

ప్రవక్త ముహమ్మద్ ﷺ నమాజు విధానము

సులభమైన నమాజు విధానము

مختصر صفة الصلاة

శుచి శుభ్రత పాటించి వుజూ చేసుకోవాలి.

తరువాత పూర్తి శరీరం ఖిబ్గా(కాబతుల్లాహ్)దిశకు ఉన్నట్లు నిలబడాలి.

సంకల్పం:

ఏ నమాజు చదువుతారో ఆ నమాజు కొరకై

నియ్యత్ మనసులో అనుకోవాలి.

తమ చూపులను సజ్దా స్థలంపై ఉంచాలి.

తరువాత తక్బీరేతహ్రీమా అంటే; “అల్లాహు

అక్బర్” అని చేతులను భుజాల వరకు లేక

చెవుల వరకు ఎత్తాలి.



తరువాత కుడి చేతితో ఎడమ చెయ్యి మణికట్టుని పట్టుకొని రెండు

చేతులను రొమ్ముపై (ఛాతిపై) ఉంచాలి. లేక కుడి అరచేతిని ఎడమ

చెయ్యి మణికట్టుపై ఉంచి రెండు చేతులను రొమ్ముపై ఉంచాలి.

తరువాత నమాజు ఆరంభానికై ‘సనా’ “సుబ్హాన కల్లాహుమ్మ

వబిహామ్దిక వతబార కస్ముక, వతఅలా జద్దుక వలా ఇలాహగైరుక”

అని చదవాలి. తరువాత “అవూజుబిల్లాహి మినష్ షైతాన్ నిర్రజీమ్-

అని ‘సూరతుల్ ఫాతిహా’ చదవాలి.

1-బిస్మిల్లాహ్ హిర్రహమా నిర్రహీమ్. 2-అల్ హమ్దు లిల్లాహి రబ్

బిల్ ఆలమీన్. 3-అర్రహమా నిర్రహీమ్. 4-మాలికి యామిద్ దీన్.

5-ఇయ్యాక నాబుదు వ ఇయ్యాక నస్తయీన్. 6-ఇహ్ దినస్ సిరాతల్

ప్రవక్త ముహమ్మద్ ﷺ నమాజు విధానము

ముస్తత ఖీమ్. 7-సిరా తల్ల జీన అన్ అమ్త అలైహిం, గైరిల్ మగ్జ్జాబి అలైహిం వలజ్జ్జాల్లీన్. (ఆమీన్)

సూరతుల్ ఫాతిహా పరించిన తరువాత మరొక సూరా చదవాలి:

బిస్మిల్లాహ్ హిర్రహమా నిర్రహీమ్.

1, ఇన్నా ఆత్తైనా కల్ కొసర్- 2, ఫ సల్లి లి రబ్బిక వన్హార్- 3, ఇన్న షానిఅక హువల్ అబ్తర్.

తరువాత రుకూ కొరకై “అల్లాహు అక్బర్” అని పలుకుతూ రెండు చేతులను భుజాల వరకు లేక చెవుల వరకు ఎత్తి రుకూ చేయాలి. ఆ రుకూ సక్రమంగా చేయాలి. అంటే; తల మరియు వీపు సరిసమానంగా ఉండినట్లు వంచాలి.



రెండు చేతుల వ్రేళ్ళను విప్పి (మోకాళ్ళపై) ఉంచి, “సుబ్హాన రబ్బియల్ అజీమ్” అని మూడు సార్లు చదవాలి.

తరువాత తలను ఎత్తుతూ “సమిఅల్లాహు లిమన్ హమిదహ్” అని పలుకుతూ చేతులను భుజాల వరకు లేక చెవుల వరకు ఎత్తి నిటారుగా నిలబడాలి. తరువాత ‘రబ్బానా వలకల్ హమ్ద్’ అని చెప్పాలి.

తరువాత “అల్లాహు అక్బర్” అని పలుకుతూ వంగి రెండు చేతులు భూమిపై ఉంచి, తరువాత మోకాళ్ళను భూమిపై ఆన్చి, నుదుటిని మరియు ముక్కును భూమిపై ఆన్చి సజ్దా చేయవలెను.

“సుబ్హాన రబ్బియల్ ఆలా” లేక “సుబ్బూహున్ ఖుద్దుసున్ రబ్బుల్ మలాయికతి వర్ రూహ్” అని మూడు సార్లు ఆ సజ్దాలో చదవాలి.

ప్రవక్త ముహమ్మద్ ﷺ నమాజు విధానము

1, నొసట (నుదురు) 2, ముక్కు 3, రెండు హస్తములు, 4,5 రెండు మోకాళ్ళు, 6,7 రెండు కాళి వ్రేళ్ళు భూమిపై అంటినప్పుడు సజ్దా నెరవేరుతుంది. సజ్దా చేసేటప్పుడు ఏ ఒక్క అంగమును భూమిపై నుండి పైకెత్తరాదు.



ఆ తరువాత సజ్దా నుండి తల పైకెత్తుతూ “అల్లాహు అక్బర్” అంటూ నిటారుగా కూర్చోవాలి. ఆ కూర్పునే విధానం- కుడి పాదాన్ని వ్రేళ్ళపై నిలబెట్టి ఎడమ పాదాన్ని పరిచి దానిపై కూర్చోవాలి.

కూర్చొనీ చేతులను తొడలపై ఉంచి చేతుల వ్రేళ్ళు మోకాళ్ళకు అందినట్లు ఉంచాలి. కుడి చెయ్యిని కుడి కాలుపై ఎడమ చెయ్యిని ఎడమ కాలుపై మోకాళ్ళను పట్టేటట్లు ఉంచాలి. ఆ తరువాత “రబ్బిగ్ ఫిర్లీ, రబ్బిగ్ ఫిర్లీ” అని పఠించి, “అల్లాహు అక్బర్” అంటూ రెండవ సజ్దా చేయాలి. “సుబ్హాన రబ్బియల్ ఆలా” లేక “సుబ్బూహున్ ఖుద్దూసున్ రబ్బుల్ మలాయికతి వర్ రూహ్” అని మూడు సార్లు సజ్దాలో చదవాలి.



రెండవ సజ్దా నుండి “అల్లాహు అక్బర్”

అంటూ పైకిలేచి మొదటి సజ్దాలో కూర్చున్న విధంగానే ఒక్క క్షణం కూర్చొనీ తరువాత చేతులు భూమిపై బలంగా ఆన్చి, రెండవ రకాతుకై నిలబడాలి. ఆ తరువాత ‘సూరతుల్ ఫాతిహా’ చదవాలి.

1-బిస్మిల్లాహ్ హిర్రహమా నిర్రహీమ్. 2-అల్ హమ్దు లిల్లాహి రబ్బిల్ ఆలమీన్. 3-అర్రహమా నిర్రహీమ్. 4-మాలికి యౌమిద్ దీన్. 5-ఇయ్యాక నాబుదు వ ఇయ్యాక నస్తయిన్. 6-ఇహ్ దిన్స సిరాతల్

ప్రవక్త ముహమ్మద్ ﷺ నమాజు విధానము

ముస్తత ఖీమ్. 7-సిరా తల్ల జీన అన్ అమ్త అలైహిం, గైరిల్ మగ్జ్జాబి అలైహిం వలజ్జ్వలీన్. (ఆమీన్)

సూరతుల్ ఫాతిహా పఠించిన తరువాత మరొక సూరా చదవాలి:

బిస్మిల్లాహ్ హిర్రహమా నిర్రహీమ్.

1,ఖుల్ హు వల్లాహు అహద్. 2,అల్లాహుస్ సమద్. 3,లమ్ యలిద్ వ లమ్ యూలద్. 4,వలమ్ యకుల్లహు కుఫువన్ అహద్.

తరువాత రుకూ కొరకై “అల్లాహు అక్బర్” అని పలుకుతూ రెండు చేతులను భుజాల వరకు లేక చెవుల వరకు ఎత్తి రుకూ చేయాలి.

రెండు చేతుల వ్రేళ్ళను విప్పి (మోకాళ్ళపై) ఉంచాలి. “సుబ్హాన రబ్బియల్ అజీమ్” అని మూడు సార్లు చదవాలి.

తరువాత తలను ఎత్తుతూ “సమిఅల్లాహు లిమన్ హమిదహ్” అని పలుకుతూ చేతులను భుజాల వరకు లేక చెవుల వరకు ఎత్తి నిటారుగా నిలబడాలి. తరువాత ‘రబ్బనా వలకల్ హమ్ద్’ అని చెప్పాలి.

తరువాత “అల్లాహు అక్బర్” అని పలుకుతూ వంగి రెండు చేతులు భూమిపై ఉంచి, తరువాత మోకాళ్ళను భూమిపై ఆన్చి, నుదుటిని మరియు ముక్కును భూమిపై ఆన్చి సజ్దా చేయవలెను.

ఆ తరువాత “సుబ్హాన రబ్బియల్ ఆలా” లేక “సుబ్బూహున్ ఖుద్దూసున్ రబ్బుల్ మలాయికతి వర్ రూహ్” అని మూడు సార్లు చదవాలి. తరువాత సజ్దా నుండి తల పైకెత్తుతూ “అల్లాహు అక్బర్” అంటూ నిటారుగా కూర్చోవాలి.

ఆ తరువాత “రబ్బిగ్ ఫిర్లీ, రబ్బిగ్ ఫిర్లీ” అని పఠించి, “అల్లాహు అక్బర్” అంటూ రెండవ సజ్దా చేయాలి. “సుబ్హాన రబ్బియల్ ఆలా”

ప్రవక్త ముహమ్మద్ ﷺ నమాజు విధానము

లేక “సుబ్బూహున్ ఖుద్దుసున్ రబ్బుల్ మలాయికతి వర్ రూహ్” అని మూడు సార్లు సజ్దాలో చదవాలి.

రెండవ సజ్దా నుండి “అల్లాహు అక్బర్” అంటూ పైకిలేచి ‘తష్వహుద్’ లో కూర్చోవాలి.

తష్వహుద్ విధానం

కుడి పాదాన్ని వ్రేళ్ళపై నిలబెట్టి ఎడమ పాదాన్ని పరిచి దానిపై కూర్చోవాలి. కూర్చోనీ చేతులను తొడలపై ఉంచి చేతుల వ్రేళ్ళు మోకాళ్ళకు అందినట్లు ఉంచాలి. కుడి చెయ్యిని కుడి కాలుపై



ఎడమ చెయ్యిని ఎడమ కాలుపై మోకాళ్ళను పట్టేటట్లు ఉంచాలి.

కుడి చెయ్యి చివరి రెండు వ్రేళ్ళు ముడుచుకొని పెద్ద వ్రేలును గుండ్రంగా చేసి బొటన వ్రేలు చివరి రేఖపై ఉంచి చూపుడు వ్రేలును కదలిస్తూ ‘తష్వహుద్’ దుఆలు పఠించాలి. లేక నాలుగు వ్రేళ్ళను ముడుచుకొని చూపుడు వ్రేలును పైకెత్తి కదిలిస్తూ, దానిని చూస్తూ ‘తష్వహుద్’ దుఆలు పఠించాలి.



తరువాత ఈ క్రింది దుఆలను చదవాలి.

అత్త హియాతు లిల్లాహి వస్సలవాతు వత్తయ్యి బాతు, అస్సలాము అలైక అయ్యుహన్ నబియ్యు వ రహ్మతుల్లాహి వబరకాతుహు. అస్సలాము

ప్రవక్త ముహమ్మద్ ﷺ నమాజు విధానము

అలైనా వఅలా ఇబాదిల్లాహీన్ సాలిహీన, అష్హదు అల్లా ఇలాహ ఇల్లాల్లాహు, వ అష్హదు అన్న ముహమ్మద్న్ అబ్దుహు వ రసూలుహు. అని చదివిన తరువాత ‘దరూద్ దుఆ’ చదవాలి.

అల్లాహుమ్మ సల్లీ అలా ముహమ్మద్స్, వ అలా ఆలీ ముహమ్మద్స్, కమా సల్లైతా అలా ఇబ్రాహీమ, వ అలా ఆలీ ఇబ్రాహీమ ఇన్నక హమీదుమ్ మజీద్. అల్లాహుమ్మ బారిక్ అలా ముహమ్మద్స్ వ అలా ఆలీ ముహమ్మద్స్, కమా బారక్తా అలా ఇబ్రాహీమ వ అలా ఆలీ ఇబ్రాహీమ ఇన్నక హమీదుమ్ మజీద్. అని చదివిన తరువాత ఈ క్రింది దుఆను చదవాలి.

అల్లాహుమ్మ ఇన్నీ అవూజు బిక్ మిన్ అజాబిల్ జహన్నమి, వ అజాబిల్ ఖబ్రీ, వ మిన్ ఫిత్నతిల్ మహ్మాయా వల్ మమాతి, వ మిన్ ఫిత్నతిల్ మసీహిద్ దజ్జాలి.

ఆ తరువాత మీ ఇష్ట ప్రకారం మస్నూన్ దుఆలు చదువుకోవచ్చును. తరువాత

‘అస్సలాము అలైకుం వరహమతుల్లాహ్’

అని పలుకుతూ తలను కుడివైపు త్రిప్పవలెను.

అలాగే “అస్సలాము అలైకుం వ రహమతుల్లాహ్”

అని పలుకుతూ తలను ఎడమ వైపు త్రిప్పవలెను.



★ ఇక్కడికి రెండు రకాతుల నమాజు పూర్తి అయినట్లు.

ప్రవక్త ముహమ్మద్ ﷺ నమాజు విధానము

నమాజులో రెండవ ఖాయిదా కూర్చోనే

విధానము

జుహ్రా, అన్, మగ్రిబ్, ఇషా నమాజులలో రెండు రకాతుల నమాజు చేసి ‘తషహ్వాద్’లో పై చెప్పబడిన విధంగానే కూర్చోనీ దుఆ పఠించిన తరువాత మూడవ రకాతు కొరకు “అల్లాహు అక్బర్” అంటూ రెండు చేతులు భుజాల వరకు లేక చెవుల వరకు ఎత్తి కట్టుకొని నిలబడాలి. మూడవ రకాతు, నాల్గవ రకాతులో ‘సూరతుల్ ఫాతిహా’ మాత్రమే పఠించి మొదటి రెండు రకాతులవలే పూర్తి చేసుకొని రెండువ ‘తషహ్వాద్’లో కూర్చోవాలి. దీనిని “తషహ్వాదే తవరుక్” అంటారు.

ఈ ‘తషహ్వాద్’లో కూడా పై చెప్పబడిన విధంగానే కూర్చోవాలి. కాని “కుడి కాలిని నిలబెట్టి ఎడమ కాలిని కుడికాలు క్రింది నుండి బయటకు తీసి పిరుదలను నేలపై ఉంచి కూర్చోవాలి”



తరువాత తషహ్వాద్ దుఆలు పఠించి, ‘అస్సలాము అలైకుం వరహమతుల్లాహ్’ అని పలుకుతూ తలను కుడివైపు త్రిప్పవలెను.



అలాగే ‘అస్సలాము అలైకుం వ రహమతుల్లాహ్’ అని పలుకుతూ తలను ఎడమ వైపు త్రిప్పవలెను.