

33 de modalități pentru a dobândi khuṣu' (smerenie, liniște) în salāh (rugăciune)

Muhammed bin Saleh Al-Munajjed

Cartea „33 de modalități pentru a dobândi khuṣu' (smerenie, liniște) în salāh (rugăciune)” aduce în discuție însemnătatea existenței khuṣu'-ului în rugăciune, prezentând principalele mijloace prin care credinciosul poate obține aceasta.

<https://islamhouse.com/2820558>

- 33 de modalități pentru a dobândi khuṣu' (smerenie, liniște) în salāh (rugăciune)
 - Introducere
 - Ascunderea khuṣu'-ului
 - Regulile cu privire la khuṣu'
 - Prima: Dorința puternică de a face ceea ce este obligatoriu
 - Modalitățile de a dobândi khuṣu' în salāh (rugăciune)
 - 1. Pregătirea corespunzătoare pentru rugăciune
 - 2. A efectua rugăciunea fără grabă
 - 3. Amintirea morții în timpul rugăciunii

- 4. A reflecta asupra versetelor și a suplicațiilor recitate în timpul rugăciunii, precum și a interacționa cu ele
- 5. A face pauză la sfârșitul fiecărui verset
- 6. Recitarea în tonuri lente, ritmice (tartil) și înfrumusețarea vocii în timpul recitării
- 7. Cunoașterea faptului că Allah răspunde la rugăciuni
- 8. A așeza un obiect (sutra) în față și a se ruga aproape de acesta

- 9. Punerea mâinii drepte peste cea stângă pe piept
- 10. A îți fixa privirea către locul prosternării
- 11. Mișcarea degetului arătător
- 12. A varia Surele, versetele și adhkār recitate în timpul rugăciunii
- 13. Efectuarea sujūd-ului at-tilāwah la recitarea unui verset unde este cerut
- 14. A căuta adăpost la Allah de Șeitan
- 15. A se gândi la modul în care se rugau predecesorii dreptcredincioși

- 16. Cunoașterea avantajelor khuṣu’-ului în salāh
- 17. A face eforturi pentru a oferi suplicații în momentele corespunzătoare din timpul rugăciunii, în special în sujūd
- 18. Pomenirea lui Allah (dhikr) după rugăciune
- 19. Înlăturarea lucrurilor care distrag atenția
- 20. Evitarea hainelor cu decorații, scris, culori vii sau imagini ce îl vor distra pe adorator

- 21. Evitarea efectuării rugăciunii atunci când mâncarea este servită
- 22. Evitarea efectuării rugăciunii atunci când o persoană trebuie să își satisfacă nevoile naturale
- 23. Evitarea efectuării rugăciunii atunci când o persoană este somnoroasă
- 24. Evitarea efectuării rugăciunii în spatele unei persoane care vorbește (sau care este somnoroasă)
- 25. A nu se preocupa cu netezirea pământului din față în timpul rugăciunii

- 26. A nu-i deranja pe alții cu recitarea noastră
- 27. A nu se întoarce dintr-o parte în alta în timpul rugăciunii
- 28. A nu ridica privirea către Cer
- 29. A nu scuipa în fața unei persoane care se roagă
- 30. A evita căscatul în timpul rugăciunii
- 31. A nu pune mâna pe șolduri în timpul rugăciunii
- 32. A nu lăsa hainele să atârne pe jos în timpul rugăciunii

- 33. A nu imita animalele
 - Este validă rugăciunea unei persoane care suferă de mult waswās (gânduri insinuante de la Șeitan) sau trebuie să o repete?
 - Concluzii

33 de modalități pentru a dobândi khusu' (smerenie, liniște) în salāh (rugăciune)

În Numele lui Allah Ar-Rahman
(Preamilostivul),

Ar-Rahīm (Prea Îndurătorul)

Introducere

Slavă lui Allah, Domnul lumilor, **Care a spus în Cartea Sa:**

„(...) Și stați în picioare dinaintea lui Allah, cu smerenie!” [Traducerea sensurilor Nobilului Coran, 2:238] și Care a spus cu privire la rugăciune:

„(...) (Într-adevăr) ea este anevoioasă, însă nu pentru al-khāṣi'un (cei care se smeresc cu supunere în fața lui Allah).” [Traducerea sensurilor Nobilului Coran, 2:45] și pacea și binecuvântarea fie asupra liderului celor pioși, conducătorul celor care sunt al-khāṣi'un, Mohammed, Mesagerul lui Allah, precum și asupra familiei și a companionilor săi.

Salāh (**rugăciunea**) este cel mai mareț dintre stâlpii practici ai islamului, iar khuṣu' în rugăciune este o cerință a Legii islamice (**Shari'ah**).

Atunci când Iblis, inamicul lui Allah, a jurat să-i călăuzească greșit și să-i ispitească pe fiii lui Adam, **a spus:**

„Și îi voi împresura în valuri, din față și din spatele lor, de la dreapta și de la stânga lor (...)” [Traducerea sensurilor Nobilului Coran, **7:17**]

Printre cele mai importante modalități ale sale folosite în acest sens se află distragerea oamenilor de la salāh (**rugăciune**) prin toate mijloacele posibile și șoptitul (**waswās**) în timpul

rugăciunii pentru a-i priva pe aceștia de bucuria unui act de adorare efectuat în cel mai bun mod cu putință, făcându-i astfel să piardă răsplata pentru ea.

Din moment ce khuṣu' va fi primul lucru care va dispărea de pe Pământ și este posibil ca noi să trăim ultima decadă a acestei lumi, vorbele lui Hudhaifah (**Allah să fie mulțumit de el!**) sunt în mod special pertinente pentru noi:

„Primul lucru pe care îl veți pierde din religia voastră este khuṣu' și ultimul lucru pe care îl veți pierde din religia voastră este salāh. Este posibil ca o persoană să se roage și să nu aibă

niciun pic de bunătate în ea, iar, în curând, veți intra în moschee și nu veți găsi pe nimeni care să aibă khuṣu' în rugăciune.” (Al-Madārij, 1/521)

Din cauza lucrurilor pe care o persoană le cunoaște despre sine și din cauza faptului că mulți oameni se plâng de waswās (șoapte de la Șeitan) în timpul rugăciunii și de pierderea khuṣu'-ului, nevoia unor discuții cu privire la această chestiune este evidentă. Cele ce urmează reprezintă un memento atât pentru mine, cât și pentru comunitatea musulmană, și Îi cer lui Allah Preaînaltul să îl facă benefic.

Allah Preaînaltul spune:

„Fără îndoială că izbândesc și sunt fericiți (vor izbândi și vor avea parte de fericire permanentă atât în această viață, cât și în Viața de Apoi) dreptcredincioșii, ~ Care sunt smeriți (umili și liniștiți, concentrați) în rugăciunea lor.” [Traducerea sensurilor Nobilului Coran, 23:1-2], adică au teamă de Allah. Khușu’ înseamnă liniște sufletească, serenitate, seninătate, demnitate și smerenie. O persoană obține khușu’ atunci când are teamă de Allah Preaînaltul și conștientizează faptul că El îi privește pe oameni întotdeauna. (Tafsir Ibn Kathir, ediția Dār ash-Sha’b, 6/414)

Khușu’ face referire la faptul că omul stă în fața Domnului său cu inima plină

de smerenie și supunere. (Al-Madārij, 1/520)

S-a relatat că Mujāhid (Allah să fie mulțumit de el!) a spus:

„«(...) Și stați în picioare dinaintea lui Allah, cu smerenie!» [Traducerea sensurilor Nobilului Coran, 2:238] înseamnă că face parte din smerenie efectuarea plecăciunii, a fi solemn și supus, a-ți pleca privirea și a fi smerit din teamă față de Allah, Slăvit fie El.” (Ta‘dhim qadr as-salāh, 1/188)

Locul khuṣu’-ului este inima, iar efectele sale se manifestă în trup.

Diferitele capacități ale trupului urmează inima: dacă inima este viciată

de neglijență sau de waswās (șoaptele de la Șeitan) și capacitățile trupului prin care este efectuată adorarea vor fi, de asemenea, viciate. Inima este asemeni unui rege, iar capacitățile trupului sunt asemeni armatei sale, care îi urmează ordinele și se duce acolo unde i se poruncește. Dacă regele este detronat, și adepții lui sunt pierduți, și la fel se întâmplă și atunci când inima nu adoră într-un mod adecvat.

Cu toate acestea, afișarea khușu’-ului și laudarea cu acesta sunt de condamnat. Pentru a evita aceasta, vom enumera mai jos câteva dintre semnele sincerității (ikhlas):

Ascunderea khuṣu'-ului

Hudhaifah (Allah să fie mulțumit de el!) obișnuia să spună:

„«Feriți-vă de khuṣu'-ul ipocriziei!» El a fost întrebat: «Ce este khuṣu'-ul ipocriziei?» El a răspuns: «Atunci când corpul arată khuṣu', dar nu există niciun fel de khuṣu' în inimă.»”

Fudail ibn 'Ayād (Allah să aibă milă de el!) a spus:

„Nu este recomandat ca o persoană să arate mai mult khuṣu' decât are în inimă.”

Unul dintre ei a văzut un om arătând khuṣu' prin umerii și corpul său și i-a spus:

„O, cutare și cutare! Khuṣu' este aici (și a arătat spre piept), nu aici (și a arătat spre umeri).” (Al-Madārij, 1/521)

Explicând diferența dintre khuṣu'-ul credinței adevărate și khuṣu'-ul ipocriziei, Ibn Al-Qayyim (Allah să aibă milă de el) a spus:

„Khuṣu'-ul credinței adevărate apare atunci când inima este conștientă de Măreția și Gloria lui Allah și este smerită în fața Lui, fiind plină de evlavie, teamă și sfială. Așadar, inima

este smerită în totalitate în fața lui Allah și este ca și când ar fi frântă de teamă, sfială, iubire, de recunoașterea Binecuvântărilor lui Allah și de propriile păcate. Astfel, nu există nicio îndoială că khușu’-ul inimii este urmat de khușu’-ul corpului. Cât despre khușu’-ul ipocriziei, el reprezintă demonstrarea exagerată a khușu’-ului are nu se află în inimă.”

Unul dintre saḥābah (companioni, Allah să fie mulțumit de ei!) obișnuia să spună:

„Caut adăpost la Allah de khușu’-ul ipocriziei!” A fost întrebat: „Ce este khușu’-ul ipocriziei?” El (Allah să fie mulțumit de el!) a răspuns: „Atunci

când corpul pare a avea khuṣu', dar nu există niciun fel de khuṣu' în inimă.”

Persoana care simte cu adevărat khuṣu' în fața lui Allah este cea care nu mai simte văpăile dorinței fizice; a cărei inimă este pură și plină cu lumina Măreției lui Allah. Dorințele sale egoiste au murit ca urmare a fricii și a smereniei care i-au umplut inima până la revărsare, fapt pentru care capacitățile sale fizice s-au liniștit, inima a devenit demnă și se simte în siguranță la Allah, în pomenirea Lui, iar serenitatea s-a coborât asupra sa de la Domnul său. Astfel, ea a devenit smerită (**mukhbit**) înaintea lui Allah, iar cel care este smerit este cel asigurat. Pământul care este „mukhbit”

este pământul care este adânc, în care se acumulează apa, aşadar, inima care este „mukhbit” este smerită și mulțumită, precum o bucată de pământ adâncă în care curge și se acumulează apa. Semnul acesteia este acela că o persoană se prosternează în fața Domnului său din respect și cu smerenie și nu își înalță capul până când nu Îl întâlnește. În schimb, inima arogantă este cea care este mulțumită cu aroganța sa și se ridică asemeni unei porțiuni de pământ ridicate, în care apa nu se acumulează niciodată. Acesta este khuşu’-ul credinței adevărate.

În ceea ce privește exagerarea și khuşu’-ul ipocriziei, aceasta este atitudinea unei persoane care încearcă

să se fălească în fața oamenilor cu acesta, dar în interior este încă plină de dorințe. Astfel, deși la exterior ea pare că ar avea khuṣu', șarpele văii și leul pădurii locuiesc în interiorul său, așteptând prada. (Ar-Ruh, p.314, ediția Dār al-Firk, Iordania)

„Khuṣu' în rugăciune apare atunci când un individ își golește inima pentru ea (rugăciune) și se concentrează asupra acesteia, excluzând orice altceva, și o preferă în fața oricărui lucru. Doar atunci el găsește confort și bucurie în ea, după cum a spus Profetul Mohammed (ﷺ): «(...) însă eu mi-am găsit liniștea în rugăciune.»” (Tafsir Ibn Kathir, 5/456. Hadith-ul se află în Musnad Ahmad,

3/128 și Sunan An-Nasa'i, clasificat sahih de către Al-Albani în Sahih al-Jāmi', 3124)

Allah Preaînaltul a menționat al-khāṣi'ina wa-l-khāṣi'āt (bărbații și femeile care sunt supuși în fața Domnului lor) și a descris această calitate ca fiind una dintre calitățile celor care sunt aleși. El ne spune că a pregătit pentru ei iertarea și o răsplată măreață (Paradisul). [A se vedea Surat Al-Aḥzāb, 33:35]

Unul dintre beneficiile khuṣu'-ului este acela că face rugăciunea mai ușoară pentru o persoană. Allah Preaînaltul spune:

„Căutați liman în răbdare și în rugăciune (as-salāh)! (Într-adevăr) ea este anevoioasă, însă nu pentru al-khāṣi' un (adevărații credincioși, aceia care I se supun lui Allah cu supunere totală, cei care se tem de Pedeapsa Lui și cred în Promisiunile și Avertizările Sale).” [Traducerea sensurilor Nobilului Coran, 2:45]

Semnificația acestui verset este aceea că povara rugăciunii este cu adevărat apăsătoare, mai puțin pentru cei care au khuṣu'. (Tafsir Ibn Kathir, 1/25)

Khuṣu' este foarte important, dar este ceva care se pierde ușor și greu de văzut, în special în timpurile noastre,

care reprezintă timpurile finale.
Profetul (ﷺ) a spus:

„Primul lucru care va fi ridicat (îndepărtat) din această Ummah (comunitate musulmană) va fi khuṣu’, până când nu veți mai vedea pe nimeni care să aibă khuṣu’.” (Al-Haithami a relatat acest hadith în Al-Majma’, 2:/136. De asemenea, hadith-ul a fost relatat de către At-Tabarani în Al-Kabir, care a spus că isnad-ul său este hasan. A se vedea, de asemenea, Sahih At-Targhib, nr. 453, unde este clasificat ca fiind sahih)

Un anumit salaf (o persoană dintre predecesorii dreptcredincioși) a spus:

„Salāh (rugăciunea) poate fi comparată cu o sclavă, care este oferită drept cadou regelui regilor. Te-ai putea aștepta ca acesta să primească în dar o persoană infirmă, oarbă, bolnavă, urâtă sau cu un comportament rău, astfel încât, într-un final, acesta ar primi în dar o persoană moartă și fără suflet?! Așadar, cum rămâne cu rugăciunea, cu care robul se prezintă în fața lui Allah și prin intermediul căreia se apropie de Domnul său Cel Preaînalt?! Allah este Bun și nu acceptă nimic altceva în afara faptelor bune și a efectua rugăciunea fără a avea khuṣu' nu este o faptă bună, tot la fel cum nu este o

faptă bună eliberarea unui sclav mort.”
(Al-Madārij, 1/526)

Regulile cu privire la khuṣu'

Conform celei mai corecte opinii, khuṣu' este obligatoriu. Sheikḥ al-Islam (Ibn Taymiyyah, Allah să aibă milă de el!) a spus:

„Allah Preaînaltul spune:

«Căutați liman în răbdare și în rugăciune (as-salāh)! (Într-adevăr) ea este anevoioasă, însă nu pentru al-khāṣi'un (adevărații credincioși, aceia care I se supun lui Allah cu supunere totală, cei care se tem de Pedeapsa Lui și cred în Promisiunile și Avertizările

Sale).» [Traducerea sensurilor
Nobilului Coran, 2:45]

Aceasta presupune condamnarea celor care nu sunt khāṣi'un... Condamnarea se aplică doar atunci când ceva obligatoriu nu este făcut sau când ceva interzis este făcut. Știind că aceia care nu au khuṣu' trebuie condamnați, este evident faptul că a avea khuṣu' este obligatoriu (**wājib**)... Faptul că a avea khuṣu' este obligatoriu este indicat și prin versetele:

«Fără îndoială că izbândesc și sunt fericiți (**vor izbândi și vor avea parte de fericire permanentă atât în această viață, cât și în Viața de Apoi**) dreptcredincioșii, ~ Care sunt smeriți

(umili și liniștiți, concentrați asupra rugăciunii) în rugăciunea lor»

[Traducerea sensurilor Nobilului Coran, 23:1-2]

«Aceia (cei care întrunesc toate atributele menționate) sunt moștenitorii (cei care merită), ~ Cei care vor moșteni Firdaws-ul, și ei în el vor sălășlui.» [Traducerea sensurilor Nobilului Coran, 23:10-11]

Allah, Slăvit și Preamărit fie El, ne spune că aceștia sunt cei care vor moșteni Firdaws-ul (Paradisul), ceea ce implică faptul că nimeni altcineva nu îl va moșteni... Khușu' este obligatoriu în rugăciune, iar aceasta presupune liniște sufletească și khușu'

(originalul spune khuṣū'; probabil ceea ce se dorește a fi înțeles este khudu', care înseamnă supunere, smerenie).

Cel care ciugulește precum o cioară în sujūd-ul său (prosternare) nu are khuṣū', iar cel care nu își înalță complet capul din rukū' (plecăciune) și nu face pauză înainte de a se coborî în sujūd nu este calm, deoarece calmitatea implică facerea lucrurilor într-un ritm ușor, iar cel care nu face lucrurile într-un ritm ușor nu este calm. Cel care nu este calm nu are khuṣū' în rukū' -ul sau în sujūd-ul său, iar cel care nu are khuṣū' este un păcătos... O altă indicație a faptului că a avea khuṣū' în rugăciune este obligatoriu este faptul că Profetul (ﷺ) i-a avertizat

pe cei care nu au khuṣu', așa cum i-a avertizat pe cei care își ridică privirea la Cer (în rugăciune), deoarece această mișcare și ridicarea privirii contrazic ideea de khuṣu' (...)” (Majmū‘ al-Fatāwa, 22/553-558)

Profetul (ﷺ) a spus cu privire la virtuțile khuṣu'-ului și avertizându-i pe cei care îl neglijează:

„Allah Preaînaltul a făcut obligatorii cinci rugăciuni. Cel care efectuează abluțiunea pentru ele în mod corect, le efectuează la timpul lor (la momentul potrivit), efectuează rukū‘ în mod corect și are khuṣu' total în ele, are garanția că Allah îl va ierta; dar cel care nu le efectuează astfel, nu are

nicio garanție din partea lui Allah; El îl poate ierta dacă dorește și îl poate pedepsi dacă dorește.” (Abu Dawud, nr. 425, clasificat ca fiind sahih în Sahih Al-Jāmi’, 3242)

„Cel care efectuează abluțiunea și o face bine, apoi se roagă două rak‘āt în care inima și fața sa se află în concentrare completă, va fi iertat de toate păcatele anterioare.” (An-Nasa’i, nr. 152, și Abu Dawud, nr. 516, clasificat ca fiind sahih în Sahih Al-Jāmi’, 6166)

Atunci când ne gândim la lucrurile care ne ajută să avem khuṣu’ în rugăciune, observăm că acestea pot fi împărțite în două categorii: lucruri care

te pot ajuta să ai khuṣu' și să îl intensifici și lucruri care reduc și slăbesc khuṣu'. Sheikh al-Islam Ibn Taymiyyah (**Allah să aibă milă de el**)! a explicat lucrurile care ne ajută să avem khuṣu' după cum urmează:

„Două lucruri ne ajută să dobândim khuṣu': o dorință puternică de a face ceea ce este obligatoriu și respingerea lucrurilor care ne distrag atenția.”

Prima: Dorința puternică de a face ceea ce este obligatoriu

În ceea ce privește primul punct, dorința puternică de a face ceea ce este obligatoriu, aceasta înseamnă că o persoană se străduiește foarte tare să se

concentreze asupra vorbelor și acțiunilor sale, reflectând asupra înțelesului recitării Nobilului Coran, a celor rostite ca dhikr (**pomenirea lui Allah**) și a suplicațiilor, și își amintește faptul că ea Îi vorbește lui Allah Preaînaltul ca și cum L-ar vedea, deoarece atunci când se roagă, ea Îi vorbește Domnului său.

Ihsān înseamnă să Îl adori pe Allah ca și cum L-ai vedea și să știi că, în ciuda faptului că tu nu Îl poți vedea, El te poate vedea. Cu cât robul gustă dulceața rugăciunii, cu atât va fi mai atras de ea, iar aceasta are legătură cu cât de puternică îi este credința (**imān**).

Metodele pentru întărirea credinței sunt numeroase și, din acest motiv, Profetul Mohammed (ﷺ) obișnuia să spună:

„În această viață, femeile și parfumul mi-au fost făcute dragi, însă eu mi-am găsit liniștea în rugăciune.” (An-Nasa’i)

Conform altei relatări, el (ﷺ) a spus:

„(...) O, Bilal, fă iqāmah (chemarea la rugăciune) și lasă-ne să fim mângâiați de aceasta!” (Abu Dawud)

El (ﷺ) nu a spus: „Haideți să terminăm cu aceasta!”

Cea de a doua: Respingerea lucrurilor care distrag atenția

Cu privire la cel de al doilea punct, **respingerea lucrurilor care distrag atenția**: aceasta înseamnă străduința de a înlătura toate chestiunile care distrag atenția, care te fac să te gândești la altceva decât la rugăciune, și toate gândurile care te distrag de la scopul rugăciunii. Aceasta diferă de la o persoană la alta, deoarece gradul de waswās are legătură cu gradul de extindere a dubiilor și a dorințelor unei persoane și cu concentrarea inimii și dependența acesteia de ceea ce iubește și de eforturile ei de a evita ceea ce îi displace. (Majmū‘ al-Fatāwa, 22/606-607)

Pe baza acestei diviziuni, vom discuta acum unele dintre:

Modalitățile de a dobândi khuṣu' în salāh (rugăciune)

Musulmanul trebuie să se străduiască pentru a obține și pentru a își consolida khuṣu' în salāh (rugăciune). Acest lucru se poate realiza prin mai multe modalități, printre care se numără următoarele:

1. Pregătirea corespunzătoare pentru rugăciune

Acest lucru se poate face, spre exemplu, prin următoarele mijloace:

- prin repetarea cuvintelor adhān-ului (chemarea la rugăciune) după muezin (persoana care face chemarea la rugăciune);

-prin pronunțarea de du‘ā’ (suplicații) ce pot fi recitate după adhān:

„«Allāhumma Rabba hadhihi ad-da‘wati At-tāmmah, wassalati al-qa’imah, āti Muhammadan al-wasīlata wal-fadīlah, wab‘ath-hu maqāman mahmūdan alladhi wa’adtah» (O, Allah, Stăpân al acestei chemări perfecte și Stăpân al acestei rugăciuni care este oferită, acordă-i lui Mohammed al-uasila [privilegiul de a mijloci] și al-fadila [eminența] și

înaltă-l în locul binecuvântat pe care I
l-ai promis.)”

- prin recitarea suplicației dintre adhān
și iqāmah;

- prin efectuarea abluțiunii (wudū’)
într-un mod corespunzător, rostind
formula „Bismi-llah” (în Numele lui
Allah) înainte de a îl efectua, făcând
dhikr (a Îl pomeni pe Allah) și rostind
una dintre următoarele du‘ā’ după
acesta:

„«Ash-hadu an lā ilāha ill-Allah
wahdahu laa sharika lah, wa ash-hadu
anna Mohammedan ‘abduhu wa
rasuluhu. Allāhumma aj’alni min at-
tawābin waj’alni min al-

mutatahhirina» (Mărturisesc că nu există altă divinitate demnă de adorare în afară de Allah Unicul, Care nu are parteneri, și mărturisesc că Mohammed este Robul și Mesagerul Său. O Allah, fă-mă dintre cei care se căiesc și dintre cei care se purifică!)”

- prin folosirea siwāk-ului pentru a curăța și parfuma gura, care urmează să recite din Nobilul Coran în scurt timp, și aceasta deoarece Profetul Mohammed (ﷺ) a spus:

„(...) Purificați-vă gurile (cu ajutorul siwāk-ului) pentru (recitarea Nobilului) Coran.” (Al-Bazzar, care a spus: „Nu există un lanț de relatatori mai bun decât acesta.”, în Kashf Al-

Astār, 1/242 și Al-Haithami, care a spus: „Relatatorii săi sunt de încredere.”, clasificat ca fiind sahih de către Al-Albani, în As-Sahihah, 1213)

- prin purtarea celor mai bune și curate haine și aceasta deoarece Allah Preaînaltul spune:

„O, fii ai lui Adam! Luați-vă gâtelile (a se înțelege prin gâteală atât curățenia corporală, cât și alegerea celor mai bune straie) voastre la toate locurile de rugăciune (păgânii din Arabia preislamică făceau înconjurul sanctuarului Al-Ka‘bah în pielea goală. Allah interzice această practică și le poruncește oamenilor să-și acopere goliciunea. Aceasta este o poruncă

adresată dreptcredincioșilor, aceea de a îmbrăca veșminte alese de fiecare dată când merg la moschee sau la o adunare.) (...)” [Traducerea sensurilor Nobilului Coran, 7:31]

Allah Preaînaltul este Cel care merită cel mai mult să ne vadă „luându-ne gătelile” pentru El. Hainele curate și frumos mirositoare sunt, de asemenea, mai confortabile și mai relaxante, spre deosebire de hainele de dormit sau de lucru.

- de asemenea, trebuie să ne pregătim prin acoperirea awrei (părți specifice ale trupului unei persoane care trebuie acoperite) în mod corespunzător, prin purificarea locului unde urmează să

efectuăm rugăciunea, pregătindu-ne devreme pentru aceasta și așteptând rugăciunea, făcând rândurile (de rugăciune) drepte și ferme, fără niciun fel de spațiu (între oameni), pentru că Șeitanii vin în spațiile dintre rânduri.

2. A efectua rugăciunea fără grabă

Profetul Mohammed (ﷺ) obișnuia să efectueze rugăciunea fără grabă, permițându-i fiecărui os să se așeze la locul lui (isnād-ul său a fost clasificat ca fiind sahih în Sifat as-Salāh, p. 134, ediția a 11-a Ibn Khuzaymah, clasificat sahih de asemenea de către Al-Hāfiz în Al-Fath, 2/308). El (ﷺ) le-a poruncit celor care nu își efectuau rugăciunea

într-un mod corespunzător să facă același lucru spunând:

„(...) Niciunul dintre voi nu s-a rugat în mod corespunzător până când nu a făcut aceasta.” (Abu Dawud)

Abu Qutādah (Allah să fie mulțumit de el) a relatat că Mesagerul lui Allah (ﷺ) a spus:

„«Cel mai rău tip de hoț este cel care fură din rugăciunea sa.» Companionii au întrebat: «O, Mesager al lui Allah, cum poate o persoană să fure din rugăciunea sa?» El (ﷺ) a răspuns: «Prin neefectuarea rukū'-ului și a sujūd-ului în mod corespunzător.»” (Ahmad și

Al-Hakim, 1/229, clasificat sahih de către Al-Albani în Sahih al-Jāmi’)

Abu ‘Abd Allah al-Ash’ari (Allah să fie mulțumit de el!) a relatat că Profetul (ﷺ) a spus:

„Cel care nu face rukū’ în mod corespunzător și ciugulește în sujūd, este precum un om înfometat care mănâncă doar o curmală sau două; aceasta nu îi aduce niciun beneficiu.” (At-Tabarani în Al-Kabir, 4/115, clasificat hasan de către Al-Albani în Sahih al-Jāmi’)

Cel care efectuează rugăciunea în grabă nu poate avea khuṣū’, pentru că graba este ca o barieră pentru khuṣū’,

iar ciugulitul asemeni unei ciori este ca o barieră pentru răsplată.

3. Amintirea morții în timpul rugăciunii

Profetul Mohammed (ﷺ) a spus:

„Aduceți-vă aminte de moarte în rugăciunea voastră, pentru că acela care își aduce aminte de moarte în timpul rugăciunii se va ruga în mod corespunzător și va efectua rugăciunea unei persoane care crede că nu se va mai ruga o altă rugăciune.” (Al-Baiyhaqi, clasificat sahih de către Al-Albani în As-Silsilat as-Sahihah, 1421, iar As-Suyuti, Al-Hafiz și Ibn Hajar au clasificat acest hadith ca fiind hasan)

Profetul (ﷺ) l-a sfătuit de asemenea pe Abu Ayub (Allah să fie mulțumit de el!):

„Atunci când te ridici pentru rugăciune, roagă-te ca și cum ai efectua rugăciunea de adio (...)” (Ahmad, 5/142, și Ibn Majah, clasificat hasan de către Al-Albani în Sahih al-Jāmi’) – însemnând rugăciunea celui care crede că nu se va mai ruga o altă rugăciune. Cel care se roagă va muri cu siguranță și va exista o rugăciune care va fi ultima, fapt pentru care trebuie să aibă khuṣu’, pentru că nu știe dacă este sau nu ultima sa rugăciune.

4. A reflecta asupra versetelor și a suplicațiilor recitate în timpul rugăciunii, precum și a interacționa cu ele

Nobilul Coran a fost revelat pentru a reflecta asupra versetelor sale. Allah Preaînaltul spune:

„(Iată) o Carte binecuvântată (Coranul) pe care Noi ți-am trimis-o, pentru ca ei să ia aminte la versetele (semnele) ei și pentru ca aceia care au pricepere să chibzuiască!” [Traducerea sensurilor Nobilului Coran, 38:29]

Nimeni nu poate reflecta asupra versetelor decât dacă are cunoștințe cu privire la semnificația a ceea ce este

recitat, astfel încât să se poată gândi la aceasta și să fie mișcat până la lacrimi de ea. **Allah Preaînaltul spune:**

„Și aceia care atunci când le sunt pomenite Semnele Domnului lor, nu se apleacă asupra lor surzi și orbi (ci se apleacă asupra lor, ascultându-le și privindu-le cu atenție).” [Traducerea sensurilor Nobilului Coran, **25:73**]

Astfel, importanța studierii Tafsir-ului (exegeza Nobilului Coran) este evidentă.

Ibn Jarir (Allah să aibă milă de el!) a spus:

„Sunt extrem de uimit de oamenii care citesc Coranul și nu cunosc

semnificația (a ceea ce citesc). Cum se pot bucura ei de citirea acestuia?”

(Muqaddimat Tafsir at-Tabari de Mahmud Shākir, 1/10. Din acest motiv, este important ca, atunci când cineva citește Coranul, să cerceteze un Tafsir, chiar dacă acesta este într-o formă prescurtată. Spre exemplu, o persoană ar putea citi Zubdat at-Tafsir de Al-Ashqar, care este forma abreviată a Tafsir-ului lui Ash-Shawkāni, și Tafsir-ul lui Al-'Allāmah Ibn Sa'di, numit Taysir al-Karim ar-Rahmān fi Tafsir Kalām al-Mannān. De asemenea, ea ar putea să consulte cel puțin o carte care oferă o explicație asupra cuvintelor neobișnuite, precum

Al-Mu‘jam al-Jāmi’
li Gharib Mufradāt al-Qur’an de
‘Abd al- ‘Azīz as-Sirwān, o compilație
de patru cărți referitoare la cuvintele
neobișnuite folosite în Nobilul Coran.)

O altă modalitate care poate ajuta o persoană să reflecteze asupra semnificațiilor textului coranic este repetarea versetelor, fiindcă aceasta ne ajută să reflectăm profund și să recapitulăm înțelesurile. Profetul Mohammed (ﷺ) obișnuia să facă aceasta. S-a relatat că el (ﷺ) și-a petrecut o noapte întreagă repetând un verset până dimineța. **Versetul era următorul:**

„De-i osândești, ei sunt doară robii Tăi, iar de-i ierți pe ei, Tu ești Al-‘Azīz (Invincibilul, Atotputernicul), Al-Hakīm (Preaînțeleptul)!” [Traducerea sensurilor Nobilului Coran, 5:118] (Ibn Khuzaimah, 1/271 și Ahmad, 5/149, în Sifat As-Salāh, p.102)

O altă modalitate în acest sens este aceea de a interacționa cu versetele. Hudhaifah (Allah să fie mulțumit de el!) a relatat:

„M-am rugat alături de Mesagerul lui Allah (ﷺ) într-o noapte (...) El (ﷺ) recita fără grabă. Atunci când recita un verset care făcea referire la Slava lui Allah, el (ﷺ) Îl slăvea (spunând Subhān

Allah - toată slava I se cuvine lui Allah); iar atunci când rostea un verset care menționa (cum anume) să fie implorat (Domnul nostru), el (ﷺ) obișnuia să Îl implore, iar atunci când recita un verset care avea legătură cu căutarea adăpostului la Allah, el (ﷺ) căuta adăpost la El (...)" (Muslim, nr. 772)

Conform altei relatări, Hudhaifah (Allah să fie mulțumit de el!) a spus:

„M-am rugat cu Mesagerul lui Allah (ﷺ), iar dacă recita un verset care menționa mila, el (ﷺ) obișnuia să ceară milă, iar dacă recita un verset care menționa pedeapsa, el (ﷺ) obișnuia să caute adăpost la Allah, iar dacă recita

un verset care menționa antropomorfismul lui Allah, Slăvit și Preamărit fie El, el (ﷻ) obișnuia să Îl slăvească (spunând Subhān Allah).” (Muslim și Ahmad, Ta’zim Qadr as-Salāh, 1/327) Acestea au fost relatate cu privire la qiyam al-layl (rugăciunea din noapte).

Unul dintre sahābah (companioni), Qatādah ibn an-Nu’mān (Allah să fie mulțumit de el!), s-a rugat qiyam într-o noapte și nu a recitat nimic altceva în afară de Qul Huwa Allahu Ahad (Surat Al-Ikhlās), repetând aceasta fără a mai adăuga nimic altceva. (Al-Bukhari, Al-Fath, 9/59; Ahmad, 3/43)

Sa‘id ibn ‘Ubayd at-Tā’i a spus:

„L-am auzit pe Sa‘id ibn Jubair conducându-i (pe oameni) în rugăciune în timpul lunii Ramadan și repeta aceste versete:

«(...) vor ști (în curând) (adevărul Cărții pe care astăzi o tăgăduiesc), ~ Când cătușele și lanțurile vor fi pe gâtul lor și vor fi ei trași ~ În apa clocotită și apoi vor arde în Foc.» [Traducerea sensurilor Nobilului Coran, 40:70-71]”

Al-Qāsim a spus:

„L-am văzut pe Sa‘id ibn Jubair rugându-se qiyam al-layl și recitând:

«Și fiți cu frică de Ziua în care vă veți întoarce la Allah, când fiecare suflet va

fi răsplătit după ceea ce a agonisit
(...)» [Traducerea sensurilor Nobilului
Coran, 2:281]

și recita aceasta de douăzeci și ceva de
ori (număr impar).”

Un bărbat din tribul Qays, care era
cunoscut drept Abu ‘Abd Allah, a
spus:

„Am stat cu Al-Hasan într-o noapte,
iar el s-a ridicat pentru a se ruga
qiyam al-layl. El s-a rugat și nu s-a
oprit din repetarea acestui verset până
chiar înainte de răsărit:

«(...) Și de ați socoti Binefacerile lui
Allah, nu le-ați putea număra (atât de
multe sunt aceste Binefaceri) (...)»

[Traducerea sensurilor Nobilului
Coran, 14:34]

Când a venit dimineața, i-am spus: «O, Abu Sa‘id, nu ai recitat nimic altceva în afară de acest verset întreaga noapte!» El a spus: «Am învățat foarte mult de la el: nu privesc la nimic fără să observ în el o mare binecuvântare, însă ceea ce noi nu știm despre Binecuvântările lui Allah este încă și mai măreț.»” (At-Tidhkār li’l-Qurtubi, p. 125)

Harun ibn Rabāb al-Usaydi obișnuia să se trezească noaptea pentru a se ruga Tahajjud și repeta acest verset până în zori:

„(...) O, de ne-am întoarce noi (la viață), n-am mai socoti Semnele Domnului nostru mincinoase și am fi în rândul celor credincioși!”

[Traducerea sensurilor Nobilului Coran, 6:27] și plângea până la ivirea zorilor.

O altă modalitate care poate ajuta o persoană să reflecteze asupra semnificațiilor textului coranic este memorarea Nobilului Coran și a diferite adhkār care pot fi recitate în timpul diferitelor părți ale rugăciunii, astfel încât o persoană să le poată recita și reflecta la sensurile acestora.

Nu există nicio îndoială cu privire la faptul că aceste acțiuni, precum

reflectarea asupra sensurilor, repetarea și interacționarea cu cuvintele acestora, se numără printre cele mai mărețe mijloace de a crește khuṣu', după cum spune Allah Preaînaltul:

„Și ei cad cu bărbiile la pământ, plângând, și aceasta le sporește lor smerenia (khushu').” [Traducerea sensurilor Nobilului Coran, 17:109]

Următoarea poveste este una emoționantă, care ilustrează khushu'-ul pe care Profetul (ﷺ) îl avea și explică, de asemenea, de ce este obligatoriu să reflectezi la semnificația versetelor.

'Atā' a relatat:

„Am intrat la ‘Aishah (Allah să fie mulțumit de ea!) împreună cu Ubayd ibn ‘Umayr, iar Ibn ‘Umayr i-a spus: «Vorbește-ne despre cel mai uimitor lucru pe care l-ai văzut la Mesagerul lui Allah (ﷺ).» Ea a plâns și a spus: «El (ﷺ) s-a trezit într-o noapte și a spus: „O ‘Aishah, lasă-mă să Îl ador pe Domnul meu!” I-am spus: „(Jur) Pe Allah, iubesc să fiu aproape de tine și iubesc ceea ce te face fericit.” Așadar, el (ﷺ) s-a sculat și s-a purificat, apoi s-a ridicat și s-a rugat. A continuat să plângă până când poala i s-a udat, apoi a plâns și a continuat să plângă până când podeaua s-a udat. Bilal a venit la el pentru a-i spune că este timpul pentru rugăciune, iar când l-a văzut plângând, l-a

Întrebat: „O, Mesager al lui Allah, plângi când Allah ți-a iertat toate păcatele trecute și viitoare?” El (ﷺ) a răspuns: „Oare nu ar trebui să fiu un rob recunoscător? În această seară mi-au fost revelate unele versete. **Vai de cel care le recită și nu se gândește la semnificația lor:**

„În crearea Cerurilor și a Pământului și în schimbarea nopții și a zilei sunt semne pentru cei dăruți cu minte.” [Traducerea sensurilor Nobilului Coran, 3:190 și 2:164]»” (Ibn Hibban, care a spus în *As-Silsilat as-Sahihah*, nr. 68, că acest hadith are un isnad hasan)

Un exemplu de interacționare cu versetele este acela de a rosti „Amin!” după Surat al-Fatihah, care aduce o mare răsplată. Mesagerul lui Allah (ﷺ) a spus:

„Atunci când imamul spune: «Amin!», atunci spuneți și voi «Amin!», deoarece îngerii spun «Amin!» în acel moment, iar celui al cărui «Amin!» coincide cu «Amin-ul!» îngerilor îi vor fi iertate toate păcatele anterioare.”
(Al-Bukhari, nr. 6402)

Un alt exemplu este acela de a îi răspunde imamului atunci când rostește „Sami’ Allahu liman Hamidah” (Allah îl aude pe cel care Îl slăvește!), spunând: „Rabbāna wa-lak’al-Hamd”

(Domnul nostru, Ție Ți se cuvine toată slava!). Aceasta aduce, de asemenea, o răsplată măreață, după cum a relatat Rifā'ah ibn Rāfi' az-Zirqi (Allah să fie mulțumit de el!):

„Într-o zi, ne rugam în spatele Profetului (ﷺ). Atunci când și-a ridicat capul, el (ﷺ) a spus: «Sami' Allahu liman Hamidah», iar un bărbat din spatele lui a spus: «Rabbāna wa-lak'l-Hamd hamdan kathīran tayyiban mubārakan fihi (Domnul nostru, Ție Ți se cuvine toată slava, nenumărate laude pure și binecuvântate!)» Atunci când Profetul (ﷺ) a terminat rugăciunea, a întrebat: «Cine a rostit aceste cuvinte?» Bărbatul a răspuns: «Eu». Profetul (ﷺ) a spus: «Am văzut

peste treizeci de îngeri, întrecându-se pentru a scrie aceasta primul.» (...)”
(Al-Bukhari, Al-Fath, 2/284)

5. A face pauză la sfârșitul fiecărui verset

Această practică este mult mai folositoare pentru înțelegerea și reflectarea asupra semnificației textului coranic și este Sunnah Profetului (ﷺ), după cum a relatat Umm Salamah (Allah să fie mulțumit de ea!), care a descris modalitatea în care Mesagerul lui Allah (ﷺ) obișnuia să recite „În Numele lui Allah (Singurul, Adevăratul și Indivizibilul Dumnezeu), Ar-Rahman (Preamilostivul, Cel a Cărui Milă cuprinde toate creaturile

Sale), Ar-Rahīm (Prea Îndurătorul) ~ Toată Slava și Mulțumirea (și Preamăria) Îi aparțin (doar) lui Allah (din moment ce doar El este Cel care ne asigură nouă bunuri și doar El a creat întreg Universul, fără niciun partener), Domnul tuturor lumilor (a oamenilor, a djinnilor și a tot ceea ce există). ~ Ar-Rahman (Preamilostivul), Ar-Rahīm (Prea Îndurătorul). ~ Suveranul și Stăpânul Zilei Recompensei.»), împărțind recitarea sa în versete, (rostate) unele după altele.” (Abu Dawud, nr. 4001, clasificat sahih de către Al-Albani în Al-Irwā, unde este descris isnad-ul; 2/60)

A face o pauză la sfârșitul fiecărui verset este Sunnah, chiar dacă înțelesul

acestuiia continuă și în următorul verset.

6. Recitarea în tonuri lente, ritmice (tartil) și înfrumusețarea vocii în timpul recitării

Aceasta este în concordanță cu ceea ce Allah Preaînaltul spune:

„(...) Și recită Coranul (cu glas tare) într-un stil tărăgănat, plăcut (...)”

[Traducerea sensurilor Nobilului Coran, 73:4]

Recitarea Profetului (ﷺ) era clară, iar fiecare literă era pronunțată în mod distinctiv. (Musnad Ahmad, 6/294, cu un isnad sahih. Sifat As-Salāh, p.105)

Profetul (ﷺ) obișnuia „să recite o Sura (din Coran) pe un ton ritmic atât de lent încât părea că este mai lungă decât (alte Sure care erau) mai lungi decât ea.” (Muslim, nr. 733)

O astfel de recitare lentă și cumpătată conduce la reflectare și la khușu' mai mult decât o face una grăbită.

O altă modalitate care poate ajuta persoana să aibă khușu' este reprezentată de înfrumusețarea vocii în timpul recitării. Acest lucru ne-a fost recomandat de către Profet (ﷺ), care a spus:

„Înfrumusețați Coranul cu vocile voastre, pentru că o voce frumoasă

sporește frumusețea Coranului.” (Al-Hakim, 1/575, clasificat sahih în Sahih Al-Jāmi’, nr. 3581)

Înfrumusețarea vocii în timpul recitării nu înseamnă alungirea vocalelor și nici recitarea într-o manieră asemănătoare persoanelor viciate, ci înseamnă înfrumusețarea vocii având teamă de Allah, după cum a spus Profetul Mohammed (ﷺ):

„Cu adevărat, printre oamenii care recită Coranul având cea mai frumoasă voce este cel despre care crezi că are teamă de Allah atunci când îl auzi recitând.” (Ibn Majah)

7. Cunoașterea faptului că Allah răspunde la rugăciuni

Profetul Mohammed (ﷺ) a spus:

„(...) Allah Preaînaltul a spus: «Am împărțit rugăciunea între Mine și robul Meu în două jumătăți și robul Meu va avea ceea ce a cerut.» Atunci când robul spune: «Toată Slava și Mulțumirea (și Preamărire) Îi aparțin (doar) lui Allah (din moment ce doar El este Cel care ne asigură nouă bunuri și doar El a creat întreg Universul, fără niciun partener), Domnul tuturor lumilor (a oamenilor, a djinnilor și a tot ceea ce există).», Allah spune: «Robul meu M-a Slăvit.» Atunci când robul spune: «Ar-Rahman

(Preamilostivul), Ar-Rahīm (Prea Îndurătorul).», Allah spune: «Robul Meu M-a Preamărit.» Atunci când robul spune: «Suveranul și Stăpânul Zilei Recompensei (în timpul căreia fiecare creatură va primi răsplata sau pedeapsa pe care o merită).», Allah spune: «Robul Meu M-a glorificat.» Atunci când robul spune: «(Doar) Pe Tine Te adorăm (îndreptând toate actele noastre de adorare, rugăciunile, sacrificiile, suplicațiile etc. doar către Tine) și (doar) la Tine cerem ajutor și sprijin (din moment ce doar Tu poți rezolva toate chestiunile și doar Tu știi atât ceea ce este văzut, cât și ceea ce nu este văzut, precum și tot ceea ce se întâmplă în lume).», Allah spune:

«Aceasta este între Mine și Robul Meu, iar robul Meu va avea ceea ce a cerut.» Atunci când robul spune: «Călăuzește-ne pe noi către As-Sirāt Al-Mustakīm (Calea cea Dreaptă, islamul). ~ Calea celor cărora Tu le-ai dăruit Bunăvoința Ta (așa cum sunt Profeții, martirii, cei evlavioși și drepti dintre oameni) și nu (pe calea) celor care au câștigat Mânia Ta (adică aceia ale căror intenții sunt pervertite: ei știu Adevărul, însă nu îl urmează), nici a celor care au rătăcit (adică aceia care au pierdut cunoașterea cea adevărată, astfel încât ei se află în eroare și nu sunt călăuziți către Adevăr).», Allah spune: «Aceasta este între Mine și Robul Meu, iar robul Meu va avea

ceea ce a cerut.» (...)” (Muslim, Kitāb as-Salāh, Bāb wujub qirā’atal-Gāthihah fi kulli rak‘ah)[1]

Acesta un hadith important și măreț. Dacă orice om l-ar avea în minte atunci când se roagă, el ar obține un khuṣu’ imens, iar Surat Al-Fātihah ar avea un impact măreț asupra lui. Cum ar putea fi altfel, atunci când simte că Domnul său i se adresează și îi dă ceea ce a cerut?!

Această „conversație” cu Allah trebuie să fie respectată și trebuie să primească valoarea potrivită. Mesagerul lui Allah (ﷺ) a spus:

„Atunci când unul dintre voi se ridică pentru rugăciune, el are o conversație cu Domnul său (fapt pentru care trebuie să fiți atenți cum anume vorbiți cu El).” (Al-Bukhari și Muslim, clasificat sahih în Sahih Al-Jāmi, nr. 1538)

8. A așeza un obiect (sutra) în față și a se ruga aproape de acesta

O altă modalitate prin care o persoană poate să obțină khuṣu' în rugăciune este aceea de a așeza un obiect (sutra) în față și a se ruga aproape de acesta, pentru că, în acest fel, va avea câmpul vizual restricționat, va fi protejat de Șeitan și îi va împiedica pe oameni să treacă prin față sa, fapt care ar putea

conduce la distragerea atenției și la reducerea răsplății pentru rugăciune.

Profetul Mohammed (ﷺ) a spus:

„Atunci când unul dintre voi se roagă, să pună în fața sa o sutrah și să stea aproape de ea!” (Abu Dawud, nr. 695, clasificat sahih în Sahih Al-Jāmi, nr. 650)

A se ruga aproape de sutrah are nenumărate beneficii, după cum a spus Mesagerul lui Allah (ﷺ):

„Atunci când unul dintre voi se roagă având în fața lui o sutrah, el ar trebui să stea aproape de ea pentru ca Șeitan să nu îi poată întrerupe rugăciunea.”

(Abu Dawud, nr. 698, clasificat sahih în Sahih Al-Jāmi, nr. 651)

Este Sunnah să stai aproape de sutrah, asigurându-te că există o distanță de o sută treizeci și cinci de centimetri între ea și locul de prosternare, sau lăsând suficient spațiu pentru ca o oaie să poată trece prin față, după cum a fost relatat într-un hadith autentic. (a se vedea Al-Bukhari, Al-Fath, 1/574, 579)

Profetul Mohammed (ﷺ) l-a sfătuit pe cel care se roagă să nu permită nimănui să treacă printre el și sutrah sa. El (ﷺ) a spus:

„Atunci când unul dintre voi se roagă, nu ar trebui să-i permită cuiva să treacă prin fața sa și ar trebui să facă tot posibilul să îl împiedice să facă aceasta, iar dacă acesta insistă, atunci trebuie să îl împiedice să facă aceasta cu forța, pentru că el are un companion (Șeitan) cu el.” (Muslim, 1/260, clasificat sahih în Sahih Al-Jāmi, nr. 755)

An-Nawawi (Allah să aibă milă de el!) a spus:

„Înțelepciunea din spatele utilizării unei sutrah este aceea de a îți coborî privirea, de a nu privi dincolo de ea, de a împiedica pe altcineva să treacă prin fața ta (...) și de a-l împiedica pe

Şeitan să treacă prin fața ta, încercând să îți strice rugăciunea.” (Sharh Sahih Muslim, 4/216)

9. Punerea mâinii drepte peste cea stângă pe piept

Profetul Mohammed (ﷺ) „(...) atunci când se ridica pentru rugăciune, (...) își punea mâna dreaptă peste cea stângă (...)” (Muslim, nr. 401) „(...) apoi le punea pe piept (...)” (Abu Dawud, nr. 759; a se vedea, de asemenea, Irwa’ Al-Ghalil, 2/71)

Mesagerul lui Allah (ﷺ) a spus:

„Nouă, Profetilor, ni s-a poruncit (...) să ne punem mâna dreaptă peste cea stângă în rugăciune.” (Ibn Hibban,

3/13-14, clasificat sahih de către Al-Albani în Sifat As-Salāh)

Imam Ahmad (Allah să aibă milă de el!) a fost întrebat cu privire la semnificația punerii unei mâini peste cealaltă în timpul rugăciunii, iar el (Allah să aibă milă de el!) a spus:

„Aceasta înseamnă khushu’ în fața lui Allah Cel Atotputernic.” (Al-khuṣu’ fi’ s-Salāh de Ibn Rajab, p. 21)

Ibn Hajar (Allah să aibă milă de el!) a spus:

„‘Ulamā’ (învățații) au spus: semnificația acestei poziții este atitudinea unui solicitant smerit, care are mai multe șanse să prevină fâțâiala

și să conducă spre khuṣū'.” (Fath al-Bāri, 2/224)

10. A îți fixa privirea către locul prosternării

‘Aishah (Allah să fie mulțumit de ea!) a relatat:

„Mesagerul lui Allah (ﷺ) obișnuia să se roage cu capul înclinat înainte și privirea coborâtă, privind către pământ.” (Al-Hakim, 1/479. El a spus că acest hadith este sahih conform celor doi imami, Al-Bukhari și Muslim, iar Al-Albani l-a aprobat în Sifat As-Salāh)

În momentul în care Profetul (ﷺ) intra în Ka‘bah, el (ﷺ) nu își lua ochii de la

locul în care se prosterna până când nu ieșea afară din nou (fapt consemnat de Al-Hakim în Al-Mustadrak, 1/479. El a spus că acest hadith este sahih conform celor doi imami, Al-Bukhari și Muslim, iar Adh-Dhahbi a fost de acord cu el. Al-Albani a afirmat: „Acesta este după cum au afirmat ei.”, Irwā’ Al-Ghalil, 2/73)

Când o persoană stă pentru Tashahhud, ea ar trebui să se uite la degetul cu care indică în timp ce îl mișcă, și aceasta deoarece s-a relatat că Profetul Mohammed (ﷺ) „indica cu degetul arătător care se află lângă degetul mare către qiblah și își fixa privirea asupra acestuia sau în jurul lui.” (An-Nasa’i, nr. 1160, clasificat ca fiind sahih de

către Al-Albani în Sifat As-Salāh, p. 139)

Conform altei relatări, el (ﷺ) „indica cu degetul arătător și nu își lăsa privirea să se uite dincolo de degetul cu care indica.” (Ahmad, 4/3 și Abu Dawud, nr. 990)

Notă!

Există o întrebare în mințile unor oameni care se roagă: care este prevederea cu privire la închiderea ochilor în timpul rugăciunii, în special atunci când o persoană simte că astfel îi sporește khuṣu’?

Răspunsul este că aceasta contrazice Sunnah Profetului (ﷺ) pe care am

descriș-o anterior. Atunci când o persoană își închiude ochii, ea pierde Sunnah fixării privirii către locul prosternării și către degetul său. Însă, trebuie discutat mult mai mult cu privire la acest subiect, fapt pentru care trebuie să ne îndreptăm atenția către opinia unui expert, Al-Allāmah Abu ‘Abd Allah Ibn al-Qayyim (**Allah să aibă milă de el!**), care va explica subiectul mai pe larg. El (**Allah să aibă milă de el!**) a spus:

„Nu face parte din învățăturile Profetului (ﷺ) a închide ochii în timpul rugăciunii. Am menționat deja cum obișnuia să se uite la degetul său în timpul Tashahhud-ului și a suplicațiilor și nu își lăsa privirea să se îndepărteze

de la degetul său... O altă indicație (că își ținea ochii deschiși) este faptul că și-a întins mâna să ia strugurii atunci când a văzut Paradisul și a văzut, de asemenea, Iadul, femeia (care a torturat) pisica și pe deținătorul Bastonului (Al-Mihjan). În același fel, el (ﷺ) a împins un animal care voia să treacă prin fața lui în timp ce se ruga și i-a împins pe băiețel, pe fetiță și pe cele două fetițe. El (ﷺ) obișnuia să le facă semn cu mâna celor care îl salutau (atunci când se ruga). De asemenea, există un hadith care descrie modul în care Șeitan a încercat să îl tenteze atunci când se ruga, iar el (ﷺ) l-a prins și l-a strâns de gât, pentru că l-a văzut cu propriii ochi. Din aceste ahadith

învățăm că el (ﷺ) nu își închidea ochii atunci când se ruga.”

Învățații (**fuqahā'**) diferă cu privire la faptul dacă închiderea ochilor este sau nu makruh. Imam Ahmad (**Allah să aibă milă de el!**) și alții au considerat că este makruh și au spus: „Aceasta este acțiunea evreilor.” Alții însă au permis această acțiune și nu au considerat-o a fi makruh. Opinia corectă este aceea că, dacă ținerea ochilor deschiși în timpul rugăciunii nu afectează khuṣu'-ul unei persoane, atunci aceasta este de preferat, dar, dacă ținerea ochilor deschiși în timpul rugăciunii afectează khuṣu'-ul unei persoane din cauza decorațiilor sau a ornamentelor etc. existente în fața ei,

care îi distrag atenția, atunci nu este deloc makruh ca ea să își țină ochii închiși. Opinia este aceea că a spune despre această acțiune că este mustahabb în acest caz este mai apropiată de principiile și scopurile Shari‘ei decât a spune că este makruh, iar Allah știe mai bine. (Zād al-Ma’ād, 1/293, ediția Dār al-Risālah)

Astfel, este clar faptul că ținerea ochilor închiși în timpul rugăciunii nu este Sunnah, excepție făcând cazul în care este necesar a face astfel pentru a evita ceva ce ar putea afecta în mod nefavorabil khuṣu’-ul.

11. Mișcarea degetului arătător

Această acțiune este una neglijată de mulți credincioși și aceasta deoarece ei nu cunosc beneficiul măreț și efectele acestuia asupra khuṣu' -ului.

Profetul Mohammed (ﷺ) a spus că acest fapt: „(...) este mai puternic împotriva lui Șeitan decât fierul.” (Ahmad, 2/119, cu un isnad hasan, după cum a afirmat Al-Albani în Sifat As-Salāh, p. 159)

Acest fapt arată că indicarea cu degetul arătător în timpul Tashahhud-ului este mai dureroasă pentru Șeitan decât dacă ar fi bătut cu o bucată de fier și aceasta pentru că îi amintește robului de Unicitatea lui Allah și de faptul că trebuie să fie sincer în adorarea doar a

Lui, Unicul, iar aceasta este ceea ce Șeitan urăște cel mai mult; căutăm adăpost la Allah de el. (Fath Ar-Rabbani de As-Sā'idi, 4/15)

Datorită acestui mare beneficiu, saḥābah (companionii - Allah să fie mulțumit de ei!) obișnuiau să se îndemne unii pe alții să facă acest lucru și erau foarte dornici să facă astfel, fapt pe care astăzi cei mai mulți oameni nu îl consideră a fi ceva foarte important.

S-a relatat: „Companionii Profetului (ﷺ) obișnuiau să se îndemne unul pe celălalt cu privire la indicarea cu degetul în timpul suplicațiilor.” (Ibn Abu Shaybah, cu un isnad hasan, după

cum a spus Al-Albani în Sifat As-Salāh, p. 141. A se vedea, de asemenea, Al-Musannaf, nr. 9732, partea a zecea, p. 381, Dar As-Salafiyyah, India,)

Sunnah în ceea ce privește indicarea cu degetul arătător este aceea că el ar trebui să fie ridicat și să se miște, indicând către qiblah, în timpul Tashahhud-ului.

12. A varia Surele, versetele și adhkār recitate în timpul rugăciunii

Aceasta îl face pe credincios să simtă că întâlnește noi semnificații și că trece prin mai multe subiecte menționate în versete și adhkār. Aceasta este ceea ce

pierde o persoană dacă învață doar câteva Sure (în special cele scurte) și adhkār. A varia în recitare este Sunnah și aceasta duce la khuṣu’.

Dacă studiem ceea ce Profetul (ﷺ) obișnuia să recite în timpul rugăciunii, putem observa această variație.

Spre exemplu, cu privire la du‘ā’ de deschidere, găsim următoarele suplicații:

„«Allāhumma bā‘id baini wabaina khatayāya kama bā‘adta baina al-mashriqi wa al-maghribi, Allāhumma naqqini min khatayāya kama yunaqqa ath-aūbu al-ābyadu min ad-danasi, Allāhumma aghsilni bi al-ma’i wa ath-

thalji wa al-barad» (O, Allah, îndepărtează de mine păcatele așa cum ai îndepărtat Estul de Vest. Curăță-mă de păcate așa cum un veșmânt alb este curățat de murdărie. O, Allah, curăță-mă de păcate cu zăpadă, apă și grindină!)”

„«Wajahtu wajhi li'lladhi fatara al-samawāti wa-l-arda hanifan, wa mā ana min al-mushrikin. Inna salāti wa nusuki wa mahyāya wa mamāti Lillāhi Rabb al-‘ālamīn, lā sharīka lahu wa bidhālika umirtu wa ana awwal al-muslimīn» (Cu adevărat, mi-am întors fața către El, Creatorul Cerurilor și al Pământului, neadorând pe nimeni altcineva în afară de Allah și nu sunt

dintre idolatri. Cu adevărat, rugăciunea mea, sacrificiul meu, viața și moartea mea sunt pentru Allah, Domnul tuturor lumilor, Care nu are partener. Aceasta mi-a fost poruncit, iar eu sunt primul dintre musulmani [care I se supun].”

„«Subhānak Allāhumma wa bi Hamdika wa Tabārak Asmuka wa Ta'alā Geadduka wa la ilāha ghairuk.» (Tu ești Slăvit, o, Allah, și Lăudat; Numele Tău este binecuvântat; Maiestatea Ta este înălțată și nimeni și nimic nu are dreptul de a fi adorat în afară de Tine!)”

Există și alte adhkār pe care credinciosul le poate spune în momente diferite.

Printre Surele pe care Profetul Mohammed (ﷺ) obișnuia să le recite în timpul rugăciunii Fajr, **putem găsi mai multe Sure mărețe și binecuvântate:** el (ﷺ) recita Surele mufassal mai lungi **(Surele din ultima șeptime a Coranului)** precum Al-Wāqī‘ah [56], At-Tūr [52] și Qāf [50] și Surele mufassal mai scurte precum Idhā al-shamsu kuwwirat [At-Takwīr 81], Az-Zalzalah [99] și Al-Mi‘wadhatayn **(ultimele două Sure)**.

De asemenea, s-a relatat că el (ﷺ) recita Ar-Rūm [30], Yā’-Sīn [36] și As-Sāffāt [37], iar vinerea recita As-Sajdah [32] și Al-Insān [76] în rugăciunea Fajr.

S-a relatat că în rugăciunea Dhuh, el (ﷺ) recita echivalentul a treizeci de versete în fiecare dintre cele două raka'āt și că recita At-Tariq [86], Al-Burūj [85] și Wa-l-layli idhā yaghshā [Al-Layl, 92].

În rugăciunea 'Asr, el (ﷺ) recita echivalentul a cincisprezece versete în fiecare rak'ah și recita Surele menționate anterior la rugăciunea Dhuh.

În rugăciunea Maghrib, el (ﷺ) recita Sure mufassal scurte, precum At-tīni wa-z-zaytun [At-Tīn 95], și recita Surele Mohammed [47], At-Tūr [52], Al-Mursalāt [77] și altele.

În rugăciunea Isha, el (ﷺ) recita Sure mufassal de lungime medie, precum Ash-shamsu wa duhāhā [Ash-Shams 91], Idhā-l-samā'u inshaqqāt [Al-Inshiqāq 84]. El (ﷺ) i-a spus lui Mu'ādh (Allah să fie mulțumit de el!) să recite Surele Al-'Ā'la [87], Al-Qalam [68] și Al-layli idhā yaghshā [Al-Layl, 92].

În qiyam al-layl (rugăciunea din noapte), el (ﷺ) recita Surele lungi. S-a relatat că recita o sută cincizeci sau două sute de versete, iar câteodată obișnuia să își scurteze recitarea.

El (ﷺ) obișnuia să varieze în adhkār pe care îl recita în rukū'. În plus față de Subhāna Rabbī al-'Aẓīm (Slavă Domnului meu Cel Prea Măreț) și

Subhāna Rabbī-l-‘Aẓīm wa bihamdika
(Slavă și Preamărire Domnului meu
Cel Prea Măreț), el (ﷺ) spunea și:
Subbuhun Quddusun, Rabb-ul-
mala’ikati war-ruh (Tu ești Prea
Gloriosul, Preasfântul. Tu ești Domnul
îngerilor și al duhului[2].) sau
Allāhumma laka raka‘tu wa bika
āmantu wa laka aslamtu wa ‘aleika
tawakkaltu anta Rabbi. Khasha‘a sa
mi‘ wa basari wa dammi wa lahmi
wa ‘aẓimi wa ‘asabi Lillāhi Rabbi
al-‘ālamīn (O, Allah, m-am prosternat
în fața Ta, în Tine cred, m-am supus
Ție și mi-am pus încrederea în Tine!
Tu ești Domnul meu. Auzul, văzul,
sângele meu, pielea, oasele și nervii

mei sunt smerite în fața lui Allah,
Domnul tuturor lumilor.).

Când se ridică din rukū‘, el (ﷺ) spunea după Sami’ Allahu liman Hamidah (Allah îl aude pe cel care Îl slăvește!), Rabbana wa-laka’ al-Hamd (Domnul nostru, Ție Ți se cuvine toată Slava!) sau Allāhumma Rabbanā [wa] laka’-l-hamd (O, Allah, Domnul nostru, Ție Ți se cuvine toată Slava!)”. Câteodată adăuga cuvintele:

«Allāhumma Rabbanā wa-lak’al-Hamd mil’as-samawāti wa mil’al-ardi wa mila ma baynahuma wa mila ma shi’ta min sha’yin bād. Ahla-ath-thanā’i wa l-majdi, ahaqqu ma qal al-‘abdu, wa kulluna laka ‘abd. La mani’a lima

‘a’tayta wa la mu’tiya lima mana’ta,
 wa la yanfa‘u dhal-jaddi minka-l-jadd»
 (O Allah, Domnul nostru, Ție Ți se
 cuvine toată slava care ar putea umple
 Cerurile, Pământul, și ceea ce se află
 între ele, precum și tot ceea ce Tu
 dorești. Ție Ți se cuvine toată slava și
 gloria, și cele mai bune cuvinte pe care
 le spune un rob, iar noi suntem cu toții
 robii Tăi, nimeni nu poate opri ceea ce
 Tu ai dăruit, și nimeni nu poate da ceea
 ce Tu ai oprit și celui puternic nu îi
 este de niciun folos puterea împotriva
 Ta!)

În sujūd, el (ﷺ) spunea pe lângă:
 Subhāna Rabbī-l-’A‘lā (Slavă
 Domnului meu Cel Preaînalt) și
 Subhāna Rabbī-l-’A‘lā wa bihamdika

(Slavă și Preamărire Domnului meu Cel Preaînalt) și Subbuhun Quddusun, Rabb-ul-mala'ikati war-ruh (Tu ești Prea Gloriosul, Preasfântul. Tu ești Domnul îngerilor și al duhului.) sau Subhānak Allāhumma Rabbanā wa bihamdika, Allāhumma ighfir li (Slăvit ești Tu, o, Domnul nostru, și pe Tine Te preamăresc! O, Allah, iartă-mă!) sau Allāhumma Laka sajadtu, wa Bika āmantu, wa Laka aslamtu, sajada wajhi Lilladhi khalaqahu wa sawwarahu wa shaqqa sam'ahu wa basarahu, tabāraka Allahu ahsanu al-khāliqīn (O, Allah, pentru tine m-am prosternat și în Tine mă încred și Ție m-am supus. Fața mea se prosternează în fața Celui care a creat-o și i-a dat formă, și i-a dat auzul

și văzul. Binecuvântat fie Allah, Creatorul desăvârșit!) și altele.

Când stătea între două prosternări, pe lângă Rabbi ighfir li, Rabbi ighfir li (Domnul meu, iartă-mă! Domnul meu, iartă-mă!), el (ﷺ) spunea: Rabbi ighfir-li, wa arhamni, wa ajburni, wa arfa‘ni, wa arzuqni, wa ansurni, wa ahdini, wa ‘afini (O, Domnul meu, iartă-mă, ai milă de mine, întărește-mă, înalță-mi rangul, oferă-mi mijloacele de subzistență, dă-mi victorie, călăuzește-mă, iartă-mă și ai milă de mine!)

S-au relatat mai multe versiuni ale Tashahhud-ului, precum: At-tahiyyātu Lillahi was-salawātu wat-tayyibāt, as-salāmu ‘aleika ayyuha an-nabi...

(Toate saluturile [At-Tahiyyāt] sunt pentru Allah și toate actele de adorare și faptele bune. Pacea, mila și binecuvântarea lui Allah fie asupra ta, o, Profetule!) și At-tahiyyātu al-mubārakāt as-salawātu at-tayyibātu Lillāhi, as-salāmu ‘aleika ayyuha an-nabi... (Toate saluturile, toate actele de adorare binecuvântate și faptele bune sunt pentru Allah. Pacea, mila și binecuvântarea lui Allah fie asupra ta, o, Profetule!) și At-tahiyyātu at-tayyibātu was-salawātu Lillāhi, as-salāmu ‘aleika ayyuha an-nabi... (Toate saluturile, faptele bune și toate actele de adorare sunt pentru Allah. Pacea, mila și binecuvântarea lui Allah fie asupra ta, o, Profetule!).

Astfel, credinciosul poate folosi o formă într-o rugăciune și o alta într-o altă rugăciune și așa mai departe.

Există mai multe versiuni de rugă trimise asupra Profetului Mohammed (ﷺ), precum:

Allāhumma sālli ‘ala Muhammad wa ‘ala āli Muhammad, kama sallaita ‘ala Ibrāhīm wa ‘ala āli Ibrāhīm, Innaka Hamīdum Majīd, allāhumma bārik ‘ala Muhammad wa ‘ala āli Muhammad kama bārakta ‘ala Ibrāhīm wa ‘ala āli Ibrāhīm, Innaka Hamīdum Majīd” (O, Allah, trimite Slava Ta asupra lui Mohammed și asupra familiei lui Mohammed, așa cum ai trimis slava Ta asupra lui Avraam și asupra familiei

lui Avraam. Cu adevărat, Tu ești plin de Slavă și Măreție! O, Allah, trimite binecuvântările Tale asupra lui Mohammed și asupra familiei lui Mohammed, așa cum ai trimis binecuvântările Tale asupra lui Avraam și asupra familiei lui Avraam. Cu adevărat, Tu ești plin de Slavă și Măreție!)

Sau: Allāhumma sālli ‘ala Muhammad wa ‘ala āli baytihi wa ‘ala azwājīhi wa dhuriyatīhi kamā sallaita āli Ibrāhim, Innaka Hamīdum Majīd wa bārik ‘ala Muhammad wa ‘ala āli baytihi wa ‘ala azwājīhi wa dhuriyatīhi kama bārakta ‘ala āli Ibrāhim Innaka Hamīdum Majīd (O, Allah, trimite Slava Ta asupra lui Mohammed și asupra

familiei, a soțiilor și a urmașilor lui Mohammed, așa cum ai trimis Slava Ta asupra familiei lui Avraam. Cu adevărat, Tu ești plin de Slavă și Măreție. O, Allah, trimite Binecuvântările Tale asupra lui Mohammed și asupra familiei, a soțiilor și a urmașilor lui Mohammed, așa cum ai trimis Binecuvântări asupra familiei lui Avraam. Cu adevărat, Tu ești plin de Slavă și Măreție!)

Sau: Allāhumma sālli ‘ala Muhammad an-nabi al-Ummi wa ‘ala āli Muhammad kamā sallaita ‘ala āli Ibrāhim, wa bārik ‘ala Muhammad an-nabi al-Ummi wa ‘ala āli Muhammad kamā bārakta ‘ala āli Ibrāhim fi-l-

ālamīn, Innaka Hamīdum Majīd (O, Allah, trimite Slava Ta asupra lui Mohammed, Profetul care nu știa să scrie sau să citească, și asupra familiei lui Mohammed, așa cum ai trimis Slava Ta asupra familiei lui Avraam și trimite Binecuvântările Tale asupra lui Mohammed, Profetul care nu știa să scrie sau să citească, și asupra familiei lui Mohammed, așa cum ai trimis Binecuvântările Tale asupra familiei lui Avraam dintre națiuni. Cu adevărat, Tu ești plin de Slavă și Măreție!)

S-au relatat și alte versiuni similare, iar Sunnah este a varia între ele, după cum am menționat anterior. Nu este greșit ca o versiune să fie recitată mai mult decât altele pentru că este dovedită

prin evidențe puternice și este mai bine cunoscută în cărțile de ahadith sahih, sau fiindcă Profetul (ﷺ) i-a învățat pe companioni (Allah să fie mulțumit de ei!) o versiune mai mult decât pe altele atunci când l-au întrebat și așa mai departe.

13. Efectuarea sujūd-ului at-tilāwah la recitarea unui verset unde este cerut

Una dintre etichetele recitării Coranului este efectuarea sujūd-ului at-tilāwah (prosternarea pentru recitare) atunci când se recită un verset care conține o „sajdah” (loc în care este cerută o prosternare). În Cartea Sa, Allah Preaînaltul îi descrie pe Profeți

(Pacea fie asupra lor!) și pe cei dreptcredincioși astfel:

„(...) Iar când versetele Celui Preamilostiv li se recitau, ei cădeau prosternându-se, plângând (la auzirea acestui verset, se recomandă prosternarea).” [Traducerea sensurilor Nobilului Coran, 19:58]

Ibn Kathir (Allah să aibă milă de el) a spus:

„Învățații sunt de acord cu faptul că trebuie să ne prosternăm aici (la recitarea acestui verset) pentru a le urma exemplul.” (Tafsir al-Qur’an al-‘Ažīm, 5/238, ediția Dār ash-Sha’b)

Sujūd at-tilāwah în rugăciune este foarte important, pentru că acesta sporește khuṣū'. **Allah Preaînaltul spune:**

„Și ei cad cu bărbiile la pământ, plângând, și aceasta le sporește lor smerenia (khuṣū') (la acest verset, se recomandă prosternarea).” [Traducerea sensurilor Nobilului Coran, 17:109]

S-a relatat că Profetul (ﷺ) s-a prosternat atunci când a recitat Sura An-Najm [53] în rugăciune. Al-Bukhari (**Allah să aibă milă de el**) a relatat în Sahih-ul său că **Abu Rāfi'** a spus:

„Am efectuat rugăciunea de noapte (**Isha**) alături de Abu Hurairah, iar el a

recitat «**Idhā al-samā'u inshaqqat**» (Al-Inshiqāq 84) și s-a prosternat. La întrebarea mea cu privire la aceasta, el mi-a spus: «M-am prosternat în spatele lui Abu Al-Qāsim (Profetul ﷺ) și voi continua să fac astfel până când îl voi întâlni.»» (Al-Bukhari, Kitāb Al-Adhān, Bāb al-Jahr bi-l Isha)

Este important să menținem practica sujūd-ului at-tilāwah, știind mai cu seamă că acest fapt îl enervează pe Șeitan și îl suprimă, slăbindu-i dominația asupra credinciosului. Abu Hurairah (Allah să fie mulțumit de el!) a relatat:

„Atunci când fiul lui Adam recită versetele de sajdah (**prosternare**) și

apoi se prosternează, Şeitan se duce într-un loc izolat, **plânge și spune:** «Vai mie! Fiului lui Adam i s-a poruncit să se prosterneze și el s-a prosternat, iar el a primit dreptul la Paradis, iar mie mi s-a poruncit să mă prosternez, dar am refuzat, și sunt condamnat la Iad.»” (Muslim în Sahih-ul său, nr. 151)

14. A căuta adăpost la Allah de Şeitan

Şeitan este dușmanul nostru, iar unul dintre aspectele dușmăniei sale este reprezentat de faptul că el îi șoptește credinciosului gânduri insinuante (**waswās**) în timpul rugăciunii pentru

a-i înlătura khuşu’-ul și a-l face confuz în timpul rugăciunii.

Waswās este o problemă care îi afectează pe toți cei care se întorc spre Allah Preaînaltul cu dhikr și alte tipuri de adorare, este inevitabil, fapt pentru care individul trebuie să fie ferm și răbdător, persistând în dhikr sau salāh și să nu renunțe. **Fermitatea lui va îndepărta planurile lui Șeitan:**

„(...) căci vicleșugul lui Șeitan este, neîndoielnic, slab!” [Traducerea sensurilor Nobilului Coran, 4:76]

De fiecare dată când robul își îndreaptă gândurile către Allah Preaînaltul, îi vin în minte și alte gânduri despre alte

lucruri. Şeitan este asemeni unui bandit, care aşteaptă să lanseze o avalanşă: de fiecare dată când robul vrea să călătorească spre Allah, Şeitan vrea să îi întrerupă drumul. Din acest motiv, unuia dintre salafi i s-a spus: „«Evreii și creștinii spun că ei nu suferă de waswās.» El a spus: «Aceștia spun adevărul și aceasta deoarece pentru ce ar dori Şeitan o casă care este în ruine?»” (Majmū‘ al-Fatāwa, 22/608)

Aceasta este o analogie bună, care reprezintă foarte bine starea Mesajului Divin în cadrul religiilor amintite.

Putem observa și mai bine dacă vom compara situația lor cu cea a trei case: cea plină de comori a unui rege, casa

unui sclav, conținând comorile și economiile sale, și o casă goală, fără nimic în ea. Dacă un hoț vine să fure din una dintre cele trei case, pe care o va alege? (Al-Wābil As-Sayib, p. 43)

Atunci când robul se ridică pentru rugăciune, Șeitan este gelos pe el, pentru că stă în cea mai măreață poziție, cea mai apropiată de Allah Preaînaltul și care este cea mai enervantă și chinuitoare pentru el. Din această cauză, el încearcă să îl oprească să facă rugăciunea încă de la început, apoi continuă să îl ispitească și să îl facă să uite:

„Tulbură-i cu glasul tău (cu chemarea ta la fapte rele) pe aceia care poți

dintre ei și adu-i împotriva lor pe călăreții tăi și pe pedestrașii tăi!”
[Traducerea sensurilor Nobilului Coran, 17:64], până când acesta ajunge să nu mai considere rugăciunea a fi cea mai importantă, fapt pentru care o neglijează și, în cele din urmă, renunță de tot la ea. Dacă Șeitan eșuează în obținerea acestui lucru, iar persoana îl ignoră și se roagă, dușmanul lui Allah va veni și va încerca să îl distragă, amintindu-i de lucrurile pe care nu și le amintea sau la care nu se gândea înainte de a începe să se roage. O persoană poate că a uitat despre ceva de tot, dar Șeitan îi va aminti despre acel fapt când începe să se roage, pentru a-l distrage de la rugăciune și a-

l îndepărta de Allah, pentru ca inima lui să nu mai fie în rugăciune. Astfel, el va pierde onoarea și răsplata lui Allah pentru întoarcerea către El, care sunt obținute doar de cei ale căror inimi se află în rugăciune. Din această cauză, el își va termina rugăciunea în aceeași stare ca atunci când a început-o, cu păcatele nereduse în niciun fel de rugăciunea sa, pentru că rugăciunea șterge păcatele doar atunci când este efectuată în mod corespunzător, cu un khuṣu' perfect și când individul stă în fața lui Allah cu corpul și sufletul. (Al-Wābil As-Sayib, p. 36)

Profetul Mohammed (ﷺ) ne-a învățat următoarele mijloace de a combate șiretlicurile și șoaptele lui Șeitan :

Abu al-‘Ās (Allah să fie mulțumit de el) a relatat că s-a dus la Profet (ﷺ) și i-a spus:

„«O, Mesager al lui Allah, Șeitan mă întrerupe atunci când mă rog sau recit din Coran și mă face să devin confuz.»

Mesagerul lui Allah (ﷺ) a spus: «Acesta este un Șeitan al cărui nume este Khinzab. Atunci când îi simțiți prezența, căutați adăpost la Allah de el și scuipați (uscat) în stânga voastră de trei ori.» Am făcut astfel și Allah l-a îndepărtat de mine.” (Muslim)

Mesagerul lui Allah (ﷺ) a vorbit, de asemenea, despre un alt șiretlic al lui Șeitan și despre modul în care îi putem face față. El (ﷺ) a spus:

„Atunci când unul dintre voi se ridică pentru rugăciune, Șeitan vine la el și îl face să se îndoiască până când nu mai știe câte raka‘āt s-a rugat. Dacă unuia dintre voi i se întâmplă aceasta, să se prosterneze de două ori din poziția șezut.” (Al-Bukhari, Muslim și An-Nasa’i)

Alt sfat al Profetului (ﷺ) a fost următorul:

„Dacă unul dintre voi se roagă și simte ceva în dosul lui, însă nu știe dacă și-a anulat sau nu wuḍū’ (abluțiunea), el nu trebuie să își întrerupă rugăciunea decât dacă aude un zgomot sau simte un miros.” (Abu Dawud)

Într-adevăr, șiretlicurile lui Șeitan pot fi foarte ciudate, fapt clarificat în următorul hadith. Ibn ‘Abbas (Allah să fie mulțumit de el!) a relatat că Profetul Mohammed (ﷺ) a fost întrebat cu privire la un om care credea că și-a anulat wuḍū’, în timp ce nu era așa. Mesagerul lui Allah (ﷺ) a spus:

„Șeitan poate să vină la unul dintre voi atunci când se roagă și să-i deschidă fesele făcându-l să creadă că și-a anulat wuḍū’ (abluțiunea), când, de fapt, nu s-a întâmplat astfel. Dacă unuia dintre voi i se întâmplă aceasta, el nu trebuie să își întrerupă rugăciunea decât dacă aude un zgomot sau simte un miros.” (At-Tabarani în Al-Kabir, nr. 11556)

Notă!

„Khanzab” are un plan diabolic pe care îl pune în aplicare cu unii dintre credincioși:

El încearcă să îi distragă făcându-i să se gândească la alte acte de adorare decât rugăciunea pe care o efectuează, la unele chestiuni care țin de da‘wah sau știință, pentru ca ei să se concentreze asupra acelor chestiuni și nu la rugăciunea pe care o fac. El îi derutează pe unii dintre credincioși sugerându-le că ‘Omar (Allah să fie mulțumit de el!) obișnuia să facă planuri pentru armată în timp ce se ruga. Să îl lăsăm pe sheikh al-Islam Ibn Taymiyyah (Allah să aibă milă de

el!) să explice această chestiune și să o lămurească:

„În ceea ce privește relatarea conform căreia ‘Omar ibn al-Khattāb a spus: «Fac planuri pentru armată în timp ce mă rog.», aceasta este pentru că lui ‘Omar i-a fost poruncit să meargă la jihād, iar el era liderul credincioșilor (amir al-mu’minin, adică khalifah) și, implicit, liderul jihād-ului. Astfel, el era asemeni celui care efectuează rugăciunea de teamă (salāh al-khawf) în timp ce este atent la dușman, chiar dacă se află sau nu într-o luptă. Lui i-a fost poruncit să se roage și să participe la jihād, fapt pentru care a trebuit să îndeplinească ambele îndatoriri în cel mai bun mod cu putință. Allah spune:

«O, voi cei care credeți! Când întâlniți o oaste (de dușmani), fiți statornici și pomeniți-L pe Allah mult, pentru ca voi să izbândiți!» [Traducerea sensurilor Nobilului Coran, 8:45]

Se știe că o persoană nu poate atinge în timpul jihād-ului aceeași seninătate pe care o atinge pe timp de pace și siguranță. De aceea, dacă se întâmplă ca rugăciunea unei persoane să aibă o deficiență din cauza jihād-ului, aceasta nu înseamnă că există o deficiență în credința sa.

Din această cauză, standardele pot fi considerate ceva mai ușoare în cazul unei rugăciuni pe timp de pericol în comparație cu rugăciunea pe timp de

pace. Allah spune cu privire la rugăciunea pe timp de pace:

«Dar când sunteți în pace, atunci îndepliniți rugăciunea (în întregime), căci rugăciunea este orânduită pentru dreptcredincioși la timpuri hotărâte!»
[Traducerea sensurilor Nobilului Coran, 4:103]

Astfel, cel căruia îi este poruncit să îndeplinească rugăciunea pe timp de pace nu îi este poruncit să o efectueze în aceeași manieră pe timp de pericol.

În plus, există diferite categorii de oameni în această privință. Dacă imăn-ul (credința) unei persoane este puternic, ea va avea concentrarea

necesară atunci când se roagă, chiar dacă se gândește și la alte chestiuni. Allah a făcut ca adevărul să fie adânc înrădăcinat în inima lui ‘Omar, el fiind al-muhaddith al-mulham (**vorbitorul inspirat**), astfel că nu este nimic ciudat pentru o persoană de calibrul său să facă planuri pentru armată în timp ce se roagă. El era capabil de acest lucru, în timp ce alții nu sunt, dar nu există nicio îndoială cu privire la faptul că, atunci când nu avea această grijă, mintea lui era mult mai prezentă în rugăciune. De asemenea, nu există nicio îndoială cu privire la faptul că rugăciunea Profetului (ﷺ) pe timp de siguranță era și mai desăvârșită decât cea pe timp de pericol, în ceea ce

privește mișcările externe. Dacă Allah a permis anumite concesii cu privire la mișcările externe ale rugăciunii pe timp de teamă, de ce nu ar fi făcut același lucru cu privire la aspectele interne ale acesteia?

În concluzie, o persoană presată de timp, care se gândește la unele chestiuni obligatorii în timp ce se roagă, nu este asemeni unei persoane care nu este presată de timp și se gândește în timpul rugăciunii la chestiuni care nu sunt obligatorii. Este posibil ca ‘Omar să fi avut posibilitatea de a se gândi la planurile pentru armată doar în acel timp, deoarece el era liderul comunității, având multe obligații și responsabilități. Oricine se

poate găsi într-o situație similară, în funcție de poziția sa. Oamenii se gândesc întotdeauna în timpul rugăciunii la lucruri la care nu se gândesc în alte momente, iar unele dintre acestea ar putea veni de la Șeitan. Un om i-a spus unuia dintre predecesorii dreptcredincioși că a îngropat niște bani, dar a uitat unde i-a îngropat. Acesta i-a spus: «**Du-te și roagă-te!**», fapt pentru care omul s-a dus și s-a rugat, aducându-și aminte de locul în care își îngropase banii în acel moment. A fost întrebat (**predecesorul dreptcredincios**): «**Cum de ai știut că se va întâmpla aceasta?**» El a răspuns: «**Știu că Șeitan nu îl lasă pe om atunci când se roagă fără a-i aminti de ceva ce**

este important pentru el și nimic nu este mai important pentru acest om decât a-și aminti unde și-a îngropat banii.» Cu toate acestea, robul dreptcredincios va încerca să obțină concentrarea perfectă, așa cum încearcă să facă în mod corespunzător orice altceva îi este poruncit să facă. Și nu există forță și nici putere decât la Allah, Cel Preaînalt și Atotputernic.”
(Majmū‘ al-Fatāwa, 22/610)

15. A se gândi la modul în care se rugau predecesorii dreptcredincioși

Aceasta va spori smerenia (khuṣū’) unei persoane și o va motiva să le urmeze exemplul:

„Dacă l-ați fi văzut pe unul dintre ei atunci când se ridica pentru rugăciune și începea să recite Cuvintele Domnului, ați fi crezut că el se află în fața Domnului lumilor și că inima îi este plină de o evlavie copleșitoare.”
(Al-Khushū' fil-Salāh, Ibn Rajab, p. 22)

Mujāhid (Allah să aibă milă de el!) a spus:

„Atunci când unul dintre ei se ruga, era prea temător de Domnul lui pentru a-și permite să tragă cu ochiul la orice altceva, să se distragă jucându-se cu pietricele sau cu orice altceva sau să se gândească la alte chestiuni lumești în timpul rugăciunii, cu excepția cazului

în care uita.” (Ta’zīm Qadr as-Salāh, 1/188)

Atunci când Ibn Az-Zubair (Allah să fie mulțumit de el!) se ridica pentru rugăciune, rămânea imobil asemeni unui băț datorită smereniei (*khuṣu’*) pe care o avea. Odată, pe când se afla în prosternare, un proiectil de la o catapultă a fost lansat asupra lui, în timp ce Mecca era asediată, iar o parte din veșmântul său a fost smuls în timp ce se ruga, iar el nici măcar nu și-a ridicat capul.

Muslimah ibn Bashshār se ruga în moschee când o parte din ea s-a prăbușit, iar oamenii s-au ridicat (*și au fugit*), iar el nici măcar nu a observat.

Se spune că unul dintre ei era asemeni unui veșmânt aruncat pe jos atunci când se ruga, iar altul își termina rugăciunea cu fața schimbată la culoare pentru că stătea în fața lui Allah Preaînaltul. Unul dintre ei nu știa cine se afla în dreapta sau în stânga sa atunci când se ruga, iar altul devenea palid atunci când făcea wuḍū' pentru rugăciune, fapt pentru care i s-a spus:

„Observăm că atunci când faci wuḍū' te schimbi.” El a spus: „(Aceasta se întâmplă pentru că) știu în fața Cui voi sta.”

Atunci când sosea timpul pentru rugăciune, 'Ali ibn Abu Tālib (Allah să fie mulțumit de el!) era agitat, iar

culoarea feței sale se schimba. Cineva l-a întrebat: „Ce se întâmplă cu tine?”, iar el a răspuns: „(Jur) pe Allah! Allah le-a propus Cerurilor, Pământului și munților sarcina de a purta povara Adevărului (Mesajului), dar acestea au refuzat să și-o asume și le-a fost teamă de ea, însă eu mi-am asumat-o!”

(compară cu Sūrat Al-Aḥzāb, 33:72)

Atunci când Sa‘id at-Tanūkhi se ruga, îi curgeau lacrimi pe obraji și pe barbă.

Atunci când unul dintre tābi‘în se pregătea să se roage, culoarea i se schimba și spunea:

„Știți în fața Cui urmează să stau și cu Cine urmează să vorbesc? Câți dintre

voi au o astfel de teamă și respect?”
(*Silāh al-Yaqazān li Tard ash-Sheitan,*
‘Abd al-‘Azīz Sultān, p. 209)

Cineva l-a întrebat pe ‘Āmir ibn ‘Abd al-Qays: „Te gândești la tine în timpul rugăciunii?” El a răspuns: „Există altceva la care aș putea să mă gândesc mai mult decât la rugăciune?” Ei au spus: „Noi ne gândim la noi în timpul rugăciunii.” **El a întrebat:** „Vă gândiți la Paradis și la intrarea voastră în el?” Ei au răspuns: „Nu, ne gândim la familiile și la averile noastre.” **El a spus:** „Prefer să merg pe sulite ascuțite decât să mă gândesc la chestiunile lumești în timpul rugăciunii.”

Sa'd ibn Mu'adh (Allah să fie mulțumit de el!) a spus:

„Am trei calități de care aș vrea să dau dovadă tot timpul, iar atunci chiar aș fi cineva: atunci când mă rog, nu mă gândesc la nimic altceva decât la rugăciunea pe care o fac; atunci când aud un hadith de la Mesagerul lui Allah (ﷺ) nu am nicio îndoială asupra lui, iar atunci când particip la rugăciunea de înmormântare, nu mă gândesc la nimic altceva în afară de ea.” (Al-Fatāwa li Ibn Taymiyyah, 22/605)

Hatim (Allah să aibă milă de el) a spus:

„Îndeplinesc ceea ce mi-a fost poruncit să îndeplinesc; merg cu teamă de Allah în inimă; încep totul cu intenția corectă, Îl preamăresc și Îl slăvesc pe Allah; recit într-un ritm lent și cumpătat, gândindu-mă la înțeles; mă aplec cu khuṣu’; mă prosternez cu smerenie; recit tashahhud-ul complet, spun salām cu intenția corectă, termin cu sinceritate față de Allah și mă întorc cu teamă că rugăciunea mea nu a fost acceptată. În acest fel, voi continua să mă străduiesc până când voi muri.”

(Al-Khushū’ fil-Salāh, 27-28)

Abu Bakr as-Subghi a spus:

„Am trăit în timpul a doi imami (lideri), deși nu am avut parte de

binecuvântarea de a-i cunoaște în persoană: Abu Hātim ar-Rāzi și Mohammed ibn Nasr al-Marwazi. Cât despre Ibn Nasr, nu cunosc o rugăciune mai bună decât a lui. Am auzit că o viespe l-a înțepat pe frunte și sângele a început să-i curgă pe față, dar el nu s-a mișcat.”

Mohammed ibn Ya‘qūb al-Akhrām a spus:

„Nu am văzut o rugăciune mai bună decât cea a lui Mohammed ibn Nasr. Muștele i se puneau pe urechi, iar el nu le alunga. Obişnuiam să ne minunăm de cât de bune îi sunt rugăciunea și khuṣu’-ul. Teama lui de Allah în rugăciune era atât de mare încât își

punea bărbia pe piept ca și cum ar fi fost o bucată de lemn stând în picioare.” (At-Ta‘zīm Qadr as-Salāh, 1/58)

Atunci când începea să se roage, sheikh al-Islam Ibn Taymiyyah (Allah să aibă milă de el!) tremura atât de tare încât se înclina în dreapta și stânga. (Al-Kawākib al-Durriyah fi Manāqib al-Mujtahid Ibn Taymiyah, Mar‘i al-Karami, p. 83, Dār al-Gharb al-Islāmi)

Să comparăm aceasta cu ceea ce fac unii dintre noi astăzi, ne uităm la ceas, ne aranjăm hainele, ne jucăm cu nasul, ne gândim la afaceri și ne numărăm

banii în timp ce ne rugăm, sau privim la modelul și la decorațiunile covoarelor și ale tavanelor sau ne uităm să vedem cine este lângă noi. Să ne gândim cum s-ar comporta cineva în fața unui lider mareț, ar îndrăzni să se comporte astfel?!

16. Cunoașterea avantajelor khușu'-ului în salāh

Există anumite relatări care vorbesc despre acestea, **printre care:**

Profetul Mohammed (ﷺ) a spus:

„Atunci când timpul pentru o rugăciune prescrisă vine, dacă un musulman face abluțiunea, efectuează rugăciunea cu khușu' și se

prosternează în mod corect, toate păcatele sale anterioare vor fi iertate, atât timp cât nu a comis niciun păcat major, iar acest lucru se aplică întotdeauna.” (Muslim)

Răsplata înregistrată este direct proporțională cu gradul de khuşu’, după cum a spus Profetul (ﷺ):

„Un rob se poate ruga și să nu aibă înregistrat pentru rugăciune decât o zecime din ea, a noua parte sau a șaptea, a șasea, a cincea, un sfert, o treime sau o jumătate din ea.” (Ahmad în Sahih Al-Jāmi’, 1626)

Doar părțile din rugăciune în care omul s-a concentrat în mod corespunzător îi

vor aduce beneficii. A fost relatat că Ibn ‘Abbas (Allah să fie mulțumit de el!) a spus:

„Vei avea din rugăciune doar partea asupra căreia te-ai concentrat.”

O persoană va avea păcatele iertate dacă, atunci când se roagă, se concentrează în mod corespunzător și are khuṣū’ adecvat, după cum a spus Profetul (ﷺ):

„Când robul stă în picioare și se roagă, toate păcatele sale sunt aduse și puse pe capul și umerii săi. De fiecare dată când se apleacă sau se prosternează, unele dintre ele cad de pe el.” (Al-Baihaqi în Sunan al-Kubrā, 3/10)

Al-Manāwi a spus:

„Ceea ce se înțelege este că, atunci când un stâlp al rugăciunii este completat, o parte din păcatele omului cad de pe el, iar atunci când își termină rugăciunea, toate păcatele îi sunt înlăturate. Aceasta se întâmplă într-o rugăciune în care toate condițiile sunt îndeplinite și toate părțile esențiale sunt completate. Ceea ce înțelegem din cuvintele «rob» și «stă în picioare» este că omul stă în fața Regelui Regilor (Allah) în poziția unui rob umil.” (Al-Bayhaqi)

Persoana care se roagă având khușu’-ul adecvat se va simți mai ușurată atunci când își va termina rugăciunea,

ca și cum i-ar fi fost luată o povară de pe umeri. Ea se va simți destinsă și înviorată, dorindu-și să se roage neîncetat, pentru că rugăciunea este o sursă de bucurie și confort în această lume. Ea va continua să se simtă precum într-o închisoare până când va începe să se roage din nou și va găsi confort în rugăciune în loc să își dorească doar să o termine. **Cei care iubesc rugăciunea spun:**

„Ne rugăm și găsim confort în rugăciunea noastră, la fel ca liderul și exemplul nostru, Profetul (ﷺ), **care a spus:** «(...) O, Bilal, fă iqāmah **(chemarea la rugăciune)** și lasă-ne să fim mângâiați de aceasta!» El (ﷺ) nu a

spus: «Haideți să terminăm cu aceasta!»»

Profetul (ﷺ) a spus, **de asemenea:**

„(...) eu mi-am găsit liniștea în rugăciune.”

Astfel, cum ar putea cineva care își găsește liniștea în rugăciune să o caute în orice altă parte sau să stea departe de ea? (*Al-Wābil as-Sayib, 37*)

17. A face eforturi pentru a oferi suplicații în momentele corespunzătoare din timpul rugăciunii, în special în sujūd

Nu există nicio îndoială cu privire la faptul că a vorbi cu Allah, a se

prezenta cu smerenie în fața Lui, a cere lucruri de la El și a căuta ajutorul Său în mod sincer ajută la întărirea legăturilor robului cu Domnul său și la creșterea khușu'-ului.

Du'ā' este un act de adorare care ne-a fost cerut și recomandat în mod special. **Allah Preaînaltul spune:**

„(...) Îl invocați cu smerenie (cucernici și în taină; după o altă interpretare, cu glas tare) și într-ascuns (...)”

[Traducerea sensurilor Nobilului Coran, 6:63]

Profetul (ﷺ) a spus:

„Cu adevărat, cel care nu cere de la Allah Îl va Mânia pe El.” (At-Tirmidhi)

A fost relatat că Profetul (ﷺ) obișnuia să facă du‘ā’ în momente specifice din rugăciune, precum în sujūd, între cele două prosternări și după tashahhud. Cea mai măreață dintre acestea este cea din sujūd, pentru că Profetul (ﷺ) a spus:

„Un rob se află cel mai aproape de Domnul său atunci când se află în prosternare, așadar, sporiți în (a face) rugi (în acel moment).” (Muslim)

El (ﷺ) a spus, de asemenea:

„(...) Străduiți-vă să faceți rugi atunci când vă aflați în sujūd, pentru că este cel mai probabil că acestea vor primi răspuns.” (Muslim)

Una dintre rugile pe care Profetul (ﷺ) obișnuia să le recite în sujūd era:

„Allāhumma ighfir-li dhanbi kullahu diqqahu wa jillahu wa awwalahu wa ākhirahu wa ‘alanīyatahu wa sirrahu (O, Allah, iartă-mi păcatele, pe cele mici și pe cele mari dintre ele, pe cele dintâi și pe cele de pe urmă dintre ele, pe cele comise în mod public și pe cele comise în mod secret!)” (Muslim)

El (ﷺ) spunea de asemenea:

„Allāhumma ighfir-
li ma asrartu wa ma a‘lantu (O,
Allah, iartă-mă pentru ceea ce am făcut
în mod secret și pentru ceea ce am
făcut în mod public!)” (An-Nasa’i)

Am descris deja unele dintre
suplicațiile pe care Profetul (ﷺ)
obișnuia să le recite între cele două
prosternări (a se vedea secțiunea 11).

Unul dintre lucrurile pe care el (ﷺ)
obișnuia să le recite după tashahhud
este menționat în următorul hadith:

„Atunci când unul dintre voi termină
de recitat tashahhud, să caute adăpost
la Allah de patru lucruri: de pedeapsa
Focului, de chinul din mormânt, de

încercările vieții și ale morții și de amăgirea lui al-Masīh ad-Dajjal (Antihristul).” (Muslim)

El (ﷺ) obișnuia să spună:

„Allāhumma inni a‘ūdhu Bika min sharri ma ‘amiltu wa min sharri ma lam a‘mal (O, Allah, caut adăpost la Tine de răul pe care l-am făcut și de răul pe care nu l-am făcut!)” (Muslim)

„Allāhumma hasibni hisaban yasiran (O, Allah, fă-mi socoteala ușoară!)”

Profetul (ﷺ) l-a învățat pe Abu Bakr as-Siddiq (Allah să fie mulțumit de el!) să spună:

„Allāhumma inni zalamtu nafsi zulman kathīran wala yaghfiru adh-dhunūba illa Ānta, faghfir-li maghfiratan min ‘indik warhāmni Innaka Anta Al-Ghafūru Ar-Rahīm (O, Allah, cu adevărat, eu mi-am nedreptățit îndelung sufletul și nimeni nu poate ierta păcatele în afară de Tine, de aceea, iartă-mă și ai Milă de mine. Cu adevărat, Tu ești Preaiertătorul, Prea Îndurătorul!)” (Al-Bukhari și Muslim)

Profetul (ﷺ) l-a auzit pe un om spunând în tashahhud-ul său:

„Allāhumma inni as'aluka ya Allah al-Ahad as-Samad alladhi lam yalid wa lam yulad wa lam yakum lahu kufuwan ahad an taghfir-li

dhunubi Innaka Anta Al-Ghafūru Ar-Rahīm (O, Allah, Îți cer Ție, o, Allah, [Al] **Ahad** [Unul și Unicul, Cel care nu are partener și în afară de care nu există altă divinitate, Unicul în Sinele Său Divin, în Atributele și Acțiunile Sale], **As-Samad** [Cel care Își este Sieși de ajuns, Cel care este Perfect în Slava și Onoarea Sa, în Atributele Sale, în Cunoașterea Sa, în Puterea Sa, Care nu are nevoie de nimic de la creațiile Sale, dar de Care întreaga creație are nevoie, iar El nici nu mănâncă, nici nu bea și nici nu moare], **Cel care nu dă naștere și nu este născut și Cel cu Care nu este nimeni egal sau comparabil, să îmi ierți păcatele,**

pentru că Tu ești Preaiertătorul, Prea Îndurătorul).”

El (ﷺ) le-a spus companionilor săi: „El a fost iertat, el a fost iertat, el a fost iertat!” (An-Nasa’i)

Profetul (ﷺ) l-a auzit pe alt om spunând:

„Allāhumma inni as’aluka bi-anna laka’l-hamd, lā ilāha illa Anta wahdaka la-Sharika Lak al-Mannan ya badi’ as-samawāti wa al-’ārd, ya dhal-jalali wal-ikram, Ya Hayyu ya Qayyūm, inni as’aluka al-jannah wa a’ūdhu Bika min an-nar (O, Allah, îți cer Ție fiindcă toată lauda Ți se cuvine Ție, nu există altă divinitate demnă de

adorare în afară de Tine, Cel care nu ai niciun partener sau asociat, Dătătorul, Creatorul Cerurilor și al Pământului, Posesorul Gloriei și al Onoarei, Cel Veșnic Viu, Autosubzistent și Susținător al tuturor, Îți cer Paradisul și caut adăpost la Tine de Iad!)”

Profetul (ﷺ) i-a întrebat pe companionii săi:

„«Știți cum anume Îl roagă acest om pe Allah?» Ei au răspuns: «Allah și Mesagerul Său știu mai bine.» El (ﷺ) a spus: «Pe Cel în Mâna Căruia se află sufletul meu, el L-a rugat pe Allah folosind cele mai mărețe Nume ale Sale cu care, dacă este chemat, El

răspunde, iar dacă Îi este cerut, El dă.»” (An-Nasa’i)

Ultimul lucru pe care Profetul (ﷺ) îl spunea între tashahhud și taslīm era:

„Allāhumma ighfir-li ma qaddamtu wa ma akh-khartu, wa ma asrartu, wa ma a‘lantu, wa ma asraftu, wa ma Anta a‘lamu bihi minni Antal-Muqqadimu, wa Antal-Mu’akhkhiru Lā ilāha illa Anta (O, Allah, oferă-mi iertarea Ta pentru greșelile pe care le-am comis și pentru cele pe care încă nu le-am comis, pe care le-am făcut în intimitate sau în public și Tu (le) cunoști mai bine decât mine! Tu ești Al-Muqaddim [Înainte-Rânduitorul] și Al-Mu’akhkhir [Cel care amână, Apoi-

Rânduitorul] și nu există altă divinitate demnă de adorare în afară de Tine!)”
(Muslim)

Aceste suplicații și altele, împreună cu lanțul lor de relatatori pot fi găsite în Sifat as-Salāh, de Al-‘Allāmah al-Albani, p.163, ediția a 11-a.

Memorarea suplicațiilor de acest gen poate rezolva problema pe care unii oameni o au, și anume aceea de a rămâne tăcuți în spatele imamului atunci când au terminat de recitat tashahhud-ul din cauza faptului că nu știu ce să spună.

18. Pomenirea lui Allah (dhikr) după rugăciune

Aceasta ajută la întărirea khuşu’-ului și la consolidarea binecuvântărilor și a beneficiilor rugăciunii.

Fără îndoială, una dintre cele mai bune căi de a prezerva și proteja o acțiune bună este aceea de a o urma cu o alta. Astfel, dacă ne gândim la pomenirile care urmează după rugăciune, vom vedea că acestea încep cu cererea de iertare de trei ori, ca și cum robul ar cere iertare de la Domnul său pentru orice neajuns din rugăciune sau khuşu’.

De asemenea, este important să acordăm atenție rugăciunilor voluntare, deoarece acestea completează orice

neajuns din rugăciunile obligatorii, inclusiv cele din khuṣu’.

După ce am discutat despre lucrurile care ne ajută să obținem khuṣu’, în continuare vom discuta despre modurile în care putem înlătura lucrurile care distrag atenția și afectează în mod nefavorabil khuṣu’.

19. Înlăturarea lucrurilor care distrag atenția

Anas (Allah să fie mulțumit de el!) a spus:

„‘Aishah (Allah să fie mulțumit de ea!) avea o perdeă ornamentată și colorată cu care acoperea o parte din casa ei. Profetul (ﷺ) i-a spus: «Înlătur-o din fața

mea, deoarece decorațiile ei îmi vin în minte atunci când mă rog.»” (Al-Bukhari)

Al-Qasim a relatat că ‘Aishah (Allah să fie mulțumit de ea!) avea o bucată de material cu decorații pe ea, pe care folosea pentru a acoperi o nișă mică (folosită pentru dormit sau pentru depozitare). „Profetul (ﷺ) obișnuia să se roage în direcția acesteia, astfel că i-a spus: «Îndepărtează-o de lângă mine, pentru că decorațiile ei îmi distrag atenția când mă rog.» Ea a dat-o jos și a făcut perne din ea.” (Muslim)

O altă indicație a acestui fapt este că, atunci când Profetul (ﷺ) a intrat în Ka‘bah pentru a se ruga în ea, el (ﷺ) a

văzut două coarne de berbec. După ce s-a rugat, i-a spus lui ‘Uthman ibn Talhah al-**Hajabi**:

„Am uitat să îți spun să acoperi cele două coarne (**de berbec**), pentru că nu este recomandat să existe ceva în Casă (**Ka‘bah**) care ar putea distrage atenția celui care se roagă.” (**Abu Dawud**)

Aceasta include de asemenea evitarea efectuării rugăciunii în locuri prin care trec oamenii, sau în care este mult zgomot ori se aud oamenii vorbind, discutând etc, sau în care există distracții vizuale.

Trebuie evitate de asemenea locurile care sunt foarte călduroase sau foarte

friguroase, dacă este posibil. Profetul (ﷺ) ne-a spus să amânăm rugăciunea Dhuhr vara până când cea mai călduroasă parte a zilei a trecut. Ibn al-Qayyim (Allah să aibă milă de el!) a spus:

„A efectua rugăciunea atunci când este foarte cald îl împiedică pe cel care se roagă de la a avea un khuṣu’ adecvat și o concentrare bună, iar el se roagă fără nicio tragere de inimă. Din acest motiv, Profetul (ﷺ) ne-a sfătuit în mod înțelept să amânăm rugăciunea până când căldura a scăzut puțin, pentru a ne putea concentra și a îndeplini altfel scopul rugăciunii, și anume: a avea khuṣu’ și întoarcerea la Allah.” (Al-Wābil as-Sayib, Dār al-Bayan, p.22)

20. Evitarea hainelor cu decorații, scris, culori vii sau imagini ce îl vor distra pe adorator

‘Aishah (Allah să fie mulțumit de ea!) a spus:

„Mesagerul lui Allah (ﷺ) s-a rugat cu o haină care avea decorații. După ce s-a rugat, (Profetul - ﷺ) i-a spus (soției sale): «Du-i această cămașă lui Abu Jahm și adu-mi un veșmânt simplu de la el, pentru că decorațiile acestei (haine) îmi distrag atenția.»” (Muslim)

Într-o altă relatare, Profetul (ﷺ) a spus:
„Carourile îmi distrag atenția.”

Într-o altă relatare, ‘Aishah (Allah să fie mulțumit de ea!) a spus:

„Mesagerul lui Allah (ﷺ) avea o cămașă în carouri care îi distrăgea atenția în timp ce se ruga.” (Muslim)

Este recomandat să nu efectuăm rugăciunea cu o haină care are imagini pe ea și trebuie să acordăm o atenție și mai mare evitării hainelor care au imagini cu ființe însuflețite, așa cum sunt multe haine din ziua de astăzi.

21. Evitarea efectuării rugăciunii atunci când mâncarea este servită

Mesagerul lui Allah (ﷺ) a spus:

„(...) O rugăciune nu poate fi (spusă corect) atunci când mâncarea se află

acolo (în fața adoratorului) (...)”
(Muslim)

Dacă mâncarea a fost pregătită sau servită, o persoană ar trebui să mănânce mai întâi, pentru că nu ar putea să se concentreze în mod adecvat și să aibă khuṣu’ dacă lasă mâncarea și se roagă în timp ce își dorește să mănânce. De asemenea, ea nu trebuie să mănânce în grabă, pentru că Profetul (ﷺ) a spus:

„Dacă vă este servită cina și este de asemenea timpul pentru rugăciune, mâncați înainte de a efectua rugăciunea Maghrib și nu vă grăbiți (la rugăciune, lăsând mâncarea)!” (Muslim)

Într-o altă relatare:

„Dacă vă este servită cina iar în acel moment este pronunțată iqāmah, mâncați mai întâi și nu vă grăbiți să terminați!” (Al-Bukhari)

22. Evitarea efectuării rugăciunii atunci când o persoană trebuie să își satisfacă nevoile naturale

Nu există nicio îndoială cu privire la faptul că unul dintre lucrurile care îl împiedică pe om să aibă un khuṣu' corespunzător este efectuarea rugăciunii atunci când acesta trebuie să își satisfacă nevoile naturale.

„Mesagerul lui Allah (ﷺ) i-a interzis unui om să efectueze rugăciunea atunci

când are o nevoie urgentă (de a urina sau defeca).” (Ibn Majah)

Dacă o persoană se află în această situație, ea ar trebui să răspundă la chemarea naturii mai întâi, chiar dacă acest lucru presupune pierderea unei părți din rugăciunea în congregație, pentru că Profetul (ﷺ) a spus:

„(...) Dacă unul dintre voi simte că trebuie să își satisfacă nevoile atunci când este timpul pentru rugăciunea în congregație, el ar trebui să își satisfacă nevoile.” (Abu Dawud)

Dacă acest lucru se întâmplă în timp ce o persoană se roagă, ea ar trebui să se oprească din rugăciune, să își satisfacă

nevoile, apoi să se purifice și să se roage, deoarece Profetul (ﷺ) a spus:

„O rugăciune nu poate fi (spusă corect) atunci când mâncarea se află acolo (în fața adoratorului) sau atunci când acesta trebuie să își satisfacă nevoile.”
(Muslim)

Fără îndoială, încercarea de a suprima nevoile fiziologice îl împiedică pe cel care se roagă să se concentreze. Această regulă se aplică și în cazul nevoii de a flatula.

23. Evitarea efectuării rugăciunii atunci când o persoană este somnoroasă

‘Aishah (Allah să fie mulțumit de ea!) a relatat că Mesagerul lui Allah (ﷺ) a spus:

„Atunci când unul dintre voi se simte somnoros în timpul rugăciunii, să se culce până când starea de somnolență îi trece, pentru că, atunci când unul dintre voi efectuează rugăciuni în stare de somnolență, nu știe dacă cere iertare sau ceva rău împotriva lui însuși.” (Al-Bukhari)

Aceasta se poate întâmpla atunci când o persoană se roagă qiyām al-layl, în momentul în care rugăciunile primesc răspuns, iar aceasta se poate ruga împotriva sa. Acest hadith include și rugăciunile fard (obligatorii), atunci

când o persoană știe că are destul timp pentru a se ruga după ce se trezește.
(Fath al-Bāri, Sharh Kitāb al-wuḍū',
Bāb al-wuḍū' min an-nawm)

24. Evitarea efectuării rugăciunii în spatele unei persoane care vorbește (sau care este somnoroasă)

Profetul (ﷺ) a interzis acest lucru spunând:

„Nu vă rugați în spatele unei persoane care doarme sau care vorbește.” (Abu Dawud)

Acest lucru se datorează faptului că persoana care vorbește îl va distra pe adorator cu vorbele sale, iar persoana

care doarme s-ar putea expune într-un mod ce l-ar distraje pe adorator.

Al-Khattābi (Allah să aibă milă de el!) a spus:

„Cât despre rugăciunea în spatele unei unor persoane care vorbesc, Ash-Shafa‘i și Ahmad ibn Hanbal au considerat-o a fi makruh, deoarece discuțiile lor îl vor distraje pe adorator de la rugăciune.” (‘Awn al-Ma‘bud, 2/388)

În ceea ce privește interzicerea rugăciunii în spatele unei persoane care doarme, mai mulți învățați au considerat că dovada pentru aceasta este slabă. (inclusiv Abu Dawud în

Sunan, Kitāb as-Salāh, Tafri' Abwāb al-Witr, Bāb ad-Du'ā', și Ibn Hajar în Fath al-Bāri, Sharh Bāb as-Salāh khalf an-Na'im, Kitāb as-Salāh)

Al-Bukhari (Allah să aibă milă de el!) a citat următorul hadith al lui 'Aishah (Allah să fie mulțumit de ea!):

„Profetul (ﷺ) obișnuia să se roage în timp ce eu stăteam lungită în pat în fața lui (...)” (Al-Bukhari)

Mujāhid, Tāwus și Mālik au considerat că este makruh a face rugăciunea cu fața către cineva care doarme, pentru că acesta s-ar putea mișca sau expune, distrăgându-l astfel pe adorator de la rugăciune. (Fath al-Bāri)

Dacă nu există acest risc, atunci rugăciunea în spatele unei persoane care doarme nu este makruh, iar Allah știe mai bine.

25. A nu se preocupa cu netezirea pământului din față în timpul rugăciunii

Al-Bukhari (Allah să aibă milă de el!) a relatat de la Mu' aiqib (Allah să fie mulțumit de el!) că Profetul (ﷺ) a spus despre o persoană care netezește suprafața pământului din față lui atunci când se prosternează:

„Dacă trebuie să faci acest lucru, atunci fă-l o singură dată.” (Fath al-Bāri, 3/79)

Mesagerul lui Allah (ﷺ) a spus:

„Nu înlăturați pietrele din locul în care vă rugați; însă dacă este nevoie să faceți acest lucru, atunci să îl faceți o singură dată.” (Abu Dawud)

Motivul pentru această interzicere este menținerea khuşu’-ului și evitarea prea multor mișcări în rugăciune. Dacă locul în care o persoană urmează să se prosterneze trebuie netezit, este recomandat ca acest lucru să fie făcut înainte de începerea rugăciunii.

Același lucru este valabil pentru ștergerea frunții sau a nasului în timpul rugăciunii. Profetul (ﷺ) obișnuia să se prosterneze în apă sau noroi care îi

lăsau urme pe frunte, dar nu se ștergea de fiecare dată când își înălța capul din sujūd. El (ﷺ) continua să se roage ca de obicei, fiind captivat de rugăciune, iar khuṣu'-ul lui era atât de puternic, încât nu observa că s-a murdărit. Profetul (ﷺ) a spus:

„Rugăciunea este o ocupație în sine.”
(Al-Bukhari)

Ibn Abu Shaybah a relatat că Abu ad-Darda' (Allah să fie mulțumit de el!) a spus:

„Chiar dacă ar fi să primesc cămile roșii, nu mi-ar plăcea să șterg pământul de pe fruntea mea.”

Ayad a spus:

„Companionilor le displăcea să își șteargă frunțile atunci când se rugau.”
(Al-Fath, 3/79)

La fel cum un rob trebuie să evite orice i-ar putea distra atenția de la rugăciune, el trebuie să evite să îi deranjeze pe alții. **Aceasta include:**

26. A nu-i deranja pe alții cu recitarea noastră

Mesagerul lui Allah (ﷺ) a spus:

„Toți vorbiți cu Domnul vostru. Astfel, nu vă deranjați unul pe celălalt și nu ridicați tonul vocii unul peste celălalt în recitare (sau a spus «în rugăciune»)." (Abu Dawud)

Într-o altă relatare, Mesagerul lui Allah (ﷺ) a spus:

„Nu vă întreceți ridicând vocea atunci când recitați Coranul!” (Ahmad)

27. A nu se întoarce dintr-o parte în alta în timpul rugăciunii

Abu Dharr (Allah să fie mulțumit de el!) a relatat că Mesagerul lui Allah (ﷺ) a spus:

„Allah Preaînaltul se întoarce către robul Său în timpul rugăciunii, atât timp cât acesta nu se uită pe lângă el (întorcând capul), iar dacă face astfel Allah se întoarce de la el, de asemenea.” (Abu Dawud)

Întoarcerea în timpul rugăciunii este de două feluri:

- a) întoarcerea inimii către altceva în afară de Allah;
- b) întoarcerea privirii.

Ambele sunt interzise și sunt dăunătoare pentru răsplata rugăciunii. Mesagerul lui Allah (ﷺ) a fost întrebat despre întoarcerea privirii în timpul rugăciunii, iar el (ﷺ) a răspuns:

„Este ceva ce Șeitan fură din rugăciunea unei persoane.” (Al-Bukhari)

Cel care se îndepărtează cu inima, mintea sau privirea de la rugăciune

este asemeni celui care este chemat de un conducător și trebuie să stea în fața lui, iar atunci când conducătorul i se adresează, el se întoarce privind în stânga și dreapta, neascultând ce spune acesta, pentru că mintea și inima îi sunt în altă parte. Ce părere va avea conducătorul despre un astfel de om? El va crede că este vorba despre o persoană odioasă și lipsită de valoare.

Cel care se roagă distras nu este asemeni celui care se roagă cu o concentrare adecvată, întorcându-se la Allah în rugăciune într-un mod prin care simte Măreția Celui în fața Căruia stă și simțind multă teamă și supunere; el se simte prea rușinat în fața Domnului său pentru a se gândi la

altceva sau pentru a se întoarce dintr-o parte în alta. **Diferența dintre rugăciunile lor este cea menționată de Hassan ibn ‘Atiyah:**

„Doi oameni se pot ruga în aceeași congregație, iar diferența dintre ei în ceea ce privește virtutea să fie la fel de mare precum distanța dintre Cer și Pământ. Unul dintre ei se îndreaptă cu toată inima către Allah, iar celălalt este neglijent și uituc.” (Al-Wābil as-Sayib, de Ibn al-Qayyim, Dār al-Bayān, p. 36)

În ceea ce privește întoarcerea cu un motiv valid, aceasta este permisă. Abu Dawud a relatat că Sahl ibn al-Hanzaliyyah a spus:

„Am început să ne rugăm Salāt as-Subh (**Fajr**), iar Mesagerul lui Allah (ﷺ) se uita la trecătoare.”

Abu Dawud a spus:

„El (ﷺ) trimisese un călăreț pentru a păzi trecătoarea peste noapte.”

Aceeași a fost situația atunci când a cărat-o pe Umamah bint Abu al-‘As, atunci când a deschis ușa pentru ca ‘Aishah (**Allah să fie mulțumit de ea!**) să poată intra, atunci când a coborât de pe amvon în timp ce se ruga pentru a le arăta oamenilor și atunci când a făcut un pas înapoi în timpul rugăciunii al-Kusuf (**rugăciunea din timpul eclipsei**)

și l-a prins și strangulat pe un Șeitan care voia să-i întrerupă rugăciunea.

El (ﷺ) a poruncit, de asemenea, ca scorpionii și șerpii să fie omorâți chiar și în timpul rugăciunii, iar o persoană care se roagă trebuie să își întrerupă rugăciunea și să se împotrivescă celui care dorește să treacă prin fața ei atunci când se roagă. El (ﷺ) le-a spus femeilor să bată din palme în timpul rugăciunii (dacă observă că imam-ul face o greșeală) și obișnuia să le facă un semn cu mâna oamenilor care îl salutau în timp ce se ruga. Acestea și alte acțiuni pot fi făcute în caz de necesitate, dar dacă nu există nicio necesitate, atunci ele devin gesturi inutile care anulează khușu' și nu sunt permise în timpul

rugăciunii. (Majmū‘ al-Fatāwa,
22/559)

28. A nu ridica privirea către Cer

Profetul (ﷺ) ne-a interzis să facem acest lucru și ne-a avertizat cu privire la el spunând:

„Atunci când unul dintre voi se roagă, să nu își ridice privirea către Cer decât dacă și-a pierdut vederea.” (Ahmad)

Într-o altă relatare, el (ﷺ) a spus:

„Ce se întâmplă cu oamenii care ridică privirea la Ceruri în timp ce se roagă?”, iar într-o altă relatare: „Ce se întâmplă cu oamenii care ridică

privirea la Ceruri atunci când fac du‘ā’ în timpul rugăciunii?” (Muslim)

Profetul (ﷺ) ne-a avertizat cu putere împotriva acestei acțiuni spunând:

„Să se oprească din a face acest lucru, altfel vederea le va fi luată!” (Ahmad)

29. A nu scuipa în fața unei persoane care se roagă

Această acțiune este incompatibilă cu khuṣu’ și cu bunele maniere în fața lui Allah. Profetul (ﷺ) a spus:

„Când unul dintre voi se roagă, să nu scuipe în fața lui, fiindcă Allah se află în fața lui atunci când se roagă.” (Al-Bukhari)

El (ﷺ) a spus, **de asemenea:**

„Atunci când unul dintre voi stă în rugăciune, el nu trebuie să scuipe în fața lui fiindcă, în rugăciune, el vorbește în privat cu Allah, și nu trebuie să scuipe în dreapta sa fiindcă acolo se află un înger, însă el poate să scuipe în stânga lui sau sub piciorul stâng și să îl îngroape (**scuipatul**).”
(**Al-Bukhari**)

Profetul (ﷺ) a spus, **de asemenea:**

„Atunci când unul dintre voi stă în rugăciune, el vorbește cu Domnul său, iar Domnul său se află între el și qiblah. Astfel, niciunul dintre voi nu trebuie să scuipe în direcția qiblei, ci

înspre stânga sau sub piciorul lui.” (Al-Bukhari)

Dacă în moschee se află covoare, așa cum este obiceiul astăzi, iar o persoană simte nevoia să scuipe, ea poate folosi o batistă sau ceva asemănător.

30. A evita căscatul în timpul rugăciunii

Mesagerul lui Allah (ﷺ) a spus:

„Atunci când unul dintre voi simte nevoia să caște în timpul rugăciunii, el trebuie să facă tot ce poate să îl oprească, pentru ca Șeytan să nu poată intra prin gura lui.” (Muslim)

Dacă Œeitan intră, el poate afecta khuşu’-ul robului, pe lângă faptul că râde de el atunci când acesta cascade.

31. A nu pune mâna pe şolduri în timpul rugăciunii

Abu Hurairah (Allah să fie mulţumit de el!) a spus:

„Mesagerul lui Allah (ﷺ) ne-a interzis să punem mâinile pe şolduri în timpul rugăciunii.” (Abu Dawud)

Ziyad ibn Subayh al-Hanafi a spus:

„M-am rugat lângă Ibn ‘Omar, iar eu mi-am pus mâna pe şold, dar el m-a lovit peste mână. Când şi-a terminat rugăciunea, mi-a spus: «Aceasta este o

întretăiere în rugăciune, iar Mesagerul lui Allah (ﷺ) ne-a interzis să facem acest lucru.»” (Ahmad și alții)

A fost relatat că Profetul (ﷺ) a spus că oamenii din Iad se odihnesc în această poziție; căutăm adăpost la Allah de acest lucru. (Relatat de Al-Bayhaqi de la Abu Hurairah. Al-‘Iraqi a spus că isnad-ul său pare a fi sahih)

32. A nu lăsa hainele să atârne pe jos în timpul rugăciunii

A fost relatat că „Mesagerul lui Allah (ﷺ) a interzis veșmintele care atârnă pe jos în timpul rugăciunii și a interzis ca un om să își acopere gura în timpul rugăciunii.” (Abu Dawud)

Al-Khattābi a spus în ‘Awn al-Ma‘bud (2/347):

„As-sadl înseamnă lăsarea hainelor să atârne pe jos.”

În Marqat al-Mafātih (2/236) a fost relatat:

„As-sadl este complet interzisă pentru că are legătură cu mândria, iar în rugăciune este și mai rea.”

Autorul lui An-Nihayah a spus:

„Aceasta înseamnă a se înfășura într-un veșmânt, lăsând o mână înăuntru și aplecându-se și prosternându-se în el.”

S-a spus că evreii obișnuiau să facă astfel.

De asemenea, a mai fost spus că as-sadl înseamnă punerea unui veșmânt peste cap și umeri, lăsând colțurile sale să cadă peste cap și brațe. Un astfel de veșmânt obligă o persoană să fie preocupată de aranjarea lui, lucru care îi reduce khușu'-ul. Aceasta nu se întâmplă cu hainele care sunt bine legate, care nu îl distrag pe rob și nu îi afectează khușu'-ul. Astfel de haine se mai întâlnesc și astăzi în unele părți din Africa și în alte locuri. Acesta este, de asemenea, cazul unor pelerine arăbești care distrag atenția robului de la rugăciune fiindcă acesta este ocupat cu aranjarea lor. Acest lucru trebuie evitat.

Învățații au explicat motivul pentru care acoperirea gurii este interzisă spunând că acest lucru o împiedică pe o persoană să recite Coranul și să facă sujūd în mod corespunzător. (Marqat al-Mafātih, 2/236)

33. A nu imita animalele

Allah Preaînaltul l-a onorat pe fiul lui Adam (Pacea fie asupra sa!) și l-a creat în cel mai bun mod, astfel că este rușinos ca acesta să imite sau să se asemene cu animalele. Ne este interzis să imităm anumite poziții sau mișcări ale animalelor atunci când ne rugăm, fiindcă acest lucru este contrar khușu'ului sau pentru că este urât și nu îi aduce niciun beneficiu robului care se

roagă. În acest sens, a fost relatat că „Mesagerul lui Allah (ﷺ) a interzis trei lucruri în rugăciune: a ciuguli precum o cioară, a pune antebrațele pe sol precum un animal de pradă și a îndeplini rugăciunea mereu în același loc precum o cămilă care este obișnuită cu un anumit loc (pe care îl păzește).” (Ahmad)

A fost spus că o persoană care se roagă în același loc în moschee, făcându-l astfel locul ei, este asemeni unei cămile care își păzește teritoriul. (Al-Fath ar-Rabāni, 4/91)

Conform unei alte relatări, [cineva a spus:](#)

„Mi-a fost interzis să ciugulesc precum un cocoș, să mă așez precum un câine și să mă întorc precum o vulpe.”

(Ahmad)

Acestea au fost lucrurile pe care le-am putut menționa cu privire la mijloacele prin care putem obține khușu’, pentru ca noi să ne străduim să le obținem, și cu privire la lucrurile care afectează khușu’, pentru ca noi să le evităm.

Există un alt subiect legat de khușu’, căruia învățații i-au acordat multă importanță și care merită să fie menționat aici:

Este validă rugăciunea unei persoane care suferă de mult waswās (gânduri insinuante de la Şeitan) sau trebuie să o repete?

Ibn al-Qayyim (Allah să aibă milă de el!) a spus:

„Am fost întrebat cu privire la rugăciunea persoanei care nu are khuşu’, dacă trebuie să o repete sau nu. În ceea ce priveşte răsplata, aceasta nu va fi obținută decât pentru părțile în care persoana este concentrată și are atitudinea corectă de khuşu’ față de Domnul ei.”

Ibn ‘Abbas (Allah să fie mulțumit de el!) a spus:

„Vei avea din rugăciune doar partea asupra căreia te-ai concentrat.”

A fost relatat că Profetul (ﷺ) a spus:

„Un rob se poate ruga și să nu aibă înregistrat pentru rugăciune decât o jumătate, o treime, un sfert sau o zecime din ea.”

Allah Preaînaltul a făcut ca succesul robului în rugăciune să depindă de khuṣu' -ul său și a spus despre cel care nu are khuṣu' că nu va avea parte de beneficiile acesteia, însă i se va înregistra răsplata pentru efectuarea ei. În ceea ce privește aplicarea regulilor și a excepțiilor obișnuite, precum necesitatea de a repeta rugăciunea,

majoritatea învățaților sunt de părere că, dacă el are un khuṣu' adecvat în majoritatea rugăciunii, aceasta nu mai trebuie repetată. Rugăciunile sunnah și adhkar recitate după rugăciune recuperează ceea ce lipsește.

Dar în cazul unei persoane care nu are un khuṣu' corespunzător sau nu este concentrat- în majoritatea rugăciunii, există o diferență de opinii printre învățați. Ibn Hamid, unul dintre companionii lui Ahmad, a considerat că este obligatoriu ca rugăciunea să fie repetată. Învățații au opinii diferite și cu privire la khuṣu' în rugăciune, iar cu privire la acest subiect există două opinii diferite. Acestea se regăsesc la școala Hanbali și la alții.

Aceste opinii diferă în ceea ce privește obligativitatea de a fi repetate rugăciunile în care o persoană are mult waswās. Ibn Hamid a spus că repetarea rugăciunilor este obligatorie, dar majoritatea învățaților nu au avut aceeași opinie.

Aceștia iau drept dovadă faptul că Profetul (ﷺ) i-a poruncit celui care se încurcă în rugăciune să facă sajdatay as-sahw (cele două prosternări de uitare); el (ﷺ) nu a spus că rugăciunea trebuie repetată, **chiar dacă a spus:**

„Șeitan vine la oricare dintre voi atunci când se roagă și îi spune: «Îți aduci aminte de cutare și cutare?»» făcând referire la ceva despre care a uitat,

până când îl călăuzește în mod greșit încât nu mai știe cât s-a rugat.”

Nu există nicio diferență de opinii cu privire la faptul că nu există răsplată decât pentru partea de rugăciune în care persoana a avut concentrarea corespunzătoare, după cum a spus Profetul (ﷺ):

„Un rob se poate ruga și să nu aibă înregistrat pentru rugăciune decât o jumătate, o treime, un sfert sau o zecime din ea.”

Ibn ‘Abbas (Allah să fie mulțumit de el!) a spus:

„Vei avea din rugăciune doar partea asupra căreia te-ai concentrat.”

Astfel, rugăciunea nu este corectă din punctul de vedere al perfecțiunii, dar poate fi considerată validă, nefiindu-ne poruncit să o repetăm. (Madārij as-Salikin, 1/112)

A fost relatat că Profetul (ﷺ) a spus:

„Atunci când muezinul spune adhan-ul, Șeitan fuge dând vânturi pentru a nu îl auzi. Când adhan-ul s-a terminat, el se întoarce. Atunci când rugăciunea începe, el fuge, dar pe măsură ce robul se roagă, el se întoarce până când intervine între om și propriul suflet și îi spune: «Îți aduci aminte de cutare și cutare?»» făcând referire la ceva despre care a uitat, până când îl călăuzește în mod greșit încât nu mai știe cât s-a

rugat. Dacă i se întâmplă aceasta unuia dintre voi, atunci să facă două prosternări de uitare (**sajdat as-sahw**) din poziția șezut.”

Astfel, Profetul (ﷺ) i-a poruncit celui pe care Șeitan îl face să uite cât de mult s-a rugat să facă două prosternări de uitare. El (ﷺ) nu i-a poruncit să o repete. Dacă rugăciunea nu ar fi fost validă, așa cum susțin unii, el (ﷺ) i-ar fi spus să o repete.

S-a spus: Acesta este motivul pentru cele două prosternări de uitare, să îl enerveze pe Șeitan pentru „șoptirea” gândurilor insinuante unei persoane și pentru intervenirea între el și propriul suflet atunci când aceasta se roagă. Din

acest motiv, cele două prosternări sunt numite al-murghimatayn (cele două care enervează). (Madārij as-Salikin, 1/528-530)

Dacă spui că rugăciunea trebuie repetată pentru a câștiga beneficiile și răsplata acesteia, atunci aceasta rămâne la latitudinea individului. Dacă acesta dorește să câștige aceste beneficii, atunci el poate să o repete, iar dacă nu, atunci el nu trebuie să o repete.

Dacă spui că noi trebuie să îi forțăm pe oameni să repete rugăciunea și să îi pedepsim dacă nu o fac, aplicând asupra lor regula celor care au uitat rugăciunea, acest lucru nu este corect.

Aceasta este cea mai corectă dintre cele două opinii, iar Allah știe mai bine.

Concluzii

Discuția cu privire la khuṣu' este una serioasă și importantă, iar acesta nu poate fi obținut decât cu ajutorul lui Allah. A fi lipsit de khuṣu' este o calamitate. Din acest motiv, Profetul (ﷺ) obișnuia să spună în du'ā':

„Allāhumma inni a'ūdhu Bika min qalbin la yakhsha (O, Allah, caut adăpost la Tine de o inimă care nu are khuṣu'!)” (At-Tirmidhi)

Cei care nu au khuṣu' se împart pe mai multe nivele. Khuṣu'-ul este o acțiune a inimii ce poate crește sau descrește. Unii oameni au un khuṣu' mare precum norii cerului, iar alții își pot termina rugăciunea fără a înțelege nimic din ea.

„Oamenii se împart în cinci categorii atunci când vine vorba de rugăciune:

1. Prima este categoria celui care greșește față de el însuși și este neglijent. Nu efectuează wuḍū' în mod corespunzător, nu se roagă la timpul potrivit sau nu îndeplinește toate părțile necesare din rugăciune.

2. A doua este categoria celui care îndeplinește părțile esențiale externe ale rugăciunii, se roagă la timp, face wuḍū', dar a pierdut lupta cu sine însuși și este copleșit de waswās.

3. A treia este categoria celui care îndeplinește părțile esențiale exterioare ale rugăciunii, se roagă la timp, face wuḍū' și luptă de asemenea împotriva propriului sine și împotriva waswās-urilor, dar este preocupat de lupta sa împotriva lui Șeitan pentru ca acesta să nu îi fure din rugăciune, astfel că este implicat în salāh și jihād în același timp.

4. A patra este categoria celui care stă în rugăciune, îndeplinește toate

cerințele rugăciunii, inima sa este complet concentrată și în alertă să nu omită ceva, iar preocuparea sa este aceea de a face rugăciunea în mod corespunzător și perfect. Inima sa este complet cufundată în rugăciune și în adorarea Domnului său.

5. A cincea este categoria celui care face toate acestea, dar își pune inima în fața Domnului, uitându-se la El cu inima concentrată, plină de dragoste și adorare ca și cum L-ar vedea. Acele waswās-uri și gânduri se reduc, iar barierele dintre el și Domnul său sunt dărâmate. Diferența dintre rugăciunea acestei persoane și rugăciunea alteia este mai mare decât diferența dintre Ceruri și Pământ. Atunci când

persoana se roagă, ea este dedicată Domnului său și este mulțumită cu El.

Prima categorie este demnă de pedeapsă, a doua categorie este trasă la răspundere pentru faptele sale, a treia se străduiește, astfel că nu este considerată a fi o păcătoasă, a patra este răsplătită, iar a cincea este apropiată de Domnul său, pentru că se numără printre cei care găsesc fericire în rugăciune.

Cel care simte fericire în rugăciune în această viață, va simți fericirea de a fi aproape de Allah în Viața de Apoi și își va găsi fericirea în Allah în această viață, de asemenea. Cel care simte fericire la Allah va fi mulțumit cu

orice, iar cel care nu găsește fericire la Allah, va fi distrus de propriile sentimente de supărare și regret pentru chestiunile lumești.” (Al-Wābil as-Sayib, p. 40)

În final, Îi cerem lui Allah să ne facă dintre cei care au khuṣu’ și să ne accepte căința. Fie ca Allah să-i răsplătească pe toți cei care au ajutat la pregătirea acestei cărți și fie ca aceasta să le aducă beneficii celor care o citesc! Amin! Toată lauda I se cuvine lui Allah, Domnul Lumilor!

[1] Versetele coranice marcate cu roșu fac parte din Surat Al-Fātihah (n.tr.)

[2] Duhul face referire aici la îngerul Gabriel (Pacea fie asupra sa!)