

**المختصر في صفة العمرة وأحكامها
(الجمعية)**

**Il compendio della descrizione
della 'Umrah e le relative
norme giuridiche**

Il compendio della descrizione della 'Umrah e le relative norme giuridiche

Lode ad Allah, Signore del creato. Che le benedizioni e la pace siano sul nostro Profeta Muhammad, sulla sua famiglia e su tutti i suoi compagni.

In prosiegua:

questo è un breve trattato sulla procedura della 'Umra (visita alla Sacra Moschea per eseguire riti specifici), le sue norme e le sue formalità. In essa abbiamo cercato di illustrare la maggior parte di ciò che il visitante necessita sapere.

Ad Allah chiediamo di rendere quest'opera un atto devoto per il Suo Nobile Volto e che ne possa beneficiare la comunità dei musulmani.

Il comitato scientifico dell'associazione per la diffusione dei contenuti islamici in varie lingue

Introduzione

Primo: Condizioni per l'accettazione dell'adorazione

L'adorazione non è accettata da Allah, l'Eccelso, se non tramite due condizioni:

1) La devozione esclusiva (ikhlās), che consiste nel rivolgere l'intenzione al Volto di Allah e all'Aldilà, come disse Allah l'Eccelso:

﴿وَمَا أُمِرُوا إِلَّا لِيَعْبُدُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ حُنَفَاءَ﴾

"E non fu ordinato loro altro che adorare Allah, dedicandogli il culto con sincera devozione e monoteismo primordiale"¹. [al-Bayyinah: 5].

E disse anche il Profeta (ﷺ):

«إِنَّمَا الْأَعْمَالُ بِالنِّيَّاتِ، وَإِنَّمَا لِكُلِّ امْرِئٍ مَا نَوَى».

«Invero, le azioni valgono secondo le intenzioni ed ogni uomo avrà secondo il suo intento»².

2) Seguire il Profeta (ﷺ) nelle parole e nelle azioni. Infatti, disse il Profeta (ﷺ):

«مَنْ أَحْدَثَ فِي أَمْرِنَا هَذَا مَا لَيْسَ فِيهِ فَهُوَ رَدٌّ»

«Chiunque introduca in questa nostra questione (l'Islam) qualcosa che non gli appartiene, ciò verrà respinto»³. Ed in un'altra versione:

«مَنْ عَمِلَ عَمَلًا لَيْسَ عَلَيْهِ أَمْرُنَا فَهُوَ رَدٌّ».

«Chi compie un operato non conforme alla nostra questione sarà respinto»⁴.

Secondo: il giudizio relativo all'apprendimento della modalità e delle norme della 'Umrah

Chiunque desideri adorare Allah, l'Eccelso, attraverso un atto di culto, deve apprenderne la guida dal Profeta (ﷺ); affinché la sua azione sia

¹ Ossia: accorrere verso di Lui e la Sua adorazione, distogliendosi da tutto ciò che è non è Lui. ("Tafsir al-Sa'di", p. 538).

² Narrato da al-Bukhārī (n. 1) e Muslim (n. 1907).

³ Narrato da al-Bukhārī (n. 2697) e Muslim (n. 1718).

⁴ Narrato da Muslim (n. 1718).

conforme alla tradizione profetica. Infatti, il Profeta (ﷺ) esortava costantemente le persone a seguirlo e a far riferimento alla sua guida. A riguardo Mālik ibn al-Huwayrith (che Allah sia soddisfatto di lui) riferì che il Messaggero di Allah (ﷺ) disse:

«صَلُّوا كَمَا رَأَيْتُمُونِي أُصَلِّي».

«Pregate come mi avete visto pregare»¹.

E Jābir (che Allah sia soddisfatto di lui) riferì:

«رَأَيْتُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَزِمِي عَلَى رَاحِلَتِهِ يَوْمَ النَّحْرِ وَيَقُولُ: لِنَأْخُذُوا مَنَاسِكَكُمْ، فَإِنِّي لَا أَدْرِي لَعَلِّي لَا أَحُجُّ بَعْدَ حَجَّتِي هَذِهِ».

"Vidi il Profeta (ﷺ) eseguire il lancio [dei ciottoli] mentre era in groppa, nel giorno della Ricorrenza del Sacrificio, e dire: «Fate riferimento a me per i vostri riti, poiché non so se farò un altro pellegrinaggio dopo questo»"².

Terzo: Il valore della 'Umrah

La 'Umrah ha due tipi di valore: generale e specifico

Il generale:

Abu Hurayrah riportò che il Messaggero di Allah (ﷺ) disse:

«الْعُمْرَةُ إِلَى الْعُمْرَةِ كَفَّارَةٌ لِمَا بَيْنَهُمَا، وَالْحَجُّ الْمَبْرُورُ لَيْسَ لَهُ جَزَاءٌ إِلَّا الْجَنَّةُ».

«Vengono espiati i peccati che avvengono nel periodo che intercorre tra una 'Umrah e quella

¹ Narrato da al-Bukhārī (n. 6008).

² Riportato da Muslim (n. 1297).

successiva, e il Pellegrinaggio che viene accettato non ha altra ricompensa che il Paradiso»¹.

Abdullāh bin Mas'ūd (che Allah sia soddisfatto di lui) riferì che il Messaggero di Allah (ﷺ) disse:

«تَابِعُوا بَيْنَ الْحَجِّ وَالْعُمْرَةِ، فَإِنَّهُمَا يَنْفِيَانِ الْفَقْرَ وَالذُّنُوبَ كَمَا يَنْفِي الْكَبِيرُ خَبَثَ الْحَدِيدِ وَالذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ، وَلَيْسَ لِلْحَجِّ الْمَبْرُورِ ثَوَابٌ إِلَّا الْجَنَّةُ».

«Susseguite tra il Pellegrinaggio e la 'Umrah, poiché entrambi rimuovono la povertà e i peccati, così come il mantice² rimuove le impurità del ferro, dell'oro e dell'argento. E non vi è ricompensa per il Pellegrinaggio che viene accettato se non il Paradiso»³.

E riguardo alle virtù specifiche del Ramadan:

Ibnu 'Abbās (che Allah sia soddisfatto di lui e del padre) riferì che il Profeta (ﷺ) disse:

«عُمْرَةٌ فِي رَمَضَانَ تَقْضِي حَجَّةً مَعِيَ».

«Una 'Umrah durante Ramadan compensa un Pellegrinaggio con me»⁴.

¹ Narrato da al-Bukhārī (n. 1773) e Muslim (n. 1349).

² "L'opificio del fabbro e dell'orafo" (At-Tamhīd di Ibnu 'Abdi l-Barr, 15/102).

³ Narrato da al-Tirmidhī (n. 810) e al-Nasā'ī (n. 2631).

⁴ Narrato da al-Bukhārī (n. 1863) e Muslim (n. 1256).

La modalità di esecuzione della 'Umrah

Primo: le norme giuridiche inerenti ai "mawāqīt"

I "mawāqīt" (plurale di "mīqāt") sono i luoghi di confine designati dal Profeta (ﷺ) affinché coloro che intendono compiere il Pellegrinaggio o la 'Umrah possano assumere il loro "iḥrām" (stato di sacralità).

Chiunque passi per uno di questi luoghi con l'intenzione di compiere il Pellegrinaggio o la 'Umrah è obbligato ad assumere il suo "iḥrām" da esso, e non gli è permesso oltrepassarlo senza averlo fatto.

E chi dovesse trovarsi più vicino alla Mecca rispetto ai mawāqīt: il suo mīqāt è il luogo preciso in cui si trova. Quindi, può assumere il suo iḥrām, sia per il Pellegrinaggio che la 'Umrah da esso.

Quanto agli abitanti della Mecca e a coloro che vi risiedono: essi assumono lo stato di iḥrām per il Pellegrinaggio dalla Mecca stessa. Invece per la 'Umrah: essi devono uscire al di fuori della "zona sacrale" e assumere lo stato di iḥrām, come avviene da at-Tan'īm e luoghi simili.

Mentre chi si trova su un aereo: deve assumere lo stato di iḥrām quando è all'altezza del mīqāt. Pertanto occorre prepararsi e indossare gli abiti specifici del iḥrām prima di raggiungere il mīqāt, e una volta raggiunto, occorre formulare l'intenzione

di assumere lo stato di iḥrām in quel momento, e non è permesso ritardare ciò fino all'atterraggio in aeroporto. Se a causa della velocità dell'aereo si ha timore di oltrepassare il confine della zona sacrale, si può assumere lo stato di iḥrām formulando la "talbiyah" (formula di inizio iḥrām) prima di raggiungere il mīqāt, per precauzione.

Secondo: la descrizione del iḥrām e le norme giuridiche relative ad esso

È prescritto per chi intende assumere lo stato di iḥrām quanto segue:

1. Eseguire la lavanda rituale, una pratica fortemente raccomandata sia per gli uomini che per le donne, comprese coloro che sono in stato di mestruo o di puerperio.

2. Usare il migliore profumo che si ha a disposizione, come l'olio profumato di 'ūd o altro, sulla testa e sulla barba. E non vi è problema se l'odore del profumo rimane dopo aver assunto l'iḥrām. Invece, per quanto riguarda la donna, non le è consentito profumarsi con sostanze che emanano un odore percepibile, per evitare che uomini e lei estranei possano avvertire il suo profumo.

3. Indossare le vesti del iḥrām, che consistono in un izār (un pezzo di stoffa avvolto intorno alla parte inferiore del corpo) e un ridā' (un pezzo di stoffa avvolto intorno alla parte superiore del corpo).

Rientra nella tradizione profetica che siano di colore bianco, puliti o nuovi. Invece, per quanto riguarda la donna, ella può indossare ciò che desidera, purché non mostri ciò che è interdetto o abbia ornamenti vistosi. Tuttavia, deve evitare di indossare il niqāb (velo che copre il volto appositamente) e i guanti, usando qualcos'altro per coprire mani e volto.

4. Anche se non è obbligatorio, è comunque raccomandabile assumere lo stato di iḥrām dopo una preghiera legiferata, obbligatoria o volontaria che sia.

Poi occorre pronunciare: «Labbayka Allāhumma ‘umratan». Invece, colui che compie la ‘Umrah a favore di qualcuno deve pronunciare: «Labbayka Allāhumma ‘umratan ‘an fulān».

Se colui che intende assumere lo stato di iḥrām teme che possa accadere qualcosa che gli impedisca di completare il suo rito, è lecito che aggiunga una premessa al momento del iḥrām, dicendo: «Labbayka Allahumma 'umrah, wa in ḥabasani ḥābis fa maḥalli ḥaythu ḥabastani» (Eccomi a te, o Allah, per compiere la Visita, e se dovesse cogliermi un impedimento, il mio luogo di interruzione sarà dove avrò avuto l'impedimento). Se egli formula questa premessa e si verifica un impedimento che non gli permette di completare il suo rito, allora potrà porre fine allo stato di iḥrām senza alcuna conseguenza.

Inoltre, il pellegrino dovrebbe ripetere frequentemente la "talbiyah": «Labbayka Allāhumma labbayk, labbayka lā sharīka laka labbayk, inna al-ḥamda wa an-niʿmata laka wa al-mulk, lā sharīka lak» (Eccomi a Te, o Allah, eccomi a Te! Eccomi a Te, non hai socio alcuno, eccomi a Te! In verità, la lode, la grazia e il regno sono tuoi, non hai socio alcuno)¹. L'uomo dovrebbe alzare la voce nel pronunciare la "talbiyah", e così anche la donna, a meno che non sia in presenza di uomini estranei. È raccomandabile che il muḥrim (pellegrino in stato di iḥrām) ripeta frequentemente la "talbiyah", specialmente al cambiare delle circostanze e dei periodi, come quando è in salita verso un luogo elevato, o in discesa verso un luogo basso, o quando sopraggiunge la notte o il giorno.

¹ Il significato di quando il fedele pronuncia: "labbayka", è "eccomi a rispondere alla tua chiamata, o Signore, volta dopo volta", ossia, la risposta dell'individuo al suo Signore e la perseveranza nella Sua obbedienza.

Per quando concerne la frase "inna al-ḥamda wa an-niʿmata laka wa al-mulk", con la parola "al-ḥamd" si intende attribuire al Lodato la perfezione, unita all'amore e alla venerazione. Quando viene ripetuta, diventa una lode continua. Mentre la parola "an-niʿmata" è ciò che Allah concede ai Suoi servi, e consiste nel raggiungimento di ciò che è desiderato e nel respingimento di ciò che è indesiderato.

Mentre "al-mulk" vuol dire: a Te appartiene il regno. In verità, Allah, il Benedetto, l'Eccelso, è l'unico Sovrano.

L'ultima frase: "lā sharīka lak", indica che nessuno eguaglia Allah in ciò che è specifico di Allah, l'Onnipotente, tra le Sue perfette caratteristiche, come la Sua esclusività nella sovranità, nella creazione, nel governo e nella divinità. ["Majmu' Fatāwa wa Rasā'il di Al-'Uthaymīn" (22/96)].

La talbiya è prescritta per la 'Umrah dall'assunzione dell'iḥrām fino all'inizio del ṭawāf (circumambulazione).

Il muḥrim (pellegrino in stato di iḥrām) deve fare attenzione a non incorrere in alcuna delle proibizioni del iḥrām fino a quando non termina il suo stato di iḥrām.

Terzo: la descrizione della circumambulazione (at-ṭawāf)

Quando il muḥrim entra nella Sacra Moschea, è raccomandabile che lo faccia antepoendo il piede destro e pronunciando l'invocazione di ingresso in moschea. Tra le formule più autentiche tramandate a proposito, vi è quella in cui si dice: «Allahumma iftaḥ li abwāba raḥmatik» (O Allah, apri per me le porte della Tua misericordia). Questa invocazione può essere recitata all'ingresso di qualsiasi moschea e non è specifica solo per la Sacra Moschea.

Quando si intende iniziare la circumambulazione, si interrompe la talbiya. La modalità corretta dell'idṭibā' consiste nel far passare la parte centrale del proprio mantello sotto l'ascella destra e posare le due estremità sulla spalla sinistra. Al termine della circumambulazione, si riporta il mantello alla sua posizione originaria, poiché l'idṭibā' è prescritto esclusivamente durante la circumambulazione.

Dopodiché, il pellegrino si avvicina alla "Pietra Nera", la tocca con la mano destra e la bacia. Se non gli è possibile baciarla, la tocca con la mano e bacia la mano. Se non gli è possibile toccarla con la mano, la tocca con qualcosa che ha con sé, come un bastone, e lo bacia. Se non gli è possibile fare nemmeno questo, allora si rivolge verso la Pietra e fa un cenno con la mano, senza baciarla. Ed è preferibile non spingere la gente [pur di raggiungerla], causando disagio agli altri e a se stessi.

E quando si tocca la Pietra Nera, o le si rivolge il cenno, occorre pronunciare: «Allahu Akbar» (Allah è il più grande).

Successivamente, si procede verso destra mantenendo la Sacra Casa alla propria sinistra, e quando si raggiunge "ar-Rukn al-Yamani" (l'angolo della Sacra Casa opposto alla Pietra Nera) lo si tocca senza baciarlo. Se non è possibile toccarlo, non ci si deve accalcare pur di raggiungerlo. E in questo caso non si fa alcun cenno nella sua direzione.

Mentre ci si trova tra ar-Rukn Al-Yamāni e la Pietra Nera si dice: «Rabbanā ātinā fid-dunyā ḥasanatan wa fil-ākhirati ḥasanatan wa qinā ‘adhāban-nār» (O Signore nostro, concedici il bene in questa vita e nell'Aldilà, e proteggici dal castigo del Fuoco).

Ogni volta che si passa vicino alla Pietra Nera, si fa un cenno con la mano e si dice: «Allahu Akbar» (Allah è il più grande).

E durante il resto della circumambulazione, si è liberi di proferire ciò che più si desidera tra invocazioni, preghiere e lettura del Corano.

È una pratica raccomandata marciare col passo del "ramal" esclusivamente nei primi tre giri della circumambulazione. Il "ramal" consiste nel marciare a passo spedito, accorciando la distanza tra i passi. Nei restanti quattro giri, invece, non si esegue il "ramal", ma si cammina normalmente.

Terminata la circumambulazione, ci si dirige verso il "Maqām Ibrāhīm" (il sito di Abramo) e si recita il versetto:

﴿...وَاتَّخِذُوا مِنْ مَّقَامِ إِبْرَاهِيمَ مُصَلِّينَ...﴾

"Wattakhidhū min maqāmi Ibrāhīma muṣallā"

(E intraprendete Maqām Ibrāhīm come luogo di preghiera). [al-Baqarah: 125] Dopodiché, si eseguono due unità di preghiera dietro di esso, se possibile; altrimenti, si prega in qualsiasi altro punto della moschea. Nella prima unità di preghiera, dopo aver terminato il capitolo "al-Fātiḥa", si recita il capitolo che inizia con:

﴿قُلْ يَا أَيُّهَا الْكَافِرُونَ﴾

"Qul yā ayyuhā l-kāfirūn..." [al-Kāfirūn: 1-6] E nella seconda unità di preghiera, dopo aver terminato il capitolo "al-Fātiḥa", si recita:

﴿قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ﴾.

"Qul huwa Allāhu aḥad..." (capitolo: al-Ikhlās).
[al-Ikhlās: 1-4]

Quarto: la descrizione del "sa'y" (marcia tra i colli aṣ-Ṣafā e al-Marwa)

Quando terminano la circumambulazione e le due unità di preghiera, ci si dirige verso al-Mas'ā (luogo della marcia tra i monti aṣ-Ṣafā e al-Marwa). Quando ci si avvicina a "as-Safā", si recita:

﴿إِنَّ الصَّفَا وَالْمَرْوَةَ مِنْ شَعَائِرِ اللَّهِ...﴾

«Inna ṣ-Ṣafā wa l-Marwata min sha'ā'iri Llāh...»
(In verità, aṣ-Ṣafā e al-Marwa sono tra i riti di Allah...) [al-Baqarah: 158]. Poi si dice:

﴿أَبْدَأُ بِمَا بَدَأَ اللَّهُ بِهِ﴾.

«Abda'u bimā bada'a Llāhu bih» (Inizio con ciò da cui Allāh ha iniziato)¹.

Dopodiché si sale sul colle aṣ-Ṣafā fino al punto in cui si riesce a vedere la Sacra Casa o si è nella sua direzione, poi ci si rivolge verso di essa attestando l'unicità di Allah e la Sua grandezza, dicendo:

﴿لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ، أَنْجَزَ وَعْدَهُ، وَنَصَرَ عَبْدَهُ، وَهَرَمَ الْأَحْزَابَ وَحْدَهُ﴾، ثُمَّ دَعَا بَيْنَ ذَلِكَ. قَالَ مِثْلَ هَذَا ثَلَاثَ مَرَّاتٍ.

«Lā ilāha illā Llāh, waḥdahu lā sharīka lah, lahu al-mulku wa lahu al-ḥamd, wa huwa 'alā kulli shay'in qadīr. Lā ilāha illā Llāh, waḥdahu, anjaza wa'dahu,

¹ Narrato da Muslim (n. 1218).

wa naṣara ‘abdahu, wa hazama al-aḥzāba waḥdah» (Non v'è divinità all'infuori di Allah, Egli è Unico, senza consoci. A Lui appartiene il regno e a Lui la lode, ed Egli è Onnipotente. Non v'è divinità all'infuori di Allāh, Egli è Unico: ha mantenuto la Sua promessa, ha sostenuto il Suo servo e ha sconfitto da Solo le schiere nemiche). Dopodiché si eseguono le invocazioni. Si ripete questo per tre volte.

Poi si scende da aṣ-Ṣafā verso il colle al-Marwah camminando. Quando si raggiunge il segnale verde, si adotta un passo spedito, e quando si raggiunge il secondo segnale verde, si torna a camminare normalmente. Tuttavia, accelerare il passo tra i due segnali verdi non è prescritto per le donne.

Quando si arriva al colle al-Marwah, è prescritto ripetere i riti eseguiti presso aṣ-Ṣafā.

Dopodiché si scende da al-Marwa verso aṣ-Ṣafā camminando, e quando si raggiunge il segnale verde, si accelera nuovamente il passo, e quando si raggiunge il secondo segnale verde, si torna a camminare normalmente.

Si continua in questo modo finché non vengono completati sette tragitti, tendendo presente che il percorso da aṣ-Ṣafā fino a al-Marwa equivale ad un tragitto, e il ritorno da al-Marwa fino a aṣ-Ṣafā è un ulteriore tragitto.

Durante il cammino si è liberi di recitare ciò che più si desidera tra formule di menzione, invocazioni e recitazione del Corano.

Quinto: descrizione della rasatura e dell'accorciamento dei capelli

Quando si completa la circumambulazione e la marcia, se il pellegrino è un uomo, è obbligato a radere la testa o accorciare i capelli. Ed è tradizione profetica che la rasatura o l'accorciamento includano tutta la testa.

Tuttavia, la rasatura completa è preferibile al semplice accorciamento dei capelli, a meno che il periodo del Pellegrinaggio non sia così vicino al punto da non consentire la ricrescita dei capelli; se così fosse, è preferibile limitarsi all'accorciamento.

Quanto alla donna, essa accorcia le punte dei suoi capelli della lunghezza di una falange.

Le proibizioni durante lo stato di sacralità (iḥrām)

Gli atti proibiti durante l'iḥrām sono:

1. È proibito radere capelli o peli, tagliarli o strapparli, da qualsiasi parte del corpo.
2. È proibito tagliare le unghie, o anche solo accorciarle, sia quelle dei piedi che quelle delle mani.
3. Alcuni atti, invece, sono proibiti specificamente per il genere maschile, tra cui: la

copertura della testa con qualcosa che aderisce ad essa, come un copricapo, un velo, un turbante, oppure coprirla con un mantello, un fazzoletto, una coperta, un pezzo di cartone o qualsiasi altra cosa utilizzata allo scopo di coprire.

4. Indossare abiti comuni confezionati su misura secondo la forma del corpo, come un abito su misura, pantaloni, tuniche, calze e guanti. Anche questo si applica specificamente agli uomini e non alle donne.

Mentre ad esse è proibito:

a) Indossare il niqāb (velo che copre parzialmente il volto), il burqu' (velo integrale) o il lithām (scialle che copre parzialmente il volto) che è simile al niqāb. Tuttavia, è obbligatorio che esse coprano il volto in presenza di uomini estranei con ciò che usano abitualmente per coprire il viso, anche se ciò comportasse che il velo tocchi il volto. E non è giuridicamente richiesto che la donna indossi una fascia o qualcosa di simile sulla testa per evitare che il velo tocchi il viso, poiché non vi è alcuna prova che indichi questa prescrizione.

b) Anche indossare guanti è proibito per esse, ma è comunque richiesto che coprano le mani davanti agli uomini estranei, ponendole all'interno della propria veste.

5. Fare uso di profumi sul corpo o sugli indumenti dedicati all'iḥrām.

6. È altresì proibito cacciare selvaggina, sia che venga uccisa o semplicemente catturata.

7. Accordarsi per un fidanzamento, sia per se stessi che per altri.

8. Stipulare un contratto matrimoniale.

9. Il contatto intimo che non coinvolge i genitali, come baciare o toccare con desiderio.

10. [A maggior ragione] è proibito avere un rapporto sessuale completo.

Riassunto dei riti relativi alla 'Umra:

1. La lavanda rituale (abluzione maggiore)

2. L'uso del profumo

3. Indossare gli abiti dell'iḥrām (stato sacrale)

4. L'iḥrām: l'intenzione di intraprendere il rito

5. La talbiyah (formula recitata dai pellegrini)

6. Il "tawāf" (circumambulazione) attorno alla Sacra Casa

7. Le due unità di preghiera dietro a "Maqām Ibrāhim" (il sito di Abramo)

8. La marcia rituale tra aṣ-Ṣafā e al-Marwa

9. Rasatura o accorciamento dei capelli. E Allah è il più Sapiante. Che Allah conceda la preghiera e la salute al nostro Profeta Muhammad.

Index

Il compendio della descrizione della 'Umrah e le relative norme giuridiche	2
Introduzione	2
Primo: Condizioni per l'accettazione dell'adorazione	2
Secondo: il giudizio relativo all'apprendimento della modalità e delle norme della 'Umrah.....	3
Terzo: Il valore della 'Umrah	4
La modalità di esecuzione della 'Umrah	6
Primo: le norme giuridiche inerenti ai "mawāqīt"	6
Secondo: la descrizione del iḥrām e le norme giuridiche relative ad esso.....	7
Terzo: la descrizione della circumambulazione (at-ṭawāf) ..	10
Quarto: la descrizione del "sa'y" (marcia tra i colli aṣ-Ṣafā e al-Marwa).....	13
Quinto: descrizione della rasatura e dell'accorciamento dei capelli	15
Le proibizioni durante lo stato di sacralità (iḥrām)	15
Riassunto dei riti relativi alla 'Umra:	17