

浄め（ウドゥ）：すこやかな体、やすらかな心

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا  
وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ  
وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ.  
وَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ:  
مِفْتَاحُ الْجَنَّةِ الصَّلَاةُ وَمِفْتَاحُ الصَّلَاةِ الْوُضُوءُ.

尊敬すべきムスリムの皆様！

イスラムに従うなら、清潔さは信仰に根ざした欠かすことのできない責任となります。私たちの崇高な宗教は、すこやかな体とやすらかな心、そして罪から浄められた魂の持ち主でありたいと願う人々に対し、浄め（ウドゥ）の実践を求めています。アッラー（スプハーナワターラー）のしもべたちには、物質的・精神的な汚れを落としてから主の御前に立つことが求められているのです。

親愛なるムスリムの皆様！

ムスリムにとり、ウドゥとは崇拜という良いことを得るための行いであり、また不潔や不浄から自分たちを保護してくれる祝福です。宗

教の柱であり、魂の上昇である礼拝のための準備は、ウドゥと共に始まります。ムスリムは、少なくとも一日に五回、もっとも汚れてしまった部分をきれいにし、預言者ムハンマド（彼の上に祝福と平安あれ）が伝える「誰であれしっかりとウドゥを行えば、その罪が指の間からすり抜けて消え去るだろう」<sup>1</sup>という喜ばしい報せの通りに自らを保つのです。

親愛なる信仰者の皆様！

私たちは、今も全世界に影響を与えているCOVID-19による感染拡大と全力で戦っている最中です。この戦いに勝利するための鍵は、衛生、マスクの着用、そして社会的な距離を守ることです。ウドゥは、私たちが定期的に、また注意深く衛生を確保するためのもっともすぐれた機会であることを忘れないようにしましょう。ウドゥによって保たれる清潔さと清らかさを、私たちの生活の一部としましょう。聖クルアーンを通して次のように告げられている通りです。「本当にアッラーは立ち返って悔い改める者を愛し、また自らを清浄に保つ者を愛する」。<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Muslim, Taharah, 33.

<sup>2</sup> Baqarah, 2/222