

Higiene pessoal (parte 1 de 2): Limpeza é metade da fé

Descrição: A importância da higiene pessoal no Islã.

Por Aisha Stacey (© 2013 IslamReligion.com)

Publicado em 19 Aug 2013 - Última modificação em 24 Feb 2015

Categoria: [Artigos](#) > [Adoração e Prática](#) > [Moral e Práticas Islâmicas](#)

Os muçulmanos em todo o mundo têm padrões extremamente altos de higiene pessoal, porque o Islã dá grande ênfase na limpeza e purificação física e espiritual. Enquanto a humanidade em geral usualmente considera a limpeza um atributo agradável, o Islã insiste nela. Os muçulmanos devem cuidar da higiene pessoal assegurando-se de que estejam bem cuidados e que seus corpos, roupas e ambiente ao redor estejam limpos. O



profeta Muhammad, que a misericórdia e bênçãos de Deus estejam sobre ele, informou a seus companheiros e, portanto, a todos nós, sobre a importância de limpeza quando disse: **"a limpeza é metade da fé."** [\[1\]](#) **O Alcorão é mais específico e diz:**

"Verdadeiramente, Deus estima os que se arrependem e cuidam da purificação." (Alcorão 2:222)

A higiene pessoal é desejável em todas as horas, mas certos aspectos da higiene pessoal não são apenas importantes, mas também compulsórios. De acordo com os eruditos, a limpeza é de três tipos: purificação ou lavagem ritual para realizar a oração; manter o corpo, roupas e ambiente limpos; e especificamente remover a sujeira que se acumula nas várias partes do corpo como dentes, narinas, sob as unhas, nas axilas e em torno da região púbica.

Lavagem ritual

A palavra árabe para pureza é tahara é significa estar livre de sujeira, espiritual e física. A pureza é a chave para a oração. Tahara espiritual significa estar livre de pecado e idolatria e denota acreditar na Unicidade de Deus. É tão importante quanto a limpeza física. Antes de uma pessoa se apresentar diante de Deus na conexão especial que é a oração, deve assegurar-se de que seu coração esteja livre de pecado, arrogância e hipocrisia. Uma vez que isso se concretize, ou pelo menos muito desejado, ela é capaz de se limpar de todas as impurezas físicas. Isso geralmente é alcançado usando água.

"Ó vós que credes! Sempre que vos dispuserdes a observar a oração, lavai o rosto, as mãos e os antebraços até aos cotovelos, esfregai a cabeça, com as mãos molhadas e lavai os pés, até os tornozelos. E, quando estiverdes polutos, higienizai-vos." (Alcorão 5:6)

Antes da oração obrigatória ou voluntária uma pessoa deve se assegurar de que esteja em estado de limpeza e faz isso realizando o *wudu* (geralmente traduzido como ablução) ou *ghusl* (um banho completo). O *wudu* livra o corpo de impurezas menores e o *ghusl* limpa o corpo de impurezas maiores. O *ghusl* deve ser realizado depois da relação sexual ou qualquer atividade sexual que libere fluidos corporais. O *ghusl* também é realizado após o término do período menstrual de uma mulher ou do sangramento pós-parto.

Limpar ritualmente o corpo através do *wudu* inclui lavar as mãos, enxaguar a boca e o nariz, lavar o rosto, lavar os braços até os cotovelos, esfregar a cabeça (e barba), lavar as orelhas, incluindo atrás das orelhas e lavar os pés até os tornozelos. Uma pessoa não precisa repetir essa ablução para todas as orações, a menos que tenha quebrado seu *wudu* através de um dos seguintes métodos: urinar ou defecar, soltar gases, comer carne de camelo, dormir enquanto estiver deitada, perder a consciência, tocar diretamente a área genital ou excitar-se sexualmente o suficiente para liberar uma secreção.

Nas tradições do profeta Muhammad, que a misericórdia e bênçãos de Deus estejam sobre ele, somos informados de que no Dia do Juízo aqueles que completam um *wudu* perfeito serão identificáveis pela luz que brilha das áreas lavadas em *wudu*.^[2] O profeta Muhammad também ensinou aos crentes a realizar o *wudu* de forma a respeitar o meio-ambiente. A água era geralmente escassa e ele recomendou o uso de pouca água como necessária para completar o *wudu* corretamente. Entretanto, em certas ocasiões era obrigatório tomar um banho completo (*ghusl*), com a água tocando todas as partes do corpo.

Sob certas condições a purificação ritual pode ser feita sem água. É chamada de *tayammum* ou ablução seca. Se não houver água disponível em quantidades suficientes ou se for perigoso usar água, por exemplo se uma pessoa estiver ferida ou muito doente, pode ser usada terra limpa. O *tayammum* é realizado batendo as mãos suavemente sobre terra limpa e, então, passando a palma de cada mão nas costas da outra, a poeira é soprada e as mãos passadas no rosto. Essas ações são realizadas no lugar do *wudu* ou *ghusl*.

**"... porém, se estiverdes enfermos ou em viagem, ou se vierdes de lugar escuso ou tiverdes tocado as mulheres, sem encontrardes água, servi-los do *tayammum* com terra limpa, e esfregai com ela os vossos rostos e mãos. Deus não deseja impor-vos carga alguma; porém, se quer purificar-vos e agraciar-vos, é para que Lhe agradeçais."
(Alcorão 5:6)**

Embora Deus espere que aqueles que O adoram estejam limpos ritualmente, Ele é misericordioso e permite certas concessões. Deus diz no **Alcorão (2:286)** que não sobrecarrega uma pessoa além de sua capacidade. Portanto, o *tayammum* é uma das concessões, como é limpar sobre as meias, véus e turbantes.

O Islã é uma religião holística que leva em consideração a necessidade da humanidade por um equilíbrio entre saúde e bem-estar físico, emocional e espiritual. Higiene pessoal e limpeza, tanto física quanto espiritual, mantém o corpo e a mente livres de doenças. A

limpeza é uma parte importante dos padrões e valores elevados que são inerentes ao Islã.

Endnotes:

[1] *Saheeh Muslim.*

[2] *Saheeh Al-Bukhari.*

O endereço web deste artigo:

<http://www.islamreligion.com/pt/articles/2149>

Copyright © 2006-2014 www.IslamReligion.com. Todos os direitos reservados.