हामीले नमाज कसरी पढ्ने ?

नमाजको तरिका सचित्र व्याख्या एवम् यस महान् उपासनाको बारेमा केही महत्त्वपूर्ण कुराहरू

हामीले नमाज कसरी पढ्ने ?

नमाजको तरिका सचित्र व्याख्या एवम् यस महान् उपासनाको बारेमा केही महत्त्वपूर्ण कुराहरू

مركز أصول
OsoulCenter

ح جمعية الدعوة والإرشاد وتوعية الجاليات بالربوة ، ١٤٤٦ هـ
مركز أصول
كيف أصلي: شرح مصور لكيفية الصلاة مع وقفات مع هذه الشعيرة العظيمة باللغة النيبالية. / مركز أصول - ط ١. .- الرياض ، ١٤٤٦ هـ
٥٠ ص ؛ ١٤.٨ x ٢١ سم
رقم الإيداع: ١٤٤٦/١٨٩٧٨
ردمك: ٩٧٨-٦٠٣-٨٤٣٨-٩٤-٧

Osoul Center
www.osoulcenter.com

■ यस संस्करणलाई तयार र डिजाइन उसुल सेन्टर (Osoul Center) ले गरेको हो।
■ यस उसुल सेन्टरले संकेत गरेका सन्दर्भहरू, स्रोतहरू र मूल पाठलाई परिवर्तन नगर्ने प्रतिबद्धताका साथ कुनै पनि माध्यमबाट संस्करण छाप्न र प्रकाशित गर्न अनुमति दिन्छ।
■ छपाइको लागि उसुल सेन्टर (Osoul Center) द्वारा अपनाइएका गुणस्तरका मापदण्डहरू पालना गर्नुपर्नेछ।

بسم الله الرحمن الرحيم

अत्यन्तै दयावान् एवम् परम कृपालु अल्लाहको नामबाट सुरु गर्दछु ।

भूमिका

सबै किसिमका प्रशंसाहरू सम्पूर्ण जगतका प्रतिपालक अल्लाहकै लागि छन् अनि दरूद र सलाम होस् हाम्रा नबी मुहम्मद ﷺ र उहाँका सबै सन्तानहरू एवम् साथीहरूमाथि .....

इस्लाम भलाइ तथा परोपकारमा आधारित धर्म एवम् जीवन व्यवस्था हो । यो मानव र उसको प्रतिपालक अल्लाह बीच राम्रो सम्बन्ध र मानव-मानव बीच पनि राम्रो सम्बन्ध हुनुपर्छ भन्ने कुरामा आधारित छ ।

मानव र उसको प्रतिपालक अल्लाहको बीच जो सम्बन्धहरू छन् तिनै मध्येको एउटा महत्त्वपूर्ण सम्बन्ध नमाज पनि हो । जो एक महान् उपासना हो । यसमा मुस्लिमले अल्लाहको समक्ष उभिएर उहाँले बताएको तरिका अनुसार उपासना गर्छ । पूर्ण श्रद्धा र सम्मानको साथ उहाँको स्तुति गर्छ; अनि प्रेम, डर र आशाको साथ उहाँलाई पुकार्छ ।

नमाजका धेरै महत्त्वपूर्ण विशेषता एवम् फाइदाहरू छन्; किनभने नमाज इस्लामको दोस्रो आधार (रुक्न) हो । यो कलिमा शहादत पछिको सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कार्य हो र जन्नत (स्वर्ग) मा प्रवेश गराउने ठूला माध्यमहरू मध्येको एक हो ।

यसको माध्यमद्वारा अल्लाहले भक्तका दर्जाहरू बढाउनुहुन्छ र पापहरू क्षमा गर्नुहुन्छ । नमाजको लागि हिँडेर जाने व्यक्तिका लागि पुण्यहरू लेखिन्छन् । बिहान, दिउसो र बेलुकामा जब-जब मानिस नमाजको लागि मस्जिद जान्छ तब-तब अल्लाहले उसको लागि जन्नतमा घर, स्थान र सत्कारको तयारी गर्नुहुन्छ ।

जबसम्म नमाजी नमाजको स्थानमा रहन्छ तबसम्म फरिश्ताहरूले उसको लागि दुआ गर्छन् । नमाजको माध्यमद्वारा अल्लाहले तत्कालिन नमाज र त्यसपछि आउने नमाजको बीचमा हुने पापहरू क्षमा गर्नुहुन्छ । नमाज यस संसार र परलोकमा नमाजीको लागि नूर (ज्योति) हो । यसका अरू पनि धेरै फाइदा तथा श्रेष्ठताहरू छन्, जो अन्य उपासनाहरूमा पाउन सकिँदैन । यसको महानता एवम् श्रेष्ठताको सबैभन्दा ठूलो प्रमाण यो हो- अल्लाह तआलाले आफ्नो नबी मुहम्मद ﷺ लाई जिब्रील अलैहिस्सलामको माध्यम बिना नै प्रत्यक्ष प्रदान गर्नुभएको हो । अनि यसलाई धर्तीमा प्रदान नगरेर आकाशमा इस्रा र मेराजको यात्राको समयमा प्रदान गर्नुभएको हो ।

यसै सम्बन्धमा अल्लाहले भन्नुभएको छ : (हे मुहम्मद ﷺ) त्यस किताबलाई पढ्ने गर्नुहोस्, जुन तपाईंलाई 'वह्यी (आकाशवाणी) द्वारा प्रदान गरिएको छ, अनि नमाज कायम गर्नुहोस् । निःसन्देह नमाजले अश्लीलता र नराम्रो कुराबाट रोक्दछ र निस्सन्देह अल्लाहको स्मरण गर्नु त अत्यन्त ठूलो कुरो हो । तिमीहरूले जे गर्दछौ अल्लाहलाई ती सबै कुराको जानकारी छ । (सूरतुल्-अन्कबूत : २९/४५)

जाबिर रजियल्लाहु अन्हुद्वारा वर्णन गरिएको छ, अल्लाहको रसूल ﷺ ले भन्नुभयो: **"पाँच पटकको नमाजको उदाहरण त्यस बग्दै गरेको नदी जस्तो हो, जो तिमीहरूमध्ये कसैको घरको ढोकानेर बगिरहेको छ, अनि उसले (घरको मान्छेले) दैनिक पाँच पटक त्यसमा स्नान गर्छ ।"** (मुस्लिम: ६६८)

विषय सूची

विषय	पेज नम्बर
1 नमाजमा हृदय र शरीरका अङ्गहरूद्वारा पूर्ण विनम्रता धारण गर्नु	9
2 अनिवार्य (फर्ज) नमाजहरू	13
3 नमाजका अहकाम तथा आदेशहरू	14
4 हामीले नमाज कसरी पढ्ने ?	17
5 नमाजलाई भङ्ग (बातिल) गराउने कार्यहरू	32
6 नमाजमा हुनसक्ने अप्रिय (मकरूह) कार्यहरू	33
7 बिरामी व्यक्तिको नमाज	35
8 यात्रुको नमाज	36
9 महिलाको नमाज सम्बन्धी केही विशेष कुराहरू	37
10 मूल्याङ्कन प्रश्नहरू	40

KALE KILIT

नमाजमा हृदय र शरीरका अङ्गहरूद्वारा पूर्ण विनम्रता धारण गर्नु

विनम्रता (खुशुअ) नमाजको प्राण हो । विनम्रता (खुशुअ) को लागि नमाजमा हृदयको उपस्थिति, श्रद्धा र पूर्ण समर्पणको साथ अल्लाहको समक्ष उपस्थित हुनुपर्छ । मनलाई नमाजसँग सम्बन्धित विषयहरू बाहेक अरू कुनै कुरामा व्यस्त राख्नु हुँदैन, अनि शरीरका अङ्गहरूलाई पनि स्थिर राख्दै नमाजमा गर्नुपर्ने कार्य बाहेक अन्य कुनै कार्यमा लगाउनु हुँदैन ।

विनम्रता (खुशूअ) मा कमी भयो भने नमाजमा मिल्ने नेकी (पुण्य) मा पनि कमी हुनजान्छ, कहिलेकाहीँ यो गुनाह (पाप) को कारण पनि बन्न सक्छ । त्यसैले अल्लाहको नबी ﷺ ले भन्नुभएको छ: "निस्सन्देह, भक्तले नमाज त पढ्छ, (तर) उसको लागि त्यस नमाजको दसौं, नवौं, आठौं, सातौं, छैठौं, पाँचौं, चौथो, तेस्रो वा आधा भाग लेखिन्छ । (अबू दाऊद : ७९६, हसन अल्बानी)

विनम्रता प्राप्त गर्न मद्दत गर्ने चीजहरू:

१ विनम्रता (खुशुअ) प्राप्त गर्नको लागि सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कार्य अल्लाहसँग दुआ गर्नु ।

२ नमाज भन्दा पहिले अन्य काम कुराहरूको चिन्ताबाट मनलाई मुक्त गर्नु ।

३ सुगन्ध (इत्तर) लगाउनु र नमाजको लागि आफूसँग उपलब्ध भएको उचित तथा राम्रो लुगा लगाउनु ।

४ सम्भव भएसम्म घरमै वजू गर्नु, अनि वजू राम्रोसँग गर्नु ।

५ मुख, लुगा र पुरै शरीरलाई दुर्गन्धबाट मुक्त गर्नु ।

६ यदि नमाजको समयमा खाना तयार भएको छ र भोक पनि लागेको छ भने नमाजभन्दा पहिले खाना खानु; ताकि नमाज पढ्ने बेलामा खानातिर ध्यान नजाओस् ।

७ यदि दिसा वा पिसाब लागेको छ भने नमाज भन्दा पहिले त्यसबाट मुक्त हुनु; ताकि विनम्रता भङ्ग नहोस् र शान्त तथा निश्चिन्त भएर नमाज पढ्न सकियोस् ।

८ मस्जिदतिर जाँदा नमाज सुरु भइसकेको भएपनि नआत्तिइकन निश्चिन्त भएर जानु; किनभने हतार-हतारमा दौडेर जाँदा मन विचलित हुन्छ ।

९ सुन्नतद्वारा प्रमाणित दुआहरूमा ध्यान दिनु; जस्तै- घरबाट बाहिर निस्कने बेलामा पढ्ने दुआ, मस्जिदतिर जाँदै गर्दा पढ्ने दुआ र मस्जिदमा प्रवेश गर्दा पढ्ने दुआ पढ्नु ।

१० मस्जिदमा प्रवेश गरिसकेपछि जमातको समय भएको छैन भने दुई रकअत तहिय्यतुल्-मस्जिद (मस्जिद प्रवेशको सुन्नत) पढ्नु । नियमित सुन्नत (सुन्नते-मुअक्कदह्) पढिन्छ भने यही तहिय्यतुल्-मस्जिद पनि हुन्छ ।

११ नमाज सुरु हुने प्रतीक्षा गर्दा दुआहरू गरिरहनु तथा नमाजीहरूसँग सांसारिक मामिलाहरूको बारेमा कुरा नगर्नु ।

अनिवार्य (फर्ज) नमाजहरू :

अल्लाहले मुस्लिमहरूको लागि दिन र रातमा गरी पाँच पटकको नमाज फर्ज (अनिवार्य) गर्नुभएको छ। ती नमाजहरूलाई इस्लामिक शरिअतले निर्धारण गरे अनुसार निश्चित समयमै पढ्नुपर्छ । ती नमाजहरू क्रमशः यस प्रकार छन् : फज्र, जोहर, अस्र मग्रिब, इशा । यी सबै नमाजका निर्धारित रकअतहरू छन्, जबसम्म तिनलाई निर्धारित गरिएको रकअत अनुसार पढिँदैन तबसम्म नमाज सही र मान्य हुँदैन । त्यसैगरी प्रत्येक नमाजका समय पनि निर्धारित छन् र प्रत्येकलाई समयअनुसार नै अदा गर्नुपर्छ । नमाजका समयहरूको जानकारी हामीले नबी ﷺ का हदीसहरूमा उल्लेख गरिएका प्रमाणहरूद्वारा प्राप्त गर्न सक्छौं । त्यसैगरी विश्वसनीय घडीहरूको माध्यमद्वारा वा मुस्लिमहरूले मस्जिदमा प्रत्येक नमाजको लागि दिने आजानद्वारा पनि थाहा पाउन सक्छौं ।

नमाजका अहकाम तथा आदेशहरू

१. मुस्लिमले जतिसुकै पाप गरे पनि उसले नमाज त्याग्न सक्दैन, किनभने पूर्ण रूपले नमाज छोड्नु मुस्लिमको काम होइन ।

२. नमाज सम्बन्धी आधारभूत सिद्धान्त यो हो कि पुरुषहरूले मस्जिदमा गएर सामूहिक रूपमा नमाज पढ्नुपर्छ भने महिलाले घरमै पढ्नु उत्तम हो । समूहमा नमाज पढ्नुमा एक्लै नमाज पढेको तुलनामा धेरै पुण्य मिल्छ । नमाज कुनै पनि सफा तथा पवित्र ठाउँमा पढ्न सकिन्छ । जस्तै- घर, सडक छेऊ, मैदान इत्यादि ।

३. नमाज पढ्ने बेलामा मुस्लिमले आफ्ना गोप्य अङ्गहरू ढाक्नुपर्छ र वजू वा स्नानद्वारा पवित्र भएको अवस्थामा नमाज पढ्नुपर्छ । यदि उसलाई वजूको तरिका थाहा छैन भने उसले अनिवार्य रूपमा सिक्नुपर्छ ।

४. नमाज पढ्ने व्यक्ति इमाम होस् वा एक्लै पढ्न लागेको होस्, उसले आफ्नो अगाडी सुतराको रूपमा कुनै वस्तुलाई राख्नुपर्छ । यसको उद्देश्य नमाजको समयमा आफ्नो अगाडीबाट पर्दा गर्नु हो, ताकि आफ्नो अगाडीबाट हिँड्ने व्यक्ति त्यस सुतराभन्दा बाहिरबाट जाओस् र नमाजको समयमा आफ्नो ध्यान यताउता नजाओस् ।

नोट : पवित्रता अन्तर्गत वजूद्वारा शरीरको शुद्धता र नमाज पढ्ने ठाउँको शुद्धत आदि पर्दछन् ।

नोट : नमाज सही तथा मान्य हुनका लागि धेरै सर्तहरू छन्, जसमध्ये- पवित्र हुनु, नियत गर्नु, किब्लातिर अनुहार गर्नु, नमाजको समय हुनु र अनिवार्य रूपमा ढाक्नुपर्ने शरीरका अङ्गहरूलाई ढाक्नु; इत्यादि मुख्य हुन् ।

हामीले नमाज कसरी पढ्ने ?

नमाजको सही तरिका चित्र सहित व्याख्या

चार रकअतवाला नमाज कसरी पढ्ने ?

जोहर, अस्र र इशाको नमाज कसरी पढ्ने भन्नेबारे सचित्र व्याख्या

१ किब्लातिर अनुहार गर्नु : किब्ला भनेको मक्कातिरको दिशा हो। जो व्यक्ति काबादेखि टाढा छ, उसले किब्लातिर अनुहार गर्ने क्रममा ठीक काबातिर अनुहार नभएर अलिकति यताउता भएमा कुनै फरक पर्दैन। बरु काबा कता छ भन्ने स्पष्ट थाहा नभएको अवस्थामा अन्दाजको भरमा किब्ला निर्धारण गर्नु पर्याप्त छ, तर कसैले काबालाई देखिरहेको छ भने उसले सीधा काबातिर नै अनुहार गर्नु जरुरी छ।

२ नियत: नियत भनेको हृदयको सङ्कल्प हो, त्यसैले नमाजमा मुखले बोलेर होइन बरु मनमा नियत गर्नुपर्छ। अर्थात् हामीले हृदयदेखि नै जुन नमाज पढ्न लागिएको छ त्यसैको नियत गर्नुपर्छ।

३ तक्बीर-ए तहरीमा (नमाज सुरु गर्ने पहिले तक्बीर) :

क. सबैभन्दा पहिले हामीले आफ्ना दुबै हातका हत्केलाहरू किब्लातिर फर्काएर काँध वा कानको बराबर उठाउँदै "अल्लाहु अक्बर" भन्नुपर्छ। अल्लाहु अक्बर आवाज सहित मुखले उच्चारण गर्नुपर्छ।

ख. तक्बीर पछि हामीले आफ्नो बायाँ हातलाई छातीमा वा नाभिभन्दा माथि राखेर त्यसमाथि दायाँ हात राख्नुपर्छ वा दायाँ हातले समात्नुपर्छ। यही सुन्नत तरिका हो।

ग. यसरी हातलाई छातीमा राखिसकेपछि आफ्नो नजरलाई सज्दा गर्ने स्थानमा केन्द्रित गर्नुपर्छ। नजरलाई आकाशतिर वा यताउता गराउनु सही होइन।

बारकोड स्क्यान गरेर, नमाजको तरिका सम्बन्धी सबै शैक्षिक सामग्रीहरू हेर्नुहोस्।

४ नमाज सुरु गर्ने दुआ : त्यसपछि नमाज सुरु गर्ने दुआहरूमध्ये आफूलाई याद भएको कुनै एउटा दुआ पढ्नुपर्छ । जस्तै-

«اللهمَّ باعدْ بيني وبينَ خَطاياي كما باعدتَّ بينَ المشرقِ والمَغربِ، اللهمَّ نقِّني من خطاياي كما يُنَقَّى الثَّوبُ الأبيضُ منَ الدَّنَسِ، اللهمَّ اغسِلْني من خَطَاياي بالثَّلجِ والماءِ والبَرَدِ».

"अल्लाहुम्म बाइद बैनी व बैन खतायाय कमा बाअद्त बैनल मश्-रिकि वल्-मग्रिबि, अल्लाहुम्म नक्किनी मिन् खतायाय कमा युनक्कस सौबुल अब्यजु मिनद्दनसि, अल्लाहुम्-मग्सिल्नी मिन् खतायाय बिल्-माइ वस्सलजि वल्-बरद ।"

अर्थः हे अल्लाह ! म र मेरो पापहरूको बीच पूर्व र पश्चिमको दुरी झैं दुरी गरिदिनुहोस्, हे अल्लाह ! मलाई मेरा पापहरूबाट यसरी पवित्र र सफा गरिदिनुहोस्, जसरी सेतो कपडा फोहोर मैलाबाट सफा गरिन्छ । हे अल्लाह ! मलाई मेरा पापहरूबाट असीना, पानी र बरफले सफा गरिदिनुहोस् । (बुखारीः ७४४)

५ अऊजो बिल्लाह पढ्नु : नमाज सुरु गर्ने दुआ पढेपछि भन्नुपर्छ :

«أَعُوذُ بِاللهِ السَّمِيعِ الْعَلِيمِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ».

उच्चारणः "अऊजु बिल्लाहिस्-समीइल् अलीमि मिनश्शैतानिर्-रजीम"

अर्थः म सबै कुराहरू सुन्ने र जान्ने अल्लाहको शरण पर्दछु, धुत्कारिएको शैतानको दुष्टता, फूँक, अनि नराम्रो विद्याबाट।

६ सूरतुल्-फातिहा पढ्नु : त्यसपछि एक-एक आयत गरेर ध्यान पूर्वक सूरतुल्-फातिहा पढ्नुपर्छ । सूरतुल्-फातिहामा अत्यन्तै महान् दुआहरू छन् । यो पढिसकेपछि अन्त्यमा "आमीन" भन्नुपर्छ । आमीनको अर्थ हो- हे अल्लाह ! तपाईंले यसलाई स्वीकार गर्नुहोस्। आमीन सूरतुल्-फातिहाको अंश होइन ।

७ कुर्आनबाट जो याद छ, त्यो पढ्नु : सूरतुल्-फातिहा पढिसकेपछि कुर्आनको कुनै अन्य सूरह वा केही आयत पढ्नुपर्छ ।

८ रुकूअ गर्नु :

(क) रुकूअमा जाँदा हामीले दुबै हातहरूलाई काँध वा कानको बराबर उठाउनुपर्छ अनि "अल्लाहु अक्बर" भन्दै कयामको (उभिएको) स्थितिबाट रुकूअको स्थितिमा जानुपर्छ ।

(ख) रुकूअको स्थितिमा गएपछि दुबै हातलाई दुबै घुँडामा राखेर औंलाहरूलाई एक-अर्कासँग अलग गर्दै राम्रोसँग घुँडालाई समात्नुपर्छ ।

(ग) हतार नगरी ध्यानपूर्वक रुकूअ गर्नुपर्छ, रुकूअमा आफ्नो पिठ्यूँ र टाउको सिधा गर्नुपर्छ, टाउकोलाई पिठ्यूँभन्दा तल वा माथि नगरेर बराबरीमा राख्नुपर्छ ।

(घ) रुकूअको अवस्थामा हामीले आफ्ना हातका पाखुरालाई पेट वा कोखादेखि अलग राख्नुपर्छ अनि एकतिर झुकेर अर्को तिरको गाला बाहिरतिर देखिने गरी झुक्नु पनि हुँदैन ।

(ङ) त्यसपछि तिन पटक [«سبحان ربي العظيم» "सुब्हान रब्बियल्-अजीम"] भन्नुपर्छ । कम्तीमा एक पटक अवश्य भन्नुपर्छ, तिनभन्दा बढी पटक पनि भन्न सकिन्छ । यो बाहेक अन्य प्रमाणित दुआहरू पनि रुकूअमा पढ्न सकिन्छ ।

९ रुकूअबाट उठ्नु : रुकूअका दुआ पढिसकेपछि हामीले आफ्ना दुबै हातहरूलाई काँध वा कानको बराबर उठाउँदै पुनः सीधा उभिनुपर्छ। एक्लै नमाज पढ्दै गरेको वा इमामत गरेको भए [«سَمِعَ اللهُ لِمَنْ حَمِدَه». "समिअल्लाहु लिमन् हमिदह"] भन्नुपर्छ।

रुकूअबाट उभिएपछि हामीले आफ्ना दुबै हातलाई छातीमा बाँध्न पनि सक्छौं र त्यत्तिकै छाड्न पनि सक्छौ।

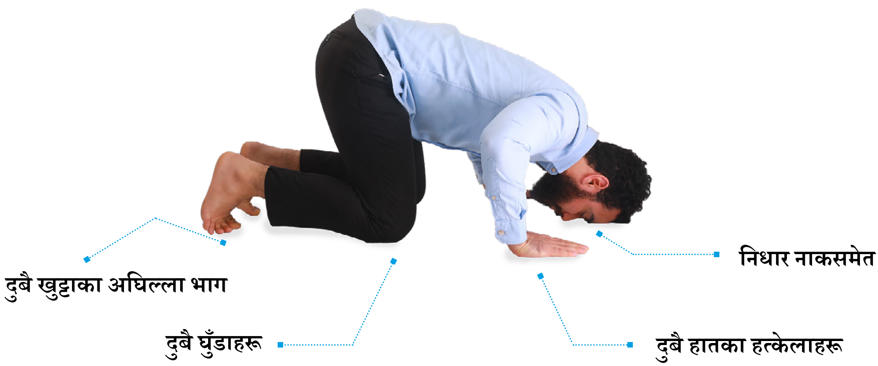
१० रुकूअबाट सिधा उभिनु : रुकूअबाट सीधा उभिएपछि [«رَبَّنَا ولَكَ الحَمْدُ» "रब्बना व लकल् हम्द"] भन्नुपर्छ। यसको साथसाथै अन्य प्रमाणित दुआहरू पनि पढ्न सकिन्छ। दुआ पढ्दै केही बेर उभिनु सुन्नत हो।

११ सज्दा गर्नु :

(क) त्यसपछि “अल्लाहु अक्बर” भन्दै सज्दाको लागि जमिनतिर जानुपर्छ ।

(ख) सज्दामा जाँदा जमिनमा सहजता अनुसार पहिले दुबै हातलाई पनि राख्न सकिन्छ र पहिले दुबै घुँडालाई पनि राख्न सकिन्छ ।

(ग) सज्दा शरीरका सात अङ्ग अथवा हड्डीलाई जमिनमा टेकाएर गरिन्छ । जो यस प्रकार छन् :



- यी मध्ये कुनै एउटा अङ्गलाई जमिनमा टेकाउन लापरवाही गर्नु हुँदैन ।

(घ) सज्दामा दुबै हातलाई किब्लातिर गर्नुपर्छ र औंलाहरू मिलेको हुनुपर्छ। दुबै हातलाई काँध वा कानको बराबर राख्नुपर्छ र दुबै हातका पाखुरालाई जमिनदेखि अलग उठाएर राख्नुपर्छ।

(ङ) जमातको साथमा नमाज पढ्दा आफ्ना आसपासका नमाजीहरूलाई अप्ठ्यारो नपर्ने गरी दुबै पाखुरालाई कोखादेखि अलग र जमिनदेखि माथि राख्नुपर्छ।

(च) दुबै खुट्टाका औंलाहरूलाई किब्लातिर फर्काएर खुट्टाका अघिल्ला भागलाई जमिनमा टेकाएर राख्नुपर्छ। अनि दुबै जाँघलाई पेटदेखि अलग राख्नुपर्छ।

(छ) सज्दामा तिन पटक [«سبحانَ ربِّي الأعلى» "सुब्हान रब्बियल्-आला"] भन्नुपर्छ। कम्तीमा एक पटक अवश्य भन्नुपर्छ, तिनभन्दा बढी पटक पनि भन्न सकिन्छ। यो बाहेक अन्य प्रमाणित दुआहरू पनि सज्दामा पढ्न सकिन्छ।

(ज) त्यसपछि मनले चाहेका सांसारिक र पारलौकिक भलाइका दुआहरू माग्न पनि सकिन्छ।

१२ सज्दाबाट शिर उठाउनु : त्यसपछि सज्दाबाट शिर उठाउँदै "अल्लाहु अक्बर" भन्नुपर्छ, अनि अर्को सज्दा गर्नुभन्दा पहिले केही बेर बस्नुपर्छ।

१३ दुबै सज्दा बीचको बैठक :

- क) दुबै सज्दा बीच बस्दा बायाँ खुट्टालाई बिछाएर त्यसमा बस्नुपर्छ र दायाँ खुट्टाका औँलाहरूलाई किब्लातिर मोडेर कुर्कुच्चा माथि हुने गरी खडा राख्नुपर्छ ।
- ख) त्यसपछि दायाँ हातलाई दायाँ जाँघ र बायाँ हातलाई बायाँ जाँघमाथि घुँडा नजिक वा घुँडामाथि राख्नुपर्छ ।
- ग) अनि यो दुआ पढ्नुपर्छ : [«رَبِّ اغْفِرْ لِي، رَبِّ اغفِر لِي» "रब्बिग् फिर्ली, रब्बिग् फिर्ली"

१४ दोस्रो सज्दा : त्यसपछि "अल्लाहु अक्बर" भन्दै दोस्रो सज्दामा जानुपर्छ। यसका तरिका र दुआहरू पनि पहिलेको सज्दामा जस्तै हुन् ।

१५ सज्दाबाट उभिनु : सज्दाबाट कयामको लागि उभिँदै गर्दा "अल्लाहु अक्बर" भन्नुपर्छ।

१६ त्यसपछि दोस्रो रकअत पनि त्यसैगरी पढ्नुपर्छ जसरी पहिलो रकअत पढिएको थियो।

- दुबै हातलाई छातीमा राख्नुपर्छ, सूरतुल्-फातिहा पढ्नुपर्छ अनि अन्य कुनै सूरह वा केही आयतहरू पढ्नुपर्छ ।
- त्यसपछि तक्बीर (अल्लाहु अक्बर) भन्दै रुकूअमा गएर पहिले झैँ [«سبحانَ ربِّي العظيم» "सुब्हान रब्बियल्-अजीम"] भन्नुपर्छ।
- त्यसपछि रुकूअबाट सीधा उभिँदै [«سَمِعَ اللهُ لِمَنْ حَمِدَه» "समिअल्लाहु लिमन् हमिदह"] भन्नुपर्छ ।
- त्यसपछि सीधा उभिएर [«رَبَّنَا ولكَ الحَمْدُ» "रब्बना व लकल् हम्द"] भन्नुपर्छ।
- त्यसपछि "अल्लाहु अक्बर" भन्दै सज्दा गर्नुपर्छ र त्यसमा तस्बीह [«سبحانَ ربِّي الأعلى» "सुब्हान रब्बियल्-आला"] भन्नुपर्छ ।
- त्यसपछि "अल्लाहु अक्बर" भन्दै सज्दाबाट शिर उठाइ बसेर [«ربِّ اغفِرْ لي، ربِّ اغفر لي» "रब्बिग् फिर्ली, रब्बिग् फिर्ली" भन्नुपर्छ ।
- त्यसपछि "अल्लाहु अक्बर" भन्दै दोस्रो सज्दा गर्नुपर्छ र तस्बीह [«سبحانَ ربِّي الأعلى» "सुब्हान रब्बियल्-आला"] भन्नुपर्छ ।

१७ पहिलो तशह्हूद :

(क) तशह्हूदको लागि "अल्लाहु अक्बर" भन्दै सज्दाबाट शिर उठाउँदै जसरी दुबै सज्दा बीचको बैठकमा बसिएको थियो त्यसैगरी तशह्हूदको लागि बस्नुपर्छ ।

(ख) त्यसपछि दायाँ हातलाई दायाँ जाँघमाथि राखेर चोर औँलाले सीधा अगाडितिर इशारा गर्दै हल्लाउनुपर्छ अनि बाँकी सबै औँलाहरूलाई मुठ्ठी पारेर बुढी औँला र माझी औँलालाई रिङ जस्तो आकारको बनाउनुपर्छ । अब रहयो बायाँ हात; यसलाई बायाँ जाँघमाथि राख्नुपर्छ वा यसले घुँडालाई समात्नुपर्छ ।

(ग) तशह्हूदमा बस्दाबेर चोर औँलातिरै हेरिरहनु पर्छ ।

(घ) तशह्हूदमा यो दुआ पढ्नुपर्छ : "अत्तहिय्यातु लिल्लाहि, वस्सलवातु वत्तय्यिबातु, अस्सलामु अलैक अय्युहन्-नबीय्यु व रहमतुल्लाहि व बरकातुहु, अस्सलामु अलैना व अला इबादिल्ला-हिस्सालिहीन, अश्हदु अल्ला इलाह इल्लल्लाहु, व अश्हदु अन्न मुहम्मदन् अब्दुहु व रसूलुहु"

अर्थः (मेरा सम्पूर्ण) मौखिक, शारीरिक र आर्थिक उपासनाहरू अल्लाहको लागि मात्रै खास छन् । हे नबी ! तपाईंमाथि अल्लाहको तर्फबाट दया, शान्ति र बरकत होस् अनि हामीमाथि पनि र अल्लाहका असल भक्तहरूमाथि पनि शान्ति होस् । म गवाही दिन्छु, अल्लाह बाहेक कोही सत्य पूजनीय छैन र म गवाही दिन्छु, मुहम्मद (सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम) उहाँको भक्त र सन्देश वाहक हुनुहुन्छ । (बुखारीः ८३१, मुस्लिमः ४०२)

१८ तशह्हुदबाट उभिनु : तशह्हूदको दुआ पढिसकेपछि तेस्रो रकअतको लागि उभिनुपर्छ। तेस्रो रकअतको लागि उठ्दा "अल्लाहु अक्बर" भन्दै दुबै हातहरूलाई काँध वा कानको बराबर उठाउनुपर्छ। तेस्रो रकअतलाई पनि पहिलो रकअत झैँ पढ्नुपर्छ, तर यसमा सूरतुल्-फातिहा मात्र पढ्नुपर्छ।

- त्यसपछि "अल्लाहु अक्बर" भन्दै रुकूअमा गएर पहिले झैँ [«سبحانَ ربِّي العظيم» "सुब्हान रब्बियल्-अजीम"] भन्नुपर्छ।
- त्यसपछि रुकूअबाट सीधा उभिँदै [«سَمِعَ اللهُ لِمَنْ حَمِدَه» "समिअल्लाहु लिमन् हमिदह"] भन्नुपर्छ ।
- त्यसपछि सीधा उभिएर [«رَبَّنَا ولك الحَمْدُ» "रब्बना व लकल् हम्द"] भन्नुपर्छ।
- त्यसपछि तक्बीर (अल्लाहु अक्बर) भन्दै सज्दा गर्नुपर्छ र त्यसमा तस्बीह [«سبحانَ ربِّي الأعلى» "सुब्हान रब्बियल्-आला"] भन्नुपर्छ।
- त्यसपछि तक्बीर (अल्लाहु अक्बर) भन्दै सज्दाबाट शिर उठाइ बसेर [«ربِّ اغفِرْ لي، ربِّ اغفِر لي» "रब्बिग् फिर्ली, रब्बिग् फिर्ली" भन्नुपर्छ।
- त्यसपछि तक्बीर पढ्नुपर्छ, दोस्रो सज्दा गर्नुपर्छ र तस्बीह [«سبحانَ ربِّي الأعلى» "सुब्हान रब्बियल्-आला"] भन्नुपर्छ ।

१९ सज्दाबाट उभिनु : सज्दाबाट कयामको लागि उभिंदा "अल्लाहु अक्बर" भन्नुपर्छ। चौथो रकअत पनि त्यसैगरी पढ्नुपर्छ जसरी दोस्रो रकअत पढेका थियौँ। यसमा पनि सूरहतुल्-फातिहा मात्र पढ्नुपर्छ ।

- त्यसपछि तक्बीर (अल्लाहु अक्बर) भन्दै रुकूअमा गएर पहिले झैँ [«سبحانَ ربِّي العظيم» "सुब्हान रब्बियल्-अजीम"] भन्नुपर्छ ।
- त्यसपछि रुकूअबाट सीधा उभिँदै [«سَمِعَ اللهُ لِمَنْ حَمِدَه» "समिअल्लाहु लिमन् हमिदह"] भन्नुपर्छ ।
- त्यसपछि सीधा उभिएर [«رَبَّنَا ولك الحَمْدُ» "रब्बना व लकल् हम्द"] भन्नुपर्छ।
- त्यसपछि तक्बीर (अल्लाहु अक्बर) भन्दै सज्दा गर्नुपर्छ र त्यसमा तस्बीह [«سبحانَ ربِّي الأعلى» "सुब्हान रब्बियल्-आला"] भन्नुपर्छ।
- त्यसपछि तक्बीर (अल्लाहु अक्बर) भन्दै सज्दाबाट शिर उठाइ बसेर [«ربِّ اغفِرْ لي، ربِّ اغفِر لي» "रब्बिग् फिर्ली, रब्बिग् फिर्ली" भन्नुपर्छ।
- त्यसपछि तक्बीर पढ्नुपर्छ, दोस्रो सज्दा गर्नुपर्छ र तस्बीह [«سبحانَ ربِّي الأعلى» "सुब्हान रब्बियल्-आला"] भन्नुपर्छ ।

२० अन्तिम तशह्हुद :

(क) त्यसपछि “अल्लाहु अक्बर” भन्दै सज्दाबाट उठेर तशह्हुदको लागि बस्नुपर्छ।

(ख) यस पटकको तशह्हुदमा “तवर्रुक” गर्नुपर्छ। तवर्रुक भनेको बायाँ नितम्ब (हिप) मा बसेर दायाँ खुट्टालाई कुर्कुच्चो माथि हुनेगरी खडा गर्नु बायाँ खुट्टालाई दायाँ खुट्टाको मुनिबाट बाहिर निकाल्नु हो।

(ग) त्यसपछि “अत्तहिय्यातु लिल्लाहि.....” दुआ पुरै पढ्नुपर्छ। अत्तहिय्यातु पछि दरूदे इब्राहीमी पढ्नुपर्छ, जो यस प्रकार छ :

«اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ، كَمَا صَلَّيْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ، إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ. اللَّهُمَّ بَارِكْ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ، كَمَا بَارَكْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ، إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ»

“अल्लाहुम्म सल्लि अला मुहम्मद, व अला आले मुहम्मद, कमा सल्लैत अला इब्राहीम व अला आले इब्राहीम इन्नक हमीदुम् मजीद, अल्लाहुम्म बारिक अला मुहम्मद, व अला आले मुहम्मद, कमा बारक्त अला इब्राहीम व अला आले इब्राहीम इन्नक हमीदुम् मजीद।”

अर्थः हे अल्लाह ! दया र शान्ति अवतरण गर्नुहोस् मुहम्मदमाथि र उहाँका परिवार तथा सन्तानमाथि, जसरी तपाईंले शान्ति अवतरण गर्नु भएको थियो इब्राहीममाथि, इब्राहीमका परिवार तथा सन्तानमाथि। निःसन्देह तपाईं महिमा र गुणगानको योग्य हुनुहुन्छ। हे अल्लाह ! बरकत (कल्याण) अवतरण गर्नुहोस् मुहम्मदमाथि र उहाँका परिवारमाथि जसरी तपाईले बरकत अवतरण गर्नु भएको थियो इब्राहीममाथि, उहाँका परिवार तथा सन्तानमाथि। निःसन्देह तपाईं महिमा र गुणगानको योग्य हुनुहुन्छ। (बुखारीः ४७९७)

त्यसपछि कुर्आन र सुन्नतबाट प्रमाणित दुआहरूमध्ये आफूलाई याद भएका दुआहरू पढ्नु सुन्नत हो। जस्तै-

«اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِن عَذَابِ جَهَنَّمَ، وَمِنْ عَذَابِ القَبْرِ، وَمِنْ فِتْنَةِ المَحْيَا وَالمَمَاتِ، وَمِنْ شَرِّ فِتْنَةِ المَسِيحِ الدَّجَّالِ».

“अल्लाहुम्म इन्नी अऊजुबि-क मिन् अजाबि जहन्नम, व मिन् अजाबिल् कब्रि, व मिन् फित्नतिल् मह्-या वल्-ममाति, व मिन् फित्नतिल् मसीहिद्-दज्जाल”

त्यसपछि मनले चाहे जति सांसारिक र पारलौकिक भलाइका दुआहरू माग्न सकिन्छ।

२१ सलाम फेर्नु : सलाम फेर्दा- «السلامُ عليكُم ورحمةُ الله» "अस्सलामु अलैकुम व रहमतुल्लाह" भनेर शिरलाई दायाँतिर मोड्नुपर्छ, त्यसपछि «السلامُ عليكُم ورحمةُ الله» "अस्सलामु अलैकुम व रहमतुल्लाह" भनेर शिरलाई बायाँतिर मोड्नुपर्छ। यसरी हाम्रो नमाजको कार्य समाप्त हुन्छ।

२२ सलाम फेरिसकेपछि केही बेर बस्नु सुन्नत हो । सलाम फेरिसकेपछि बसेर तीन पटक "अस्तग्फिरुल्लाह" भन्नुपर्छ । त्यसपछि अल्लाहको रसूल ﷺ द्वारा वर्णित अज्कारहरू पढ्नुपर्छ ।

दुई रकअतवाला नमाज र तीन रकअतवाला नमाज कसरी पढ्ने ?

(क) यदि फज्रको नमाज वा अन्य कुनै दुई रकअतवाला नमाज हो भने दोस्रो रकअतको दुबै सज्दा पश्चात् तशह्हूदको लागि बसेर अत्तहिय्यातु लिल्लाहि..... अन्तिम सम्म, त्यसपछि दरूदे इब्राहीमी अल्लाहुम्म सल्लि अला मुहम्मद..... अन्तिम सम्म पढ्नुपर्छ अनि आफूलाई याद भएका अन्य प्रमाणित दुआहरू पढेर सलाम फेर्नुपर्छ ।

(ख) यदि तीन रकअतवाला नमाज हो, जस्तै- मग्रिबको नमाज; त तेस्रो रकअतको दुई सज्दा पश्चात् तशह्हूदको लागि बसेर अत्तहिय्यातु लिल्लाहि..... अन्तिम सम्म, त्यसपछि दरूदे इब्राहीमी अल्लाहुम्म सल्लि अला मुहम्मद..... अन्तिम सम्म पढ्नुपर्छ अनि आफूलाई याद भएका अन्य प्रमाणित दुआहरू पढेर सलाम फेर्नुपर्छ ।

ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू :

१ इफ्तिराश (एउटा खुट्टोलाई बिछाएर बस्ने) बैठक, बायाँ खुट्टोलाई दुई रकअतवाला नमाजहरू; जस्तै- फज्र, जुमा, दुबै ईदहरू आदिमा जसरी बसिन्छ त्यसरी नै तीन वा चार रकअतवाला नमाजको पहिलो तशह्हूद र दुबै सज्दाको बीचको बैठकमा पनि बसिन्छ ।

२ तवर्रुक वाला (बायाँ नितम्बमा बसेर बायाँ खुट्टोलाई दायाँ पिँडौलाको तलतिर राख्ने) बैठक; तीन वा चार रकअतवाला नमाजको अन्तिम तशह्हूदमा बसिन्छ ।

३ धेरै वजन भएको वा खुट्टामा कुनै समस्या भएको व्यक्तिहरूले यदि उपर्युक्त तरिका अनुसार बस्न सक्दैनन् भने आफ्नो सहजता अनुसार जसरी पनि बसेर नमाज अदा गर्न सक्छन् ।

नमाजलाई भङ्ग (बातिल) गराउने कार्यहरू :

१. सक्षम हुँदा-हुँदै पनि नमाजका सर्तहरूमध्ये कुनै सर्तको पालना नगर्नु ।

२. जानीबुझी नमाजका अर्कान (आधारहरू) मध्ये कुनै आधारलाई छोड्नु ।

३. जानीबुझी नमाजका अनिवार्य (फर्ज) कार्यहरूमध्ये कुनै कार्यलाई छोड्नु ।

४. जानीबुझी अत्याधिक तथा अनावश्यक हलचल गर्नु, कुराकानी गर्नु, आवश्यकता बिना यताउता हिँड्नु ।

५. हाँस्नु र काँकाँ-कुँकुँ गर्नु ।

६. जानीबुझी खानु वा पिउनु ।

नमाजमा कुनै कार्य बिर्सिएमा वा अन्जानमा गल्ती भएमा यसका केही आदेश तथा नियमहरू छन्, जसको बारेमा मुस्लिमहरूलाई जानकारी हुनु जरुरी छ ।

नमाजमा हुनसक्ने अप्रिय (मकरूह) कार्यहरू :

नमाजको हालतमा नमाजीहरूद्वारा केही यस्ता कार्यहरू हुन्छन्, जसले नमाज भङ्ग त हुँदैन तर नमाजको हालतमा यस्ता कार्यहरू गर्नु मकरूह (अप्रिय) मानिन्छ। जस्तै-

१- नमाजमा अनुहारलाई यताउता गराउनु ।

२- आवश्यकता बिना नै शरीरका कुनै अङ्गहरूसँग खेल्नु; जस्तै- औँला पड्काउनु, औँलाहरूलाई आपसमा फसाउनु, इत्यादि।

३- नमाजको ध्यान तथा एकाग्रतालाई अर्कैतिर लैजाने वस्तुहरूतिर फर्केर नमाज पढ्नु।

४- दिसा वा पिसाब लागेको बेलामा त्यसलाई रोकेर नमाज पढ्नु।

५- फर्ज (अनिवार्य) नमाजका पहिला दुई रकअतमा सूरतुल्-फातिहा मात्र पढ्नु।

६- भोक लागेको बेलामा खाना तयार हुँदाहुँदै पनि भोकभोकै नमाज पढ्नु।

७- नमाजमा लगाइएका लुगाहरूलाई मोड्नु वा लपेट्नु।

इत्यादि कार्यहरू मकरूह अर्थात अप्रिय मानिन्छन्।

बिरामी व्यक्तिको नमाज :

सुझबुझ भएको वयस्क मुस्लिमको लागि कुनै पनि हालतमा फर्ज नमाज छोड्न छुट छैन, उसले नमाज पढ्नै पर्छ, तर महिनावारी वा सुत्केरी (हैज वा निफास) को अवस्थामा भएकी महिलाको लागि भने छुट छ ।

तसर्थ उपर्युक्त महिलाका अवस्था बाहेक हरेक अवस्थामा मुस्लिमले फर्ज नमाजलाई पढ्नु अनिवार्य छ ।

त्यसोभए, कुनै मुस्लिम बिरामी छ र उसलाई नमाज पढ्न गाह्रो भइरहेको छ भने के गर्ने त ?

अल्लाहले मानिसलाई उसको शक्ति तथा सामर्थ्यभन्दा बढी काम गर्ने आदेश दिनुभएको छैन, यो उहाँको मानिसहरूमाथि विशेष कृपा पनि हो । यदि कुनै मुस्लिम बिरामी छ र नमाजको लागि उभिन सक्दैन भने उसको उभिएर नमाज पढ्ने जिम्मेदारी स्वतः समाप्त हुन्छ, उसले बसेर नमाज पढ्नुपर्छ । बसेर नमाज पढ्दा आफूले गर्न सक्ने नमाजका सबै रुक्न (आधार) हरूलाई अदा गर्नुपर्छ । जस्तै- रुकूअमा लागि यथासम्भव झुक्नुपर्छ र सज्दामा रुकूअ भन्दा बढी झुक्नुपर्छ । यदि रुकूअ गर्न सक्दैन तर सज्दा गर्न सक्छ वा सज्दा गर्न सक्दैन रुकूअ गर्न सक्छ भने गर्न सक्ने काम गर्नुपर्छ र गर्न नसक्ने कामलाई साङ्केतिक रूपमा गर्नुपर्छ ।

यदि बसेर पनि नमाज पढ्न सक्दैन भने जति सकिन्छ त्यति आफ्नो अनुहारलाई किब्लातिर गरी कोल्टो परेर नमाज पढ्नुपर्छ अनि रुकूअ र सज्दा साङ्केतिक रूपमा गर्नुपर्छ ।

यदि कोल्टो परेर पनि नमाज पढ्न सक्ने स्थिति छैन भने उत्तानो परेर वा जसरी सहज हुन्छ त्यसरी सुतेर नमाज पढ्नुपर्छ । यस अवस्थामा दुबै खुट्टा किब्लातिर फर्काइएको हुनु उत्तम हो । यदि सकिन्छ भने आफ्नो टाउकोलाई अलिकति उठाउनुपर्छ र रुकूअ र सज्दाको लागि साङ्केतिक रूपमा इशारा गर्नुपर्छ ।

यदि इशारा पनि गर्न सक्ने अवस्था छैन भने मनमनै रुकूअ र सज्दाको नियत गर्नुपर्छ ।

बिरामीको नमाजको सिद्धान्त :

वाजिब (अनिवार्य) कार्यहरूमध्ये जो गर्न सक्छ त्यो गर्नुपर्छ अनि जो कार्यहरू गर्न सक्दैन, ती सबै माफ छन् ।

यात्रुको नमाज :

इस्लाम सरल र सजिलो धर्म हो, यसको एउटा प्रमाण यात्रुको नमाजमा पाउन सकिन्छ । यात्रुको लागि नमाजमा सहजता प्रदान गरिएको छ । त्यसैले यात्रुले ४ रकअतवाला नमाजलाई कस्र (कम) गरेर दुई रकअत पढ्नु जायज छ । चार रकअतवाला नमाजहरू जस्तै- जोहर, अस्र र इशा ।

महिलाको नमाज सम्बन्धी केही विशेष कुराहरू :

महिला र पुरुषको नमाजको तरिका एउटै छ तर अनिवार्यताको सम्बन्धमा महिलाहरूका लागि केही कुराहरू फरक छन् । जस्तै :

- महिनावारी र सुत्केरी (हैज र निफास) को अवधिमा महिलाको लागि नमाज माफ छ, अनि यस अवधिमा छुटेका नमाजहरू पवित्र भइसकेपछि पुनः पढ्नु पर्दैन ।
- महिलाको लागि जुमा (शुक्रवार) को नमाजमा उपस्थित हुनु अनिवार्य छैन ।
- महिलाको लागि फर्ज (अनिवार्य) नमाजहरू जमातको साथमा पढ्नु अनिवार्य छैन ।
- महिलाले नमाज पढ्ने बेलामा अनुहार र दुबै हत्केलाहरू बाहेक शरीरका अन्य सबै भागहरू पर्दा गर्नु अनिवार्य छ ।

समाप्ति :

अन्तमा हामी सर्वोच्चको मालिक अल्लाहसँग प्रार्थना गर्छौं, हे अल्लाह! हामीलाई र हाम्रा सम्पूर्ण मुस्लिम दाजुभाइ तथा दिदी बहिनीहरूलाई इस्लामको यस महत्त्वपूर्ण आधार नमाजलाई त्यसैगरी पढ्ने क्षमता प्रदान गर्नुहोस्, जसरी हामीले पढ्दा तपाईं प्रसन्न हुनुहुन्छ । अनि हामीले त्यही दुआ गर्छौं जो अल्लाहको प्यारो नबी तथा खलिल इब्राहीम अलैहिस्सलामले गर्नुभएको थियो । त्यो हो-

﴿رَبِّ ٱجۡعَلۡنِي مُقِيمَ ٱلصَّلَوٰةِ وَمِن ذُرِّيَّتِيۚ رَبَّنَا وَتَقَبَّلۡ دُعَآءِ﴾ [إبراهيم:40].

हे मेरो प्रतिपालक (रब) ! मलाई र मेरा सन्तानलाई नमाज कायम गर्नेवाला बनाउनुहोस्, र हे हाम्रो प्रतिपालक ! हाम्रो दुआ स्वीकार गर्नुहोस् । (सूरह इब्राहीम : १४/ ४०)

अल्लाह अधिक जानकार हुनुहुन्छ, दरूद, सलाम र बरकत होस् अल्लाहको प्यारो भक्त तथा अन्तिम नबी मुहम्मद ﷺ माथि ।

मूल्याङ्कन प्रश्नहरू

१ सही (√) वा गलत (X) चिन्ह लगाउनुहोस् :

☐ नमाज; भक्त र उसको पालन कर्ता बीचको सम्बन्ध हो, जसमा भक्त अल्लाहको समक्ष सम्मान र श्रद्धाको साथ उभिएको हुन्छ।

☐ विनम्रता (खुशूअ) मा कमी भयो भने नमाजको प्रतिफलमा कमी हुन्छ।

☐ नमाज प्रत्येक मुस्लिममाथि अनिवार्य छ, चाहे ऊ गल्ती तथा पापकर्महरूद्वारा आफूले आफैमाथि अत्याचार गर्नेवाला किन नहोस्।

☐ किब्लातिर अनुहार गर्नु भनेको मक्कामा अवस्थित काबातिर अनुहार गर्नु।

☐ नियत नगरिकन पनि मुस्लिम व्यक्तिको नमाज हुन्छ।

☐ सूरतुल्-फातिहा पढ्न जानेको व्यक्तिको लागि, सूरतुल्-फातिहा पढ्नु नमाजको रुक्न (आधार) हो। त्यसैले यस्तो व्यक्तिको नमाज सूरतुल्-फातिहा नपढिकन सही हुँदैन।

☐ सही सुझबुझ भएको वयस्क मुस्लिम व्यक्तिको लागि फर्ज नमाज कुनै पनि हालतमा माफ (छोड्न छुट) छैन, तर महिनावारी र सुत्केरीको अवस्थामा भएका मुस्लिम महिलाहरूका लागि माफ छ।

☐ यात्रुको लागि चार रकअत वाला नमाज कस्र गरेर दुई रकअत पढ्नु जायज छ।

- [ ] जुमाको नमाज र जमातको साथ नमाज पढ्नु महिलाको लागि अनिवार्य छैन।
- [ ] यदि कसैले उभिएर नमाज पढ्न सक्दैन भने बसेर पढ्न सक्छ।
- [ ] नमाजमा अनुहार यताउता फर्काउनु जायज छ।
- [ ] नमाजमा कुराकानी गर्नु जायज छ।
- [ ] कसैले किब्लातिर अनुहार नगरी अन्य कुनै दिशातिर अनुहार गरेर नमाज पढ्यो, जबकि उसले कसैसँग सोधपुछ गरेर किब्लाको बारेमा सही जानकारी हासिल गर्न सक्थ्यो। तैपनि त्यस्तो व्यक्तिको नमाज सही हुन्छ।
- [ ] कसैले नमाजमा सज्दा गर्दा दुबै खुट्टाका औँलाहरूलाई जमिनभन्दा माथि उठायो भने उसको सज्दा मान्य हुँदैन।

मूल्याङ्कन प्रश्नहरू

२ कसैले आफ्नो नमाजको पहिलो रकअतमा दुईवटा सज्दाहरू मध्ये एउटा सज्दा बिर्सियो, त्यसपछि उसलाई दोस्रो रकअमा सज्दा बिर्सेको याद आयो; त के उसले बिर्सेको कारण पहिलो रकअत एक सज्दाको साथ मान्य हुन्छ ?

☐ मान्य हुन्छ ☐ मान्य हुँदैन

३ सही उत्तर चुन्नुहोस् :

१- मुस्लिमहरूमाथि दिन र रातमा गरी कति वटा नमाजहरू फर्ज (अनिवार्य) छन् ?

☐ सात ☐ पाँच ☐ दश

२- नमाज सही हुने सर्तहरू के-के हुन् :

☐ पवित्रता (तहारत) ☐ नियत

☐ किब्लातिर अनुहार गर्नु ☐ उपर्युक्त सबै कुराहरू

३- रुकूअको दुआ

☐ सुब्हान रब्बियल्-आला

☐ सुब्हान रब्बियल्-अजीम

☐ अल्हम्दु-लिल्लाहि रब्बिल्-आलमीन

४- पहिलो तशह्हूदबाट उभिएपछि के पढ्नुपर्छ ?

- [ ] तक्बीर (अल्लाहु अक्बर) भन्दै उठ्नुपर्छ अनि उभिएपछि सूरतुल्-फातिहा पढ्नुपर्छ र त्यसपछि रुकूअ गर्नुपर्छ ।
- [ ] तक्बीर (अल्लाहु अक्बर) भन्नुपर्छ र सज्दा गर्नुपर्छ ।

५- कसैले दिसा पिसाबले च्यापेको बेला पनि नमाज पढ्यो भने उसको नमाज के हुन्छ ?

- [ ] मकरूह (अप्रिय) मानिन्छ ।
- [ ] हराम (अवैध) हुन्छ ।
- [ ] जायज (सही) हुन्छ ।

मूल्याङ्कन प्रश्नहरू

४ निम्नलिखित भनाइहरूलाई पुरा गर्नुहोस् :

१- कलिमा शहादत पछिको सबैभन्दा उत्तम उपासना .... हो।

२- मग्रिबको नमाजमा .... रकअत हुन्छन्, जबकि जुहरको नमाजमा ....रकअत हुन्छन्।

३- नमाजको सुरुवात हामीले तक्बीरद्वारा गर्छौं भने यसको समाप्ति .... द्वारा गर्छौं।

४- महिलाले नमाज पढ्ने बेलामा .... र .... बाहेक शरीरका अन्य सबै भागहरू ढाक्नुपर्छ।

५ नमाजका तीन फजिलत (फाइदाहरू) बयान गर्नुहोस्।

....

....

....

६ नमाज कायम गर्ने (पढ्ने) महत्त्वको बारेमा कुनै प्रमाण प्रस्तुत गर्नुहोस्।

....

....

....

७ अन्तिम तशह्हूदको दुआ के हो ?

....

....

....

८ दुई सज्दाको बीचमा पढिने प्रमाणित दुआ के हो ?

....

९ सज्दाको प्रमाणित दुआ के हो ?

....

१० नमाजमा विनम्रता प्राप्त गर्ने कुनै चारवटा माध्यमहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

....

....

....

११ चार रकअतवाला अनिवार्य (फर्ज) नमाजहरू कुन-कुन हुन् ?

....

१२ यदि कुनै व्यक्तिले कुर्सी बाहेक अन्य कुनै चीजमा बसेर नमाज पढ्न सक्दैन भने के कुर्सीमा बसेर पढेमा उसको नमाज सही हुन्छ ?

....

१३ यदि कसैले जानीबुझी पहिलो तशह्हुद छोड्यो भने उसको नमाज के हुन्छ ?

....

नमाज एउटा महत्त्वपूर्ण उपासना :

नमाज त्यस्तो कार्य तथा उपासना हो, जसलाई मुस्लिमहरूले दिन र रातमा पाँच पटक अनिवार्य कर्तव्यको रूपमा अदा गर्छन् । तिनीहरूले यसलाई तबसम्म छोड्दैनन्, जबसम्म तिनीहरूसँग विवेक, योग्यता र क्षमता बाँकी रहन्छ, यसका लागि तिनीहरूले मिठो निद्रा र व्यस्त काम पनि त्याग्छन् । यो आमाको न्यानो मायाले भरिएको अंगालो जस्तै छ, जसमा कुनै पनि कुराले डराएको बेलामा एउटा सानो बच्चा शरण लिन पुग्छ । प्रत्येक मुस्लिम व्यक्ति तौहीद (एकेश्वरवाद) पछि यसलाई सिक्न र सिकाउन सबैभन्दा बढी उत्सुक हुनुपर्छ । यस पुस्तिकामा नमाजको पहिलो तक्बीर (अल्लाहु अक्बर) देखि तस्लिम (सलाम) सम्म विस्तार पूर्वक सजिलो शैलीमा व्याख्या गरिएको छ ।

तपाईं बारकोड स्क्यान गरेर नमाज कसरी पढ्ने भन्ने भिडियो पनि हेर्न सक्नुहुन्छ ।

ربَّنا ولكَ الحمدُ
حمدًا كثيرًا طيِّبًا مُبارَكًا فيه
4:25 / 13:42

مركز أصول
OsoulCenter
www.osoulcenter.com

CHAT & DECIDE

विभिन्न भाषाहरूमा इस्लामको
बारेमा छलफल गर्नुहोस्

GUIDE TO ISLAM

इस्लामको बारेमा अधिक
जानकारीको लागि

नमाज त्यस्तो कार्य तथा उपासना हो, जसलाई मुस्लिमहरूले दिन र रातमा पाँच पटक अनिवार्य कर्तव्यको रूपमा अदा गर्छन् । तिनीहरूले यसलाई तबसम्म छोड्दैनन्, जबसम्म तिनीहरूसँग विवेक, योग्यता र क्षमता बाँकी रहन्छ, यसका लागि तिनीहरूले मिठो निद्रा र व्यस्त काम पनि त्याग्छन् । यो आमाको न्यानो मायाले भरिएको अंगालो जस्तै छ, जसमा कुनै पनि कुराले डराएको बेलामा एउटा सानो बच्चा शरण लिन पुग्छ । प्रत्येक मुस्लिम व्यक्ति तौहीद (एकेश्वरवाद) पछि यसलाई सिक्न र सिकाउन सबैभन्दा बढी उत्सुक हुनुपर्छ । यस पुस्तिकामा नमाजको पहिलो तक्बीर (अल्लाहु अक्बर) देखि तस्लिम (सलाम) सम्म विस्तार पूर्वक सजिलो शैलीमा व्याख्या गरिएको छ । साथै तपाईं बारकोड स्क्यान गरेर नमाज कसरी पढ्ने भन्ने भिडियो पनि हेर्न सक्नुहुन्छ ।

osoulcenter

www.osoulcontent.org.sa

उसूल स्टोर (Osoulstore) मार्फत यो पुस्तक र अन्य पुस्तकहरू डाउनलोड गर्नको लागि :

osoulstore.com