

A sabedoria por trás das posturas e frases da oração (parte 2 de 2): Aperfeiçoar as posturas e buscar ajuda de sua língua

Descrição: Confirmando a importância das posturas da oração e olhando para a importância das palavras e frases que usamos.

Por Aisha Stacey (© 2016 IslamReligion.com)

Publicado em 11 Jan 2016 - Última modificação em 11 Jan 2016

Categoria: [Artigos](#) > [Adoração e Prática](#) > [Os Cinco Pilares do Islã e Outros Atos de Adoração](#)

Este não é um artigo sobre como ou quando orar. Isso pode ser encontrado em outros lugares. É, ao invés disso, um comentário sobre o poder enraizado nas posturas e frases da oração. No artigo anterior olhamos para alguns dos benefícios das posturas embutidas na oração. Aprendemos que as ações obrigatórias nos beneficiam de muitas maneiras, física, emocional e espiritualmente. A oração estabelece e reforça nossa conexão com Deus. Disso obtemos bênçãos e benefícios numerosos.



Qualquer estudo da oração islâmica explicará que há duas formas de oração. Uma é ritualística com requisitos e maneiras formais, certas posturas e frases. É a isso que os muçulmanos se referem como oração e nossa discussão sobre os benefícios das posturas, movimentos e posições começou na parte 1. A outra forma é a súplica e, em seu sentido mais geral, representa uma conversa aberta com Deus. Ele ouve os nossos apelos e pedidos por meio de *dua* (súplica) a qualquer momento, em qualquer idioma. Na oração ritual as posturas que fazemos e as palavras que dizemos são para um propósito específico. São um meio para um fim específico.

O profeta Muhammad disse que "Quando algum de vocês fica de pé na oração, está se comunicando com seu Senhor. Então preste atenção em como fala com Ele."[\[1\]](#)

As posturas da oração são simbólicas da relação da humanidade com Deus. Ficamos de pé e afirmamos nossa existência, nos curvamos para mostrar humildade e nos prostramos em reverência ao poder e força de nosso Criador. Nesse estado de humildade reconhecemos nossa total confiança e dependência de Deus. Deus, entretanto, não precisa de nossas orações. Somos nós, o ser humano frágil, que estamos em constante dependência de Sua proteção e amor. Assim, as posturas da oração não são um conjunto de movimentos aleatórios. Estamos prestes a descobrir que as fases da oração, as palavras que repetimos pelo menos 17 vezes ao dia, também não são um conjunto aleatório de sons e sílabas.

Começamos com as palavras *Allahu Akbar*. Deus é o maior. É uma afirmação de que ninguém é maior e, portanto, ninguém mais é merecedor de adoração do que Deus.

Levantamos nossas mãos e dizemos *Allahu Akbar* e isso significa o começo de nossa audiência com Deus Todo-Poderoso. Deixamos o mundo para trás e a oração começou, nossa conexão está segura. Ao longo da oração repetimos a frase *Allahu Akbar*, Deus é o maior, de novo e de novo. Cada vez que nos movemos de uma posição para outra dizemos essas palavras, precisamente essa frase, porque ela muda a nossa psicologia. Mantêm-nos focados na reverência d'Aquele perante O Qual estamos orando. Constantemente nos lembra da grandeza do Criador e da insignificância desse mundo.

Depois de começar a oração o crente busca refúgio de Satanás e recita o capítulo de abertura do Alcorão. Esse é o capítulo que frequentemente é chamado de "a Mãe do Livro". Na época em que os árabes chamavam qualquer coisa que resumisse algo de maneira concisa como a "mãe" daquela coisa. *Al-Fatihah* ou A Abertura é o nome do primeiro capítulo do Alcorão. Devido à magnificência das palavras nesse capítulo, centenas de livros, artigos e ensaios foram escritos a respeito. Um crente repete essas palavras todos os dias, um mínimo de 17 vezes. As bênçãos que trazem são surpreendentes e fortalecem o elo entre Deus e a humanidade. O capítulo *Al-Fatihah* é uma cura de todo desânimo e toda melancolia. É uma parte obrigatória de nossa audiência com Deus e confirma nossa crença em tudo que o Islã implica. O mais importante, reconhece que ninguém é merecedor de adoração, exceto Deus. "**Só a Ti adoramos e só de Ti imploramos ajuda!**" (Alcorão 1: 5)

Outra pequena parte do Alcorão é recitada antes de começarmos a nos mover pelas posturas já discutidas. Deus usa palavras muito específicas com significados muito específicos e é muito recomendado contemplar Suas palavras de orientação e tranquilidade. Entretanto, não é permitido recitar o Alcorão enquanto movemos o corpo durante a oração. As frases que usamos na oração são para louvar a Deus.

A posição de curvatura, conhecida em árabe como *ruku*, é estabelecida ao nos curvamos para frente até que as costas estejam na horizontal colocando as mãos sobre os joelhos, permanecendo nessa posição até que nos acalmemos. Em seu livro *Dimensões Interiores da Adoração Islâmica*, o sábio muçulmano Al-Ghazali disse: "Se curvar e se prostrar vem acompanhado de uma afirmação renovada da grandeza suprema de Deus. Ao se curvar você renova sua submissão e humildade, se empenhando para refinar seu sentimento interior por meio de uma conscientização de sua própria impotência e insignificância perante o poder e grandeza de seu Senhor. Para confirmar isso, **busca ajuda de sua língua, glorificando seu Senhor e testificando repetidamente** Sua suprema majestade, interna e externamente."

"O mais próximo que se pode chegar de seu Senhor e quando se está em prostração."[\[2\]](#)

A oração é uma dádiva de nosso Criador e Provedor. É uma dádiva que nos permite passar pelo dia, cada hora, cada minuto dessa vida mundana que mesmo nos melhores momentos pode ser repleta de incerteza e temor. Há grande sabedoria nas posturas e frases da oração.

Notas de rodapé:

[1] *Saheeh Bukhari*.

[2] *Saheeh Muslim*

O endereço web deste artigo:

<http://www.islamreligion.com/pt/articles/10281>

Copyright © 2006-2015 www.IslamReligion.com. Todos os direitos reservados.