



— GET TO KNOW ISLAM

Tus primeros 30 días como musulmán

Bienvenido. Este folleto te acompaña en los primeros pasos prácticos: lavarte para la oración, las cinco oraciones diarias, aprender Al-Fatiha y encontrar tu lugar en una comunidad. Ve paso a paso.

gettoknowislam.com/es/library/

Se puede compartir sin modificaciones y de forma gratuita · CC BY-NC-ND 4.0

Contenido

1 Bienvenido: paso a paso

2 Un nuevo comienzo: el baño completo (ghusl)

3 El wudu: el lavado antes de la oración

4 Las cinco oraciones diarias

5 Cómo rezar dos unidades (rak'ahs), paso a paso

6 Aprender Al-Fatiha

7 Al-Fatiha (La Apertura)

8 El viernes, el Ramadán y la comunidad

9 La comida y la vida diaria

10 Cuando se hace difícil

11 Un plan sencillo de 30 días

12 ¿Por qué se lavan los musulmanes antes de rezar?

13 ¿Por qué rezan los musulmanes en árabe si no lo hablan?

14 ¿Ayunan en Ramadán los niños, los enfermos y las mujeres embarazadas?

Bienvenido: paso a paso

Hacerse musulmán es el comienzo de un camino, no un examen que debas aprobar el primer día. El Profeta dijo: “Facilitad las cosas a la gente y no se las hagáis difíciles; dad buenas noticias y no ahuyentéis a la gente” (Bukhari 69).

El Corán dice que Dios no impone a ningún alma una carga mayor de la que puede soportar (Corán 2:286). Aprende poco a poco, haz preguntas y ten paciencia contigo mismo.

Tu pasado no se tiene en cuenta en tu contra. A un compañero que estaba preocupado por su pasado, el Profeta le dijo que aceptar el islam borra lo que vino antes (Muslim 121).

Un nuevo comienzo: el baño completo (ghusl)

Cuando Qays ibn ‘Asim aceptó el islam, el Profeta le dijo que se bañara (Abu Dawud 355; Tirmidhi 605). Los eruditos difieren sobre si este baño es obligatorio o recomendado para quien se hace musulmán, pero coinciden en que es una buena manera de empezar y en que el testimonio de fe no depende de él.

El baño del Profeta se describe así: se lavaba las manos, hacía el wudu como para la oración y después se echaba agua sobre la cabeza y todo el cuerpo (Bukhari 248). Asegúrate de que el agua llegue a toda la piel y todo el cabello. Basta con una breve intención en tu corazón.

El wudu: el lavado antes de la oración

La oración requiere pureza ritual. El Profeta dijo que la oración de quien ha anulado su wudu no se acepta hasta que vuelva a hacer el wudu (Bukhari 135).

El Corán menciona las partes esenciales: lavarse la cara, lavarse los brazos hasta los codos, pasarse las manos mojadas por la cabeza y lavarse los pies hasta los tobillos (Corán 5:6).

El wudu completo del Profeta, tal como lo mostró ‘Uthman, sigue este orden: lavarse las manos tres veces, enjuagarse la boca y la nariz tres veces, lavarse la cara tres veces, lavarse cada brazo hasta el codo tres veces empezando por el derecho, pasarse las manos mojadas por la cabeza y después lavarse cada pie hasta el tobillo tres veces empezando por el derecho (Bukhari 159). Empieza con “Bismillah”, en el nombre de Dios.

El wudu se anula al ir al baño, al expulsar gases y con el sueño profundo. Los eruditos difieren sobre algunas otras cosas, así que pregunta a un maestro de la mezquita de tu zona.

Las cinco oraciones diarias

La oración “se ha prescrito a los creyentes en tiempos determinados” (Corán 4:103). Las cinco oraciones son Fajr al amanecer (2 unidades), Dhuhr después del mediodía (4 unidades), ‘Asr por la tarde (4 unidades), Maghrib justo después de la puesta del sol (3 unidades) e ‘Isha por la noche (4 unidades).

Los horarios cambian según el sol y las estaciones. Usa el horario de una mezquita de tu zona o una aplicación de oración fiable.

Antes de rezar, asegúrate de que tu cuerpo, tu ropa y el lugar estén limpios, y oriéntate hacia la quibla, la dirección de la Kaaba en La Meca. Los hombres se cubren como mínimo desde el ombligo hasta las rodillas; las mujeres se cubren todo el cuerpo excepto la cara y las manos.

Cómo rezar dos unidades (rak‘ahs), paso a paso

El Profeta dijo: “Rezad como me habéis visto rezar” (Bukhari 631). Cuando enseñó a un hombre que rezaba con prisa, le describió los pasos que siguen y le dijo que estuviera tranquilo en cada posición (Bukhari 757).

1. Ponte de pie frente a la quibla y formula la intención en tu corazón. 2. Levanta las manos y di “Allahu akbar” (Dios es más grande). 3. Recita Al-Fatiha y después un pasaje breve del Corán. Al-Fatiha es esencial en cada unidad (Bukhari 756).

4. Inclínate con las manos sobre las rodillas y di “Subhana rabbiyal-‘azim” (Gloria a mi Señor, el Inmenso). 5. Vuelve a ponerte de pie. 6. Póstrate con la frente, la nariz, las palmas, las rodillas y los dedos de los pies en el suelo y di “Subhana rabbiyal-a‘la” (Gloria a mi Señor, el Altísimo) (Muslim 772). 7. Siéntate brevemente y después póstrate por segunda vez.

8. Ponte de pie para la segunda unidad y repite los pasos 3 a 7. 9. Después siéntate y recita el tashahhud, el testimonio que enseñó el Profeta (Bukhari 831). 10. Termina girando la cabeza a la derecha y luego a la izquierda, diciendo “As-salamu ‘alaykum wa rahmatullah” (Muslim 582).

En las oraciones de tres o cuatro unidades, siéntate para el tashahhud después de la segunda unidad y luego ponte de pie para las unidades restantes, en las que normalmente solo se recita Al-Fatiha. Algunos detalles pequeños, como dónde colocar las manos, varían entre las escuelas jurídicas; cada una sigue el ejemplo del Profeta a su manera.

Aprender Al-Fatiha

Al-Fatiha consta de siete versículos breves. Su texto árabe y su significado están en la página siguiente.

Pronunciación: Bismillāhir-raḥmānir-raḥīm. Al-ḥamdu lillāhi rabbil-‘ālamīn. Ar-raḥmānir-raḥīm. Māliki yawmid-dīn. Iyyāka na‘budu wa iyyāka nasta‘īn. Ihdinaṣ-ṣirāṭal-mustaqīm. Ṣirāṭal-ladhīna an‘amta ‘alayhim, ghayril-maghḍūbi ‘alayhim wa laḍ-ḍāllīn.

No esperes a haberla aprendido para empezar a rezar. Una vez un hombre le dijo al Profeta que no podía memorizar nada del Corán, y él le enseñó a decir en su lugar: “SubhanAllah, Alhamdulillah, La ilaha illallah, Allahu akbar” (Abu Dawud 832). Muchos nuevos musulmanes también rezan leyendo de una tarjeta.

Al-Fatiha (La Apertura)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ¹

En el nombre de Dios, el Compasivo con toda la creación, el Misericordioso con los creyentes.

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ²

Todas las alabanzas son para Dios, Señor de todo cuanto existe,

الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ³

el Compasivo, el Misericordioso.

مَلِكِ يَوْمِ الدِّينِ ⁴

Soberano absoluto del Día del Juicio Final,

إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ ⁵

solo a Ti te adoramos y solo de Ti imploramos ayuda.

اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ ⁶

¡Guíanos por el camino recto!

صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ ⁷

El camino de los que has colmado con Tus favores, no el de los que han caído en Tu ira, ni el de los que se extraviaron.

Traducción: Isa García (QuranEnc)

El viernes, el Ramadán y la comunidad

Los viernes, los musulmanes se reúnen para la oración comunitaria del mediodía y un breve sermón (Corán 62:9). Es obligatoria para los hombres y está abierta a las mujeres.

Busca una mezquita cerca de ti y pregunta si ofrece clases o apoyo para nuevos musulmanes. Muchas lo hacen, y serás bienvenido.

Cuando llegue el Ramadán, el ayuno va del amanecer a la puesta del sol. Quienes están enfermos o de viaje pueden recuperar los días más tarde (Corán 2:184–185), y los eruditos también eximen a las mujeres embarazadas o lactantes si el ayuno pudiera perjudicarlas, así como a las mujeres durante la menstruación. Pregunta en tu comunidad por las reuniones de iftar: son una manera estupenda de conocer gente.

La comida y la vida diaria

Los musulmanes evitan el cerdo, el alcohol y la carne que no ha sido sacrificada de la forma permitida (Corán 5:3; 5:90). La mayoría de los demás alimentos están permitidos.

Antes de comer, di “Bismillah” y come con la mano derecha (Bukhari 5376). Pequeños hábitos como estos traen el recuerdo de Dios a los momentos cotidianos.

Cuando se hace difícil

Las preguntas y las dudas son normales, sobre todo al principio. Sigue aprendiendo, sigue rezando y habla con personas de confianza.

Sé amable con tu familia, aunque no comparta tu fe. El Corán pide a los creyentes que acompañen a sus padres en este mundo con bondad (Corán 31:15).

Si tropiezas, vuelve a Dios. Su misericordia es más amplia que cualquier error.

Un plan sencillo de 30 días

Semana 1: pronuncia la shahadah, toma el baño, aprende el wudu y lee el significado de Al-Fatiha.

Semana 2: empieza a rezar, leyendo de una tarjeta si lo necesitas. Comienza por las oraciones que puedas hacer y ve aumentando.

Semana 3: procura hacer las cinco oraciones diarias y aprende de memoria los primeros versículos de Al-Fatiha.

Semana 4: asiste a una oración del viernes, preséntate en la mezquita y mantén un pequeño hábito diario de recuerdo de Dios.

¿Por qué se lavan los musulmanes antes de rezar?

Antes de la oración formal, los musulmanes realizan el wudu: se lavan las manos, la boca, la nariz, la cara y los brazos hasta los codos, se pasan las manos húmedas por la cabeza y se lavan los pies. Corán 5:6 lo prescribe. El wudu sigue siendo válido hasta que lo anulan ir al baño, expulsar gases, el sueño profundo y cosas semejantes, de modo que una persona no tiene por qué lavarse antes de cada oración.

El lavado marca la transición de la actividad corriente al culto y expresa la idea de que uno se acerca a Dios limpio de cuerpo y también de intención. Cuando no hay agua o usarla sería perjudicial, la sustituye una purificación simbólica con tierra limpia, el tayammum. Un baño más completo, el ghusl, es obligatorio después de la actividad sexual y de la menstruación, y recomendable antes de la oración del viernes.

Fuentes y lecturas recomendadas: Qur'an 5:6 · Sahih al-Bukhari 135

¿Por qué rezan los musulmanes en árabe si no lo hablan?

La oración formal, el salat, incluye la recitación del Corán, que los musulmanes creen que es la palabra de Dios en árabe; recitar una traducción sería recitar una interpretación humana. Las frases árabes necesarias para la oración son pocas y se aprenden pronto, junto con su significado, de modo que un musulmán de Yakarta y otro de Lagos rezan con las mismas palabras.

Fuera de la oración formal, los musulmanes hablan a Dios en la lengua en que piensan. La súplica, el dua, no tiene una lengua obligatoria, y las oraciones más sentidas de la mayoría de los musulmanes se hacen en su lengua materna. Se anima mucho a entender lo que se recita, y por eso existen traducciones y clases en todas partes.

Fuentes y lecturas recomendadas: Qur'an 73:20 · Qur'an 2:186 · Qur'an 14:4

¿Ayunan en Ramadán los niños, los enfermos y las mujeres embarazadas?

El ayuno es obligatorio para los adultos que están físicamente capacitados. Corán 2:184–185 exime a los enfermos y a los viajeros, que recuperan los días más adelante, y dice que Dios quiere la facilidad, no la dificultad. La tradición extiende estas adaptaciones a las mujeres embarazadas y lactantes, a las personas mayores y enfermas crónicas, y a las mujeres durante la menstruación. Quienes nunca puedan ayunar pueden, en su lugar, alimentar a una persona necesitada por cada día.

Los niños no están obligados a ayunar hasta la pubertad, aunque muchos practican con ayunos más cortos a medida que crecen, a menudo con orgullo. Nadie cuya salud se vería perjudicada por el ayuno debe ayunar; se consulta a la vez a médicos y a maestros religiosos. No se espera que nadie se haga daño en el culto.

Fuentes y lecturas recomendadas: Qur'an 2:184-185 · Sahih al-Bukhari 1946



Sigue explorando

En gettoknowislam.com encontrarás gratis más guías, respuestas a preguntas frecuentes y un glosario. Puedes imprimir, copiar y compartir este folleto sin modificarlo y de forma gratuita (CC BY-NC-ND 4.0).

gettoknowislam.com