

1000 de Sunnah pentru zi și noapte

[Romana – Romanian – روماني]

Khaled Al-Husainan

Traducere:

EUROPEAN ISLAMIC RESEARCH CENTER (EIRC)

& Mariam Oana

Revizuit de: Gabriela Gharabli

2014 - 1436

IslamHouse.com

﴿ أكثر من ألف سنة في اليوم والليلة ﴾

« باللغة الرومانية »

خالد الحسينان

ترجمة:

المركز الأوروبي للدراسات الإسلامية

& مريم وانا

مراجعة: جبريلا غرابلي

2014 - 1436

IslamHouse.com

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

1000 de Sunnah pentru zi și noapte

Cuprins

- *Cum poți câștiga Dragostea lui Allah Cel Atotputernic?*
- *Sunnah la trezirea din somn*
- *Sunnah la intrarea și la ieșirea din baie*
- *Sunnah în efectuarea abluțiunii (wuduu)*
- *Sunnah la folosirea siwak-ului*
- *Sunnah la purtarea încălțăminții*
- *Sunnah la îmbrăcarea veșmintelor*
- *Sunnah la plecarea și la venirea acasă*
- *Sunnah în drum spre moschee*
- *Sunnah la chemarea la rugăciune (adhan)*
- *Sunnah la iqama*
- *A te ruga în spatele unei sutra*
- *Prevederile pentru sutra*
- *Rugăciunile voluntare care pot fi efectuate ziua și noaptea*
- *Sunnah în rugăciunea de noapte*
- *Sunnah în rugăciunea Witr*
- *Sunnah în rugăciunea Fajr*
- *A sta după rugăciune*
- *Acte verbale Sunnah în rugăciune*
- *Acte Sunnah esențiale în rugăciune*
- *Sunnah în ruku' (plecăciune)*
- *Sunnah în sujud (prosternare)*
- *Sunnah după rugăciune*

- *Sunnah ce pot fi spuse dimineața*
- *Sunnah la întâlnirea cu oamenii*
- *Sunnah la masă*
- *Sunnah pentru băut*
- *A efectua rugăciuni voluntare acasă*
- *Acte Sunnah la părăsirea unei întâlniri*
- *Sunnah (tradiții profetice) la culcare*
- *Acțiunile se judecă după intenții*
- *Nu pierde șansa!*
- *Pomenirea lui Allah în orice moment*
- *Meditarea asupra binecuvântărilor lui Allah*
- *A citi Coranul în întregime în fiecare lună*
- *Concluzii*

În numele lui Allah Ar-Rahman (Cel Milostiv),

Ar-Rahīm (Cel Îndurător)

Cum poți câștiga Dragostea lui Allah Cel Atotputernic

Toată lauda I se cuvine lui Allah și toate binecuvântările lui Allah fie asupra Profetului Său, Mohammed, asupra familiei sale, a companionilor săi și asupra tuturor celor care urmează Calea Sa cea Dreaptă; fie ca Allah Cel Atotputernic să aibă milă de ei în Ziua Judecării!

Cel mai important lucru din viața zilnică a unui musulman este urmarea Sunnei (Tradiției) Profetului Mohammed (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), în ceea ce privește acțiunile, faptele și cuvintele sale, cu scopul de își organiza viața în concordanță cu *Sunnah* profetică, de la începutul zilei și până la sfârșitul acesteia. Thun-Noon Al-Masri a spus:

„Unul dintre semnele faptului că Îl iubești pe Allah Cel Atotputernic este urmarea Sunnei Profetului Său (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) în etică, fapte, comenzi și acțiuni.”

Allah Cel Atotputernic spune¹:

¹ **Notă explicativă:** în această carte, atunci când spunem *Allah* spune..., utilizăm traducerea sensurilor din versetele respective

„Spune (o, Mohammed): «Dacă Îl iubiți pe Allah, urmați-mă și Allah vă va iubi și vă va ierta păcatele voastre. Allah este Al-Ghafūr (Atoateiertătorul), Ar-Rahīm (Cel Îndurător).»” [Traducerea sensurilor Coranului cel Sfânt, 3:31]

Al-Hasan Al-Basri a spus, explicând versetul menționat anterior:

„Semnul iubirii lor pentru Allah este urmarea Sunnei Profetului Său (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), deoarece nivelul de credință al credinciosului poate fi măsurat prin modul în care urmează Sunnah Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!). De aceea, cu cât aceștia urmează mai mult Sunnah, cu atât Allah le va oferi un rang mai ridicat.”

De aceea, am adunat la un loc în acest document câteva elemente din *Sunnah* Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), din dorința de a reînvia *Sunnah* lui în viața zilnică a musulmanilor, în actele lor de adorare, atunci când mănâncă, beau, interacționează cu alți oameni, fac abluțiunea, la intrarea și ieșirea dintr-un loc, la îmbrăcarea unor veșminte noi și în toate activitățile și acțiunile lor din timpul unei zile.

Haideți să ne gândim: atunci când o persoană pierde o anumită sumă de bani, aceasta va căuta cu disperare să găsească acea sumă, dar oare o persoană va exercita aceeași

și nu o traducere literală, deoarece nimeni nu știe traducerea lor completă, sub toate aspectele, cu excepția lui Allah

grijă pentru oricare dintre elementele *Sunnah* pierdute, cu scopul de a aplica acel lucru în viața sa zilnică?!

Problema în zilele noastre este reprezentată de faptul că avem grijă de proprietățile deținute mai mult decât de *Sunnah*, într-o asemenea măsură încât, dacă cineva va oferi o sumă de bani unei persoane pentru a păstra Tradiția Profetică (*Sunnah*), vei observa că acea persoană se va grăbi să aplice acea *Sunnah* în chestiunile sale lumești, doar pentru că este interesată de bani. Însă, ce folos au banii atunci când te afli în mormântul tău, iar oamenii aruncă pământ peste tine?!

Allah Cel Atotputernic spune:

„Dar voi alegeți viața din această lume, ~ Însă Viața de Apoi este mai bună și mai dăinuitoare.” [Traducerea sensurilor Coranului cel Sfânt, 87:16-17]

Sunnah (faptele, acțiunile, obiceiurile și modul de viață profetice) reprezintă faptele pentru care vei fi răsplătit dacă le aplici, dar pentru care nu vei fi pedepsit dacă nu le îndeplinești. *Sunnah* se repetă zi și noapte și este ușor de aplicat de fiecare dintre noi. Personal, am observat că fiecare persoană care aplică zilnic acțiunile profetice va folosi mai mult de o mie de *Sunnah* pe zi, în toate activitățile vieții sale lumești.

Așadar, scopul acestei cărți este de a introduce semnificația simplă a aplicării unor fapte *Sunnah* zilnice, care se vor întinde până la o mie pe durata întregii zile și la treizeci de mii pe parcursul unei luni. De aceea, gândiți-vă ce mult veți pierde dacă nu cunoașteți aceste acțiuni *Sunnah* sau dacă le cunoașteți, dar nu le aplicați!!

Printre avantajele aplicării Sunnei Profetice se află următoarele:

1. atingerea nivelului Dragostei lui Allah;
2. compensarea oricărui deficit din îndatoririle religioase;
3. împiedicarea de la comiterea de erezii;
4. respectarea ritualurilor religioase.

O, musulmani! Sunteți îndemnați să urmați Sunnah Profetului vostru, Mohammed (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!). Reînviați și aplicați aceasta în viețile voastre zilnice! Aceasta este dovada iubirii voastre față de Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și este un semn al unei credințe adevărate.

Sunnah la trezirea din somn

1. Îndepărtarea semnelor somnului de pe față prin folosirea mâinilor. An Nawawi și Ibn Hajar (Allah să aibă milă de ei!) au recomandat acest lucru, referindu-se la un *hadith* relatat de **imam Muslim**:

„... apoi Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) s-a trezit, s-a așezat și a început să își șteargă fața cu mâinile.”

2. A spune următoarea *du'a*:

„Slavă lui Allah, care ne dă viață după moarte (somn) și la El este învierea.” (Muslim)

3. Folosirea *siwak-ului*¹:

„De fiecare dată când Mesagerul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) se trezea dimineața (după somn), el își curăța dinții folosind siwak.” (Bukhari și Muslim)

Înțelepciunea din spatele acestui lucru este reprezentat de faptul că *siwak*-ul îmbogățește mirosul gurii și activează corpul pentru a elimina mirosurile neplăcute.

Sunnah la intrarea și la ieșirea din baie

1. Intrarea în baie se face cu piciorul stâng, iar ieșirea se face cu piciorul drept.

2. *Du'a* la intrarea în baie:

„Caut adăpost la Allah de djinnii bărbați și de djinnii femei.” (Abu Dawud)

3. *Du'a* la ieșirea din baie: **„O, Allah, iartă-mă!” (toți relatatorii, cu excepția lui Nasa'i)**

¹ Bucăciță din ramura arborelui de Arak, folosită de musulmani pentru curățarea dinților

Oamenii merg la baie de câteva ori pe zi. Așadar, imaginați-vă răsplata pe care o primiți dacă aplicați acești trei pași atunci când mergeți la baie!

Sunnah în efectuarea abluțiunii (wudu)

1. Menționarea numelui lui Allah – În Numele lui Allah Cel Milostiv, Cel Îndurător [spunând: **Bismi Ellah Ar-Rahman Ar-Rahīm**]

2. Spălarea mâinilor de trei ori.

3. (Începerea prin) Clătirea gurii și a nasului înainte de spălarea feței

4. Suflarea nasului folosind mâna stângă. Aceasta ni se spune în următorul *hadith* Profetic:

„...el și-a turnat apă peste mâinile sale și le-a spălat de trei ori, apoi și-a băgat mâna dreaptă în vasul cu apă și și-a clătit gura, și-a spălat nasul inhalând apă în interiorul nasului și apoi suflând-o afară.” (Bukhari)

5. Exagerarea în clătirea gurii și a nasului dacă persoana nu postește, prin clătirea gurii, rotind apa în interiorul cavității bucale, apoi, prin inhalarea apei în interiorul nasului. Profetul Mohammed (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„... și exagerați atunci când inhalați apa în interiorul nasului, cu excepția cazului în care țineți post.” (Nasa’i, Abu Dawud și Tirmidhi)

6. Clătirea gurii și a nasului cu aceeași cantitate de apă pe care ai luat-o în palmă și aceasta deoarece Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să facă astfel, după cum ne spune *hadith*-ul:

„...apoi (Profetul) și-a băgat mâna dreaptă în vasul cu apă și și-a clătit gura, și-a spălat nasul inhalând apă în interiorul nasului și apoi a suflat-o afară....” (Bukhari)

7. Folosirea bățului de curățare a dinților (*siwak*) înainte de clătirea gurii. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Dacă nu aș fi crezut că va fi prea greu pentru cei care mă urmează, le-aș fi cerut să își curețe dinții cu siwak pentru fiecare rugăciune.” (Bukhari și Nasa’i)

8. Trecerea degetelor umede prin barbă atunci când fața este spălată. Acest fapt a fost menționat în următorul *hadith*:

„În timp ce efectua abluțiunea (*wuduu*), Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să își treacă degetele prin barbă.” (Tirmidhi și Ibn Khuzaimah)

9. Umezirea părului. Aceasta se efectuează în modul următor: trecerea mâinii peste păr din față spre spate și invers. Umezirea părului este un lucru obligatoriu. S-a relatat că:

„... (Mesagerul lui Allah) a luat apă în mâinile sale, pe care a trecut-o peste părul său din față spre spate și din spate spre față...” (Bukhari)

10. Trecerea apei printre degetele de la mâini și de la picioare. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Efectuați abluțiunea în mod corespunzător și lăsați apa să treacă printre degetele de la mâini (și de la picioare).” (Ibn Majah)

11. Spălarea membrului drept înaintea celui stâng. S-a relatat că:

„Mesagerul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să înceapă cu partea dreaptă atunci când se încălța, atunci când își pieptăna părul, se curăța, se spăla sau atunci când făcea orice altceva.” (Bukhari)

12. Efectuarea tuturor acțiunilor de trei ori atunci când se spală fața, mâinile și picioarele.

13. Rostirea celor două mărturisiri de credință (*Shahadatan*) după terminarea abluțiunii. Aceasta înseamnă a spune: *„Mărturisesc că nu există altă Divinitate în afară de Allah și că Mohammed este Robul și Trimisul Său.”* S-a relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„... Dacă unul dintre voi efectuează abluțiunea în mod complet și apoi spune: «Mărturisesc că nu există altă Divinitate în afară de Allah și că Mohammed este Robul și Trimisul Său.», el va avea cele opt porți ale Paradisului

deschise pentru el și va putea să intre în el pe oricare dintre porți va dori.” (Muslim)

14. Realizarea abluțiunii acasă (atunci când se merge la moschee). Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Pentru cel care se purifică (efectuează *wudu*) în propria casă și apoi merge la una dintre casele lui Allah (moschee) pentru a efectua una dintre rugăciunile (*Salah*) obligatorii, un pas al său îi va șterge păcatele și un alt pas îi va ridica rangul (în Paradis).” (Muslim)

15. Trecerea mâinii peste membru în timpul sau după ce acesta a fost spălat.

16. Folosirea unei cantități mici de apă. S-a relatat că:

„Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să folosească o cantitate mică de apă pentru abluțiune.” (Bukhari și Muslim)

17. Spălarea până deasupra limitelor celor patru membre (mâinile și picioarele). S-a relatat că:

„Abu Hurairah, atunci când efectua abluțiunea, își spăla mâinile până deasupra coatelor și picioarele până deasupra gleznelor și spunea: «Acesta este modul în care Mesagerul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să efectueze abluțiunea.»” (Muslim)

18. Efectuarea a două *raka'at* (unități de rugăciune) după abluțiune. Mesagerul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„... Celui care efectuează abluțiunea la fel ca această abluțiune a mea și apoi oferă două unități de rugăciune fără a le permite gândurilor sale să îl distragă, toate păcatele anterioare îi vor fi iertate.” (Muslim)

19. Îmbunătățirea abluțiunii: spălarea fiecărei părți într-un mod perfect.

Timpul în care musulmanii efectuează abluțiunea diferă în fiecare zi, însă fiecare persoană trebuie să realizeze aceste acte *Sunnah* atunci când efectuează abluțiunea.

Virtuțile pentru efectuarea acestor acte *Sunnah* menționate mai sus pot fi observate în cuvintele Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), care a spus:

„Pentru cel care efectuează abluțiunea în mod complet, păcatele sale vor ieși din trupul său, chiar și de sub unghiile sale.” (Muslim)

Sunnah folosirii siwak-ului

• Folosirea siwak-ului (bețișorul pentru curățirea dinților)

Sunt nenumărate momentele în care un musulman poate folosi *siwak*-ul, atât în timpul zilei, cât și în timpul nopții. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Dacă nu aş fi crezut că va fi prea greu pentru cei care mă urmează, le-aş fi cerut să îşi cureţe dinţii cu *siwak* pentru fiecare rugăciune.” (Bukhari şi Nasa’i)

Momentele în care musulmanul poate folosi *siwak*-ul, în timpul unei zile şi nopţi, însumează un număr de cel puţin 20 de ori. Astfel, musulmanul poate folosi *siwak*-ul:

- ◆ la efectuarea celor cinci rugăciuni zilnice obligatorii, la rugăciunile *Sunnah* (voluntare) regulate, la rugăciunea Ad-Duha (rugăciunea de după răsăritul Soarelui), la rugăciunea Witr (rugăciunea care încheie seria rugăciunilor şi care se efectuează noaptea, fiind formată dintr-un număr impar de *raka'at*);

- ◆ la intrarea în casă, deoarece primul lucru pe care îl făcea Profetul (Pacea şi binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) atunci când intra în casă era folosirea *siwak*-ului, aşa cum ne relatează Aishah (Allah să fie mulţumit de ea!). **(Abu Dawud şi Muslim)**

De aceea, de fiecare dată când intri în casă, este bine să foloseşti *siwak*-ul, aplicând, astfel, *Sunnah*.

- ◆ la citirea Coranului cel Sfânt, pentru a schimba mirosul gurii;

- ◆ la trezirea din somn;

- ◆ la efectuarea abluţiunii. Profetul (Pacea şi binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„*Siwak*-ul curăţă gura şi aduce Mulţumirea lui Allah.”
(Ahmad)

● **Beneficii ale aplicării acestor Sunnah:**

- a) obținerea Mulțumirii lui Allah, Cel Atotputernic;
- b) curățarea gurii.

Sunnah la purtarea încălțăminții

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Dacă vreți să vă încălțați, începeți cu piciorul drept, iar dacă vreți să vă descălțați, atunci începeți cu piciorul stâng. Altfel, trebuie să le încălțați în același timp și să le descălțați în același timp.” (Muslim)

Această *Sunnah* este repetată de foarte multe ori în timpul unei zile: un musulman se încălță și de descălță atunci când merge la moschee, la serviciu, acasă etc. Așadar, atunci când vă încălțați sau vă descălțați de încălțăminte, urmând *Sunnah* și având intenția de a urma exemplul Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), veți câștiga răsplata pentru multe fapte bune.

Sunnah la îmbrăcarea veșmintelor

Dacă vreți să vă îmbrăcați sau dezbrăcați de veșminte:

1. spuneți **Bismi Ellah** (În Numele lui Allah), atunci când vă îmbrăcați sau dezbrăcați de veșminte. An-Nawawi (Allah să aibă milă de el!) a spus:

„Aceasta (a spune Bismi Ellah) este recomandată în toate acțiunile.”

2. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) spunea atunci când purta o haină (bluză sau turban spre exemplu):

„O, Allah, Slavă Ție! Pentru că m-ai îmbrăcat cu aceasta, Îți cer Ție din binele ei și din binele pentru care aceasta a fost creată și caut adăpost la Tine de răul ei și de răul cu care aceasta a fost creată!” (Bukhari, Abu Dawud, Tirmidhi și Ahmad, clasificat drept sahih¹ de Ibn Hibban și Hakim)

3. la îmbrăcarea hainelor, se începe cu partea dreaptă. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Atunci când îmbraci veșminte noi sau efectuezi abluțiunea, începe cu partea dreaptă.”(Abu Dawud și Tirmidhi)

4. Atunci când vă dezbrăcați de veșminte, începeți cu partea stângă.

¹ Sahih: autentic

Sunnah la plecarea și la venirea acasă

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

„Este preferabil să spuneți *bismi Ellah* (În Numele lui Allah) și să repetați în mod frecvent.”

1. Menționarea Numelui lui Allah. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„**Atunci când o persoană intră în casă și menționează Numele lui Allah, la fel ca și atunci când începe să mănânce, Șeitan (Satana) spune (adresându-se lui însuși): «Nu ai niciun loc în care să îți petreci noaptea și nici mâncare pentru cină.»...**” (Muslim, Abu Dawud și Ibn Majah)

2. *Du'a* la ieșirea din casă: Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să spună:

„**O, Allah, Îți cer ceea ce este mai bun la intrarea în casă și ceea ce este mai bun la ieșirea din casă; în Numele lui Allah intru și în Numele lui Allah ies, îmi pun încrederea în Allah!**” (Abu Dawud)

3. Folosirea *siwak*-ului: **Muslim** și **Abu Dawud** relatează că primul lucru pe care îl făcea Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) la intrarea în casă era să folosească **siwak**-ul.

4. Salutul: Allah spune:

„... Iar când intrați în case, salutați-vă unii pe alții cu un salut binecuvântat și bun de la Allah!...” [Traducerea sensurilor Coranului cel Sfânt, 24:61]

Presupunând că un musulman merge la moschee pentru a efectua rugăciunile obligatorii și practică această *Sunnah*, el va însuma un număr de 20 de acțiuni *Sunnah* într-o zi.

5. La ieșirea din casă, musulmanul ar trebui să spună următoarea *du'a*:

„În Numele lui Allah! Îmi pun încrederea în Allah! Tot ceea ce Allah voiește va fi; nu este forță și putere decât la Allah!” (Tirmidhi și Abu Dawud)

Cel care spune aceasta va fi protejat și Șeitan (Satana) se va depărta de el.

Musulmanul pleacă și se întoarce acasă de mai multe ori pe zi: pentru rugăciuni, serviciu sau orice altceva. Dacă de fiecare dată va aplica *Sunnah*, el va primi o răsplată mareață de la Allah, deoarece, în acest fel, se supune învățăturilor Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!).

● Urmarea aplicării acestor acțiuni *Sunnah*:

1. musulmanul este protejat de orice rău cu care intră în contact;
2. musulmanul este protejat de orice l-ar putea răni;
3. musulmanul este călăuzit la fiecare pas pe care îl face.

Sunnah în drum spre moschee

1. A merge devreme la moschee pentru rugăciuni. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Dacă oamenii ar cunoaște binecuvântarea rostirii *adhan*-ului (chemării la rugăciune) și a statului în primul rând, dacă nu ar găsi ei nicio altă modalitate de a atinge acest privilegiu decât prin tragerea la sorți, cu siguranță ar trage ei la sorți și ar face orice pentru a-și asigura acest privilegiu. Și dacă ei ar realiza răsplata pentru efectuarea rugăciunii devreme, s-ar întrece pentru aceasta. Și dacă ei ar cunoaște meritele rugăciunii de după căderea nopții (Isha) și de la ivirea zorilor (Fajr), ar merge să le efectueze chiar dacă ar trebui să se târască pentru acestea.” (Bukhari și Muslim)

2. *Du‘a* (suplicația) în drum spre moschee:

„O, Allah, pune lumină în inima mea, pune lumină în vorbirea mea, pune lumină în auzul meu, luminează-mi privirea și binecuvântează-mă cu lumină din spate, din față, de deasupra și de dedesubt și acoperă-mă pe mine cu lumină!” (Muslim)

3. A merge cu solemnitate. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„... atunci când auzi chemarea la rugăciune, mergi la rugăciunea ta în liniște și cu solemnitate...” (Bukhari și Muslim)

4. A merge pe jos la moschee: învățații ne spun că este *Sunnah* să micșorăm pașii și să nu ne grăbim atunci când mergem spre moschee, pentru a primi o răsplată mai mare.

5. *Du'a* la intrarea în moschee: de fiecare dată când intri în moschee, trimite salutări asupra Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și apoi spune:

„... O, Allah, deschide ușa Milei tale pentru mine!”
(Nasa’i, Ibn Majah, Ibn Khuzaimah și Ibn Hibban)

6. A intra în moschee cu piciorul drept: Anas ibn Malik (Allah să fie mulțumit de el!) a relatat:

„Este Sunnah să intri în moschee cu piciorul drept și să ieși cu piciorul stâng.” (Hakim, iar Ath-Thahabi l-a clasificat ca fiind sahih, conform unor relatări de la Muslim)

7. A sta în primul rând: Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Dacă oamenii ar cunoaște binecuvântarea rostirii *adhan*-ului (chemării la rugăciune) și a statului în primul rând, ei ar face orice pentru a-și asigura acest privilegiu...”
(Bukhari și Muslim)

8. *Du'a* la ieșirea din moschee: la ieșirea din moschee se spune:

„O, Allah, îți cer din Virtuțile tale!” (Muslim, iar Nasa’i a adăugat că este de preferat să se trimită salutări asupra Profetului – Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!)

9. A ieși din moschee cu piciorul stâng: a se vedea relatarea de la Anas ibn Malik (Allah să fie mulțumit de el!) de mai sus.

10. Rugăciunea la intrarea în moschee: Profetul Mohammed (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Atunci când unul dintre voi intră în moschee, ar trebui să se roage două raka’at (unități de rugăciune) înainte de a se așeza.” (Abu Dawud, Ibn Majah și Nasa’i)

Imam Shafa’i (Allah să aibă milă de el!) a spus: „*Rugăciunea la intrarea în moschee este de preferat chiar și când se merge la moschee pentru o rugăciune voluntară.*”

Al-Hafiz (Allah să aibă milă de el!) a spus: „*Toți învățații au fost de acord cu faptul că rugăciunea la intrarea în moschee este Sunnah autentică.*”

Răsplata pentru musulmanul care efectuează toate aceste acte *Sunnah* atunci când merge la moschee pentru cele cinci rugăciuni *Sunnah* este ca cea pentru 50 de acțiuni *Sunnah*.

Sunnah la chemarea la rugăciune (adhan)

~ Acțiunile recomandate atunci când se cheamă la rugăciune ~

Sunt cinci acțiuni *Sunnah* recomandate de Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) la auzirea chemării la rugăciune (*adhan*), după cum este menționat în cartea *Zad Al-Ma’ad* de Ibn Al-Qayyim:

1. cel care aude chemarea la rugăciune trebuie să repete toate cuvintele după *mu'edhin* (persoana care face chemarea la rugăciune), excepție făcând momentul în care *mu'edhin*-ul spune: „*Hayyah ala Salah (Veniți la rugăciune)!*” și „*Hayyah ala Falah (Veniți la izbăvire)!*”, când cel care aude chemarea la rugăciune trebuie să spună „*Lā Hawla wala quwata illa billah (Nu este forță și nici putere decât la Allah)!*” (Bukhari și Muslim)

Beneficiul acestui act *Sunnah*: vei fi răsplătit cu Paradisul, după cum ni se spune în *Sahih Muslim*.

2. cel care aude chemarea la rugăciune ar trebui să spună:

„Radiitu Billahi Rābba, wa bil-Islāmi dīna, wa bi Muhammadin, salla Allahu ‘alaihi wa sallam, nabiyya wa rasula” – Îl recunosc pe Allah ca Domn și islamul ca religie a mea și pe Mohammed (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) ca Profet și Trimis!” (Muslim)

Beneficiul acestui act *Sunnah*: Allah îți va ierta păcatele, după cum ni se spune în Tradiția Profetică.

3. după ce *mu'edhin*-ul termină de spus *adhan*-ul (chemarea la rugăciune), trebuie să Îi ceri lui Allah să trimită binecuvântările Sale asupra Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), iar cea mai bună suplicație care poate fi spusă după aceasta este *As-Salawat Al-Ibrahimia* (care este menționată mai jos). Profetul Mohammed (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Când auziți *muedhin*-ul, repetați ceea ce recită el. Apoi, chemați binecuvântarea lui Allah asupra mea, căci oricine

cheamă o binecuvântare asupra mea, va primi, în schimb, zece binecuvântări de la Allah...” (Muslim)

Beneficiul acestui act *Sunnah*: Allah va trimite zece binecuvântări asupra credinciosului.

Textul pentru *As-Salawat Al-Ibrahimia*:

„Allāhumma sālli ‘ala Muhammad wa ‘ala āli Muhammad, kama sallaita ‘ala Ibrāhīm wa ‘ala āli Ibrāhīm, Innaka Hamīdum Majīd, wa bārik ‘ala Muhammad wa ‘ala āli Muhammad kama bārakta ‘ala Ibrāhīm wa ‘ala āli Ibrāhīm, Innaka Hamīdum Majīd – O, Allah, trimite Slava Ta asupra lui Mohammed și asupra urmașilor lui Mohammed, așa cum ai trimis Slava Ta asupra lui Avrām și asupra urmașilor lui Avrām. Cu adevărat, Tu ești plin de Slavă și Măreție! O, Allah, trimite Binecuvântarea Ta asupra lui Mohammed și asupra urmașilor lui Mohammed, așa cum ai trimis Binecuvântarea Ta asupra lui Avrām și asupra urmașilor lui Avrām. Cu adevărat, Tu ești plin de Slavă și Măreție!” (Bukhari)

4. după ce I-ați cerut lui Allah să trimită binecuvântări asupra Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), ar trebui să spui:

„Allāhumma Rabba hadhihi ad-dā‘wati it-tāmmah, wassalati al-qā’imah, āti Muhammadan al-wasīlata wal-fadīlah, wab‘ath-hu maqāman mahmūdān alladhi wa‘adtah’ – O, Allah, Stăpân al acestei chemări perfecte și Stăpân al săvârșirii acestei rugăciuni, acordă-i lui Mohammed al-uasila și al-fadila și trimite-l în locul binecuvântat pe care l-ai promis. Cu adevărat, Tu Îți ții întotdeauna promisiunile!” (Bukhari)

Beneficiul acestui act Sunnah: cel care face acest lucru va avea mijlocirea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) în Ziua Judecării.

5. în final, Îi poți cere lui Allah Cel Atotputernic tot ceea ce îți dorești și Îndurarea Sa, deoarece suplicația ta va primi răspuns în acest moment. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Repetă cuvintele *muedhin*-ului și atunci când ai terminat, cere-I lui Allah ceea ce îți dorești și vei primi.”
(Abu Dawud, clasificat de Ibn Hibban ca fiind sahih)

Sunnah la iqama¹

~ Acțiunile recomandate la începutul rugăciunii ~

Primele patru acțiuni *Sunnah* menționate mai sus sunt aplicabile și pentru *iqama* (momentul începerii rugăciunii), așa cum ni se spune în *fatwa* (opinie legală) Comitetului permanent de Cercetare Științifică și Fatwa. Conform acesteia, numărul total de acte *Sunnah* care pot fi aplicate și pentru *iqama*, la fiecare rugăciune, este de 20 de *Sunnah*.

Următoarele lucruri trebuie luate în considerare la auzirea *adhan*-ului (chemarea la rugăciune) și a *iqamei* (începerea

¹ **Iqama** înseamnă cea de a doua chemare la rugăciune, când oamenii trebuie să se ridice și să se pregătească pentru începerea rugăciunii

rugăciunii), astfel încât să fie aplicată *Sunnah* în mod corect și pentru a câștiga răsplata promisă, prin Voia lui Allah Cel Atotputernic:

a. a te întoarce spre *qiblah* (direcția spre *Ka'bah*) atunci când se pronunță *adhan*-ul și *iqama*;

b. a te ridica în picioare;

c. a face abluțiunea;

d. a te abține de la vorbit în momentul dintre *adhan* și *iqama*;

e. menținerea stabilității în timpul de *iqama*;

f. sublinierea sunetelor „a” și „h” în cazul cuvântului „Allah” atunci când se pronunță *adhan*-ul, însă, la *iqama*, acestea pot fi pronunțate rapid;

g. a pune degetele pe urechi atunci când pronunți *adhan*-ul;

h. prelungirea și ridicarea vocii la pronunțarea *adhan*-ului, însă, în cazul *iqamei*, vocea trebuie coborâtă;

i. separarea dintre *adhan* și *iqama*. Separarea poate avea loc prin efectuarea a două *raka'at* de rugăciune sau prin prosternare, slăvirea lui Allah Cel Atotputernic, a sta jos, a vorbi. La rugăciunea de *Maghrib* (rugăciunea de la apusul Soarelui) nu este recomandat să vorbești între *adhan* și *iqama* – așa cum este relatat în unele *hadith*-uri – la fel ca la rugăciunea de *Fajr*. Unii învățați spun că este de ajuns să separi *adhan*-ul de *iqama* și prin efectuarea unui singur pas;

j. cel care aude *adhan*-ul sau *iqama* ar trebui să repete aceleași cuvinte, cu excepția momentului în care aude „Qad qamat As-Salah (Rugăciunea a început)”, când ar trebui să spună: „*Laa Hawla wala quwata illa billah (Nu este forță și nici putere decât la Allah)!*”

A te ruga în spatele unei sutra

(adică a te ruga în spatele unei bariere, precum un perete, băț, coloană etc.)

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Dacă vrei să te rogi, atunci stai în spatele unei sutra, să stai aproape de aceasta și să nu lași pe nimeni să treacă între tine și sutra.” (Abu Dawud, Ibn Majah și Ibn Khuzaimah)

Această Tradiție Profetică prevede așezarea în spatele unei *sutra* atunci când efectuezi rugăciunea, chiar dacă te afli la moschee (*masjid*) sau acasă, atât pentru femei, cât și pentru bărbați. Unii musulmani nu se roagă în spatele unei *sutra*, fapt pentru care se lipsesc pe ei înșiși de răsplata aplicării acestei *Sunnah*.

Această *Sunnah* este repetată de mai multe ori de către musulman, atât în timpul zilei, cât și în timpul nopții, atunci când acesta efectuează rugăciunile obligatorii sau pe cele voluntare, precum rugăciunea Ad-Duha (rugăciunea de după

răsăritul Soarelui), rugăciunea de intrare în moschee, rugăciunea Witr (ultima rugăciune din noapte) etc., atunci când le efectuează în propria casă. Cu toate acestea, atunci când te rogi la moschee (*masjid*), *sutra* imamului este de ajuns pentru toți cei care se roagă în spatele său.

Prevederile pentru sutra

1. *Sutra* reprezintă orice pui în fața ta atunci când te rogi, precum un perete, o coloană etc., indiferent de mărimea *sutrei*.

2. Înălțimea *sutrei* este de aproximativ o palmă.

3. Distanța dintre picioare și *sutra* este de aproximativ trei coți, adică distanța suficientă pentru a putea face prosternarea.

4. *Sutra* poate fi utilizată atât de imam, cât și de indivizi (atât la rugăciunile obligatorii, cât și la cele voluntare).

5. *Sutra* folosită de imam este de ajuns pentru toate persoanele care se roagă în spatele său; fapt pentru care este permis să treci în fața persoanelor care se roagă dacă este necesar.

• Beneficiile aplicării acestor acte Sunnah:

a. aceasta previne întreruperea rugăciunii de către persoanele care trec prin față;

b. aceasta ajută la împiedicarea privirii să se uite în toate direcțiile, deoarece, atunci când musulmanul folosește *sutra*, se

va uita doar la spațiul său și se va gândi mai mult la semnificațiile rugăciunii;

c. aceasta îi ajută pe ceilalți să treacă mai departe, fără a fi nevoie să treacă prin fața celui care se roagă.

Rugăciunile voluntare pentru

zi și noapte

◆ Rugăciunile Sunnah fixe¹

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Pentru oricine se roagă douăsprezece *raka'at* (unități de rugăciune) pe zi, în afară de rugăciunile obligatorii, Allah va construi o casă în Paradis (sau o casă va fi construită pentru el în Paradis.)” (Nasa’i)

Acestea se realizează după cum urmează: ● patru *raka'at* (două + două) înainte de rugăciunea de Dhuhur (rugăciunea de la amiază) și două după; ● două *raka'at* după rugăciunea de Maghrib (rugăciunea de seară); două *raka'at* după rugăciunea de Isha (rugăciunea de noapte) și două *raka'at* înainte de rugăciunea de Fajr (rugăciunea de la ivirea zorilor).

¹ Rugăciunile voluntare efectuate împreună cu cele cinci rugăciuni obligatorii zilnice, realizate în concordanță cu ordinea acestora

Dragul meu frate, draga mea soră: oare nu tânjești tu după o casă în Paradis? Păstrați acest sfat profetic și rugați-vă aceste douăsprezece *raka'at* dincolo de rugăciunile obligatorii.

◆ **Rugăciunea Ad-Duha (rugăciunea de după răsăritul Soarelui)**

Aceasta este egală cu 360 de *sadāqa* (fapte caritabile). Din moment ce trupul uman este format din 360 de oase, fiecare dintre acestea are nevoie de o *sadāqa* zilnic, care să fie un fel mulțumire (adresată lui Allah) pentru această binecuvântare. În loc de toate acestea, două *raka'at* pe zi, la răsărit, sunt suficiente. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Cu fiecare dimineată (care vine), (se impune ca) pentru fiecare oscior al vostru (să dați) o milostenie (*sadāqa*); și fiecare «tasbih» este o milostenie; și fiecare «tahmidah» este o milostenie; și fiecare «tahlilah» este milostenie; și a îndemna la ceea ce este bun este milostenie; și a opri de la ceea ce este rău este milostenie; și sunt suficiente pentru aceasta două *raka'at* (unități de rugăciune) pe care trebuie să le împliniți în rugăciunea Ad-Duha.” (Muslim și Abu Dawud)

Abu Hurairah (Allah să fie mulțumit de el!) a relatat:

„Mesagerul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a făcut un legământ cu mine pentru trei lucruri: să nu dorm până ce nu am efectuat Witr, să postesc trei zile în fiecare lună și să efectuez rugăciunea Ad-Duha.” (Tirmidhi)

Timpul său: începe cu 15 minute (un sfert de oră) după răsăritul Soarelui și se termină cu un sfert de oră înainte de rugăciunea Dhuhr (de amiază).

Cel mai bun timp pentru a o realiza: atunci când căldura Soarelui se intensifică.

Numărul de raka'at: numărul minim este de două *raka'at*, iar numărul maxim: nu există, se pot efectua câte *raka'at* se dorește.

♦ Sunnah pentru rugăciunea de Asr (rugăciunea de după-amiază)

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Fie ca Allah să aibă Milă de omul care se roagă patru (raka'at) înainte de Asr!” (Abu Dawud și Tirmidhi)

♦ Sunnah pentru rugăciunea de Maghrib (rugăciunea de la apus)

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„«Rugați-vă înainte de Maghrib.» și a repetat aceasta de trei ori. Apoi a adăugat: «Pentru cine dorește.»” (Bukhari)

◆ Sunnah pentru rugăciunea de Isha (rugăciunea de noapte)

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„**«Între două *adhan* (chemări la rugăciune) este o rugăciune.»** A repetat aceasta de trei ori, apoi a spus: **«Pentru cine dorește.»**” (Nasa’i, Ibn Majah, Tirmidhi și Abu Dawud)

An-Nawawi (Allah să aibă milă de el!) a spus: „*Semnificația cuvintelor «între două adhan» este: adhan (chemarea la rugăciune) și iqama (chemarea pentru a începe rugăciunea).*”

Sunnah în rugăciunea de noapte

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„**Cea mai bună lună pentru post după luna Ramadan este luna lui Allah, Muharram, și cea mai bună rugăciune după rugăciunea obligatorie este rugăciunea de noapte (rugăciunea Tahajjud).**” (Muslim și Nasa’i)

1. Cel mai bun număr de *raka’at* (unități de rugăciune) pentru noapte este de unsprezece sau treisprezece de-a lungul întregii nopții, deoarece s-a relatat că:

„Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să efectueze unsprezece raka’at noaptea...”
(Nasa’i și Tirmidhi)

Într-o altă relatare, se menționează: **„... el se ruga treisprezece raka’at...”** (Tirmidhi și Ibn Majah)

2. Este *Sunnah* ca atunci când efectuezi rugăciunea de noapte să folosești *siwak*-ul și să reciti ultimele versete din Surat ’Al-’Imran, începând cu: **„În crearea Cerurilor și a Pământului și în schimbarea nopții și a zilei sunt semne pentru cei dăruiți cu minte.”** [Traducerea sensurilor Coranului cel Sfânt, 3:190] și până la finalul acestei Sure.

3. De asemenea, este *Sunnah* să spui suplicațiile Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!):

„O, Allah, toată Slava Ție Ți se cuvine! Tu ești Lumina Cerurilor și a Pământului. Tu ești Susținătorul Cerurilor și al Pământului și toată Slava Ție Ți se cuvine. Tu ești Domnul Cerurilor și al Pământului și a tot ceea ce acesta conține. Tu ești Adevărul și Promisiunea ta este adevărată, și Cuvântul Tău este adevărat, și întâlnirea cu Tine este adevărată, și Paradisul este adevărat, și Focul (Iadului) este adevărat și toți profeții sunt adevărați și Ceasul este adevărat...” (Bukhari)

4. De asemenea, este *Sunnah* să începi rugăciunea de noapte cu două *raka’at* scurte, care să te pregătească pentru următoarele rugăciuni. Mesagerul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Când unul dintre voi se trezește noaptea pentru a efectua *Tahajjud* (rugăciunea de noaptea), să înceapă rugăciunea cu două *raka'at* scurte.” (Muslim)

5. Este *Sunnah* de asemenea să începi rugăciunea de noapte spunând următoarea suplicație profetică:

„O, Allah, Domn al lui Jibril, Mikail și Israfil, Creatorul Cerului și al Pământului, Știutorul celor nevăzute și al celor văzute, Tu ești Judecătorul în toate chestiunile în care robii tăi diferă; călăuzește-mă pe mine în toate aspectele controversate ale adevărului cu Permisivitatea Ta, pentru că tu călăuzești pe oricine voiești pe Calea Ta cea Dreaptă!” (Muslim)

6. De asemenea, este *Sunnah* să îți prelungești rugăciunea, deoarece s-a relatat că Mesagerul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a fost întrebat:

„«Care este cea mai bună rugăciune?» El a răspuns: «Cea în care *qiyam* (durata) este mai lung.»” (Muslim)

7. Este *Sunnah*, de asemenea, să cauți refugiu la Allah Cel Atotputernic atunci când reciți un verset care vorbește despre pedeapsă, spunând: „*Caut adăpost la Allah de Pedeapsa lui Allah!*” și să ceri Mila lui Allah atunci când reciți un verset care vorbește despre milă, spunând: „*O, Allah, îți cer Binecuvântarea Ta!*” și să Îl slăvești pe Allah atunci când reciți versete care Îl preamăresc pe Allah Cel Atotputernic.

Sunnah în rugăciunea Witr

1. Este *Sunnah* pentru cel care își dorește să încheie șirul rugăciunilor de noapte cu trei raka'at Witr să recite după Surat Al-Fatiha:

- Surat Al-'A'la, numărul 87 (*Sabbihi asma rabbika al-'A'la*) în prima raka'a;
- Surat Al-Kafirun, numărul 109 (*Kul ya ayyuha al-kafirun*) în cea de a doua raka'a;
- Surat Al-Ikhlâs, numărul 112 (*Kul huwa Allahu Ahad*) în cea de a treia raka'a, așa cum au relatat Abu Dawud, Tirmidhi și Ibn Majah.

2. Este *Sunnah* să spui după terminarea rugăciunii Witr: **„Subhân Al-Malik Al-Quddus – Slava este a Stăpânului, Cel Preainalt!”** de trei ori, așa cum a fost relatat de către Ad-Dar Qotni. De asemenea, este *Sunnah* să îți ridici și prelungești vocea și să spui: **„Rabby Al-Malâ'ikati wa ruhi – Domn al îngerilor și al duhului.”**, așa cum a fost autentificat de către Al-Arna'ut și a fost relatat de Abu Dawud și Nasa'i.

Sunnah în rugăciunea Fajr

1. Rugăciunea scurtă: Hafsa (Allah să fie mulțumit de ea!) a relatat că:

„Mesagerul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să efectueze două raka'at scurte la

ivirea zorilor în timp ce *muedhin*-ul spunea *adhan*-ul (de Fajr).” (Bukhari și Muslim)

2. Recitarea: în prima *raka'a*, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) recita:

„Spuneți (o, musulmani): «Noi credem în Allah și în ceea ce ne-a fost trimis nouă și ceea ce a fost trimis lui Avrâm, lui Ismail, lui Isâc, lui Iacob și semințiilor; în ceea ce le-a fost dat lui Moise și lui Isus și în ceea ce le-a fost dat (tuturor) profeților de către Domnul lor. Noi nu facem deosebire între ei! Noi Lui Îi suntem supuși (musulmani).»”
[Traducerea sensurilor Coranului cel Sfânt, 2:136]

În cea de a doua *raka'a*, el (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) recita:

„Apoi, când Isus a simțit necredința lor, le-a spus: «Cine sunt sprijinitorii mei (în chemarea) la Allah?» Discipolii au răspuns: «Noi suntem sprijinitorii (religiei) lui Allah! Noi credem în Allah și fă mărturie că noi (lui Allah) Îi suntem supuși (musulmani)!»”
[Traducerea sensurilor Coranului cel Sfânt, 3:52]

Într-o altă relatare, ni se spune că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) recita:

„Spune: «O, voi, oameni ai Scripturii! Veniți la un cuvânt comun între noi și voi: să nu-L adorăm decât pe Allah, să nu-L asociem cu nimic, să nu ne luăm unii pe alții drept dumnezei, în afară de Allah.» Apoi, dacă ei vor întoarce spatele, spuneți-le: **«Mărturișiți că noi suntem supuși (musulmani, că ne-am supus lui Allah).»”**
[Traducerea sensurilor Coranului cel Sfânt, 3:64]

(relatat de Muslim)

3. A sta întins: Aishah (Allah să fie mulțumit de ea!) a relatat că:

„Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să se întindă pe partea dreaptă după ce oferea două raka’at (Sunnah) înainte de rugăciunea de Fajr.” (Bukhari)

Așadar, dacă te rogi Fajr acasă, atunci, după cele 2 *raka’at* voluntare, întinde-te pe partea dreaptă pentru câteva minute pentru a urma *Sunnah*.

A sta după rugăciune

Jabir ibn Samurah (Allah să fie mulțumit de el!) a relatat că:

„După Fajr (rugăciunea de la ivirea zorilor), Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să stea în același loc în care s-a rugat până când Soarele strălucea cu putere.” (Abu Dawud)

Acte verbale Sunnah în rugăciune

1. Du‘a (suplicația) de deschidere: după *takbir*-ul de începere (a spune: „*Allahu Akbar – Allah este Cel mai Mare*”):

„O, Allah, Slăvit să fii Tu, cu o slavă care este asociată cu Lauda Ta; Bindecuvântat fie Numele Tău, Preamărită să fie Măreția Ta și nu există alt Dumnezeu în afară de Tine!” (Bukhari, Nasa’i și Ibn Majah)

De asemenea, se mai poate spune și o altă *du‘a*:

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

Persoana poate alege oricare dintre suplicațiile care au fost relatate ca fiind *du‘a* de deschidere și să o spună.

2. A spune: „*Caut adăpost la Allah de Șeytan cel blestemat!*” înainte de recitare.

3. A începe cu Numele lui Allah, adică a spune: „*În numele lui Allah Cel Milostiv, Cel Îndurător*”

4. A spune: „*Amin!*” după Surat Al-Fatiha

5. A recita o Sura (un capitol din Coran) după Surat Al-Fatiha în primele două *raka‘at* (unități de rugăciune) pentru rugăciunile de Fajr (de la ivirea zorilor), Jummu‘ah (de vineri), Dhuhr (de la amiază), Asr (de după-amiază), Maghrib (de la apus), Isha (de noapte) și doar în prima *raka‘a* pentru toate rugăciunile voluntare. (Cât despre cel care se roagă în spatele unui imam, acesta ar trebui să recite în rugăciunea secretă, dar nu și în cea deschisă).

6. A spune:

„La fel de mult ca ceea ce umple Cerurile, la fel de mult ca ceea ce umple Pământul, la fel de mult ca ceea ce umple ceea ce se află între ele și la fel de mult ca ceea ce Dorești după aceea. Tu ești Sursa Slavei și a Gloriei. Acesta este cel mai corect lucru care poate fi spus de un rob și noi suntem cu toții robii Tăi. O, Allah, nu există nimic descurajant în ceea ce Tu oferi, și nimeni care să ofere dacă Tu oprești de la aceasta, și nici avere, nici putere care să poată să îi protejeze pe stăpânii ei de Tine.” (Muslim)

După ridicarea din *ruku'* (plecăciune), se spune: „**O, Doamne, Ție Ți se cuvine toată Slava!**”

7. A Îl slăvi (pe Allah) mai mult de o dată în *ruku'* (plecăciune) și *sujud* (prosternare)

8. A spune: „**O, Domnul meu, iartă-mă!**” mai mult de o dată între cele două *sajdah* (prosternări)

9. Suplicația după ultimul *tashahud* (o suplicație ce trebuie recitată la mijlocul sau la sfârșitul rugăciunii în timp ce stai așezat):

„O, Allah, caut adăpost la Tine de chinurile mormântului, de chinurile Iadului, de înșelăciunile vieții și ale morții și de amăgirea lui Al-Masih Ad-Dajjal!” (Bukhari și Muslim)

• Este preferabil ca cel care Îl slăvește pe Allah să nu se limiteze doar la slăvirea din *sujud*, mai mult, el ar trebui să adauge la aceasta orice suplicație își dorește, deoarece ni s-a spus:

„Atunci când robul se prosternează, el se află în cel mai apropiat punct de Domnul său. De aceea, măriți-vă suplicațiile în prosternare!” (Muslim)

- Sunt și alte suplicații ce pot fi spuse, iar pentru cei interesați, acestea pot fi regăsite în *Hisn Al-Muslim (Fortăreața musulmanilor)*, cartea lui Al-Qahtani.

- Toate actele verbale *Sunnah* sunt repetate în fiecare *raka'a*, cu excepția suplicației de deschidere și a duplicației de după *tashahud*.

- Astfel, numărul total de acte verbale *Sunnah* aplicabile în rugăciunile obligatorii, care constau în 17 *raka'at*, ating numărul de 136 pe an, aceasta numai dacă luăm în considerare că sunt opt acte *Sunnah* repetate la fiecare *raka'a*.

În ceea ce privește rugăciunile voluntare, care constau din 25 de *raka'at* potrivit celor arătate despre rugăciunile voluntare efectuate în timpul nopții și a zilei, numărul de acte *Sunnah* aplicate în cazul acestora este de 175. Acestea pot crește în timpul *qiyam* (rugăciunile de noapte) și *Ad-Duha* (rugăciunea de după răsăritul Soarelui) și, astfel, puteți aplica aceste acte *Sunnah* mai mult și mai mult.

- În ceea ce privește actele verbale *Sunnah*, care nu se repetă în timpul rugăciunii decât o singură dată, acestea sunt:

a. *du'a* de deschidere;

b. suplicația de după ultimul *tashahud*.

Numărul lor total în cazul rugăciunilor obligatorii este de 10 acțiuni *Sunnah*.

* În ceea ce privește numărul lor total în cazul rugăciunilor voluntare care sunt efectuate în timpul zilei și a nopții, în cazul în care aceste două acte *Sunnah* sunt repetate, numărul lor ajunge la 24 de acte *Sunnah*, care pot crește prin *qiyam* (rugăciunile de noapte), *Ad-Duha* (rugăciunea de după răsăritul Soarelui) sau *tahiyat al-masjid* (rugăciunea la intrarea în moschee). În acest mod, persoana poate aplica aceste acte *Sunnah* mai mult și mai mult. Deși acestea nu se repetă în rugăciune decât o singură dată, persoana câștigă o răsplată mare și se apropie mai mult de aderarea la *Sunnah*.

Acte Sunnah esențiale în rugăciune

1. A ridica ambele mâini la primul *takbir*.
2. A ridica ambele mâini înainte de a te apleca pentru *ruku* ‘.
3. A ridica ambele mâini la ridicarea din *ruku* ‘.
4. La fel, după ridicarea din cea de a treia *raka*’a la rugăciunile care au patru *raka*’at.
5. A păstra degetele unite în cazul tuturor actelor *Sunnah* menționate.
6. Degetele ar trebui să fie îndreptate în direcția *qiblah* (direcția de rugăciune; aceasta înseamnă a te îndrepta spre *Ka’bah*).
7. Ridicarea mâinilor până la nivelul umerilor sau al urechilor.

8. În timpul recitării, mâna dreaptă trebuie așezată peste mâna stângă sau mâna dreaptă să cuprindă mâna stângă.

9. Privirea doar la locul în care se face *sujud* (prosternarea).

10. A lăsa un spațiu între picioare (aproape la fel ca lățimea umerilor).

11. Concentrarea la semnificația cuvintelor în timpul recitării.

Sunnah în ruku' (plecăciune)

1. Apucarea genunchilor cu mâinile și răsfirarea degetelor.
2. Întinderea spatelui, care trebuie să stea drept.
3. Capul trebuie să fie în aceeași linie cu cea a spatelui, evitându-se coborârea sau ridicarea lui.
4. Separarea brațelor de talie.

Sunnah în sujud (prosternare)

• Sunnah în prosternare (*sujud*)

1. Separarea brațelor de talie.

2. Separarea abdomenului de coapse.
3. Separarea coapselor de picioare.
4. Existența unui spațiu între genunchi în plecăciune (*ruku'*).
5. Picioarele stau ferm, drept.
6. Așezarea palmelor pe pământ.
7. Picioarele trebuie să stea apropiate în prosternare.
8. Așezarea mâinilor în dreptul urechilor.
9. Palmele trebuie să fie deschise.
10. Degetele trebuie să stea apropiate, unele lângă altele.
11. Degetele trebuie să fie îndreptate în direcția *qiblah*.
12. Statul între două prosternări. Aceasta are două forme:
 - a. *ik'aa'*: cu ambele picioare sub el, stând pe călcâie, cu degetele îndreptate spre *qiblah*.
 - b. *ifterash*: stând pe coapsa stângă cu piciorul sub el și călcâiul ridicat în sus, iar degetele de la piciorul drept îndreptate spre *qiblah*. La cel de al doilea *tashahud*, există trei forme:
 - întinderea degetelor de la piciorul drept, punerea piciorului stâng sub piciorul drept și așezarea acestuia în aceeași direcție cu cel drept.

- la fel ca prima dată, însă nu își întinde degetele piciorului drept, doar îl așează în aceeași direcție cu cel stâng.

- întinderea degetelor piciorului drept, introducerea piciorului stâng între piciorul și coapsa dreaptă.

13. Așezarea mâinilor pe coapse: mâna dreaptă pe coapsa dreaptă și mâna stângă pe coapsa stângă; palmele trebuie să fie deschise, iar degetele alăturate.

14. Mișcarea degetului arătător în sus și în jos, de la începutul și până la sfârșitul *tashahud*-ului.

15. Întoarcerea capului spre dreapta și spre stânga la finalizarea rugăciunii prin *taslim*.

16. Statul de odihnă (*isteraha*, adică statul pentru un timp după rugăciune, fără a rosti niciun fel de slăvire, după cea de a doua prosternare a celei dintâi și a treia *raka'a*).

- Sunt în total 25 de acte *Sunnah* la fiecare *raka'a*, ceea ce înseamnă un număr total de 425 de acte *Sunnah* în cadrul unei rugăciuni obligatorii.

- Numărul total de acte *Sunnah* în rugăciunile voluntare este de 25 de acte la fiecare *raka'a*, adică un număr total de 625 de acte *Sunnah* efectuate în cadrul rugăciunilor voluntare în timpul unei zile și a unei nopți, dacă aplicăm toate acțiunile profetice recomandate la fiecare *raka'a*.

- Musulmanii pot crește numărul de *raka'at* în cadrul rugăciunii Ad-Duha și să crească numărul actelor *Sunnah*.

- Sunt fapte *Sunnah* (acțiuni profetice) care se repetă doar o dată sau de două ori:

1. ridicarea mâinilor la pronunțarea *Takbriat-ului Al-Ihram* („*Allahu Akbar*” inițial, prin care rugăciunea este începută);

2. ridicarea mâinilor în cea de a treia *raka'a* la rugăciunile care constau în două așezări pentru *tashahud*;

3. mișcarea degetului arătător (în sus și în jos) de la începutul și până la finalul *tahsahud-ului*, la primul și la al doilea *tashahud*;

4. întoarcerea capului spre dreapta și spre stânga la terminarea rugăciunii;

5. statul pentru odihnă (*isteraha*): se repetă de două ori în rugăciunea alcătuită din patru *raka'at* și o singură dată în celelalte rugăciuni, obligatorii sau voluntare;

6. Tawarok (ridicarea piciorului drept, așezarea piciorului stâng sub cel drept și așezarea posteriorului pe pământ) în cel de al doilea șezut la *tashahud* în rugăciune, care constă din două *tashahud*.

- Aceste acțiuni *Sunnah* se repetă o singură dată, cu excepția mișcării degetului arătător în statul pentru *tashahud*, care se repetă de două ori în rugăciunile obligatorii, excepție fiind rugăciunea Fajr, iar statul pentru odihnă se repetă, de asemenea, de două ori în rugăciunile care constau din patru *raka'at*, ajungându-se, astfel, la un total de 34 de acte *Sunnah*.

- Aceste fapte *Sunnah* sunt repetate, cu excepția a două dintre ele: al doilea și ultimul în fiecare rugăciune voluntară; așadar, ajungem la un număr total de 48 de acte *Sunnah*.

Așadar, dragi frați și surori, încercați să practicați astfel de vorbe și fapte profetice, pentru a câștiga cât mai multe binecuvântări și răsplăți și veți primi, in shaa Allah, cel mai înalt nivel în Paradis.

Sunnah după rugăciune

1. A Îi cere iertare lui Allah de trei ori, spunând:

„O, Allah, Tu ești Pacea (As-Salām) și de la Tine vine pacea (As-Salām)! Slăvit ești Tu, o, Posesor al Măreției și al Generozității!” (Abu Dawud)

2. „Nu există altă Divinitate în afară de Allah, Care nu are partener, a Lui este Împărăția, Lui I se cuvine toată Slava și El este cu Putere peste toate. O. Allah, nimeni nu poate interzice ceea ce Tu ai poruncit și nimeni nu poate porunci ceea ce Tu ai interzis, și nici averea, nici puterea nu îi pot proteja pe stăpânitorii lor de Tine!” (Bukhari și Muslim)

3. „Nu există altă Divinitate în afară de Allah, Care nu are pe nimeni partener. A Lui este Stăpânirea și El este cu putere peste toate. Nu este forță sau putere decât cu Allah. Nu este altă Divinitate în afară de Allah și noi nu adorăm pe nimeni în afară de Allah. Lui Îi aparțin toate binecuvântările, Lui Îi aparține toată Grația și a Lui Îi este acordată toată Lauda cea bună. Nu există altă Divinitate în afară de Allah, Lui Îi suntem devotați în adorare, chiar dacă necredincioșilor le displace aceasta.” (Muslim)

4. A spune: „Subhan Allah (Slăvit fie Allah), Alhamdu Lillah (Lăudat fie Allah!), Allahu Akbar (Allah este Cel mai Mare!) de treizeci și trei de ori, și la final: «Nu există altă Divinitate în afară de Allah, Care nu are pe nimeni partener, a Lui aste Împărăția și Slava și El este cu Putere peste toate.»” (Muslim)

5. „O, Allah, ajută-mă să Te pomenesc mereu pe Tine, să-Ți mulțumesc și să Te ador în cel mai bun mod!” (Abu Dawud și Nasa’i)

6. „O, Allah, caut adăpost la Tine de lașitate, caut adăpost la Tine de la a fi condus către cea mai rea vârstă, caut adăpost la tine de răzvrătirea în viață și caut adăpost la Tine de chinurile din mormânt!” (Bukhari)

7. „O, Allah, protejează-mă de Pedepsa Ta în Ziua în care Tu îi faci pe toți robii Tăi să se ridice din nou!” Aceasta deoarece a fost relatat că Al-Bara’ (Allah să fie mulțumit de el!) a spus: „Ne rugam în spatele Mesagerului lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și ne plăcea să stăm în dreapta sa, astfel încât el se afla față în față cu noi, când l-am auzit spunând: « O, Allah, protejează-mă de Pedepsa Ta în Ziua în care Tu îi faci pe toți robii Tăi să se ridice din nou!»” (Muslim)

8. Recitați: „Spune: «El este Allah (Al) Ahad.»” (Surat Al-Ikhlâs); „Spune: «Caut adăpost la Stăpânul revărsatului de zori.»” (Surat Al-Falaq); „Spune: «Caut adăpost la (Allah) Stăpânul lumilor.»” (Surat An-Nas) (Abu Dawud, Tirmidhi și Nasa’i)

* După rugăciunile de Fajr (de la ivirea zorilor) și Maghrib (de la apusul Soarelui), persoana ar trebui să repete acestea de trei ori.

9. Recitarea versetului Tronului (*Ayat Al-Kursi*, 2:255): **„Allah! Nu există altă Divinitate în afară de El, Cel Viu, Veșnicul...”** (Nasa’i)

10. **„Nu există altă Divinitate în afară de Allah, Care nu are parteneri, toată Slava Lui I se cuvine și El este cu putere peste toate!”**, de zece ori după rugăciunile Fajr (de la ivirea zorilor) și Maghrib (de la apusul Soarelui). (Tirmidhi)

11. Glorificarea trebuie făcută folosindu-ne de mână pentru a număra și într-o relatare ni se spune că ar trebui folosită mâna dreaptă, însă aceasta nu este autentificată, chiar dacă alte relatări sunt mărturie pentru aceasta.

12. Persoana ar trebui să rostească aceste *athkar* în același loc în care s-a și rugat și nu trebuie să își schimbe locul.

* Totalitatea actelor *Sunnah*, dacă un musulman se ține de toate acestea după fiecare rugăciune obligatorie, va fi de 55 și pot fi mai multe în cazul rugăciunilor de Fajr (de la ivirea zorilor) și Maghrib (de la apusul Soarelui). Fructul aplicării acestor acte *Sunnah* după fiecare rugăciune obligatorie și păstrarea lor constă în:

a. 500 de *sadāqa* (fapte caritabile) vor fi scrise pentru musulman pentru aceste acte de slăvire realizate după fiecare rugăciune obligatorie, în timpul unei zile și nopți, după cum ne-a spus Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!):

„Cu fiecare dimineață (care vine), (se impune ca) pentru fiecare oscior al vostru (să dați) o milostenie (sadāqa); și fiecare «tasbih»¹ este o milostenie; și fiecare «tahmidah»² este o milostenie; și fiecare «tahlilah»³ este milostenie; și a îndemna la ceea ce este bun este milostenie; și a opri de la ceea ce este rău este milostenie; și sunt suficiente pentru aceasta doua raka'a (unități de rugăciune) pe care trebuie să le împliniți în rugăciunea Ad-Duha.” (Muslim și Abu Dawud)

* An-Nawawi (Allah să aibă milă de el!) a înregistrat la fel.

b. dacă un musulman pronunță aceste glorificații după fiecare rugăciune, 500 de copaci vor fi plantați pentru el în Paradis. Abu Hurairah (Allah să fie mulțumit de el!) a relatat Mesagerul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a trecut pe lângă el în timp ce planta ceva și l-a întrebat:

„«O, Abu Hurairah, ce plantezi?» A răspuns: «O plantă pentru mine.» El i-a spus: «Să îți spun despre o plantă care este mai bună decât aceasta?» El (Abu Hurairah) a spus: «Desigur, Mesager al lui Allah.» El i-a spus: «Spune: „Subhan Allah wa alhamdu lillah wa lā ilāha ila Allah wa Allahu Akbar (Slavă lui Allah, toată Lauda I se cuvinte lui Allah, nu există altă Divinitate în afară de Allah, Allah este Cel mai Mare)”, și vei avea un copac plantat în Paradis

¹ N.t. – a spune Subhan Allah = Slavă lui Allah!

² N.t. – a spune Alhamdu Lillah = Laudă lui Allah!

³ N.t. – a spune Lā ilāha illa Allah= Nu există alta Divinitate în afară de Allah!

pentru fiecare dintre acestea.»” (Ibn Majah, Albani l-a clasificat ca fiind *sahih*)

c. nimic nu va separa persoana de Paradis, cu excepția momentului morții, pentru a putea intra în el. Aceasta este răsplata pentru cel care recită versetul Tronului (*Ayat-ul-Kursi*) după fiecare rugăciune obligatorie;

d. celui care pronunță toate aceste gloriificări, păcatele îi vor fi iertate, chiar dacă acestea sunt cât spuma mării. (Muslim);

e. cel care pronunță toate aceste gloriificări în mod constant după fiecare rugăciune va evita dezonoarea în această viață și în Viața de Apoi, după cum ni se spune în nenumărate *ahadith*;

f. acestea ajută să reparăm defectele și să completăm ceea ce lipsește din rugăciunile obligatorii.

Sunnah ce pot fi spuse dimineața

1. Versetul Tronului (Ayat-ul-Kursi): „Allah! Nu există altă Divinitate în afară de El, Cel Viu, Veșnicul!...”
[Traducerea sensurilor Coranului cel Sfânt, 2:255]

Fructul său: **„Cel care recită aceasta (ayat-ul Kursi) dimineața este protejat de djinni până seara și cine recită aceasta seara este protejat de djinni până dimineața.”**
(Nassa’i, iar Albani l-a clasificat ca fiind autentic)

2. Protectoarele: • Surat Al-Ikhlhas: **„Spune: «El este Allah, (Al) Ahad!»”**; • Surat Al-Falaq: **„Spune: «Caut**

adăpost la Stăpânul revărsatului de zori.»”; • Surat An-Nas: **„Spune: «Caut adăpost la (Allah) Stăpânul lumilor.»**” (Abu Dawud și Tirmidhi)

Fructul lor: **„Cel care le recită de trei ori dimineața și de trei ori seara va fi protejat de orice lucru.”** (Nasa’i)

3. „Noi am ajuns dimineața și toată Împărăția este a lui Allah și toată Slava I se cuvine lui Allah. Nu există altă Divinitate în afară de Allah, Care nu are partener. Toată Împărăția este a Lui, toată Slava este a Lui și El este cu Putere peste toate. O, Allah, Îți cer binele din această zi, și binele din ceea ce este după ea, și caut adăpost la Tine de răul acestei zile și de răul ce vine după ea. Domnul meu, caut adăpost la tine de lenevie și de vârsta cea rea, și caut adăpost la Tine de Iad și de pedeapsa din mormânt!” (Muslim)

Seara, persoana trebuie să spună: „Am ajuns seara” În loc de „ Am ajuns dimineața” și să spună: „Domnul meu, Îți cer binele din această noapte” în loc de „din această zi”.

4. Dimineața, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să spună: „O, Allah, ajungem dimineața prin Tine și ajungem seara prin Tine! Trăim prin Voia Ta și murim prin Voia Ta și la Tine este Adunarea (din Ziua Judecății).”

Seara, el (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) spunea: **„O, Allah, ajungem seara prin Tine și ajungem dimineața prin Tine și trăim prin Voia Ta și murim din Voia Ta și la Tine este Adunarea (din Ziua Judecății).”** (Bukhari)

5. „O, Allah, Tu ești Domnul meu. Nu există altă Divinitate în afară de Tine. Tu m-ai creat și sunt robul Tău. Ader la Legământul Tău și la Promisiunea Ta pe cât de mult pot. Caut adăpost la tine de răul pe care l-am făcut. Mă întorc la Tine prin Grația Ta și mă întorc cu păcatul meu, deci, iartă-mă, căci nimeni nu iartă păcatele în afară de Tine!” (Bukhari)

Fructul său: cel care spune aceasta, crezând în vorbele sale, seara, dacă moare în timpul nopții, va intra în Paradis. La fel, dacă spune acestea dimineața. (după cum a fost relatat în *hadith*-ul de la Bukhari)

6. A spune de patru ori: „O, Allah, am ajuns dimineața, cerându-Ți Ție să îmi fii Martor, și cerându-i Tronului Tău să îmi fie martor, și îngerilor Tăi și creaturilor Tale să fie martore, că Tu ești Allah, nu există altă Divinitate în afară de Tine, Care nu are partener și că Mohammed este Robul și Mesagerul Tău.” (Abu Dawud și Nasa’i)

Fructul său: cel care spune aceasta de patru ori dimineața sau seara este eliberat din Iad.

Seara, persoana ar trebui să spună: „O, Allah, am ajuns seara...”

7. „O, Allah, toate binecuvântările pe care le am sau oricare dintre creaturile tale, în această dimineață, sunt doar de la Tine, Care nu ai partener; de aceea, toată Slava și Mulțumirea Ție Ți se cuvin!” (Abu Dawud și Nasa’i)

Fructul său: cel care spune acestea dimineața și-a îndeplinit datoria pentru ziua respectivă și la fel, cel care spune acestea

seara, și-a îndeplinit datoria pentru seara respectivă (după cum spune *hadith*-ul).

8. A spune de trei ori: „**O, Allah, protejează-mi trupul! O, Allah, protejează-mi auzul! O, Allah, protejează-mi văzul! Nu există altă Divinitate în afară de Tine. O, Allah, caut adăpost la Tine de necredință și sărăcie. Caut adăpost la Tine de pedeapsa din mormânt. Nu există altă divinitate în afară de Tine.**” (Abu Dawud și Ahmad)

9. A spune de șapte ori: „**Allah este de ajuns (ca Socotitor) pentru mine. Nu există altă Divinitate în afară de El. În El mi-am pus încrederea; El este Stăpânul Tronului cel Măreț.**” (Abu Dawud)

Fruetul său: cel care spune aceasta de șapte ori dimineața și de șapte ori seara este protejat de Allah împotriva tuturor chestiunilor care îl fac anxios în această viață și în Viața de Apoi (după cum spune *hadith*-ul)

10. „**O, Allah, Îți cer iertare și bine atât în această viață, cât și în Viața de Apoi! O, Allah, Îți cer iertare și bine în religia mea, în viața mea, în familia mea și în averea mea! O, Allah, acoperă-mi urmele de slăbiciune și protejează-mă de frica mea! O, Allah, protejează-mă împotriva a ceea ce este în fața mea, la dreapta mea, la stânga mea și caut adăpost la Tine în Măreția Ta de la a fi distrus de ceea ce se află dedesubt!**” (Abu Dawud și Ibn Majah)

11. „**O, Allah, Cunoscător al Necunoscutului și Martor, Creatorul Cerurilor și al Pământului, Domnul tuturor și Stăpânul lor, mărturisesc că nu există altă Divinitate în afară de Tine. Caut adăpost la Tine de răul din mine, de răul lui Șeitan și de capcana sa și de la a îmi cauza eu însuși**

orice rău, sau de la a face rău vreunui musulman!”
(Tirmidhi și Abu Dawud)

12. A spune de trei ori: „În Numele lui Allah, cu al Cărui Nume nimeni nu poate face niciun rău, nici pe Pământ și nici în Ceruri; și El este Cel care Aude totul, Cel care Știe totul.” (Ahmad, Tirmidhi, Ibn Majah și Ahmad)

Fructul său: celui care spune aceasta de trei ori dimineața și de trei ori seara nimic nu îi poate face rău (după cum relatează *hadith*-ul).

13. A spune de trei ori: „Îl recunosc pe Allah ca Domn al meu, Islamul ca religie a mea și pe Mohammed (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) ca Profet al meu.” (Abu Dawud, Tirmidhi, Nasa’i și Ahmad)

Fructul său: celui care spune aceasta de trei ori dimineața și seara Allah îi promite să îl facă mulțumit în Ziua Judecării (după cum spune *hadith*-ul).

14. „O, Tu, Cel Veșnic, o, Tu, Susținătorul celor de deasupra, Îți cer Mila Ta, rezolvă-mi toate problemele și nu mă lăsa singur nici măcar un singur moment (literal: cât clipirea din ochi)!” (Al-Hakim, care a spus că este sahih, iar Ath-Thahabi a fost de acord cu aceasta)

15. „Noi am ajuns dimineața având ca origine Islamul, drept cuvânt credința, ca religie pe cea a Profetului nostru, Mohammed (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și drept crez pe părintele nostru, Avrām, care a rămas mereu în poziție verticală, musulman, și care nu a fost dintre cei care asociază ceva.” (Ahmad)

16. „Subhan Allah wa bi Hamdihi – Slăvit și lăudat fie Allah” – de o sută de ori. (Muslim)

Fructul său: cel care spune aceste cuvinte de o sută de ori dimineața și seara să știe că nimeni nu poate veni în Ziua Judecării cu ceva mai bun decât cele cu care el a venit, cu excepția celui care a spus același lucru și a făcut-o de mai multe ori.

Un alt fruct: celui care spune acestea îi vor fi iertate toate păcatele, chiar dacă ele sunt cât spuma mării.

17. A spune de o sută de ori dimineața: „Nu există altă Divinitate în afară de Allah, Unicul, Care nu are parteneri. Întreaga Stăpânire Îi aparține, toată Slava Lui I se cuvinte și El este cu Putere peste toate.” (Bukhari și Muslim)

Fructul său: cel care spune aceasta de o sută de ori pe zi:

a. va avea o răsplată care este egală cu răsplata pentru eliberarea a zece persoane;

b. va avea zece *hassanate* (*hassanat* – răsplata de la Allah pentru cel care face o faptă bună) înregistrate pentru el;

c. zece *sayyi'at* (*sayyi'a* – pedeapsa lui Allah pentru cel care face o faptă rea) (ale sale) vor fi șterse;

d. va fi ca un scut de protecție împotriva lui Șeytan, întreaga zi și seară (după cum ne spune *hadith*-ul).

18. „Îi cer iertare lui Allah și mă căiesc în fața Lui.” – de o sută de ori pe zi (Bukhari și Muslim)

19. „O, Allah, îți cer cunoașterea cea benefică, mijloace de existență și o muncă acceptată!” (Ibn Majah)

20. „Subhan Allahi wa bi Hamdihi, ’adada khalqihi, wa rida nafsihi, wa zinatah ’arshihi, wa midada kalimatihi – Slăvit și lăudat fie Allah de atâtea ori cât numărul creaturilor Sale, de atâtea ori încât să Îl mulțumească pe El, de atâtea ori cât mărimea Tronului Său și de atâtea ori cât cerneala folosită pentru înregistrarea Cuvintelor Sale.” (Muslim)

21. „Caut adăpost în Cuvintele perfecte ale lui Allah de răul pe care El l-a creat!” – de trei ori dimineața și seara (Tirmidhi, Ibn Majah și Ahmad)

* De fiecare dată când cineva folosește aceste *athkar*, aplică o *Sunnah* din Tradiția Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!). Un musulman ar trebui să păstreze aceste *athkar* dimineața și seara, astfel, să încerce să aplice aceste Tradiții cât de mult se poate.

* Un musulman ar trebui să rostească aceste *athkar* cu credință, sinceritate și siguranță, înțelegând semnificația acestora, astfel încât acestea să îl ajute în viața sa zilnică, în comportamentul și atitudinea sa.

Sunnah la întâlnirea cu oamenii

1. Salutul: Profetul Mohammed (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Cel mai bun în islam este acela care îi hrănește pe alții și acela care îi salută atât pe cei pe care îi cunoaște, cât și pe aceia pe care nu îi cunoaște.” (Bukhari și Muslim)

S-a relatat că:

„Un bărbat a venit la Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și l-a salutat, spunând: «As salam aleikum (Pacea fie asupra ta!)» Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a răspuns la salut și, după ce bărbatul s-a așezat, el a spus: «Zece (de hassanate).» Apoi, un alt bărbat a venit la Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și a spus: «As salam aleikum wa rahmatu Allah (Pacea și mila lui Allah fie asupra ta!)» Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a răspuns la salut și, după ce bărbatul s-a așezat, el a spus: «Douăzeci (de hassanate).» Apoi, un alt bărbat a venit și a spus: «As salam aleikum wa rahmatu Allah wa barakatuh (Pacea, mila și binecuvântarea lui Allah fie asupra ta!)» Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a răspuns la salut, apoi, când acesta s-a așezat, a spus: «Și binecuvântări fie asupra ta!» Apoi, atunci când s-a așezat, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: «Treizeci (de hassanate).»” (Abu Dawud)

Priviți câte răsplăți au pierdut primii doi bărbați deoarece nu au pronunțat salutul islamic întreg, pentru care se primește o răsplată asemănătoare cu cea primită pentru treizeci de fapte bune. Răsplata minimă pe care o poți primi este aceea pentru zece fapte bune, dar aceasta poate crește pe tot parcursul zilei. Pentru că salutul este o faptă care are loc de mai multe ori pe

zi, ar trebui să te antrenezi să rostești salutul islamic întreg, pentru a primi o răsplată măreață.

2. Zâmbetul: Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Să nu considerați neînsemnată o faptă bună, chiar dacă aceasta este numai întâlnirea fratelui vostru cu o expresie binevoitoare.” (Muslim)

3. Strângerea mâinii: Profetul nostru (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Atunci când doi musulmani se întâlnesc și își strâng mâinile, Allah le iartă păcatele făcute înainte.” (Abu Dawud, Tirmidhi și Ibn Majah)

An-Nawawi (Allah să aibă milă de el!) a spus: *„Trebuie să știți că este preferabil să vă strângeți mâinile în oricare moment al întâlnirii.”* De aceea, dragii mei, încercați să dați mâna cu oricine vă întâlniți și să îl salutați cu o față zâmbitoare, în așa fel încât vei aplica trei acte *Sunnah* în același timp.

4. Allah spune:

„Și zi-le robilor Mei să spună ceea ce este mai frumos; căci Șeitan stârnește vrajbă între ei, iar Șeitan este un dușman învederat al omului!” [Traducerea sensurilor Coranului cel Sfânt, 17:53]

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Cuvintele blânde sunt caritate.” (Bukhari și Muslim)

- Cuvintele blânde includ: *adh-dhikr* (pomenirea lui Allah), *du'a*, salutul, complimentele, bunele maniere, virtuțile și faptele bune.

- Cuvintele blânde au puteri magice, deoarece pot câștiga inimile celor din jur.

- Cuvintele blânde sunt dovada care atestă cât de luminată este inima credinciosului. De aceea, îți poți ocupa întreaga viață folosind cuvinte frumoase; soția ta, copiii, vecinii, prietenii și toți cei cu care intri în contact au nevoie de cuvinte blânde.

Sunnah la masă

- **Sunnah înainte și în timpul mesei**

1. Menționarea Numelui lui Allah (spunând: „*În Numele lui Allah!*”).

2. Folosirea mâinii drepte.

3. A mânca din partea aflată în fața celui care mănâncă.

Toate aceste acte *Sunnah* le putem regăsi reunite în următorul *hadith*:

„... O, băiatule! Menționează Numele lui Allah și mănâncă cu mâna ta dreaptă și mănâncă din ceea ce se află în fața ta...” (Bukhari și Muslim)

4. Ștergerea buccii de mâncare, în cazul în care aceasta pică pe jos și apoi mâncarea ei, conform *hadith*-ului:

„... Când o bucățică (de mâncare) cade de la oricare dintre voi, trebuie să o ridicați, să o curățați de murdărie și apoi să o mâncați...” (Muslim)

5. Folosirea a trei degete atunci când mănânci:

„Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să mănânce folosind trei degete...” (Abu Dawud și Muslim)

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să facă acest lucru și, prin urmare, așa este cel mai bine să facem, cu excepția cazului în care suntem nevoiți să nu facem așa.

6. Felul în care persoana trebuie să stea atunci când mănâncă: a sta pe genunchi, pe fața superioară a picioarelor, sau ridicarea genunchiului drept la piept și statul pe cel stâng și aceasta este preferabil, după Cum a afirmat Al-Hafiz în „*Al-Fath*”.

• Sunnah după terminarea mesei

1. Curățarea farfuriei și lingerea degetelor:

„Mesagerul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) ne-a poruncit lingerea degetelor (după terminarea mesei) și curățarea farfuriei, spunând: «Voi nu știți în care parte a acesteia se află binecuvântarea lui Allah.»” (Muslim)

2. Slăvirea lui Allah după masă: Mesagerul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Allah este mulțumit de robul Său, care, după ce termină de mâncat, Îl slăvește pe El...” (Muslim)

Una dintre suplicațiile pe care Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) o folosea după masă este următoarea:

„Slăvit fie Allah, care m-a hrănit cu această mâncare și care mi-a oferit-o fără nicio putere sau voință din partea mea!” (Muslim)

Fructul acestei suplicații: toate păcatele precedente sunt iertate, după cum a fost relatat de Abu Dawud, Tirmidhi și Ibn Majah, iar Albani le-a clasificat ca fiind *sahih* (autentice).

* Totalitatea numărului actelor *Sunnah* pe care un musulman ar trebui să le respecte atunci când mănâncă nu este mai puțin de 15, presupunând că mănâncă trei mese în timpul unei zile, iar astfel procedează, de regulă, majoritatea oamenilor. O persoană poate crește numărul acestor acte *Sunnah* dacă mai ia și gustări între aceste trei mese principale.

Sunnah pentru băut

1. Basmalah: menționarea Numelui lui Allah (a spune: „În Numele lui Allah!”).

2. A ține vasul din care se bea cu mâna dreaptă, după cum Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) ne-a spus:

„... atunci când unul dintre voi bea, ar trebui să bea cu mâna dreaptă...” (Muslim)

3. A respira (a inspira și expira) în afara vasului din care se bea de trei ori; aceasta înseamnă să iei o înghițitură, apoi să respiri în afara vasului, apoi să repeți procedura și aceasta de trei ori, după cum obișnuia să facă Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!). (Muslim)

4. **A bea stând așezat:** Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Niciunul dintre voi nu trebuie să bea în timp ce stă în picioare.” (Muslim)

5. **A Îi oferi mulțumiri lui Allah după ce ai terminat de băut:** Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Allah este mulțumit de robul Său care, după ce a mâncat o îmbucătură sau a băut o înghițitură, Îi mulțumește Lui.” (Tirmidhi)

Suma actelor *Sunnah* pentru băut poate depăși numărul de douăzeci și putem observa că băutul se referă la orice fel de băuturi, răcoritoare sau calde.

A efectua rugăciuni voluntare acasă

1. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„O, oameni.! Efectuați rugăciunile (*Salah*) voastre (voluntare) în casele voastre, căci cea mai bună rugăciune a unei persoane este cea efectuată acasă, cu excepția rugăciunilor obligatorii.” (Bukhari și Muslim)

2. El (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Rugăciunea voluntară a persoanei, atunci când oamenii nu o văd, are o răsplată de douăzeci și cinci de ori mai mari decât cea efectuată în public.” (Ahmad)

3. El (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Rugăciunea voluntară a persoanei, atunci când nu o vede nimeni, depășește rugăciunea voluntară în public, la fel cum rugăciunea obligatorie depășește rugăciunea voluntară.” (Tabarani, iar Albani l-a clasificat ca fiind *sahih*)

Bazat pe acestea, persoana ar trebui să repete aceste acte *Sunnah* (Tradiții Profetice) în cazul rugăciunilor voluntare fixe¹, a rugăciunii Ad-Duha (rugăciunea de după răsăritul

¹ Rugăciunile voluntare efectuate împreună cu cele cinci rugăciuni obligatorii zilnice, realizate în concordanță cu ordinea acestora

Soarelui) sau al rugăciunii Witr¹, de mai multe ori pe zi și ar trebui ca acestea să fie efectuate acasă, pentru că astfel răsplata lor este mai mare și se menține și *Sunnah*.

Fructul efectuării rugăciunilor voluntare sunt următoarele:

a. este un mijloc prin care I te supui lui Allah, îți arăți credința și prin care ești ținut departe de ipocrizie;

b. acestea fac ca Mila lui Allah să coboare în case și îl fac pe Șeitan să plece din ele;

c. este o modalitate prin care răsplata poate fi dublată, la fel cum și răsplata rugăciunii obligatorii este dublată în momentul în care este efectuată la moschee.

Sunnah la părăsirea unei întâlniri

La părăsirea unei întâlniri, se rostește următoarea suplicație:

„Slăvit fie Allah, toată Slava Ție Ți se cuvine, o, Allah! Mărturisesc că nu există nicio altă Divinitate demnă de adorare în afară de Allah, mă căiesc și cer iertare de la Allah.” (Abu Dawud, Nasa’i, Ahmad și Hakim)

Fiecare zi include nenumărate întâlniri, cum ar fi, spre exemplu:

¹ **Witr**: o rugăciune voluntară pe care persoana o efectuează la finalul tuturor rugăciunilor zilnice, al cărei număr de raka’at (unități de rugăciune) trebuie să fie unul impar

1. la masă, unde, de regulă, întâlnești oameni cu care vorbești;

2. atunci când întâlnești un prieten sau un vecin, chiar dacă amândoi vă aflați pe picior de plecare;

3. atunci când stai alături de colegii de școală sau de serviciu;

4. atunci când vă adunați la un loc pentru a vorbi cu soția sau copiii;

5. atunci când mergi spre casă, alături de soție sau de prieteni;

6. atunci când iei parte la o adunare, un seminar etc.

Iată ce anume realizezi atunci când aplici aceste acte *Sunnah*:

- Îl slăvești pe Allah de mai multe ori, ceea ce te ajută să păstrezi contactul cu Allah în mod continuu;

- te căiești și Îi ceri iertare lui Allah pentru orice se petrece în timpul acestor întâmplări;

- mărturisești că nu există altă Divinitate în afară de Allah.

Beneficiile aplicării acestor acte *Sunnah* în viața de zi cu zi ajută la obținerea iertării lui Allah pentru orice se întâmplă în timpul acestor întâlniri.

Sunnah (tradiții profetice)

la culcare

1. **„În Numele Tău, o, Allah, trăiesc și mor!”** (Bukhari)

2. Persoana ar trebui să își împreuneze mâinile, să sufle în ele și apoi să recite: : **„Spune: «El este Allah (Al) Ahad.»”** (Surat Al-Ikhlâs); **„Spune: «Caut adăpost la Stăpânul revărsatului de zori.»”** (Surat Al-Falaq); **„Spune: «Caut adăpost la (Allah) Stăpânul lumilor.»”** (Surat An-Nas), apoi să își șteargă corpul cu ele cât de mult poate, începând cu capul, fața și partea din față a corpului său. Persoana ar trebui să facă aceasta de trei ori. (Bukhari)

3. Recitarea versetului Tronului (*Ayat Al-Kursi*, 2:255): **„Allah! Nu există altă Divinitate în afară de El, Cel Viu, Veșnicul...”** (Bukhari)

* Fructul recitării acestei *aya* este: cel care îl recită va avea un apărător trimis de Allah care îl va păzi, astfel încât niciun Șeitan nu se va apropia de el.

4. **„În Numele Tău, o, Allah, mă întind și în Numele Tău mă ridic. Dacă îmi vei ține sufletul, ai milă de el și dacă mi-l vei da înapoi, atunci ai grijă de el, așa cum ai grijă de sufletele robilor Tăi dreptcredincioși!”** (Bukhari și Muslim)

5. **„O, Allah, cu adevărat Tu mi-ai creat sufletul și Tu îl vei lua înapoi. Ție Îți aparține viața și moartea lui. Dacă îl vei ține în viață, protejează-l, și dacă îi vei lua viața, atunci iartă-l. O, Allah, cu adevărat, Îți cer să-mi dai sănătate!”** (Muslim)

6. „O, Allah, protejează-mă de Pedepsa Ta în ziua în care robii Tăi sunt înviați!” (Abu Dawud și Tirmidhi)
 Aceasta se spune de trei ori. Persoana trebuie să rostească aceasta în timp ce își pune palma dreaptă sub obrazul drept.

7. A spune: *Subhan Allah* (Slăvit fie Allah) de treizeci și trei de ori, *Alhamdu Lillah* (Lăudat fie Allah!) de treizeci și trei de ori și *Allahu Akbar* (Allah este Cel mai Mare!) de treizeci și trei de ori. (Bukhari și Muslim)

8. „Toată Slava I se cuvine lui Allah, care ne-a hrănit, ne-a dat de băut, care ne-a îndestulat și care ne-a dat adăpost, căci mulți dintre noi nu au pe nimeni care să îi îndestuleze și pe nimeni care să le ofere adăpost.” (Bukhari și Muslim)

9. „O, Allah, Cunoscător al celor nevăzute și al celor văzute, Creator al Cerurilor și al Pământului, Domn al tuturor lucrurilor și Stăpânitor, mărturisesc că nu există altă Divinitate în afară de Tine. Caut adăpost la Tine de răul din mine însumi, de răul lui Șeitan și de ispita sa și de la a comite vreun rău împotriva sufletului meu sau împotriva unui alt musulman.” (Abu Dawud și Tirmidhi)

10. „O, Allah, m-am supus Ție și Ți-am încredințat Ție treburile mele. Mi-am întors capul către Tine și m-am lăsat în Voia Ta, cu speranță și cu teamă de Tine. Nu există adăpost sau refugiu departe de Tine, ci doar cu Tine. Cred în Cartea Ta, pe care Tu ai trimis-o și în Profetul Tău, pe care Tu l-ai trimis.” (Bukhari și Muslim)

11. „O, Allah, Stăpân al celor șapte Ceruri și Stăpân al Tronului cel Măreț, Stăpân al nostru și Stăpân al tuturor lucrurilor, Despicator al seminței și al sâmburelui,

Revelator al Torei, al Evangheliei și al Furqan-ului (Îndreptarul), caut adăpost la Tine împotriva răului din orice lucru. O, Allah, Tu ești Cel Dintâi, căci nu există nimic înainte de Tine, Tu ești Cel din Urmă, căci nu există nimic după Tine, Cel mereu Prezent, căci nu este nimic deasupra Ta și Cel Permanent, căci nu este nimic alături de Tine, plătește datoria pentru noi și îmbogățește-ne pe noi după sărăcie!” (Muslim)

12. Recitarea ultimelor două versete din Surat Al-Baqara, începând cu **„Allah este cu Putere peste toate! Trimisul a crezut în ceea ce i-a fost pogorât de la Domnul său, asemenea și dreptcredincioșii..”**, iar acestea două vor fi de ajuns pentru cel care le recită noaptea, conform unui *hadith* relatat de Bukhari și Muslim.

- Învățații se diferențiază cu privire la semnificația cuvintelor **„va fi de ajuns pentru el”**: s-a spus că: ele sunt de ajuns pentru persoana care le recită și nu va mai trebui să efectueze *qiyam*¹ noaptea. De asemenea, s-a spus că acestea îl protejează împotriva răului și adversității. An-Nawawi a spus: *„Ele pot semnifica ambele lucruri...”*

13. Persoana trebuie să fie pură, după cum ne spune Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!):

„Atunci când mergi la culcare, efectuează abluțiunea așa cum faci pentru rugăciune...” (Bukhari)

14. A dormi pe partea dreaptă: **„...apoi întinde-te pe partea dreaptă...” (Bukhari și Muslim)**

¹ **Qiyam:** rugăciune voluntară realizată noaptea, după rugăciunea Isha

15. Persoana trebuie să își pună mâna dreaptă sub obraz:

„Atunci când mergea la culcare, Mesagerul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) își punea mâna dreaptă sub obraz...” (Nasa’i și Bukhari)

16. Scuturarea patului de praf: **„Atunci când unul dintre voi merge la culcare, trebuie să scuture (de praf) așternutul, deoarece nu știe ce a căzut pe el în absența sa...” (Bukhari și Muslim)**

17. Recitarea Surei Al-Kafirun (109): **„Spune: «O, voi, necredincioși!»”**, iar fructul acestui lucru este acela că persoana va fi departe de politeism, va muri în religia islamică (musulman), după cum este relatat într-un *hadith* autentic de la Bukhari, autentificat de către Hafiz și Albani.

• An-Nawawi (Allah să aibă milă de el!) a spus: *„Persoana ar trebui să facă toate aceste lucruri (relatate în acest capitol), însă, dacă nu poate, ea trebuie să facă ceea ce poate din acestea sau cele mai importante puncte din acestea.”*

• Am observat că cei mai mulți oameni dorm o dată ziua, o dată noaptea, fapt pentru care ei aplică aceste acte *Sunnah*, sau câteva dintre ele, de două ori; știut fiind faptul că aceste acte *Sunnah* nu sunt restricționate doar pentru timpul nopții; ele includ și momentele în care persoana doarme și în timpul zilei.

Fructele aplicării acestor acte *Sunnah* la momentul somnului sunt:

1. 100 *sadāqa* (fapte caritabile) sunt scrise pentru musulmanul care păstrează aceste gloriificații în mod constant înainte de culcare, după cum ni se spune în *hadith*-ul:

„Cu fiecare dimineață (care vine), (se impune ca) pentru fiecare oscior al vostru (să dați) o milostenie (sadāqa); și fiecare «tasbih» este o milostenie; și fiecare «tahmidah» este o milostenie; și fiecare «tahlilah» este milostenie; și a îndemna la ceea ce este bun este milostenie...” (Abu Dawud și Tirmidhi)

An-Nawawi (Allah să aibă milă de el!) a spus: „*Acestea au aceeași răsplată...*”

2. Dacă musulmanul rostește aceste gloriificări înainte de somn, 100 de copaci vor fi plantați pentru el în Paradis, după cum am arătat în *hadith*-ul anterior de la Ibn Majah, cu privire la fructele primite în cazul *adhkar*-ului de după rugăciune.

3. Allah își protejează robii de rău, ținându-l departe de ei în acea noapte, iar persoana este protejată de orice rău și răni.

4. Robul își termină ziua pomenindu-L pe Allah, supunându-I-se Lui, punându-și încrederea în El, cerându-I ajutorul și mărturisind Unicitatea Sa.

Ațiunile se judecă după intenții

Dragii mei, trebuie să știți că toate acțiunile voastre din timpul unei zile, precum mâncatul, dormitul, muncitul etc., pot fi preschimbate în acte de adorare, câștigând mii de „*hassanat*” (binecuvântări), numai dacă intenționați, prin acestea, să vă apropiați de Allah. Mesagerul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Cu adevărat, faptele (sunt răsplătite) conform intențiilor și, cu adevărat, fiecare om (va avea că răsplată) ceea ce a intenționat (dintre faptele bune).” (Bukhari și Muslim)

Spre exemplu: atunci când musulmanul doarme devreme pentru a putea să efectueze rugăciunile de noapte și rugăciunea de la ivirea zorilor, actul său se transformă în act de adorare; la fel se întâmplă cu toate actele permise din timpul zilei.

Nu pierde șansa!

Nu pierde șansa de aplica mai multe forme de adorare în același timp... Cum?

1. Atunci când mergi la moschee, poți merge cu mașina și aceasta va primi răsplată, bineînțeles, însă, dacă faci și alte acțiuni în timp ce mergi la moschee, cum ar fi Slăvirea lui Allah sau recitarea și ascultarea Coranului. În acest mod, aplici mai mult decât un act de adorare în timp ce mergi la moschee.

2. Dacă mergi la o nuntă – bineînțeles, una cu tradiție islamică – poți sta și să Îl slăvești pe Allah sau le poți vorbi oamenilor despre chestiuni folositoare privitoare la islam.

Pomenirea lui Allah în orice moment

1. Pomenirea lui Allah este la baza servitudinii față de Allah, deoarece este principalul aspect al relației dintre rob și Creatorul Său, în toate timpurile și condițiile. Aishah (Allah să fie mulțumit de ea!) a relatat că:

„Mesagerul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să își amintească de Allah în orice moment.” (Muslim și Tirmidhi)

* A fi conectat cu Allah înseamnă viață, căutarea adăpostului la El înseamnă salvare, a fi lângă El înseamnă succes și mulțumire și a fi departe de El înseamnă pierdere și deviere.

2. Pomenirea lui Allah este cea care face diferența dintre un credincios și un ipocrit, din moment ce una dintre caracteristicile ipocritului este aceea că nu Îl pomenește pe Allah decât puțin timp.

3. Șeytan nu îl domină pe om, cu excepția celui care uită de pomenirea lui Allah, căci aceasta face persoana să fie imună la orice rău și o protejează împotriva capcanelor lui Șeytan.

* Se știe că lui Șeytan îi place ca omul să uite de pomenirea lui Allah.

4. Pomenirea (*dhikr Allah*) este calea spre fericire. El, Preaînaltul și Preaslăvitul, spune:

„Pe cei care cred și ale căror inimi sunt liniștite întru pomenirea lui Allah, căci prin pomenirea lui Allah se liniștesc inimile.” [Traducerea sensurilor Coranului cel Sfânt, 13:28]

5. Persoana trebuie să își amintească în permanență de Allah, deoarece oamenii din Paradis nu vor avea niciun alt regret cu excepția faptului că în această viață nu l-au pomenit mai mult pe Allah, Preaînaltul și Preaslăvitul.

Cu adevărat, pomenirea continuă a lui Allah înseamnă o relație continuă cu El, Preaînaltul.

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

„Învățații au fost de acord că pomenirea lui Allah, atât cu inima, cât și cu limba, este permisă chiar și pentru cei a căror abluțiune nu este validă, pentru cei care nu sunt curați, pentru femeile aflate la menstruație sau în perioada postnatală. Aceasta include slăvirea (a spune: «Subhan Allah!»), laudarea (a spune: «Alhamdu Lillah!»), a spune: «Allahu Akbar (Allah este Cel mai Mare!)!», a spune: «Lā ilāha ill Allah (Nu există altă Divinitate în afară de Allah)», a fi cere lui Allah să își trimită pacea și binecuvântările asupra Mesagerului lui Allah și suplicația. Aceasta nu este la fel cu recitarea Coranului.”

6. Cel care Îl pomenește pe Domnul Său, Cel Preaslăvit și Preaînalt, va fi pomenit de Allah. El, Preaînaltul, spune:

„Pomeniți-Mă pe Mine și o să-Mi aduc aminte de voi! Și să-mi fiți mulțumitori. Să nu fiți fără credință față de Mine!” [Traducerea sensurilor Coranului cel Sfânt, 2:152]

Dacă omul simte o plăcere deosebit de mare atunci când i se aduce la cunoștință că un mare rege l-a pomenit într-o adunare și că acesta l-a slăvit, atunci cum ar trebui el să se simtă dacă Allah, Stăpânul tuturor lucrurilor, Preaînaltul, l-a menționat pe el dintr-o mulțime; care dintre acestea este cea mai bună pomenire?

7. Pomenirea lui Allah nu înseamnă șoptirea unui cuvânt sau a unor cuvinte, în timp ce inima nu este activă, a uita de slăvirea lui Allah și neascultarea Sa. Pomenirea verbală trebuie să fie acompaniată de raționament și de înțelegerea semnificațiilor cuvintelor rostite. El, Preaînaltul, spune:

„Pomenește-L pe Domnul tău în sufletul tău, cu umilință și frică, fără a o rosti cu glas tare, atât dimineața cât și seara și nu fi dintre cei nepăsători!” [Traducerea sensurilor Coranului cel Sfânt, 7:205]

* Persoana care îl pomenește pe Allah trebuie să fie conștientă de ceea ce spune, astfel încât pomenirea inimii și pomenirea limbii să se unească și persoana să fie conectată cu Domnul său în mod evident și imanent.

Meditarea asupra binecuvântărilor lui Allah

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Meditează asupra darurilor lui Allah, dar nu medita asupra lui Allah!” (Tabarani în Al-Awsat și Baiyhaqi în Ash-Shi’ab. Albani l-a clasificat ca fiind hasan)

Una dintre faptele repetate în mod constant de către un musulman, zi și noapte, este reprezentată de conștientizarea binefacerilor lui Allah asupra sa. Sunt multe situații și multe povești pe care musulmanul le aude în timpul unei zile, ceea ce îl determină să mediteze asupra binecuvântărilor primite, la

toate cele cu care El l-a binecuvântat și să Îl slăvească pe Allah pentru acestea.

1. Ești conștient de binecuvântările lui Allah atunci când mergi la moschee? Poți observa cum multe dintre persoanele din jurul tău au fost private de această binecuvântare, mai ales în zorii zilei, la rugăciunea de Fajr, când privești la casele musulmane, care se află în somn profund, ca și când aceștia ar fi morți?!

2. Ești conștient de binecuvântările lui Allah asupra ta atunci când mergi pe stradă și observi anumite scene, precum cineva a avut un accident sau anumite persoane care cântă cu voce tare din mașină și așa mai departe?!

3. Ești conștient de binecuvântările lui Allah asupra ta atunci când citești anumite știri din întreaga lume despre foamete, inundații, răspândirea unor boli, accidente, cutremure de pământ, războaie sau persoane fără casă?!

Pot spune că un rob care a izbândit este cel a cărui inimă, sentimente și senzații dispar atunci când se gândește la binecuvântările lui Allah, în orice moment și la orice întâmplare. El rămâne în mod constant mulțumitor și Îl slăvește pe Allah, mulțumindu-I pentru binecuvântările Sale, cu care El l-a binecuvântat, așa cum sunt religia, sănătatea, prosperitatea și siguranța în fața răului...

A citi Coranul în întregime în fiecare lună

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„...Citește Coranul într-o lună!...” (Nasa’i)

Cel mai ușor mod prin care se poate face acest lucru: încearcă să ajungi la moschee cu 10 minute înainte de începerea fiecărei rugăciuni, astfel încât vei putea citi două pagini înainte și după fiecare rugăciune. În acest mod, va fi posibil ca tu să termini 20 pagini pe zi; aceasta este echivalentul unei întregi părți (*juz*) din Coran. În acest mod, vei putea să completezi citirea întregului Coran în fiecare lună.

Concluzii

Aceasta este ceea ce am putut colecta dintre actele *Sunnah* zilnice ale iubitului nostru Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!). Îi cerem lui Allah să facă posibil ca noi să le aplicăm în viața noastră zilnică până la ultima suflare.

Îi mulțumesc lui Allah pentru tot ceea ce El mi-a oferit!

Khaled Al-Husainan



www.islamhouse.com

WWW.ISLAMHOUSE.COM