

**Tashahhud** : Po drugim pokłonie, powróć do pozycji klęczącej i powiedz:

Asz hadu an laa ilaaha illallaahu lahdahu  
laa sharika lah,  
wa asz hadu anna Muhammadan `abduhu  
wa rasuluh  
Allaahumma salli `alaa Muhammadin la  
Aali Muhammad

Zaświadczam, że nie ma Boga prócz Allaha,  
Jedynego, bez partnerów.  
I oświadczam, że Mohammed jest Jego  
Prorokiem.  
O Boże, błogosław Mohammeda i Rodzinę  
Mohammeda.

Jeśli wykonujesz modlitwę *Fajr* (poranna), przejdź od razu do części zatytułowanej

### Zakończenie.

Jeśli wykonujesz modlitwę *Zuhr* (południowa), *Asr* (popołudniowa), *Maghrib* (przedwieczorna), lub *Isha* (wieczorna), kontynuuj powracając do pozycji stojącej, mówiąc *Bihaulillahi....* tak jak jest to opisane pod koniec rozdziału **Pierwszy Rak`ah**.

### Trzeci Rak`ah

**At-Tasbihat al-Arba`ah** : Po powrocie do pozycji stojącej, wypowiedz albo *Surat al-Fatiha*, albo trzykrotnie *al-Tasbihat al-Arba`ah* jak poniżej:

Subhaanallaahi la`l hamdu lillaahi wa laa ilaaha illallaahu lallaahu akbar  
Chwała niech będzie Panu, Podziękowania niech będą Panu,  
Nie ma Boga prócz Allaha, Allah jest wielki.

Wykonaj *ruku`*, wyprostuj się na krótko, a potem wykonaj dwukrotnie *sudžud*. Sekwencja poszczególnych kroków jest taka sama jak w rozdziale **Pierwszy Rak`ah**. Jeśli wykonujesz modlitwę *Maghrib* (przedwieczorna) powiedz następnie *Tashahhud*. Pomiń resztę i przejdź do **Zakończenia**.

Jeśli wykonujesz modlitwę *Zuhr* (południowa), *Asr* (popołudniowa), lub *Isha* (wieczorna), kontynuuj powracając do pozycji stojącej do czwartej jednostki *Rak`ah*, mówiąc *Bihaulillahi....* jak to jest opisane na końcu rozdziału **Pierwszy Rak`ah**.

### Czwarty Rak`ah

Poszczególne kroki są takie same jak w trzecim *rak`ah*. Po wykonaniu drugiego pokłonu (*sudžud*), usiądź w pozycji klęczącej i powiedz *Tashahhud*.

### Zakończenie

Po wypowiedzeniu *Tashahhud* w ostatnim *rak`ah*, recytuj **Taslim** (*Pozdrowienie*) które zakończy twoją modlitwę:

Assalaamu `alajka ajjuhan nabijju la  
rahmatullaahi la barakaatuh  
Assalamu `alajnaa la `alaa `ibaadillaahis  
saalihin  
Assalamu `alajkum la rahmatullaahi la  
barakaatuh

Pokój niech będzie z Tobą Proroku i laska I  
błogosławieństwo Pana  
Pokój niech będzie z nami i tymi, którzy, którzy  
idą drogą prostą  
Pokój niech będzie nad wszystkimi, i laska I  
błogosławieństwo Pana.

Dodatkowo na zakończenie możesz powiedzieć trzy razy *Takbir*.

Aby znaleźć więcej informacji na temat rytualnych i duchowych aspektów

Codziennej Modlitwy, odwiedź: <http://al-islam.org/faq/>

“...Kiedy jesteście bezpieczni,  
odprawiajcie modlitwę!  
Zaprawdę, modlitwa dla wiernych  
jest przepisana w oznaczonym czasie!”  
(Koran 4:103)

# Jak wykonać codzienną modlitwę?

Obowiązkiem muzułmanina jest codzienne wykonanie pięciu modlitw, z których każda z nich ma swój wyznaczony czas:

- ❑ *Modlitwa al-Fajr* (poranna), która składa się z dwóch jednostek (*rakatów*)
- ❑ *Modlitwa al-Zuhr* (południowa) składająca się z czterech jednostek
- ❑ *Modlitwa al-Asr* (popołudniowa) składająca się z czterech jednostek
- ❑ *Modlitwa al-Maghrib* (przedwieczorna) składająca się z trzech jednostek
- ❑ *Modlitwa al-Isha* (wieczorna) składająca się z czterech jednostek

Wykonanie codziennych modlitw zgodnie z Szyicką szkołą prawa *Ja`fari* wymaga podjęcia odpowiednich kroków, wykonywanych po sobie w danym porządku (*tartib*) oraz następstwie oraz bez zbędnych pomiędzy nimi przerw (*muwalat*). Osoba zanim przystąpi do modlitwy musi najpierw dokonać wstępnego oczyszczenia (*ghusl*, jeśli jest konieczne, lub *wudhu*) i wypełnić wszystkie pozostałe warunki.

## Przygotowanie

Stań prosto zwracając się twarzą w kierunku *Qiblah* ( Mekka) i wypowiedz *adhan* oraz *iqama*. Zwróć uwagę, iż wszystkie recytacje muszą być po arabsku. Pomimo iż dla ułatwienia do każdej recytacji poniżej podajemy zbliżoną wymowę, najlepiej jest jednak nauczyć się arabskiej pisowni i wymowy.

**Niyah** : Sformułuj intencję w swoich myślach: “**Ofiaruję** tą \_\_\_\_ (nazwa poszczególnej modlitwy) **modlitwę, złożoną z** \_\_\_\_ (liczba jednostek) **rak`ah** szukając **bliskości Boga**”.

## Pierwszy Rak`ah

**Takbiratul Ihram** : Podnieś obie, zwrócone przed siebie dłonie na wysokość uszu I powiedz:

Allaahu akbar  
Bóg jest wielki

To zdanie, **Takbir**, będzie powtarzane kilka razy podczas modlitwy.

**Qiyam** : Pozostań w pozycji stojącej, rozpocznij poniższą recytację, jako kolejny krok, *Qira`ah*.

**Qira`ah** : Na początek, powiedz pierwszy rozdział Świętego Koranu, *Surat al-Fatiha*



Bismillaahi`r-Rahmaani`r-Rahim  
Al-hamdu lillaahi rabbil`aalam  
Arrahmaanir rahim  
Maaliki jalmid-din  
Ijjaaka na`budu wa ijjaaka nasta`in  
Ihdinas-siraat al-mustaqim  
siraat al-ladhina an`amta `alajhim  
ghajril maghdubi `alayhim  
wa la`d-daallin

W imię Boga Miłosiernego, Litościwego  
Chwała Bogu, Panu Światów  
Miłosiernemu, Litościwemu  
Królowi Dani Sądu.  
Ciebie czcimy i Ciebie prosimy o pomoc,  
Prowadź nas drogą prostą, drogą tych, których  
obdarzyłeś dobrodziejstwami,  
Nie tych, na których jesteś zagniewany,  
I nie tych którzy błędzą.

Następnie, wypowiedz inna Surę Świętego Koranu (na przykład krótki rozdział numer 112, *Surat al-Ikhlās*).

Bismillaahi`r-Rahmaani`r-Rahim  
Qul hu`lallaahu ahad  
Allaahus samad  
Lam jalid lalam yulad  
La lam jakullahu kufulan ahad.

W imię Boga Miłosiernego, Litościwego  
Mów: On jest Bogiem Jedynym,  
Bogiem Wszechmogącym  
Nie rodził i nie został zrodzony  
I nikt nie jest Mu równy.

**Ruku`** : Po zakończeniu recytacji drugiej Sury , wierny powinien powiedzieć *Takbir* (zobacz powyżej) a następnie powinien się pokłonić w pasie i położyć obydwie dłonie na kolanach. Następnie w tej pozycji wierny recytuje *dhikr* (wychwalenie):

Subhaana rabbi al-`azimi wa bihamdih  
Chwała i cześć mojemu Wielkiemu Panu

Wracamy do pozycji stojącej I mówimy:

**Sami`allaahu liman hamidah**

*Bóg wysłuchuje tych, którzy Go wielbią*

Powiedz *Takbir*, następnie przejdź do pozycji pełnego pokłonu na kolanach (*sudżud*)

**Sudżud** jest pozycją w której, dotykamy czołem ziemi z intencją uniżenia się przed Bogiem.



Podczas wykonywania *sudżud*, obie dłonie, kolana, oraz duże palce u stóp muszą dotykać ziemi. W tej pozycji recytujemy poniższy *dhikr*:

**Subhaana rabbi al-`alaa wa bihamdih**

*Chwała i cześć mojemu Panu Najwyższemu*



Po pierwszym *sudżud*, podnieś głowę i usiądź w pozycji kłęczącej, tak aby prawa kostka spoczywała na lewej stopie, ręce spoczywają na udach, powiedz *Takbir* i dodatkowo :

**Astaghfirullaah rabbi la atubu ilajh**

*Proszę o wybaczenie Boga, mojego Pana i do Niego się zwracam*

Wypowiedz ponownie *Takbir*. Powtórz *sudżud* , następnie usiądź w pozycji kłęczącej I powiedz *Takbir*.

Usiądź prosto na chwilę, potem wstań mówiąc (opcjonalnie):

**Bihaulillaahi wa qullatihi aqumu la aq`ud**

*Z Boga pomocą i przez Jego siłę, wstaję i siadam*

## Drugi Rak`ah

Po powrocie do pozycji stojącej, recytuj *Surat al-Fatiha* i inną Surę ze Świętego Koranu jak w pierwszym *rak`ah*. Potem powiedz *Takbir*, a następnie wykonaj *Qunut*.

**Qunut** : Wznies swoje ręce przed twarz, zwracając dłonie w górę. Trzymając obie ręce i palce blisko siebie wyrecytuj:



**Rabbanaa aatinaa fi`d-dunjaa hasanatan wa fi`l-akhirati hasanatan la qinaa`adhaab an-naar**

*O Panie! Daj nam dobro na tym świecie i dobro w świecie przyszłym, I uchron nas od kary ognia*  
[Koran, 2 :201]

[uwaga: *Qunut* jest krokiem dodatkowym ale nie obowiązkowym]

Powiedz *Takbir*, wykonaj *ruku`*, potem dwa razy *sudżud*, dokładnie tak jak jest opisane w pierwszym *rak`ah*.