



ACADEMIA
PARA EL NUEVO MUSULMÁN

Ofrecer la oración (salat) con **desafíos físicos**



Academia para Nuevos Musulmanes



despues_de_la_shahada



NMAespanol

newmuslimacademy.es

Comprender la dispensa y la misericordia en la legislación de los actos de adoración en el Islam

La oración diaria —la salat— es el acto de adoración más importante en la vida de un musulmán. La norma general es que debe realizarse en la forma prescrita: de pie, inclinándose, postrándose con el rostro en el suelo y sentándose. Esta estructura física forma parte de su belleza y disciplina.

Nuestro Señor, el Más Misericordioso, no carga a Sus siervos más allá de su capacidad. Muchas personas pueden atravesar situaciones en las que realizar la oración en su forma ideal se vuelve demasiado difícil o imposible, ya sea temporalmente debido al dolor, una lesión o enfermedad, o permanentemente por edad avanzada, discapacidad o condiciones crónicas de salud.

El Islam reconoce estas realidades y ofrece dispensas misericordiosas para que cada creyente pueda mantener su devoción a Dios dentro de sus posibilidades.

Principio fundamental: adorar según la capacidad

El Mensajero Mujámmad ﷺ dijo:

“Realiza la oración obligatoria de pie; si no puedes, entonces sentado; y si no puedes, entonces acostado de lado.”

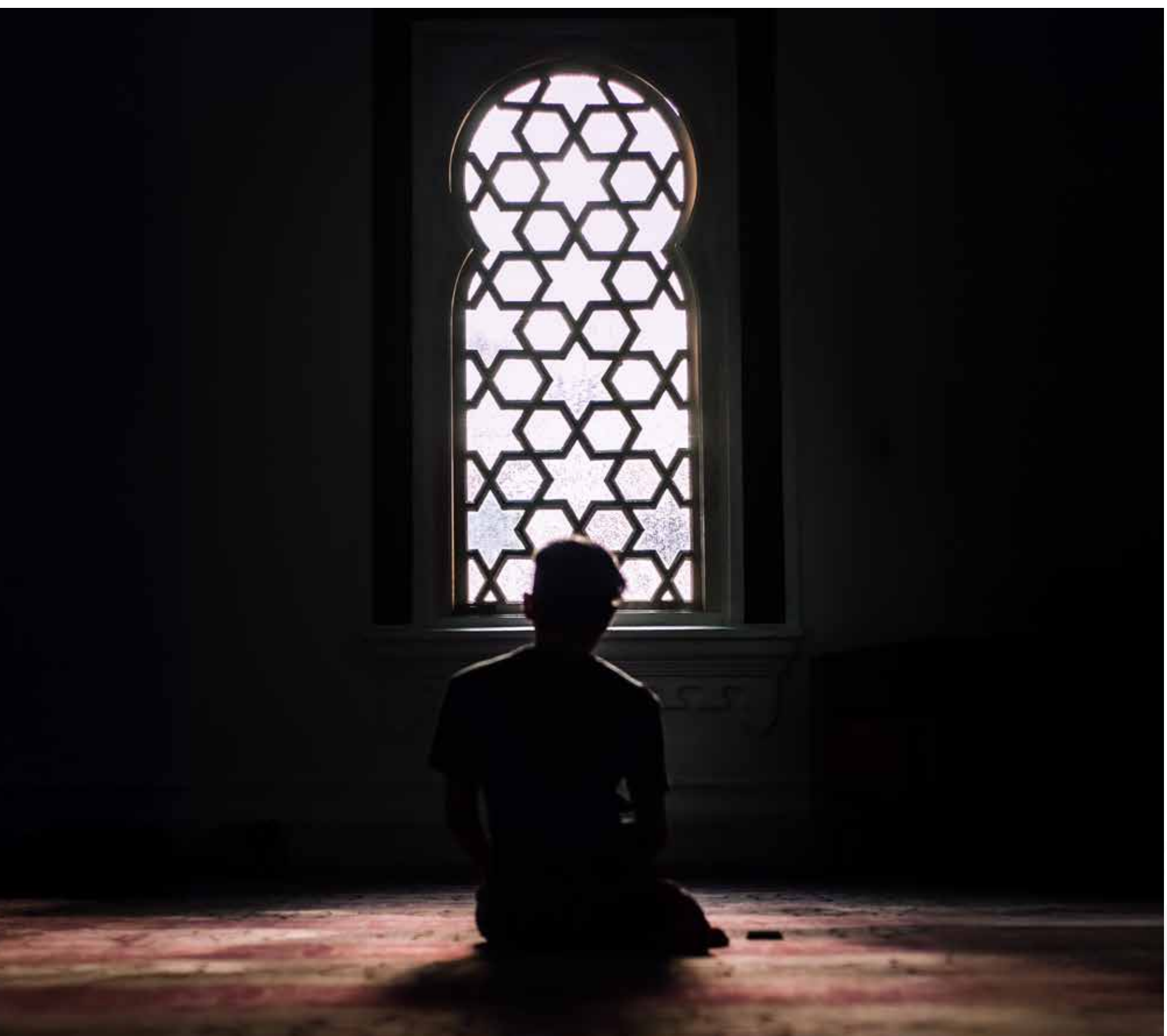
Esta enseñanza es la base para comprender cómo deben realizar la salat quienes enfrentan desafíos físicos. Se aplica únicamente cuando es necesario, y cada persona debe hacer lo que esté a su alcance según su capacidad.

Ejemplos:

- Si alguien puede permanecer de pie pero no puede inclinarse o postrarse, debe estar de pie en las partes correspondientes y luego sentarse para la inclinación y la postración.
- Si puede inclinarse pero no puede postrarse, debe inclinarse correctamente y sentarse solo cuando sea necesario.
- Si alguien no puede estar de pie en absoluto, pero puede inclinarse y postrarse desde una posición sentada, debe orar sentado y realizar esos movimientos.

Los sabios musulmanes han enfatizado que la persona debe esforzarse por orar en la forma ideal según sus posibilidades, incluso utilizando un bastón, una pared, una columna o la ayuda de otra persona si eso le permite mantenerse de pie. Pero si estar de pie causa dolor, empeora la condición o no es posible, entonces orar sentado es completamente permisible.

Este principio se basa en la enseñanza del Corán: “Tengan reverencia a Dios aplicando Sus mandatos en la medida de sus posibilidades.” (64:16)



Orar sentado

Si sentarse en el suelo es cómodo y manejable, se puede adoptar la postura sentándose sobre los talones. Si esto resulta difícil, sentarse con las piernas cruzadas es aceptable. Si no se puede sentar en el suelo, se puede utilizar una silla o banco.

Mientras se está sentado:

- La inclinación se realiza inclinando ligeramente la parte superior del cuerpo hacia adelante.
- La postración se simboliza inclinándose aún más, de modo que la postura de postración sea más baja que la de la inclinación.

Orar acostado

Si sentarse también resulta difícil, se puede orar acostado de lado (preferiblemente sobre el lado derecho) o boca arriba.

- La inclinación y la postración se indican bajando suavemente la cabeza.
- La postración debe ser más baja que la inclinación, si es posible diferenciar ambas.

Si el movimiento no es posible

Si una persona está completamente incapacitada —por ejemplo, debido a parálisis, pérdida de control motor o postración en cama - debe igualmente realizar la oración:

- con la intención en el corazón.
- y recitando las palabras correspondientes en cada parte de la oración.

Dios no responsabiliza a un creyente por acciones que físicamente no puede realizar. El Corán lo afirma repetidamente:

“Dios no carga a nadie con una obligación superior a lo que puede soportar.” (2:286)

“Dios los ha elegido y no ha puesto sobre ustedes ninguna dificultad en los asuntos de adoración y mandatos.” (22:78)

Estos pasajes constituyen la base de todas las dispensas en materia de adoración.

La gracia de Dios para quienes enfrentan dificultades

Que estos versículos te brinden consuelo y tranquilidad:

“Dios quiere para ustedes facilidad y no quiere dificultad.” (2:185)

“Dios quiere aliviarles la carga, pues el ser humano fue creado débil.” (4:28)

Tu Señor conoce tu situación. Él ve tus luchas, tu esfuerzo y tu sinceridad. Nada de tu dolor o limitación se pierde ante Él. Al contrario, Él te recompensa por tu perseverancia y paciencia.

Una súplica recomendada por el Mensajero Mujámmad ﷺ

Es un hábito bueno y beneficioso repetir esta hermosa súplica, recomendada por el Mensajero Mujámmad ﷺ al finalizar cada oración obligatoria: “Oh Dios, ayúdame a recordarte, a agradecerte y a adorarte de la mejor manera.”

Esta súplica fortalece tu corazón y protege tu núcleo espiritual, incluso cuando tus capacidades físicas cambian.

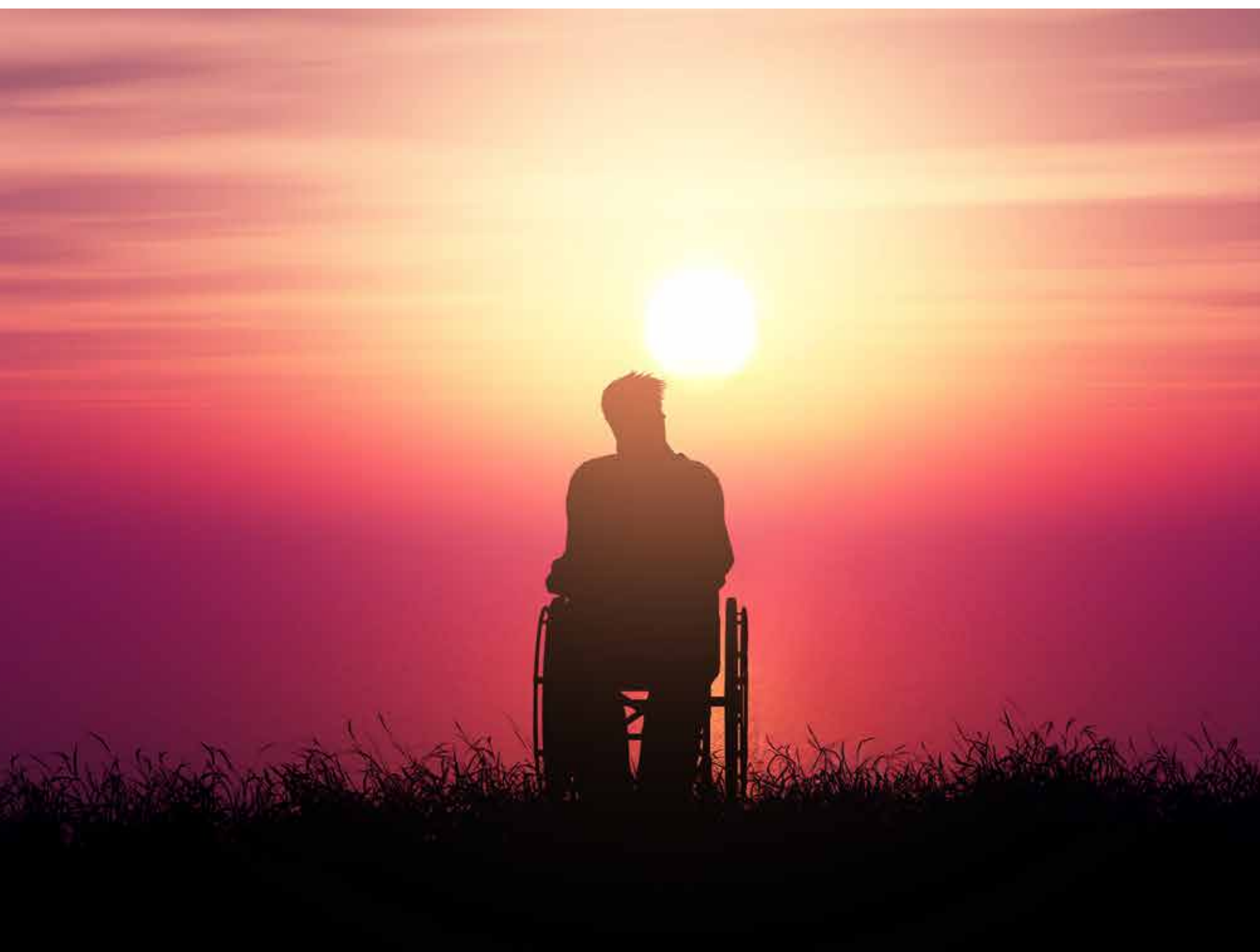
El Islam no está destinado a agobiarte

El Islam es un camino de paz para la mente, el corazón y el alma. Sus normas no están diseñadas para causar estrés o culpa, sino para guiarte hacia la tranquilidad interior a través de la devoción al Todopoderoso.

Dios conoce tu situación mejor que nadie - incluso mejor que tú mismo. No te responsabiliza por tus limitaciones. Solo te pide lo que está dentro de tu capacidad, nada más.

Como reafirma el Corán:

“Dios no carga a nadie con una obligación superior a lo que puede soportar.” (2:286)



Resumen: no estás perdiendo nada – estás adorando como Dios lo ha dispuesto

- Oras de pie si puedes.
- Si no, oras sentado.
- Si no, acostado.
- Y si incluso eso no es posible, oras con tu intención y tu corazón.

Todo creyente tiene acceso a la salat, sin importar su condición física, porque la gracia y la misericordia de Dios son mayores que cualquier dificultad.

Que Dios te conceda facilidad, recompense tu paciencia, fortalezca tu corazón y te llene de serenidad, cualquiera que sea tu situación.



Academia para Nuevos Musulmanes



despues_de_la_shahada



NMAespanol

newmuslimacademy.es