

# Khushu na oração.

**Descrição:** O que é khushu e como alcançá-lo e mantê-lo.

Por Aisha Stacey (© 2014 NewMuslims.com)

Publicado em 06 Jan 2020 - Última modificação em 25 Dec 2014

Categoria: Lições > [Atos de Adoração](#) > [As Orações](#)

---

Objetivos:

- Compreender as sutilezas da palavra *khushu* e como ela se relaciona com a nossa oração.

Termos em árabe:

- *Aayat* - (singular - *ayah*) Esta palavra pode ter muitos significados. É quase sempre usada quando se fala de evidências de Allah. Isso inclui evidências, versículos, sinais e revelações.
- *Shaytan* - É a palavra usada no Islam e no idioma árabe para se referir ao diabo ou Satanás, a personificação do mal.
- *Sahabah* (plural de *sahabi*) - Significa "companheiros". Um *sahabi*, como a palavra é comumente usada hoje em dia, é alguém que viu o Profeta Muhammad, acreditou nele e morreu como muçulmano.
- *Salah* - Palavra em árabe que indica a conexão direta entre o crente e Allah. Mais especificamente, no Islam, refere-se às cinco orações diárias formais e é o ato de adoração mais importante.
- *SubhanAllah* - Quão perfeito é Allah, Ele está livre de qualquer defeito.
- *Tafsir* - É uma explicação ou interpretação de um texto. Normalmente, um texto sagrado, neste caso, o Alcorão.
- *Waswas* - Insinuações de *Shaytan* particularmente para interromper ou destruir a adoração.
- *Sutrah* - Uma "barreira" material que a pessoa coloca diante de si quando ora.
- *Din* - O modo de vida baseado na revelação islâmica, a soma total da fé e prática do muçulmano. *Din* é frequentemente usado para se referir à fé ou religião do Islam.
- *Du'a* - Súplica, oração, pedir algo a Allah
- *Adhan* - A maneira islâmica de chamar os muçulmanos para realizar as cinco orações obrigatórias.

## O que é *Khushu*?

Em um momento ou outro, você pode ouvir alguém dizer que deseja ter mais *khushu* em suas orações. *Khushu* pode ser traduzido como humildade e devoção na oração. É o estado de espírito que lhe permite transcender as preocupações cotidianas que flutuam dentro e fora de sua mente, interrompendo seu foco na oração. Todos nós precisamos de um pouco mais de *khushu*, alguns de nós mais do que outros, mas até os maiores e mais dedicados de nós às vezes reclamam de sua falta de *khushu*.



*Khushu* na oração significa concentração, humildade e submissão. Significa combater de todo o coração quaisquer distrações ou *waswas* que surgem em nossas mentes quando devemos estar totalmente focados em adorar a Allah. Uma das conspirações mais significativas de *Shaytan* é interromper a oração. Ao fazer isso, ele atinge dois objetivos; ele rouba as pessoas da alegria de adorar a Deus e, ao mesmo tempo, as faz perder parte ou toda a recompensa. Um dos *sahabah* nos disse que o Profeta Muhammad disse: "A primeira coisa que você perderá em sua religião é o *khushu* e a última coisa que você perderá em sua religião é o *salah*..." [1]

**"Bem-aventurados os crentes, que são humildes em suas orações."  
(Alcorão 23: 1-2).**

Podemos dizer que alcançamos o *khushu* quando uma pessoa é capaz de esvaziar seu coração e mente para a oração e se concentrar nela, excluindo tudo e preferindo estar orando em vez de qualquer outra coisa. Todos sabemos que isso pode ser muito difícil, especialmente quando somos atormentados pelos *waswas* de *Shaytan*.

Quando uma pessoa está com a intenção de orar, o *Shaytan* fica com ciúmes e começa um ataque que é projetado para arruinar a oração. Ele distrairá o crente por todos os meios possíveis, ele o irritará sussurrando. Você fez sua ablução corretamente; você deixou o fogão aceso? Ele até usa assuntos do dia fazendo você pensar em outra coisa que não a oração.

## Oito maneiras fáceis de obter e manter o *khushu*.

- 1) Prepare-se para a oração corretamente. Você pode fazer isso repetindo as palavras do *adhan* e fazendo *du'a*. Prestando atenção à sua ablução e lembrando o tempo todo de Allah. Certifique-se também de que suas roupas e local de oração estejam limpos e arrumados. Allah é, obviamente, o mais merecedor de nossas vestimentas limpas e arredores.
- 2) Mova-se com calma para o local da oração e também durante a oração. Não se mova

pelas posições de oração como uma galinha bicando no chão. A pressa impede o *khushu*.

- 3) Lembre-se da morte e o que nos espera após a morte. O Profeta Muhammad disse: "Lembre-se da morte em sua oração, pois o homem que se lembra da morte deve orar corretamente e fazer a oração de um homem que não pensa que fará outra oração."[\[2\]](#)
- 4) Pense nas palavras da oração e nos versículos recitados do Alcorão. O Alcorão foi revelado para refletirmos sobre ele, e por isso ajudaria muito ler um *tafsir*. Faça uma pausa no final de cada *ayat* e interaja com as palavras. Por exemplo, quando o Profeta Muhammad recitou um verso que mencionava a glorificação, disse *SubhanAllah*; se o versículo mencionava a busca de refúgio em Allah, ele o fazia. [\[3\]](#)
- 5) Recite em um tom lento e rítmico e tente embelezar sua voz. Allah diz no Alcorão: "... e **recite o Alcorão claramente e meditando sobre seu significado**" (Alcorão 73: 4). Uma velocidade lenta e medida leva mais à reflexão.
- 6) Lembre-se de que Allah responde às orações. A oração é uma conexão e conversa com Allah e deve ser concedido seu valor apropriado. Fale calmamente e faça uma pausa para que Allah responda.
- 7) Orar (se possível) na frente de uma *sutrah*. Pode ser uma parede ou uma árvore se estivermos ao ar livre, ou colocando uma cadeira em frente ao nosso local de oração. Isso limitará seu campo de visão e impedirá qualquer pessoa que queira passar na sua frente. Também é aconselhável não orar em locais barulhentos ou onde há muitas distrações.
- 8) Olhe para o local da prostração. Aisha, a amada esposa do Profeta Muhammad, relatou que ele costumava orar com a cabeça inclinada para a frente e olhando para o chão.[\[4\]](#) Tente não distrair sua visão, com sons ou pensamentos, tente ter o mínimo de distrações possível.

## As vantagens de ter o *khushu*

- 1) O Profeta Muhammad disse: "**Aquele que, quando chegar a hora da oração, realizar sua ablução, tiver a atitude adequada de *khushu* e se curvar corretamente, terá seus pecados passados perdoados, desde que não sejam grandes. E assim será durante toda a vida.**"[\[5\]](#)
- 2) As recompensas para a oração são proporcionais ao nível de *khushu*, levando em consideração o esforço e a intenção.
- 3) Quem ora com *khushu* se sentirá mais leve ao final de sua oração, como se seus encargos tivessem sido levantados e ele estivesse revigorado.

Em conclusão, devemos sempre ter em mente que o *khushu* na adoração é um problema sério, e não tê-lo é simplesmente uma calamidade. Até o Profeta Muhammad se refugiou de um coração sem *khushu*.[\[6\]](#)

---

Notas de rodapé:

[1] *Al Madarij* 1/521

[2] *Silsilat al-Ahadith as-Sahihah* por *Sheikh Albani*

[3] *Sahih Muslim*

[4] Al-Hakim e Sahih, de acordo com as condições de Bukhari, Muslim e Sheikh Albani.

[5] *Sahih Muslim*

[6] *At-Tirmidhi*

Endereço da web deste artigo:

<http://www.newmuslims.com/pt/lessons/271>

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

ajsultan