Al-Islam.org
Ahlul Bayt Digital Islamic Library Project
Pubblicata su *Books on Islam and Muslims* | *Al-Islam.org* (http://www.al-islam.org)

La Preghiera Nell' Islam

Accedi [1] o registrati [2] per inserire commenti.

Composto da: La Preghiera compilato a cura del Gruppo di Traduzione “Islam Shi°ita” e Soaring to the Only Beloved di Abu Muhammad Zaynul ‘Abidin

Composto da: La Preghiera compilato a cura del Gruppo di Traduzione “Islam Shi°ita” e Soaring to the Only Beloved di Abu Muhammad Zaynul ‘Abidin
La Preghiera nell’Islam vuole essere uno strumento per aiutare i credenti ad assolvere alle proprie preghiere nel miglior modo possibile: la prima parte, intitolata “La Preghiera”, spiega nel dettaglio il modo corretto per adempiere ad essa, mentre la seconda parte, “Elevarsi verso l’Unico Amato”, è un trattato sull’importanza spirituale della Preghiera, che insegna i modi migliori per riuscire a dedicare a questo fondamentale atto di devozione l’importanza che merita.

Translator(s):

- Gruppo di Traduzione Islam Shi'ita [3]

Category:

- Generale [4]
- Salaat (Ritual Prayer) [5]
- General [6]

Old url:
http://www.al-islam.org/it/La_Preghiera/

Featured Category:

- Introducing Islam [7]
- Muslim Practices [8]

Prefazione

Allah l’Onnipotente ha prescritto un insieme di atti devozionali all’essere umano in modo da renderlo in grado di elevarsi verso la Sua prossimità e giungere alla conoscenza della Sua eccelsa presenza. E’ in questa sacra aspirazione che risiede la vera felicità dell’essere

umano. Comprendere questa realtà non richiede una ricerca delle prove intellettuali. La natura innata dell’essere umano è in sé stessa una prova di questa realtà: l’essere umano aspira naturalmente a raggiungere la perfezione infinita la quale non esiste se non presso il suo Creatore.

Se la sua natura innata non è stata eclissata dai suoi misfatti, il desiderio di raggiungere la perfezione non cesserà mai e il viaggiatore avrà modo di continuare il suo viaggio verso il suo Amato. Allah l’Onnipotente ha modellato l’essere umano in modo tale che egli sia capace di elevarsi per sempre e raggiungere i livelli superiori di perfezione. Egli non aspira naturalmente ad una perfezione limitata. Il suo scopo è l’Infinito. E la realtà dell’Infinito, non è altri che Allah stesso.

La **Preghiera nell’Islam** vuole essere uno strumento per aiutare i credenti ad assolvere alle proprie preghiere nel miglior modo possibile: la prima parte, intitolata “***La Preghiera***”, spiega nel dettaglio il modo corretto per adempiere ad essa, mentre la seconda parte, “***Elevarsi verso l’Unico Amato***”, è un trattato sull’importanza spirituale della Preghiera, che insegna i modi migliori per riuscire a dedicare a questo fondamentale atto di devozione l’importanza che merita.

Gruppo di Traduzione “*Islam Shi°ītа*”

Traslitterazione

La corretta pronuncia dell’arabo è indispensabile al corretto compimento della Preghiera e tutti i musulmani hanno perciò il dovere di apprenderla.

Le ventuno lettere dell’alfabeto italiano non sono sufficienti a rendere l’esatta pronuncia dell’arabo ed è quindi necessario servirsi di un convenzionale sistema di traslitterazione che permetta al lettore italiano di risalire alla corretta pronuncia delle parole arabe. Siccome poi alcuni suoni non trovano corrispondenza né in italiano né in altre lingue europee, si consiglia di apprenderne la corretta pronuncia dalla viva voce di un Arabo o di una persona che conosce bene la lingua araba.

Chi non è in grado di pronunciare correttamente l’arabo è tenuto a perfezionare la propria pronuncia e, fino a quando non l’ha perfezionata, deve eseguire le preghiere giornaliere in congregazione. Laddove ciò non sia possibile o comporti grandi difficoltà, è necessario compiere la Preghiera come meglio si può: l’imperfetta pronuncia dell’arabo non è un buon motivo per non eseguire la Preghiera.

La convenzione usata al fine di rendere i suoni dell’alfabeto arabo è la seguente:

ORIGINALE	CONVENZIONE		SUONO
ب	**b**	**B**	stesso suono della lettera bi italiana
ت	**t**	**T**	stesso suono della lettera ti italiana
ث	**th**	**TH**	“th” in thirsday (pronuncia inglese) (lettera doppia = thth o THth)
ج	**j**	**J**	“g” dolce, come in gelato
ح	**ĥ**	**Ĥ**	h aspirata

خ	**kh**	**KH**	“ch” in “buch” (pronuncia tedesca) (lettera doppia = khkh o KHkh)
د	**d**	**D**	stesso suono della lettera di italiana
ذ	**ż**	**Ż**	“th” in “that” (pronuncia inglese)
ر	**r**	**R**	stesso suono della lettera erre italiana
ز	**z**	**Z**	“z” in “zero” o “zéro” (inglese/francese)
س	**s**	**S**	“s” forte (che troviamo in “santo”), non varia suono se compresa tra due vocali
ش	**sh**	**SH**	“sc” in “scena” (lettera doppia = shsh o SHsh)
ص	**ŝ**	**Ŝ**	lettera enfatica (suono velarizzato)*
ض	**dh • DH**		lettera enfatica (suono velarizzato) * (lettera doppia = dhdh o DHdh)
ط	**ť**	**Ť**	lettera enfatica (suono velarizzato)*
ظ	**d′**	**Ď**	lettera enfatica (suono velarizzato)*
ع	**°**	**°**	Fricativa laringale*
غ	**gh**	**GH**	“r” in “grassayé” (francese - parigino) (lettera doppia = ghgh o GHgh)
ف	**f**	**F**	stesso suono della lettera effe italiana
ق	**q**	**Q**	Simile alla “q” di “quadro”*
ك	**k**	**K**	stesso suono della “c” in “caldo”
ل	**l**	**L**	stesso suono della lettera elle italiana
م	**m**	**M**	stesso suono della lettera emme italiana
ن	**n**	**N**	stesso suono della lettera enne italiana
ه	**h**	**H**	“h” leggermente aspirata, come in “house” (pronuncia inglese)
و	**w**	**W**	“w” di “window”
ي	**y**	**Y**	“y” di “yankee”
ء	**’**	**’**	Hamza, stop glottale nella parola*
َ	**a**	**A**	“Fatha”:“a” breve (suono intermedio tra la “a” e la “e” in Italiano)
ُ	**u**	**U**	“Dhamma”: “u” breve
	i	**I**	“Kasra”:“i” breve (suono intermedio tra la “e” e la “i” in Italiano)
اَ	**ā**	**Ā**	“a” mediamente prolungata (suono intermedio tra la “a” e la “e”)
اً	**ã**	**Ã**	“a” molto prolungata (‘aa)
اى	**ī**	**Ī**	“i” mediamente prolungata
او	**ū**	**Ū**	“u” mediamente prolungata
-	**-**	**-**	unire le due parole come nella “Liaison” nella lingua francese
[	**[**	**[**	lettere da integrare nella lettura della parola se non si effettua una pausa

* Suoni che non trovano corrispondenza né in italiano né in altre lingue europee. Si consiglia perciò di apprendere la corretta pronuncia di questi suoni dalla viva voce di un Arabo o di una persona che conosce bene la lingua araba.

Parte 1: La Preghiera

La Preghiera è un Mezzo Infallibile per Avvicinarsi ad Allah (SwT)

L’essere umano, nei momenti di crisi, nelle difficoltà, nelle disgrazie, ha bisogno di un sicuro sostegno sul quale appoggiarsi e placare il suo tormentato animo. Noi siamo convinti che questo sostegno non può essere altro che il ricordo di Allah (SwT)1:

«Sappiate che i cuori si placano solo al ricordo di Allah» (Santo Corano, 13: 28).

Allah (SwT) non ha bisogno della nostra Preghiera, siamo noi piuttosto che abbiamo bisogno di Allah (SwT), siamo noi che non possiamo fare a meno di un mezzo che ci permetta di entrare in comunicazione con Lui. La Preghiera conforta i cuori stanchi, illumina e rasserena le anime e collega l’uomo ad Allah (SwT), aiutandolo così ad affrontare i problemi della vita.

La Preghiera ci permette di rivolgere il cuore al Creatore. L’uomo traviato e confuso può trovare pace e sicurezza solo ricorrendo ad Allah (SwT) e la Preghiera è il miglior modo per rivolgersi a Lui. In effetti, tutti i fondamenti, tutti gli atti particolari della Preghiera - da elementi quali l’intenzione, il *takbīr,* la recitazione della Sura Aprente e di un’altra Sura, fino ad atti quali il *rukū°,* il *sujūd,* il *tashahhud* e il *taslīm* - e l’insieme dei suoi preliminari, avvicinano il cuore ad Allah (SwT). È così che il credente, cinque volte al giorno, si rivolge con tutta la sua esistenza verso Allah (SwT). Come la bussola che, tra le onde del mare, guida la nave alla meta, la Preghiera guida il credente al fine ultimo e lo protegge dal traviamento.

In una tradizione dell’ottavo Imam, il nobile °Alī al-Ridha Ibni Mūsa (as)2, leggiamo: «*L’uomo, giorno e notte, deve sforzarsi di ricordare Allah, sia glorificato e magnificato, per non dimenticare il suo Signore, il proprio Creatore, per non disubbidire ai Suoi comandamenti. Ricordare Allah, presentarsi al Suo cospetto, lo protegge dal peccato e da ogni sorta di corruzione*»3

Il nobile Profeta dell’Islam (S)4 disse: «*Quando il credente prega, gode, fino alla fine della Preghiera, della benevolenza e della benedizione divina e gli angeli lo circondano fino all’orizzonte; Allah incarica un angelo di disporsi sopra la sua testa e dire: “O tu che preghi, se sapessi chi ti sta guardando e con chi ti stai confidando, non te n’andresti più e non baderesti più a nulla {all’infuori di Lui}”*»5. Un’altra tradizione dice: «*Se l’orante sapesse in che misura è circondato {durante la Preghiera} dalla maestà divina, non vorrebbe mai terminare il sujūd*»6

Il Profeta dell’Islam (S) disse inoltre a chi gli aveva chiesto spiegazioni sulla Preghiera: «*La Preghiera è una delle vie della Religione, è la via dei Profeti e attira il consenso divino. La Preghiera attira l’amicizia degli angeli verso l’orante, lo guida {al bene}, ne accresce la fede, accende in lui la luce della sapienza, dona abbondanza al suo pane quotidiano, rende sano il suo corpo e suscita lo scontento di Satana. Essa è un’arma contro i miscredenti, fa esaudire le preghiere e accettare le altre {buone} azioni dell’essere umano.*

La Preghiera è per il credente una riserva per l’Aldilà, intercede al momento della sua morte, gli tiene compagnia nella tomba, è un {comodo} giaciglio per il suo corpo e una risposta alle domande degli angeli che {lo} interrogano nella tomba. La Preghiera, nel Giorno del Giudizio, sarà una corona sulla testa del devoto che l’avrà compiuta, luce nel suo viso, un {decoroso} abito per il suo corpo, una barriera tra lui e l’Inferno, una prova di fronte al suo Signore; essa salverà il suo corpo dal fuoco dell’Inferno e gli permetterà di

attraversare il ŝirāt.

La Preghiera è la chiave del Paradiso, la dote delle huri e il prezzo dell'eterno Paradiso. Con la Preghiera, la creatura di Allah può raggiungere alti gradi spirituali: essa è consacrazione, testimonianza d'unicità, glorificazione, magnificazione, santificazione di Allah, ricordo e supplica»7

La Preghiera è, fondamentalmente, segno di gratitudine verso il Signore Eccelso, che ha creato tutti gli esseri e ha concesso loro infiniti doni. Il quarto Imam, °Alī Zaynul-°ābidīn (as), disse: «*Mio nonno, il Messaggero di Allah, era così assiduo nell'adorare Allah e nel pregare, che i piedi gli si gonfiavano per il lungo stare ritto. Gli fu detto: "Ti dai così tanta pena, quando Allah ha perdonato il tuo passato e il tuo futuro?!"* 8. *Rispose: "Non dovrei forse essere un servo riconoscente*?"»9

Solo Allah (SwT) è degno d'essere lodato e adorato. L'imam °Alī (as), in una delle sue suppliche, dice: «O Allah, io non ti adoro per paura dell'Inferno o per desiderio del Paradiso: io Ti {adoro perché Ti} considero degno d'essere lodato e adorato!»10

L'Importanza della Preghiera

La Preghiera è uno dei più importanti doveri islamici e deve essere eseguita da chiunque si possa considerare *Bāligh* 11 e sia capace d'intendere e di volere. Non si è dispensati dal compierla nemmeno nelle tremende battaglie e nelle violente tempeste di mare: in tali circostanze bisogna compiere una breve Preghiera, secondo particolari norme.

La vitale importanza e gli spirituali effetti della Preghiera sono tali che le nobili guide della Religione hanno detto: «*La Preghiera è il pilastro della religione. Chiunque ometta intenzionalmente di compierla, ha distrutto la propria religione*»12

Fu chiesto all'Imam Aŝ-ŝadiq (as)*: «Qual è il miglior mezzo per avvicinarsi ad Allah l'Altissimo?*». Rispose: «*Dopo la conoscenza di Allah, non considero nulla pari alla Preghiera*»13

Gli Imam (as) hanno altresì detto: «*Al momento della resa dei conti {nel Giorno del Giudizio}, prima d'ogni altra cosa, sarà valutata la Preghiera dell'individuo: se sarà accettata, saranno accolte anche le altre sue {rette} azioni; se invece verrà respinta, saranno respinte anche le altre sue {buone} azioni*»14

Alla presenza dell'Imam Al-Bāqir (as) alcune persone parlarono di un uomo e dissero: «*Commette atti proibiti e trascura i suoi doveri religiosi. Ha persino smesso di pregare!*». L'Imam (as) si sollevò e disse: «*Subĥānal-Lāh! Ha smesso di eseguire le preghiere wājib?! In verità, abbandonare la Preghiera è {peccato} grave per Allah* »15

L'Imam Aŝ-ŝādiq (as), in punto di morte, convocò tutti i suoi parenti e disse: «*In verità, noi non intercederemo a favore di chi avrà trascurato la Preghiera*»16

La Preghiera è uno dei primi doveri che l'Islam ha portato. Essa è stata prescritta, come {fondamentale} precetto islamico, nei primi giorni della missione; il Profeta dell'Islam (S), °Alī (as) e la nobile Khadīja (as), che erano allora gli unici Musulmani della terra, pregavano in tre accanto alla sacra *Ka°ba*17.

Quando gli abitanti della città di *ťā´if*18, per convertirsi all'Islam, chiesero al Profeta (S) -

oltre al rispetto di un certo numero di condizioni - di dispensarli dal compiere la Preghiera, quest'ultimo disse: «*Non v'è alcun bene in una religione priva di Preghiera*»19

Il nobile Corano insiste molto sulla Preghiera. Allah (SwT), in questo Sacro Libro, ha ordinato di compierla con i verbi *"aqīmu"* {maschile} e *"aqimna"* {femminile} (che significa "eseguite con assiduità"), per un totale di quattordici volte. In molti altri versetti, il Signore ha poi ricordato l'orante (con termini quali *"aqāma", "aqāmū", "yuqīmu", "yuqīmūna"* e *"muqīmīna")* e lo ha encomiato. In altri versetti il Santo Corano fa sperare i pii nella ricompensa divina e cita l'assiduità nell'eseguire la Preghiera come una delle loro qualità.20

In un altro punto di questo celeste Libro leggiamo che coloro che recitano il Libro d'Allah, eseguono assiduamente la Preghiera e danno, segretamente e in pubblico, di ciò che Allah (SwT) ha destinato loro, possono sperare in un commercio che li faccia guadagnare in eterno.21 Il Santo Corano presenta i credenti, come quelle persone che assolvono assiduamente il dovere della Preghiera, pagano la *zakā* e sono certi dell'Aldilà.22

Impariamo dagli Imam (as) ad essere diligenti nell'adempiere al dovere della Preghiera

Ma´mūn, iniquo califfo abbasside, invitò i capi delle diverse religioni e i grandi dotti dell'epoca per farli disputare con l'ottavo Imam, il nobile °Alī ar-Ridha Ibni Mūsa (as). In realtà sperava in tal modo di rovinare la sua grande autorità scientifica e spirituale. L'Imam (as) li affrontò da solo e, con un linguaggio efficace, con un'inattaccabile logica, li sconfisse tutti; essi accettarono le verità esposte dall'Imam (as) e riconobbero la sua infinita sapienza. In una così importante riunione, a un certo punto l'Imam (as) disse a *Ma´mūn:* «*È giunto il momento della Preghiera*». °*Imrān,* uno dei sapienti che stava discutendo con l'Imam (as), disse: «*O mio signore, non lasciare a metà la spiegazione che mi stai dando: il mio cuore s'è aperto ed è pronto ad accettare la verità*». L'Imam (as) disse: «*Eseguiamo la Preghiera e poi torniamo*». Quindi s'alzò e lo stesso fecero gli altri.23

L'Imam Aŝ-ŝādiq (as) diede, per quattro giorni, dalla mattina a mezzogiorno, lezioni private sulla questione dell'unicità di Allah (SwT) a *Mufadhdhal Ibni °Umar,* uno dei suoi allievi. Ogni giorno, appena si faceva l'ora della Preghiera, interrompeva la lezione e andava a compiere la *salāt*.24

L'Imam °Alī (as) non trascurò di eseguire la Preghiera della notte nemmeno nella {notte denominata} *Laylatul- ĥarīr*25*,* nella quale il buio della notte e la tremenda battaglia aveva completamente impegnato i guerrieri. E pensare che l'Imam (as) quella notte combatté in modo più serio e deciso di chiunque altro.

In un altro giorno della guerra di *Siffīn, °Abdullah Ibni °Abbās* vide, durante la battaglia, in mezzo al campo di guerra, l'Imam °Alī (as) che osservava il sole. Si avvicinò e gli disse: «*Cosa fai*?». Rispose: «*Guardo il sole per vedere se è giunto il tempo della Preghiera e, nel caso, eseguirla*». °*Abdullah,* sorpreso, disse: «*Si può forse pregare in un simile momento?*». L'Imam °Alī (as) rispose: «*Per quale motivo combattiamo con loro?... Noi combattiamo con loro per la Preghiera!*»26

Il sole di °*āshūrā'* raggiunge lo zenit. Gli eroi di Karbalā' stanno combattendo valorosamente, dalle prime ore del mattino e con forze impari, contro l'empio nemico; alcuni di loro sono caduti martiri. I sopravvissuti si battono con tutte le loro forze per l'Imam Ĥussayn (as) e respingono gli attacchi che vengono sferrati da ogni parte. *Abū Thumāma*

As-saydawiyy, uno dei compagni dell'Imam (as), si avvicina all'Imam Ĥussayn (as) e gli dice: «*Possa essere sacrificato per te! Il nemico è vicino, ma {sicuramente} tu non sarai ucciso prima del mio martirio. Amo raggiungere Allah dopo aver eseguito assieme a te la Preghiera di mezzogiorno...*».

L'Imam (as) guarda allora il sole e dice: «*Hai parlato della Preghiera! Possa Allah farti diventare un vero orante! Certo, è giunto il momento della Preghiera. Chiedete al nemico di lasciarci un po' di pace per pregare*».

Il nemico però non accetta e l'Imam, assieme ad alcuni dei suoi compagni sopravvissuti alla guerra, esegue la Preghiera nello speciale modo prescritto per coloro che combattono in battaglia. Così, alcuni compagni dell'Imam (as) si dispongono davanti ai nemici, opponendo i propri corpi ai loro crudeli attacchi, mentre gli altri pregano con l'Imam (as). Dopodiché si danno il cambio: il gruppo che prima aveva pregato fa la guardia e permette anche agli altri di eseguire la propria Preghiera assieme all'Imam Ĥussayn (as).27

Effetti della Preghiera sull'Individuo

Tutti noi dobbiamo dare una grande importanza a questo fondamentale precetto divino e comprendere che non è una semplice formalità, che è in grado di donare molti vantaggi all'essere umano, sia a livello individuale sia a livello sociale, e che ha un elevato potere correttivo. La Preghiera coinvolge il corpo, l'anima e il pensiero dell'uomo, inducendoli ad agire in suo favore.

Ognuno di noi deve sforzarsi di compiere la Preghiera con attenzione e devozione. Il nobile Profeta dell'Islam (S) disse ad *Abū Dhar:* «*Una breve Preghiera di due rak°a compiuta con riflessione è meglio di una notte di preghiere compiute con disattenzione*»28.

L'Imam Aŝ-ŝādiq (as) dice: «*Quando preghi devi umiliarti {dinanzi ad Allah (SwT)} ed eseguire la Preghiera con attenzione. In verità, Allah {nel lodare i credenti} dice**: "Quelli che durante la propria Preghiera sono umili"***29»30.

L'Imam °Alī (as) ha detto: «*Che nessuno di voi preghi quando è stanco, assonnato e disattento; {sappia infatti che} è alla presenza di Allah. In verità, il servo di Allah trae vantaggio dalla propria Preghiera in misura proporzionale all'attenzione e alla devozione che ha durante essa*»31. In un'altra tradizione questo nobile Imam (as) dice: «*Durante la Preghiera bisogna essere umili: se il cuore di un individuo si sottomette ad Allah, anche il suo corpo farà altrettanto; esso, in tal modo, non compierà più atti inutili*»32

Uno degli evidenti effetti della Preghiera è che essa preserva chi la compie dalle turpitudini. Il nobile Corano dichiara espressamente questa verità:

«In verità, la Preghiera preserva dalla dissolutezza e dal peccato» (Santo Corano, 29: 45)

La Preghiera è un precetto formativo e correttivo: forma lo spirito, innalza il pensiero e allontana dal male e dalle turpitudini. Essa è continuo ricordo di Allah (SwT), è un potente mezzo a disposizione del credente per essere in costante relazione con il suo Signore. Se il credente esegue la Preghiera con attenzione e umiltà, acquisterà una disposizione interiore al bene e odierà tutto ciò che è male.

Al contrario, la persona che non prega non avrà una tale disposizione e non riuscirà

facilmente a tenersi lontano dal peccato ed a compiere il bene. Oltre a ciò, bisogna sapere che omettere di eseguire la Preghiera costituisce un peccato maggiore, distrugge la fede e merita il castigo di Allah (SwT) nell'Aldilà. Il Santo Corano afferma che nell'Aldilà sarà chiesto ad alcuni peccatori la ragione per la quale si trovano all'Inferno ed essi diranno:

«Noi non eravamo di coloro che rispettavano il dovere della Preghiera» (Santo Corano, 74: 42 -43.)

La Preghiera rinforza il timor di Allah (SwT) del credente e lo fa avanzare sulla via del bene e della beatitudine. Al contrario, il peccatore che non la esegue diventa sempre più empio e avanza sul sentiero del male e della perdizione.

L'effetto inibente della Preghiera possiede diversi gradi: più intensa è la fede, l'attenzione e la devozione dell'orante, più forte è questo vitale effetto. Costatiamo infatti che il Profeta dell'Islam (S) e i puri Imam (as) - che erano assai legati alla Preghiera, che davano ad essa una grande importanza e durante la sua esecuzione erano infinitamente umili e devoti - si giovavano integralmente del sopraccitato effetto, divenendo così immuni da qualsiasi peccato. Essi oltre alle preghiere *wājib*, eseguivano diligentemente anche quelle facoltative meritorie. Allah (SwT), nel Santo Corano, raccomanda al nobile Profeta (S) di compiere le adorazioni notturne e la Preghiera della notte:

«Veglia {pregando e recitando il Corano} parte della notte: ciò è per te un dovere aggiuntivo. V'è speranza che tu {in tal modo} raggiunga un lodevole grado {spirituale}» (Santo Corano, 17: 79).

Il Profeta dell'Islam (S) disse ad *Abū Dhar: «Allah (SwT) ha fatto della Preghiera la gioia del mio cuore, l'ha resa per me desiderabile come ha reso desiderabile il cibo per chi ha fame e l'acqua per chi ha sete. In verità, quando l'affamato mangia, diviene sazio e, lo stesso, quando la persona assetata beve, non sente più sete. Io però non mi sazio mai della Preghiera»*33

Ciascuna delle regole e delle norme della Preghiera gioca un fondamentale ruolo nella formazione e nel perfezionamento dell'essere umano ed ha preziosi effetti sull'individuo e sulla società. Ad esempio, chi prega sa che la Preghiera eseguita in una casa usurpata o con un vestito ottenuto illecitamente è invalida; persino l'acqua che serve all'abluzione (*wudhū'*) o alla lavanda (*ghusl*), il recipiente che contiene tale acqua, o la terra che serve per il *Tayammum,* devono essere puri e ottenuti lecitamente, non usurpati.

Perciò, chi prega è costretto a non usurpare i beni altrui e a rispettare i diritti del prossimo. Inoltre, fare attenzione alle ore in cui bisogna eseguire la Preghiera e rispettare l'ordine d'esecuzione delle diverse parti della Preghiera (la posizione eretta che bisogna assumere prima del *rukū°,* il *rukū°* che precede il *sujūd,* il *takbīr* iniziale, il saluto finale ecc…) aiuta l'orante ad abituarsi ad essere ordinato e diligente nelle altre faccende della propria vita.

La Preghiera, che, sostanzialmente, è manifestazione di sottomissione e gratitudine ad Allah (SwT), insegna all'orante ad essere riconoscente e umile, e lo tiene lontano da vizi quali superbia, invidia ed egocentrismo. L'Imam °Alī(as) ha detto: «*Allah ha prescritto la fede per eliminare lo shirk {credere nell'esistenza di più divinità} e la Preghiera per allontanare la superbia*»34

Ricordiamo infine che la Preghiera influenza tutte le azioni che l'essere umano compie. A tal proposito, l'Imam °Alī (as) dice: «*Tutte le tue azioni dipendono dalla tua Preghiera*»35

Effetti della Preghiera sulla Società

La Preghiera eseguita in congregazione è uno dei grandi riti dell'Islam e ha un notevole effetto sulla società. Le molte raccomandazioni fatte dalla religione islamica riguardo a questa Preghiera, sono una chiara prova del fatto che essa è la religione dell'unione e dell'amicizia. Essa vuole dai Musulmani che siano sempre uniti e che si aiutino reciprocamente.

Questo straordinario rito elimina le discriminazioni razziali e sociali: nelle file di questa Preghiera, tutti i Musulmani (a qualsiasi razza, colore o nazionalità appartengano) sono uguali; insieme e in perfetta armonia, pregano e adorano il loro Signore. La Preghiera in congregazione è il miglior mezzo che i membri di una società hanno a disposizione per comprendersi a vicenda e essere informati dei problemi dei propri fratelli di fede.

Un particolare tipo di Preghiera in congregazione è l'orazione del venerdì. Essa ha {anche} carattere politico e aumenta l'unione e la forza dei Musulmani contro i loro nemici. I due sermoni prescritti prima dell'esecuzione delle due *rak°a* della Preghiera del venerdì, istruiscono i credenti sul sapere islamico, ricordano loro il timor di Allah (SwT), la fede, l'origine dell'esistenza e l'Aldilà; informano costantemente la gente sulle questioni sociali e politiche e costituiscono un potente ed efficace mezzo nell'interminabile lotta contro la tirannia.

La Preghiera e l'Igiene

Un giorno il Profeta (S) chiese: «*Se in casa vostra ci fosse un corso d'acqua {pura} e, ogni giorno, vi lavaste cinque volte dentro di esso, rimarrebbe forse qualche impurità sul vostro corpo?*». Gli fu risposto: «*Certo che no!».* Disse dunque il Profeta (S): «*La Preghiera è come un fiume {d'acqua pura}: quando una persona prega si purifica dal peccato*»36

Come si può facilmente intuire, quando si dice che la Preghiera dona purezza, s'intende principalmente quella spirituale. Tuttavia, considerando i suoi preliminari (l'abluzione, la lavanda, la purezza del corpo e degli abiti), chi intende pregare acquista anche purezza esteriore, salvaguardando la propria salute.

La Preghiera crea Esseri Umani Liberi e Forti

Chi cinque volte al giorno si rivolge ad Allah (SwT), voltando le spalle a tutto ciò che è diverso da Lui, drizzando il proprio viso alla sacra *Ka°ba* - che è l'origine dell'Islam e la dimora del monoteismo - purificando, con una pura intenzione, l'anima da tutto ciò che è profano, pronunciando, almeno cinque volte al giorno, la sacra formula *"Allāhu Akbar"* (Allah è Grande), come inizio della propria Preghiera, e lodando dieci volte Allah (SwT) con la Sura della Lode (*Surātul-Fātiha*), non è più possibile che, nel pensiero e nell'anima, dia il minimo peso alle fasulle forze non divine. Una simile persona procederà, senza nulla temere e con assoluta decisione, sulla via che porta al raggiungimento dei sacri obiettivi umani. Farà tutto in nome di Allah (SwT) e si terrà lontano da ogni forma di *shirk* e di servilismo.

Certamente, la Preghiera eseguita con attenzione e umiltà ha un profondo effetto nel formare l'alto spirito umano, nel farlo diventare potente, libero, paziente e tenace.

La Sura della Lode

La Sura della Lode (*Surātul-Fātiha*), che deve essere recitata in ogni Preghiera, riassume in sé i princìpi fondamentali della religione islamica e gli insegnamenti principali del Corano:

1) Allah (SwT) è l'assoluto Padrone, il Signore dell'universo, e dirige perfettamente e saggiamente il creato;

2) tutto ciò che fa è giusto;

3) la resurrezione e il giudizio universale sono indubitabili verità;

4) Egli è benevolo nei confronti di tutte le Sue creature, in particolare con l'uomo;

5) Allah (SwT) è assolutamente unico;

6) bisogna seguire costantemente il retto sentiero;

7) bisogna sempre astenersi dal compiere peccato.

Tutti questi principi e insegnamenti sono brevemente ricordati nella prima pagina del Corano, nella Sura della Lode, che il credente deve recitare in ogni Preghiera.
Daremo ora una breve spiegazione dei versetti di questa Sura.

• **"Bismillāhir-Raĥmānir-Raĥīm":** Bisogna iniziare tutto ciò che si ha intenzione di fare "in nome di Allah (SwT), il Clemente, il Misericordioso". Secondo quanto afferma il versetto ***"Consacra il nome del tuo Signore, il Sommo",*** non bisogna associare alcun nome al nome di Allah (SwT): fare ciò per chiedere aiuto ad altri, è *shirk.*

• **Al-ĥamdu lil-Lāhi Rabbil-°ālamīn": t**utte le lodi appartengono ad Allah (SwT), che ha creato le creature e le ha messe sul sentiero che porta alla perfezione. Tutti i mondi si sviluppano per opera Sua. Egli non fa che bene e ogni bene trae origine da Lui e a Lui ritorna.

• **"ar-Raĥmānir-Raĥīm":** tutti godono della Sua misericordia e benevolenza e la Sua speciale benevolenza spetta agli esseri umani, in particolare ai probi.

• **"Māliki Yawm id-Dīn":** Allah (SwT) è il padrone del Giorno del Giudizio ed è l'assoluto dominatore. L'essere umano con la morte non si annienta: egli dovrà rispondere delle proprie azioni dinanzi alla giustizia divina, in un Giorno in cui l'unico a giudicare sarà Allah (SwT). Il Musulmano, che crede a questo principio e lo ricorda in ogni Preghiera, teme le conseguenze della punizione che Allah (SwT) ha stabilito per i peccatori e gli iniqui e si tiene lontano dal male, evita di trasgredire.

• **"Iyyāka na°budu wa iyyāka nasta°īn":** Te solo adoriamo e a Te solo, che sei l'Onnipotente, chiediamo aiuto. Noi adoriamo solo Allah (SwT) e chiediamo aiuto solamente a Lui, poiché sappiamo che nessuna forza è superiore alla Sua, nulla è in grado di vincerla. Ogni forza che si oppone ad Allah (SwT) è condannata a perire; al contrario, ogni forza che sia sul Suo sentiero trae origine da Lui, finisce in Lui, è da Lui sostenuta, è una manifestazione della Sua onnipotenza.

• **"Ihdinaŝ-Ŝirāťal-Mustaqīm":** Guidaci sul retto sentiero. Il credente che in ogni Preghiera chiede ad Allah (SwT) di guidarlo sulla retta via, non devierà da essa. Il maggiore

bisogno dell’essere umano è quello di essere guidato sulla retta via; è per questo motivo che gli è stato prescritto di chiedere ogni giorno ad Allah (SwT) di soddisfare questa sua vitale necessità. Per evitare poi che ognuno interpreti questo sentiero a suo modo, nei rimanenti versetti di questa sura, il Signore lo descrive.

• **“ŝirātal-lażīna an°amta °alayhim”** Il sentiero di coloro ai quali hai concesso la grazia, che, in base ad alcuni versetti (*ayat* 58 della Sura di Maria, n. 19 e *ayat* 69 della Sura delle Donne, n.4), sono i Profeti (as) e i probi. Questo è il sentiero che chiediamo ad Allah (SwT).

• **“Ghayril-maghdhūbi °alayhim wa lādh-Dhālīn”** Non quello di coloro contro i quali Sei adirato, e nemmeno quello dei traviati.

Gli altri Atti della Preghiera

L’orante, dopo aver recitato la Sura della Lode, deve recitare un’altra sura del Santo Corano: il Libro di Allah (SwT) non deve essere trascurato dai Musulmani, essi non devono allontanarsi da questo celeste messaggio. Dopodiché deve inchinarsi dinanzi alla maestà del Creatore e dire: «*Il mio Signore, l’Immenso, è immune da qualsiasi colpa e difetto, e io Lo lodo*».

Dopo, per umiliarsi maggiormente dinanzi ad Allah (SwT) deve prostrarsi e dire: «*Il mio Signore, il Sommo, è immune da qualsiasi colpa e difetto, e io Lo lodo*». L’orante appoggia la fronte a terra per adorare il suo Creatore, dedica questo particolare atto esclusivamente a Lui, e poiché si sente dominato dalla maestà divina, Lo consacra e Lo loda. Con l’inchino e la prostrazione, proclamiamo l’immunità di Allah (SwT) da qualsiasi colpa e difetto.

***

Alla luce di quanto detto riguardo alla Preghiera, ci chiediamo se questo sacro atto d’adorazione può forse intorpidire e mantenere nell’arretratezza l’uomo. In verità, contrariamente a quanto sostengono i nemici della Religione, lodare l’infinito potere divino, umiliarsi dinanzi alla Sua maestà, dona all’uomo devoto una tale forza da non fargli temere più nulla all’infuori del proprio Signore, da indurlo a seguire, con assoluto vigore e indefessa volontà, la Retta Via. Questo straordinario atto di culto risveglia l’animo umano, illumina la sua via, preserva il suo timor di Allah (SwT), lo tiene lontano dal male e lo aiuta ad acquisire le virtù:

«In verità, la Preghiera preserva dalla dissolutezza e dal peccato» (Santo Corano, 29: 45).

Nella speranza che tutti i Musulmani mantengano sempre vivo questo costante rapporto con Allah (SwT), e, con un continuo e diligente sforzo, aumentino la propria devozione durante l’esecuzione della Preghiera, con le parole del nobile profeta Abramo (as), chiediamo ad Allah (SwT) di donarci successo nell’esecuzione di questo piacevole atto di adorazione:

«Oh Signore, fammi sempre attento e assiduo alla Preghiera, e così anche la mia progenie. Oh Signore, accetta la mia Preghiera!» (Santo Corano, 14: 40).

Le Norme della Preghiera

Allah (SwT) ha dettato una serie di norme che, se rispettate, assicurano la beatitudine in

questo mondo e nell'Aldilà.

Le norme della legislazione islamica sono moltissime. Le più importanti di esse riguardano i cosiddetti rami della religione: la Preghiera, il digiuno, la *zakā,* il *khums*37, il pellegrinaggio alla Mecca (*Hajj*), il *Jihād*, l'esortare al bene e il proibire il male.
Daremo ora una breve spiegazione riguardo ad alcune norme della legge islamica che aiutano ad eseguire correttamente la Preghiera.

Le Impurità

L'Islam considera impure le seguenti cose:

1-2) le feci e l'urina dell'essere umano e degli animali il cui sangue sgorga allorché viene loro tagliata una vena e le cui carni, secondo la legislazione islamica, sono proibite38;
3-4-5) lo sperma, la carogna39 e il sangue degli animali il cui sangue sgorga allorché viene loro tagliata una vena;
6-7) il cane e il maiale;
8) i miscredenti40;
9) il vino e tutto ciò41 che fa ubriacare l'essere umano;
10) la birra;
11) il sudore del cammello mangiatore d'impurità.

Gli Agenti Purificanti

Alcune cose possono essere usate per purificare gli oggetti che hanno acquisito impurità. Citiamo di seguito alcuni di tali agenti e le condizioni sotto le quali sono in grado di purificare:

1) l'acqua;

2) il terreno, se è puro, secco e se l'impurità si dilegua camminando, purifica la pianta del piede, la suola delle scarpe, la punta del bastone da passeggio e la parte dei copertoni delle automobili, delle motociclette, delle biciclette e delle carrette che è a contatto con il suolo durante il movimento;

3) il sole - a condizione che l'impurità si dilegui e l'umidità che ha rilasciato si asciughi puramente mediante i suoi raggi - purifica il suolo, l'esterno degli edifici, i muri, le porte, le finestre, gli alberi e simili;

4) trasformazione completa di una sostanza impura in una pura42.

Il Wudhū'

Chi intende eseguire la Preghiera (le cui norme saranno spiegate successivamente) deve prima eseguire un'abluzione rituale chiamata (in arabo) *"Al-Wudhu'".* Tale abluzione è composta dalle seguenti sette fasi:

1) formulare l'intenzione di compiere il *Wudhu'* al solo scopo di obbedire al comandamento divino, e per avvicinarsi ad Allah (SwT) (*qurbatan ilal-Lāh*);

2) facendo colare l'acqua dal palmo della mano, versarla dalla base del cuoio capelluto43 e, passando la mano, rigorosamente dall'alto verso il basso, lavare il volto dalla base del cuoio

capelluto fino alla punta del mento (compresa), per una larghezza pari alla distanza esistente tra la punta del dito medio e quella del pollice, quando la mano è completamente aperta (fig. 1)

3) lavare l'avambraccio destro dal gomito (compreso) sino alla punta delle dita (comprese), versando l'acqua da un poco più sopra dell'attaccatura del gomito e passando la mano rigorosamente dall'alto verso il basso (fig.2) lavare quindi l'avambraccio sinistro nella stessa maniera di quello destro;

4) umidificare il capo con l'acqua rimasta sulla mano dopo i lavacri del volto e degli avambracci, passando il palmo della mano destra, dall'alto verso il basso, sul capo (fig. 3);

5) umidificare con il palmo della mano destra (con l'umidità rimasta dai lavacri e dall'umidificazione precedenti) il piede destro, partendo dalla punta delle dita (comprese) sino al malleolo (fig.4) e umidificare con il palmo della mano sinistra il piede sinistro, partendo dalla punta delle dita (comprese) sino al malleolo compreso.

Condizioni del Wudhū'

L'acqua che viene utilizzata per il *wudhū'* deve esser pulita {il *wudhū'* effettuato con acqua mescolata ad altre sostanze è invalido}.

L'acqua deve essere pura {il *wudhū'* effettuato con acqua *najis* (impura) è invalido}.

L'acqua deve esser di lecito utilizzo {il *wudhū'* effettuato con acqua rubata, o di cui non abbiamo avuto il permesso per l'utilizzo, è invalido}.

Il contenitore dell'acqua deve esser di lecito utilizzo {il *wudhū'* effettuato con acqua entro un contenitore rubato, o di cui non abbiamo avuto il permesso per l'utilizzo, è invalido}.

Il contenitore dell'acqua non deve esser composto di oro o argento.

Le parti del corpo che sono state lavate e deterse durante il *wudhū'* devono essere pulite {non portare *najāsāt* con sé}.

Ci deve essere tempo a sufficienza per adempiere sia il *wudhū'*che la *Ŝalāt*.

Il *wudhū'* deve esser effettuato con l'intenzione di cercare la prossimità di Allah (SwT).

Il *wudhū'* deve essere effettuato nel giusto ordine (*tartīb*).

Gli atti del *wudhū'* devono essere effettuati senza interruzioni (*muwālāt*).

La persona deve adempiere gli atti del *wudhū'* senza l'aiuto di altri.

Non ci dovranno essere problemi per una persona a causa dell'utilizzo dell'acqua.

Le parti del corpo dove passa l'acqua non devono avere nessuna cosa o sostanza sopra di esse che possa impedire all'acqua di raggiungere tali aree.

Il Ghusl

Il *Ghusl* è una lavanda rituale che si esegue in seguito a copulazione, emissione di sperma, mestruazione, perdita extraciclica, perdite dovute al parto, contatto con un cadavere umano e decesso d'un Musulmano44.

Il *Ghusl* che si compie in seguito a copulazione o emissione di sperma, è chiamato *"Ghuslul-janāba";* quello che viene eseguito in seguito a mestruazione *"Ghuslul-Ĥā'id",* in seguito a perdita extraciclica *"Ghuslul-'istiĥādha",* in seguito alle perdite dovute al parto *"Ghuslun-nifās",* in seguito a contatto con un cadavere *"Ghuslul-mayyit"* ed il *Ghusl* che viene eseguito sulla salma di un Musulmano è denominato *"Ghuslu Massil-mayyit".*

Il *Ghusl* è composto dalle seguenti fasi:

1) formulare l'intenzione di eseguire il *Ghusl* al solo scopo di obbedire al comandamento divino, e per avvicinarsi ad Allah (SwT) (*qurbatan ilal-Lāh*) precisando inoltre il tipo di *Ghusl* che si ha intenzione di eseguire;

2) lavare l'intera testa e l'intero collo;

3) lavare l'intera parte destra del corpo;

4) lavare l'intera parte sinistra del corpo.

In seguito a copulazione o emissione di sperma, fino a quando non si è fatto il *Ghusl,* è illecito:

a) posare qualsiasi parte del corpo sulle scritte del Corano, sul nome *"Allah", "Muĥammad"* e sul nome degli infallibili Imam (as);

b) sostare in una qualunque moschea o in uno qualsiasi dei santuari degli infallibili Imam (as);

c) depositare un qualsiasi oggetto in una moschea;

d) recitare anche una sola lettera, di una qualsiasi delle quattro sure del Corano che contengono quei versetti la cui recitazione rende obbligatoria la prosternazione45;

e) entrare nella moschea che contiene la sacra *Ka°ba*46 e nella sacra moschea che contiene la tomba del santo Profeta *Muĥammad* (S)47.

Per finire ricordiamo che in seguito a copulazione, emissione di sperma, mestruazione e perdite dovute al parto, per poter eseguire la Preghiera ed il digiuno, è necessario eseguire il *Ghusl.*
Per maggiori informazioni riguardo al *Ghusl* consultare i responsi del *mujtahid* che si segue.

Il Tayammum

Il *Tayammum* è un particolare tipo di lustrazione pulverale del viso e delle mani che, in mancanza d'acqua oppure ove questa sia dannosa al corpo - o ancora, quando manca così poco tempo allo spirare del tempo della Preghiera che fare il *Wudhu'* (o il *Ghusl*) implicherebbe eseguire la Preghiera fuori dal tempo prescritto - sostituisce il *Wudhu'* (o il

Ghusl).

Il *Tayammum* consta delle seguenti fasi:

1) formulare l'intenzione di fare il *Tayammum* al solo scopo di obbedire al comandamento divino, e per avvicinarsi ad Allah (SwT) (*qurbatan ilal-Lāh*);

2) sbattere contemporaneamente e una sola volta il palmo di entrambi le mani su della terra48 (fig. 5);

3) passare il palmo di entrambi le mani (unite) su tutta la superficie della fronte e sulle due parti laterali della base del cuoio capelluto, e farle scendere sino alle sopracciglia comprese (figg. 6 e 7);

4) passare il palmo della mano sinistra su tutto il dorso della mano destra, dal polso alla punta delle dita, e passare il palmo della mano destra su tutto il dorso della mano sinistra, dal polso alla punta delle dita (fig. 8);

Attenzione: se si esegue il *Tayammum* in sostituzione del *Ghusl,* dopo aver passato il palmo delle mani sulla fronte (fase 3, figg. 6 e 7) bisogna picchiare un'altra volta il palmo delle mani sulla terra49 e dopodiché passare alla fase numero 4.

Le Preghiere Wājib

Nell'Islam esistono diversi tipi di Preghiera, ma solo le seguenti sono *wājib* (che è doveroso compiere):

i. la Preghiera quotidiana;

ii. la Preghiera dei segni;

iii. la Preghiera del defunto;

iv. la Preghiera di circumbalazione del sacro edificio della *Ka°ba*;

v. le preghiere *Wājib* non compiute da un Musulmano che era tenuto a recuperarle, le quali, dopo la sua morte, devono essere obbligatoriamente compiute dal suo figlio maggiore;

vi. le preghiere che ci si è impegnati a compiere in seguito a un voto (*nižr*), a un giuramento oppure a un patto stretto con Allah (SwT);

vii. le preghiere che un Musulmano defunto non ha compiuto e il cui compimento incombe su chi ha preso un compenso per eseguirle al suo posto.

Le Preghiere Quotidiane

Ogni musulmano, giornalmente, ha il dovere di pregare cinque volte: al mattino, a mezzogiorno, al pomeriggio, al tramonto e alla sera.
Tali preghiere devono essere eseguite, nell'ordine indicato, entro ben determinate fasce di tempo.

I. **Preghiera del mattino:** dallo spuntare della seconda alba50 fino allo spuntare del sole.

II. **Preghiera di mezzogiorno:** dall'istante in cui il sole inizia a calare dallo zenit fino ad alcuni minuti (sufficienti al compimento della successiva Preghiera del pomeriggio) prima dell'istante in cui scompare completamente quel rossore che si manifesta ad oriente dopo il tramonto del sole (per semplicità, quest'istante verrà d'ora in poi chiamato *"maghrib"*).

III. **Preghiera del pomeriggio:** da dopo il compimento della Preghiera di mezzogiorno fino al *maghrib.*

IV. **Preghiera del tramonto:** dal *maghrib* fino ad alcuni minuti (sufficienti al compimento della successiva Preghiera della sera) prima della mezzanotte astronomica.51

V. **Preghiera della sera:** da dopo il compimento della Preghiera del tramonto fino alla mezzanotte astronomica.

L'Ażān e l'Iqāma

È meritorio, prima delle preghiere quotidiane, volgersi in direzione della *Ka°ba*52 e recitare prima l'*Ażān* e poi l'*Iqāma.*
L'*Ażān* e l'*Iqāma* consistono rispettivamente nelle seguenti formule

Ażān

Allāhu Akbar
4 volte
(Allah è Grande)
Ashhadu an lā Ilāha Illal-Lāh
2 volte
(Testimonio che non esiste dio al di fuori di Allah)
Ashhadu anna Muĥammadan–Rasūlul-Lāh
2 volte
(Testimonio che Muĥammad è l'Inviato di Allah)
Ashhadu anna °Aliyyan Waliyyul-Lāh
2 volte
(Testimonio che °Alī è Waliyy53 di Allah)
Ĥayya °alaŝ-ŝalā
2 volte
(Accorrete alla Preghiera)
Ĥayya °alal-Falāĥ
2 volte
(Accorrete alla prosperità)
Ĥayya°ala khayril-°Amal
2 volte
(Accorrete alle migliori azioni)
Allāhu Akbar
2 volte
(Allah è Grande)
lā Ilāha Illāl-Lāh
2 volte
(Non esiste dio al di fuori di Allah)

Iqāma

Allāhu Akbar
2 volte
(Allah è Grande)
Ashhadu an lā Ilāha Illal-Lāh
(Testimonio che non esiste dio al di fuori di Allah)
Ashhadu anna Muĥammadan–Rasūlul-Lāh
2 volte
(Testimonio che Muĥammad è l'Inviato di Allah)
Ashhadu anna °Aliyyan Waliyyul-Lāh
2 volte
(Testimonio che °Alī è Waliyy di Allah)
Ĥayya °alaŝ-ŝalā
2 volte
(Accorrete alla Preghiera)
Ĥayya °alal-Falāĥ
2 volte
(Accorrete alla prosperità)
Ĥayya°ala khayril-°Amal
2 volte
(Accorrete alle migliori azioni)
Qad Qāmatiŝ-ŝalā
2 volte
(Viene elevata la Preghiera)
Allāhu Akbar
2 volte
(Allah è Grande)
lā Ilāha Illāl-Lāh

1 volte

(Non esiste dio al di fuori di Allah)

Come Recitare la Preghiera

Per recitare una Preghiera corretta bisogna (dopo aver eseguito il *wudhū',* essersi rivolti verso la *Ka°ba* e, preferibilmente, detto l'*Ażān* e l'*Iqāma*) compiere, in ordine, le seguenti azioni:

1) ***L'INTENZIONE:*** La Preghiera deve essere compiuta soltanto coll'intenzione d'obbedire al comandamento divino e per avvicinarsi ad Allah (SwT) (*qurbatan ilal-Lāh)* e tale intenzione deve essere mantenuta fino al termine della Preghiera. Qualsiasi altra finalità (come far mostra della propria religiosità, compiacere le persone assieme alle quali si prega, far della ginnastica, ecc.) rende invalida la Preghiera.

2) ***IL TAKBīATUL-'IĥRāM:*** Dopo l'intenzione, bisogna, stando fermi in posizione eretta e sollevando le mani parallele ai nostri orecchi, pronunciare correttamente la frase: ***"Allāhu Akbar".*** Dopodiché bisogna abbassare le mani e passare immediatamente alla recitazione (fig.9).

3) ***LA RECITAZIONE:*** Tale fase consiste nel recitare la prima sura del Corano (denominata *"Al-Fātiha",* che in arabo significa "l'Aprente"), il cui testo è:

Bismil-Lāhir-Raĥmānir-Raĥīm
(In nome di Allah, il Clemente, il Misericordioso)
Alĥamdulil-Lāhi Rabbil-°ālamīn
(La Lode appartiene ad Allah, Signore dei mondi)
ArRaĥmānir-Raĥīm
(il Compassionevole, il Misericordioso)
Māliki yawmid-dīn
(Re del Giorno del Giudizio)
Iyyāka na°budu wa iyyāka nasta°īn
(Te noi adoriamo e a Te chiediamo aiuto)
Ihdinaŝ-ŝirāťal-mustaqīm
(Guidaci sulla retta via)
ŝirāťal-lażīna an°amta °alayhim, ghayril- maghdhūbi °alayhim wa lādh-dhālīn
(La via di coloro che hai colmato di grazia, non di coloro che sono incorsi nella Tua ira, né gli sviati)

Successivamente bisogna recitare una sura qualsiasi54 del Corano, come, ad esempio, la breve e semplice sura *"al-Ikhlāŝ"*, o *"at-Tawĥīd",* il cui testo è:

Bismil-Lāhir-Raĥmānir-Raĥīm
(Nel nome di Allah, il Clemente, il Misericordioso)
Qul Huwal-Lāhu Aĥad
(Dì: Egli Allah è Unico)
Allāhuŝ-ŝamad
(Allah è l'Assoluto)
Lam yalid wa lam yūlad
(Non ha generato, non è stato generato)
Wa lam yakun lahu kufwan aĥad
(e nessuno è uguale a Lui)

Nella Preghiera del mattino, del tramonto e della sera, gli uomini devono eseguire la recitazione ad alta voce; mentre nelle preghiere di mezzogiorno e del pomeriggio uomini e donne sono tenuti a compiere la recitazione sottovoce (a patto però che sentano ciò che stanno recitando).
4) ***IL RUKū°:*** Dopo la recitazione bisogna compiere il cosiddetto *"rukū°",* che consiste nell'inchinarsi in avanti assumendo una posizione a squadra e porre le mani sui ginocchi (fig.10).

Una volta raggiunta questa posizione bisogna dire:

Subĥāna Rabbiyal-°Aďīmi wa bi-ĥamdih

(Gloria al mio Immenso Signore e Lode a Lui)

o, in alternativa, recitare la formula:

Subĥānal-Lāhi, Subĥānal-Lāhi, Subĥānal-Lāh

(Gloria ad Allah, Gloria ad Allah, Gloria ad Allah)
Dopo aver terminato di recitare la formula del *rukū°* bisogna tornare in posizione eretta, e mentre si compie questo movimento è meritorio recitare:

Sami°al-Lāhu liman ĥamidah.
(Allah ascolta chi innalza le Sue lodi)
Poi dire:
Allāhu Akbar
(Allah è Grande)

e compiere, come segue, la coppia di *sajda*.

5) ***LA COPPIA DI SAJDAH.*** La *sajda* consiste nel poggiare a terra la fronte55, il palmo delle due mani, la punta delle due ginocchia e quella dei due alluci (fig. 11).

Una volta raggiunta questa posizione bisogna recitare la formula:

Subĥāna Rabbiyal-A°ala wa biĥamdih
(Gloria al mio Altissimo Signore e Lode a Lui)
o, in alternativa, la formula
Subĥānal-Lāhi, Subĥānal-Lāhi, Subĥānal-Lāh (Gloria ad Allah, Gloria ad Allah, Gloria ad Allah)

Dopodiché bisogna sollevare la fronte, sedersi per un istante (fig.12), e recitare:

Allāhu Akbar.
(Allah è Grande)

Dopodiché è meritorio recitare:

Astaghfirul-Lāha Rabbi wa Atūbu Ilayh[i.
(Chiedo perdono ad Allah e mi volgo pentito a Lui)
E prima della *sajda* successiva, si recita nuovamente:
Allāhu Akbar
(Allah è Grande)

ritornare in *sajda,* pronunciare nuovamente la formula della *sajda,* sedersi nuovamente per un istante e alzarsi per eseguire la seconda serie della Preghiera. Mentre si ritorna in piedi, è meritorio recitare quanto segue:

Biĥawlil-Lāhi wa Quwwatihi Aqūmu wa Aq°u°du
(Con il permesso e la potenza di Allah mi alzo e mi siedo)

6) ***LA SECONDA SERIE.*** Una volta che ci si è messi in posizione eretta, s'inizia, al pari della prima serie, nuovamente la recitazione (fase 3); terminata la recitazione è meritorio portare le mani davanti al viso (fig.13) e pronunciare una qualsiasi formula religiosa come, ad esempio, ***Subĥānal-Lāh*** o ***Alĥamdu lil-Lāh****,* o ancora la formula con la quale solitamente s'inviano benedizioni al Profeta *Muĥammad* (S) e alla sua famiglia (as)56, e cioè
Allāhumma Salli °ala Muĥammad[in, wa ãli Muĥammad.

Comunque, è bene recitare il seguente *du°ā'* (supplica):

Rabbanā ãtina fid-dunyā ĥasana[ta, wa fil- ãkhirati ĥasana[ta, wa qinnā °ażāban-nār
(Signor nostro, dacci le cose buone di questo mondo e le cose buone dell'altra vita e allontanaci dal fuoco)

Allāhumma ŝalli °ala Muĥammadin wa ãli Muĥammad
(O Allah! Benedici il Muĥammad e la famiglia di Muĥammad)

Dopo aver finito di pronunciare la formula desiderata si abbassano le mani e si compie nuovamente il *rukū°* (fase 4), dopodiché si eseguono le due *sajda* intervallate da una posizione seduta (fase 5); questa volta però, finita la seconda *sajda,* non bisogna alzarsi in piedi, bensì bisogna restare seduti in posizione eretta (fig.12) e recitare come segue il *tashahhud.*

7) ***IL TASHAHHUD.*** Il *tashahhud* consiste nella seguente formula:

Alĥamdu lil-Lāh
(La Lode appartiene ad Allah)
Ashhadu an lā Ilāha illāl-Lāh, Waĥdahu lā sharīka lah
(Testimonio che non esiste dio al di fuori di Allah)
Wa ashhadu anna Muĥammadan °Abduhu wa Rasūluh
(E testimonio che Muĥammad è il Suo Servo e Messaggero)
Allāhumma ŝalli °ala Muĥammadin wa ãli Muĥammad
(O Allah! Benedici il Muĥammad e la famiglia di Muĥammad)

Terminato di recitare il *tashahhud,* se la Preghiera che si sta eseguendo è quella del mattino, bisogna recitare una formula chiamata *"taslīm"* (che sarà illustrata nella successiva ottava fase) e terminare così la propria Preghiera. Se invece la Preghiera che si sta eseguendo è quella di mezzogiorno o del pomeriggio o del tramonto o della sera, bisogna passare, senza recitare il saluto, alla terza serie della Preghiera (fase nove).

8) ***IL TASLīM.*** Il saluto della Preghiera consiste nella formula

Assalāmu °alayka ayyuhan-Nabiyyu wa Raĥmatul-Lāhi wa barakātuh
(O Profeta siano su di te la pace, la misericordia di Allah e la Sua benedizione)

Assalāmu °alayna wa °ala °ibādil-Lāhiŝ-ŝāliĥīn

(La pace sia su di noi e sui retti servitori di Allah)

As-salāmu °alaykum wa raĥmatul-lāhi wa barakātuh

(Siano con voi la pace, la misericordia di Allah e la Sua benedizione)

9) ***LA TERZA SERIE.*** Nella terza serie della Preghiera (che inizia dopo aver recitato il *tashahhud* ed essersi alzati in posizione eretta, e riguarda le sole preghiere di mezzogiorno, del pomeriggio, del tramonto e della sera) bisogna ripetere sottovoce (a patto però che lo stesso o la stessa orante oda ciò che sta recitando) e per tre volte di seguito le seguenti quattro consacrazioni (*Tasbīhāt al-Arba°a*) 57

Subĥānal-Lāhi wal-ĥamdu lil-Lāhi wa lā ilāha illāl-Lāh wal-Lāhu akbar

(Gloria ad Allah e la Lode appartiene ad Allah e non esiste dio al di fuori di Allah e Allah è Grande)

dopodiché bisogna fare il terzo *rukù* della Preghiera (fase 4), le due *sajdah,* intervallate da una posizione seduta (fase 5), e, se la Preghiera che si sta eseguendo è quella del tramonto, finita la seconda *sajdah,* bisogna sedersi in posizione eretta e recitare prima il

tashahhud (fase 7) e poi il saluto (fase 8), e terminare in tal modo la Preghiera. Se invece la Preghiera che si sta eseguendo è quella di mezzogiorno o del pomeriggio o della sera bisogna passare, senza recitare *tashahhud* e saluto, alla quarta serie (fase 10).

10) ***LA QUARTA SERIE.*** Nella quarta serie della Preghiera (che inizia dopo aver fatto la seconda *sajda* della terza serie ed essersi alzati in posizione eretta, e riguarda le sole preghiere di mezzogiorno, del pomeriggio e della sera), bisogna ripetere nuovamente per tre volte e sottovoce (a patto però che lo stesso o la stessa orante oda quanto sta recitando) le quattro consacrazioni, dopodiché compiere il *rukū°,* le due *sajda,* sedersi in posizione eretta (alla fine della seconda *sajda*), recitare il *tashahhud,* il saluto e terminare così la propria Preghiera.

Dopo aver terminato ogni Salāt, è bene anche recitare il *Tasbīĥ* di Fātima az-Zahrā' (as).

Una volta Fātima az-Zahrā' (as), la figlia del Profeta (S), chiese a suo padre come poter ottenere la grazia divina. Il Profeta (S) le consigliò di recitare il seguente *tasbīĥ*, conosciuto come "*Tasbīĥ-az-Zahrā'*". Esso viene di solito recitato alla fine di ogni Preghiera. Comunque ha un notevole effetto anche per risolvere problemi di sostentamento, affari, lavoro, ecc.. Consiste nel dire: **34 volte "*Allāhu Akbar*", 33 volte "*Al-ĥamdulil-Lāh*" e 33 volte "*Subĥānal-Lāh*"**

A questo proposito ci sembra opportuno riportare una citazione dell'Imam Khomeyni (ra)58 : "*Tra i nobili* ad°iya, appare *il* tasbīĥ *della Pura* ŝiddīqa*, la figlia del Profeta, il quale le fu insegnato dal Messaggero di Allah. Si tratta del miglior atto da compiersi dopo il* du°ā' *finita la* Ŝalāt*. In un ĥadīth è riportato che se ve ne fosse stato uno migliore, il Messaggero di Allah lo avrebbe insegnato a Fātima. L'Imam aŝ-ŝadiq disse che la recitazione di questo* tasbīĥ *ogni giorno, dopo ogni* salāt*, era più gradita a lui di mille* rak°āt*. E' saputo che tra i compagni, la sequenza del* tasbīĥ *fosse: il* takbīr *34 volte, il* taĥmīd *33 volte e il* tasbīĥ *33 volte. Quindi la più probabile è la sequenza suddetta e, in accordo alla precauzione, sarebbe meglio rispettarla, sebbene uno sia libero di cambiare tale successione*"

Per finire ricordiamo che durante la Preghiera, il corpo e il vestito che s'indossa devono essere liberi da impurità. Il vestito poi non deve essere stato ottenuto illecitamente e non deve essere fatto della pelle d'animali la cui carne è illecita o della pelle degli animali la cui carne è lecita, ma che sono morti senza che sia stata eseguita su di loro la rituale macellazione islamica 59.

Chi ha copulato, emesso sperma, finito di perdere sangue in seguito a mestruazione o parto, prima di fare la Preghiera deve compiere il *Ghusl.*

Fattori che Invalidano la Preghiera

I fattori che invalidano la Preghiera sono:

1) annullamento del *Wudhū';*

2) piangere intenzionalmente e ad alta voce per le faccende del mondo;

3) ridere sonoramente ed intenzionalmente;

4) mangiare o bere intenzionalmente;

5) alterare, aumentando o diminuendo, il (prescritto) numero delle seguenti componenti indispensabili della Preghiera:

a) l'intenzione;

b) il *takbīratul-'iĥrām*;

c) la posizione eretta ed immobile che deve essere assunta durante l'esecuzione del *takbīratul-'iĥrām* e prima dell'esecuzione di ogni *rukū°;*

d) il *rukū°;*

e) la coppia di *sajda.*

6) Dire intenzionalmente la parola "*ãmīn*" dopo la recitazione della Sura Aprente;

7) divergere dalla direzione della *Ka°ba* in modo tale che non si possa più sostenere che l'orante è orientato in tale direzione;

8) parlare intenzionalmente;

9) compiere azioni che sconvolgono l'aspetto esteriore della Preghiera (come, ad esempio, applaudire o saltare);

unire intenzionalmente le braccia, l'una sull'altra, poggiandole sul ventre (come fanno i nostri fratelli sunniti quando pregano).

La Preghiera in Viaggio

Quando ci si trova in viaggio, le preghiere di mezzogiorno, del pomeriggio e della sera, in presenza di otto condizioni, devono essere ridotte a due serie60. Quattro di tali condizioni sono:

i. il viaggio non deve avere uno scopo illecito (come furto, adulterio, ecc.);

ii. il viaggio non deve essere parte dell'usuale attività lavorativa del viaggiatore;

iii. il viaggiatore deve essere intenzionato a percorrere in totale (tra andata e ritorno) almeno otto parasanghe61;

iv. il viaggiatore non deve essere un nomade abituale.

Le altre quattro condizioni sono state omesse per brevità e semplicità di trattazione; chi fosse interessato o avesse bisogno di conoscerle, insieme alle altre norme della Preghiera in viaggio, deve consultare i responsi del *mujtahid* che segue.

La Preghiera dei Segni

In caso di burrasche, tuoni, fulmini (ed eventi simili a questi) che causino il panico nella maggioranza della gente e in caso d'eclissi solari o lunari e di terremoti, si deve compiere la Preghiera dei segni, la quale consta di due serie, ognuna delle quali comprende cinque *rukū°.* Tale Preghiera si esegue nel seguente modo:

1) si compie il *Wudhū'*, ci si rivolge in direzione della sacra *Ka°ba* e si formula l'intenzione di compiere tale Preghiera al solo scopo di ottemperare al dovere che Allah (SwT) ha imposto;

2) dopo aver formulato l'intenzione, stando immobili in posizione eretta, si portano le mani all'altezza delle orecchie e si pronuncia la formula *Allāhu Akbar;*

3) si recita poi in posizione eretta (fig.9) la Sura Aprente e dopo di essa una sura qualsiasi62 del Corano (come ad esempio la semplice e breve sura *At-tawĥīd*, della quale abbiamo citato in precedenza il testo);

si esegue a questo punto il primo dei cinque *rukū°* (prescritti nella Preghiera dei segni) e una volta raggiunta la posizione di *rukū°* si recita la formula (già citata in precedenza) del *rukū°* e cioè ***Subĥāna Rabbiyal-°Adīmi wa biĥamdih*** o, in alternativa, recitare la formula:***Subĥānal-Lāhi, Subĥānal-Lāhi, Subĥānal-Lāh.***
4) dopodiché bisogna alzarsi in posizione eretta, rimanere per un istante immobili e ripetere le sopraccitate fasi tre e quattro, fino a quando il numero complessivo dei *rukū°* effettuati non raggiunge i cinque;

5) eseguito il quinto *rukū°* bisogna alzarsi in posizione eretta, rimanere per un istante immobili e andare a eseguire le due *sajda* intervallate da una posizione seduta;

6) finita la seconda sajda è necessario alzarsi in posizione eretta e ripetere i sopraccitati punti 3, 4, 5 e 6; terminata la seconda *sajda* della seconda serie, recitare il *tashahhud* e il saluto, terminando così la Preghiera.

Osservazione: la Preghiera dei Segni che deve essere pregata a causa di eclissi di sole e di luna deve essere eseguita nell'intervallo di tempo che va dall'inizio dell'eclissi sino all'istante in cui essa inizia ad esaurirsi.

1. (SwT) abbreviazione di "Subĥāna wa Ta°āla", Lode a Colui che è privo di ogni imperfezione, l'Altissimo.
2. (as) abbreviazione di "°alayhi-ha-hum assalām", "che la pace sia su di lui-lei-loro", che viene utilizzato accanto ai nomi dei profeti, degli angeli, dei puri Imam e delle donne del Paradiso (Khadīja, Fātima, Maria, Asiah) e secondo alcuni pareri viene usato anche accanto a nomi di altre donne come Zaynab, Ruqayya, Um Kulthūm, Fātima Masuma…
3. Jami°ul-'Aĥādīth: pag. 13, ĥadīth n. 13.
4. (S) abbreviazione di "sallal-Lāhu °alayhi wa ãlihi wa sallam": "pace e benedizioni di Allah (SwT) su di lui e sulla sua famiglia".
5. Jami°ul-'Aĥādīth: vol. 2, pag. 5, ĥadīth n. 35.
6. Jami°ul-'Aĥādīth: pag. 6, ĥadīth n. 40
7. Biĥārul-'Anwār: vol. 82, pag. 231, ĥadith n. 46 Jami°ul-'Aĥādīth: pag. 9, ĥadith n. 72
8. Si fa riferimento al versetto: "In verità, Dio ha perdonato le tue colpe passate e future" {Santo Corano, 48: 2}.
9. Kuĥlul-Baŝar: pag. 78.
10. °Urwatul-Wuthqa: cap. 21.
11. Con questo termine si intende chiunque abbia aggiunto la maturità legale per l'Islam, che per le ragazze è di nove anni lunari, mentre per i ragazzi è di 15 anni lunari.
12. Biĥārul-Anwār: vol. 82, pagg. 203 e 209.
13. Jami°ul-'Aĥādīth: vol. 2, pag. 2, primo ĥadith.
14. Jami°ul-'Aĥādīth: pag. 4, ĥadith n. 21.
15. Jami°ul-'Aĥādīth: pag. 25, ĥadith n. 4
16. Jami°ul-'Aĥādīth: vol. 2, pag. 25, ĥadith n. 6

17. Usdul-ghāba: parte terza, pag. 414.
18. Città situata nelle vicinanze della Mecca.
19. Sīratun-Nabiyy (Ibni Hishām): vol. 3-4, pag. 504.
20. Riferimento a: Santo Corano, 22:34 e 35.
21. Riferimento a: Santo Corano, 35: 29.
22. Riferimento a: Santo Corano, 27: 3.
23. Biĥārul-‘Anwār: vol. 10, pag. 313.
24. Biĥārul-‘Anwār: vol. 3, pag. 89.
25. Una delle difficili notti della guerra di Siffīn, nella quale, fino all’alba, si scontrarono due diverse armate.
26. Biĥārul-‘Anwār: vol. 83, pag. 23.
27. Biĥārul-‘Anwār: vol. 45, pag. 21.
28. Biĥārul-‘Anwār: vol. 84, pag. 249.
29. Santo Corano, 23: 2.
30. Jamī°ul-’Aĥādīth: vol. 2, pag. 247.
31. Biĥārul-‘Anwār: vol. 84, pag. 239.
32. Biĥārul-‘Anwār: vol. 84, pag. 239.
33. Biĥārul-‘Anwār: vol. 82, pag. 233.
34. Nahjul-Balāgha: sentenza 252.
35. Nahjul-Balāgha: lettera n. 27.
36. Wasa-il: vol. 3, pag. 7.
37. Si tratta di una tassa islamica che prevede il versamento un quinto dei propri guadagni annuali sottratte le spese. Per approfondimenti consultare: “Il Khums: Una Tassa Islamica” di Sayyid Muhammad Rizvi.
38. le feci e l'urina degli animali le cui carni sono lecite (pecore, cammelli, mucche ecc.) sono pure.
39. Nel fiqh con "mayta", che noi traduciamo "carogna", s'intende l'animale di carne lecita morto senza essere stato macellato conformemente al rito islamico.
40. A tal proposito è bene però sapere che l’Ayatollah Khamenei considera cristiani ed ebrei e, in generale, la “Gente del Libro” puri per natura.
41. a condizione però che sia, di per sé, allo stato liquido.
42. Ad esempio, se un cane morto in un terreno salino si trasforma completamente in sale, tale sale sarà puro.
43. - da dove iniziano di solito i capelli.
44. da effettuare sulla salma del Musulmano deceduto.
45. Che sono: 32, sūratus-Sajda, 41, sūratu Fuŝŝilat, 53, sūratun-Najm, 96, sūratul-°Alaq
46. che si trova alla Mecca e si chiama Masjidul-Ĥarām.
47. che si trova a Medina e si chiama Masjidun-Nabiyy.
48. Il Tayammum, oltre che sulla terra, può essere fatto anche sulla sabbia e sulla pietra, come il marmo.
49. Vanno bene anche sabbia e pietra, come già accennato.
50. Poco prima dell’inizio della fascia di tempo nella quale è possibile effettuare la Preghiera del mattino, compare ad oriente un bagliore di luce che si leva verticalmente verso l’alto; tale bagliore viene chiamato “prima alba”. Dopodiché questo bagliore si spande sull’orizzonte e forma una fascia orizzontale di luce, che viene denominata “seconda alba”.
51. che consiste nell’ora che si ottiene dalla media del tempo che va dall’inizio del tramonto sino all’istante in cui spunta la seconda alba. Ad esempio, se in un dato giorno il sole inizia a tramontare alle ore 21 e la seconda alba spunta alle 04:20, la mezzanotte astronomica di quel giorno è esattamente alle ore 00:40.
52. L’edificio di forma cubica che si erge al centro della sacra moschea (chiamata)

Masjidul-Ĥarām della Mecca, è chiamato “al-Ka°ba”. Esso è il punto verso il quale, in qualunque parte del mondo ci si trovi, bisogna orientarsi durante la Preghiera
53. Waliyy tra le altre cose, significa protettore, vicario, intimo di qualcuno, guida. Questo termine è molto importante nel contesto Shi°īta, perché solo le azioni di coloro che sono guidati da un “Waliyy” sono accettate da Allah (SwT). In questo caso, la migliore traduzione di questa frase è: “Testimonio che °Alī è custode della parola di Allah”, in quanto egli fu scelto dal Profeta (S) per Decreto Divino, come suo successore per preservare la perfetta religione, l’Islam, visto che dopo di lui non ci sarebbero stati più altri profeti e l’umanità aveva comunque bisogno di una guida per non sviarsi.
54. Eccetto quelle Sure che contengono i versetti che, se recitati, rendono obbligatoria la prostrazione: 32, sūratus-Sajda, 41, sūrat-Fuŝŝilat, 53, sūratun-Najm, 96, sūratul-°Alaq.
55. La fronte deve poggiare su della terra o su qualsiasi cosa che nasca da essa, purché non si tratti di sostanza commestibile, di indumenti oppure di minerali simili a oro, argento e agata.
56. Con l’espressione “sua famiglia” (indicata precedentemente col termine Ahlul-Bayt) intendiamo la sua immacolata figlia Fātima (as) e i dodici infallibili Imam (as).
57. In alternativa alla triplice ripetizione di tale formula è possibile anche recitare sottovoce (a patto che lo stesso o la stessa orante oda quanto sta recitando) una sola volta la Sura Aprente.
58. (ra), abbreviazione di “Raĥmatul-Lāhi °alayhi”, che la Clemenza di Allah (SwT) sia su di lui
59. A questo proposito ci sembra opportuno segnalare che Seyyed Imam Khamenei ha affermato che, siccome in occidente vi è una massiccia importazione di pellami dai paesi islamici, se non si è assolutamente certi che la pelle sia di un animale non macellato islamicamente, allora deve essere ritenuta tāhir. In ogni caso però, indossare del pellame di qualsiasi tipo invalida la Preghiera.
60. ed eseguite similmente alla Preghiera del mattino, con la sola differenza che nelle preghiere di mezzogiorno e del pomeriggio la recitazione deve essere effettuata sottovoce.
61. 1 parasanga = 6240 metri.
62. Eccetto quelle Sure che contengono i versetti che, se recitati, rendono obbligatoria la prostrazione: 32, sūratus-Sajda, 41, sūratu Fuŝŝilat, 53, sūratun-Najm, 96, sūratul-°Alaq.

Parte 2: Innalzarsi Verso L’unico Amato

Presentazione

O Allah! Presento umilmente questo breve trattato alla nostra amata guida Imam °Alī (as), Imam al-°ārifīn, la cui totale attenzione all’Unico Amato nelle sue preghiere non venne meno neanche durante l’estrazione di una freccia infilzatasi nella sua gamba benedetta

Prefazione

Il Santo Corano dice:

“O uomo che aneli al tuo Signore, tu Lo incontrerai” (Santo Corano, Sura al-‘inshiqāq, 84:6).

Indirizzato all'essere umano
L'essere umano sta lottando su un sentiero
Il sentiero lo conduce al suo Signore
La lotta è faticosa
Egli incontrerà il suo Signore

Rumi, nella sua famosa opera, il "*Mathnaw*i", metaforicamente e con uno stile splendido inizia con il descrivere il lamento dell'anima umana la quale soffre e vuole ritornare alla sua dimora della pace:

*"Ascolta, come questo flauto rosso*1 *lamenta*
storie di felicità perduta e pena presente!
Con me, strappato prima del tempo dalle rive native,
piangono giovani bisbiglianti amore e vergini dagli occhi dolci.
Oh, lascia che il cuore, lacerato dall'assenza
Senta il mio canto, e pianga il mio lamento:
chi vaga in esilio, lungi dal proprio giardino
freme per il ritorno e rimprovera l'ora d'indugio"

La dimora dell'essere umano e la sua vera casa risiedono da qualche altra parte. Egli è un forestiero in questo mondo, nel vero senso della parola, e il suo posto è la prossimità e la vicinanza all'Unico Amato {Allah (SwT)2}. Fintanto che egli risiede negli strati di questo regno {il mondo}, la sofferenza per la separazione rimarrà sempre.
E' per mezzo delle ali della conoscenza e dell'azione che l'uccello del suo spirito può lasciare la gabbia dell'attaccamento materiale e volare verso il regno dell'Amato. Ma egli necessita di conoscere lo stile e la via per elevarsi verso la dimora della pace a cui l'Amato stesso lo invita:

"Allah chiama alla dimora della pace e guida chi Egli vuole sulla Retta Via" (Santo Corano, Sura Yūnus, 10:25).

Fintanto che egli non avrà individuato il vero sentiero, che il Santo Corano chiama *"ŝirāťal-Mustaqīm"* (la Retta Via), egli non dovrebbe mai sognarsi di emigrare dalla sua città natale. L'Amato, vuole che i suoi amanti ritornino alla Sua dimora laddove sorgono le loro case, e per questo ha inviato i Suoi messaggeri (as)3 così che possano guidare gli uccelli della perplessità alla loro destinazione.

Tra i metodi fondamentali insegnati da queste guide dell'essere umano vi è la Preghiera. La *Salāt* - un modo di pregare divinamente ispirato e insegnato dal Santo Profeta (S)4 – è un metodo e un'opportunità di volare e di elevarsi verso la propria destinazione. Se l'essere umano utilizza questa opportunità che si giunge cinque volte al giorno, non vi è alcun dubbio che il suo viaggio avrà inizio. Perché egli dovrebbe permettere che tutte queste opportunità nel corso della sua vita vadano sprecate? Non si strugge forse nel profondo del suo cuore per la compagnia dell'Amato? Non realizza che è tempo di tornare a casa e gioire della vicinanza all'Unico Amato, il Quale ama intensamente chi Gli è così vicino?

Coloro che hanno cercato l'aiuto di questo veicolo per l'ascesa spirituale {la Preghiera) potrebbero lamentarsi della sua inefficienza, poiché essi non sono ancora giunti alla loro destinazione. A questi dovrebbe esser detto: "*Nessun veicolo immaginario può trasportarvi alla vostra destinazione"*.
Se l'essere umano prega rispettando gli elementi esteriori e quelli interiori della Preghiera, sicuramente raggiungerà il successo nel comprendere la sua anelata dimora. E' la

negligenza del cuore dell’essere umano durante la Preghiera che svuota quest’ultima del suo spirito e distrugge questa opportunità.
Come avremo modo di vedere in questo breve trattato, la presenza del cuore (*ĥūdhūrul-qalb*) è una delle condizioni basilari della Preghiera, senza la quale essa o non ha effetto o ne lascia uno negativo sull’orante.
Dopo aver compreso la sua importanza, bisogna sempre cercare di osservarla e sforzarsi sempre lungo questo nobile viaggio. Ovviamente all’inizio il compito è impegnativo e difficile, ma attraverso lo sforzo continuo e la costanza nell’imbrigliare l’immaginazione e distaccando l’anima dalle sue inclinazioni mondane, si potrà, lentamente e gradualmente, raggiungere uno stadio di completo assorbimento nella Preghiera.

Questo conciso trattato è un umile tentativo di farci comprendere la necessità, la possibilità e la metodologia di raggiungere questo spirito vitale della Preghiera.

Che Allah (SwT) ci renda capaci di farci giungere a questa comprensione così da poter unirci ai molti impegnati nell’innalzamento verso il Regno del loro Amato, ansiosi di incontrarLo. Se dimostriamo lassismo in questa aspirazione sublime, lo stato del “rimpianto perpetuo” nell’Aldilà non avrà nessuna utilità per noi.

E la lode appartiene ad Allah, l’Essere Perfetto e Assoluto, il Signore del mondo dell’esistenza dipendente.

Introduzione

Il Santo Corano dice:

“In tutta sincerità rivolgo il mio volto verso Colui che ha creato i cieli e la terra, e non sono tra gli associatori” (Sura al-An°ām, 6:79).

L’attenzione è una caratteristica insita della conversazione. Ogni sano essere umano presta attenzione quando trasmette i suoi pensieri al suo destinatario. Tale attenzione non richiede un processo di pensiero estenuante e nemmeno l’esercizio del controllo dei movimenti della mente. Quando si desidera trasmettere qualcosa, la mente la traduce con le sue rispettive parole e la lingua la segue. Si dovrebbe comunque frenare la lingua per evitare di pronunciare qualsiasi cosa sia proibita o futile.

La maggior parte delle parole nella Preghiera proviene da fonte divina e perciò frenarle non ha senso.
Piuttosto, l’orante (*muŝalli*) deve continuamente focalizzare la sua attenzione sull’atto di adorazione dell’Adorato e che le parole della sua Preghiera traggano origine dalla profondità del suo cuore e dalle vette della sua mente.
E’ qui che molti vengono sopraffatti dall’uccello dell’immaginazione, il quale è abituato a volare da un ramo dell’albero degli attaccamenti materiali all’altro. Di conseguenza, l’orante viene privato del progresso e dello sviluppo spirituale che avrebbe potuto acquisire attraverso il mezzo più efficiente per raggiungere la prossimità di Allah (SwT).

E’ difficile per una persona raggiungere immediatamente e preservare questo necessario e lodevole stato di attenzione durante la Preghiera. Si devono attraversare determinati livelli di attenzione prima di riuscire ad assaporare una naturale conversazione con l’Amato.

Nel presente trattato cercheremo brevemente di discutere le seguenti questioni vitali riguardo alla concentrazione nella Preghiera:

• Necessità della concentrazione durante la Preghiera;

• Possibilità di concentrazione durante la Preghiera;

• Livelli di concentrazione durante la Preghiera;

• Ostacoli sulla via della concentrazione durante la Preghiera e la loro rimozione;

• Metodi suggeriti per raggiungere la concentrazione durante la Preghiera;

• Gli effetti del mantenere la propria concentrazione durante la Preghiera.

Necessità della Concentrazione durante la Preghiera

Il Santo Corano dice:

"O voi che credete! Non accostatevi alla Preghiera se siete ebbri finché non siate in grado di capire quello che dite" (Sura an-Nisā', 4:43).

E' stato riportato che il Santo Profeta (S) ha detto:

"O gente! In verità quando l'orante prega, egli sussurra[5] *al suo Signore Benedetto e Onnipotente. Quindi, deve sapere a chi sta sussurrando"*[6]

La Prova Razionale

La Preghiera è un tipo di adorazione insegnato all'essere umano dal suo Signore attraverso la Rivelazione, per permettergli di giungere alla Sua prossimità. Essa consiste in un insieme di azioni ed espressioni, la maggior parte delle quali afferma chiaramente la natura immacolata di Allah (SwT).

"*Un insieme di espressioni stabilite*" quindi, formano una parte importante delle preghiere quotidiane. E chiaramente l'atto dell'espressione non può realmente essere riconosciuto in quanto tale se il cuore è dimentico di ciò che la lingua pronuncia. L'attenzione quindi, è un elemento necessario all'espressione, e di conseguenza anche alla Preghiera.

Mawla al-Naraqi nella sua opera di etica "*Jami°a as-Sadat*" afferma:
"Come può la presenza del cuore e l'atteggiamento di umiltà non essere lo spirito della Preghiera e come può la perfezione della Preghiera non dipendere da esse mentre l'orante, durante le sue preghiere e suppliche, sussurra al suo Signore? Non vi è dubbio sul fatto che la pronuncia emessa senza la concentrazione mentale non significhi sussurrare. Inoltre, la pronuncia è un'espressione di quello che vi è nel cuore o nella mente e ciò è impossibile se non per mezzo della concentrazione del cuore: cosa chiede realmente l'orante, quando invoca 'Guidaci sul Retto Sentiero' mentre il cuore è disattento?

E non vi è dubbio anche sul fatto che lo scopo della recitazione del Corano e delle invocazioni sia l'atto di lode, Preghiera, espressione della propria umiltà e supplica il cui destinatario è Allah Altissimo. Se il cuore del servo, quindi, era coperto da Lui dai veli della disattenzione, e non Lo vede né Lo testimonia, ma piuttosto era disattento rispetto al destinatario e muove la propria lingua solo per abitudine, egli è assai lontano dal vero scopo della Preghiera, la quale è stata istituita per il raffinamento del cuore e il rinnovo del ricordo di Allah"[7]

La Prova Coranica

Il seguente versetto afferma che la ragione della proibizione della Preghiera in stato di intossicazione è l'ignoranza da parte dell'orante di ciò che pronuncia:

"O voi che credete! Non accostatevi alla Preghiera se siete ebbri finché non siate in grado di capire quello che dite" (Santo Corano, Sura an-Nisā', 4:43).

Se l'orante prega in tale stato, egli sarebbe ignaro del significato delle parole che pronuncia.

Una Discussione Etimologica

Se riflettiamo attentamente sul versetto sopraccitato, realizziamo la sua universalità: la parola "*sukāra*" è il plurale di "*sukran*" e la radice "s-k-r" significa etimologicamente:

*"...interruzione in un processo naturale tale che ne segue un corso contrario ad esso... e la sua conseguenza è l'intossicazione [sukr che si inserisce nel processo (naturale) del pensiero e dell'intelligenza"*8

Il defunto sapiente e mistico Sultān °Alī, nel suo commento al Sacro Corano "*Bayān as-Sa°āda fī Maqāmāt al-°Ibāda*" afferma:

*"Il termine '*sukr*' deriva dal termine '*sakr*' che significa 'ingombro'; lo stato ottenuto dall'aver fatto uso di un intossicante è conosciuto come '*sukr*', poiché esso ingombra e chiude i canali dell'influenza dell'intelletto sulle altre facoltà dell'essere umano e impedisce la loro subordinazione ad esso. E gli intossicanti non si riferiscono solo al ben noto brandy [per esempio; piuttosto, tutte quelle cose per mezzo delle quali viene raggiunto uno stato di intossicazione, attraverso il bere, mangiare, fumare o altro, sono chiamate intossicanti del* nafs*, indipendentemente dal fatto che l'intossicazione derivi dall'assunzione di birra ed estratti da altro che l'uva e dall'uso di narcotici e oppio o meno.*

Un esempio di quest'ultimo caso è quando l'intossicazione proviene da cupidigia, speranza, amore, desiderio, rabbia, gelosia, avarizia, tristezza, felicità, sonno o pigrizia, cosicché queste caratteristiche prendono il sopravvento sull'intelletto, giungendo in tal caso a quel fenomeno chiamato sukrun-nafs*..."*9.

°Abd al-Razzāq al-Kashani nel suo commento al Sacro Corano presenta la seguente spiegazione riguardo al versetto in esame:

("Non accostatevi alla Preghiera")*: "Non accostatevi alla stazione della presenza e alla conversazione segreta con Allah {la Preghiera} quando siete intossicati dal sonno della negligenza o dagli intossicanti dei desideri e dall'amore per il mondo, (finché non sarete in grado di capire quello che dite) durante il vostro sussurro e i vostri cuori non saranno più impegnati con le occupazioni mondane e le sue insinuazioni"*10.

Dopo aver conosciuto la radice del termine "*sukr*" ci rendiamo conto che l'intossicazione comunemente compresa è soltanto uno degli esempi del suo significato, quello con cui la gente comune sembra avere più familiarità. Anche altri significati (*maŝādīq*) possono comunque esser compresi in questo termine.
Alcuni commentatori del Santo Corano hanno citato una tradizione dell'Imam aŝ-ŝādiq (as) che avvalora implicitamente questa opinione.

L’Imam (as) dice riguardo al versetto 4:43 che: “*un esempio di* sukr *è il* sukr *del sonno*”. *“Tale affermazione”* afferma Mawla Kashani in “*as-Safī*” *“dimostra la sua universalità”*11. Egli intende dire che “*sukr*” (quella interruzione che avviene tra il naturale processo del pensiero e l’intelletto) ha varie estensioni. In una tradizione citata in *al-Kafī*, l’Imam al-Baqir (as) dice:
“Non accostatevi alla Preghiera in stato di stanchezza o di sonno, né quando siete troppo sazi, poiché in verità tali sono le caratteristiche dell’ipocrisia e Allah vi ha illecito di accostarvi alla Preghiera in stato di intossicazione, e per intossicazione Egli intende l’‘intossicazione del sonno’”.

Inoltre, la ragione della proibizione della Preghiera in stato di intossicazione, come indicato nel versetto in esame, rivela chiaramente la necessità dell’attenzione rivolta a ciò che viene espresso nella Preghiera. Anche altri versetti del Santo Corano rivelano, seppur implicitamente, la necessità della concentrazione durante la Preghiera. Ad esempio il versetto 14 della Sura Tā Hā ci dice chiaramente che la Preghiera è un mezzo per ricordarsi di Allah (SwT):

“Esegui la Preghiera per ricordarti di Me” (Santo Corano, Sura ťā Hā, 20:14).

Potrebbe questo ricordo esser possibile senza riporre la dovuta attenzione e concentrazione durante la Preghiera? Ovviamente no.

La Prova dalle Tradizioni (Aĥādīth)

Le seguenti tradizioni (*Aĥādīth*) provano la necessità della presenza del cuore durante la Preghiera.

E’ stato riportato che i membri dell’Ahlul-Bayt (as) hanno detto:

*“Non avete ricompensa dalle vostre preghiere se non in proporzione alla concentrazione del cuore mantenuta”*12

E’ stato riportato che il Santo Profeta (S) ha detto:

*“Allah non accetta la Preghiera del servo il cui cuore non sia presente assieme al corpo”*13

E’ stato riportato che l’Imam al-Bāqir (as) ha detto:

*“Quando vi accostate alla Preghiera dovete riporvi la dovuta attenzione, poiché in verità verrà tenuta in considerazione solo in proporzione alla vostra attenzione”*14

L’Opinione dei Giuristi Musulmani

Secondo i giuristi Musulmani (*Fuqahā’*), comunque, la presenza del cuore durante la Preghiera non è obbligatoria, poiché non tutti gli uomini possono raggiungere e mantenere la concentrazione durante le loro preghiere. Ciò richiederebbe inoltre del tempo al fine di avere il controllo completo sulla propria immaginazione durante la Preghiera. Quindi, secondo la giurisprudenza Islamica, lo stato di continua concentrazione non è una condizione senza la quale è invalida la Preghiera. Comunque, esso è considerato altamente raccomandato al punto tale che alcuni giuristi permettono che la Preghiera venga ritardata, all’interno del suo tempo stabilito, se ciò può far raggiungere al cuore uno stato di concentrazione (*iqbāl*).

Quindi sebbene la Preghiera di colui che non è concentrato sia corretta e sufficiente per assolverlo dai suoi doveri, non lo eleva spiritualmente. Le mere azioni della Preghiera, lo allontanano semplicemente dalla disobbedienza. Comunque, per elevarsi sul piano divino ed intraprendere una trasformazione, è richiesta attenzione e concentrazione.

Possibilità di Concentrazione Durante la Preghiera

Allah (SwT) dice nel Santo Corano:

*"**Allah non impone a nessun'anima un carico al di là delle sue capacità" (Sura al-Baqara, 2:286)***

Lo stereotipo che afferma sia cosa impossibile acquisire concentrazione durante la Preghiera, è uno dei più grandi ostacoli che impediscono all'uomo di intraprendere il viaggio verso la prossimità Divina e di raggiungere la perfezione. Si tratta invero, secondo alcuni, di un tranello satanico inculcato al fine di non far raggiungere all'uomo la felicità in entrambi i mondi.

L'essere umano, quindi, deve essere estremamente cauto prima di accettare ogni nozione infondata senza prove e dimostrazioni convincenti. Egli non deve essere ingannato da dati statistici e dal ragionamento induttivo a concludere che la presenza del cuore (*Ĥudhūrul-qalb*) sia un elemento impossibile o vicino all'impossibilità.

Similmente all'allenamento fisico, il quale richiede esercizio e pratica continua, anche il controllo della mente può esser raggiunto con il tempo e lo sforzo. L'essere umano deve rendersi conto che la sua facoltà di immaginazione si è abituata a svolazzare da un luogo all'altro in ogni momento. Quindi, egli dovrà sforzarsi di limitare questa abitudine e addomesticarla in modo che essa sia diretta dalla sua volontà.

Il defunto Imam Khomeyni (ra)15 afferma:

"Tra le facoltà che accettano l'orientamento e l'allenamento vi sono le facoltà dell'immaginazione (khayāl) *e della valutazione* (wahm)*. Senza dubbio, prima dell'orientamento esse assomigliano a un uccello che sfugge frequentemente e si muove in continuazione; esso vola da un ramo all'altro a si muove da una cosa all'altra in maniera tale che se l'essere umano dovesse valutare i movimenti che ha compiuto in un solo minuto, egli noterebbe che si è mosso continuamente verso cose (differenti) in casi estremamente importanti così come in occasioni irrilevanti. Ciò ha prodotto in alcuni sapienti la congettura che controllare l'uccello dell'immaginazione e renderlo obbediente sia una questione che và oltre il regno della possibilità e prossimo all'impossibilità naturale. Comunque, questo non è il caso, poiché è possibile renderlo obbediente mediante la mortificazione spirituale, l'allenamento e il trascorrere del tempo, al punto tale che l'uccello dell'immaginazione viene afferrato e non si muove se non per volere e scelta, e quindi egli (l'orante) lo sopprime quando vuole, dove desidera e nella situazione che egli sceglie"*16

Perciò giudicare i dati statistici acquisiti da un gruppo fra le masse non deve indurci facilmente a trarre conclusioni sull'impossibilità di compiere ciò. Solo prove incrollabili possono tentare di scoprire la verità. Tali prove si possono riscontrare nel Santo Corano, nella Sunna e nei giudizi razionali imparziali.

Dimostrazione dal Santo Corano e dalle Tradizioni (Aĥādīth)

Il versetto che chiama il credente ad eseguire la Preghiera allo scopo di ricordarsi di Allah (SwT)17, così come le tradizioni menzionate nella sezione precedente, provano chiaramente la possibilità di concentrazione durante la Preghiera: come può il Saggio Creatore ordinare all'essere umano di eseguire la Preghiera per ricordarLo se questi non sarebbe capace di concentrarsi in essa?

Le tradizioni inoltre ci informano che il grado di accettazione delle preghiere quotidiane dipende dal grado di attenzione riposto in esse. Potrebbe tale direttiva essere insegnata al credente se questi non è in grado di raggiungerla? Certamente Allah (SwT) non pone nessun fardello, su un'anima, che questa non sia in grado di sostenere. Il Santo Corano dice:

*"**Allah non impone a nessun'anima un carico al di là delle sue capacità" (Sura al-Baqara, 2:286)***

Non si può negare dunque la possibilità di raggiungere la concentrazione durante la Preghiera. La difficoltà del compito non può esser usata come pretesto per affermare che sia impossibile.
Se l'uomo lotta rimanendo ben saldo nel suo percorso, egli raggiungerà il suo obiettivo. Il Santo Corano dice:

"Invero l'uomo non ottiene che il frutto dei suoi sforzi" (Sura an-Najm, 53:39)

Riassumendo:

• Allah (SwT) non ordina all'uomo ciò che egli non potrebbe eseguire

• Allah (SwT) ci ha ordinato di pregare per Ricordarsi di Lui

…quindi il Suo Ricordo è un fenomeno possibile
• Il Ricordo senza la concentrazione non è un vero Ricordo

…quindi la concentrazione durante la Preghiera è un fenomeno possibile.

Livelli di Concentrazione Durante la Preghiera

Il Santo Corano dice:

*"**Allah non impone a nessun'anima un carico al di là delle sue capacità" (Sura al-Baqara, 2:286)***

"Per ogni uomo ci sarà un livello adeguato al suo comportamento" (Sura al-An°ām, 6:132)

Al fine di determinare i passi che devono essere compiuti per raggiungere la concentrazione durante la Preghiera, si dovrà definire quale è il tipo di concentrazione a cui aspiriamo.
Secondo i sapienti di etica e di gnosi la concentrazione è di livelli e gradi differenti. Chiaramente, non tutti coloro che aspirano a raggiungere la concentrazione durante la Preghiera possiedono immediatamente la capacità di raggiungere il più consigliato di tutti i livelli di concentrazione.

Definire tutti i livelli di concentrazione è al di là dello scopo di questo limitato trattato. Ci

limiteremo piuttosto ad un breve sguardo ad alcuni livelli raccomandati di concentrazione durante la Preghiera, così da capire in quale stadio ci troviamo e quale dovrebbe essere il nostro obiettivo.
Discutere dei livelli superiori richiede un'introduzione, anch'essa al di sopra dello scopo di questo trattato. Coloro che sono interessati ad approfondire gli argomenti qui trattati possono comunque far riferimento ai testi disponibili su questo soggetto.

La concentrazione durante la Preghiera si divide in due specie:

• Concentrazione verso l'atto di adorazione

• Concentrazione verso l'Adorato

La 'concentrazione verso l'atto di adorazione' si divide a sua volta in vari livelli, alcuni dei quali possono essere raggiunti attraverso la pratica dalla maggior parte della gente, mentre altri possono essere realizzati solo da chi abbia realmente purificato sé stesso dalle contaminazioni dei peccati e sia giunto in prossimità di Allah (SwT).

La 'concentrazione verso il Creatore', comunque, può essere sperimentata solo da coloro che sono giunti ai livelli superiori dei menzionati tipi di concentrazione. Questo non deve comunque farci supporre che non possiamo raggiungere tali livelli: essi sono raggiungibili, ma ciò necessita di una continuo e risoluto sforzo spirituale.

Il defunto Imam Khomeyni (ra) nel suo "*Sirr aŝ-Ŝalāt*" cita i livelli di 'concentrazione verso l'atto di adorazione' come segue[18]:

• **Concentrazione verso l'adorazione in generale**: A questo livello base, raggiungibile da tutti [i credenti, l'orante deve tenere ben presente nel suo cuore che l'adorazione è l'atto di lode del Creatore. E dall'inizio dell'atto di adorazione sino alla fine egli deve far comprendere al suo cuore che egli sta lodando il Creatore, anche se non comprende il significato di quello che dice.

• **Concentrazione verso l'adorazione in particolare:** A questo livello il cuore dell'orante è presente in ogni momento dell'adorazione da lui compiuto. Egli è altresì cosciente della modalità in cui sta lodando e sussurrando al Suo Signore. Tale livello è, a sua volta, suddiviso in livelli differenti in rapporto alla stazione del cuore dell'orante e della sua gnosi.

Livelli di Concentrazione Particolare

Livelli di Concentrazione Particolare

• *Primo livello*: Alcune persone non comprendono altro che il livello esteriore e apparente della Preghiera. Essi comprendono comunque l'importanza generale delle recitazioni, delle lodi e delle invocazioni che pronunciano durante la Preghiera. La presenza del loro cuore si limita alla comprensione del significato di quello che recitano nella Preghiera. E' estremamente importante per questo gruppo non limitarsi al significato di quello che recitano o di quello che essi comprendono; [in altre parole essi non dovrebbero pensare che quello che recitano non abbia altri significati oltre a quello che loro apparentemente comprendono. L'Imam Khomeyni (ra) afferma: *"Tale approccio è contrario all'intelletto e alle tradizioni, ed è inoltre molto dannoso per l'essere umano"*. E' uno dei più grandi tranelli di *Shaytān* quello di occupare e compiacere l'essere umano con ciò che egli già possiede,

rendendolo cinico verso il resto delle realtà e delle scienze sconosciute, con effetti devastanti.

• *Secondo livello:* Altre persone comprendono intellettualmente le realtà degli atti della Preghiera. Ad esempio essi comprendono, attraverso dimostrazioni intellettuali, come ogni lode ritorni ad Allah (SwT); oppure essi conoscono la realtà del *ŝirāťal-Mustaqīm* e il significato della Sura at-Tawĥīd, che rappresentano gli aspetti fondamentali delle realtà ideologiche. Tutto questo è conosciuto per mezzo di prove razionali e intellettuali. L'*ĥudhūrul-qalb* di questo gruppo durante la Preghiera è tale che i loro cuori sono vigili e comprendono in dettaglio le realtà e le lodi recitate, e comprendono quanto esprimono e come pregano il loro Signore.

• *Terzo livello*: Un altro gruppo, dopo aver compreso le realtà inerenti gli atti di adorazione mediante i loro intelletti, le trasmettono ai loro cuori, giungendo alla credenza e alla convinzione nelle stesse. Ciò perché il livello della convinzione del cuore è estremamente differente dalla comprensione intellettuale. Ci sono molte cose che l'uomo può afferrare intellettualmente ma che tuttavia non giungono sempre alla convinzione del cuore. Questo perché il cuore non conferma sempre ciò che l'intelletto suggerisce.

Avendo brevemente osservato i livelli della presenza del cuore durante la Preghiera, possiamo adesso dare uno sguardo a come si possa giungere a questi livelli. Ma prima, al fine di trattare il continuo processo di divagazione che sperimentano sempre le nostre menti durante la Preghiera, sarà bene diagnosticare e ricercare la causa e radice della malattia, in modo da esser capaci di trovare il rimedio e il suo corretto metodo di trattamento.

Ostacoli sulla Via della Concentrazione durante la Preghiera e la loro Rimozione

Cause di Distrazione

I sapienti di etica e di gnosi menzionano nei loro libri due fondamentali categorie di elementi che possono distrarre la propria attenzione durante la Preghiera:

- Gli elementi esterni
- Gli elementi interni

Gli Elementi Esterni

Si tratta di elementi esterni che attraggono l'attenzione dell'orante (*muŝalli*). Essi concernono principalmente le sue percezioni visive ed uditive. Luoghi dove vi è una conversazione in corso o la televisione accesa, per esempio, distolgono facilmente l'attenzione di chi è facilmente vulnerabile a questi stimoli.

Può essere causa di distrazione per qualcuno pregare su di un tappeto finemente decorato o in un luogo aperto dove la gente passa in continuazione; per questa ragione alcuni sapienti di etica consigliano a quegli individui che si distraggono facilmente per mezzo della vista e dell'udito, di ricercare l'isolamento in un luogo buio per pregare.

Nel suo commento ad *al-Kafī*, Sadr-ad-Din al-Muta'allhin ci informa su cosa debba fare il viaggiatore in prossimità di Allah (SwT) dopo averGli chiesto il perdono. Una di queste cose,

egli dice, è *al-khalwa* (isolamento), che certamente non implica, come qualcuno potrebbe supporre, l'abbandono della società per il desiderio di adorazione. Egli dice:

*"Il beneficio dell'isolamento è che esso ci libera dalle preoccupazioni e ci permette il controllo dell'udito e della vista. Invero queste due sono i vestiboli del cuore; è a causa loro che elementi quali la distrazione, i pensieri maligni e le insinuazioni sataniche che disturbano l'essere umano e lo distolgono dalla sua intenzione, entrano nel cuore. Perciò devono essere imbrigliate; e questo non può avvenire se non per mezzo dell'isolamento in un luogo buio".*19

L'isolamento è raccomandato durante le preghiere meritorie. Comunque, la Preghiera congregazionale possiede un grande beneficio e ci si deve sempre sforzare di parteciparvi così da potersi elevare spiritualmente.

Gli Elementi Interni

Gli elementi interiori agiscono in quanto elementi più vicini e più pericolosi all'orante. Similmente ad una forza magnetica, attirano numerose forme di immaginazione. Fintanto che essi sussistono, l'essere umano non potrà mai raggiungere nemmeno lo stadio più rudimentale di concentrazione durante la Preghiera, per non parlare dei livelli superiori.

E' inutile supporre che la continua repulsione energica dei pensieri svianti possa rendere l'essere umano in grado di accedere allo stato di concentrazione aspirato.

Nel suo estratto (*tahżīb*) del voluminoso lavoro di etica "*al-Ĥya'*", Mawla Fayd Kashani cita un bellissimo esempio di Abu Ĥamid al-Ghazali al fine di illustrare la realtà in questione. Egli afferma:

"Il suo esempio è quello di un uomo sotto un albero che vuole liberare i suoi pensieri [dalle distrazioni, mentre il rumore degli uccelli sull'albero lo disturba. Non appena li scaccia con un fusto di legno in mano per tornare al suo stato di contemplazione, ecco che essi tornano di nuovo. Quindi gli abbiamo detto:- Questo tipo di ciclo è come quello di un sawani *(un cammello usato per portare l'acqua dal pozzo) e [come un movimento circolare non cambierà*20*. Quindi se vuoi liberarti [da questo stato di distrazione continua, taglia l'intero albero.*

*Si tratta dell'albero dei desideri materiali: quando i suoi rami si moltiplicano, attraggono vari pensieri proprio come gli uccelli sono stati attirati dai rami o una mosca è attirata dalla sporcizia: ci vorrà molto tempo per scacciarla, perché ogni volta che verrà scacciata sarà sempre pronta a tornare [*kullama żabba aba*. Questo è il motivo per cui essa viene chiamata 'żuhab' (una cosa che ritorna dopo essere stata scacciata). Simile è il caso dell'immaginazione. Queste passioni materiali sono numerose e difficili da sopraffare ed una sola cosa le unisce: l'amore per il mondo, che è la causa di tutti i mali"*21

La soluzione per eliminare questa forza magnetica che abbiamo in noi, è soltanto quella di "smagnetizzarla" attraverso un processo di sforzo continuo contro le vane inclinazioni e il processo di "distacco" (*zuhd*) dai piaceri del mondo materiale. Ciò non deve essere erroneamente inteso come "astinenza", poiché l'Islam non ci dice di abbandonare i "mezzi materiali" che Allah (SwT) ci ha fornito. Il vero significato di "*zuhd*" indica il "distacco" e non "l'abbandono dei mezzi materiali" come supposto da alcuni.

Solo quando l'essere umano comprende che le necessità materiali del mondo sono "mezzi"

e non “fini”, avrà luogo il processo di “smagnetizzazione”.

Metodi Suggeriti per Raggiungere la Concentrazione Durante la Preghiera

Comprensione dell’Importanza della Preghiera

Pregare in stato di indifferenza e di lassismo non è qualcosa di sorprendente nella vita di colui che non ha compreso l’importanza della Preghiera e il suo ruolo vitale nella vita del credente. Tale questione non ha bisogno di una dimostrazione intellettuale, poiché è assolutamente chiara anche per un osservatore imparziale.

L’enfasi che l’Islam pone sulla Preghiera è sufficiente per comprendere il suo ruolo fondamentale nella vita e nel carattere di una persona. E’ stato riportato che l’Imam °Alī (as) ha detto:

*“State attenti ché ogni vostra azione è relazionata alla vostra Preghiera”*22

Questo significa che vi è un collegamento reale tra le nostre preghiere e le azioni che compiamo. Questa tradizione ci informa che le azioni dell’essere umano sono compiute in accordo alle sue preghiere. Se la Preghiera infonde il monoteismo nel cuore e nella mente dell’orante (*muŝalli*) e questo lo orienta, le sue azioni avranno origine dalla scintilla della luce del monoteismo e l’essere umano potrà progredire spiritualmente. Comunque, se lascia un effetto negativo, le azioni che ne seguiranno assumeranno il colore del politeismo, lontane dalla prossimità divina. Di conseguenza le nostre buone azioni non avranno peso alcuno. Allah Altissimo (SwT) ci ha informato riguardo un popolo le cui congetture sembravano essere giuste e sulla Retta Via, ma in realtà esso non ha nient’altro che insuccesso:

“Dì:- Volete che vi citiamo coloro le cui opere sono le più inutili, coloro il cui sforzo in questa vita li ha sviati mentre credevano di fare il bene?-” (Santo Corano, Sura al-Kahf, 18:103-104).

Colui che dichiara sempre verbalmente che ogni lode appartiene ad Allah (*al-Ĥamdulil-Lāh*), sia durante il *qirā’a* o altrove durante la Preghiera, ma è dimentico del vero significato di ciò che pronuncia può, ad esempio, dare una somma di denaro in carità (*ŝadaqa*), provando sempre un certo senso di vanità (°*ujb*), pensando che egli abbia fatto un favore ad Allah (SwT). Questo mentre la vera essenza della lode è interamente rivolta al vero Fautore di ogni bene e Possessore di ogni attributo di perfezione, che, citando il Santo Corano, non è altri che Allah (SwT). Il Sacro Libro infatti dice:

“Ogni lode appartiene ad Allah” (Sura al-Fātiha o al-Ĥamd, 1: 2)

Ovunque si faccia del bene “il fautore e l’azione” sono entrambi la creazione di Allah (SwT) poiché la loro esistenza così come la loro sussistenza dipendono interamente dal Suo Potere. E poiché Egli è il solo Creatore e qualunque cosa Egli crei è buona, ogni buona azione è la Sua:

“Egli è Colui che ha reso buona ogni cosa creata” (Santo Corano, Sura as-Sajda, 32:7)

Inoltre, poiché Egli è l’unico Possessore di tutti gli attributi buoni e perfetti, ogni lode

appartiene a Lui:

“Allah, non c’è dio all’infuori di Lui. A Lui appartengono i nomi più belli” (Santo Corano, Sura ťā Hā, 20:8)

Quindi come può una persona considerarsi migliore per aver dato qualcosa che realmente ed ontologicamente non possiede? Come può una persona mai esaltarsi per una buona azione che solo Allah (SwT) gli ha permesso di fare? Comunque, colui che comprende e ripone sempre attenzione al fatto che ogni lode appartiene solamente ad Allah (SwT) e apprezza il suo vero significato, dovrebbe ringraziare Allah (SwT) per la benedizione di renderlo capace di donare la sua ricchezza per la Sua causa. Pronunciare il *takbīr* nelle preghiere ed ignorare il suo significato, oppure incuranti di esso, non ci pone sul sentiero di Allah (SwT).

“*Allāhu Akbar*” significa che Allah (SwT) è più grande di qualsiasi cosa che Gli si possa attribuire. In parole semplici, Egli trascende i confini dei limiti ed è libero da ogni sorta di imperfezione. Egli è infinito e presente ovunque:

“Ovunque vi rivolgiate, ivi è il volto di Allah” (Santo Corano, Sura al-Baqara, 2:115)

Colui che non ha chiara questa verità nella sua mente e nel cuore durante la Preghiera, biasimerà sempre la sua anima con le macchie del peccato. Il peccato, che è la disobbedienza al Creatore, è una dimostrazione pratica di politeismo, mentre l’orante dichiara la realtà non-composta e infinita del suo Creatore, che rappresenta l’impossibilità anche di una mera supposizione di un essere simile a Lui.

In termini semplici, il Santo Corano ci informa di persone che adorano i loro vani desideri e li prendono come loro divinità:

“Non hai visto quello che ha elevato a divinità i suoi desideri?” (Santo Corano, Sura al-Furqān, 25:43)

Quindi “obbedire” ai propri vani desideri vuol dire adorarli, e ciò equivale al politeismo. In altre parole chi preferisce i suoi vani desideri agli ordini di Allah (SwT) in pratica si dichiara un politeista.

Se il *muŝalli* capisse quanto finora detto, e realizzasse il significato del *takbīr*, e forgiasse (modellasse) il suo cuore nella giusta direzione, egli si tratterrebbe sempre dal peccato. Non è un caso che il Santo Corano dica:

“In verità la Preghiera preserva dalla turpitudine e da ciò che è riprovevole” (Sura al-°Ankabūt, 29:43)

Trovare un Tempo in cui non si hanno preoccupazioni che occupano la Mente ed il Cuore

Un metodo molto importante per raggiungere *ĥudhūrul- qalb* suggerito da alcuni sapienti di etica è quello di fissare un tempo specifico per la Preghiera, un tempo in cui non si hanno preoccupazioni che occupano la mente ed il cuore.

Abituarsi a pregare con una mente libera aiuta realmente il novizio nel sentiero di Allah (SwT) a raggiungere la concentrazione e a mantenerla durante la sua adorazione. E’ solo

attraverso una giusta disciplina e organizzazione che tale pratica può esser raggiunta. E' impossibile per la persona in contemplazione, che ha trovato il collegamento tra la sua Preghiera e le sue azioni, essere negligente e non dare importanza alla Preghiera.

Effetto del Mantenere la Propria Concentrazione durante la Preghiera

Il Santo Corano dice:

"Oh uomo che aneli al tuo Signore, tu Lo incontrerai" (Sura al-'Inshiqāq, 84:6).

E' stato riportato che il Santo Profeta (S) ha detto:

*"In verità la Preghiera è per il credente un mezzo per raggiungere la prossimità di Allah"*23

Uno degli effetti più sublimi derivati dall'osservanza di concentrazione durante la Preghiera, come indicato dalla tradizione ora menzionata, è la vicinanza e la prossimità di Allah (SwT). Il versetto del Santo Corano menzionato ci dice che l'uomo è un viaggiatore in questo mondo e che la sua destinazione è la vicinanza del suo Amato Creatore. Nuovamente, nel Sacro Corano leggiamo:

"Chi si purifica è solo per sé stesso che lo fà e la meta (*maŝīr*) è in Allah" (Sura Fāťir, 35:18) 24

Allah (SwT) ha prescritto un insieme di atti devozionali all'essere umano in modo da renderlo in grado di elevarsi verso la Sua Prossimità e giungere alla conoscenza della Sua Eccelsa Presenza. E' in questa sacra aspirazione che risiede la vera felicità dell'essere umano. Comprendere questa realtà non richiede una ricerca delle prove intellettuali. La natura innata (*fiťra*) dell'essere umano è in sé stessa una prova di questa realtà: l'essere umano aspira naturalmente a raggiungere la perfezione infinita, la quale non esiste se non presso il suo Creatore.

Se la sua natura innata non viene eclissata dai suoi misfatti, il desiderio di raggiungere la perfezione non cesserà mai e il viaggiatore avrà modo di continuare il suo viaggio verso il suo Amato. Allah l'Altissimo ha modellato l'essere umano in modo tale che egli sia capace di elevarsi sempre e raggiungere i livelli superiori di perfezione. Egli non aspira naturalmente ad una perfezione limitata. Il suo obiettivo è l'Infinito. Le manifestazioni di questa guida sono l'inclinazione dell'essere umano per la conoscenza, il potere e la bellezza infiniti. Comunque, la perfezione infinita indipendente appartiene solo a Allah (SwT), poiché Egli soltanto è l'Esistente Necessario. I Suoi servi vicini possono unirsi alla Sua prossimità ed elevarsi e progredire perpetuamente poiché il viaggio è senza fine.

La bellezza qui risiede in come il Creatore abbia designato l'essere umano: sebbene egli non possieda niente che gli è proprio, nemmeno l'esistenza della sua perfezione finita, il Perfetto Infinito gli dà continuamente il benvenuto in Sé Stesso:

"Allah chiama alla dimora della pace e guida chi Egli vuole sulla Retta Via" (Santo Corano, Sura Yūnus, 10:25)

"…e la meta (*maŝīr*) è in Allah" (Sacro Corano, Sura Fāťir, 35:18)

Il processo di giungere in prossimità di Allah (SwT) non deve traviarci e farci credere che

Allah (SwT) sia su di un piano fisico superiore e noi possiamo raggiungerlo se riponiamo la massima attenzione nelle nostre preghiere. Piuttosto, la distanza non è fisica, ma metafisica e spirituale.

L'essere umano, attraverso un processo continuo di assorbimento della verità nelle sue preghiere, ottiene una trasformazione spirituale: la Preghiera insegna e orienta l'orante. Essa spinge il cuore a pentirsi e a risvegliarsi. Lo forza a ricercare il perdono dei peccati che ha commesso, gli insegna ad essere un obbediente servo di Allah (SwT), lo trasforma perpetuamente e lo trasporta verso il vero monoteismo. Quindi, se la concentrazione è sempre mantenuta nell'atto della Preghiera, il vero aspirante alla perfezione potrà purificare il suo sé interiore ed obbedire a tutto ciò che Allah (SwT) gli ha ordinato.

E' il senso di indifferenza nell'uomo che crea il dubbio nella possibilità di raggiungere i livelli superiori della perfezione umana di cui gli gnostici (*awliyā'*) parlano. Anche se contemplasse e comprendesse diligentemente soltanto il significato esteriore e apparente di ciò che esprime durante la Preghiera, otterrebbe sicuramente un cambiamento spirituale.

Come può il *muŝalli* avere sempre l'audacia di dichiarare la natura immacolata di Allah (SwT) quando manifesta nella sua vita pratica azioni incoerenti con la sua dichiarazione? Affidarsi alla ricchezza delle persone, ad esempio, è un'estensione di tale incoerenza: come si può fare affidamento su un essere umano il quale (in realtà) non possiede niente di proprio né ha la conoscenza del suo attimo a venire? Come si può mostrare rispetto a un individuo a motivo della sua ricchezza mentre si dichiara che ogni lode appartiene ad Allah (SwT), che significa che ogni entità è di Sua proprietà? Se meditiamo attentamente su ciò che pronunciamo durante le nostre preghiere e comprendiamo l'essenza del loro significato, le nostre azioni brilleranno con lo spirito del monoteismo e ci trasporteranno alla meta a cui il nostro cuore aspira naturalmente.

1. Il flauto rosso è una metafora per l'anima umana. Vedi il commento al "Mathnawi" di Hajj Mulla Hādī Sabzawari, il grande filosofo e mistico Shi°īta, vol. 1, p. 17.
2. (SwT) abbreviazione di "Subĥāna wa Ta°āla", Lode a Colui che è privo di ogni imperfezione, l'Altissimo.
3. (as) abbreviazione di "°alayhi-ha-hum assalām", "che la pace sia su di lui-lei-loro", che viene utilizzato accanto ai nomi dei profeti, degli angeli, dei puri Imam e delle donne del Paradiso (Khadija, Fātima, Maria, Asiah) e secondo alcuni pareri viene usato anche accanto a nomi di altre donne come Zaynab, Ruqayya, Um Kulthūm, Fātima Masuma…
4. (S) abbreviazione di "sallal-Lāhu °alayhi wa ãlihi wa sallam": "pace e benedizioni di Allah (SwT) su di lui e sulla sua famiglia".
5. In questa tradizione è presente un punto assai sottile. Il muŝalli non si impegna semplicemente in una conversazione qualsiasi con il suo "Rabb" (Signore), bensì "sussurra". L'atto di "sussurrare" si riferisce ad un tipo di conversazione speciale, mentre il sentimento segreto del cuore viene espresso vicino all'Amato attraverso l'esperienza di un senso di amicizia. Chi è questo Amato Onnipotente da Cui ogni elemento dipende dal momento della propria esistenza e Che conosce tutti i misfatti del Suo servo peccatore, ma sempre Gli permette di sussurrarGli diverse volte al giorno?
6. Aĥmad Ibn ĥanbal, "Musnad Ibn ĥanbal", vol. 2, p. 483, tr. 6135, Dar al-Fikr, Beirut, 2a edizione.
7. Mawla Muĥammad Mahdī Naraqi, "Jamī°as-Sadāt", vol. 3, p. 325.
8. Mustafawi, "at-Taĥqīq", vol. 5, pp. 160-161.
9. Mulla Sulťān °Alī, "Bayān as-Sa°āda", vol. 2, pp. 21-22.
10. Ibn °Arabi, "Tafsīr Ibn °Arabi", vol. 1, p. 143.

11. Mawla Muĥsin Kashani, “Tafsir as-Safī”, vol. 1, p. 453.
12. Ibn Fahd Hilli, “‘Uddat al-Da’i”, p. 168.
13. Abu Ja°far al-Barqi, “al-Mahasin”, vol. 1, p. 406.
14. Thiqat al-Islam al-Kulayni, “al-Kafi”, vol. 3, p. 299.
15. (ra), abbreviazione di “Raĥmatul-Lāhi °alayhi”, che la Clemenza di Allah (SwT) sia su di lui.
16. Imam Ruĥullāh al-Khomeyni, “al-‘Adāb al-Ma°nawiyya Liŝŝalāt”, pp. 95-96.
17. Riferimento a: “Esegui la Preghiera per ricordarti di Me” (20:14), già citato in precedenza.
18. Imam Khomeini, “Sirr aŝ-ŝalāt”, pag. 17-20.
19. Sadr al-Muta’allihin al-Shirazi, “Shahr al-Usul al-Kafi”, vol. 1, p. 449.
20. Abu Hamid al-Ghazali menziona la situazione del “sayr al-sawani” (il ciclo del cammello che porta l’acqua dal pozzo). Il movimento circolare intrapreso allude a ‘stagnazione’ ‘non-progresso’. L’andirivieni delle distrazioni della nostra mente non ci faranno mai progredire: si tratta piuttosto di stagnazione e paralisi. Al contrario, se riusciremo a sradicare le cause della distrazione saremo facilmente in grado di elevarci verso la prossimità di Allah (SwT).
21. Mawla Fayd Kashani, “al-Mahajjat al-Bayda”, vol. 1, p. 376.
22. Imam °Alī (as), “Nahjul-Balāgha”, lettera n. 27.
23. Al-Hindī, Kanz al-Ummal, tr. 18907.
24. “Maŝīr” nel versetto in questione ha un significato degno di considerazione. Il suo sostantivo verbale (masdar) è “sayrūra” (il “processo di divenire”). Rāghib, il famoso lessicografo, nel suo “Mufradāt” afferma: “’ŝara’ significa trasferire da uno stato all’altro.” (al-Mufradāt, p. 149). L’essere umano per mezzo di pratiche devozionali si riallaccia ad un processo perpetuo di mutamento il quale, secondo il Santo Corano, non ha fine, poiché si tratta del sentiero di Allah (SwT), la cui Realtà Assoluta e Perfezione Infinita è senza fine. Diciamo questo perché qualsiasi distanza l’essere umano sarà capace di coprire, non raggiungerà mai la Perfezione Assoluta, cosa percepibile solo dall’Essere Necessario. Anche se egli riesce a giungere ad eccelse vette inimmaginabili attraverso le pratiche devozionali, la sua perfezione rimarrà comunque limitata.

URL di origine: http://www.al-islam.org/it/la-preghiera-nell-islam

Links
[1] http://www.al-islam.org/it/user/login?destination=node/25649%23comment-form
[2] http://www.al-islam.org/it/user/register?destination=node/25649%23comment-form
[3] http://www.al-islam.org/it/person/gruppo-di-traduzione-islam-shiita
[4] http://www.al-islam.org/it/library/general
[5] http://www.al-islam.org/it/library/salaat-ritual-prayer
[6] http://www.al-islam.org/it/library/general-2
[7] http://www.al-islam.org/it/feature/introducing-islam
[8] http://www.al-islam.org/it/feature/muslim-practices