

# Salah (preghiera); il secondo pilastro dell'Islam

(Il profeta Muammad (SAW) disse: "Pregate come mi avete visto pregare." (Sahih Al-Bukari)

## Una guida passo dopo passo su come fare Salah

Si prega di eseguire Wudu (abluzione prima delle preghiere) prima di iniziare, vedere pagina 4.

Eseguire il primo Rak'ah (unità) di preghiera

Intenzione: stai dritto, rivolto verso il Qiblah (direzione da Kabah alla Mecca), e fai la tua Niyyah (intenzione nel tuo cuore) per la preghiera programmata.

STEP 1



QIYAM

Abathu billahi minash shaytani-rajeem. Cerco rifugio da Allah di Shaytan, maledetto. Metti la mano destra sulla mano sinistra

Allaahu Akbar  
Allah is Greatest

اللَّهُ أَكْبَرُ

e affronta la posizione di prostrazione. Ricetta Surah Al-Fatiha (L'apertura):

STEP 2



أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ

A'oothu billaahi minash-shaytanir-rajeem  
I seek refuge with Allah from Satan the accursed

STEP 3

RECITE SURAT AL-FATIHA



### 1. Bismillaahir-rahmaanir-raheem

Nel nome di Allah, il più benefico, il più misericordioso

### 2. Al-hamdu lilaahirabbi 'oolameen

Lode ad Allah, Signore dei mondi.

### 3. Al-rahmaanir-raheem

il più benefico, il più misericordioso

### 4. Maaliki yawmiddeen

Maestro del giorno del giudizio

### 5. Iyyaaka na'buduwa iyyaaka nasta'een

Tu solo, noi veneriamo e in Te solo, cerchiamo aiuto.

### 6. Ihdinas-siraatul mustaqeem

Guidaci sulla strada giusta

CONTINUA...

STEP 3 CONTINUED



### 7. Siratallatheena an'anta 'elayhim

Il percorso di quelli che preferisci

### Ghayril maghdoobi 'alayhim

Non è il modo di coloro che hanno vinto la tua rabbia

### Waladdalleen

né quelli che si sono smarriti

### Aameen

Oh Allah, rispondi alle nostre preghiere!

STEP 4

Recitare un'altra surah (capitolo) del Santo Corano se si tratta del primo o del secondo Rakah (unità). Vedi pagine 3 e 4 per alcuni brevi surah. Recitare solo in arabo. Nel terzo e quarto Rakah, è richiesta solo la recitazione di Surah Al-Fatiha.

STEP 5

Ora dovreste essere in posizione di inclinazione (Ruku').

سُبْحَانَ رَبِّيَ الْعَظِيمِ

Subhaana rabbiyal 'atheem x3  
Gloria al mio signore il supremo



STEP 6



Quando si passa dall'inclinazione alla posizione eretta, ad esempio:

سَمِعَ اللَّهُ لِمَنْ حَمِدَهُ

Sami'-Allaahu liman hamidah  
Allah ascolta colui che Lo loda.

In posizione eretta, tenere il corpo dritto con le mani appoggiate ai lati e dire:

رَبَّنَا وَ لَكَ الْحَمْدُ

### Rabbanaa wa lakal hamd

Nostro Signore, la tua è la lode

## STEP 7

Come si scende nella prostrazione (Sujood) (Sajdah),

say: **Allaahu Akbar**  
Allah is Greatest **اللَّهُ أَكْبَرُ**

In posizione di prostrazione, assicurarsi:

- Il naso e la fronte stanno toccando il suolo.
- I palmi delle mani sono posti a terra (con le dita unite) sotto le orecchie e gli avambracci non devono poggiare a terra.
- Le due ginocchia sono sul pavimento.

In posizione di prostrazione, diciamo tre volte:

SUJOOD  
SAJDAH



x3 **Subhaana rabbiyal 'alaa**

Sia gloria al mio Signore il più alto dei cieli.

**سُبْحَانَ رَبِّيَ الْأَعْلَى**

## STEP 8

Come si arriva alla posizione seduta (Jalsah) (Q'adah), diciamo:

Sedetevi rilassati con la schiena dritta e con le mani comodamente appoggiate su cosce e ginocchia e dite:



JALSAH  
Q'ADAH

**Allaahu Akbar**  
Allah è il più grande **اللَّهُ أَكْبَرُ**

In posizione di prostrazione, diciamo tre volte:

**رَبِّ اغْفِرْ لِي**

x3 **Rabbighfirlee**  
Oh Allah, perdonami.

## STEP 9

Poi si passa alla posizione di prostrazione (sujood) per la seconda volta come descritto al punto 7. Mentre si va in questa posizione dire:

**Allaahu Akbar**  
Allah è il più grande **اللَّهُ أَكْبَرُ**

Nella posizione sujood dire le seguenti 3 volte:

x3

**Subhaana rabbiyal 'alaa**  
Sia gloria al mio Signore il più alto dei cieli.

**سُبْحَانَ رَبِّيَ الْأَعْلَى**



La prima unità è ora completa.

Ora si dovrebbe completare il secondo/finale rak'ah (unità).

ESEGUENDO IL SECONDO O ULTIMO RAK'AH (UNITÀ) DI PREGHIERA

## STEP 1

Ripetere i passi da 3 a 9 dal primo Rak'ah (unità) di preghiera



## STEP 2

Attahiyat



**التَّحِيَّاتُ لِلَّهِ وَالصَّلَاةِ وَالطَّيِّبَاتِ**  
Attahiyyaātu Lillaahi was-salawaātu wat-tayyibaatu

Tutti i complimenti, le preghiere e le parole pure sono dovuti a Allaah.

**السَّلَامُ عَلَيْكَ أَيُّهَا النَّبِيُّ**  
Al-salaamu 'alayka ayyuhan-Nabiyyu La pace sia con te, o Profeta,

**وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ**  
wa rahmatullaahi wa barakaatuh.  
E la misericordia di Allaah e delle Sue benedizioni.

**السَّلَامُ عَلَيْنَا وَ عَلَى عِبَادِ اللَّهِ الصَّالِحِينَ**

Assalaamu 'alaynaa wa 'alaa 'ibaad-illaahi assaaliheen.  
La pace sia su di noi e sui giusti schiavi di Allaah.



**أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ**  
Ash-hadu allaa ilaaha illa-Allaah  
Sono testimone che non c'è nessun altro dio se non Allaah.

**وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ**

wa ash-hadu anna Muhammadan 'abduhu wa rasooluh  
E rendo testimonianza che Muhammed è il Suo schiavo e Messaggero.

2 Rakats/Unità

**FAJR**

**COSA FARE DOPO? Ora avete completato il modulo**

1st Unit

2nd Unit

Complete the prayer

1° e 2° rak'ah . Quello che farai dopo dipenderà dalla preghiera che stai facendo, cioè da quante raka'ah stai facendo. Usa questo grafico per sapere qual è il tuo prossimo passo.

4 Rakats/Unità

**DHUHR, ASR & ISHA'**

1st Unit

2nd Unit

3rd Unit

4th Unit

Complete the prayer

3 Rakats/Unità

**MAGHRIB**

1st Unit

2nd Unit

3rd Unit

Complete the prayer

## COMPLETARE LA PREGHIERA

STEP 1

### Attahivat



اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ  
Allaahumma salli 'ala Muhammad O  
Allaah, manda preghiere su Muhammed.

وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ  
wa 'ala aali Muhammad e  
sulla famiglia di Muhammed,

كَمَا صَلَّيْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ  
kama salayta 'ala Ibraaheem  
mentre mandavi preghiere su Ibraaheem

وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ  
wa 'ala aali Ibraaheem,  
e alla famiglia di Ibraaheem,  
إِنَّكَ حَمِيدٌ بَجِيدٌ  
innaka hameedun majeed  
e la famiglia di Ibraaheem, Tu sei davvero degno di  
lode, piena di gloria.

وَبَارِكْ عَلَى مُحَمَّدٍ  
Allaahumma baarika 'ala Muhammad  
O Allaah, benedici Muhamma.

وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ  
wa 'ala aali Muhammad e la  
famiglia di Muhammed.

كَمَا بَارَكْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ  
kama baarakta 'ala Ibraaheem  
come tu hai benedetto Ibraaheem

وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ,  
wa 'ala aali Ibraaheem,  
e la famiglia di Ibraaheem,

إِنَّكَ حَمِيدٌ بَجِيدٌ  
innaka hameedun majeed  
Sei davvero degno di lode, piena di gloria.

Dopo aver completato il Tashahhud e le parole che seguono, il giocatore si conclude con il Tasleem facendo quanto segue:

STEP 2 RIGHT SIDE



Gira la testa verso destra e di':

السَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللَّهِ  
Assalaamu 'alaykum wa  
rahmatullah

Che la pace e la misericordia di Allah sia su di voi.

STEP 3 LEFT SIDE

Gira la testa a sinistra e di':

السَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللَّهِ  
Assalaamu 'alaykum wa  
rahmatullah

Che la pace e la misericordia di Allah sia su di voi.



La Salah ( Preghiera) è ora completa.

Si raccomanda di fare le suppliche dopo il completamento della preghiera e di pregare qualsiasi preghiera sunnah (volontaria) (ove applicabile).

SUPLICATION AFTER PRAYER



x33

سُبْحَانَ اللَّهِ  
Subhan Allah  
Gloria ad Allah

x33

الْحَمْدُ لِلَّهِ  
Al-hamdu lillah  
Lode ad Allah

x34

اللَّهُ أَكْبَرُ  
Allaahu Akbar  
Allah è il  
più grande

Uno qualsiasi dei seguenti capitoli può essere recitato in arabo dopo Suratul Fatiha.

### Surat Al-Kawthar 108

Bismi Allahi arrahmani arraheem  
In nome di Allah, il Compassionevole e il  
Misericordioso.

1. Inna aAAtaynakaalkawthar  
A te abbiamo concesso il Fount (di Abbondanza).

2. Fasalli lirabbika wanhar  
Perciò al tuo Signore rivolgiti al tuo Signore nella  
preghiera e nel sacrificio.

3. Inna shani-aka huwa al-abtar  
Per chi ti odia, sarà tagliato fuori (dalla Speranza  
Futura).

### Surat Al-Ikhlâs 112

Bismi Allahi arrahmani arraheem  
In nome di Allah, del Compassionevole, del  
Misericordioso, del Misericordioso.

1. Qul huwa Allahu ahad  
Di': " Egli è Allah, l'Unico e Unico;

2. Allahu assamad  
Allah, l'Eterno, l'Assoluto;

3. Lam yalid walam yoolad  
Non mendica, né è generato;

4. Walam yakun lahu kufuwan ahad  
E non c'è nessuno come Lui.



## Surat Al-Falaq 113

Bismi Allahi arrahmani arraheem

In nome di Allah, il Compassionevole e il Misericordioso.

1. Qul aAAoothu birabbi alfalaq

Di: "Cerco rifugio con il Signore dell'Alba".

2. Min sharri ma khalaq

Dalla malizia del creato;

3. Wamin sharri ghasiqin ithawaqab

Dalla malizia dell'Oscurita' mentre si diffonde;

4. Wamin sharri annaffathatifee alAAuqad

Dalla malizia di coloro che praticano le arti segrete;

5. Wamin sharri hasidin itha hasad

E dalla malizia di chi invidia mentre pratica

l'invidia.

## Surat An-Nas 114

Bismi Allahi arrahmani arraheem

In nome di Allah, il Compassionevole e il Misericordioso.

1. Qul aAAoothu birabbi annas

Di: "Cerco rifugio con il Signore e Cercatore dell'Umanità",

2. Maliki annas

Il Re (o Governatore) dell'Umanità,

3. Ilahi annas

Il dio (o giudice) dell'Umanità,-

4. Min sharri alwaswasi alkhannas

dal male del Sussurratore, che si ritira (dopo il suo sussurro), -

5. Allathee yuwaswisu fee sudoori annas

che sussurra' nei cuori dell'Umanita'.

6. Mina aljinnati wannas

Tra i Jinns e tra gli uomini.

### STEP 1

COME ESEGUIRE IL WUDU' (PASSO DOPO PASSO) NELL'ORDINE DEVONO ESSERE OSSERVATE LE SEGUENTI FASI

**PRIMA DEL WUDU':** L'intenzione di fare wudu dovrebbe essere fatto nel cuore, poi dire:

Bismillah

Nel nome di Allah

بِسْمِ اللَّهِ

### STEP 2

x3 Lavare completamente le mani, compresi i polsi e tra le dita (3 volte).



### STEP 3



x3

Sciacquare la bocca (3 volte). Con la mano destra, mettere in bocca una piccola quantità d'acqua, agitare e poi espellere.

### STEP 4



x3

Annusare l'acqua nelle narici il più possibile con la mano destra, quindi annusare con la mano sinistra (3 volte).

### STEP 5



x3

Lavare il viso dalla fronte al mento, il lobo dell'orecchio sinistro al lobo dell'orecchio destro assicurandosi che l'intero viso sia lavato (3 volte).

### STEP 6

Lavare le due braccia fino ai gomiti inclusi, appendere e tra le dita. Iniziare con il braccio destro (3 volte per ogni braccio).

x3



### STEP 7

Pulire la testa con le dita bagnate a partire dalla frangia fino all'attaccatura dei capelli posteriore e indietro allo stesso modo tutto in un unico movimento (una sola volta).

x1



### STEP 8

Pulire contemporaneamente l'interno di entrambe le orecchie con gli indici e la parte posteriore delle orecchie con i pollici (una sola volta).

x1



### STEP 9

Lavare i piedi, comprese le caviglie e tra le dita dei piedi. Iniziare con il piede destro (3 volte per ogni piede).

x3



### STEP 10

Du'a after Wudu

أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ  
Ash-hadu anllaa ilaaha illallaah wa ash-hadu anna  
Muhammadan 'abduhu wa rasooluh.

Sono testimone che non c'è nessun Dio degno di essere adorato se non Allah. E rendo testimonianza che Muhammed è il Suo schiavo e Messaggero.

اللَّهُمَّ اجْعَلْنِي مِنَ التَّوَّابِينَ وَاجْعَلْنِي مِنَ الْمُتَطَهِّرِينَ  
Allaahuma ij'alnee minat-tawabeena waj'alnee minal-  
mutatahireen.

O Allah, fa' che io sia tra coloro che si rivolgono a Te per pentirsi e tra coloro che si purificano.