

La Preghiera

La Preghiera è il più importante atto d'adorazione dell'Islam, è la colonna portante della Religione, avvicina la creatura ad Allah (SwT) e purifica, tiene lontano dal peccato e dalla dissolutezza chi la compie. Bisogna quindi impegnarsi a non compierla frettolosamente e con disattenzione, ad essere concentrati e pensare solo ad Allah (SwT) durante la sua esecuzione. Dice infatti il Profeta Muḥammad (S): «Giuro su Allah che la mia intercessione non toccherà chi avrà spregiato e trascurato la preghiera».

Le Preghiere Wajib

Nell'Islam esistono diversi tipi di preghiera, ma solo le seguenti sono *Wajib* (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 *Wajib* 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 (*niḥr*), 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 alba¹ 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.²

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

L'Aḥḥn e l'Iqḥma

L'Aḥḥn e l'Iqḥma consistono rispettivamente nelle seguenti formule:

FORMULA NUMERO DI VOLTE CHE DEVE ESSERE RIPETUTA

	Aḥḥn Iqḥma	
● Allḥu Akbar	4	2
Ashhadu an lḥ llḥha llḥl-Lḥh	2	2
Ashhadu anna Muḥammadan-Rasḥul-Lḥh	2	2
Ashhadu anna °Aliyyan Waliyyul-Lḥh 3	2	2
ḥayya °alaḥ-ḥalḥ'	2	2
ḥayya °alal-Falḥḥ	2	2
ḥayya°ala khayril-°Amal	2	2
Qad Qḥmat iḥ-ḥalḥ'	*	2
Allḥu Akbar	2	2
lḥ llḥha llḥl-Lḥh	2	1

* questa frase non deve essere recitata nell'Aḥḥn.

È meritorio, prima delle preghiere quotidiane, volgersi in direzione della *Ka°ba*⁴ e recitare prima l'Aḥḥn e poi l'Iqḥma.

Come Recitare la Preghiera

Per recitare una preghiera corretta bisogna (dopo aver eseguito il *wudhḥ*⁵, essersi rivolti verso la *Ka°ba* e, preferibilmente, detto l'Aḥḥn e l'Iqḥma) 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-Lah (SwT)*) 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 TAKBIRATUL-'IHRAM:** Dopo l'intenzione, bisogna, stando fermi in posizione eretta e sollevando preferibilmente le mani all'altezza delle orecchie, pronunciare correttamente la frase: "**Allahu 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-Fatiha*", che in arabo significa "l'Aprente"), il cui testo è:

Bismil-Lahir-Ram-nir-Ram

(In nome di Allah, il Clemente, il Misericordioso)

Alamdulil-Lahi Rabbil-lam

(La Lode appartiene ad Allah, Signore dei mondi)

ArRam-nir-Ram

(il Compassionevole, il Misericordioso)

Miliki yawmid-din

(Re del Giorno del Giudizio)

Iyyaka na'budu wa iyyaka nasta'in

(Te noi adoriamo e a Te chiediamo aiuto)

Ihdina-ir-t-al-mustaqim

(Guidaci sulla retta via)

ir-t-al-lana an'amtal-ayhim, ghayril-maghdhibi alayhim wa ladh-dhin

(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 qualsiasi del Corano, come, ad esempio, la breve e

semplice sura “*al-Ikhlas, o at-Tawhid*”, il cui testo è:

Bismil-Lahir-Ram-nir-Ram

(Nel nome di Allah, il Clemente, il Misericordioso)

Qul Huwal-Lahu A'ad

(Di: Egli Allah è Unico)

Allahu-amad

(Allah è l'Assoluto)

Lam yalid wa lam y'lad

(Non ha generato, non è stato generato)

Wa lam yakun lahu kufwan a'ad

(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 RUK'**: Dopo la recitazione bisogna compiere il cosiddetto “*ruk'*”, che consiste nell'inclinarsi in avanti assumendo una posizione a squadra e porre le mani sui ginocchi (fig. 10).



Una volta raggiunta questa posizione bisogna dire:

Subhana Rabbiyal-'Alami wa bi-amdih

(Gloria al mio Immenso Signore e Lode a Lui)

o, in alternativa, recitare la formula:

Subhanal-Lahi, Subhanal-Lahi, Subhanal-Lah

(Gloria ad Allah, Gloria ad Allah, Gloria ad Allah)

Dopo aver terminato di recitare la formula del *ruk'* bisogna tornare in posizione eretta e compiere, come segue, la coppia di *sajda*.

5) **LA COPPIA DI SAJDA**. La *sajda* consiste nel poggiare a terra la fronte, 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:

Subḥāna Rabbiyal-ʿAla wa biḥamdih

(Gloria al mio Altissimo Signore e Lode a Lui)

o, in alternativa, la formula

Subḥānal-Lḥi, Subḥānal-Lḥi, Subḥānal-Lḥ (Gloria ad Allah, Gloria ad Allah, Gloria ad Allah)

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



ritornare in (posizione di) *sajda*, pronunciare nuovamente la formula della *sajda*, sedersi nuovamente per un istante e alzarsi per eseguire la seconda serie della preghiera.

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, *Subḥānā-Lḥ* o *Alḥamdulil-Lḥ*, o ancora la formula con la quale solitamente s’invisano benedizioni al Profeta *Muḥammad* (S) e alla sua Famiglia (as)⁷, e cioè

Allḥumma ḥalli °ala Muḥammad[in], wa āli Muḥammad

Dopo aver finito di pronunciare la formula desiderata si abbassano le mani e si compie nuovamente il *rukḥ*° (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:

Alḥamdulil-Lah

(La Lode appartiene ad Allah)

Ashhadu an lḥ illḥa illḥ-Lḥ, Waḥdahu lḥ sharḥa lah

(Testimonio che non esiste dio al di fuori di Allah)

Wa ashhadu anna Muḥammadan °Abduhu wa Rasḥuh

(E testimonio che Muḥammad è il Suo Servo e Messaggero)

Allḥumma ḥalli °ala Muḥammadin wa āli Muḥammad

(O Allah! Benedici il Muḥammad e la famiglia di Muḥammad)

Terminato di recitare il *tashahhud*, se la preghiera che si sta eseguendo è quella del mattino, bisogna recitare una formula chiamata “*tasḥīm*” (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 TASḤĪM. Il saluto della preghiera consiste nella formula

Assalḥmu °alayka ayyuhan-Nabiyyu wa Raḥmatul-Lḥi wa barakḥtuh

(O Profeta siano su di te la pace, la misericordia di Allah e la Sua benedizione)

Assalāmu °alayna wa °ala °ibādil-Lāhi-°alīn

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

As-salāmu °alaykum wa ra°matul-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 (*Tasbī°at al-Arba°a*) 8

Sub°anal-Lāhi wal-°amdu lil-Lāhi wa lā il°ah illā l-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 *ruk°* della preghiera (fase 4), le due *sajda*, intervallate da una posizione seduta (fase 5), e, se la preghiera che si sta eseguendo è quella del tramonto, finita la seconda *sajda*, 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 *ruk°*, le due *sajda*, sedersi in posizione eretta (alla fine della seconda *sajda*), recitare il *tashahhud*, il saluto e terminare così la propria preghiera.

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 9.

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 *Wudh°*;
- 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-īrām*;
 - c) la posizione eretta ed immobile che deve essere assunta durante l'esecuzione del *takbīratul-īrām* e prima dell'esecuzione di ogni *rukūʿ*;
 - d) il *rukūʿ*;
 - e) la coppia di *sajda*.
- 6) Dire intenzionalmente la parola “*āmīn*” dopo la recitazione della Sura Aprente;
- 7) divergere dalla direzione della *Kaʿba* 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);
- 10) 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 serie¹⁰. 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 parasanghe¹¹;
- 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 *rukūʿ*. Tale preghiera si esegue nel seguente modo:

- 1) si compie il *Wudhūʿ*, ci si rivolge in direzione della sacra *Kaʿba* 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 qualsiasi¹² del Corano (come ad esempio la semplice e breve sura *At-tawḥīd*, della quale abbiamo citato in precedenza il testo);

si esegue a questo punto il primo dei cinque *rukūʿ* (prescritti nella preghiera dei segni) e una volta raggiunta la posizione di *rukūʿ* si recita la formula (già citata in precedenza) del *rukūʿ* e cioè ***Subḥāna Rabbiyal-ʿAlamī wa biḥamdih*** o, in alternativa, recitare la formula: ***Subḥānal-Lḥi, Subḥānal-Lḥi, Subḥānal-Lḥi***.

- 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 *rukūʿ* effettuati non raggiunge i cinque;
- 5) eseguito il quinto *rukūʿ* 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 delle 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. 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".

2. 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.

3. La formula “Ashhadu anna °Aliyyan Waliyyul-Lah” non fa parte né dell’Aqan né dell’Iqma; è bene però, dopo aver ripetuto due volte la formula “Ashhadu anna Muammadan-Rasulul-Lah”, pronunciarla (sia nell’Aqan sia nell’Iqma).
4. L’edificio di forma cubica che si erge al centro della sacra moschea (chiamata Masjid al-Ḥarām della Mecca, è chiamato “alKa°ba”. Esso è il punto verso il quale, in qualunque parte del mondo ci si trovi, bisogna orientarsi durante la preghiera.
5. Eccetto quelle Sure che contengono i versetti che, se recitati, rendono obbligatoria la prostrazione: 32, s̄ratus-Sajda, 41, s̄ratu Fuḥilat, 53, s̄ratun-Najm, 96, s̄ratul-°Alaq.
6. 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.
7. – Con l’espressione “sua famiglia” (indicata precedentemente col termine Ahl ul-Bayt) intendiamo la sua immacolata figlia F̄tima (as) e i dodici infallibili Imam (as).
8. 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.
9. 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 t̄hir. In ogni caso però, indossare del pellame di qualsiasi tipo invalida la preghiera.
10. 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.
11. 1 parasanga = 6.240 metri.
12. Eccetto quelle Sure che contengono i versetti che, se recitati, rendono obbligatoria la prostrazione: 32, s̄ratus-Sajda, 41, s̄ratu Fuḥilat, 53, s̄ratun-Najm, 96, s̄ratul-°Alaq.

Image:





URL di origine: <https://www.al-islam.org/it/l-abc-dell-islam-ayatollah-ibrahim-amini/la-preghiera>