



Şeyh Muhammed Mehmet Adil El- Hakkani Hazretlerine Ait Risaleler

DORMIR A TIEMPO

As-Salāmu ‘alaykum wa rah̄matu Llābi.

A‘ūdhu biLlābi mina sh-shayṭāni r-rajim.

Waş-şalātu wa s-Salāmu ‘alá Rasūlinā Muḥammadin Sayyidi l-anwalin wa l-akhirin.

Madad yā Rasūla Llāh, madad yā Sādāti Aşḥabi Rasūli Llāh, madad yā Mashāyikhinā, dastūr yā Shaykh ‘Abdu Llāh al-Fa‘īẓ ad-Dāghistāni, Shaykh Muḥammad Nāẓim al-Ḥaqqāni. Madad.

Ṭarīqatunā ş-şuḥbah wa l-khayru fi l-jam‘iyyah.

A‘ūdhu biLlābi mina sh-shayṭāni r-rajim. Bismi Llābi r-Rah̄māni r-Rah̄im.

وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَاتًا (؟) وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ لِبَاسًا (؟؟) وَجَعَلْنَا النَّهَارَ مَعَاشًا (؟؟)

“*Wa ja‘a; mā nawmakum subātā. Wa ja‘alnā-l layla libāsā. Wa ja‘alnā-n nahāra ma‘āşā.*” (Qur‘ān 78: 9-11) Allah ‘azza wa jalla dice, “Y asignamos el dormir como tu descanso, y asignamos la noche para cubrirlos, y asignamos el día para ganarse la vida”. Esto es aplicable a todos nosotros.

Allah ‘azza wa jalla no creó a la gente solo para trabajar. Él divide el tiempo en secciones: tiempo para descansar, tiempo para adorar, y tiempo para trabajar. Para cada uno de estos períodos, hay un tiempo asignado. Dormir es necesario para la gente. Sucede a la noche. Cuando una persona duerme a la noche, él se siente más saludable y despierta con fuerza, lo cual es señal de que el cuerpo ha descansado. Se quita el cansancio. Ahora la gente sigue su propia voluntad. Se quedan tarde hasta después de la media noche, luego duermen hasta el mediodía. Esto causa enfermedad, depresión e intranquilidad. También la provisión diaria de Allah es por eso reducida porque Allah ‘azza wa jalla dice, “Despierten temprano para buscar su provisión diaria”.

Al dormir después de medianoche, por supuesto uno no puede despertarse temprano por la mañana. Luego de dormir tarde uno no puede despertar a la oración de la mañana, entonces dice, “No pude despertarme. Qué puedo hacer?” “Bueno a qué hora te vas a dormir?” “Entre una y dos de la madrugada me duermo”. Por supuesto, aún si esa persona es un Amigo de Allah, él tampoco puede despertarse. Y esto no sucede solo con la oración. Uno debe ir a dormir a tiempo y despertar a tiempo. Uno debe dormir y despertar durante las horas asignadas por Allah. Por supuesto en el pasado, no había electricidad, y no había ni velas. Usaban lámparas de aceite para iluminar los cuartos, y



Şeyh Muhammed Mehmet Adil El- Hakkani Hazretlerine Ait Risaleler

pasaban así la noche. Luego de la oración de la noche, se iban a dormir y entonces despertaban para el tahajjud y luego hacían la oración de la mañana, y luego podían buscar su provisión diaria durante el resto del día, lo que significa que dormían ocho horas al día.

Como ahora la gente no duerme a tiempo sino después de medianoche no pueden beneficiarse del dormir. Ocho horas al día no es suficiente, a veces duermen por diez horas, por doce horas, y aún así están cansados. Dormir más de ocho horas no es bueno, no debemos exceder las ocho horas. Cinco o seis horas es suficiente. Siete a ocho horas es el límite de dormir que pone Allah. Más de esto no es bueno: no es bueno para el cuerpo, no es bueno para el alma. Excepto que uno está enfermo, uno no debe exceder las ocho horas de sueño.

Como dijimos antes, esta gente hace cosas de acuerdo a sus deseos, luego se quejan. No tienen derecho a protestar. Uno debe protestar contra uno mismo, no contra otros. Ellos dicen, “Oh! No pude descansar. “ Por supuesto no hacer las cosas en el orden correcto, como Allah lo señaló, no tiene beneficio y aún si tiene beneficio es el mínimo. Durante el día, uno puede descansar la siesta. Esto es durante ntes o después del mediodía. Descansar por cinco o diez minutos, ya sea dormir o no, solo acostarse es completar la sunna. De este modo el cuerpo toma fuerza.

Que Allah nos ayude a seguir Su orden que Él nos mostró, así podemos hacer las cosas correctas y estar tranquilos en este mundo y el Otro.

*Wa min Allāhi t-tanfiq,
al-Fatḥah*

*Sheikh Muḥammad Mehmet 'Adil
3 de octubre del 2018 / 23 Muḥarram 1439
Akbaba Dergah, Fajrr*