

# 33 formas de desarrollar la concentración durante la oración

[ Español - Spanish - إسباني ]

Shéij Muhámmad Salih al-Munáyyid

**Traducción:** Lic. M. Isa García

**Revisión:** Moammar Derman

2013 - 1434

IslamHouse.com

# 33 سبباً للخشوع في الصلاة

« باللغة الإسبانية »

محمد صالح المنجد

ترجمة: محمد عيسى غارسيا

2013 - 1434

IslamHouse.com

# Índice

Introducción .....	6
Modestia y discreción en la piedad durante la oración .....	8
Normas sobre la concentración en la oración .....	12
Medios para desarrollar la concentración en la oración .....	15
1 – Esforzarse en obtener las cosas que permiten y fortalecen la concentración. ....	15
Prepararse apropiadamente para la oración .....	16
Moverse a paso moderado durante la oración .....	17
Recordar la muerte mientras rezamos .....	18
Meditar en los versos y súplicas que se están recitando durante la oración e involucrarse con ellos .....	19
Hacer una pausa al final de cada verso .....	25
Saber que Dios responde las oraciones .....	27
Colocar una barrera (sutra) en frente y rezar cerca de ella .....	28
Colocar la mano derecha sobre la izquierda y ambas sobre el pecho .....	29
Posar la mirada en el lugar de la postración .....	30
Balancear suavemente el dedo índice .....	33
Variando la recitación de capítulos, versos, oraciones y súplicas en la oración .....	34
Realizar la Postración de At-Tilawah .....	40
Buscar refugio en Dios de Satanás, el maldito .....	42
Conocer el ejemplo de las primeras generaciones piadosas .....	48
Conocer las ventajas de la concentración durante la oración .....	52
Recitando oraciones para recordar a Dios después de la oración .....	58
Formas de evitar las distracciones y todo aquello que pueda influir negativamente en la concentración durante la oración .....	58
Evitar la ropa demasiado decorada o llamativa .....	60
No rezar cuando uno necesita ir al baño .....	61
No rezar cuando uno siente mucho sueño .....	62
No rezar detrás de alguien que está hablando o durmiendo .....	63
No obsesionarse con alisar el suelo cuando se reza .....	64
No distraer a otros con nuestra propia recitación .....	65
No darse vuelta cuando uno está rezando .....	66
No mirar hacia arriba (hacia el cielo) .....	68
No escupir hacia el frente cuando se está rezando .....	69
Intentar no bostezar durante la oración .....	69
No poner las manos en jarras sobre las caderas durante la oración .....	70
No arrastrar nuestras vestimentas durante la oración .....	70
Evitar parecerse a los animales en sus movimientos .....	72

Cuando el orante sufre dudas y pensamientos negativos (susurros)	
.....	73
Conclusión .....	76



# Introducción

En el nombre de Dios, El Clemente, El Misericordioso.

Alabado sea Dios, Señor del Universo, Quien ha dicho en Su Libro (traducción del significado):

**“... y cumplidla (la oración) con sometimiento a Dios” (Al-Báqarah, 2:238)**

Y ha dicho acerca de la oración (traducción del significado):

**“Por cierto que la práctica de la oración es difícil, excepto para los piadosos” (Al-Báqarah, 2:45)**

Y que Dios bendiga y otorgue la paz al líder de los humildes, nuestro Profeta Muhámmad, el Mensajero de Dios, y a toda su familia y sus compañeros.

La oración es el más importante de los pilares prácticos del Islam, y concentrarse durante ella logrando el estado de ánimo correcto es algo requerido por la ley islámica. Cuando Satanás, el enemigo de Dios, juró tentar y desviar a los hijos de Adán, dijo: **“Los atacaré por delante y por detrás, por la izquierda y por la derecha...” (Al-A’ráf, 7:17)**, uno de los recursos más significativos que se propuso usar fue distraer a los orantes cuando rezan, para privarlos de la alegría de un acto de culto bien realizado, y que pierdan la recompensa por él.

Hudaifah (que Dios esté complacido con él) dijo: “La primera cosa de tu religión que perderás es la concentración; y la última cosa que perderás de ella, es la oración. Habrá gente rezando sin ninguna bondad, y pronto irás a la

mezquita y no encontrarás a nadie que se concentre durante la oración” (Al-Madárich, 1/521).

Como la concentración será la primera cosa que desaparecerá de la Tierra al final de los tiempos, las palabras de Hudaifah cobran una particular importancia.

Para los musulmanes, es obvia la necesidad de una discusión detallada sobre el tópico de la concentración durante la oración, porque lo experimentamos en nuestras vidas diarias, y porque escuchamos diariamente a la gente quejarse por las tentaciones y pensamientos durante la oración que interfieren con nuestra concentración.

Lo siguiente es un recordatorio para mí mismo y para mis hermanos musulmanes, y le pido a Dios que sea de beneficio.

Dios dijo (traducción del significado):

**“Por cierto que triunfarán los creyentes 2. Que observen sus oraciones con sumisión” (Al-Mú'mínún, 23:1-2).**

Es decir, con temor reverencial hacia Dios y calmadamente.

La concentración en la oración islámica significa muchas cosas, y juntas dan como resultado la actitud y el estado anímico correcto con el cual el musulmán debe dirigirse a Dios al rezar. Lo que motiva al musulmán a lograr estos estados de ánimo, es el temor a Dios y recordar que Él siempre nos está observando (Exégesis coránica de Ibn Kázir, edición de Dar ash-Sha'b, 6/414).

La concentración en la oración implica presentarse ante Dios con un corazón humilde y sometido a Él (Al-Madáríh 1/520).

Se reportó que Muyáhid (que Dios esté complacido con él) dijo: **“...y párense ante Dios con obediencia” (Al-Báqarah 2:238)** significa inclinarse en reverencia, con solemnidad y sumisión, bajando la mirada con humildad y temor a Dios, glorificado y exaltado sea” (Ta’zím Qádr as-Salah, 1/188).

Esta solemnidad y sumisión debe sentirse en el corazón, y entonces sus efectos se manifestarán en el cuerpo. Hay diversas facultades que dependen del corazón, y si éste se corrompe por negligencia o tentaciones, las facultades del cuerpo para la adoración también se corromperán. El corazón es como un rey, y sus facultades son como tropas que siguen sus órdenes y van a donde él las manda. Si el rey es destituido, sus seguidores se perderán y caerán en la confusión, que es lo que le sucede a las facultades de una persona cuando su corazón no está concentrado en Dios.

Sin embargo, presumir de piedad y temor a Dios es algo claramente condenado en el Islam, y por eso enumeraremos algunos de los signos de la sinceridad:

## **Modestia y discreción en la piedad durante la oración**

Hudaifah (que Dios esté complacido con él) solía decir: “Tengan cuidado con la piedad de la hipocresía”. Le pre-

guntaron: “¿Cuál es la piedad de la hipocresía?”. Él respondió: “Cuando el cuerpo muestra la humildad y el recogimiento del que carece el corazón”.

Ibn ‘Aiid dijo: “Los musulmanes consideraban censurable mostrar más humildad de la que tenían en su corazón”.

Uno de ellos vio a un hombre rezando mostrando recogimiento en sus hombros, y se acercó y le dijo: “Oh, fulano de tal, la piedad se lleva aquí (y señaló su corazón) y no aquí (y señaló sus hombros)” (Al-Madárích, 1/521).

Ibn Al-Qaím (que Allah tenga misericordia de él) dijo, explicando la diferencia entre la verdadera piedad y la piedad hipócrita: “La piedad de la verdadera fe es cuando el corazón se siente despierto y humilde ante la inmensidad y grandeza del Creador, lleno de temor y humildad ante Dios; un corazón capaz de amar a Dios reconociendo Sus bendiciones, y al mismo tiempo reconocer sus propios pecados. Por lo tanto, no hay duda de que una piedad verdadera en el corazón se manifestará como una actitud de verdadera piedad en el cuerpo.

En cambio, la piedad de la hipocresía es básicamente una demostración exagerada de lo que no hay en el corazón. Uno de los compañeros del Profeta solía decir: “Busco refugio en Dios de la falsa piedad de los hipócritas”. Le preguntaron: “¿Cuál es la falsa piedad de los hipócritas?”. Respondió: “Cuando la actitud corporal intenta mostrar la piedad de la que el corazón carece”.

La persona que siente verdadera humildad ante Dios ya no está gobernada por las llamas del deseo físico. Su corazón se ha purificado y es sensible a la grandeza de Dios.

Su egoísmo ha recibido un golpe de muerte, porque el temor reverencial que llena su corazón influye en sus facultades físicas trayéndole paz y tranquilidad; su corazón encuentra dignidad y refugio en el recuerdo de Dios. Y ciertamente, esto es un favor de Él. Como las tierras bajas hacia las que las aguas fluyen, estableciéndose allí, así es como el corazón se llena de contentamiento. Así es como se siente la persona que se postra ante Dios con humildad y respeto, y así es como esta humildad le trae una sensación de seguridad.

En cambio, el corazón arrogante se contenta con su arrogancia, e intenta elevarse a sí mismo como las colinas, en las cuales el agua nunca se establece”.

La piedad de la hipocresía es exageración y simulacro, y es la actitud de la persona que intenta demostrar o convencer a los demás de que es piadosa, cuando en realidad su intención es utilizar el prestigio que da la piedad para manipular y obtener una ventaja mundana. Entonces, exteriormente simula la piedad como un señuelo, pero dentro de él acechan, como la serpiente del valle o el león de la sabana, sus caprichos y apetitos mundanos (Ar-Ruh, pág. 314, edición Dar al-Firk, Jordania).

La auténtica piedad y concentración durante la oración es cuando el musulmán vacía su corazón de apetitos, deseos, preocupaciones y prisas, y se concentra en ella excluyendo todo lo demás. Sólo entonces la persona la disfruta y se siente confortable en ella, como el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “...y la oración se ha convertido en mi alegría” (Exégesis coránica de Ibn Kázir, 5/456. El reporte

figura en el Musnad Áhmed, 3/128 y en Sahih al-Yami', 3124).

Dios ha mencionado a los hombres y mujeres humildes en Su Libro, y señaló esta cualidad del carácter como la de los elegidos por Él, y nos dijo que para ellos ha preparado el perdón y una inmensa recompensa (es decir, el Paraíso; ver cap. Al-Ahzáb, 33:35).

Uno de los beneficios de realizar la oración con humildad y recogimiento es que lo hace más fácil para la persona. Dios dijo (traducción del significado):

**“Socorreos con la paciencia y la oración. Por cierto que la práctica de la oración es difícil, excepto para los piadosos” (Al-Báqarah 2:45).**

Es decir, que la oración puede ser una pesada carga, excepto para los humildes (Exégesis de Ibn Kázir, 1/125).

La humildad es muy importante, pero es una cualidad que la gente pierde con mucha facilidad y que es raramente vista, especialmente en nuestros días. El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “La primera cosa que se le quitará a esta comunidad será la humildad, hasta que no puedas ver a nadie que la tenga” (Al-Haizami dijo en Al-Maymá', 2/136: “Fue reportado por At-Tabarani en Al-Kabir, y su cadena de transmisión es buena”. Ver también Sahih at-Targuíb, No. 543, donde él dijo: “Es auténtico”).

## **Normas sobre la concentración en la oración**

De acuerdo al punto de vista más correcto, concentrarse con una actitud de humildad y recogimiento durante la oración es algo obligatorio para el musulmán.

El Shéij al-Islam Ibn Taimíah, (que Allah tenga misericordia de él) dijo: “Dios, glorificado y exaltado sea, dijo (traducción del significado):

**“Socorreo con la paciencia y la oración. Por cierto que la práctica de la oración es difícil, excepto para los piadosos” (Al-Báqarah, 2:45).**

Esto implica desaprobación a quienes no se concentran con humildad durante la oración. La desaprobación o censura de una conducta aparece cuando algo obligatorio no se hizo, o cuando se hizo algo prohibido; si quienes no se concentran con humildad son desaprobados por Dios, esto significa que ese estado de ánimo es un deber y una obligación.

Que concentrarse con la actitud apropiada es obligatorio cuando se reza también está indicado por el verso (traducción del significado):

**“Por cierto que triunfarán los creyentes que observen sus oraciones con sumisión todos éstos serán quienes heredarán el Paraíso, en el que morarán eternamente” (Al-Mú'mín, 23:1-2, 10-11).**

Dios, glorificado y exaltado sea, nos dijo que éstos son los que heredarán el Paraíso, lo que implica que quienes tengan la actitud contraria, no lo harán.

Concentrarse con humildad y recogimiento es obligatorio en la oración islámica, y esto incluye hacerlo calmadamente y con obediencia. Quien hace su postración mecánicamente como un pájaro picoteando el suelo, no está concentrándose, y quien no eleva su cabeza completa y pausadamente luego de la inclinación y antes de hacer la postración, no está calmado, porque la calma implica paciencia y parsimonia. Quien no se concentra en su oración y no reza con paciencia, está pecando, igual que quien mira hacia el cielo durante la oración, juega con los dedos sin estarse quieto, mira para los costados y se distrae, o hace alguna de las cosas que el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) prohibió hacer durante la oración..." (Mayma' al-Fatáwa, 22/553-558).

Sobre las virtudes de concentrarse durante la oración y la advertencia para quien no lo hace, el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: "Las cinco oraciones han sido hechas obligatorias por Dios. Quien realice la ablución y la haga correctamente, rece a tiempo y se concentre en ello, Dios le perdonará sus pecados. Pero quien así no lo haga, esto no le estará asegurado (es decir, si Dios quiere lo perdonará, y si quiere lo castigará)". Narrado por Abu Dawud, No. 425; Sahih al-Yámi', 3242.

El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) también dijo: "Quien realice la ablución menor y la haga bien, luego rece dos rak'as y se concentre en ello (de acuerdo a otro reporte habría dicho: "... y no esté pensando en otra cosa"), le serán perdonados los pecados previos (de acuerdo a otra versión: "... le será

garantizado el Paraíso)”. Narrado por al-Bujari, edición Al-Bagha No. 158; An-Nasá'i, 1/95; Sahih al-Yami', 6166).

Cuando observamos las cosas que pueden ayudarnos a concentrarnos con la actitud correcta durante la oración, nos encontramos con que podrían dividirse en dos clases: las que ayudan a fortalecer nuestra concentración, y las que ayudan a evitar las distracciones y preocupaciones.

El Shéij al-Islam Ibn Taimíah (que Allah tenga misericordia de él) explicó las cosas que nos ayudan a concentrarnos:

“Las cosas que nos ayudan a desarrollarla (la concentración): un fuerte deseo y determinación de cumplir con lo obligatorio y rechazar las distracciones.

Con respecto a lo primero, esto significa que la persona se esfuerce en concentrarse en lo que está haciendo y diciendo, meditando en los significados de la recitación coránica, las súplicas y la glorificación de Dios, y teniendo en mente que le está hablando a Dios como si lo viera, cuando se pone de pie para rezar.

Según el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él), la iluminación o el estado de excelencia del alma se define como “adorar a Dios como si lo vieras, porque si tú no puedes verlo, Él sí puede verte”. Cuanto más prueba el servidor la dulzura de la oración, más se sentirá atraído hacia ella, y esto fortalecerá su fe.

Muchos son los medios para fortalecer la fe. El Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) solía decir: “En este mundo, las mujeres y los perfumes me son

queridos, pero mi felicidad está en la oración”. De acuerdo a otro reporte, él también dijo: “Encontremos consuelo en la oración, Oh, Bilal”, y no dijo: “Vamos y terminemos con esto”.

Con respecto a lo segundo, que es evitar las distracciones:

Esto significa esforzarse en apartar todo aquello que pueda llamar tu atención cuando intentas concentrarte en la oración, y evitar los pensamientos que te conduzcan a preocuparte en otra cosa que no sea la oración. Esto es algo que difiere de una persona a otra, según la intensidad de las tentaciones y distracciones que la persona experimente, y los esfuerzos que haga en evitarlo”. Maymu' al-Fatáwa, 22/606-607.

En base a esta división discutiremos ahora alguna de ellas:

## **Medios para desarrollar la concentración en la oración**

### **1 - Esforzarse en obtener las cosas que permiten y fortalecen la concentración.**

Esto puede lograrse de varias formas, como las siguientes:

## ***Prepararse apropiadamente para la oración***

Por ejemplo:

Repitiendo las palabras del llamado a la oración después de quien lo realiza.

Recitando la súplica prescrita después de la oración: “Allahúmma Rábba hádih ad-da’wati it-támmah wa as-salat il-qá’imah, aati Muhámmadan il-wasílata wa al-fadilah, wab’az Allahúmma al-maqám al-mahmud al-ladhí wa’adtah.” (Dios nuestro, Señor de este mensaje perfecto y de la oración establecida, concédele a Muhámmad la intercesión y la morada del Paraíso, y la alta posición que le has prometido).

Recitar una súplica entre el primer llamado a la oración y el último.

Realizar la ablución apropiadamente, diciendo “en el nombre de Dios” antes de realizarla y recitando la súplica prescrita después de ella: “Ash hádu an laa iláha íl-la Allah, wáhdahu laa sharika lah, wa ash hádu áнна Muhámmadan ‘abduhu wa rasuluh. Rábbi ya’alni min at-tawwabínna wa ya’alni min al-mutathahirín” (Atestiguo que no hay más divinidad que Dios, solamente, sin compañero ni asociados, y atestiguo que Muhámmad es Su Siervo y Mensajero. Dios nuestro, hazme de los arrepentidos y de los purificados).

Usar el palillo (siwak) para limpiar la boca que va a recitar El Corán, porque el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Purifiquen sus bocas para El Corán” (Reportado por Al-Bazzár, quien di-

jo: “No lo tenemos con ninguna cadena de transmisión mejor que ésta”, Kashf al-Astar 1/242. Al-Haizami dijo: “Sus narradores son confiables”, 2/99. Al-Albani dijo: “Su cadena de transmisión es buena”. As-Sahihah, 1213).

Usar nuestras mejores y más limpias ropas.

Dios dijo (traducción del significado):

**“¡Oh, hijos de Adán! Cubríos [para rezar] y engalanaos cuando acudáis a las mezquitas” (Al-A’ráf 7:31).**

Dios es más merecedor de que nos engalanemos ante Él. Ropas limpias, que huelan bien, y que sean confortables y nos permitan relajarnos, a diferencia de las ropas de dormir o de trabajo.

También debemos prepararnos cubriendo apropiadamente nuestras partes pudendas, y limpiando también el lugar donde vamos a rezar, alistándonos con anticipación y esperando por la oración, y poniéndonos de pie en filas derechas y sólidas, sin espacios vacíos, porque los demonios vagan entre los orantes que dejan espacios vacíos en las filas.

## ***Moverse a paso moderado durante la oración***

El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) solía moverse con medida durante la oración, acomodándose con cuidado (su cadena de transmisión está clasificada como auténtica en Sifat al-Salah, p. 134, onceava edición. Ibn Juzaimah también lo clasificó como auténtico, como mencionó Al-Hafiz en Al-Fáth, 2/308). Él ordenó a aquellos que no estaban ha-

ciendo su oración correctamente que hagan esto, cuando dijo: “Ninguno de ustedes ha rezado en verdad hasta que lo haga pausada y calmadamente”. Narrado por Abu Dawud, 1/536, No. 858.

Abu Qutádah (que Dios esté complacido con él) dijo: “El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “El peor tipo de ladrón, es el que roba de su oración”. Le preguntaron: “Oh, Mensajero de Dios, ¿cómo puede una persona robar de su oración?”. Él respondió: “Apresurándola y no realizando la inclinación y la postración apropiadamente”. Reportado por Áhmad y Al-Hákim, 1/229; Sahih al-Yámi’, 997.

Abu ‘Abd Allah al-Ásh’ari (que Dios esté complacido con él) dijo: “El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Quien no hace la inclinación correctamente y se levanta inmediatamente de la postración como un pájaro picoteando el suelo, es como el famélico que come apenas un bocado; no lo beneficiará en absoluto”. Reportado por At-Tabarani en Al-Kabír, 4/115. En Sahih al-Yámi’ dice: “Es bueno”.

La persona que no se mueve paciente y calmadamente no puede estar concentrada en la oración, y esta prisa es una barrera que impide obtener su deleite y recompensa.

## ***Recordar la muerte mientras rezamos***

El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Recuerden la muerte en vuestra oración, porque quien lo hace se exige rezar como debe, y reza como si fuera la última vez”. Al-Sílsilah al-Sahihah

por Al-Albani, 1421. As-Suiuti reportó que Al-Háfiz Ibn Háyar clasificó este reporte como bueno.

El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) también le aconsejó a Abu Aiyúb (que Dios esté complacido con él): “Cuando te pongas de pie para rezar, reza como si te estuvieras despidiendo, como si fuera la última vez”. Reportado por el imam Áhmad, 5/412; Sahih Al-Yámi’, No. 742, significando rezar como si fuera tu oración de despedida.

El orante sabe que morirá alguna vez, y que habrá una oración que será su última oración. Por lo tanto, que se concentre en la oración que está realizando, porque no sabe cuál será su última vez.

### ***Meditar en los versos y súplicas que se están recitando durante la oración e involucrarse con ellos***

El Sagrado Corán fue revelado con un mensaje para reflexionar y meditar. Dios dijo (traducción del significado):

**“Éste es el Libro bendito [el Sagrado Corán] que te revelamos [¡Oh, Muhámmad!] para que mediten sobre sus preceptos, y recapaciten los dotados de intelecto” (Sad 38:29).**

Nadie puede meditar sobre sus versos al recitarlos, a menos que tenga algún conocimiento previo sobre el significado de lo que recita. Si comprende sus significados y medita apropiadamente en ellos, puede conmovirse hasta las lágrimas. Dios dijo (traducción del significado):

**“Aquellos que cuando se les exhorta a reflexionar en los signos de su Señor escuchan y recapacitan” (Al-Furqán, 25:73).**

Así, resulta evidente la importancia de estudiar exégesis coránicas. Ibn Yarír (que Allah tenga misericordia de él) dijo: “Me quedo asombrado por la gente que lee El Corán y no sabe lo que significa, ¿cómo pueden disfrutar su lectura?” (Introducción a la Exégesis de At-Tabari, por Mahmud Shákir, 1/10). Por esa razón, es importante para el lector del Corán leer un libro de exégesis (tafsir), aun si está resumido. Por ejemplo, nosotros podemos recomendar Zubdat at-Tafsir por Al-Ashqar, que está abreviado de la exégesis de Ash-Shawkani, y la exégesis del Al-‘Allámah Ibn Sa’di, titulado Taisir Al-Karím ar-Rahmán fi Tafsir Kalám al-Mannán. O cuanto menos, debe consultar algún libro que explique las palabras o expresiones inusuales para esta época, como Al-Mu’yám al-Yami’ li Gharib Mufradat al-Qur’án, por ‘Abd el-‘Azíz as-Sirwán, que es una compilación de cuatro libros sobre terminología del Corán.

Otra forma de facilitarnos meditar en los significados del Corán es repetir un verso, porque esto nos ayuda a sopear con cuidado y revisar los significados. El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) solía hacer esto. Se reportó que él pasó una noche repitiendo un verso, hasta que llegó la mañana. El verso era (traducción del significado):

**“Si les castigas tienes derecho, pues ellos son Tus siervos, y si les perdonas, Tú eres Poderoso, Sabio” (Al-Má'idah, 5:118).**

Reportado por Ibn al-Juzaimah, 1/271; Áhmad, 5/149; Sifat as-Salah, p. 102.

Otra forma de meditar en los significados del Corán es interactuar o involucrarse con un verso. Hudaifah dijo: “Recé con el Mensajero de Dios (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) una noche, y él estaba recitando largamente. Si él recitaba un verso que mencionaba la glorificación de Dios, decía ‘Glorificado sea Dios’; si mencionaba una pregunta, la hacía; y si mencionaba el buscar refugio en Dios, buscaba refugio en Dios”. Narrado por Muslim, 772. De acuerdo a otro reporte, Hudaifah dijo: “Recé con el Mensajero de Dios (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él), y si él recitaba un verso que mencionaba la misericordia, pedía misericordia; si recitaba un verso que mencionaba el castigo, buscaba refugio del castigo; y si recitaba un verso que mencionaba la perfección divina, decía “Subhana Allah” (N. del Traductor: la frase literalmente dice “Glorificado sea Dios”, pero se utiliza en este contexto para exaltar la perfección de Allah y que está libre de toda imperfección). Ta’zím Qádr as-Salah, 1/327. Esto fue reportado acerca de la oración nocturna.

Uno de sus compañeros, Qutádah ibn an-Nu’mán (que Dios esté complacido con él), rezó por la noche y no recitó ningún otro capítulo excepto Al-Ijlás, repitiéndolo una y otra vez y no agregándole nada. Al-Bujari, Al-Fáth, 9/59; Áhmad, 3/43).

Sa’íd ibn ‘Ubaid at-Tá’I dijo: “Oí a Sa’íd ibn Yubair dirigiéndolos en la oración durante el mes de Ramadán, y él estaba repitiendo este verso (traducción del significado):

**“Quienes desmienten el Libro [revelado] y lo que enviamos [de pruebas evidentes] con Nuestros Mensajeros ya sabrán [el castigo que les aguarda], 71. Cuando se les coloquen argollas en sus cuellos, y sean arriado con cadenas, al agua hirviendo, luego ardan en el fuego” (Gáfir, 40:70-72)”.**

Al-Qásim dijo: “Vi a Sa’íd ibn Yubair rezando por la noche y recitando (traducción del significado):

**“Temed el día en que seréis retornados a Allah, y en que cada persona reciba lo que merezca sin ser oprimido” (Al-Báqarah, 2:281), y repitiéndolo veintenas de veces”.**

Un hombre de la tribu de Qais que era conocido como Abu ‘Abd Allah, dijo: “Nos quedamos con Al-Hásan una noche, y él se levantó a rezar por la noche. Rezó y no cesaba de repetir este verso, justo antes de la aurora (traducción del significado):

**“Él os ha dado todo cuanto Le pedisteis. Sabed que si intentarais contar las gracias de Dios no podríais enumerarlas; ciertamente el hombre es injusto, desagradecido” (Ibrahím, 14:34).**

Cuando llegó la mañana, le dijimos: “Oh, Abu Sa’íd, no recitaste ninguna otra cosa excepto este verso toda la noche”. Respondió: “Aprendo mucho de él, no observo nada en lo cual no vea una bendición, pero lo que no conocemos acerca de las bendiciones de Dios es por lejos más grande que eso” (At-Tadkira de al-Qurtubí, p. 125).

Harún ibn Rabab al-Usaidi solía levantarse por la noche a rezar el tahayyud, y repetía este verso hasta la aurora (traducción del significado):

**“Y si pudieras ver [¡Oh, Muhámmad!, lo terrible que será] cuando sean detenidos ante el Fuego y digan: Ojalá fuésemos retornados [a la vida mundanal], entonces no desmentiríamos los signos de nuestro Señor y seríamos creyentes” (Al-An’ám, 6:27), y lloró hasta la aurora.**

Otra forma de meditar en los significados es memorizar el Sagrado Corán y diversas oraciones para rememorar a Dios, para recitar en distintos momentos de la oración, para que uno pueda recitarlas de memoria y meditar en sus significados posteriormente.

No hay duda que estas acciones, como meditar en los significados del Sagrado Corán, repetir los versos e interactuar con ellos, están entre los más grandes medios para incrementar nuestra concentración y humildad durante la oración, como Dios dijo (traducción del significado):

**“Se prosternan ante Allah con los ojos llenos de lágrimas, y [el Corán] les acrecienta su humildad y sumisión” (Al-Isrá’, 17:109).**

Lo siguiente es una movilizadora historia que ilustra cómo el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) se concentraba durante la oración, como también ejemplifica cuán importante es meditar en los significados de los versos. ‘Atá’ dijo: “...‘Ubaid ibn ‘Umair y yo fuimos a ver a ‘Aa’ishah (que Allah esté complacido con ella), e Ibn ‘Umair le dijo: “Cuéntanos lo más asombroso que hayas visto del Mensajero de Dios (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él). Ella lloró y dijo: “Se levantó una noche y dijo: “Oh, ‘Aa’ishah, déjame adorar a mi Señor”. Le respondí: “Por Dios, yo amo estar

cerca de ti, y amo lo que te hace feliz”. Entonces él se levantó e hizo la ablución, luego se puso de pie y rezó. Estuvo llorando hasta que su regazo estuvo húmedo, y siguió llorando hasta que se humedeció también el suelo. Bilal llegó a decirle que era el horario de la oración, y cuando lo vio llorando, le dijo: “Oh, Mensajero de Dios, ¿estás llorando, cuando Dios te ha perdonado todos tus pecados pasados y futuros?”. El Mensajero de Dios (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) le respondió: “¿Acaso no debería ser un servidor agradecido? Esta noche se me han revelado algunos versos, y pobre de aquel que los recite y no medite en lo que significan (traducción del significado):

“Ciertamente en la creación de los cielos y Tierra, la sucesión de la noche y el día, el navío que surca el mar para beneficio de los hombres, el agua que Allah hace descender del cielo y revive con ella la tierra árida en la que diseminó toda clase de criaturas, y en la rotación de los vientos y de las nubes que están entre el cielo y la tierra hay señales para quienes razonan”(Al-Báqarah, 2:164)”. Reportado por Ibn Hibbán. Él dijo en As-Sílsilat as-Sahihah, No. 68: “Su cadena de transmisión es buena”.

Otra forma de interactuar con los versos es decir “Amín” después de recitar Al-Fátihah, que trae una gran recompensa. El Mensajero de Dios (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Si el imam dice “Amín”, entonces ustedes digan “Amín” también, porque quien lo haga y coincida con el momento en que los ángeles lo dicen, se le perdonarán sus pecados previos”. Narrado por al-Bujari, No. 747.

Otro ejemplo de interacción es responder al imam cuando dice “Sámi’ Alláhu li man hámidah” (Oye Dios a quien Lo alaba), diciendo “Rábbana wa laka al-hámd” (Dios nuestro, contigo sea la alabanza). Esto también trae una gran recompensa.

Rifá’ah Ibn Ráfi’ az-Zirqi dijo: “Un día estábamos rezando detrás del Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él), cuando elevó su cabeza y dijo: “Sami’ Allahu li man hámidah”, y un hombre detrás de él dijo: “Rábbana wa laka al-hámdu hámdan kazíran táiyeban mubárankan fih” (Señor nuestro, contigo sea la alabanza abundantemente y las más altas bendiciones). Cuando el Profeta terminó de rezar preguntó: “¿Quién dijo eso?”. Un hombre dijo: “Yo”. El Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) le dijo: “Vi una treintena de ángeles apiñándose para ver quién lo registraría primero”. Narrado por al-Bujari, al-Fáth, 2/284.

## ***Hacer una pausa al final de cada verso***

Este método es muy útil para meditar y comprender en los significados de los versos, y es parte de la Tradición del Profeta Muhámmad, como Umm Salamah (que Dios esté complacido con ella) dijo cuando describió cómo el Mensajero de Dios (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) recitaba “En el nombre de Dios, El Clemente, El Misericordioso”. Y de acuerdo a otro reporte, él hacía una pausa y luego decía: “Al-hámdu lilláhi Rábbi al-‘Aalamín, ar-Rahmán er-Rahím” (Al-Fátihah 1:2-3)”.

Luego, de acuerdo a otro reporte, él hacía una pausa y luego decía: “Málikí iaumi id-dín” (Al-Fátihah, 1:3), y pausaba su recitación verso por verso (Narrado por Abu

Dawud, No. 4001; clasificado como auténtico por al-Albani en al-Irwá', donde se describen sus cadenas de transmisión, 2/60).

Hacer una pausa al final de cada verso es parte de la Tradición Profética, aun si el significado de la frase no está completo sin el verso siguiente. Recitando pausadamente, con tonos rítmicos (tartil), y embelleciendo nuestra voz cuando recitamos, como Dios dijo (traducción del significado):

**“... y recita el Corán lenta y claramente [reflexionando en su significado]” (Al-Muzzámmil 73:4).**

La recitación del Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) era clara, y pronunciaba cada letra de forma distinguible (Musnad Áhmad, 6/294, con una cadena de transmisión auténtica. Sifat as-Salah, pág. 105).

El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) “... recitaba un capítulo en tonos rítmicos tan pausadamente, de tal forma que los alargaba más de lo que parecía posible”. Narrado por Muslim, No. 733.

Esta recitación pausada y meditada es mucho más efectiva para reflexionar y concentrarse en los significados.

Otra forma de facilitar la concentración es modulando la voz al recitar, imprimiéndole emoción y énfasis, para embellecer la recitación. Esto nos fue aconsejado por el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) cuando dijo: “Embellezcan El Corán con vuestras voces”. Reportado por Al-Hákim, 1/575; Sahih al-Yámi', No. 3581.

Embellecer la recitación con nuestra voz no significa estirar las vocales exageradamente ni utilizar técnicas de canto o tonos de voz que son comunes en los shows artísticos. Embellecer la recitación significa hacer énfasis en emociones religiosas, como el temor de Dios, tal como el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Verdaderamente, quien tiene la más fina voz entre la gente para recitar El Corán es aquél que te hace sentir que teme a Dios cuando lo recita”. Reportado por Ibn Máyah, 1/1339; Sahih al-Yámi’, No. 2202.

### ***Saber que Dios responde las oraciones***

El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Dios, bendito y exaltado sea, dijo: “Yo he dividido la oración entre Mi servidor y Yo, en dos mitades, y Mi servidor obtendrá aquello que pide”. Cuando el siervo dice “Alabado sea Dios, Señor del Universo”, Dios dice “Mi siervo Me ha alabado”. Cuando el siervo dice “El Clemente, El Misericordioso”, Dios dice “Mi siervo Me ha exaltado”. Cuando el siervo dice “Soberano en el Día del Juicio”, Dios dice “Mi siervo Me ha glorificado”. Cuando el siervo dice “Sólo a Ti te adoramos, sólo a Ti te pedimos ayuda”, Dios dice “Esto es entre Mi siervo y Yo, y Mi siervo obtendrá lo que Me pide”. Cuando el siervo dice “Guíanos por el sendero de la rectitud, por el sendero de quienes Tú has agraciado, y no por el de los extraviados, ni el de quienes han merecido Tu ira”, Dios dice “Todo esto es para Mi servidor; él tendrá lo que Me ha pedido”. Sahih Muslim, Libro de la Oración, capítulo “Wuyúb qirá’at Al-Fátihah fi kulli rak’ah.

Este es un reporta grandioso y muy importante. Si cada uno de nosotros lo tiene en mente cuando reza, logrará una gran concentración, y recitar Al-Fátihah tendrá un enorme impacto. ¿Cómo podría ser de otra forma, cuando uno siente que Dios se está dirigiendo a nosotros, o concediéndonos aquello que le pedimos?

Esta conversación con Dios debe ser respetada y valorada. El Mensajero de Dios (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Cuando ustedes se ponen de pie para rezar están conversando con su Señor, por lo tanto pongan atención a la forma en que le hablan”. Al-Hákim, Al-Mustádrak, 1/236; Sahih al-Yámi’, 1538.

### ***Colocar una barrera (sutra) en frente y rezar cerca de ella***

Otra forma de ayudarnos en la concentración apropiada durante la oración es colocar un objeto enfrente, por delante del sitio donde colocaremos la frente al hacer la postración, para evitar que alguien pueda caminar delante de nosotros y distraernos. Esto nos libraré de preocuparnos o distraernos vigilando, lo cual reduciría nuestra recompensa en la oración.

El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Cuando vayan a rezar (en un lugar transitado), coloquen un objeto delante y recen cerca de él”. Según otra versión dijo: “Cuando recen y coloquen un objeto delante, acérquense a él para que Satanás no pueda interrumpir vuestra oración”. Narrado por Abu Dawud, No. 695, 1/446; Sahih al-Yámi’ No. 650, 651.

Según la Tradición Profética hay que dejar entre un metro y un metro y medio de espacio entre el objeto y el sitio donde uno apoyará la frente para la postración, o el espacio suficiente para que una oveja pase entre ambos, como se reportó en los reportes auténticos. Narrado por al-Bujari; ver Al-Fáth, 1/574, 579.

El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) nos aconsejó a los orantes que no dejemos pasar a nadie entre nosotros y el objeto que hemos colocado delante. Él dijo: “Cuando alguno de ustedes esté rezando, que no permita que nadie pase frente a él, y debe evitarlo tanto como pueda. Si la persona insiste, debe pelear con ella, porque tiene un compañero (es decir, Satanás)”. Narrado por Muslim, 1/260; Sahih al-Yámi’, 755.

El imam An-Nawawi (que Allah tenga misericordia de él) dijo: “La sabiduría en usar un objeto implica bajar la mirada y no mirar más allá de él, y también prevenir que otra persona pueda pasar por delante del sitio donde vamos a apoyar la frente al rezar, y evitar que Satanás pueda pasar enfrente tuyo intentando interrumpir o romper tu oración”. Shárh Sahih Muslim, 4/216.

### ***Colocar la mano derecha sobre la izquierda y ambas sobre el pecho***

Cuando el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) se ponía de pie para rezar solía colocar su mano derecha sobre la izquierda, y ambas sobre el pecho (Abu Dawud, 759; ver también Irwa’ al-Galil, 2/71). Él dijo: “Se nos ha ordenado a los profetas... colocar nuestra mano derecha sobre la izquierda en la oración”. Reportado por At-Tabarani en Mu’yam al-Kabir,

No. 11485. Al-Haizami dijo: “At-Tabarani lo reportó en Al-Awsat y sus narradores son los de los reportes auténticos”. Al-Maymá, 3/155.

El imam Áhmad (que Allah tenga misericordia de él) fue consultado acerca del significado de colocar una mano sobre la otra cuando nos ponemos de pie en la oración. Él dijo: “Es humildad ante el Todopoderoso”. La Concentración en la Oración (Al-Jushu’ as-Salah), por Ibn Ráyab, pág. 21.

Ibn Háyar (que Allah tenga misericordia de él) dijo: “Los sabios del Islam han dicho que el significado de esta postura es adoptar la actitud de la persona que pide con humildad, porque es más probable que prevenga la inquietud, y facilita la concentración”. Fáth al-Bári, 2/224.

## ***Posar la mirada en el lugar de la prostración***

Se reportó de ‘Aa’ishah (que Allah esté complacido con ella) que “...el Mensajero de Dios solía rezar con su cabeza inclinada hacia delante y su mirada baja, observando el suelo”. Reportado por Al-Hákim, 1/479. Él dijo: “Es auténtico, de acuerdo a las condiciones de los dos shéijs (Al-Bujari y Muslim)” y Al-Albani estuvo de acuerdo con él en Sifat al-Salah, pág. 89.

Cuando el Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) ingresó a la Ka’bah, sus ojos nunca abandonaban el lugar de la prostración hasta que salía. Reportado por Al-Hákim en Al-Mustádrak, 1/479. Él dijo: “Es auténtico, de acuerdo a las condiciones de los dos shéijs

(Al-Bujari y Muslim)”, y Ad-Dahábi estuvo de acuerdo con él. Al-Albani dijo: “Es tal como ellos dicen”. Irwá’ al-Galíl, 2/73.

Se reportó que el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) cuando se sentaba y pronunciaba el doble testimonio (tasháhhud), señalaba con el índice cerca del pulgar en dirección a La Meca y observaba el gesto que hacía con el dedo, señalando y moviéndolo. Esto fue reportado por Ibn Juzaimah, 1/355, No. 719. El editor dijo: “Su cadena de transmisión es auténtica”. Ver Sifat al-Salah, pág. 139. De acuerdo a otro reporte él “...señalaba con su dedo índice (derecho) y su mirada no vagaba más allá de él”. Reportado por Áhmad, 4/3 y por Abu Dawud, No. 990.

Sin embargo, hay una pregunta en la mente de muchos orantes, que es: ¿cuáles son las normas sobre cerrar los ojos durante la oración, especialmente cuando una persona siente que esto incrementa su concentración?

La respuesta es que esto no es lo que el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) hacía. Cerrar los ojos implicaría ir en contra de su ejemplo, que era, como explicamos arriba, mirar al sitio donde se va a hacer la postración al estar de pie, y observar el dedo índice cuando uno se sienta para recitar el doble testimonio. Sobre este asunto podemos citar la opinión de un estudioso, Al-‘Allámah Abu ‘Abd-Allah Ibn al-Qayím (que Allah tenga misericordia de él), quien dijo: “No es parte de las enseñanzas del Profeta cerrar los ojos durante la oración. Ya hemos mencionado como él solía mirar su dedo índice al recitar el doble testimonio (tasháhhud). Otra indicación de que él mantenía sus ojos

abiertos es el reporte que relata cómo él estiró su mano hacia delante para tomar un racimo de uvas cuando vio el Paraíso, y en otro él también vio el Infierno y en él a la mujer que había atado a un gato y lo dejó morir de inanición. De la misma forma, él empujó al animal que quiso pasar frente a él mientras estaba rezando, y le impidió pasar también al muchacho, y en otra ocasión a la niña, y en otra ocasión a dos niños más. Él solía hacer un gesto con la mano a quienes veía para responder un saludo, mientras estaba rezando. También hay un reporte que describe cómo un demonio intentó molestarlo mientras él estaba rezando, entonces él lo agarró y lo estranguló. De estos reportes y otros resulta evidente que él no cerraba los ojos cuando rezaba.

Los juristas difieren sobre si cerrar los ojos durante la oración es desaconsejable o no. El imam Áhmed y otros consideraron que era desaconsejable y dijeron: “Es lo que hacen otras comunidades”, pero otros juristas lo permitieron y no lo consideraron reproable.

El punto de vista correcto es que si mantener los ojos abiertos no afecta la concentración del orante, entonces esto es mejor y es preferible. Pero si mantener los ojos abiertos impide o influye en la concentración del orante, a causa de la decoración frente a él, el movimiento, o algo que lo distrae, entonces no es para nada reproable que cierre los ojos. La opinión de que es recomendable en este caso está más cerca de los principios generales de la ley islámica que considerarlo desaconsejable. Y Allah sabe más”. Zaad al-Ma’ád, 1/293, Dar al-Risalah ediciones.

Así, queda claro que la Tradición del Profeta no es cerrar los ojos para rezar, pero puede ser recomendable hacerlo

si de esta forma uno evita distraerse y perder la concentración.

## ***Balancear suavemente el dedo índice***

Esto es algo que muchos orantes descuidan, porque ignoran sus grandes beneficios y sus efectos sobre la atención.

El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Es más poderoso contra Satanás que el hierro”. Reportado por el imam Áhmed con una cadena de transmisión buena (2/119), como se afirmó en Sifat al-Salah, pág. 159.

Es decir, balancear suavemente el dedo índice durante la pronunciación del doble testimonio de fe en la oración, es más doloroso para Satanás que ser abatido con una lanza de hierro. Este gesto recuerda a la unidad absoluta de Dios y la necesidad de consagrar toda adoración religiosa a Él solamente, y esto es lo que Satanás más detesta; buscamos refugio en Dios de él (ver Al-Fáth ar-Rabbáni, por As-Sá'di, 4/15).

A causa de este gran beneficio, los compañeros del Profeta, que Dios esté complacido con ellos, solían encomendarse el uno al otro hacer esto: “Los compañeros del Profeta (que Dios esté complacido con ellos) solían encomendarse el uno al otro señalar con el dedo índice durante las súplicas”. Reportado por Ibn Abi Sháibah con una cadena de transmisión buena, como se afirmó en Sifat al-Salah, pág. 141. Ver Al-Musánnaf, No. 9732, parte 10, pág. 381, Dar as-Salafiyah, India ediciones.

Lo que enseñó el Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) fue, con la mano derecha descansando sobre la rodilla derecha, elevar el dedo índice y balancearlo de un lado a otro señalando en la dirección hacia La Meca, durante toda la recitación del doble testimonio de fe.

## ***Variando la recitación de capítulos, versos, oraciones y súplicas en la oración***

Esto hará que el orante encuentre nuevos significados, y se desplace mentalmente entre diferentes tópicos mencionados en los versos y oraciones para recordar a Dios. Esto es de lo que se pierde el musulmán si sólo memoriza los capítulos más breves del Corán con el solo objeto de cumplir con la oración. Variar las recitaciones es parte de lo que el Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) enseñó y es más efectivo para lograr la concentración.

Si estudiamos lo que el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) solía recitar durante sus oraciones, veremos claramente esta variación. Por ejemplo, en la súplica abierta, encontramos ejemplos como los siguientes:

“Allahúmma bá'id baini wa baina jatáiaia kama bá'adta baina al-máshriqi wa al-mághrib. Allahúmma náqqani min jatáiaia kama iunáqqa az-záub al-abiad min ad-daná. Allahúmma aghsilni min jatáiaia bi al-má' wa az-zályi wa al-bárad” (Dios nuestro, sepárame de mis pecados como has separado el Occidente del Oriente. Dios nuestro, límpiame de mis pecados como la vestimenta

blanca es limpiada de su suciedad. Dios nuestro, lava mis pecados con agua, nieve y hielo).

“Wayahtu wayhi li al-ladí fatara as-samáwaati wa al-árd hanífan, wa maa ana min al-mushrikín. Ínna salati wa nusuki wa mahiaia wa mamati li Alláhi Rabbi al-‘aalamín, la sharíka láhu wa bi dhálika umirtu wa ana áwwal al-muslimín” (He orientado mi rostro hacia El Originador de los cielos y la Tierra sinceramente, y no soy de quienes Le asocian. Ciertamente mi oración, mi sacrificio, mi vida y mi muerte son para Dios, el Señor del Universo, sin compañeros ni asociados. Esto es lo que se me ha ordenado, y soy el primero de los musulmanes).

“Subhánaka Allahúmma, wa bi hámdika, wa tabáraka smuka, wa ta’ála yádduka, wa la iláha gháiruk” (Glorificado seas Dios nuestro, alabado seas, bendito sea Tu nombre y enaltecida Tu majestad, no hay más divinidad que Tú).

Y otras súplicas y oraciones que el orante puede recitar en diversos momentos.

Entre los capítulos del Corán que el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) solía recitar durante la oración del alba, encontramos muchos y muy beneficiosos. Los capítulos más largos del último séptimo del Sagrado Corán son Al-Wáqi’ah (56), At-Tur (52), y Qaf (50); y las más cortas son At-Takuir (81), Az-Zálzalah (99), y los últimos tres del Libro.

Se reportó que él recitaba el capítulo Ar-Rum (30), la Sin (36) y As-Saaffát (37), y el viernes recitaba As-Sayah (32) y Al-Insan (76) en la oración del alba.

Se reportó que durante la oración del mediodía, él recitaba el equivalente a treinta versos en cada una de las dos primeras rak'as, y que recitaba At-Táriq (86), Al-Buruch (85), y Al-Láil (92).

Durante la oración de la tarde, él recitaba el equivalente a quince versos en cada rak'ah, y recitaba los capítulos ya mencionados relacionados con la oración del mediodía.

Durante la oración del ocaso, recitaba los capítulos breves del último séptimo del Libro, como At-Tín (95), y el capítulo Muhámmad (47), como también At-Tur (52), Al-Mursalat (77) y otros.

Durante la oración de la noche, él recitaba los capítulos de extensión media del último séptimo del Corán, como Ash-Sháms (91) y Al-Inshiqaq (84). Y se registró que le dijo a Mu'ádh que recitara Al-A'lá (87), Al-Qálam (68) y Al-Láil (92).

Cuando se levantaba a rezar por la noche, solía recitar los capítulos más largos. Se reportó que él (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) recitaba de 150 a 200 versos, y que a veces abreviaba la recitación.

También solía variar las oraciones para rememorar a Dios que recitaba durante la posición de la inclinación (ruku'). Además de "Subhana Rábbi al-'Adzím" (Glorificado sea mi Señor el Supremo) y "Subhana Rábbi al-'Adzím wa bi hámdih (Glorificado sea mi Señor el Supremo y alabado sea), también decía: "Subbúh, Quddús, Rábbi l-Malá'ikati wa ar-Ruh" (Perfecto, Santísimo, Señor de los Ángeles y de los Espíritus), o "Allahúmma laka raka'tu wa bika aamántu, wa laka aslamtu wa 'aleika tawakkáltu, enta Rábbi. Jasha'a sam'i wa basari wa dámmi wa lamí

wa ‘azmi wa asaba lilláhi, Rábbi al-‘Alamín” (Dios nuestro, ante Ti me he inclinado, en Ti creo, ante Ti me someto, en Ti pongo mi confianza, Tú eres mi Señor. A Dios consagro con humildad mi oído, mi vista, mi sangre, mi carne, mis huesos y mis nervios, Oh, Señor del Universo).

Cuando se enderezaba luego de la inclinación, después de decir “Sámi’a Alláhu li man hámidah” (Oye Dios a quien lo alaba), decía “Rábbana wa laka al-hámd” (Señor nuestro, y contigo sea la alabanza), o a veces simplemente “Rábbana laka al-hámd” (Señor nuestro, contigo sea la alabanza). A veces agregaba las palabras “Mil’a assamaawáti wa mil’a al-árd, wa mil’a ma shi’ta min shái in ba’d (Llena los cielos, llena la Tierra, y llena lo que sea que Tú desees), y a veces agregaba “Ahl az-zaná’i wa almáyd, la máni’a li ma a’taita wa la mu’tia li ma mana’t, wa la ianfa’u da al-yáddi minka al-yádd” (Señor de la Gloria y la Majestad, nadie puede retener lo que Tú otorgas, y nadie puede otorgar lo que Tú retienes, ni pueden las posesiones servir de beneficio ante Ti).

Durante la prostración, además de decir “Subhana Rábbi al-A’lá (Gloria a mi Señor el Altísimo) y “Subhana Rábbi al-A’lá wa bi hámdih (Gloria a mi Señor el Altísimo, alabado sea), también decía “Subbúh, Quddús, Rábbi l-Malá’ikati wa ar-Ruh” (Perfecto, Santísimo, Señor de los Ángeles y de los Espíritus), o “Subhánaka Allahúmna Rábbana wa bi hámdik, Allahúmna igfir li” (Glorificado seas Dios nuestro, Señor nuestro, y alabado seas, Dios nuestro perdóname), o “Allahúmna laka sayadtu wa bika aamántu, wa laka aslamtu, sayada wáyhi li al-ladí jaláqahu wa sawwáruhu wa sháqqá sam’ahu wa basarahu, tabáraka Alláhu áhsan al-jaaliqín (Dios nuestro, ante Ti me he postrado, en Ti creo, a Ti me someto, mi rostro se

ha postrado ante Quien lo ha creado y le dio forma, y luego le dotó de oído y vista. Bendito sea Dios, el mejor Creador), y otras.

Cuando se sentaba en entre las dos postraciones, además de decir “Rábbi igfir li, Rábbi igfir li” (Señor mío perdóname, Señor mío perdóname), decía “Allahúmma agfir li, wa arhamni wa aybarni wa arfa’ni wa ahdini wa ‘aafini wa arzuqni” (Dios nuestro perdóname, ten misericordia de mí, fortaléceme, eleva mi estatus, guíame, perdóname, susténtame).

Se han narrado varias versiones del doble testimonio de fe recitado durante la oración (tasháhhud), como:

- At-tahiyátu lilláhi wa salawátu wa at-taiyebat. As-salamo ‘aleika áiyuha an-nabíyu... (Las saluciones, oraciones y obras piadosas son para Dios. La paz sea contigo, Oh, Profeta...).

- At-tahiyátu al-mubáarakat as-salawátu at-taiyebáttu lilláhi, as-salamo ‘aleika áiyuha an-nabíyu... (Las saluciones, palabras benditas, oraciones y obras piadosas son para Dios. La paz sea contigo, Oh, Profeta...).

- At-tahiyátu at-taiyebáttu as-salawátu lilláhi, as-salamo ‘aleika áiyuha an-nabíyu... (Las saluciones, palabras benditas y oraciones son para Dios. La paz sea contigo, Oh, Profeta...).

Por lo tanto el orante puede usar una forma una vez, y otra a la siguiente, y luego la otra.

Hay diversas versiones de las bendiciones enviadas al Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él), como por ejemplo:

- "Allahúmma sálli ‘ala Muhámmad wa ‘ala aali Muhámmad kama salaita ‘ala Ibrahima wa ‘ala aali Ibrahím, ínnaka Hamidun Mayíd. Allahúmma bárik ‘ala Muhámmad wa ‘ala aali Muhámmad kama barakta ‘ala Ibrahíma wa ‘ala aali Ibrahím, ínnaka Hamidun Mayíd" (Dios nuestro, concédele la paz a Muhámmad y a la familia de Muhámmad como le concediste la paz a Ibrahím y a la familia de Ibrahím, ciertamente Tú eres Alabado, Majestuoso. Dios nuestro, bendice a Muhámmad y a la familia de Muhámmad como bendijiste a Ibrahím y a la familia de Ibrahím, ciertamente Tú eres Alabado, Majestuoso).

- "Allahúmma sálli ‘ala Muhámmadan wa ‘ala aali báitihí wa ‘ala azwáyihí wa duriyátihí kama salaita ‘ala aali Ibrahím, ínnaka Hamidun Mayíd. Wa bárik ‘ala Muhámmadan wa ‘ala aali baitihí wa ‘ala azwáyihí wa duriyátihí kama barakta ‘ala Ibrahíma wa ‘ala aali Ibrahím, ínnaka Hamidun Mayíd" (Dios nuestro, concédele la paz a Muhámmad y a la gente de su casa, a sus esposas, y a su progenie, como le concediste la paz a la familia de Ibrahím, ciertamente Tú eres Alabado, Majestuoso. Dios nuestro, bendice a Muhámmad y a la gente de su casa, a sus esposas, a su progenie, como bendijiste a la familia de Ibrahím, ciertamente Tú eres Alabado, Majestuoso).

- Allahúmma sálli ‘ala Muhámmadan an-nabí al-ummí wa ‘ala aali Muhámmadin kama salaita ‘ala Ibrahima wa ‘ala aali Ibrahím, wa bárik ‘ala Muhámmadan an-nabí al-ummí wa ‘ala aali Muhámmadin kama barakta ‘ala Ibrahíma wa ‘ala aali Ibrahím fi al-‘aalamín, ínnaka Hamidun Mayíd" (Dios nuestro, concédele la paz a Muhámmad el Profeta Iletrado, y a la familia de Muhámmad, como le concediste la paz a Ibrahím y a la familia de Ibrahím. Y bendice a Muhámmad el Profeta Iletrado y a la

familia de Muhámmad como bendijiste a Ibrahím y a la familia de Ibrahím entre las naciones del mundo, ciertamente Tú eres Alabado, Majestuoso).

También se han narrado otras versiones similares, y la Tradición Profética es variar entre ellas, como afirmamos arriba. No hay nada de malo con recitar una versión más que las otras, porque se haya narrado con más fuerza o sea mejor conocida entre los libros de reportes auténticos, o porque el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) enseñó una versión antes que las otras a sus compañeros cuando se lo preguntaron. Todos los textos arriba citados han sido tomados de Sifat as-Salat an-Nabí, por el shéij Muhámmad Násir ad-Dín al-Albani, que él compiló de los libros de reportes.

### ***Realizar la Postración de At-Tiláwah***

Una de las buenas conductas enseñadas en la Tradición Profética sobre la lectura del sagrado Corán es realizar una postración de obediencia a Dios cuando el texto coránico menciona la postración. Esta postración es conocida como at-tiláwah. Dios describe a los profetas y a sus piadosos seguidores como (traducción del significado):

“Cuando se les recitaban los preceptos del Clemente, se prosternaban llorando acongojados” (Mariam 19:58).

Ibn Kázir (que Allah tenga misericordia de él) dijo: “Los eruditos están de acuerdo en que realizar una postración (cuando recitamos un verso donde se menciona la postración, como el citado anteriormente) es altamente recomendable para seguir el ejemplo de los primeros

creyentes”. Tafsír al-Qur’án al-‘Adzím, 5/238, Dar ash-Sha’b ediciones.

La postración de at-tiláwah durante la oración es muy importante porque incrementa la concentración. Dios dijo (traducción del significado):

“Se prosternan ante Allah con los ojos llenos de lágrimas, y [el Corán] les acrecienta su humildad y sumisión” (Al-Isrá, 17:109).

Se reportó que el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) realizaba esta postración cuando recitaba el capítulo Al-Náchm (53) durante su oración. Al-Bujari (que Allah tenga misericordia de él) reportó en su obra Sahih que Abu Ráfi’ dijo: “Recé la oración de la noche con Abu Hurairah (que Dios esté complacido con él) y él recitó al-Inshiqaq (84) y realizó una postración. Le pregunté sobre ello y me respondió: “Hice la postración (es decir, recé) detrás de Abu al-Qásim (el Profeta, que la paz y las bendiciones de Allah sean con él), y continuaré haciéndola así hasta que me reúna con él”. Sahih Al-Bujari, Libro del Llamado a la Oración, capítulo “Al-Yáhr bi al-‘Ishá”.

Es importante mantener la práctica de esta postración, que perturba a Satanás, y ayuda a reducir las tentaciones. Abu Hurairah dijo: “el Mensajero de Dios (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Cuando uno de los hijos de Adán realiza una postración de obediencia a Dios, Satanás se aparta llorando y dice: “¡Maldito sea! Se le ordenó someterse a Dios y lo hizo, el Paraíso será su destino. A mí se me ordenó someterme y no lo hice, y el Infierno será mi destino”. Narrado por Muslim en su obra Sahih, No. 133.

## ***Buscar refugio en Dios de Satanás, el mal-dito***

Satanás es el enemigo de la humanidad, y una de las manifestaciones de su enemistad es que constantemente insinúa malos pensamientos en la mente de las personas, los cuales son conocidos en nuestra religión como ‘susurros’. Esto sucede particularmente durante los actos de obediencia a Dios y en particular durante la oración, donde Satanás intenta confundirnos y hacer que perdamos la concentración.

Este es un problema que afecta alguna vez a todos los orantes, mientras recitan oraciones o realizan otros actos de culto, por lo tanto el orante debe ser firme y paciente para persistir en los actos de culto, sin abandonarlos. Aferrarse a ellos lo protegerá de la influencia que Satanás pueda tener sobre su vida.

“...y [sabed que] las artimañas de Satanás son débiles” (An-Nisá’, 4:76).

Cada vez que el siervo de Dios intenta concentrar sus pensamientos en Dios, le vienen a la mente cantidad de preocupaciones sobre asuntos mundanos. Satanás es como un bandido que yace a la espera para realizar una emboscada: cada vez que el siervo de Dios quiere realizar una obra piadosa, Satanás intenta distraerlo y apartarlo. Por esta razón, alguien entre las primeras generaciones de musulmanes le dijo a otro: “Los judíos y cristianos dicen que ellos no sufren de este problema de los susurros de Satanás”. El otro le respondió: “Dicen la verdad, ¿qué podría buscar Satanás en una casa que ya está en ruinas?”. Maymu' al-Fatáwa, 22/608.

Esta es una muy buena analogía, que representa muy bien el estado de conservación del mensaje divino en las religiones mencionadas. Es como si hubiera una casa pobre, una casa rica, y una casa demolida. Si un ladrón se aproximara a la zona, ¿qué casa intentaría asaltar? (ver Al-Wábil as-Saib, pág. 43).

Cuando el siervo de Dios se levanta a rezar, Satanás está celoso de él, porque está elevando su posición ante Dios. Por lo tanto él intenta detenerlo en primer lugar, y si no lo logra, intenta entorpecerlo o confundirlo con lo mejor de sus recursos (Al-Isra', 17:64). Intentará que el siervo sienta que la oración es de menor importancia, o que comience a descuidarla, y si es posible, que la abandone completamente. Si falla en esto y la persona continúa rezando, Satanás intentará distraerlo recordándole súbitamente cosas que había olvidado, o haciendo que piense en ellas cuando está por decidirse a rezar. Un orante puede haber olvidado algo completamente, y de pronto Satanás se lo recordará cuando comience a rezar, de tal manera que el orante se sorprenda y sienta que este es un motivo válido por el cual debe abandonar la oración y atender otro asunto; o que se concentre pensando en ello, aun mientras hace mecánicamente la oración, de tal manera que su mente no estará puesta en lo que está haciendo sino en otra parte. Esto le hará perder el honor y la recompensa de Dios, porque este honor y recompensa solamente puede lograrse cuando uno verdaderamente hace la oración atento y con los sentidos puestos en ella. Entonces, si el orante no logra concentrarse debidamente, terminará su oración no mucho mejor que cuando la había comenzado, y sus pecados no se habrán reducido como debieran con una oración así, porque la concentra-

ción es fundamental para que la oración sirva para expiar los pecados del orante. Ver Al-Wábil as-Saib, pág. 36.

El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) nos enseñó los siguientes métodos para combatir los susurros de Satanás:

Se reportó que Abu al-'Aas (que Dios esté complacido con él) dijo: "Le dije al Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él): "Oh, Mensajero de Dios, Satanás me interrumpe cuando rezo y me confundo en mi recitación". El Mensajero de Dios (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) me respondió: "Es un demonio llamado Janzab. Si sientes su presencia busca refugio en Dios y escupe sin saliva tres veces hacia tu izquierda". Entonces hice esto, y Dios lo alejó de mí". Narrado por Muslim, No. 2203.

El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) también nos enseñó otro de los trucos de Satanás y cómo lidiar con él. Él dijo: "Cuando uno de ustedes se levante y rece, Satanás llegará e intentará confundirlo, para que no sepa cuánto ha rezado. Si les sucede esto, entonces hagan dos prostraciones mientras están sentados". Narrado por al-Bujari, Libro de la Oración Compensatoria, cap. As-Sahu fi al-Fard wa at-Tatáwu'.

Otro consejo del Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) fue el siguiente: "Si alguno de ustedes está rezando y siente algo en su estómago, y no está seguro de si ha perdido la ablución menor o no, que no abandone su oración a menos que oiga un ruido o sienta olor".

Ibn ‘Abbás reportó que el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) fue consultado por un hombre que pensó que había perdido su ablución menor, cuando en realidad no lo había hecho. El Mensajero de Dios (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Satanás puede venir cuando uno de ustedes está rezando y hacerle pensar que al agacharse ha perdido su ablución menor (por gases). Si esto le sucede a alguno de ustedes, que no abandone su oración hasta que oiga el ruido o sienta el olor”. Narrado por At-Tabarani en Al-Kabir, No. 11556, parte 11, pág. 222. Dijo en Maymú’ al-Zawá’id (1/242: “Sus narradores son los de los reportes auténticos”).

Algunos hermanos musulmanes han argumentado con respecto a la importancia de la concentración en la oración, que el califa ‘Umar Ibn al-Jattáb (que Allah tenga misericordia de él) solía hacer planes para la guerra mientras estaba rezando. Nosotros creemos que esta interpretación es errada. El Shéij al-Islam Ibn Taimíah (que Allah tenga misericordia de él) explicó sobre esto:

“Se ha reportado que ‘Umar Ibn al-Jattáb dijo: “Yo hacía planes para la batalla mientras estaba rezando”. Esto era porque ‘Umar tenía la responsabilidad de ser el líder de los creyentes y el comandante de su ejército. Por lo tanto, en algunos aspectos él era como quien reza bajo asedio la “oración del temeroso”, vigilando con inquietud la posible llegada del enemigo y sus peligros, sea que estuviera en medio de una campaña militar o no. Dios le encomendó a él rezar, como a todos nosotros, pero a él también le encomendó ser el comandante de los creyentes, y él debía cumplir ambos deberes al mismo tiempo tan bien como podía. Dios dijo (traducción del significado):

**“¡Oh, creyentes! Cuando os encontréis con una tropa [de incrédulos] manteneos firmes [y perseverad en el enfrentamiento], y recordad permanentemente a Allah para que así triunféis” (Al-Anfal, 8:45).**

Es un hecho indiscutible que ninguna persona puede lograr la misma concentración y tranquilidad mental durante tiempos de paz y durante tiempos de guerra, por lo tanto si la oración de una persona que vive en tiempos de guerra no es la ideal, esto no significa una mancha en su fe.

Por esta razón, las normas jurídicas del Islam acerca de los actos de culto pueden llegar a ser más permisivas y contemplativas en tiempos de guerra comparadas con las normas de los tiempos de paz. En el caso particular de la oración, Dios dijo (traducción del significado):

**“Y cuando haya pasado el peligro haced la oración respetando sus preceptos. La oración ha sido prescrita a los creyentes para realizarla en horarios determinados” (An-Nisá’, 4:103).**

Por lo tanto, el orante que reza en tiempos de guerra tiene excusas y justificativos que no se aplican ni son aceptables en tiempos de paz.

Más aún, las personas también tienen distintas cualidades individuales respecto a esto. Si la fe de una persona es fuerte, puede llegar a tener paz espiritual y la concentración apropiada aun en tiempos de guerra, y sin descuidar los asuntos mundanos. Dios había proveído de un firme carácter y claridad mental a ‘Umar Ibn al-Jattáb, él era un orador inspirado como pocos, por lo tanto no se-

ría extraño que una personalidad de su talla fuera capaz de rezar con una concentración apropiada y hacer planes para la guerra al mismo tiempo. Puede que él fuera capaz de hacer bien ambas cosas al mismo tiempo mientras que otros no, pero indudablemente, cuando él no tenía estas responsabilidades sobre sus hombros, su concentración era mayor. Y no hay dudas de que la oración del Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) en tiempos de seguridad era más completa en términos generales. Si Dios ha hecho concesiones en el formato externo de la oración, ¿por qué no entonces en los aspectos internos?

En conclusión, si una persona que está presionada por las circunstancias piensa acerca de sus deberes mundanos mientras está rezando, no es lo mismo que una persona que reza en la tranquilidad y la seguridad de su casa se distrae pensando en cosas que no vienen al caso. Es posible que ‘Umar no pudiera abandonar tales planes en ese momento, porque él era el líder de la comunidad y su comandante, y tenía muchas obligaciones y responsabilidades. Cualquiera podría encontrarse en una situación similar, de acuerdo a su estatus y posición social.

Muchos orantes piensan durante la oración en cosas que no piensan en otros momentos, distrayéndose en forma innecesaria, y algunos de estos pensamientos podrían provenir de Satanás.

En una oportunidad, un hombre le contó a uno de los compañeros del Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) que en el pasado él había enterrado algo de dinero, pero que había olvidado dónde lo había enterrado. El compañero le aconsejó: “Ve y reza”. Entonces

el hombre le hizo caso y fue a rezar, y mientras rezaba recordó dónde lo había enterrado. Alguien fue y le preguntó: “¿Cómo lo supiste?”, y él respondió: “Yo sé que Satanás no dejará en paz a quien intenta rezar sin recordarle algo que le importe para distraerlo, y al parecer para este hombre era importante recordar dónde había enterrado su dinero”.

El musulmán sincero debe esforzarse por concentrarse apropiadamente en Dios durante la oración, porque esto es un deber que se le ha encomendado. Y Allah es la Fuente de toda fuerza, El Altísimo, El Todopoderoso”. Maymu' al-Fatáwa, 22/610.

## ***Conocer el ejemplo de las primeras generaciones piadosas***

Conocer sus vidas y ejemplos nos motivará y nos ayudará a lograr la concentración apropiada. Ibn Ráyab escribió en su obra La Concentración en la Oración (Al-Jushu' fi as-Salah), pág. 22: “Si fueras a ver a uno de ellos cuando se ponía de pie para rezar y comenzaba a recitar las palabras de su Señor, te darías cuenta de que estaba ante el Señor del universo, y que su corazón estaba lleno de un temor reverencial”.

Muyáhid (que Dios esté complacido con él) dijo: “Cuando ellos se ponían de pie para rezar, temían demasiado a Dios como para que sus ojos vagaran mirando cualquier otra cosa, o como para distraerse o ponerse a jugar con sus dedos o con guijarros, o como para ponerse a pensar en cosas mundanas durante la oración, a menos que lo olvidaran”. Ta'zím Qádr as-Salah, 1/188.

Cuando Ibn az-Zubáir se ponía de pie para rezar, se quedaba inmóvil como un palo, de la concentración que tenía. En una oportunidad, él estaba postrado en oración durante el asedio de la Meca, y una roca lanzada desde una catapulta rozó sus vestimentas y las rompió, y él ni siquiera levantó su cabeza.

Maslamah Ibn Bashshár estaba rezando en una mezquita cuando una parte de la construcción colapsó y la gente se puso de pie y huyó, pero él parecía siquiera haberlo notado.

Se decía que cuando rezaban ellos eran como una vestimenta arrojada en el piso, y que cuando terminaban de rezar el color de sus rostros había cambiado, porque habían estado ante Dios, y durante las oraciones comunitarias no sabían quién había estado rezando a su derecha y quién a su izquierda. Uno de ellos se ponía pálido cuando realizaba la ablución menor para la oración, y se lo comentaron: ¿Por qué se pone así tu rostro cuando haces la ablución? Y él respondió: “Yo sé ante Quién voy a ir a pararme”.

Cuando llegaba el tiempo para la oración, ‘Ali Ibn Abu Tálib se ponía visiblemente agitado y el color de su rostro cambiaba. Le preguntaron: “¿Qué es lo que te pasa?”. Y él respondió: “Ciertamente propusimos concederle el Mensaje a los cielos, la Tierra y las montañas, y rehusaron cargar con él, y sintieron temor de ello. Pero el hombre cargó con él...” (Al-Ahzáb, 33:72).

Cuando Sa’íd at-Tanuji rezaba, las lágrimas solían rodar por sus mejillas y su barba.

Y cuando uno de los discípulos de los compañeros del Profeta se ponía de pie para rezar, el color de su rostro cambiaba y decía: “¿Sabes acaso ante Quién se van a poner de pie y ante Quién van a hablar? ¿Quiénes entre vosotros tiene el temor y el respeto necesario para ello?”. Siláh al-Iaqazán li Tard ash-Shaitán, por ‘Abd el-‘Azíz Sul-tán, pág. 209.

Le preguntaron a ‘Aamir Ibn ‘Abd el-Qais: “¿Tú piensas en ti mismo durante la oración?”. Y él respondió: “¿Hay algo más en lo que yo quisiera o debiera pensar en ese momento más que en la oración?”. Le dijeron: “Nosotros pensamos en nosotros mismos durante la oración”. Él preguntó: “¿Acerca del Paraíso y vuestra morada en él?”. Ellos respondieron: “No, sino en nuestras familias y propiedades”. Él dijo: “Si fuese a correr a través de un enjambre de lanzas afiladas, sería para mí más querido que pensar en mí mismo y en mis asuntos mundanos durante la oración”.

Sa’d Ibn Mu’ád dijo: “Tengo tres cualidades que quisiera conservar todo el tiempo, y entonces verdaderamente yo habría logrado algo: cuando estoy rezando, no pienso en nada excepto en la oración que estoy haciendo; si oigo algún reporte del Mensajero de Dios (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él), no tengo dudas sobre él; y cuando asisto a la oración funeraria, no pienso en ninguna otra cosa excepto en ella”. Al-Fatáwa li Ibn Tai-míah, 22/605.

Hátim (que Allah tenga misericordia de él) dijo: “Yo cargo con lo que se me ha encomendado: camino con el temor reverencial a Dios en mi corazón, comienzo todo con la intención correcta, glorifico y engrandezco a Dios, reci-

to pausadamente, medito en los significados, me inclino con concentración, me postro con humildad, me siento y recito el doble testimonio completo (tasháhhud), digo el salam con la intención correcta, termino con sinceridad hacia Dios, y vuelvo temiendo que mi oración pueda no ser aceptada, y por lo tanto continúo esforzándome en ella hasta que muera”. Al-Jushu’ fi as-Salah (La Concentración en la Oración), pág. 27-28.

Abu Bákr as-Subgui dijo: “Yo viví en los tiempos de los dos imames, aunque no tuve la fortuna de conocerlos en persona: Abu Hátim ar-Rázi, y Muhámmad Ibn Násr al-Marwazi. Sobre Ibn Násr, no conozco ninguna oración mejor que la suya. He oído que una avispa le picó en su frente y que la herida incluso comenzó a sangrar, pero él no se movió”.

Muhámmad Ibn Ia’qub al-Ajram dijo: “Yo nunca he visto una oración mejor que la de Muhámmad Ibn Nasr. Los insectos se le paraban en el rostro y él no se los quitaba. Nosotros solíamos maravillarnos de cuán profunda era su concentración cuando él rezaba. Su temor a Dios en la oración era tan grande que colocaba su barbilla sobre su pecho como si fuera un palo puesto de pie”. At-Ta’zím Qádr as-Salah, 1/58.

El Shéij al-Islam Ibn Taimíah (que Allah tenga misericordia de él), cuando comenzaba a rezar, solía temblar, y se inclinaba de derecha a izquierda (Al-Kawákib ad-Durríyah fi Manáqib al-Muchtáhid ibn Taimíah, por Mar’i al-Karami, p. 83, Dar al-Gárb al-Islami).

Comparemos esto con lo que vemos hoy en día en las mezquitas, con los orantes mirando sus relojes, acomodándose las ropas, escarbando sus narices, pensando en

tratos comerciales o calculando mentalmente su dinero mientras rezan, o tratando de ver quién está detrás o al costado de ellos. Pensemos en cómo nos comportaríamos apenas ante alguno de los líderes de este mundo, ¿nos atreveríamos a comportarnos de esa manera?

## ***Conocer las ventajas de la concentración durante la oración***

Algunos reportes nos hablan sobre estas ventajas, entre ellos:

- El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “No hay musulmán que cuando llega el horario de la oración realice la ablución menor como corresponde, se concentre en ella, haga bien la inclinación, sin que esto sea una expiación de todos sus pecados previos, en tanto no haya cometido pecados mayores”. Narrado por Muslim, 1/206, No. 742).

- La recompensa registrada es acorde al grado de concentración. El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Un siervo puede rezar y que se le registre por ello sólo un décimo, o un noveno, o un octavo, o un séptimo, o un sexto, o un quinto, o un cuarto, o un tercio, o la mitad”. Narrado por Áhmad, Sahih al-Yámi’, 1626.

- Sólo la parte de la oración en que estuviste atento te servirá. Se reportó que Ibn ‘Abbás (que Dios esté complacido con él) dijo: “Sólo te beneficiará de tu oración la parte en que estuviste atento”.

- La oración realizada con la concentración apropiada expía los pecados. El Profeta Muhámmad (que la paz y las

bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Cuando el siervo se levanta y reza, todos sus pecados son traídos y colocados sobre su cabeza y hombros. Y cada vez que se inclina o hace una postración, algunos de ellos se desprenden”. Reportado por Al-Baihaqi en as-Sunan al-Kubra, 3/10; ver también Sahih al Yámi’.

Al-Manáwi dijo: “Lo que significa es que cada vez que se completa un paso esencial de la oración, parte de sus pecados se desprenderán de él, hasta que cuando la termine, todos sus pecados pueden haber sido removidos. Esto es en una oración donde todas sus condiciones y partes esenciales han sido cumplidas y están completas. Lo que entendemos por las palabras ‘siervo’ y ‘reza’, es que el orante está ante el Rey de reyes, en la posición de un humilde servidor”. Reportado por Al-Baihaqi en as-Sunan al-Kubra, 3/10; ver también Sahih al Yámi’.

- La persona que rece con la concentración apropiada se sentirá más liviana después de terminar su oración, como si le hubieran quitado una carga. Luego de rezar, el orante se siente confortado y fresco, y hasta suele desear no haber cesado de rezar, porque la oración es una enorme fuente de felicidad y confort en este mundo. Algunos orantes sienten una presión que no se alivia hasta que comienzan a rezar, y la disfrutan enormemente, en lugar de simplemente desear terminarla. Quienes aman la oración dicen: “Rezamos y encontramos consuelo en la oración”, tal como dijo alguna vez su líder, el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él): “Oh, Bilal, vamos y encontremos consuelo en la oración”.

- El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Mi alegría ha sido puesta en la oración”. Por lo tanto, quien encuentra alegría en su oración, ¿cómo podría encontrar algo mejor que ella, o apartarse de ella? (Al-Wábil as-Saib, 37).

Esforzarse en ofrecer súplicas en los momentos apropiados de la oración, especialmente durante la postración

No hay duda de que presentarse humildemente ante Dios, conversar con Él, pedirle cosas y buscar Su ayuda, todas estas cosas ayudan a fortalecer el vínculo que el siervo tiene con su Señor e incrementan su concentración. La súplica es un acto de culto, que se nos ha encomendado y recomendado especialmente. Dios dijo (traducción del significado):

“Le invocáis en público y en secreto...” (Al-An’am 6:63).

Y el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Quien no invoca a Dios, Dios estará enojado con él”. Narrado por at-Tirmidi, Kitáb ad-Da’wát, 1/426; clasificado como bueno en Sahih at-Tirmidi, 2686.

Se reportó que el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) solía hacer súplicas durante momentos específicos dentro de la oración, por ejemplo durante la postración, o entre las dos postraciones, y después del doble testimonio (tasháhhud). Pero el más grandioso de estos momentos es la postración, porque el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Lo más cercano que puede estar el siervo a su Señor es cuando está postrado, por lo

tanto incrementen vuestras súplicas en ese momento”. Narrado por Muslim, Libro de la Oración, Capítulo “Qué decir durante la Inclinación y la Postración”, No. 215.

Y también dijo: “...esfuércense suplicando durante la postración, porque es más probable que sea respondida”. Narrado por Muslim, Libro de la Oración, Capítulo “An-Nahi ‘an quirá’at al-Qur’án fi ar-Ruku’ wa as-Suyud”, No. 207.

Una de las súplicas que el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) solía recitar durante su postración era: “Allahúmma agfirli danbi diqqáhu wa yilláhu wa awwálahu wa aajirátuhu wa ‘alaaniyátahu wa sirrahu” (Dios nuestro perdóname por mis pecados, los menores y los mayores, el primero y el último, los que cometí abiertamente y en secreto)”. Narrado por Muslim, Libro de la Oración, Capítulo “Qué decir durante la inclinación y la postración”, No. 216.

Él también solía decir: “Allahúmma agfirli ma asrartu wa ma a’lantu (Dios nuestro, perdóname por lo que he hecho abiertamente y en secreto). Narrado por an-Nasá’i, Al-Muytabá, 2/569; Sahih al-Yámi’, 1067.

Ya hemos descripto algunas de las súplicas que él solía recitar entre las dos postraciones (Sección 11).

Una de las cosas que él (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) solía recitar después del doble testimonio de fe durante la oración (tasháhhud) es relatado en este reporte: “Cuando terminen de recitar el doble testimonio de fe durante la oración, busquen refugio en Dios de cuatro cosas: el Infierno, el castigo de la tumba,

las tentaciones de la vida y la muerte, y el mal del Impositor (Falso Mesías)”.

Él también solía decir: “Allahúmma ínni a’udu bika min shárri ma ‘amiltu wa min shárri ma lam a’mal” (Dios nuestro, busco refugio en ti del mal que he hecho y del mal de lo que he dejado de hacer”, y “Allahúmma háсібni hisában iasíran” (Dios nuestro, haz que mi Rendición de cuentas sea fácil).

Él también le enseñó a Abu Bákr as-Saddíq (que Dios esté complacido con él) que dijera: “Allahúmma ínni zalamtu náfsi zulman kazíran, wa iágfir ad-dunuba ílla anta, fagfir li magfiratan min ‘índaka, wa arhamni, anta al-Gafur ar-Rahím (Dios nuestro, he sido muy injusto conmigo mismo, y nadie puede perdonarme excepto Tú. Concédeme Tu perdón y ten misericordia de mí’, porque Tú eres Perdonador, Misericordioso).

Él oyó a un hombre diciendo el doble testimonio de fe en la oración: “Allahúmma ínni as’áluka iá Allah al-Áhad as-Samad, lam salid wa lam iúlad, wa lam iakum láhu, kufuan áhan, an tagfir li dunubi ínnaka anta al-Gafur ar-Rahím (Dios nuestro, te ruego Oh Dios, el Único, el Auto-suficiente, Quien engendra pero no es engendrado, Quien no tiene igual ni parecido, que me perdones mis pecados, porque Tú eres el Perdonador, el Clemente)”. El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) le dijo a sus compañeros: “Él ha sido perdonado, ha sido perdonado...”.

Él oyó a otro hombre diciendo: “Allahúmma ínni as’áluka bi áнна laka al-hámd, la iláha ílla anta, wáhdaka, la shari-ka laka al-mannán, iá badí’ as-samawáti wa al-árd, iá dal yaláli wa al-ikrám, iá háiyu iá qaiyúm, ínni as’áluka al-

yánnah wa a'udu bika min an-nar (Dios nuestro, Te pido a Ti porque ciertamente eres digno de toda alabanza, no hay divinidad excepto Tú, sin compañero ni asociado, el Dador, Oh Originador de los cielos y la Tierra, Dueño del trono y la gloria, Oh Viviente, Oh Autosuficiente, Te pido el Paraíso y busco refugio en Ti del Infierno)". El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) le dijo a sus compañeros: "¿Sabén por qué Le está pidiendo él a Dios?". Ellos respondieron: "Dios y Su mensajero saben mejor". Dijo: "Por Aquél en Cuya mano está mi alma, él Le ha pedido por Sus más grandes nombres, y cuando Él es invocado por ellos, responde, y si se Le pide por ellos, concede".

Y la última cosa que él decía entre el doble testimonio de fe y el salam era: "Allahúmma agfirli li ma qaddámtu wa ma ajjártu wa ma asrartu wa ma a'lantu wa ma asraftu wa ma anta a'lam bihi mínni anta al-muqáddim wa anta al-mu'ájjir, la iláha ílla anta" (Dios nuestro perdóname por lo que he hecho en el pasado, y por lo que haré en el futuro, y por lo que he ocultado y lo que he hecho abiertamente, y por aquello en lo que me he excedido, lo que sea que Tú conozcas mejor que yo. Tú eres el que adelanta y el que atrasa lo que quiere, no hay divinidad excepto Tú".

Estas súplicas y otras, junto con sus cadenas de transmisión, pueden encontrarse en Sifat as-Salah, de Al-'Allámah al-Albani, pág. 163, 11ava edición.

Memorizar súplicas como éstas resolverán el problema de muchos orantes que se quedan en silencio detrás del imam cuando terminan de recitar el doble testimonio de

fe y la oración de Ibrahím, porque no saben qué más pueden recitar.

## ***Recitando oraciones para recordar a Dios después de la oración***

Estas oraciones también nos ayudan a fortalecer nuestra concentración y reforzar las bendiciones y beneficios de la oración.

Sin duda, una de las mejores maneras de proteger y preservar una buena acción es seguirla de otra igual o mejor. Por lo tanto, quien medite en las oraciones para recordar a Dios que vienen después de la oración encontrará que comienzan con la búsqueda del perdón tres veces, como si el orante estuviera buscando el perdón de su Señor por los incumplimientos que pueda haber cometido. Es también importante prestar atención a las oraciones voluntarias, porque reponen cualquier falta en las oraciones obligatorias, incluidas faltas en la concentración.

Habiendo discutido aquellas cosas que nos ayudan a lograr la concentración en la oración, continuaremos ahora con una discusión sobre las formas de combatir las interrupciones.

## **Formas de evitar las distracciones y todo aquello que pueda influir negativamente en la concentración durante la oración**

Evitando todo lo que pueda distraer al orante

Anas (que Dios esté complacido con él) dijo: “ ‘Aa'ishah (que Allah esté complacido con ella) había decorado una

colorida cortina que ella usaba para cubrir la puerta de una habitación de la casa. Pero el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) le pidió que la quitara, porque lo distraía al hacer la oración”. Narrado por al-Bujari, Fáth al-Bari, 10/391.

Al-Qásim también reportó que ‘Aa’ishah (que Allah esté complacido con ella) tenía una tela con decoraciones que ella usaba para cubrir una pequeña alcoba. El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) solía rezar mirando en esa dirección, y le dijo: “Aléjala de mí, porque sus diseños me distraen cuando hago la oración”, entonces ella la quitó e hizo almohadones con ella. Narrado por Muslim en su obra Sahih, 3/1668.

En otra ocasión, cuando el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) fue a rezar a la Ka’bah y vio dos cuernos de carnero. Cuando había terminado de rezar le dijo a ‘Uzmán al-Hayábi: “Olvidé decirte que cubras los cuernos, porque no debe haber nada en la Sagrada Casa que distraiga a los orantes”. Narrado por Abu Dawud, 2030; Sahíh al-Yámi’, 2504.

Esta recomendación también incluye evitar en la medida de lo posible rezar en lugares de paso para la gente, o donde hay demasiado ruido ambiente, o en un sitio donde la gente entabla conversaciones, o donde hay muchas distracciones visuales. Uno debe evitar también rezar en lugares que son o demasiado calurosos o demasiado fríos.

El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) nos recomendó demorar la oración del mediodía en verano (en Arabia) hasta que la parte más

caliente del día haya pasado. Ibn al-Qayím (que Allah tenga misericordia de él) dijo: “Rezar cuando hace mucho calor impide al orante tener la concentración adecuada, y el orante puede mostrarse renuente ante la oración, y por eso el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) sabiamente nos recomendó que demoremos la oración hasta que el calor haya aminorado, de tal manera que puedan rezar con más concentración y lograr así el propósito de la oración, que es concentrarse en Dios”. Al-Wábil as-Saib, Dar al-Baián, pág. 22.

### ***Evitar la ropa demasiado decorada o llamativa***

‘Aa’ishah (que Allah esté complacido con ella) dijo: “El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) fue a rezar usando una camisa decorada a cuadros. Cuando había terminado de rezar, le dijo a su esposa: “Llévale esta camisa a Abu Yáham Ibn Hudai-fah y tráeme una camisa sin cuadros ni decoraciones, porque me distraen cuando rezo”. De acuerdo a otro reporte habría usado las palabras “Los cuadros me distraen”. De acuerdo a otro reporte las palabras de ‘Aa’ishah (que Allah esté complacido con ella) habrían sido: “Él tenía una camisa a cuadros, pero lo distraía cuando rezaba”. Narrado por Muslim en su obra Sahih, No. 556, parte 3/391.

Es recomendable no usar ropas con imágenes en ellas, y debemos poner especial cuidado en evitar las ropas que tienen imágenes de seres animados, que están ampliamente difundidas hoy en día.

Demorando la oración cuando la comida está lista

El Mensajero de Dios (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Si llega el horario de la oración y la comida está lista, primero la comida”. Narrado por Muslim, No. 560.

Si la comida está lista o se nos ha ofrecido, el musulmán debe comer primero, porque será difícil concentrarse en la oración cuando va a rezar con hambre. Tampoco debe comer apresurado, porque el Profeta Muhámmad también dijo: “Si la cena está servida y llega la oración del ocaso, coman la cena antes de rezar la oración, y no se apresuren a terminarla”. De acuerdo a otro reporte habría dicho: “Si la cena está lista y oyen el último llamado a la oración, coman la cena primero y no se apresuren a terminarla”. Consensuado. Narrado por al-Bujari, Libro del Llamado a la Oración, capítulo “Si la comida está lista y se oye el último llamado a la oración”; Muslim, No. 557-559.

### ***No rezar cuando uno necesita ir al baño***

No hay duda de que una de las cosas que impedirá al orante concentrarse apropiadamente durante la oración es cuando necesita ir al baño a hacer sus necesidades. El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) prohibió rezar cuando uno siente necesidad de orinar o defecar. Narrado por Ibn Máyah en su compilación de tradiciones (Sunan), No. 617; Sahih al-Yámi', No. 6832.

Si el musulmán se encuentra en esta situación, debe ir primero al baño y aliviar sus necesidades, aún si pierde lo que sea de la oración comunitaria, porque el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Si la oración ha comenzado y uno de ustedes necesita ir a hacer sus necesidades, que vaya a aliviarse primero”. Narrado por Abu Dawud, No. 88; Sahih al-Yámi’, No. 299.

Si esto le sucede a una persona mientras está rezando, debe ir primero al baño y aliviarse, luego realizar la ablución menor apropiadamente, y luego rezar, porque Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “No hay oración cuando la comida está servida ni cuando se necesita ir al baño”. Narrado por Muslim en su Sahih, 560.

Sin duda, cualquier intento por suprimir las necesidades fisiológicas impedirá al orante concentrarse. Esto también se aplica si el orante tiene gases.

### ***No rezar cuando uno siente mucho sueño***

Anas ibn Málik dijo: “El Mensajero de Dios (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Si uno de ustedes siente que se duerme cuando está rezando, debe ir y descansar hasta que sepa lo que está diciendo”, es decir debe tomar una siesta hasta que ya no se sienta somnoliento. Narrado por al-Bujari, No. 210.

Esto puede suceder cuando una persona se levanta a rezar por la noche, en este horario en que las plegarias son más probablemente respondidas y el musulmán puede hacer una súplica en contra de sí mismo sin darse cuenta.

Este reporte también incluye las oraciones obligatorias, cuando uno confía en que tendrá suficiente tiempo para rezar después de tomar una siesta. Fáth al-Bari, Análisis del Libro de la Ablución Menor, Capítulo La Ablución Menor y el Sueño.

## ***No rezar detrás de alguien que está hablando o durmiendo***

El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) prohibió esto cuando dijo: “No recen detrás de quien está durmiendo o de quien está hablando”. Narrado por Abu Dawud, 694; Sahih al-Yámi’, No. 375. Él dijo: “Es un reporte bueno”.

Esto es porque quien está hablando distraerá al orante con su charla, y la persona que está durmiendo puede descubrir accidentalmente sus partes pudendas y distraer al orante.

Al-Jattábi (que Allah tenga misericordia de él) dijo: “Sobre rezar detrás de alguien que está hablando, los imanes Ash-Sháfi’i y Áhmad Ibn Hánbal consideraron que esto era desaconsejable, porque la persona que está hablando puede distraer al orante”. ‘Awn al-Ma’bud, 2/388.

Sobre no rezar detrás de alguien que está durmiendo, muchos eruditos consideraron que la evidencia para esto era débil, entre ellos Abu Dawud en su Compilación de Tradiciones (Sunan), Libro de la Oración, Tafrí’ Abuab al-Witr, Capítulo Las Súplicas; e Ibn Háyar en Fáth al-Bari, Análisis del Capítulo La Oración detrás del Durmiente, Libro de la Oración.

Al-Bujari citó como evidencia un reporte de 'Aa'ishah (que Allah esté complacido con ella) en su obra Sahih, capítulo La Oración detrás del Durmiente: "El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) solía rezar mientras yo yacía durmiendo en su cama". Sahih al-Bujari, Libro de la Oración.

Muyáhid, Tawús y Málik consideraron que era desaconsejable rezar teniendo delante a alguien que está durmiendo, porque el durmiente podría descubrirse accidentalmente o moverse y distraer al orante. Fáth al-Bari.

Si no hay riesgo de que eso suceda, entonces no es desaconsejable rezar detrás de alguien que está durmiendo. Pero Dios sabe mejor.

### ***No obsesionarse con alisar el suelo cuando se reza***

Al-Bujari (que Allah tenga misericordia de él) reportó de Mu'áiqib (que Dios esté complacido con él) que el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) le dijo a un hombre que alisaba el suelo donde iba a apoyar la cabeza cada vez que se postraba: "Si vas a hacer eso, hazlo sólo una vez". Fáth al-Bari, 3/79.

El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: "No limpien el terreno cuando están rezando, pero si lo hacen, háganlo sólo una vez". Narrado por Abu Dawud, No. 946; Sahih al-Yámi', No. 7452.

La razón de esta prohibición es que el orante no se distraiga con detalles y se concentre en la oración, y porque es una norma inherente de la oración que no se hagan

movimientos ajenos a ella a menos que sea necesario. Si el suelo donde el orante va a rezar necesita ser limpiado o alisado, lo más lógico es que uno lo haga antes de comenzar la oración, y cuando la ha comenzado se abstenga de distraerse en ello.

Esta lógica también se aplica a otras necesidades, como limpiarse la frente o la nariz. El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) rezó en ocasiones sobre terrenos húmedos e incluso sobre barro, lo cual dejaba rastros en su frente y su nariz, pero no se molestaba en limpiárselo mientras rezaba cada vez que apoyaba la frente. Él rezaba como hacía siempre, profundamente absorbido en su oración.

El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “La oración es una ocupación en sí misma”. Narrado por al-Bujari, Fátih al-Bari, 3/72.

Ibn Abi Shaibah reportó que Abu al-Dardá dijo: “Aun si me fueran a dar camellos rojos, yo no me limpiaría la tierra de la frente”. Y ‘Aiyád dijo: “A las primeras generaciones no les gustaba limpiarse la frente cuando rezaban”. Al-Fátih, 3/79.

De la misma forma que el orante debe evitar cualquier cosa que lo distraiga de su oración, así debe evitar distraer o perturbar a otros. Esto incluye:

### ***No distraer a otros con nuestra propia recitación***

El Mensajero de Dios (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Todos ustedes están hablando con su Señor, por lo tanto no se perturben los unos a los

otros, y no eleven sus voces unos sobre otros cuando recitan (en la oración)". Narrado por Abu Dawud, 2/83; Sahih al-Yámi', No. 752. De acuerdo a otro reporte él habría dicho: "No compitan unos con otros elevando sus voces cuando recitan El Corán". Narrado por Áhmad, 2/36; Sahih al-Yámi', 1951.

## ***No darse vuelta cuando uno está rezando***

Abu Darr (que Dios esté complacido con él) dijo: "El Mensajero de Dios (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: "Dios se vuelve hacia Su servidor mientras él está rezando, en tanto no se dé vuelta; pero si se da vuelta, Dios le dará la espalda también". Narrado por Abu Dawud No. 909, Sahih Abu Dawud.

La expresión "darse vuelta" hace referencia a dos cosas:

- Apartar nuestra mente de Dios y enfocarla en otra cosa.
- Dar vuelta los ojos apartando la mirada, o dar vuelta la cabeza mirando hacia atrás o hacia los costados.

Ambas cosas están prohibidas durante la oración, y van en detrimento de la recompensa del creyente. El Mensajero de Dios (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) fue consultado sobre darse vuelta durante la oración, y dijo: "Es un robo que Satanás hace de la oración del musulmán". Narrado por al-Bujari, Libro del Llamado a la Oración, Capítulo Al-Iltifat fi as-Salah.

Quien se da vuelta durante la oración, ya sea con sus ojos, con la cabeza, o con su corazón, es como quien pide una

audiencia con un alto gobernante y cuando se la conceden se da vuelta, se distrae mirando a los costados o no presta atención, porque su mente está en otra parte. ¿Qué pensará el gobernante de él? Lo menos que el gobernante pensará es que se trata de una persona odiosa y sin valor.

El orante que reza distraído no es igual a quien reza con profunda concentración en lo que está haciendo, volcándose hacia Dios en su oración de tal forma que pueda sentir la grandeza de estar ante Él, sintiendo un temor reverencial y reaccionando con sumisión. La diferencia entre sus oraciones es como ha dicho Hassán ibn 'Atíyah: "Los dos pueden estar en una congregación, pero la diferencia en virtud entre ellos es tan grande como la distancia entre el cielo y la Tierra: uno de ellos se vuelve a Dios con todos sus sentidos, y el otro es negligente y distraído". Al-Wábil as-Saib, por Ibn al-Qayím, Dar al-Baián ediciones, pág. 36.

Pero en el caso de apartarse por una razón genuina, como una urgencia, esto está bien. Abu Dawud reportó que Sáhl ibn al-Hanzalíyah dijo: "Comenzamos a rezar la oración del alba y el Mensajero de Dios (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) estaba mirando el barranco". Abu Dawud dijo: "Él había enviado a un jinete por la noche para vigilar el barranco". Esta situación fue como cuando él llevaba a Umámah bint Abu al-'Aas, o cuando abrió la puerta para 'Aa'ishah, o como cuando descendió del minbar mientras estaba rezando para enseñarles, o cuando se adelantó durante la oración del eclipse para espantar a un demonio que quería interrumpir su oración.

Él concedió también permiso para matar una serpiente venenosa o un escorpión durante la oración, y también puede interrumpirla si debe lidiar con alguien que intenta pasar por delante de él mientras está rezando. Él también le pidió a una mujer que sonara las palmas durante la oración si detectaba un error en la recitación por parte del imam, y también solía mover levemente la mano para saludar a la gente mientras estaba rezando.

Estas y otras acciones pueden hacerse en caso de necesidad, pero si no es necesario, entonces son simplemente gestos ociosos que empobrecen nuestra concentración, y por lo tanto son reprobables durante la oración. Maymu' al-Fatáwa, 22/559.

### ***No mirar hacia arriba (hacia el cielo)***

El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) también nos prohibió hacer esto, y nos dio una severa advertencia contra ello. Dijo: “Cuando estén rezando, no levanten la vista hacia el cielo, para que no se queden ciegos”. Narrado por Áhmad, 5/294; Sahih al-Yámi', No. 762.

De acuerdo a otro reporte, dijo: “¿Qué les pasa a quienes levantan la vista hacia el cielo mientras están rezando?”. De acuerdo a otro reporte, dijo: “...que alzan la vista hacia el cielo cuando hacen una súplica durante la oración?” (Narrado por Muslim, No. 429).

Él nos advirtió severamente contra hacer esto, y dijo: “Deténganlo, o les será quitada la vista”. Narrado por Áhmad, 5/258; Sahih al-Yámi', 5574.

## ***No escupir hacia el frente cuando se está rezando***

Este acto es incompatible con la humildad y las buenas maneras ante Dios. El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Cuando recen, no escupan hacia el frente, porque es Dios quien está ante ustedes cuando rezan”. Narrado por al-Bujari en su Sahih, No. 397.

Él también dijo: “Cuando se pongan de pie para rezar, no deben escupir delante de ustedes, porque están hablando con Dios desde que llegan al lugar donde harán la oración; no deben escupir hacia su derecha, porque hay un ángel allí. Si han de escupir, háganlo hacia la izquierda, o bajo sus pies, y entiérrenlo”. Narrado por al-Bujari, Al-Fáth, No. 416, 1/512.

Él también dijo: “Cuando están de pie rezando están ante su Señor, y su Señor está entre ustedes y la dirección a La Meca, por lo tanto ninguno debe escupir en esa dirección, sino a su izquierda o bajo sus pies”. Narrado por al-Bujari, Fáth al-Bári, No. 417, 1/513.

Si la mezquita está amoblada con alfombras, como es común hoy en día, y alguien necesita escupir, debe hacerlo en el cesto de basura o en un pañuelo de papel y desecharlo.

## ***Intentar no bostezar durante la oración***

El Mensajero de Dios (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Si sienten deseos de bostezar durante la oración, reprímanlo tanto como puedan, para

que Satanás no les entre por la boca...”. Narrado por Muslim, 4/2293. Si Satanás entra, será más capaz de perturbar la concentración del orante y se burlará de él.

### ***No poner las manos en jarras sobre las caderas durante la oración***

Abu Hurairah (que Dios esté complacido con él) dijo: “El Mensajero de Dios (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) nos prohibió poner las manos en jarras sobre las caderas durante la oración”. Narrado por Abu Dawud, No. 947; Sahih al-Bujari, Libro “Al-‘Aml fi as-Salah”, Capítulo Al-Hádr fi as-Salah.

Ziad ibn Subaih al-Hánafi (que Allah tenga misericordia de él) dijo: “Yo recé al lado de ‘Umar y puse mi mano sobre la cadera, pero él me golpeó la mano. Cuando había terminado de rezar, me dijo: “El Mensajero de Dios (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) nos prohibió eso”. Narrado por Áhmad, 2/106, y otros. Clasificado como auténtico por Al-Háfiz al-‘Iraqi en Tajrích al-Ihiyá’. Ver Al-Irwá’, 2/94.

Y se reportó que el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo que esta postura es la forma en que descansa la gente del Infierno. Reportado por Al-Baihaqi de Abu Hurairah. Al-‘Iraqi dijo: “Parece ser auténtico”.

### ***No arrastrar nuestras vestimentas durante la oración***

Se reportó que el Mensajero de Dios (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) prohibió arrastrar las

vestimentas durante la oración o cubrirse la boca. Narrado por Abu Dawud, No. 643; Sahih al-Yámi', No. 6883. Él dijo: "Es un reporte aceptable".

Dice en Marqat al-Mafátih (2/236): "Arrastrar las vestimentas o dejarlas colgando está prohibido para el musulmán bajo toda circunstancia, porque es un gesto de soberbia y presunción, pero hacerlo durante la oración es aún peor".

El autor de An-Niháiah dijo: "La prohibición también abarca al envolverse con una tela al rezar, dejando nuestras manos adentro, y que fue practicado por comunidades religiosas previas".

También se dijo que abarcaba colocarse una tela sobre la cabeza y hombros, y dejarla caer sobre el frente y los brazos, de tal manera que la persona debe tener cuidado de que no se le caiga, lo cual reduce su capacidad de concentración durante la oración. Sin embargo, las vestimentas que están debidamente amarradas, ajustadas o abotonadas, no causarán este efecto adverso. Estas vestimentas todavía se encuentran hoy en día en algunas partes de África, y también hay algunas capuchas usadas por los árabes que pueden distraer al orante y mantenerlo preocupado en ajustársela o acomodársela cuando se suelta. Esto debe ser evitado.

La razón por la cual está prohibido cubrirse la boca fue explicada por algunos eruditos con el argumento de que dificultaría a la persona recitar el Corán y realizar bien la postración. Marqat al-Mafátih, 2/236.

## ***Evitar parecerse a los animales en sus movimientos***

Dios ha honrado al ser humano y lo ha creado con la constitución más equilibrada, diferenciándonos de los animales. Por eso se nos ha prohibido adoptar o imitar diversas posturas comunes en los animales cuando rezamos, porque esto es contrario a la concentración requerida y no beneficia al orante. Por ejemplo, se reportó que el Mensajero de Dios (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) prohibió algunas actitudes durante la oración y las comparó con movimientos animales: inclinarse como un cuervo picando el suelo, apoyar los codos en el suelo como los perros, o rezar siempre en el mismo lugar, como un camello celoso de su territorio (Narrado por Áhmad, 3/428). Esta última comparación se refiere a quien acude a la mezquita y pretende rezar siempre en el mismo lugar, como si fuera suyo, y se ha comparado esto con un animal territorial (Al-Fáth ar-Rabbán, 4/91). De acuerdo a otro reporte, alguien dijo: “Nos prohibió inclinarnos en la postración como un gallo, sentarnos como el perro o darnos vuelta como el zorro”. Narrado por Áhmad 2/311; Sahih at-Targuíb, No.556.

Esto es lo que somos capaces de mencionar acerca de los medios para lograr la concentración y la piedad durante la oración, de tal manera que nos esforcemos por lograrlas, y sobre las cosas que dificultan o impiden esta concentración, de tal manera que nos esforcemos por evitarlas.

## **Cuando el orante sufre dudas y pensamientos negativos (susurros)**

Hay otro punto que está relacionado con la concentración, y al cual los eruditos le han concedido una gran importancia, por lo que sería valioso mencionar aquí.

Cuando una persona sufre muchas dudas, tentaciones y malos pensamientos durante la oración (susurros de Satanás), ¿es válida su oración o debe repetirla? Ibn al-Qaím dijo: “Se nos ha preguntado sobre la oración de quien no logra la concentración buscada, sobre si debe repetirla o no. Sobre la recompensa de la oración, nosotros pensamos que no será registrada excepto por los momentos en que la persona logró concentrarse y tuvo la actitud correcta hacia Dios.

Ibn ‘Abbás (que Dios esté complacido con él) dijo: “No obtendrás nada de tu oración excepto por aquellos momentos en que te concentraste”.

En Al-Musnad se reportó que el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “El musulmán puede ofrecer una oración y que no se le registre de ella sino un décimo... un quinto, un tercio o la mitad...”.

Dios ha hecho que el éxito del orante en la oración dependa de su concentración, y que quien no la realice con la concentración adecuada no se beneficiará de ella; pero sí se le registrará la recompensa por haberla hecho, ciertamente sí se le registrará. Con respecto al asunto de si se le aplican las normas y excepciones usuales, como que tenga que repetirla, la mayoría de los eruditos ha indicado que si ha logrado concentrarse durante la mayor parte

de ella, es aceptable y no debe repetirla. Las oraciones recomendables y las plegarias recitadas después de la oración, reponen las faltas cometidas durante las oraciones obligatorias, si Dios quiere.

Pero en el caso donde el orante no tuvo la concentración requerida durante la mayor parte de la oración, hay una diferencia de opinión entre los juristas. Ibn Hámid, uno de los compañeros del imam Áhmad, opinó que era obligatorio hacerla de vuelta. Los juristas también difieren sobre la concentración en la oración, y hay dos opiniones básicas entre los eruditos acerca de este punto, en las distintas escuelas jurídicas.

Estas opiniones difieren sobre si es obligatorio repetir las oraciones cuando el musulmán experimenta muchas dudas o pensamientos negativos (susurros). Ibn Hámid dijo que era obligatorio, pero la mayoría de los juristas no comparten este punto de vista.

Ellos toman como evidencia el hecho de que el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) ordenó a quien se confunde en su oración realizar la “postración compensatoria” o “postración por olvido”. Pero él no dijo que el orante debiera repetir la oración, aun cuando mencionó: “Satanás llega y le dice al orante cuando está rezando: “Acuérdate de tal y tal cosa, y acuérdate de esto otro”, hasta que lo confunde y el orante no sabe cuánto ha rezado”.

No hay duda del hecho de que no hay recompensa para la oración excepto la parte en la que el orante ha logrado concentrarse, como el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “El musulmán

puede ofrecer una oración y que no se le registre de ella sino un décimo, un quinto, un tercio o la mitad...”.

Ibn ‘Abbás (que Dios esté complacido con él) dijo: “No obtendrás nada de tu oración excepto por aquellos momentos en que te concentraste”. Por lo tanto, la oración no es correcta si uno la ve desde el punto de vista de que debe ser perfecta, pero puede ser considerada como válida en el sentido de que no se nos ordena repetirla. *Ma-dárich as-Saalikín*, 1/112.

Se ha reportado que el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Cuando se hace el llamado a la oración, Satanás huye para no escucharlo. Cuando el llamado a la oración termina, él regresa. Cuando la oración comienza, huye nuevamente, pero una vez que está en progreso, regresa nuevamente y se interpone entre el orante y su alma, diciéndole: “Acuérdate de tal y tal cosa, y acuérdate de esto otro”, hasta que el orante no puede recordar cuánto ha rezado. Si alguno de ustedes experimenta esto, que realice dos oraciones por el olvido, mientras está sentado”.

Los eruditos han dicho: “El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) mencionó la oración en la cual el orante ha olvidado cuánto había rezado a causa de los susurros de Satanás, y ordenó realizar dos postraciones por haberse olvidado. Él no ordenó repetir la oración. Si la oración fuera inválida, como algunos han argumentado, el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) habría ordenado repetirla. Esta es la razón detrás de las dos postraciones por olvido; perturbar a Satanás por haber interferido en la oración del orante, insinuándole pensa-

mientos e interponiéndose entre él y su alma. Por esa razón, estas dos postraciones también son llamadas en árabe ‘al-murguimatáin’ (las dos que molestan). Madárich as-Saalikín, 1/528-530.

Si fuéramos a decir que la oración debe ser repetida para obtener sus beneficios y recompensas, entonces esto queda a decisión del individuo. Si el musulmán quiere ganar estos beneficios, puede hacerlo, y si quiere perderlos, también puede.

Si fuéramos a decir que la gente debería repetir su oración y castigarla si no la repite, aplicándoles las normas de aquellos que abandonan la oración, esto no es correcto.

Esta es la más correcta de las dos opiniones. Y Allah sabe más.

## **Conclusión**

La concentración es un asunto muy importante en la oración, y no es posible lograrla sin la ayuda de Dios. Ser privado de la concentración y la actitud de humildad requerida para la oración es una calamidad. Por eso el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) solía decir en sus súplicas: “Allahúmma ínni a’udu bika min qálbin la iájsha’...” (Dios nuestro, me refugio en Ti de tener un corazón desatento). Narrado por at-Tirmidi, 5/485, No. 3482; Sahih Sunan at-Tirmidi, 2769.

Aun quienes se concentran durante la oración lo hace en distinto nivel. La concentración puede incrementarse o decrecer. Algunas personas pueden tener una profunda

concentración, y otras pueden terminar su oración sin haber sentido o entendido nada en absoluto. Dice en Al-Wábil as-Sáib, pág. 40:

“Cuando se acercan a la oración, los orantes están en cinco niveles diferentes:

El primero y el más bajo es el de la persona negligente. No realiza bien la ablución menor, no reza en el horario correcto ni se asegura de cumplir con los pilares necesarios de la oración. Esta persona es injusta consigo misma.

El segundo tipo es quien observa las partes esenciales externas de la oración, hace la ablución bien y reza a tiempo, pero pierde la batalla por controlar su propia mente, y se ve superado por las dudas y pensamientos negativos.

La tercera es aquella que observa las partes esenciales externas de la oración, hace la ablución correctamente y reza a tiempo, y se esfuerza en concentrar su mente, pero está preocupado con su lucha contra su enemigo (los susurros de Satanás), para que éste no lo distraiga y le robe de su oración, por lo tanto está involucrado en la oración y en la lucha al mismo tiempo.

El cuarto tipo es aquel que se levanta a rezar, cumple todos los requerimientos de la oración, y su corazón está completamente concentrado y alerta para no omitir nada, y tiene su interés puesto en rezar correctamente. Su corazón está profundamente inmerso durante la oración en adorar a Dios.

El quinto tipo es quien logra hacer todo eso, pero toma su corazón y lo coloca ante su Señor, observándolo y concentrándose en Él, lleno de amor y adoración, como si realmente lo estuviera viendo. Las barreras entre él y

Dios se han levantado. La diferencia entre la oración de esta persona y la oración de alguien más es más grande que la diferencia entre los cielos y la Tierra. Cuando esta persona reza está ocupado con su Señor y contento con Él.

El primer tipo de orante es censurable, el segundo tipo es corregible, el tercer tipo no se considera un pecador porque se está esforzando, el cuarto tipo es altamente recompensado, y el quinto tipo está en comunión con Dios, porque para él la oración es una fuente de felicidad. Quien encuentra su felicidad en la oración en esta vida, encontrará su felicidad cerca de Dios en el Más Allá, y también la encontrará en este mundo.

Quien encuentre su felicidad junto a Dios estará contento y satisfecho con todo, y quien no encuentra su felicidad en Dios, será arrastrado a la destrucción por su propia ira y sufrimiento en los asuntos mundanos”.

Finalmente, le pedimos a Dios que nos ayude a concentrarnos en la oración para realizarla con humildad y devoción, y que acepte nuestro arrepentimiento. Que Dios recompense con el bien a todos aquellos que ayudaron a preparar este libro, y que Él lo haga de beneficio para todos aquellos que lo lean; amén. Y toda alabanza es para Dios, el Señor del Universo.

Shéij Muhámmmed Salih al-Munáyyid

Islam Q&A