

Tashahhud : Efter den andre nedböjningen återgå till din hukande position och recitera:

Ash hadu al laa ilaaha illallaahu wahdahu
laa shareeka lah,
wa ash hadu anna Muhammadan `abduhu
wa rasuluh
Allaahumma salli `alaa Muhammadin wa
Aali Muhammad

Jag vittnar o matt det inte finns någon gud
utom Allah, som är unik och utan partner.
Jag vittnar också o matt Muhammad är hans
tjänare och profet.

Gud, välsigna Muhammad och Muhammeds
avkomma.

Ifall du utför *Fajr* (Gryning) bönen, hoppa över resten och gå till delen om

Avslutning.

Ifall du utför *Zuhr* (Middag), *`Asr* (Eftermiddag), *Maghrib* (Skymning), eller *`Isha* (Natt) bönen, fortsätt med att ställa dig upp för den tredje enheten medan du reciterar ***Bihawllillahi....*** Som beskrivet på slutet av sektionen **Första Rak`ah**.

Tredje Rak`ah

At-Tasbihat al-Arba`ah : Efter att kommit upp, recitera *Surat al-Fatiha*, eller recitera *al-Tasbihat al-Arba`ah* tre gånger som lyder:

Subhaanallaahi wa`l hamdu lillaahi wa laa ilaaha illallaahu wallaahu akbar
Ärad vare Gud, och prisad vare Gud; det finns ingen gud utom Allah och Allah är store.

Utför tre *ruku`*, så upp en stund och gör då de två *sujud*. Det är precis det som förklarats i delen **Första Rak`ah**. Ifall du utför *Maghrib* (Skymning) bönen, recitera *Tashahhud* efteråt. Sedan hoppar du över resten och går över till **Avslutning**.

Ifall du utför *Zuhr* (Middag), *`Asr* (Eftermiddag), eller *`Isha* (Natt) bönen, fortsätt genom att ställa dig upp för den fjärde *rak`ah* medan du reciterar ***Bihawllillahi....*** Som förklarats i slutet av delen **Första Rak`ah**.

Fjärde Rak`ah

Denna är identisk till tredje *rak`ah*. Efter andra nedböjningen återgå till din hukande position och recitera *Tashahhud*.

Avslutning

Efter att ha reciterat *Tashahhud* på den sista *rak`ah*, läs upp **Taslim** (Hälsning) som avslutar din bön:

Assalaamu `alayka ayyuhan nabiiyyu wa
rahmatullaahi wa barakaatuh
Assalamu `alaynaa wa `alaa `ibaadillaahis
saaliheen
Assalamu `alaykum wa rahmatullaahi wa
barakaatuh

Fred vare med dig, Profet, och Guds nåd och
välsignesle.

Fred vare med oss, och på de rättskaffna
tjänarna till Gud.

Fred vare på er [alla], och Guds nåd och
välsignelse.

Efter det (frivilligt) säg *Takbir* tre gånger.

För att ta reda på fler detaljer om ritualen och de spirituella aspekterna av den dagliga bönen besök:
<http://al-islam.org/faq/>

v1.0

“...Och när ni åter är i trygghet, förrätta då bönen [på föreskrivet sätt]. Bönen är alla troendes plikt, knuten till bestämda tider.”

(Koranen: Surah 4, Ayah 103)

Hur man utför de dagliga bönerna

Det är obligatoriskt att be fem böner dagligen under de bestämda tiderna:

- *Salat al-Fajr* (**Gryningsbönen**), som består av två enheter. (varje enhet kallas för *rak`ah*)
- *Salat al-Zuhr* (**Middagbönen**) består av fyra enheter.
- *Salat al-`Asr* (**Eftermiddagsbönen**) består av fyra enheter.
- *Salat al-Maghrib* (**Skymningsbönen**) som består av tre enheter.
- *Salat al-`Isha* (**Nattbön**) som består av fyra enheter.

Att utföra de dagliga bönerna enligt den shiitiska jafaritiska lagskolan, innebär att man utför föreskrivna steg i rangordning (*tartib*) och i ordningsföljd utan obefogade förseningar mellan dem (*muwalat*). Personen måste först utföra rening (*ghusl*, vid behov eller/och *wudhu*) och fullborda alla andra krav.

Förberedelse

Ställ dig upprätt, vänd mot *Qiblah* (riktning mot Mecka) och recitera *adhan* och *iqama*. Beakta att alla recitationer under bönen måste göras på arabiska. Även då ungefärliga transliteration använts längre ner för varje recitation, är det bäst att lära sig arabisk skrift och uttal.

Niyah : Skapa följande uppsåt i ditt inre: **“Jag erbjuder denna ____ (namnet på den specifika bönen) bön, ____ (antal enheter) rak`ah’s söker närhet till Gud”**.

Första Rak`ah

Takbiratul Ihram : Lyft båda dina händer till öronen och säg:

Allaahu akbar
Gud är större

Denna mening, **Takbir**, kommer upprepas ett flertal gånger under bönen.

Qiyam : Stå kvar i den stående positionen medan du utför recitationen i nästa steg, *Qira`ah*.

Qira`ah : Inledningsvis, recitera första kapitel i den heliga Koranen, *Surat al-Fatiha*



Bismillaahi`r-Rahmaani`r-Raheem

**Al-hamdu lillaahi rabbil`aalameen
Arrahmaanir raheem
Maaliki yawmid-deen**

**Iyyaaka na`budu wa iyyaaka nasta`een
Ihdinas-siraat al-mustaqeem
siraat al-ladheena an`amta `alayhim
ghayril maghdoobi `alayhim
wa la`d-daalleen**

*I Guds den nåderikes, den barmhärtiges namn
Lov och pris tillkommer Gud, världarnas Herre,
den Nåderike, den Barmhärtige,
som allsmäktig råder över Domens dag!
Dig tillber vi; Dig anropar vi om hjälp.
Led oss på den raka vägen -
den väg de vandrat som Du har välsignat med
Dina gåvor; inte de som har drabbats av [Din]
vrede och inte de som har gått vilse!*

Andra, recitera ett annat fullständigt kapitel från den heliga Koranen (vi väljer det korta kapitlet 112, *Surat al-Ikhlās*).

Bismillaahi`r-Rahmaani`r-Raheem

**Qul huwallaahu ahad
Allaahus samad**

**Lam yalid walam yoolad
Wa lam yakullahu kufuwan ahad.**

*I Guds den nåderikes, den barmhärtiges namn
SÄG: "Han är Gud - En
Gud, den Evige, den av skapelsen Oberoende, av
vilken alla beror.
Han har inte avlat och inte blivit avlad,
och ingen finns som kan liknas vid Honom."*

Ruku` : Efter att ha avslutat det andra kapitlet, säger den bedjande *Takbir* (se ovan) och sen böjer sig tills händerna kan läggas på knäna. Den följande (*dhikr*) hyllningen bör reciteras en gång i denna position:



Subhaana rabbiy al`azeemi wa bihamdih

Ärad vara min Herre, den Storslagne, och lovord tillhör Honom.

Resume the standing position and recite:

Sami`allahu liman hamidah

Gud hör den som prisar Honom

Säg *Takbir*, sen gå ned till marken med pannan (*sujud*)

Sujud betyder att man ska sätta sin panna på marken på ett visst sätt, med uppsåtet att vara ödmjuk inför Gud.



Medan man utför *sujud*, är det obligatoriskt att båda handflator och knäna och båda stortå, placeras på marken. Följande *dhikr* ska reciteras *sujud* en gång:

Subhaana rabbiy al`alaa wa bihamdih

Ärad vare min förhärligade Härskare och prisad vare Han



Efter första *sujud*, lyft pannan och sätt dig upp i knäposition med höger fots fotled lagd i vänster fotsula, med händerna vilandes på låren och säg *Takbir*, frivilligt kan det följas av:

Astaghfirullaaha rabbee wa atoobu ilayh

Jag be om förlåtelse, Gud, min härskare och vänder mig till dig.

Följd av *Takbir* igen. Repetera *sujud* igen och sätt dig sedan upp i knäpositionen och säg *Takbir*.

Sätt dig upp en stund för att sedan ställa dig upp och (frivilligt) säga:

Bihawllillaahi wa quwwatihi aqoomu wa aq`ud

Med Guds hjälp och med hjälp av Hans styrka, står jag och sitter jag

Andra Rak`ah

Efter att ha återgått till rak ställning, recitera *Surat al-Fatiha* och en annan *Surah* från den heliga Koranen, såsom i första *rak`ah*. Sedan säg *Takbir*, och gör *Qunut*.

Qunut : Håll dina händer framför ditt ansikte, vänd handflatorna uppåt, och håll båda händer och fingrarna nära varandra. Recitera följande



Rabbanaa aatinaa fi`d-dunyaa hasanatan wa fi`l-akhirati hasanatan wa qinaa`adhaab an-naar

Herre! Tilldela oss got i denna värld och i nästa, och skydda oss från helvetets plågor.

[Koranen, Surah 2, ayah 201]

[Beakta: *Qunut* är ett frivilligt steg.]

Säg *Takbir*, följ av *ruku`*, sedan två *sujud*, båda som beskrivits för första *rak`ah*.