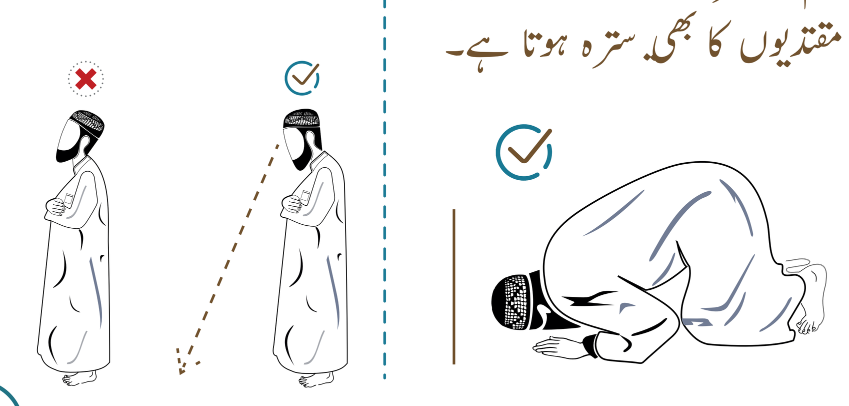
نمازِ نبوی ﷺ کا طریقہ 1

1

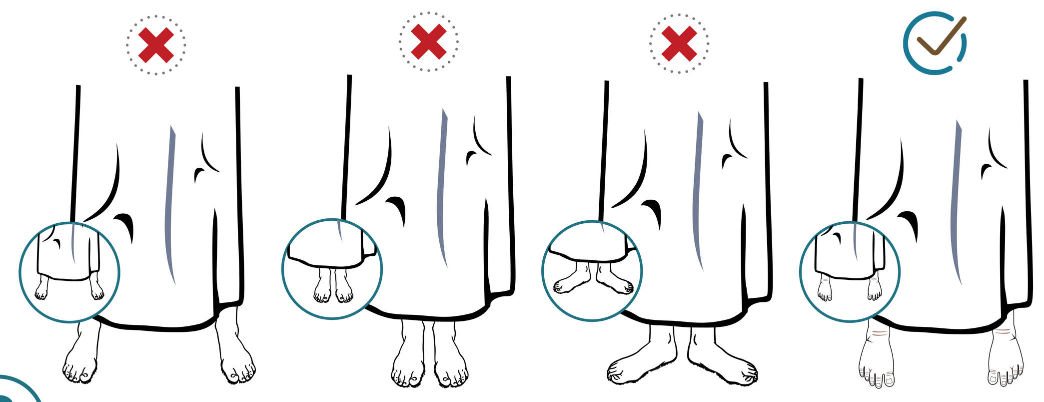
امام اور منفرد کا سترے کی طرف نماز پڑھنا سنت ہے، اور امام کا سترہ اس کے پیچھے کھڑے مقتدیوں کا بھی سترہ ہوتا ہے۔

اور اپنی نظر سجدہ والی جگہ پر رکھے، اور ادھر ادھر نہ دیکھے۔



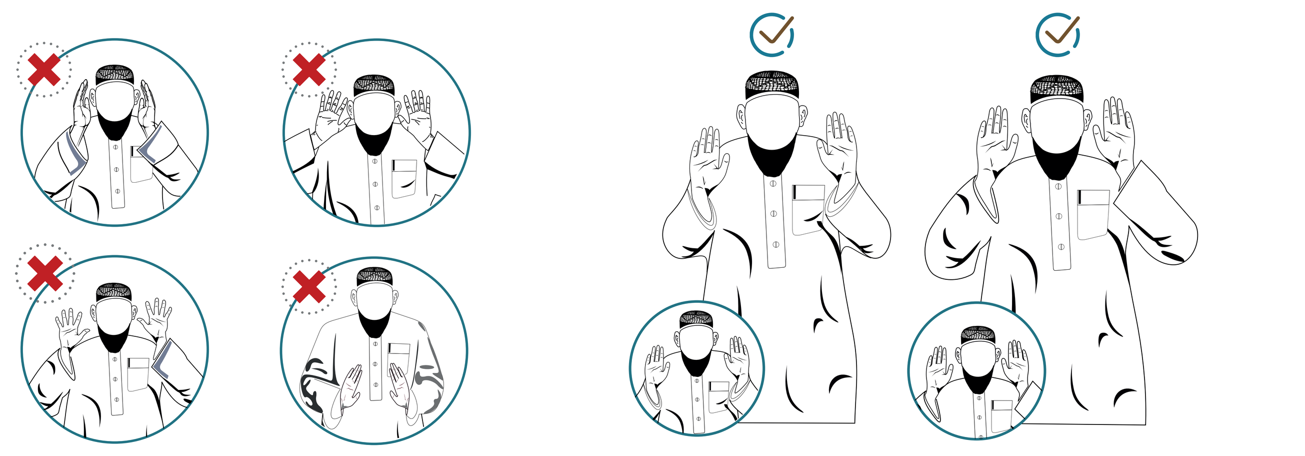
2

اور اپنے پیروں کے درمیان فاصلہ رکھے جتنا کندھوں کے بیچ ہوتا ہے، نہ کم رکھے نہ زیادہ، اور اس کے باہری حصے کو برابر رکھے۔



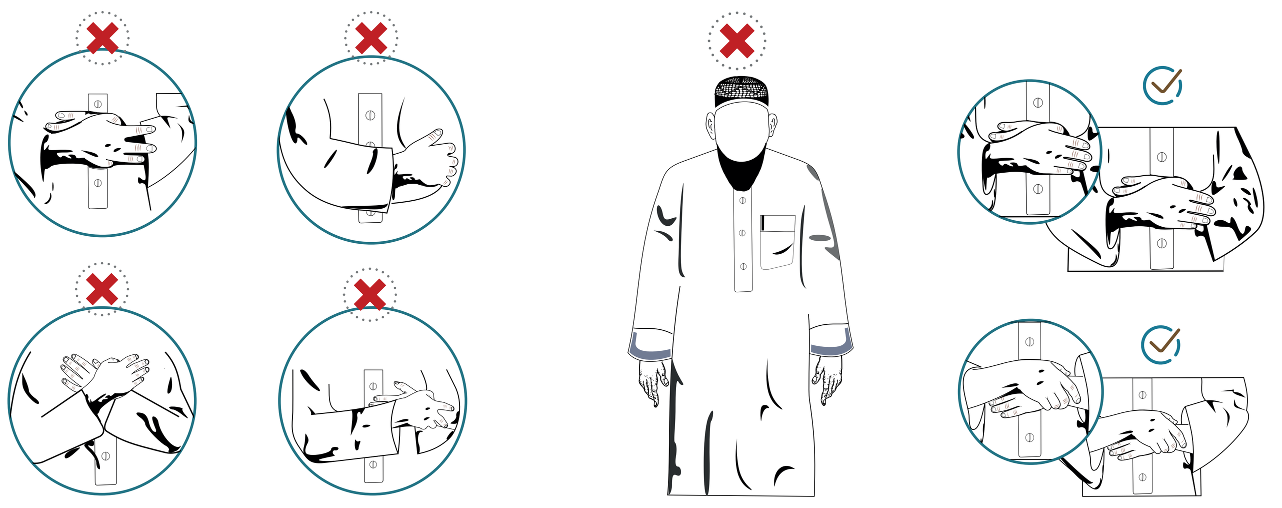
3

- نماز کی شرائط پوری کرکے دونوں ہاتھ کانوں یا کندھوں تک اٹھا کر « اللّهُ أكبرُ » کہے، اس حال میں کہ انگلیاں آپس میں ملی ہوئی ہوں اور ہتھیلیوں کا نچلا حصہ قبلہ کی طرف ہو۔



4

پھر اپنی داہنی ہتھیلی کے باطنی حصے کو بائیں ہتھیلی، کلائی اور بازو کے ظاہری حصے پر رکھے، اور ایسا کرکے ہاتھ کو سینے پر رکھے یا اس کو پکڑ کے رکھے



5

- پھر اس کے لئے دعائے استفتاح پڑھنا مستحب ہے صرف پہلی رکعت میں، اور افضل یہ ہے کہ دعائے استفتاح کے متعلق وارد دعاؤں کے درمیان تنوع لائے، پس وہ کہے : سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ وبِحَمْدِكَ وتَبَارَكَ اسْمُكَ، وتَعَالَى جَدُّكَ، ولا إلهَ غَيْرُكَ.

پھر شرعی نصوص کے مطابق پناہ طلب کرے، یعنی « أعوذُ باللّهِ مِنَ الشيطانِ الرجيمِ » کہے۔

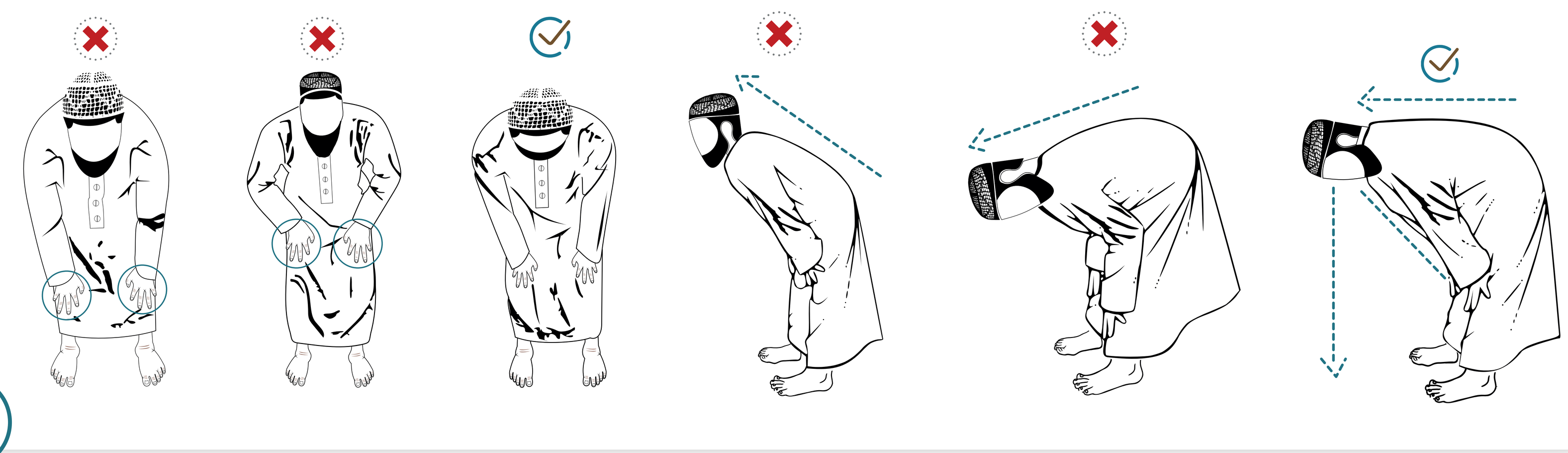
- پھر بسم اللہ پڑھے اور سورہ فاتحہ کو اس کی آیات، الفاظ، حروف اور حرکات کی ترتیب کے ساتھ پڑھے :

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ ﴿١﴾ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ﴿٢﴾ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ ﴿٣﴾ مَالِكِ يَوْمِ الدِّينِ ﴿٤﴾ إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ ﴿٥﴾ اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ ﴿٦﴾ صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ ﴿٧﴾

- پھر قرآن سے جو آسان لگے اسے مستحب سمجھ کر بغیر تعوذ کے پڑھے، اور بسم اللہ صرف شروع سورتوں میں پڑھے۔

6

پھر اپنے ہاتھوں کو « اللّهُ أكبرُ » کہتے ہوئے اٹھائے جیسے تکبیر تحریمہ میں اٹھایا تھا، پھر ہتھیلیاں اپنے گھٹنوں پر پکڑ کر رکھے اور کہنیوں کو نہ موڑے، اور پیٹھ اپنے سر کے برابر رکھے، اور ایک بار « سبحان ربي العظيم » ضرور کہے اور ایک بار سے زائد کہنا مستحب ہے جیسا کہ حدیث میں وارد ہے۔



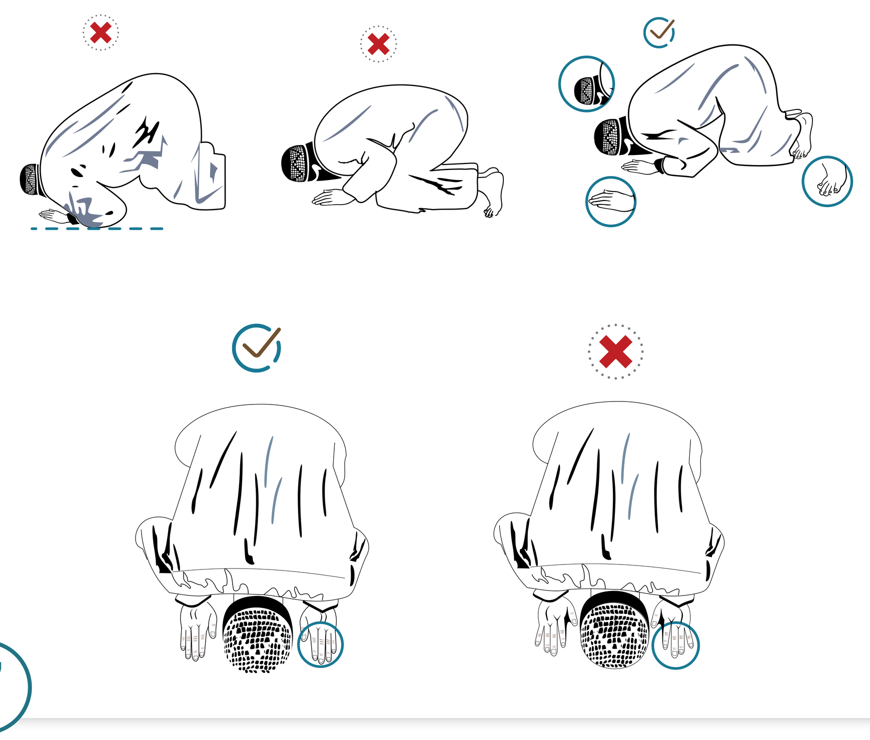
7

- پھر رکوع سے اٹھتے وقت اور برابر کھڑا ہونے سے پہلے دونوں ہاتھوں کو کان یا کندھے کے برابر اٹھائے ہوئے « سمع اللّه لمن حمده » کہے اور ایک بار سے زائد کہنا مستحب ہے۔

- پھر جب برابر کھڑا ہو جائے تو « ربنا ولك الحمد » کہے، اور ایک بار سے زائد کہنا مستحب ہے جیسا کہ حدیث میں آیا ہے۔

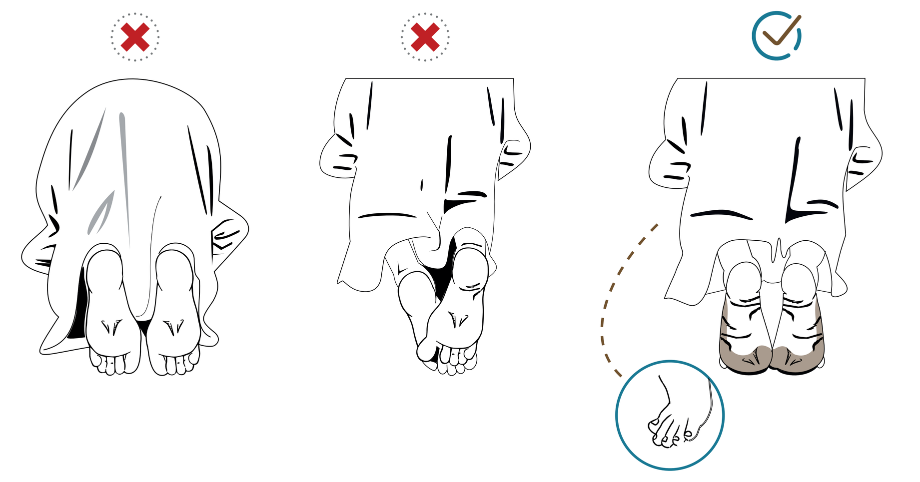
- پھر بغیر ہاتھوں کو اٹھائے تکبیر کہے اور سات اعضاء (پیشانی، ناک، ہتھیلیوں کے نچلے حصے، دونوں گھٹنے، پاؤں کی انگلیوں کے نچلے حصے) پر سجدہ کرے۔

اور دونوں بغلوں کے بیچ، پیٹ اور ران کے بیچ، ران اور پنڈلی کے بیچ دوری رکھے، اور اپنے بازوؤں کو زمین سے اٹھا کر رکھے۔



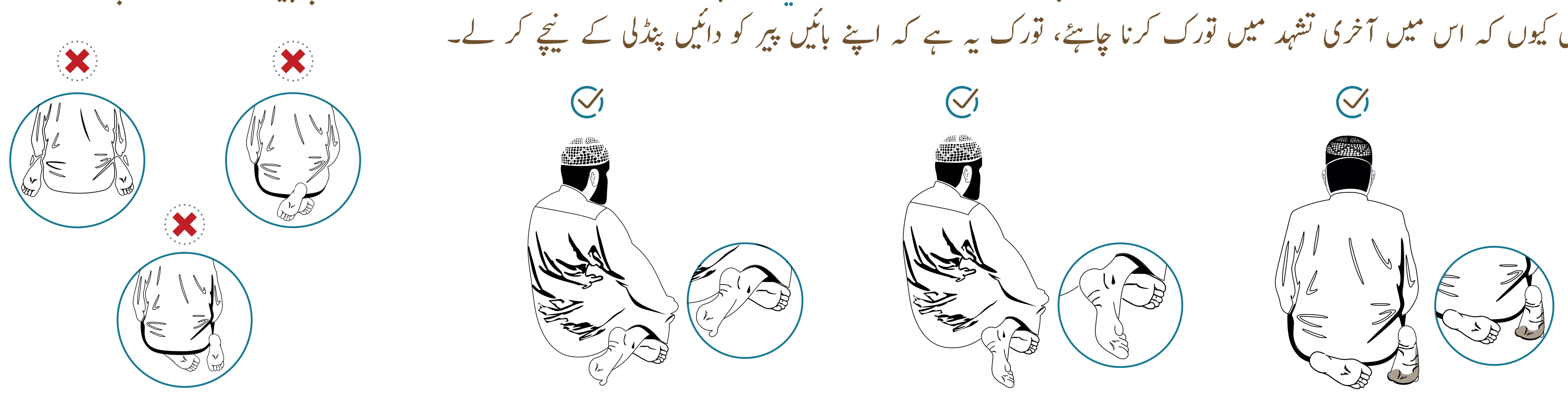
8

- اور ایک « سبحان ربي الأعلى » لازمی طور سے کہے، اور اس سے زائد کہنا مستحب ہےاور دعا کرے جو اسے پسند ہو، لیکن افضل یہ ہے کہ ماثورہ دعاؤں کے ذریعہ دعا کرے۔



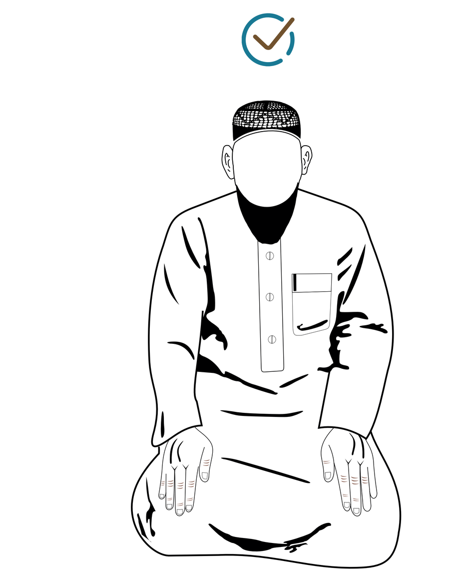
9

- پھر اللہ اکبر کہے اور اپنے بائیں پیر کو بچھا کر اس پر بیٹھ جائے، اور دائیں پیر کو کھڑا رکھے اس طریقے سے کہ انگلیوں کا نچلا حصہ زمین پر ہو اور انگلیاں قبلہ کی طرف ہوں، اور ہتھیلیوں کے اندرونی حصے کو ران کے آخری سرے پر رکھے اور « رب اغفر لي » کہے، اس طرح نماز کے ہر جلسہ میں بیٹھنا چاہیے سوائے تین یا چار رکعت والی نماز میں کیوں کہ اس میں آخری تشہد میں تورک کرنا چاہیے، تورک یہ ہے کہ اپنے بائیں پیر کو دائیں پنڈلی کے نیچے کر لے۔



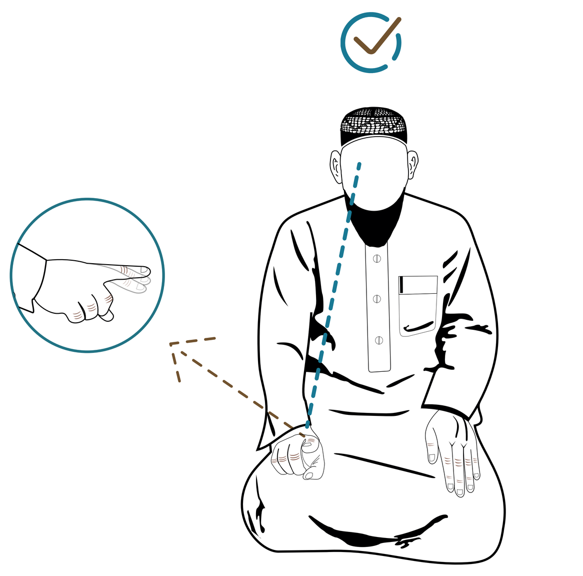
10

- پھر اللہ اکبر کہے اور پہلے سجدہ کی طرح سجدہ کرے، پھر اللہ اکبر کہے اور دوسری رکعت کے لئے کھڑا ہوجائے اور اس میں وہی کرے جو پہلی رکعت میں کیا تھا سوائے اس کے کہ دوسری رکعت میں نہ تکبیر تحریمہ ہے اور نہ دعائے استفتاح۔



- پھر جب دوسری رکعت کے سجدے کر لے تو تشہد کے لئے بیٹھ جائے۔

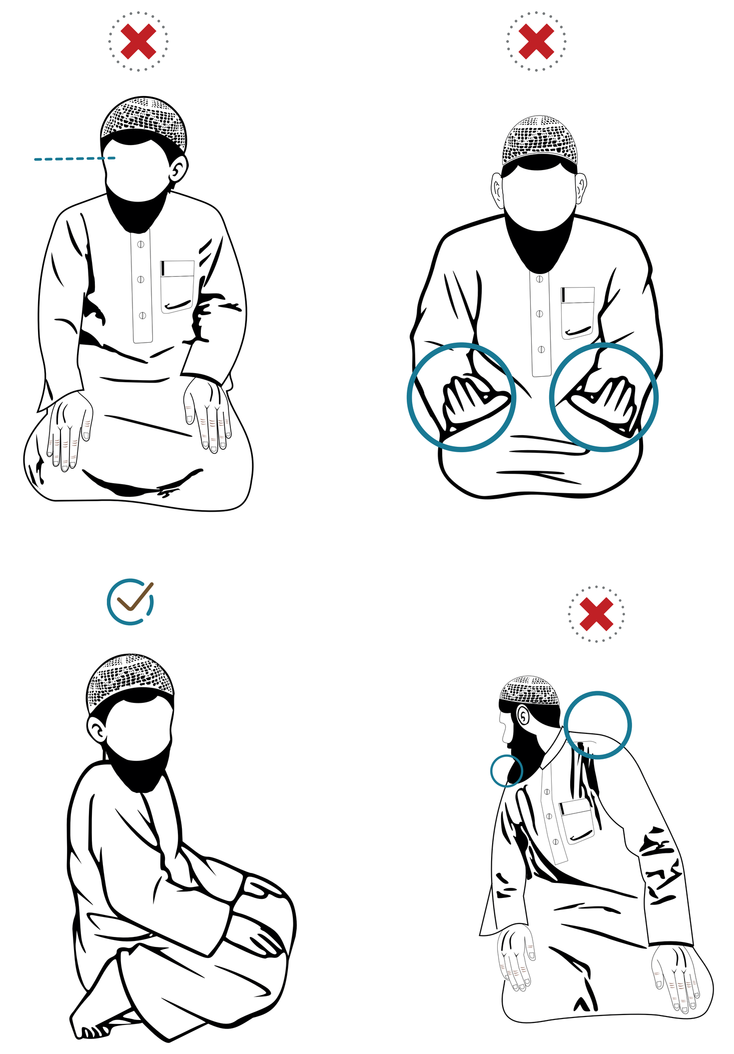
- اور اپنی شہادت کی انگلی سے اشارہ کرے، اور درمیانی انگلی اور انگوٹھے کا حلقہ بنا لے، اس کو حرکت دے اور دعا کرے۔



- پھر تشہد پڑھے اس کے بعد درودِ ابراہیمی : « التحيات للّه، والصلوات والطيبات، السلام عليك أيها النبي ورحمة اللّه وبركاته، السلام علينا وعلى عباد اللّه الصالحين، أشهد أن لا إله إلا اللّه، وأشهد أن محمدًا عبده ورسوله ، اللهم صل على محمد وعلى آل محمد، كما صليت على إبراهيم وعلى آل إبراهيم؛ إنك حميد مجيد، اللهم بارك على محمد وعلى آل محمد كما باركت على إبراهيم وعلى آل إبراهيم ؛ إنك حميد مجيد.

- پھر چار چیزوں سے اللہ کی پناہ طلب کرے : « اللهم إني أعوذ بك من عذاب جهنم ، وأعوذ بك من عذاب القبر ، وأعوذ بك من فتنة الدجال ، وأعوذ بك من فتنة المحيا والممات » ، اور دعا کرے جو اسے پسند ہو، اور افضل یہ ہے کہ احادیث میں وارد دعاؤں کے ساتھ کرے، اس دعا کے ساتھ : « اللهم أعنّي على ذكرك وشكرك وحسن عبادتك ».

- پھر « السلام عليكم ورحمة اللّه » کہتے ہوئے پہلے دائیں طرف پھر بائیں طرف سلام پھیرے، اور سلام پھیرتے وقت صرف سر کو گھمائے (بغیر کندھے کے، بغیر سر کو اوپر نیچے حرکت دئے، اور بغیر ہاتھ سے اشارہ کئے)۔



تیار کردہ : ڈاکٹر ہیثم سرحان، آپ مسجد نبوی کے استاد اور « معهد السنة : mahadsunnah.com » کے نگراں ہیں۔

حقوقِ طباعت، نشر و اشاعت اور تقسیم دستیاب ھیں ۔ ترجمہ کے لئے sarhaan.com یا پھر بارکوڈ کو اسکین کریں