

Um dia na vida de um muçulmano (parte 2 de 2): Do meio-dia a hora de dormir

Descrição: Uma continuação da lição sobre como transformar as atividades cotidianas em atos de adoração recompensados seguindo a rotina espiritual diária de um muçulmano.

Por Imam Mufti

Publicado em 02 Dec 2019 - Última modificação em 25 Jun 2019

Categoria: Lições > [Estilo de Vida, Valores Morais e Práticas Islâmicas](#) > [Valores Morais e Práticas Gerais](#)

Pré-requisitos

- Oração para iniciantes (2 partes).
- Exegese simples de três *surahs* curtas do Alcorão.

Objetivos

- Conhecer a rotina espiritual diária de um muçulmano do meio-dia até a hora de dormir.

Termos em árabe

- *Salah* - Palavra em árabe que indica uma conexão direta entre o crente e Allah. Mais especificamente, no Islam, refere-se às cinco orações diárias obrigatórias e é a forma mais importante de adoração.
- *Wudu* - Ablução.
- *Fajr, Dhuhur, Asr, Maghrib, Isha* - Os nomes das cinco orações diárias no Islam.
- *Rakah* - Unidade de oração.
- *Hadith* (plural: *ahadith*) - É um relato ou uma história. No Islam, refere-se a um registro narrativo dos ditos e ações do Profeta Muhammad e seus companheiros.

À tarde

(1) O muçulmano deve almoçar de forma saudável, respeitando as diretrizes islâmicas sobre os alimentos.

(2) Realizar as quatro *rakahs* da oração do *Dhuhur*. Além disso, deve tentar rezar duas ou quatro *rakahs* de *sunnah*^[1] antes e duas *rakahs* depois. Os homens devem tentar realizar as orações obrigatórias em congregação na mesquita, especialmente se a mesquita estiver perto de seu trabalho/escola, e aos finais de semana. Quanto às orações em congregação, o Profeta (que a misericórdia e as bênçãos de Allah estejam sobre ele) disse:

"A oração em congregação é superior à oração realizada individualmente em vinte e sete graus."
[\[2\]](#)

Quanto às orações *Sunnah*, Aisha (que Allah esteja satisfeito com ela) disse:

"Quando o Profeta estava em minha casa, rezava quatro *rakahs sunnah* antes da oração do *Dhuhur*, depois ia e dirigia a congregação, e depois voltava para casa e rezava duas *rakahs sunnah*. Da mesma forma, depois de ter dirigido a oração do *Isha*, voltava e rezava duas *rakahs sunnah*."[\[3\]](#)

É preferível que as mulheres realizem as orações obrigatórias e as orações *sunnah* em casa. Quanto à oração de uma mulher, o Profeta (que a misericórdia e as bênçãos de Allah estejam sobre ele) disse:

"Não impeçam as mulheres de irem às mesquitas, embora suas casas sejam melhores para elas."

(3) O muçulmano deve realizar a oração do *Asr* (4 *rakahs*) a tempo, tendo consciência de sua importância, como o Profeta disse:

"Quem abandona a oração do *Asr* é como quem perdeu sua família e seus bens."[\[4\]](#)

"Uma pessoa que realizou as orações do *Fajr* e do *Asr* não será enviada ao Inferno."[\[5\]](#)

(4) Existem várias súplicas que podem ser recitadas antes do anoitecer, mas como são muito longas, serão guardadas para outra lição.

A noite

(1) Um muçulmano entra em sua casa em nome de Allah dizendo a súplica:

Bismillahi wa-lajna, wa Bismillahi kharajna, wa-'ala Rabbinaa tawak-kalnaa.

"Em nome de Allah entramos e em nome de Allah saímos, e depositamos nossa confiança em nosso Senhor."[\[6\]](#)

(2) Realizar os três *rakahs* da oração do *Maghrib*, tratando de realizar dois *rakahs sunnah* no final. O homem muçulmano deve fazer todo o possível para rezar na mesquita, se vive razoavelmente perto de uma. É aconselhável levar as crianças para se acostumarem a adorar a Deus na mesquita. Aqueles que moram longe da mesquita devem se esforçar para realizar as orações juntos em família. Essa é uma boa maneira de fortalecer o vínculo familiar e dar um exemplo positivo para as crianças.

(3) Fazer um círculo de estudo dentro de casa. A noite é um bom momento para os membros da família se reunirem para estudar o Alcorão, o *Hadith*, a *Sirah* (biografia do Profeta Muhammad) e outras áreas de conhecimento do Islam. Isso pode ser incluído no programa de atividades da família diariamente ou semanalmente. Embora os pais sejam os principais responsáveis por separar os temas de estudo, as crianças mais velhas podem ser instruídas a preparar um tópico para que apresentem ao grupo. Incentivá-los a participar ativamente aumentará seu entusiasmo

e interesse em aprender. Métodos criativos e atraentes podem ser usados para manter a atenção das crianças mais novas, embora elas não devam ser forçadas a ficar sentadas por longos períodos de tempo. Quanto à importância do ensino, o Profeta disse:

"Cada um de vós é um pastor, e cada um de vós é responsável por seu rebanho. O governante é um pastor e é responsável por seu rebanho. Um homem é o pastor de sua família e é responsável por seu rebanho. Uma mulher é a pastora da casa de seu marido e é responsável por seu rebanho." [7]

O cuidado que se tem para ensinar aqueles pelos quais se é responsável, se feito com a intenção de agradar a Allah, em vez de si mesmo ou da família, é considerado um ato de adoração.

(4) Um muçulmano deve ter cuidado com o que vê na TV e com quanto tempo gasta na internet ou em salas de chat. Uma parte da noite deve ser dedicada a conversar com a família, pois é o momento ideal para abordar questões familiares, e é mais provável que a maioria dos membros da família esteja presente. O pai deve estar disponível para os membros de sua família, discutir regras, horários, planejar férias, discutir questões da adolescência, etc. Fazer isso regularmente inculca responsabilidade e respeito nos filhos, fará com que sintam que são uma parte vital da família, e o pai desempenhará um papel responsável na criação dos filhos. À medida que as crianças amadurecem e atingem a idade da responsabilidade, torna-se necessário incluí-las nas discussões, na tomada de decisões e até no planejamento financeiro, especialmente nos assuntos que lhes dizem respeito. Este é realmente um momento para eles aprenderem como uma família deve funcionar, uma vez que eventualmente formarão suas próprias famílias. Obviamente, os pais devem se esforçar para dar um bom exemplo de comportamento aos filhos, para que eles os imitem. Controlar suas atividades de lazer e fortalecer o vínculo familiar para agradar a Allah são ações que pesarão a nosso favor quando formos chamados a prestar contas no Dia do Juízo.

Um muçulmano conclui qualquer reunião ou encontro dizendo:

'*Subhanakal-laa'hum'ma wa bi'ham'dik. Ash'hadu an laa e'laahah il'la anta astagh-fi'ruka wa a'tu-bu i'laik'*

'Quão perfeito és Tu, ó Allah, e eu O louvo. Presto testemunho de que ninguém tem o direito de ser adorado, a não ser Tu. Busco Teu perdão e volto a Ti em arrependimento.' [8]

(5) Realizar quatro *rakahs* da oração do *Isha* e, se possível, fazer dois *rakahs sunnah* e um ou três *rakahs de Witr* depois dela.

O Mensageiro de Allah disse:

"Nenhum *salah* é mais pesado para os hipócritas do que o *Fajr* e o *Isha*, mas se soubessem que bênção há neles, certamente viriam buscá-los, mesmo que tivessem que engatinhar." [9]

(6) Um muçulmano não deve perder tempo assistindo filmes, jogando cartas ou outras atividades fúteis até tarde da noite. Evitar tais coisas para agradar a Allah será considerado uma boa ação. Ficar acordado até tarde da noite faz mal à saúde e torna mais difícil levantar-se para a oração do *Fajr*.

Todas as noites, quando o Profeta ia para a cama, juntava as mãos e soprava nelas

depois de recitar as *surahs Al-Ikhlâs, Al-Falaq e An-Nas*.[\[10\]](#) Então esfregava as mãos sobre tudo o que alcançava de seu corpo, começando pela cabeça, o rosto e a frente do corpo. Costumava fazer isso três vezes.[\[11\]](#)

O Profeta disse:

"Quando forem dormir, recitem o versículo do trono (*Ayat Al Kursi*): 'Allah, não existe deus senão Ele, O Vivente, Aquele que subsiste por Si mesmo...'(Alcorão 2: 255) até o fim, porque então permanecerá sobre vós um guardião de Allah, e Satanás não se aproximará até que amanheça."[\[12\]](#)

Também é preferível fazer *wudu* antes de dormir e deitar-se do lado direito.

Notas de rodapé:

[\[1\]](#) A palavra *Sunnah* nesta lição se refere às orações que são recomendadas, mas não obrigatórias.

[\[2\]](#) *Sahih Al-Bukhari, Sahih Muslim*

[\[3\]](#) *Sahih Muslim*

[\[4\]](#) *Sahih Al-Bukhari, Sahih Muslim*

[\[5\]](#) *Sahih Muslim*

[\[6\]](#) *Abu Dawud*

[\[7\]](#) *Sahih Al-Bukhari, Sahih Muslim*

[\[8\]](#) *Tirmidhi*

[\[9\]](#) *Sahih Al-Bukhari, Sahih Muslim*

[\[10\]](#) Há outras súplicas para recitar antes de dormir, mas são bastante longas, então serão guardadas para outra lição.

[\[11\]](#) *Sahih Al-Bukhari e Sahih Muslim*

[12] *Sahih Al-Bukhari*

Endereço da web deste artigo:
<http://www.newmuslims.com/pt/lessons/74>

Copyright (Direitos Autorais) © 2011-2022 [NewMuslims.com](http://www.NewMuslims.com). Todos os direitos reservados.

ajsultan