Quran Plus School

# How to Pray

## Hanbali

نماز کا طریقہ — حنبلی

وَأَقِيمُوا الصَّلٰوةَ

Qur'an 2:43

Step by step for children and beginners — what to do, what to say and what it means.

Step by step | Arabic | Roman | English | اردو

This guide belongs to:

Open online

All five schools · chart

# How to Pray — Hanbali نماز کا طریقہ — حنبلی

## About this school

## اس فقہ کا تعارف

Named after Imam Ahmad ibn Hanbal (164–241 AH) of Baghdad. Followed mostly in Saudi Arabia, Qatar and other parts of the Arabian Peninsula.

امام احمد بن حنبلؒ (164–241ھ، بغداد) سے منسوب۔ زیادہ تر سعودی عرب، قطر اور جزیرہ نمائے عرب کے دیگر حصوں میں رائج ہے۔

## Before you pray

## نماز سے پہلے

- Make wudu (ablution).
  وضو کریں۔
- Body, clothes and place of prayer should be clean.
  جسم، کپڑے اور نماز کی جگہ پاک ہو۔
- Cover the body properly (for girls and women, all except the face and hands).
  جسم اچھی طرح ڈھانپیں (لڑکیاں اور خواتین چہرے اور ہاتھوں کے سوا پورا جسم)۔
- Pray within the time of the prayer, facing the qibla.
  نماز اس کے وقت میں، قبلہ رخ ہو کر پڑھیں۔

## Rakʿat of the five daily prayers

## پانچ نمازوں کی رکعتیں

| Fajr فجر | Zuhr ظہر | Asr عصر | Maghrib مغرب | Isha عشاء | Witr وتر |
|---|---|---|---|---|---|
| 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 1–11 rakʿat, usually 3 (2 + 1) — sunnah |
| fard · aloud in the first two | fard · quietly | fard · quietly | fard · aloud in the first two | fard · aloud in the first two | |
| فرض · پہلی دو میں بلند آواز سے | فرض · آہستہ | فرض · آہستہ | فرض · پہلی دو میں بلند آواز سے | فرض · پہلی دو میں بلند آواز سے | ایک سے گیارہ رکعت، عموماً تین (دو + ایک) — سنت |

### How to use this guide

- The steps show a complete prayer. In a 2-rakʿah prayer such as Fajr, the sitting after the 2nd rakʿah is the last sitting — go straight to "Last sitting".
- ◆ marks a step where the schools differ. The free comparison chart shows all five side by side.
- The Arabic is the real text; the pronunciation line is only a help. Learn the correct pronunciation from a teacher.
- Learn the actions first, then add the words one by one. Practise with a grown-up.

### یہ رہنما کیسے استعمال کریں

- اقدام پوری نماز دکھاتے ہیں۔ دو رکعت والی نماز (جیسے فجر) میں دوسری رکعت کے بعد والا قعدہ ہی آخری قعدہ ہے — سیدھا «قعدۂ اخیرہ» پر جائیں۔
- ◆ کا نشان بتاتا ہے کہ اس قدم میں مسالک کا فرق ہے۔ مفت موازنہ چارٹ میں پانچوں ایک ساتھ دیکھیں۔
- اصل متن عربی ہے؛ تلفظ کی سطر صرف مدد کے لیے ہے۔ صحیح تلفظ کسی استاد سے سیکھیں۔
- پہلے حرکات سیکھیں، پھر ایک ایک کر کے الفاظ یاد کریں۔ کسی بڑے کے ساتھ مشق کریں۔

Free to print and share for personal & classroom use · © 2026 Quran Plus School

# How to Pray — Hanbali نماز کا طریقہ — حنبلی

### A note of respect

All five ways of praying come from the Qur'an and the Sunnah as each school understood them. This is a simple guide for children and beginners, as commonly taught in each school — follow your own school and learn the details from a qualified teacher.

### احترام کی بات

نماز کے یہ پانچوں طریقے قرآن و سنت ہی سے ماخوذ ہیں، ہر مکتبِ فکر نے دلائل کو اپنے فہم کے مطابق لیا ہے۔ یہ بچوں اور نئے سیکھنے والوں کے لیے ایک آسان رہنما ہے، جیسا کہ ہر مکتب میں عام طور پر سکھایا جاتا ہے — اپنے مسلک پر عمل کریں اور تفصیل کسی مستند عالم یا استاد سے سیکھیں۔

### For girls and women

Girls and women keep their arms close to the body and their posture compact in ruku' and sajdah.

### لڑکیوں اور خواتین کے لیے

لڑکیاں اور خواتین رکوع اور سجدے میں بازو جسم سے ملا کر اور سمٹ کر رہیں۔

## 1 Intention — نیت

Stand facing the qibla and make the intention in your heart for the prayer you are about to pray (for example, the 2 rak'at fard of Fajr).

قبلہ رخ کھڑے ہوں اور دل میں اس نماز کی نیت کریں جو آپ پڑھنے لگے ہیں (مثلاً فجر کی دو رکعت فرض)۔

## 2 Opening takbir ◆ Schools differ — تکبیرِ تحریمہ

Raise both hands to the shoulders and say "Allāhu akbar".

دونوں ہاتھ کندھوں تک اٹھائیں اور «اللہ اکبر» کہیں۔

**TAKBIR** تکبیر

اَللّٰهُ أَكْبَرُ

*Allāhu akbar*

**MEANING** Allah is the Greatest.

ترجمہ: اللہ سب سے بڑا ہے۔

## 3 Folding the hands ◆ Schools differ — ہاتھ باندھنا

Place the right hand over the left wrist, below the navel.

دایاں ہاتھ بائیں کلائی پر رکھ کر ناف کے نیچے باندھیں۔

# How to Pray — Hanbali نماز کا طریقہ — حنبلی

## 4 Opening praise ثنا

Quietly recite:

آہستہ سے پڑھیں:

**THANA — OPENING PRAISE** ثنا

📖 Sunan Abi Dawud 775 · Jami' at-Tirmidhi 242

سُبْحَانَکَ اللّٰهُمَّ وَبِحَمْدِکَ وَتَبَارَکَ اسْمُکَ وَتَعَالٰی جَدُّکَ وَلَا اِلٰهَ غَیْرُکَ

*Subḥānakallāhumma wa biḥamdika wa tabārakasmuka wa ta'ālā jadduka wa lā ilāha ghayruk*

**MEANING** Glory be to You, O Allah, and all praise is Yours; blessed is Your name, high is Your majesty, and there is no god but You.

ترجمہ: اے اللہ! تو پاک ہے اور تیری ہی تعریف ہے، تیرا نام برکت والا ہے، تیری شان بلند ہے، اور تیرے سوا کوئی معبود نہیں۔

## 5 Ta'awwudh and Bismillah تعوذ اور تسمیہ

Quietly say:

آہستہ سے پڑھیں:

**TA'AWWUDH** تعوذ

📖 Qur'an 16:98

اَعُوْذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّیْطٰنِ الرَّجِیْمِ

*A'ūdhu billāhi minash-shayṭānir-rajīm*

**MEANING** I seek refuge in Allah from Shaytan, the rejected.

ترجمہ: میں شیطان مردود سے اللہ کی پناہ مانگتا ہوں۔

**BISMILLAH** تسمیہ

📖 Qur'an 1:1

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

*Bismillāhir-raḥmānir-raḥīm*

**MEANING** In the name of Allah, the Most Gracious, the Most Merciful.

ترجمہ: اللہ کے نام سے جو نہایت مہربان، بہت رحم کرنے والا ہے۔

### Practise with a grown-up کسی بڑے کے ساتھ مشق

Pray two rak'at slowly while a parent or teacher watches. Colour a box each day. امی ابو یا استاد کے سامنے آہستہ آہستہ دو رکعت پڑھیں۔ ہر دن ایک خانہ رنگ دیں۔

| Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat | Sun |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | |

Free to print and share for personal & classroom use · © 2026 Quran Plus School



quranplusschool.com · WhatsApp +92 317 0924964
Book a FREE trial class

# How to Pray — Hanbali نماز کا طریقہ — حنبلی

## 6 Al-Fatiha and Ameen ◆ Schools differ — الفاتحہ اور آمین

Recite al-Fatiha and say "Āmīn" — aloud in the loud prayers. Behind the imam, recite al-Fatiha in the quiet prayers and listen in the loud ones.

الفاتحہ پڑھیں اور «آمین» کہیں — جہری نمازوں میں بلند آواز سے۔ امام کے پیچھے سِرّی نمازوں میں الفاتحہ پڑھیں اور جہری نمازوں میں سنیں۔

**SURAH AL-FATIHA** سورۃ الفاتحہ — 📖 Qur'an 1:2–7

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِيْنَ ۝ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ ۝ مٰلِكِ يَوْمِ الدِّيْنِ ۝ اِيَّاكَ نَعْبُدُ وَاِيَّاكَ نَسْتَعِيْنُ ۝ اِهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيْمَ ۝ صِرَاطَ الَّذِيْنَ اَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ ۝ غَيْرِ الْمَغْضُوْبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّآلِّيْنَ

*Al-ḥamdu lillāhi rabbil-ʿālamīn. Ar-raḥmānir-raḥīm. Māliki yawmid-dīn. Iyyāka naʿbudu wa iyyāka nastaʿīn. Ihdinaṣ-ṣirāṭal-mustaqīm. Ṣirāṭal-ladhīna anʿamta ʿalayhim, ghayril-maghḍūbi ʿalayhim wa laḍ-ḍāllīn*

**MEANING** All praise is for Allah, Lord of all the worlds, the Most Gracious, the Most Merciful, Master of the Day of Judgement. You alone we worship and You alone we ask for help. Guide us to the straight path — the path of those You have blessed, not of those who earned anger, nor of those who went astray.

ترجمہ: سب تعریفیں اللہ کے لیے ہیں جو تمام جہانوں کا رب ہے، نہایت مہربان، بہت رحم کرنے والا، روزِ جزا کا مالک۔ ہم تیری ہی عبادت کرتے ہیں اور تجھ ہی سے مدد مانگتے ہیں۔ ہمیں سیدھا راستہ دکھا، ان لوگوں کا راستہ جن پر تو نے انعام کیا، نہ ان کا جن پر غضب ہوا اور نہ گمراہوں کا۔

**AMEEN** آمین — 📖 Sahih al-Bukhari 780

آمِيْنَ

*Āmīn*

**MEANING** O Allah, accept.

ترجمہ: اے اللہ! قبول فرما۔

### My prayer times today — آج میری نماز کے اوقات

Ask at home or at the masjid and write today's times. گھر یا مسجد سے پوچھ کر آج کے اوقات لکھیں۔

| Fajr | Zuhr | Asr | Maghrib | Isha |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |

Free to print and share for personal & classroom use · © 2026 Quran Plus School



quranplusschool.com · WhatsApp +92 317 0924964
Book a FREE trial class

## 7 A surah سورت

In the first two rak'at, after al-Fatiha recite a surah or a few verses — for example, al-Ikhlas.

پہلی دو رکعتوں میں الفاتحہ کے بعد کوئی سورت یا چند آیات پڑھیں — مثلاً سورۃ الاخلاص۔

**A SHORT SURAH — AL-IKHLAS** ایک چھوٹی سورت — الاخلاص 📖 Qur'an 112:1–4

قُلْ هُوَ اللّٰهُ اَحَدٌ ۝ اَللّٰهُ الصَّمَدُ ۝ لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُوْلَدْ ۝ وَلَمْ يَكُنْ لَّهٗ كُفُوًا اَحَدٌ

*Qul huwallāhu aḥad. Allāhuṣ-ṣamad. Lam yalid wa lam yūlad. Wa lam yakul-lahū kufuwan aḥad*

**MEANING** Say: He is Allah, the One. Allah, the Eternal Refuge. He neither begets nor is born, and there is none equal to Him.

ترجمہ: کہہ دیجیے: وہ اللہ ایک ہے۔ اللہ بے نیاز ہے۔ نہ اس کی کوئی اولاد ہے اور نہ وہ کسی کی اولاد ہے۔ اور کوئی اس کا ہمسر نہیں۔

## 8 Ruku' ◆ Schools differ رکوع

Raise the hands to the shoulders with "Allāhu akbar" and bow. Say 3 times:

«اللہ اکبر» کہتے ہوئے ہاتھ کندھوں تک اٹھائیں اور رکوع کریں۔ تین بار کہیں:

**RUKU' TASBIH** رکوع کی تسبیح 📖 Sahih Muslim 772

سُبْحَانَ رَبِّيَ الْعَظِيْمِ

*Subḥāna rabbiyal-ʿaẓīm*

**MEANING** Glory be to my Lord, the Magnificent.

ترجمہ: پاک ہے میرا رب جو عظمت والا ہے۔

## 9 Standing up again ◆ Schools differ قومہ

Rise, raising the hands to the shoulders again, and say:

ہاتھ دوبارہ کندھوں تک اٹھاتے ہوئے سیدھے کھڑے ہوں اور کہیں:

**RISING FROM RUKU** رکوع سے اٹھتے ہوئے 📖 Sahih al-Bukhari 796

سَمِعَ اللّٰهُ لِمَنْ حَمِدَهٗ

*Samiʿ allāhu liman ḥamidah*

**MEANING** Allah hears the one who praises Him.

ترجمہ: اللہ نے اس کی سن لی جس نے اس کی تعریف کی۔

Free to print and share for personal & classroom use · © 2026 Quran Plus School



quranplusschool.com · WhatsApp +92 317 0924964
Book a FREE trial class

## 9 · Standing up again (continued) قومہ (جاری)

**PRAISE AFTER RISING** قومہ کی تحمید

📖 Sahih al-Bukhari 735

رَبَّنَا وَلَكَ الْحَمْدُ

*Rabbanā wa lakal-ḥamd*

**MEANING** Our Lord, and all praise is Yours.

ترجمہ: اے ہمارے رب! اور سب تعریف تیرے ہی لیے ہے۔

## 10 Sajdah سجدہ

Say "Allāhu akbar" and go down into sajdah: forehead and nose, both palms, both knees and the toes touch the ground. Say 3 times:

«اللہ اکبر» کہہ کر سجدے میں جائیں: پیشانی اور ناک، دونوں ہتھیلیاں، دونوں گھٹنے اور پاؤں کی انگلیاں زمین پر ہوں۔ تین بار کہیں:

**SAJDAH TASBIH** سجدے کی تسبیح

📖 Sahih Muslim 772

سُبْحَانَ رَبِّيَ الْأَعْلَىٰ

*Subḥāna rabbiyal-a'lā*

**MEANING** Glory be to my Lord, the Most High.

ترجمہ: پاک ہے میرا رب جو سب سے بلند ہے۔

## 11 Sitting between the sajdahs ◆ Schools differ جلسہ

Sit on the left foot with the right foot upright and say (at least once), then make the second sajdah:

بایاں پاؤں بچھا کر بیٹھیں، دایاں پاؤں کھڑا رکھیں اور (کم از کم ایک بار) کہیں، پھر دوسرا سجدہ کریں:

**BETWEEN THE TWO SAJDAHS** دو سجدوں کے درمیان

📖 Sunan Abi Dawud 874

رَبِّ اغْفِرْ لِي

*Rabbighfir lī*

**MEANING** My Lord, forgive me.

ترجمہ: اے میرے رب! مجھے بخش دے۔

## 12 Second rak'ah دوسری رکعت

Stand up for the second rak'ah and pray it like the first.

دوسری رکعت کے لیے کھڑے ہوں اور اسے پہلی کی طرح پڑھیں۔

Free to print and share for personal & classroom use · © 2026 Quran Plus School



quranplusschool.com · WhatsApp +92 317 0924964 Book a FREE trial class

## 13 First sitting and Tashahhud ◆ Schools differ

پہلا قعدہ اور تشہد

After two rak'at sit on the left foot with the right foot upright and recite the Tashahhud. Point with the right index finger each time Allah's name is mentioned.

دو رکعت کے بعد بایاں پاؤں بچھا کر بیٹھیں، دایاں پاؤں کھڑا رکھیں اور تشہد پڑھیں۔ جب بھی اللہ کا نام آئے، دائیں ہاتھ کی شہادت کی انگلی سے اشارہ کریں۔

**TASHAHHUD (IBN MAS'UD)** تشہد (روایت ابن مسعودؓ)

📖 Sahih al-Bukhari 831

اَلتَّحِيَّاتُ لِلّٰهِ وَالصَّلَوٰتُ وَالطَّيِّبٰتُ ، اَلسَّلَامُ عَلَيْكَ اَيُّهَا النَّبِيُّ وَرَحْمَةُ اللّٰهِ وَبَرَكَاتُهٗ، اَلسَّلَامُ عَلَيْنَا وَعَلٰى عِبَادِ اللّٰهِ الصّٰلِحِيْنَ ، اَشْهَدُ اَنْ لَّا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَاَشْهَدُ اَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهٗ وَرَسُوْلُهٗ

*At-taḥiyyātu lillāhi waṣ-ṣalawātu waṭ-ṭayyibāt. As-salāmu ʿalayka ayyuhan-nabiyyu wa raḥmatullāhi wa barakātuh. As-salāmu ʿalaynā wa ʿalā ʿibādillāhiṣ-ṣāliḥīn. Ash-hadu al-lā ilāha illallāhu wa ash-hadu anna Muḥammadan ʿabduhū wa rasūluh*

**MEANING** All greetings, prayers and good words are for Allah. Peace be upon you, O Prophet, and the mercy of Allah and His blessings. Peace be upon us and upon the righteous servants of Allah. I bear witness that there is no god but Allah, and I bear witness that Muhammad is His servant and Messenger.

ترجمہ: تمام قولی، بدنی اور مالی عبادتیں اللہ ہی کے لیے ہیں۔ اے نبی! آپ پر سلام ہو اور اللہ کی رحمت اور اس کی برکتیں۔ ہم پر اور اللہ کے نیک بندوں پر سلام ہو۔ میں گواہی دیتا ہوں کہ اللہ کے سوا کوئی معبود نہیں، اور میں گواہی دیتا ہوں کہ محمد ﷺ اس کے بندے اور رسول ہیں۔

## 14 Third and fourth rak'ah

تیسری اور چوتھی رکعت

Stand up with "Allāhu akbar" and recite only al-Fatiha in the remaining rak'at.

«اللہ اکبر» کہہ کر کھڑے ہوں اور باقی رکعتوں میں صرف الفاتحہ پڑھیں۔

### Words I know by heart

مجھے زبانی یاد الفاظ

Write the names of the recitations you can say without looking. ان اذکار کے نام لکھیں جو آپ بغیر دیکھے پڑھ سکتے ہیں۔

Free to print and share for personal & classroom use · © 2026 Quran Plus School



quranplusschool.com · WhatsApp +92 317 0924964
Book a FREE trial class

## 15 Last sitting ◆ Schools differ قعدۂ اخیرہ

In a prayer with two sittings, sit in the last one on the left hip with the right foot upright (tawarruk). Recite the Tashahhud, the Durood Ibrahim and a dua:

دو قعدوں والی نماز کے آخری قعدے میں بائیں سرین پر بیٹھیں اور دایاں پاؤں کھڑا رکھیں (تورّک)۔ تشہد، درودِ ابراہیمی اور کوئی دعا پڑھیں:

**TASHAHHUD (IBN MAS'UD)** تشہد (روایت ابن مسعودؓ)

📖 Sahih al-Bukhari 831

اَلتَّحِيَّاتُ لِلّٰهِ وَالصَّلَوٰتُ وَالطَّيِّبٰتُ ، اَلسَّلَامُ عَلَيْكَ اَيُّهَا النَّبِيُّ وَرَحْمَةُ اللّٰهِ وَبَرَكَاتُهٗ، اَلسَّلَامُ عَلَيْنَا وَعَلٰى عِبَادِ اللّٰهِ الصّٰلِحِيْنَ ، اَشْهَدُ اَنْ لَّا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَاَشْهَدُ اَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهٗ وَرَسُوْلُهٗ

*At-taḥiyyātu lillāhi waṣ-ṣalawātu waṭ-ṭayyibāt. As-salāmu ʿalayka ayyuhan-nabiyyu wa raḥmatullāhi wa barakātuh. As-salāmu ʿalaynā wa ʿalā ʿibādillāhiṣ-ṣāliḥīn. Ash-hadu al-lā ilāha illallāhu wa ash-hadu anna Muḥammadan ʿabduhū wa rasūluh*

**MEANING** All greetings, prayers and good words are for Allah. Peace be upon you, O Prophet, and the mercy of Allah and His blessings. Peace be upon us and upon the righteous servants of Allah. I bear witness that there is no god but Allah, and I bear witness that Muhammad is His servant and Messenger.

ترجمہ: تمام قولی، بدنی اور مالی عبادتیں اللہ ہی کے لیے ہیں۔ اے نبی! آپ پر سلام ہو اور اللہ کی رحمت اور اس کی برکتیں۔ ہم پر اور اللہ کے نیک بندوں پر سلام ہو۔ میں گواہی دیتا ہوں کہ اللہ کے سوا کوئی معبود نہیں، اور میں گواہی دیتا ہوں کہ محمد ﷺ اس کے بندے اور رسول ہیں۔

**DUROOD IBRAHIM** درودِ ابراہیمی

📖 Sahih al-Bukhari 3370

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى مُحَمَّدٍ وَّعَلٰى آلِ مُحَمَّدٍ كَمَا صَلَّيْتَ عَلٰى اِبْرَاهِيْمَ وَعَلٰى آلِ اِبْرَاهِيْمَ اِنَّكَ حَمِيْدٌ مَّجِيْدٌ، اَللّٰهُمَّ بَارِكْ عَلٰى مُحَمَّدٍ وَّعَلٰى آلِ مُحَمَّدٍ كَمَا بَارَكْتَ عَلٰى اِبْرَاهِيْمَ وَعَلٰى آلِ اِبْرَاهِيْمَ اِنَّكَ حَمِيْدٌ مَّجِيْدٌ

*Allāhumma ṣalli ʿalā Muḥammadiw-wa ʿalā āli Muḥammadin kamā ṣallayta ʿalā Ibrāhīma wa ʿalā āli Ibrāhīma innaka ḥamīdum-majīd. Allāhumma bārik ʿalā Muḥammadiw-wa ʿalā āli Muḥammadin kamā bārakta ʿalā Ibrāhīma wa ʿalā āli Ibrāhīma innaka ḥamīdum-majīd*

**MEANING** O Allah, send Your mercy upon Muhammad and the family of Muhammad, as You sent it upon Ibrahim and the family of Ibrahim; You are Praiseworthy, Glorious. O Allah, bless Muhammad and the family of Muhammad, as You blessed Ibrahim and the family of Ibrahim; You are Praiseworthy, Glorious.

ترجمہ: اے اللہ! محمد ﷺ اور آلِ محمد پر رحمت نازل فرما جیسے تو نے ابراہیمؑ اور آلِ ابراہیمؑ پر رحمت نازل فرمائی، بے شک تو تعریف کے لائق، بزرگی والا ہے۔ اے اللہ! محمد ﷺ اور آلِ محمد پر برکت نازل فرما جیسے تو نے ابراہیمؑ اور آلِ ابراہیم پر برکت نازل فرمائی، بے شک تو تعریف کے لائق، بزرگی والا ہے۔

Free to print and share for personal & classroom use · © 2026 Quran Plus School



quranplusschool.com · WhatsApp +92 317 0924964 Book a FREE trial class

# How to Pray — Hanbali نماز کا طریقہ — حنبلی

## 15 · Last sitting (continued) قعدۂ اخیرہ (جاری)

**A DUA BEFORE THE SALAM** سلام سے پہلے دعا — 📖 Sahih Muslim 588

اَللّٰهُمَّ اِنِّی اَعُوْذُ بِکَ مِنْ عَذَابِ جَهَنَّمَ وَمِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ وَمِنْ فِتْنَةِ الْمَحْيَا وَالْمَمَاتِ وَمِنْ شَرِّ فِتْنَةِ الْمَسِيْحِ الدَّجَّالِ

*Allāhumma innī aʿūdhu bika min ʿadhābi jahannama wa min ʿadhābil-qabri wa min fitnatil-maḥyā wal-mamāti wa min sharri fitnatil-masīḥid-dajjāl*

**MEANING** O Allah, I seek refuge in You from the punishment of Hell, from the punishment of the grave, from the trials of life and death, and from the evil of the trial of the False Messiah.

ترجمہ: اے اللہ! میں تیری پناہ مانگتا ہوں جہنم کے عذاب سے، قبر کے عذاب سے، زندگی اور موت کے فتنے سے، اور مسیح دجال کے فتنے کے شر سے۔

## 16 Salam سلام

Turn your face to the right, then to the left, saying the full salam each time:

پہلے دائیں، پھر بائیں طرف منہ پھیریں اور ہر بار پورا سلام کہیں:

**SALAM** سلام — 📖 Sunan Abi Dawud 996

اَلسَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللّٰهِ

*As-salāmu ʿalaykum wa raḥmatullāh*

**MEANING** Peace be upon you and the mercy of Allah.

ترجمہ: آپ پر سلامتی ہو اور اللہ کی رحمت۔

## 17 After the prayer نماز کے بعد

After the salam, say: "Astaghfirullāh" 3 times, then the tasbih:

سلام کے بعد تین بار «أستغفر الله» کہیں، پھر تسبیح پڑھیں:

**AFTER THE PRAYER** نماز کے بعد — 📖 Sahih Muslim 596

سُبْحَانَ اللّٰهِ ×33

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ ×33

اَللّٰهُ اَكْبَرُ ×34

*Subḥānallāh (33×) · Al-ḥamdu lillāh (33×) · Allāhu akbar (34×)*

**MEANING** Glory be to Allah · All praise is for Allah · Allah is the Greatest.

ترجمہ: اللہ پاک ہے · سب تعریف اللہ کے لیے ہے · اللہ سب سے بڑا ہے۔

Free to print and share for personal & classroom use · ©2026 Quran Plus School



quranplusschool.com · WhatsApp +92 317 0924964
Book a FREE trial class

# How to Pray — Hanbali نماز کا طریقہ — حنبلی

## Witr and Qunut ◆ Schools differ

## وتر اور قنوت

Witr is sunnah: at least 1 rak'ah, commonly 3 (2 + 1). In the last rak'ah of Witr, after rising from ruku', raise the hands and recite the qunut. There is no qunut in Fajr.

وتر سنت ہے: کم از کم ایک رکعت، عام طور پر تین (دو + ایک)۔ وتر کی آخری رکعت میں رکوع سے اٹھنے کے بعد ہاتھ اٹھا کر قنوت پڑھیں۔ فجر میں قنوت نہیں۔

**DUA AL-QUNUT** دعائے قنوت

📖 Sunan Abi Dawud 1425 · Jami' at-Tirmidhi 464

اَللّٰهُمَّ اهْدِنِيْ فِيْمَنْ هَدَيْتَ، وَعَافِنِيْ فِيْمَنْ عَافَيْتَ، وَتَوَلَّنِيْ فِيْمَنْ تَوَلَّيْتَ، وَبَارِكْ لِيْ فِيْمَا اَعْطَيْتَ، وَقِنِيْ شَرَّ مَا قَضَيْتَ، فَإِنَّكَ تَقْضِيْ وَلَا يُقْضٰى عَلَيْكَ، وَإِنَّهُ لَا يَذِلُّ مَنْ وَّالَيْتَ، تَبَارَكْتَ رَبَّنَا وَتَعَالَيْتَ

*Allāhummah-dinī fīman hadayt, wa ʿāfinī fīman ʿāfayt, wa tawallanī fīman tawallayt, wa bārik lī fīmā aʿṭayt, wa qinī sharra mā qaḍayt, fa-innaka taqḍī wa lā yuqḍā ʿalayk, wa innahū lā yadhillu man wālayt, tabārakta rabbanā wa taʿālayt*

**MEANING** O Allah, guide me among those You have guided, keep me well among those You have kept well, take care of me among those You take care of, bless me in what You have given, and protect me from the evil of what You have decreed. You decree and none decrees over You. Whoever You befriend is never humbled. Blessed and High are You, our Lord.

ترجمہ: اے اللہ! مجھے ہدایت دے ان لوگوں میں جنہیں تو نے ہدایت دی، مجھے عافیت دے ان میں جنہیں تو نے عافیت دی، میری سرپرستی فرما ان میں جن کی تو نے سرپرستی کی، جو تو نے دیا اس میں مجھے برکت دے، اور جو تو نے فیصلہ کیا اس کے شر سے مجھے بچا۔ تو ہی فیصلہ کرتا ہے اور تیرے خلاف فیصلہ نہیں کیا جا سکتا۔ جسے تو دوست رکھے وہ کبھی ذلیل نہیں ہوتا۔ اے ہمارے رب! تو بابرکت اور بلند ہے۔

## All five, on time

## پانچوں، وقت پر

Colour a box each day you pray all five prayers on time. جس دن پانچوں نمازیں وقت پر پڑھیں، ایک خانہ رنگ دیں۔

| Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat | Sun |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | |

## Practise with a grown-up

## کسی بڑے کے ساتھ مشق

Pray two rak'at slowly while a parent or teacher watches. Colour a box each day. امی ابو یا استاد کے سامنے آہستہ آہستہ دو رکعت پڑھیں۔ ہر دن ایک خانہ رنگ دیں۔

| Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat | Sun |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | |

Free to print and share for personal & classroom use · © 2026 Quran Plus School

# My prayer tracker

میری نماز کا ٹریکر

Colour a circle for every prayer you pray on time.

**Week 1**

| | Fajr | Zuhr | Asr | Maghrib | Isha |
|---|---|---|---|---|---|
| Mon | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Tue | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Wed | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Thu | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Fri | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Sat | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Sun | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

**Week 2**

| | Fajr | Zuhr | Asr | Maghrib | Isha |
|---|---|---|---|---|---|
| Mon | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Tue | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Wed | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Thu | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Fri | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Sat | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Sun | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

## I know these by heart

مجھے یہ زبانی یاد ہیں

- ☐ Thana — opening praise / ثنا
- ☐ Ta'awwudh / تعوذ
- ☐ Bismillah / تسمیہ
- ☐ Surah al-Fatiha / سورۃ الفاتحہ
- ☐ A short surah — al-Ikhlas / ایک چھوٹی سورت — الاخلاص
- ☐ Ruku' tasbih / رکوع کی تسبیح
- ☐ Rising from ruku / رکوع سے اٹھتے ہوئے
- ☐ Praise after rising / قومہ کی تحمید
- ☐ Sajdah tasbih / سجدے کی تسبیح
- ☐ Between the two sajdahs / دو سجدوں کے درمیان
- ☐ Tashahhud (Ibn Mas'ud) / تشہد (روایتِ ابن مسعودؓ)
- ☐ Durood Ibrahim / درودِ ابراہیمی
- ☐ A dua before the salam / سلام سے پہلے دعا
- ☐ Salam / سلام
- ☐ After the prayer / نماز کے بعد
- ☐ Dua al-Qunut / دعائے قنوت

Teacher's signature · استاد کے دستخط

Parent's signature · والدین کے دستخط

Free to print and share for personal & classroom use · © 2026 Quran Plus School

# Certificate of Achievement

## سندِ کامیابی

## رَبِّ اجْعَلْنِىْ مُقِيْمَ الصَّلٰوةِ

This certificate is proudly presented to

for learning how to pray, step by step — Ma sha Allah!

نماز کا طریقہ قدم بہ قدم سیکھنے پر — ماشاء اللہ!

**Hanbali · حنبلی**

★ ★ ★ ★ ★

Date · تاریخ

Teacher / Parent · استاد / والدین

Free to print and share for personal & classroom use · © 2026 Quran Plus School