

Jak wykonać MODLITWĘ

KROK PO KROKU



Opracowanie
Agnieszka Sahbi
Magdalena Khalid Salih

Jak wykonać MODLITWĘ

KROK PO KROKU

Wydanie
Ramadan 2017/1438





Książka ta ma za zadanie przybliżyć wiedzę na temat modlitwy zarówno muzułmanom, jak i nie muzułmanom. Staraliśmy się w jak najprostszy sposób przekazać podstawowe informacje dotyczące muzułmańskiej modlitwy, tak aby stała się ona zrozumiała dla każdego. Mamy nadzieję, że książka pomoże naszym nowym braciom i siostram w islamie zrozumieć tak ważny filar islamu oraz pomóc im stać się częścią społeczności.

Wznoszę Dua do Allaha aby uchronił i nagrodził w tym życiu oraz życiu przyszłym wszystkich, którzy pomagali w jej publikacji oraz dystrybucji.

WPROWADZENIE DO AS-SALAH

Modlitwa jest drugim filarem zaraz po wierze
w Jedyne Boga
oraz w posłannictwo Proroka Muhammada.

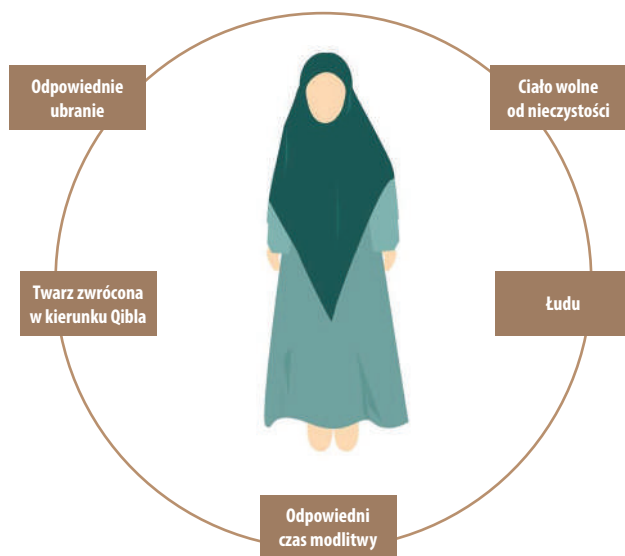
Jest tak ważnym filarem, że muzułmanie muszą
wykonywać modlitwę bez jakichkolwiek wymówek.
Jej niewykonanie jest traktowane jako akt niewiary.

Modlitwa wykonywana jest tylko w języku arabskim.





PRZED ROZPOCZĘCIEM MODLITWY



Odpowiednie ubranie

Mężczyzna podczas modlitwy musi zakryć prywatne części ciała (aura). Jest to obszar od pępka do kolan, aczkolwiek podczas modlitwy mężczyzna powinien również okryć barki (ramiona).

„Nie wolno mi modlić się z podwiniętymi rękawami” [Muslim].

Kobieta musi zakrywać całe ciało z wyjątkiem rąk (nadgarstków) i twarzy. Ubranie musi być luźne oraz nieprzezroczyste. Nie ma autentycznych dowodów na to, że podczas modlitwy zakryte powinny być również stopy, aczkolwiek jest to zalecane, dla bezpieczeństwa.



Części ciała wolne od zanieczyszczeń

Należy upewnić się że Twoje ciało, ubranie oraz miejsce wykonania modlitwy jest wolne od nieczystości.

Łudu

Przed wykonaniem modlitwy należy być w stanie czystości, tj. wykonać Łudu lub Gusl. Jeśli dostęp do wody jest niemożliwy bądź jeśli osoba jest chora, wtedy należy wykonać Tayammum.

Odpowiedni czas modlitwy

Należy wykonać modlitwę w czasie na który przypada.

Twarz zwrócona w kierunku Qibla

Należy być zwróconym w kierunku Qibla, czyli w kierunku, w którym zlokalizowany jest święty Meczet w Mekce. Są specjalne kompasy, które mogą pomóc w określeniu tego kierunku.

Dodatkowo, zgodnie z sunną Proroka (pokój z Nim)

Sutrah

Kiedy jesteś sam bądź na otwartej przestrzeni stwórz Sutrah. Słowo to oznacza strefa, osłona. Jest to przedmiot używany przez osobę modlącą się aby stworzyć barierę między nim a osobami przechodzącymi przed nim. Sutrah obowiązuje wszędzie za wyjątkiem Mekki.

OCZYSZCZENIE JEST NIEZBĘDNYM WARUNKIEM MODLITWY

„Żadna modlitwa nie jest przyjęta bez oczyszczenia.”

Sahih Muslim, Księga 1, Hadis 535

NIECZYSTOŚCI MNIEJSZE
unieważniają łudu
oraz są zmywane
przez jego wykonanie

NIECZYSTOŚCI WIĘKSZE
unieważniają gusł
oraz są zmywane
przez jego wykonanie

NIECZYSTOŚĆ MNIEJSZA

↓
ŁUDU
(ablucja)

CO UNIEWAŻNIA ŁUDU:

- Coś co wytwarzają prywatne części ciała (np. moczu, kału, gazy jelitowe, płyn prostaty)
- Utrata przytomności (z powodu omdlenia bądź też przez głęboki sen)
- Dotykanie intymnych części ciała bezpośrednio ręką (bez jakiegokolwiek przeszkody)
- Kontakty intymne (gra wstępna, pre-cum)

NIECZYSTOŚĆ WIĘKSZA

↓
GUSŁ
(prysznic / kąpiel)

CO UNIEWAŻNIA GUSŁ:

- Współżycie seksualne
- Wytrysk spermy (czy zachodzi pod wpływem pożądania czy też nie, podczas snu bądź przeciwnie)
- Miesiączka oraz krwawienia po porodzie

Wszystko to, co unieważnia gusł unieważnia również łudu, natomiast to, co unieważnia łudu, nie ma wpływu na gusł.

Po wykonaniu gusł nie ma potrzeby wykonywać dodatkowo łudu, gdyż jest ono częścią gusł.

OCZYSZCZANIE ZMAZUJE GRZECHY

Wysłannik Allaha powiedział:

Kiedy sługa obmywa twarz (w trakcie ablucji), jego grzechy którego oczy były świadkami spływają po twarzy, albo z ostatnią kroplą wody, kiedy obmywa swoje ręce, grzechy które popełnił swoimi dłońmi spływają wraz z wodą, albo z ostatnią kroplą wody, a kiedy obmywa swoje stopy, każde grzechy, do których jego stopy go doprowadziły spływają wraz z wodą albo z ostatnią kroplą wody – aż zostanie oczyszczony z grzechów (Sahih Muslim, Rozdział o Czystości, Hadis 577).

JAK WYKONAĆ ŁUDU (KROK PO KROKU)

Bismillah

1

Przed wykonaniem ablucji
należy powiedzieć
Bismillah
(W imię Allah)

2

Obmyj ręce oraz nadgarstki
zaczynając od prawej dłoni
(również miejsca
między palcami)
Powtórz czynność trzykrotnie



3x

3

Używając prawej ręki
nabierz niewielką ilość
wody, przepłucz usta
a następnie wypłuj wodę
Powtórz czynność trzykrotnie



3x

4

Nabierz wody w nozdrza
jak najdalej to możliwe
za pomocą prawej ręki
a następnie wypuść
używając lewej ręki
Powtórz czynność trzykrotnie



3x

5

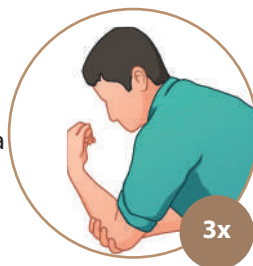
Umyj twarz od czoła
aż do brody, od lewego
do prawego ucha,
upewniając się, że cała
twarz jest obmyta
Powtórz czynność trzykrotnie



3x

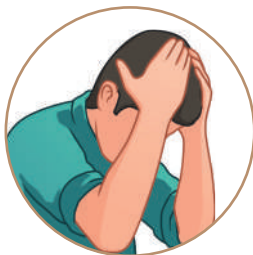
6

Umyj ręce aż do łokci, również dłonie oraz miejsca między palcami. Najpierw prawa, później lewa ręka
Powtórz czynność trzykrotnie



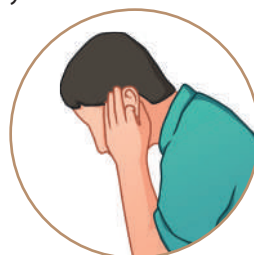
7

Jednym ruchem przetrzyj głowę mokrymi palcami zaczynając od skraju głowy (grzywki) do tylnej linii głowy i z powrotem



8

Jednocześnie przetrzyj wnętrza obu uszu palcem wskazującym oraz tył uszu kciukiem



9

Umyj stopy uwzględniając przy tym kostki oraz miejsca między palcami. Najpierw prawa, następnie lewa stopa
Powtórz czynność trzykrotnie



10

Na koniec powiedz:
*Aszhadu an la ilaha il Allah,
wa aszhadu anna
Muhammadan Rasulallah*
(Zaświadczam, że nie ma boga
poza Allahem
i świadczę, iż Muhammad jest
Jego Sługą i Wysłannikiem)

*Aszhadu an la ilaha il Allah,
wa aszhadu anna
Muhammadan Rasulallah*

JAK WYKONAĆ GUSL (KROK PO KROKU)

Bismillah

1

Przed wykonaniem ablucji
należy powiedzieć
Bismillah
(W imię Allah)

2

Obmyj ręce oraz nadgarstki
zaczynając od prawej dłoni
(również miejsca
między palcami)

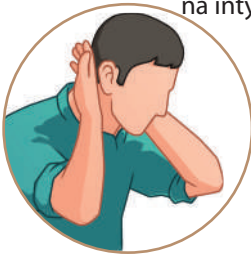
Powtórz czynność trzykrotnie



3x

3

Zmyj wszelkie nieczystości (które znajdują się
na intymnych oraz innych częściach ciała)



4

Wykonaj łudu
(kroki 2-9)

5

Nabierz wodę obiema
rękoma, przetrzyj nimi
głowę od jej brzegu do
samego końca głowy

Powtórz czynność trzykrotnie



3x

6

Polej wodą całe ciało, najpierw prawa, a następnie lewa strona.
Upewnij się, że żadna część nie została pominięta

JAK WYKONAĆ MODLITWĘ

Krok 1

Unieś dłonie na wysokość ramion lub uszu.
Dłonie powinny być skierowane na zewnątrz.
Następnie powiedz:

الله أَكْبَرُ

Allahu Akbar
Allah jest Wielki



Krok 2

Umieść ręce na wysokości klatki piersiowej,
niech prawa ręka obejmie lewą.
Następnie powiedz:

أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ

Audhu billahi min asz-szajtani ar-radżim
Szukam ochrony u Allaha przed szatanem przeklętym



Krok 3



Wyrecytuj Surę Al-Fatiha

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Bismi'llahi ar-rahmani ar-rahim

W Imię Allaha, Miłosiernego Litościwego

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ

Alhamdulillahi rabbil'alamín

Chwała Bogu, Panu Światów

الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Ar-Rahmani-r-Rahim

Miłosiernemu, Litościwemu

مَالِكِ يَوْمِ الدِّينِ

Maliki jáumid'dinn

Królowi Dnia Sądu

إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ

Ijjaka na'abudu ła ijjaka nastain

Ciebie czcimy i Ciebie prosimy o pomoc

اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ

Ihdina s-siratal-mustaqim

Prowadź nas drogą prostą

صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ

Sirata-lladhina an'amta'alejhim,

Ghajril-maghdubi alejhim ła la d-dallin

Drogą tych, których obdarzyłeś dobrodziejstwami

Nie zaś tych, na których jesteś zagniewany

i którzy błędzą

O Allah, wysuchaj naszych modlitw!

امين

Amin

Jeśli jest to pierwszy lub drugi rakat modlitwy wyrecytuj również inny fragment Koranu, np.

***Bismi'llahi ar-rahmani ar-rahim
Qul huła-llahu ahad Allahu s-samad
Lam jalid, ła lam julad
Ła lama jakun lahu kufułaan ahad***

W Imię Allaha, Miłosiernego Litościwego Mów:

*On - Allah Jeden
Allah Wiekuisty
Nie zrodził
i nie został zrodzony
Nikt Jemu nie jest równy*

Podczas 3 oraz 4 rakatu wymagana jest recytacja tylko sury Al-Fatiha.

Krok 4

W pozycji stojącej, unieś ręce tak jak przy kroku 1 i powiedz:

الله أَكْبَرُ

Allahu Akbar
Allah jest Wielki



Krok 5



Teraz powinieneś znajdować się w skłonie (ruku). Plecy powinny być ułożone płasko, poziomo (przy kącie 90 stopni do normalnej pozycji ciała). Nie utrzymuj pleców w pół podniesionych lub obniżonych. Niech twoje dłonie odpoczną, będąc ułożone na kolanach i trzymając je. Wtedy wypowiedz trzy razy:

3x

سُبْحَانَ رَبِّيَ الْعَظِيمِ

Subhana rabija-ladhim

Chwała memu Panu Wzniosłemu

Krok 6



Następnie przejdź z pozycji ruku do pozycji stojącej. Podnosząc się wypowiedz:

سَمِعَ اللَّهُ لِمَنْ حَمِدَهُ

Sami Allahu li man hamida

Allah słucha tego, który Go wychwala

Krok 7

Teraz powinieneś być w pozycji stojącej z rękoma ułożonymi po bokach. Po odstaniu w prostej pozycji powiedz:

رَبَّنَا وَلَكَ الْحَمْدُ

Rabbana ła lakal-hamd

Panie nasz, chwała Tobie



Krok 8

Następnie przejdź do pokłonu (sudżud). Przechodząc z pozycji stojącej do sudżud mówimy:

الله أَكْبَرُ

Allahu Akbar

Allah jest Wielki



WAŻNE

Upewniamy się, że:

1. Nos oraz czoło dotykają ziemi
2. Obie dłonie znajdują się na podłodze razem z palcami
3. Oba kolana są na podłodze
4. Obie stopy są obok siebie (złączone)
5. Palce obu stóp są ułożone w kierunku Qiblah

W pozycji sudżud wypowiadamy 3 razy:



3x

سُبْحَانَ رَبِّيَ الْأَعْلَى

Subhana rabijja al'ala

Chwała memu Panu Wzniosłemu

Krok 9

Następnie zmienić pozycję na siedzącą, mówiąc:



الله أَكْبَرُ

Allahu Akbar

Allah jest Wielki

Krok 10

Teraz po raz drugi zmieniasz pozycję do sudżud, tak jak zostało to opisane w punkcie 8. Zmieniając pozycję należy powiedzieć:

الله أَكْبَرُ

Allahu Akbar
Allah jest Wielki



W pozycji sudżud wypowiadamy 3 razy:

سُبْحَانَ رَبِّيَ الْأَعْلَى

Subhana rabijja al'ala
Chwała memu Panu Wzniosłemu

3x

WYKONANIE DRUGIEGO LUB OSTATNIEGO RAKATU MODLITWY



Krok 1

Wstań z pozycji siedzącej. Podczas wykonywania zmiany pozycji powiedz:

الله أَكْبَرُ

Allahu Akbar
Allah jest Wielki

Krok 2

Powtórz kroki od 3 do 10 od pierwszego rakatu modlitwy



Krok 3

Po kroku 10 zmieniasz pozycję na siedzącą, mówiąc:

الله أكبر

Allahu Akbar
Allah jest Wielki



Unieś wskazujący palec prawej ręki i wyrecytuj poruszając nim (uwaga: palec zatrzymuje się tylko wtedy kiedy wypowiadamy szahadę):



التَّحِيَّاتُ لِلَّهِ وَالصَّلَوَاتُ وَالطَّيِّبَاتُ

At-tahijatu li'lahi ła ssalaatu ła'tajjibat

Wieczność, modlitwy, wszelkie dobre
i czyste słowa należą do Allaha

السَّلَامُ عَلَى النَّبِيِّ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ

Assalamu allajka ajuhan-nabi

ła rahmatullahi ła barakatuh

Pokój Allaha z Tobą, Proroku
i miłosierdzie i błogosławieństwo

السَّلَامُ عَلَيْنَا وَعَلَى عِبَادِ اللَّهِ الصَّالِحِينَ

Assalamu allajna ła alla ibadi-lahi salihin

Pokój nam i oddanym sługom Allaha

أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ

Aszhadu an ła illaha ill Allah ła aszhadu anna

Muhammadan abduhu ła rasul'ullah

Zaświadczam, że nie ma boga poza Allahem
i świadczę, iż Muhammad jest Jego Sługą i Wyśłannikiem

ZAKOŃCZENIE MODLITWY



Krok 1

Wyrecytuj Taszahud w dalszym ciągu poruszając palcem w następujący sposób:

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ
مُحَمَّدٍ كَمَا صَلَّيْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ
وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ

*Allahuma salli alla Muhammadin ła alla 'ali
Muhammadin Kama salajta alla Ibrahim,
ła alla 'ali Ibrahima Fil alamina innaka
hamidun madżid*

Boże, pobłogosław Muhammada i rodzinę
Muhammada jak obdarzyłeś błogosławieństwem
Abrahama i rodzinę Abrahama,
Ty jesteś najbardziej Wychwalony, Wystawiony!

اللَّهُمَّ بَارِكْ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ
مُحَمَّدٍ كَمَا بَارَكْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ
وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ

*Alluhuma barik alla Muhammadin ła alla 'ali
Muhammadin Kama barakta 'alla Ibrahima
ła alla 'ali Ibrahima Fil alamina innaka
hamidun madżid*

Boże, obdarz miłosierdziem Muhammada
i rodzinę Muhammada, tak jak obdarzyłeś
miłosierdziem Abrahama i rodzinę Abrahama!
Ty jesteś najbardziej Wychwalony, Wystawiony!

Krok 2

Wypowiedz poniższe słowa najpierw odwracając głowę w prawą stronę a następnie powtórz je odwracając głowę w lewą stronę:

السَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللَّهِ

Assalamu allajkum ła rahmatullah

Pokój i Miłosierdzie Allaha z tobą



Wraz z Taslim, modlitwa jest kompletna tj. zakończona.
Zaleca się aby po jej wykonaniu wznosić suplikacje.

PO MODLITWIE

Wykonaj dobrowolne (nawafil) modlitwy.

*Ktokolwiek wypowie poniższe słowa po każdej modlitwie,
jego grzechy zostaną mu wybaczone nawet te wielkie
jak piana na morzu .*

(Sahih Muslim, Księga 2, Hadis 1352)

1

33x

każdy

سُبْحَانَ اللَّهِ

Subhana Allah

Cześć Allahowi

الْحَمْدُ لِلَّهِ

Alhamdu lillah

Wszelka Chwała
Allahowi

اللَّهُ أَكْبَرُ

Allahu Akbar

Allah jest
Największy

2

1x

Laa ilaaha illal-lahu lahduhu

laa szariika lah,

lahul-mulku la lahul-hamd

la Hu la 'alaa kulli szaj'in Qadiir

Nie ma boga poza Allahem, Jedynym,
nieposiadającym współników.

Do niego należy wszelka władza i chwała
i On jest nad każdą rzeczą Wszechwładny.

CO DALEJ?

Od tego jaką modlitwę Fard (obowiązkową) będziesz wykonywać zależy ilość rakatów.

<i>FAJR</i>	<i>DHUHR, ASR, ISHA</i>	<i>MAGHRIB</i>
Dwa rakaty	Cztery rakaty	Trzy rakaty
1 rikat	1 rikat, 2 rikat	1 rikat, 2 rikat
2 rikat	3 rikat, 4 rikat	3 rikat

Niech Allah przyjmie wszystkie Wasze modlitwy!

Wszystkie ilustracje pochodzą ze strony www.islamicposters.co.uk

Książka nie jest przeznaczona na sprzedaż
i stanowi darmowy egzemplarz edukacyjny

ZAMÓW DARMOWE KSIĄŻKI O ISLAMIE

Więcej informacji na naszej stronie internetowej

www.islam-sunna.pl

info@islam-sunna.pl





