identificar traços e comportamentos positivos que contribuem para o bem-estar. Estudos na área já demonstraram benefícios do uso de forças e virtudes humanas para a saúde mental em relacionamentos e ambientes profissionais bem como maiores níveis de satisfação com a vida, engajamento, afeto positivo, autoeficácia, otimismo, resiliência e também redução dos níveis de depressão, estresse e ansiedade (Niemiec, 2019; Niemiec & McGrath, 2019; Rashid & Seligman, 2019; Peterson & Seligman, 2004).

Peterson e Seligman (2004, p. 13) definem as virtudes como "características centrais valorizadas por filósofos morais e pensadores religiosos" explicando que elementos como a sabedoria, humanidade, justiça, temperança, coragem, e transcendência seriam valores essenciais para a construção do bom caráter. Quanto às forças de caráter, eles as descrevem como "os ingredientes psicológicos – processos ou mecanismos – que definem as virtudes". Essas forças funcionariam como uma manifestação externa dos traços do indivíduo ligados a aspectos morais. No entanto, assim como na filosofia, eles deixam claro que as forças de caráter não devem ser praticadas com a intenção de obter algum reconhecimento ou por outros motivos externos, pois isso descaracterizaria seu caráter genuíno e sua ligação com o bom caráter. Um dos diferenciais destacados por eles é a mensuração desses elementos. Assim, além do objetivo de construir conteúdos por uma perspectiva mais psicológica do que filosófica, as forças de caráter diferem das virtudes por serem características mensuráveis, principalmente por sua concretude. Segundo os autores, enquanto as virtudes são abstratas, as forças seriam uma forma concreta de colocá-las em prática.

Além disso, os autores explicam que as forças de caráter são diferentes

AUFKLÄRUNG, João Pessoa, v.12, n.2, Ago., 2025, p.45-62

caminhos que um indivíduo pode usar para alcançar a mesma virtude. Essa diversidade de opções para atingir uma determinada virtude seria necessária tendo em vista que dificilmente uma pessoa teria ou exerceria todas essas forças ao mesmo tempo. É por isso que, segundo eles, "um determinado indivíduo raramente, ou nunca, exibirá todos eles" (Peterson & Seligman, 2004, p. 13). Os autores também defendem que a existência de apenas algumas dessas forças seriam suficientes para caracterizar um bom caráter ao afirmar que "alguém tem um bom caráter se ele ou ela exibe apenas 1 ou 2 pontos fortes dentro de um grupo de virtudes" (Peterson e Seligman, 2004, p. 13).

ÉTICA, MORAL E VIRTUDES: CONTRASTES E CONFLUÊNCIAS ENTRE DIFERENTES PERSPECTIVAS EPISTEMOLÓGICAS

A concepção de virtudes na visão da filosofia islâmica, da psicologia islâmica e da psicologia positiva revela pontos de convergência e divergência entre elas. A diferença entre o estudo das virtudes humanas na perspectiva filosófica e psicológica, por exemplo, é que esta última se dedica a mensurar o efeito prático desses comportamentos nas diversas esferas da vida do indivíduo, nas suas relações e também no âmbito clínico, a nível individual. Alguns filósofos contemporâneos apresentam algumas críticas à psicologia positiva, no que diz respeito a essa temática. Kristjánsson (2013) por exemplo, defende que a concepção das virtudes sob a ótica da psicologia positiva ainda não possui total consonância com a ética em seu sentido mais profundo, dada a complexidade que o tema exige. Para ele, apesar da relação com emoções positivas e bem-estar, o uso de forças voltadas apenas para a conquista da felicidade, sem uma verdadeira educação para o desenvolvimento do caráter, cria lacunas que podem fragilizar o uso efetivo desses recursos na prática. O autor também critica a concepção trazida pela psicologia positiva a respeito das "forças de caráter", alertando que uma força ou virtude não pode ser compensada em detrimento de outras, pois todas são necessárias, e uma possível "especialização" em apenas algumas forças poderia resultar em falhas no caráter do indivíduo. Segundo ele, forças e virtudes não devem ser tratadas de forma lógica e independente, mas de forma integrada para que haja um equilíbrio, pois, dependendo das circunstâncias, pode haver um conflito entre elas, o que exigiria a escolha de uma em detrimento da outra, como por exemplo, quando é preciso escolher entre justiça e compaixão, ou entre prudência e coragem. Por isso ele enfatiza a necessidade de uma virtude mestra dominante e unificadora que faça o papel de "arbitragem" em situações que exijam uma decisão entre uma força e outra.

Alguns autores defendem que as virtudes e as forças de caráter possuem uma relação ampla e direta com a espiritualidade, principalmente por serem comportamentos não materialistas e geralmente ligados a um propósito maior de vida. Para Abdullah (2014), embora alguns termos da psicologia positiva, como força de caráter, tenham sido criados com o intuito de serem explorados sob uma perspectiva diferente da filosofia, o tema é basicamente o mesmo,

girando em torno do estudo da ética e tendo também relação direta com ensinamentos religiosos. Littman-Ovadia e David (2020) também defendem essa opinião, afirmando que toda força de caráter é reflexo da espiritualidade, visto que ambas estão ligadas à moralidade, sendo importante explorar melhor essa inter-relação a partir das diferentes formas de espiritualidade, investigando como elas podem favorecer e estimular a prática de virtudes e comportamentos pró-sociais.

Uma das maiores diferenças observadas entre a psicologia islâmica e a psicologia positiva é a posição que a espiritualidade ocupa em todo esse sistema de virtudes e forças. A espiritualidade na perspectiva islâmica não é simplesmente uma virtude ou força isolada, mas a base de todas elas. A espiritualidade ocupa uma posição central e dirige as demais virtudes. Ao contrário da classificação de Peterson e Seligman (2004), que prega que as virtudes não deveriam ser condicionadas a regras, leis ou elementos externos mas sim uma ação inerentemente espontânea, no Islam existe uma relação de causa e consequência com relação ao comportamento virtuoso e a expectativa de alguma recompensa futura.

Sobre isso, embora o conceito pregado na psicologia positiva sobre a prática de virtudes desvinculada de qualquer elemento condicional seja uma postura nobre e legítima, seria ela realista? Seria realmente possível afirmar que todos os indivíduos, nos mais diversos contextos culturais, educacionais, sociais e econômicos, seriam capazes de praticar as diversas virtudes sem vincular tais práticas a um propósito maior? Sabendo que a prática de certas virtudes exige a abdicação do sujeito contra seus próprios desejos, seria possível afirmar que todos os indivíduos seriam capazes de renunciar à suas vontades de forma totalmente desmotivada? No plano das ideias esse certamente seria o comportamento ideal, porém será que isso se adequa à realidade humana como ela é? Pensando amplamente, e considerando as diversas fragilidades humanas e desigualdades sociais e educacionais no mundo, não seria um tanto irrealista imaginar que toda a humanidade pudesse alcançar esse patamar de evolução de forma despretensiosa, incondicional e desvinculada de alguma expectativa futura?

Na psicologia positiva, é possível identificar uma ênfase especial "nas forças de assinatura", que são consideradas um traço pessoal por estarem naturalmente presentes no indivíduo e serem praticadas mais facilmente. Para Khazaei (2009) o equilíbrio natural do sujeito depende de diversos aspectos relacionados ao caráter, explicando que o aspecto moral do agente que pratica uma ação é mais importante do que o aspecto moral da ação em si própria, apesar de ambos terem efeitos recíprocos na constituição do caráter. Assim, na perspectiva islâmica, o foco não é direcionado apenas para aquelas virtudes ou forças inatas, familiares ou "fáceis" ao indivíduo mas em todas elas, incluindo aquelas não tão marcantes na sua natureza (Al-Ghazali, 1997), uma vez que o que determina esses comportamentos não são os traços ou a personalidade, mas sim o nível de desenvolvimento espiritual.

Percebe-se que, diferentemente das perspectivas presentes na psicologia positiva e na filosofia tradicional, no Islam, a prática das virtudes e o

refinamento do caráter estão fortemente ligados à religiosidade e à espiritualidade, e esta é provavelmente a diferença mais significativa que separa o mundo ocidental do mundo islâmico. Apesar da semelhança entre o estudo das virtudes nas perspectivas ocidental e islâmica em alguns pontos, no contexto islâmico esses comportamentos não se restringem ao âmbito individual ou social, mas também se transformam em uma prática espiritual, ou seja, um ato de adoração divina. Isso significa que, além da dimensão pessoal e social, tais práticas também são pautadas e sustentadas por motivações religiosas e espirituais. Adab e akhlaq são formas de incentivar a conscientização e a consistência de comportamentos que sejam adequados (Fakhry, 1991). Segundo Al-Kasiy (2003), a finalidade das boas maneiras (adab) é estimular a lembrança diária de Deus no indivíduo por meio de ações virtuosas, pois a virtude seria um comportamento de natureza fundamentalmente divina. Por isso a combinação de fé e boas ações é essencial na rotina islâmica.

No Islam, a prática das virtudes é considerada tanto uma prática espiritual como religiosa, enquanto que no modelo ocidental, a espiritualidade é retratada muitas vezes de forma isolada ou separada da religião, podendo ou não acompanhar as outras virtudes. Logo, no mundo secular, a motivação para um indivíduo praticar ou não a virtude depende exclusivamente de seu livre arbítrio, de sua consciência e do bom senso, e não necessariamente de um mandamento ou crença religiosa. Ou seja, tais ações tornam-se centralizadas no indivíduo e em sua vontade. Desse modo, além do livre arbítrio e da consciência individual, a busca do muçulmano pela evolução espiritual a nível mundano e transcendental é incentivada pelos conteúdos e prescrições religiosas. Logo, o comportamento virtuoso não seria simplesmente uma decisão discricionária do indivíduo, mas vinculada ao propósito de agradar a Deus e de uma expectativa de recompensa futura, como realça o Alcorão "[…] E faça o bem, pois Allah certamente ama os benfeitores" (Alcorão, 2:195), e também em outra passagem que diz "Allah prometeu aos que crêem e praticam o bem Seu perdão e uma grande recompensa" (Alcorão, 5:9). A prática de boas ações e/ou virtudes no Islam se associa ao ato de adoração como se observa no seguinte versículo "[...] adore o seu Senhor e faça o que é bom para que você seja bem-sucedido" (Alcorão, 22:77).

Percebe-se desse modo, que o contexto religioso cria uma motivação dupla para encorajar a prática de virtudes. Uma delas é fazer o bem pelo próprio bem, simplesmente pelo prazer em ajudar ao próximo, ou então, no caso do Islam, por uma multiplicidade de razões espirituais, como por exemplo, agradar a Deus, ser recompensado no futuro, ser perdoado por seus pecados e más ações do passado, e também, pelo prazer de fazer o bem. O aspecto motivacional nesse caso se divide entre a esfera humana/social e a esfera transcendental, ao invés de ser total e unicamente depositada no indivíduo, buscando-se com isso a satisfação tanto do ser humano e como a satisfação divina. O foco intenso do Islam na moral, segundo Al-Kasiy (2003), é também a base fundamental da força e da autoconfiança. Isso converge com as ideias da psicologia positiva, desenvolvidas por Petterson e Seligman (2004)

e Niemiec (2019), que destacam que a prática das virtudes e das forças de caráter energiza os indivíduos e melhora a qualidade de seus relacionamentos. De modo semelhante, na perspectiva islâmica, o comportamento virtuoso beneficia não somente o indivíduo e seu bem-estar, como também o bem-estar coletivo uma vez que muitos desses comportamentos são pró-sociais e podem beneficiar as relações humanas em geral.

Um dos pontos que distingue a psicologia islâmica da psicologia positiva é a ênfase no bem-estar da sociedade como um todo, e não apenas no indivíduo. Na psicologia positiva, a prática das virtudes e das forças de caráter visa aumentar o engajamento e o bem-estar do indivíduo, enquanto que na visão islâmica o objetivo principal desses comportamentos é o bem-estar social, mesmo que algumas condutas exijam certas abdicações do sujeito. É por isso que Bensaid e Machmouche (2019, p.62) reforçam que o desenvolvimento de virtudes e qualidades humanas deve ir além da esfera individual, afim de que ela não se reduza a um mero "exercício de intelectualismo, meditação ou luxo espiritual individual". Assim, entende-se no Islam que o bem-estar individual seria um reflexo do bem-estar social, daí a forte presença de orientações, no Alcorão e na *Sunna*, acerca das relações humanas, prescrevendo regras de conduta éticas, de boas maneiras (adab) e instruções sobre a construção do akhlaq, que são as nobres qualidades de caráter (Omar, 2013).

Considerações Finais

As virtudes no Islam são construídas e desenvolvidas a partir da fé e dos valores religiosos do indivíduo, sendo consolidada e materializada por meio de suas ações. Elas ocupam um papel de destaque sendo um elemento fundamental para a completude da espiritualidade. O Alcorão, assim como a *Sunna* (tradições proféticas), coloca muita ênfase no comportamento ético e em regras de conduta individuais e sociais, conectando-as ao âmbito da fé, reforçando assim valores religiosos que fortalecem a ligação do indivíduo com Deus e com a sociedade. Dois termos amplamente utilizados na visão islâmica ao abordar esse assunto são akhlaq, que representa as nobres qualidades de caráter, ética e moral, e adab, que engloba regras de etiqueta sociais e boas maneiras.

Ao discorrer sobre o tema das virtudes, nota-se algumas divergências entre a visão islâmica e ocidental. A ética e a moral islâmica se conectam diretamente à fé, dando prioridade especial ao bem-estar social sobre o bem-estar individual. No Islam entende-se que as fragilidades inerentes à natureza humana podem levar o indivíduo a construir um conceito de certo e errado imperfeito. Juízos de valor podem ser influenciados pela subjetividade e por interesses, necessidades ou aspirações pessoais. Assim, a discricionariedade, que seria o motor que deveria incentivar o indivíduo comum a agir virtuosamente, no Islam é também complementada pela submissão às ordens divinas, tendo em vista que o livre arbítrio e o bom senso do ser humano por si só nem sempre seria suficiente para praticar a virtude.

Os muçulmanos utilizam o Alcorão, a sabedoria divina e os ensinamentos proféticos para guiar suas decisões, ações e conduta, mesmo que isso desagrade ou fique aquém de seus desejos, impulsos ou interesses. Isso explica a conexão da ética e da moral com o princípio central do Islã, representado pela entrega e submissão a Deus e às suas ordens (Al-Aidaros & Shamsudin, 2013; Bensaid & Machouche, 2019), pois isso seria também um ato de confiança com relação à sabedoria divina. O estudo das virtudes humanas integra diferentes áreas do conhecimento, sendo um campo multi e interdisciplinar. Se considerarmos que a maioria das pessoas sofre como resultado de seu comportamento ou do mau comportamento de outras pessoas, estudos e discussões mais aprofundadas e diversificadas sobre a ética, a moral e as virtudes podem ser importantes contribuições para o pensamento filosófico, para as ciências da religião e para o campo da saúde mental.

Referências

ABDULLAH, F. Virtues and character development in Islamic ethics and positive psychology. *International Journal of Education and Social Science*, v. 1, n. 2, p. 69-77, 2014.

AL-AIDAROS, A. H.; SHAMSUDIN, M. F. Ethics and ethical theories from an Islamic perspective. *International Journal of Islamic Thought*, v. 4, p. 1-13, 2013. Disponível em: https://repo.uum.edu.my/id/eprint/21941. Acesso em: 28 jan. 2025.

ALCORÃO SAGRADO. O significado dos versículos do Alcorão Sagrado com comentários. Tradução de S. Hayek. 20. ed. Marsam, 2022.

AL-GHAZALI; WINTER, T.; ISLAMIC TEXTS SOCIETY. *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*. Cambridge: Islamic Texts Society, 1997.

ALI, S. S. The Quranic Morality: An Introduction to the Moral-System of Quran. *Islam and Muslim Societies: A Social Science Journal*, v. 8, n. 1, p. 94-108, 2015. Disponível em: https://muslimsocieties.org/Vol8_1/The_Quranic_Morality.pdf. Acesso em: 28 jan. 2025.

AL-KAYSI, M. I. *Morals and Manners in Islam: A Guide to Islamic Adab.* Leicester: The Islamic Foundation, 2003.

BADRI, M. *The dilemma of Muslim psychologists.* Kuala Lumpur: Islamic Book Trust, 2016.

BADRI, M. *Contemplation: An Islamic Psychospiritual Study.* Herndon: International Institute of Islamic Thought (IIIT), 2018.

BENSAID, B.; MACHOUCHE, S. Muslim morality as foundation for social harmony. *Journal of Al-Tamaddun*, v. 14, n. 2, p. 51-63, 2019. Disponível em: https://doi.org/10.22452/JAT.vol14no2.5. Acesso em: 28 jan. 2025.

ELZAMZAMY, K.; AHMED, R. M.; HASSAN, W.; EL MAHDI, M. The Journey of Islamic Psychology in Egypt: The Case of Muhammad ‘Uthman Nagati. In: HAQUE, A.; ROTHMAN, A. (Eds.). *Islamic psychology around the globe*. Seattle: International Association of Islamic Psychology, 2021.

FAKHRY, M. *Ethical theories in Islam.* Leiden: E. J. Brill, 1991.

FALB, M. D.; PARGAMENT, K. I. Religion, spirituality, and positive psychology: Strengthening well-being. In: TERAMOTO PEDROTTI, J.; EDWARDS, L. (Eds.). *Perspectives on the Intersection of Multiculturalism and Positive Psychology.*Dordrecht: Springer, 2014. p. 193-209. Disponível em: https://doi.org/10.1007/978-94-017-8654-6_10. Acesso em: 28 jan. 2025.

GONTIJO, E. D. Os termos "ética" e "moral". *Mental*, v. 4, n. 7, p. 127-135, 2006. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-44272006000200008&lng=pt&tlng=pt. Acesso em: 28 jan. 2025.

HAQUE, A.; ROTHMAN, A. *Islamic psychology around the globe.* Seattle: International Association of Islamic Psychology, 2021.

KESHAVARZI, H.; ALI, B. Foundations of traditional Islamically integrated psychotherapy (TIIP). In: KESHAVARZI, H. et al. (Eds.). *Introducing traditional Islamically integrated psychotherapy.* Abingdon: Routledge, 2021. p. 1-21.

KESHAVARZI, H.; NSOUR, R. Behavioral (Nafsānī) psychotherapy character development and reformation. In: KESHAVARZI, H. et al. (Eds.). *Introducing traditional Islamically integrated psychotherapy.* Abingdon: Routledge, 2021. p. 236-265.

KHAZAEI, Z. The role of religion in shaping moral character: an Islamic perspective. *JPTR*, v. 79, p. 1-10, 2009.

KOENIG, H. G.; AL-SHOHAIB, S. *Health and well-being in Islamic societies.* Springer, 2014.

KRISTJÁNSSON, K. *Virtues and vices in positive psychology.* Cambridge University Press, 2013.

LITTMAN-OVADIA, H.; DAVID, A. Character strengths as manifestations of spiritual life: Realizing the non-dual from the dual. *Frontiers in Psychology*, v. 11, p. 960, 2020. Disponível em: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00960. Acesso em: 28 jan. 2025.

MISKAWAYH, A. *The refinement of character (Tadhib al-Akhlaq).*Tradução de Seyyed H. N. Kazi Publications, 2003.

NIEMIEC, R. *Character strengths interventions: a field guide for practitioners.* Hogrefe Publishing, 2019.

NIEMIEC, R. M.; MCGRATH, R. E. *The power of character strengths.*VIA Institute Character Press, 2019.

OMAIS, S. *Manual de psicologia positiva.*Qualitymark, 2018.

OMAR, M. N. Ethics in Islam: a brief survey. *Social Sciences*, v. 8, n. 5, p. 387-392, 2013. Disponível em: https://medwelljournals.com/abstract/?doi=sscience.2013.387.392. Acesso em: 28 jan. 2025.

PASHA-ZAIDI, N. Indigenizing an Islamic psychology. *Psychology of Religion and Spirituality*, v. 13, n. 2, p. 194-203, 2021. Disponível em: https://doi.org/10.1037/rel0000265. Acesso em: 28 jan. 2025.

PASHA-ZAIDI, N.; AL-SEHEEL, A.; BRIDGES-LYMAN, K.; DASTI, R. Gratitude and wellbeing: cultivating Islamically-integrated pathways to health and wellness. In: PASHA-ZAIDI, N. (Ed.). *Toward a positive psychology of Islam and Muslims: spirituality, struggle, and social justice.* Springer, 2021. p. 207-234.

PETERSON, C.; SELIGMAN, M. E. P. *Character strengths and virtues: a handbook and classification.* Oxford University Press, 2004.

RAHIM, A. B. A. Understanding Islamic ethics and its significance on the character building. *International Journal of Social Science and Humanity*, v. 3, n. 6, p. 508, 2013. Disponível em: https://doi.org/10.7763/IJSSH.2013.V3.293. Acesso em: 28 jan. 2025.

RASHID, T.; SELIGMAN, M. *Psicoterapia positiva: manual do terapeuta.*Tradução de S. M. M. Rosa. Artmed, 2019.

RASSOOL, G. H. *Islamic psychology: human behaviour and experience from an Islamic perspective.* Routledge, 2021.

ROTHMAN, A. *Developing a model of Islamic psychology and psychotherapy: Islamic theology and contemporary understandings of psychology.* 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, p. 1731-1744, 2018. Disponível em: https://doi.org/10.1007/s10943-018-0651-x. Acesso em: 28 jan.

AUFKLÄRUNG, João Pessoa, v.12, n.2, Ago., 2025, p.45-62

2025.

SELIGMAN, M. E. *Felicidade autêntica.* Tradução de N. Capelo. Objetiva, 2004.

SELIGMAN, M. E. *Florescer: uma nova compreensão sobre a natureza da felicidade e do bem-estar.* Tradução de C. P. Lopes. Rio de Janeiro: Objetiva, 2011.

THE HADITH of the Prophet Muhammad (صلى الله عليه و سلم) at your fingertips. Disponível em: https://sunnah.com/. Acesso em: 28 jan. 2025.

YASIEN, M. *The path to virtue: the ethical philosophy of Al-Rāghib Al-Iṣfahānī.* International Islamic University Malaysia (IIUM), 2006.

YORK AL-KARAM, C. *Islamically integrated psychotherapy: uniting faith and professional practice.*Templeton Press, 2018.