



Quran Plus School



नमाज़ का तरीका

हंबली

وَأَقِمْوَا الصَّلَاةَ

कुरआन 2:43

बच्चों और नए सीखने वालों के लिए क़दम-ब-क़दम — क्या करना है, क्या पढ़ना है और उसका मतलब क्या है।

क़दम-ब-क़दम

अरबी

हिंदी उच्चारण

हिंदी मतलब

यह गाइड इसकी है:



ऑनलाइन खोलें
पाँचों मसलक · चार्ट



नमाज़ का तरीका — हंबली

इस फ़िक्रह का परिचय

इमाम अहमद बिन हंबल (164–241 हिजरी, बग़दाद) से मंसूब। ज़्यादातर सऊदी अरब, क़तर और अरब प्रायद्वीप के दूसरे हिस्सों में माना जाता है।

नमाज़ से पहले



वुजू करें।



जिस्म, कपड़े और नमाज़ की जगह پاک हो।



जिस्म अच्छी तरह ढकें (लड़कियाँ और औरतें चेहरे और हाथों के सिवा पूरा जिस्म)।



नमाज़ उसके वक़्त में, क़िबला रुख़ होकर पढ़ें।

पाँचों नमाज़ों की रकअतें

फ़ज़्र	जुहर	अस्र	मग़रिब	इशा	वित्र
2	4	4	3	4	1–11 रकअत, आम तौर पर 3 (2 + 1) — सुन्नत
फ़र्ज़ · पहली दो में बुलंद आवाज़ से	फ़र्ज़ · आहिस्ता	फ़र्ज़ · आहिस्ता	फ़र्ज़ · पहली दो में बुलंद आवाज़ से	फ़र्ज़ · पहली दो में बुलंद आवाज़ से	

यह गाइड कैसे इस्तेमाल करें

- क़दम पूरी नमाज़ दिखाते हैं। दो रकअत वाली नमाज़ (जैसे फ़ज़्र) में दूसरी रकअत के बाद वाला क़ादा ही आखिरी क़ादा है — सीधे «क़ादा-ए-अख़ीरा» पर जाएँ।
- ♦ का निशान बताता है कि इस क़दम में मसलकों का फ़र्क़ है। मुफ़्त तुलना चार्ट में पाँचों एक साथ देखें।
- असल मतन अरबी है; उच्चारण वाली लाइन सिर्फ़ मदद के लिए है। सही तलफ़्फ़ूज़ किसी उस्ताद से सीखें।
- पहले हरकतें सीखें, फिर एक-एक करके अल्फ़ाज़ याद करें। किसी बड़े के साथ मशक़ करें।

एहतिराम की बात

नमाज़ के ये पाँचों तरीक़े क़ुरआन और सुन्नत ही से लिए गए हैं; हर मक़तब-ए-फ़िक़्र ने दलीलों को अपनी समझ के मुताबिक़ लिया है। यह बच्चों और नए सीखने वालों के लिए एक आसान रहनुमा है, जैसा कि हर मक़तब में आम तौर पर सिखाया जाता है — अपने मसलक पर अमल करें और तफ़्सील किसी मुस्तनद आलिम या उस्ताद से सीखें।

लड़कियों और औरतों के लिए

लड़कियाँ और औरतें रुकू और सज्दे में बाजू जिस्म से मिलाकर और सिमटकर रहें।



नमाज़ का तरीका — हंबली

1 नीयत

क्रिबला रुख खड़े हों और दिल में उस नमाज़ की नीयत करें जो आप पढ़ने जा रहे हैं (जैसे फ़ज़्र की 2 रकअत फ़ज़्र)।

2 तकबीर-ए-तहरीमा

◆ मसलकों में फ़र्क

दोनों हाथ कंधों तक उठाएँ और “अल्लाहु अकबर” कहें।

तकबीर

اللَّهُ أَكْبَرُ
अल्लाहु अकबर

मतलब: अल्लाह सबसे बड़ा है।

3 हाथ बाँधना

◆ मसलकों में फ़र्क

दायाँ हाथ बाईं कलाई पर रखकर नाफ़ के नीचे बाँधें।

4 सना

आहिस्ता से पढ़ें:

सना — शुरू की तरीक़ा

📖 सुनन अबी दाऊद 775 • जामे तिमिज़ी 242

سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ وَبِحَمْدِكَ وَتَبَارَكَ اسْمُكَ وَتَعَالَى جَدُّكَ وَلَا إِلَهَ
غَيْرُكَ

सुबहानकल्लाहुम्मा व बिहम्दिका व तबारकस्मुका व तआला जहुका व ला इलाहा गैरुक

मतलब: ऐ अल्लाह! तू पाक है और तेरी ही तारीफ़ है, तेरा नाम बरकत वाला है, तेरी शान बुलंद है, और तेरे सिवा कोई माबूद नहीं।

5 तअव्वुज़ और बिस्मिल्लाह

आहिस्ता से कहें:

तअव्वुज़

📖 कुरआन 16:98

أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ
अऊजु बिल्लाहि मिनश-शैतानिर-रजीम

मतलब: मैं शैतान मरदूद से अल्लाह की पनाह माँगता हूँ।



नमाज़ का तरीका — हंबली

5 • तअव्वुज़ और बिस्मिल्लाह (जारी)

बिस्मिल्लाह

कुरआन 1:1

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
बिस्मिल्लाहिर-रहमानिर-रहीम

मतलब: अल्लाह के नाम से जो बहुत मेहरबान, बहुत रहम करने वाला है।

6 सूरह फ़ातिहा और आमीन

♦ मसलकों में फ़र्क

सूरह फ़ातिहा पढ़ें और “आमीन” कहें — जहरी (बुलंद आवाज़ वाली) नमाज़ों में बुलंद आवाज़ से। इमाम के पीछे सिर्री (आहिस्ता आवाज़ वाली) नमाज़ों में सूरह फ़ातिहा पढ़ें और जहरी नमाज़ों में सुनें।

सूरह फ़ातिहा

कुरआन 1:2-7

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ◌ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ◌ مَلِكِ يَوْمِ الدِّينِ ◌ إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ
نَسْتَعِينُ ◌ اِهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ ◌ صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ ◌ غَيْرِ
الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ

अल्हम्दु लिल्लाहि रब्बिल-आलमीन। अर्रहमानिर-रहीम। मालिकि यौमिद-दीन। इय्याका नअबुदु व इय्याका नस्तईन।
इहिदिनस-सिरातल-मुस्तक़ीम। सिरातल-लज़ीना अन्अम्ता अलैहिम, ग़ैरिल-मग़ज़ूबि अलैहिम व लज़-ज़ाल्लीन

मतलब: सब तारीफ़ें अल्लाह के लिए हैं जो सारे ज़हानों का रब है, बहुत मेहरबान, बहुत रहम करने वाला, बदले के दिन का मालिक। हम तेरी ही इबादत करते हैं और तुझ ही से मदद माँगते हैं। हमें सीधा रास्ता दिखा, उन लोगों का रास्ता जिन पर तूने इनाम किया, न उनका जिन पर ग़ज़ब हुआ और न गुमराहों का।

आमीन

सहीह बुखारी 780

أَمِينَ
आमीन

मतलब: ऐ अल्लाह! क़बूल फ़रमा।

किसी बड़े के साथ मशक़

अम्मी-अब्बू या उस्ताद के सामने आहिस्ता-आहिस्ता दो रकअत पढ़ें। हर दिन एक खाना रंग दें।

सोम

मंगल

बुध

जुमेरात

जुमा

शनि

इतवार



नमाज़ का तरीका — हंबली

7 एक सूरह

पहली दो रकअतों में सूरह फ़ातिहा के बाद कोई सूरह या चंद आयतें पढ़ें — जैसे सूरह इखलास।

एक छोटी सूरह — सूरह इखलास

कुरआन 112:1-4

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ ۝ اللَّهُ الصَّمَدُ ۝ لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ ۝ وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ

कुल हुवल्लाहु अहद। अल्लाहुस-समद। लम यलिद व लम यूल्द। व लम यकुल-लहू कुफुवन अहद

मतलब: कह दीजिए: वह अल्लाह एक है। अल्लाह बेनियाज़ है। न उसकी कोई औलाद है और न वह किसी की औलाद है। और कोई उसके बराबर नहीं।

8 रुकू ◆ मसलकों में फ़र्क

“अल्लाहु अकबर” कहते हुए हाथ कंधों तक उठाएँ और रुकू करें। 3 बार कहें:

रुकू की तस्बीह

सहीह मुस्लिम 772

سُبْحَانَ رَبِّيَ الْعَظِيمِ
सुब्हाना रब्बियल-अज़ीम

मतलब: पाक है मेरा रब जो अज़मत वाला है।

9 क़ौमा ◆ मसलकों में फ़र्क

हाथ दोबारा कंधों तक उठाते हुए सीधे खड़े हों और कहें:

रुकू से उठते हुए

सहीह बुखारी 796

سَمِعَ اللَّهُ لِمَنْ حَمِدَهُ
समिअल्लाहु लिमन हमिदह

मतलब: अल्लाह ने उसकी सुन ली जिसने उसकी तारीफ़ की।

क़ौमे की तहमीद

सहीह बुखारी 735

رَبَّنَا وَلَكَ الْحَمْدُ
रब्बना व लकल-हम्द

मतलब: ऐ हमारे रब! और सब तारीफ़ तेरे ही लिए है।



नमाज़ का तरीका — हंबली

10 सज्दा

“अल्लाहु अकबर” कहकर सज्दे में जाएँ: माथा और नाक, दोनों हथेलियाँ, दोनों घुटने और पैरों की उंगलियाँ ज़मीन पर हों। 3 बार कहें:

सज्दे की तस्बीह

सहीह मुस्लिम 772

سُبْحَانَ رَبِّيَ الْأَعْلَى
सुब्हाना रब्बियल-अला

मतलब: पाक है मेरा रब जो सबसे बुलंद है।

11 जलसा

◆ मसलकों में फ़र्क

बायाँ पैर बिछाकर बैठें, दायाँ पैर खड़ा रखें और (कम से कम एक बार) कहें, फिर दूसरा सज्दा करें:

दो सज्दों के बीच

सुनन अबी दाऊद 874

رَبِّ اغْفِرْ لِي
रब्बिग़फ़िर ली

मतलब: ऐ मेरे रब! मुझे बख़्शा दे।

12 दूसरी रकअत

दूसरी रकअत के लिए खड़े हों और उसे पहली की तरह पढ़ें।

आज मेरी नमाज़ के औक़ात

घर या मस्जिद से पूछकर आज के औक़ात लिखें।

फ़ज़्र

ज़ुहर

अस्र

मगरिब

इशा

मुझे ज़बानी याद अल्फ़ाज़

उन अज़कार के नाम लिखें जो आप बिना देखे पढ़ सकते हैं।



नमाज़ का तरीका — हंबली

13 पहला क़ादा और तशह्हुद

◆ मसलकों में फ़र्क

2 रकअत के बाद बायाँ पैर बिछाकर बैठें, दायाँ पैर खड़ा रखें और तशह्हुद पढ़ें। जब भी अल्लाह का नाम आए, दाएँ हाथ की शहादत की उंगली से इशारा करें।

तशह्हुद — इब्ने मसऊद (रज़ि.) की रिवायत

सहीह बुखारी 831

التَّحِيَّاتُ لِلَّهِ وَالصَّلَوَاتُ وَالطَّيِّبَاتُ، السَّلَامُ عَلَيْكَ أَيُّهَا النَّبِيُّ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ،
السَّلَامُ عَلَيْنَا وَعَلَى عِبَادِ اللَّهِ الصَّالِحِينَ، أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا
عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ

अत्तहिय्यातु लिल्लाहि वस-सलवातु वत-तय्यिबात। अस्सलामु अलैका अय्युहन-नबिय्यु व रहमतुल्लाहि व बरकातुह।
अस्सलामु अलैना व अला इबादिल्लाहिस-सालिहीन। अशहदु अल्ला इलाहा इल्लल्लाहु व अशहदु अन्ना मुहम्मदन अब्दुहू व
रसूलुह

मतलब: तमाम जुबानी, जिस्मानी और माली इबादतें अल्लाह ही के लिए हैं। ऐ नबी! आप पर सलाम हो और अल्लाह की रहमत और उसकी बरकतें। हम पर और अल्लाह के नेक बंदों पर सलाम हो। मैं गवाही देता हूँ कि अल्लाह के सिवा कोई माबूद नहीं, और मैं गवाही देता हूँ कि मुहम्मद ﷺ उसके बंदे और रसूल हैं।

14 तीसरी और चौथी रकअत

“अल्लाहु अकबर” कहकर खड़े हों और बाक़ी रकअतों में सिर्फ़ सूरह फ़ातिहा पढ़ें।

15 क़ादा-ए-अख़ीरा

◆ मसलकों में फ़र्क

दो क़ादों वाली नमाज़ के आखिरी क़ादे में बाएँ कूल्हे पर बैठें और दायाँ पैर खड़ा रखें (तवरूक)। तशह्हुद, दुरूद-ए-इब्राहीमी और कोई दुआ पढ़ें:

तशह्हुद — इब्ने मसऊद (रज़ि.) की रिवायत

सहीह बुखारी 831

التَّحِيَّاتُ لِلَّهِ وَالصَّلَوَاتُ وَالطَّيِّبَاتُ، السَّلَامُ عَلَيْكَ أَيُّهَا النَّبِيُّ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ،
السَّلَامُ عَلَيْنَا وَعَلَى عِبَادِ اللَّهِ الصَّالِحِينَ، أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا
عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ

अत्तहिय्यातु लिल्लाहि वस-सलवातु वत-तय्यिबात। अस्सलामु अलैका अय्युहन-नबिय्यु व रहमतुल्लाहि व बरकातुह।
अस्सलामु अलैना व अला इबादिल्लाहिस-सालिहीन। अशहदु अल्ला इलाहा इल्लल्लाहु व अशहदु अन्ना मुहम्मदन अब्दुहू व
रसूलुह

मतलब: तमाम जुबानी, जिस्मानी और माली इबादतें अल्लाह ही के लिए हैं। ऐ नबी! आप पर सलाम हो और अल्लाह की रहमत और उसकी बरकतें। हम पर और अल्लाह के नेक बंदों पर सलाम हो। मैं गवाही देता हूँ कि अल्लाह के सिवा कोई माबूद नहीं, और मैं गवाही देता हूँ कि मुहम्मद ﷺ उसके बंदे और रसूल हैं।



नमाज़ का तरीका — हंबली

15 • क़ादा-ए-अख़ीरा (जारी)

दुरूद-ए-इब्राहीमी

सहीह बुखारी 3370

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

अल्लाहुम्मा सल्लि अला मुहम्मदिव-व अला आलि मुहम्मदिन कमा सल्लैता अला इब्राहीमा व अला आलि इब्राहीमा इन्नका हमीदुम-मजीद। अल्लाहुम्मा बारिक अला मुहम्मदिव-व अला आलि मुहम्मदिन कमा बारक्ता अला इब्राहीमा व अला आलि इब्राहीमा इन्नका हमीदुम-मजीद

मतलब: ऐ अल्लाह! मुहम्मद ﷺ और आले मुहम्मद पर रहमत नाज़िल फ़रमा जैसे तूने इब्राहीम (अलैहिस्सलाम) और आले इब्राहीम पर रहमत नाज़िल फ़रमाई, बेशक तू तारीफ़ के लायक़, बुज़ुर्गी वाला है। ऐ अल्लाह! मुहम्मद ﷺ और आले मुहम्मद पर बरकत नाज़िल फ़रमा जैसे तूने इब्राहीम (अलैहिस्सलाम) और आले इब्राहीम पर बरकत नाज़िल फ़रमाई, बेशक तू तारीफ़ के लायक़, बुज़ुर्गी वाला है।

सलाम से पहले एक दुआ

सहीह मुस्लिम 588

اَللّٰهُمَّ اِنِّیْ اَعُوْذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ جَهَنَّمَ وَمِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ وَمِنْ فِتْنَةِ الْمَحْيَا
وَالْمَمَاتِ وَمِنْ شَرِّ فِتْنَةِ الْمَسِيْحِ الدَّجَالِ

अल्लाहुम्मा इन्नी अऊजु बिका मिन अज़ाबि ज़हन्नमा व मिन अज़ाबिल-क़ब्रि व मिन फ़िलतिल-मह्या वल-ममाति व मिन शरि फ़िलतिल-मसीहिद-दज्जाल

मतलब: ऐ अल्लाह! मैं तेरी पनाह माँगता हूँ जहन्नम के अज़ाब से, क़ब्र के अज़ाब से, ज़िंदगी और मौत के फ़िले से, और मसीह-ए-दज्जाल के फ़िले के शर से।

16 सलाम

पहले दाई, फिर बाई तरफ़ मुँह फेरें और हर बार पूरा सलाम कहें:

सलाम

सुनन अबी दाऊद 996

اَلسَّلَامُ عَلَیْكُمْ وَرَحْمَةُ اللهِ

अस्सलामु अलैकुम व रहमतुल्लाह

मतलब: आप पर सलामती हो और अल्लाह की रहमत।



नमाज़ का तरीका — हंबली

17 नमाज़ के बाद

सलाम के बाद 3 बार “अस्तग़फ़िरुल्लाह” कहें, फिर तस्बीह पढ़ें:

नमाज़ के बाद

सहीह मुस्लिम 596

×33 سُبْحَانَ اللَّهِ
×33 الْحَمْدُ لِلَّهِ
×34 اللَّهُ أَكْبَرُ

सुबहानल्लाह (33×) · अल्हम्दु लिल्लाह (33×) · अल्लाहु अकबर (34×)

मतलब: अल्लाह पाक है · सब तारीफ़ अल्लाह के लिए है · अल्लाह सबसे बड़ा है।



वित्र और कुनूत

◆ मसलकों में फ़र्क

वित्र सुन्नत है: कम से कम 1 रकअत, आम तौर पर 3 (2 + 1)। वित्र की आखिरी रकअत में रुकू से उठने के बाद हाथ उठाकर कुनूत पढ़ें। फ़ज्र में कुनूत नहीं है।

दुआ-ए-कुनूत

सुनन अबी दाऊद 1425 · जामे तिरमिज़ी 464

اَللّٰهُمَّ اِبدِنِيْ فَيَمَنْ هَدَيْتَ، وَعَافِنِيْ فَيَمَنْ عَافَيْتَ، وَتَوَلَّيْنِيْ فَيَمَنْ تَوَلَّيْتَ، وَبَارِكْ لِيْ
فِيْمَا اَعْطَيْتَ، وَفِيْ شَرِّ مَا قَضَيْتَ، فَاِنَّكَ تَقْضِيْ وَلَا يَقْضِيْ عَلَيَّكَ، وَاِنَّهُ لَا يَذِلُّ مَنْ
وَآلَيْتَ، تَبَارَكْتَ رَبَّنَا وَتَعَالَيْتَ

अल्लाहुम्मह-दिनी फ़ीमन हदैत, व आफ़िनी फ़ीमन आफ़ैत, व तवल्लनी फ़ीमन तवल्लैत, व बारिक ली फ़ीमा अअतैत, व क्रिनी
शर्रा मा क़ज़ैत, फ़-इन्नका तक्रज़ी व ला युक्रज़ा अलैक, व इन्नहू ला यज़िल्लु मन वालैत, तबारक्ता रब्बना व तआलैत

मतलब: ऐ अल्लाह! मुझे हिदायत दे उन लोगों में जिन्हें तूने हिदायत दी, मुझे आफ़ियत दे उनमें जिन्हें तूने आफ़ियत दी, मेरी सरपरस्ती फ़रमा उनमें
जिनकी तूने सरपरस्ती की, जो तूने दिया उसमें मुझे बरकत दे, और जो तूने फ़ैसला किया उसके शर से मुझे बचा। तू ही फ़ैसला करता है और तेरे
खिलाफ़ फ़ैसला नहीं किया जा सकता। जिसे तू दोस्त रखे वह कभी ज़लील नहीं होता। ऐ हमारे रब! तू बाबरकत और बुलंद है।

पाँचों, वक़्त पर

जिस दिन पाँचों नमाज़ें वक़्त पर पढ़ें, एक खाना रंग दें।

सोम

मंगल

बुध

जुमेरात

जुमा

शनि

इतवार



नमाज़ का तरीका — हंबली

मेरी नमाज़ का ट्रैकर

हर वह नमाज़ जो वक़्त पर पढ़ें, उसका गोला रंग दें।

हफ़्ता 1

	फ़ज़्र	जुहर	अस्र	मग़रिब	इशा
सोम	☐	☐	☐	☐	☐
मंगल	☐	☐	☐	☐	☐
बुध	☐	☐	☐	☐	☐
जुमेरात	☐	☐	☐	☐	☐
जुमा	☐	☐	☐	☐	☐
शनि	☐	☐	☐	☐	☐
इतवार	☐	☐	☐	☐	☐

हफ़्ता 2

	फ़ज़्र	जुहर	अस्र	मग़रिब	इशा
सोम	☐	☐	☐	☐	☐
मंगल	☐	☐	☐	☐	☐
बुध	☐	☐	☐	☐	☐
जुमेरात	☐	☐	☐	☐	☐
जुमा	☐	☐	☐	☐	☐
शनि	☐	☐	☐	☐	☐
इतवार	☐	☐	☐	☐	☐

मुझे ये ज़बानी याद हैं

सना — शुरू की तारीफ़ ☐	तअव्वुज़ ☐	बिस्मिल्लाह ☐
सूरह फ़ातिहा ☐	एक छोटी सूरह — सूरह इख़लास ☐	रुकू की तस्बीह ☐
रुकू से उठते हुए ☐	क्रौमे की तहमीद ☐	सज्दे की तस्बीह ☐
दो सज्दों के बीच ☐	तशह्हुद — इब्ने मसऊद (रज़ि.) की रिवायत ☐	दुरूद-ए-इब्राहीमी ☐
सलाम से पहले एक दुआ ☐	सलाम ☐	नमाज़ के बाद ☐
दुआ-ए-कुनूत ☐		

उस्ताद के दस्तख़त

वालिदैन के दस्तख़त



सर्टिफिकेट

رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلَاةِ

यह सर्टिफिकेट दिया जाता है

नमाज़ का तरीका क़दम-ब-क़दम सीखने पर — माशाअल्लाह!

हंबली



तारीख

उस्ताद / वालिदैन