Quran Plus School

नमाज़ का तरीक़ा

शाफ़ई

وَاَقِيْمُوا الصَّلٰوةَ

क़ुरआन 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 तरीक़ा — शाफ़ई

इस फ़िक़्ह का परिचय

इमाम मुहम्मद बिन इदरीस शाफ़ई (150–204 हिजरी) से मंसूब। ज़्यादातर मिस्र, पूर्वी अफ़्रीक़ा, यमन, इंडोनेशिया, मलेशिया, कुर्दिस्तान, केरल और श्रीलंका में माना जाता है।

नमाज़ से पहले

- वुज़ू करें।
- जिस्म, कपड़े और नमाज़ की जगह पाक 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

फ़ज्र	ज़ुहर	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 फ़ज्र) में दूसरी रकअत के बाद वाला क़ादा ही आख़िरी 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 तलफ़्फ़ुज़ किसी उस्ताद से सीखें।
- पहले हरकतें सीखें, फिर एक-एक करके अल्फ़ाज़ याद करें। किसी बड़े के साथ मश्क़ करें।

एहतिराम की बात

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

लड़कियों और औरतों के लिए

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

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

नमाज़ का तरीक़ा — शाफ़ई

1 नीयत

क़िबला रुख़ खड़े हों और दिल में उस नमाज़ की नीयत करें जो आप पढ़ने जा रहे हैं (जैसे फ़ज्र की 2 रकअत फ़र्ज़)।

2 तकबीर-ए-तहरीमा ◆ मसलकों में फ़र्क़

दोनों हाथ कंधों तक उठाएँ (अंगूठे कान की लौ के बराबर) और “अल्लाहु अकबर” कहें।

तकबीर

اَللّٰهُ اَكْبَرُ

अल्लाहु अकबर

मतलब: अल्लाह सबसे बड़ा है।

3 हाथ बाँधना ◆ मसलकों में फ़र्क़

दायाँ हाथ बाएँ हाथ पर रखकर सीने के नीचे और नाफ़ के ऊपर बाँधें।

4 दुआ-ए-इस्तिफ़्ताह ◆ मसलकों में फ़र्क़

आहिस्ता से दुआ-ए-इस्तिफ़्ताह पढ़ें:

दुआ-ए-इस्तिफ़्ताह (वज्जहतु) 📖 सहीह मुस्लिम 771

وَجَّهْتُ وَجْهِیَ لِلَّذِیْ فَطَرَ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضَ حَنِیْفًا وَّمَا اَنَا مِنَ الْمُشْرِكِیْنَ، اِنَّ صَلَاتِیْ وَنُسُكِیْ وَمَحْیَایَ وَمَمَاتِیْ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِیْنَ، لَا شَرِیْكَ لَهٗ وَبِذٰلِكَ اُمِرْتُ وَاَنَا مِنَ الْمُسْلِمِیْنَ

वज्जहतु वज्हिया लिल्लज़ी फ़तरस-समावाति वल-अर्ज़ा हनीफ़व-व मा अना मिनल-मुश्रिकीन। इन्ना सलाती व नुसुकी व मह्याया व ममाती लिल्लाहि रब्बिल-आलमीन, ला शरीका लहू व बिज़ालिका उमिर्तु व अना मिनल-मुस्लिमीन

मतलब: मैंने यकसू होकर अपना रुख़ उस ज़ात की तरफ़ कर लिया जिसने आसमानों और ज़मीन को पैदा किया, और मैं शिर्क करने वालों में से नहीं। बेशक मेरी नमाज़, मेरी क़ुर्बानी, मेरा जीना और मेरा मरना अल्लाह रब्बुल-आलमीन के लिए है, उसका कोई शरीक नहीं, मुझे इसी का हुक्म दिया गया है और मैं मुसलमानों में से हूँ।

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

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

5 तअव्वुज़

आहिस्ता से कहें:

तअव्वुज़ — 📖 क़ुरआन 16:98

أَعُوذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّيْطٰنِ الرَّجِيْمِ

अऊज़ु बिल्लाहि मिनश-शैतानिर-रजीम

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

6 सूरह फ़ातिहा और आमीन

◆ मसलकों में फ़र्क़

सूरह फ़ातिहा बिस्मिल्लाह से शुरू करें — यह सूरह फ़ातिहा की आयत है और जहरी (बुलंद आवाज़ वाली) नमाज़ों में बुलंद आवाज़ से पढ़ी जाती है। हर शख़्स हर रकअत में सूरह फ़ातिहा पढ़े, इमाम के पीछे भी। जहरी नमाज़ों में “आमीन” बुलंद आवाज़ से कहें।

बिस्मिल्लाह — 📖 क़ुरआन 1:1

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

बिस्मिल्लाहिर-रहमानिर-रहीम

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

सूरह फ़ातिहा — 📖 क़ुरआन 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

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

मतलब: सब तारीफ़ें अल्लाह के लिए हैं जो सारे जहानों 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 बुख़ारी 780

آمِيْنَ

आमीन

मतलब: ऐ अल्लाह! क़बूल फ़रमा।

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 एक सूरह

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

एक छोटी सूरह — सूरह इख़लास 📖 क़ुरआन 112:1–4

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

कुल हुवल्लाहु अहद। अल्लाहुस-समद। लम यलिद व लम यूलद। व लम यकुल-लहू कुफ़ुवन 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 फ़र्क़

"अल्लाहु अकबर" कहते हुए हाथ कंधों तक उठाएँ और रुकू करें: हाथ घुटनों पर, कमर सीधी। 3 बार कहें:

रुकू की तस्बीह 📖 सहीह मुस्लिम 772

سُبْحَانَ رَبِّيَ الْعَظِيْمِ

सुब्हाना रब्बियल-अज़ीम

मतलब: पाक है मेरा रब जो अज़मत वाला है।

9 क़ौमा ◆ मसलकों में फ़र्क़

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

रुकू से उठते हुए 📖 सहीह बुख़ारी 796

سَمِعَ اللّٰهُ لِمَنْ حَمِدَهٗ

समिअल्लाहु लिमन हमिदह

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

क़ौमे की तहमीद 📖 सहीह बुख़ारी 735

رَبَّنَا وَلَكَ الْحَمْدُ

रब्बना व लकल-हम्द

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

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

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 الْأَعْلَىٰ

सुब्हाना रब्बियल-अअला

मतलब: पाक है मेरा रब जो सबसे बुलंद है।

11 जलसा

बायाँ पैर बिछाकर उस पर बैठें, दायाँ पैर खड़ा रखें और कहें, फिर दूसरा सज्दा करें:

दो सज्दों के बीच — 📖 सुनन अबी दाऊद 874

رَبِّ اغْفِرْ لِي

रब्बिग़फ़िर ली

मतलब: ऐ मेरे रब! मुझे बख़्श दे।

12 दूसरी रकअत ◆ मसलकों में फ़र्क़

दूसरे सज्दे के बाद ज़रा-सा बैठें (जलसा-ए-इस्तिराहत), फिर अगली रकअत के लिए खड़े हों।

किसी बड़े के साथ मश्क़

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

सोम	मंगल	बुध	जुमेरात	जुमा	शनि	इतवार

आज मेरी नमाज़ के औक़ात

घर या मस्जिद से पूछकर आज के औक़ात लिखें।

फ़ज्र	ज़ुहर	अस्र	मग़रिब	इशा

13 पहला क़ादा और तशह्हुद

◆ मसलकों में फ़र्क़

2 रकअत के बाद बायाँ पैर बिछाकर बैठें, दायाँ पैर खड़ा रखें और तशह्हुद पढ़ें। "इल्लल्लाह" पर दाएँ हाथ की शहादत की उंगली उठाएँ और उसे हिलाए बिना उठाए रखें।

तशह्हुद — इब्ने अब्बास (रज़ि.) की रिवायत 📖 सहीह मुस्लिम 403

اَلتَّحِيَّاتُ الْمُبَارَكَاتُ الصَّلَوٰتُ الطَّيِّبٰتُ لِلّٰهِ، اَلسَّلَامُ عَلَيْكَ اَيُّهَا النَّبِيُّ وَرَحْمَةُ اللّٰهِ وَبَرَكَاتُهٗ، اَلسَّلَامُ عَلَيْنَا وَعَلٰى عِبَادِ اللّٰهِ الصّٰلِحِيْنَ، اَشْهَدُ اَنْ لَّآ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَاَشْهَدُ اَنَّ مُحَمَّدًا رَّسُوْلُ اللّٰهِ

अत्तहिय्यातुल-मुबारकातुस-सलवातुत-तय्यिबातु लिल्लाह। अस्सलामु अलैका अय्युहन-नबिय्यु व रहमतुल्लाहि व बरकातुह। अस्सलामु अलैना व अला इबादिल्लाहिस-सालिहीन। अश्हदु अल्ला इलाहा इल्लल्लाहु व अश्हदु अन्ना मुहम्मदर-रसूलुल्लाह

मतलब: तमाम बाबरकत तहिय्यात, नमाज़ें और पाकीज़ा कलिमात अल्लाह 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 अल्लाह के रसूल हैं।

14 तीसरी और चौथी रकअत

◆ मसलकों में फ़र्क़

"अल्लाहु अकबर" कहते हुए हाथ फिर कंधों तक उठाकर खड़े हों और बाक़ी रकअतों में सिर्फ़ सूरह फ़ातिहा पढ़ें।

15 क़ादा-ए-अख़ीरा

◆ मसलकों में फ़र्क़

आख़िरी क़ादे में बाएँ कूल्हे पर बैठें, बायाँ पैर दाईं पिंडली के नीचे से निकालें और दायाँ पैर खड़ा रखें (तवर्रुक)। तशह्हुद, दुरूद-ए-इब्राहीमी और कोई दुआ पढ़ें:

तशह्हुद — इब्ने अब्बास (रज़ि.) की रिवायत 📖 सहीह मुस्लिम 403

اَلتَّحِيَّاتُ الْمُبَارَكَاتُ الصَّلَوٰتُ الطَّيِّبٰتُ لِلّٰهِ، اَلسَّلَامُ عَلَيْكَ اَيُّهَا النَّبِيُّ وَرَحْمَةُ اللّٰهِ وَبَرَكَاتُهٗ، اَلسَّلَامُ عَلَيْنَا وَعَلٰى عِبَادِ اللّٰهِ الصّٰلِحِيْنَ، اَشْهَدُ اَنْ لَّآ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَاَشْهَدُ اَنَّ مُحَمَّدًا رَّسُوْلُ اللّٰهِ

अत्तहिय्यातुल-मुबारकातुस-सलवातुत-तय्यिबातु लिल्लाह। अस्सलामु अलैका अय्युहन-नबिय्यु व रहमतुल्लाहि व बरकातुह। अस्सलामु अलैना व अला इबादिल्लाहिस-सालिहीन। अश्हदु अल्ला इलाहा इल्लल्लाहु व अश्हदु अन्ना मुहम्मदर-रसूलुल्लाह

मतलब: तमाम बाबरकत तहिय्यात, नमाज़ें और पाकीज़ा कलिमात अल्लाह 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 अल्लाह के रसूल हैं।

15 · क़ादा-ए-अख़ीरा (जारी)

दुरूद-ए-इब्राहीमी

📖 सहीह बुख़ारी 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

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 बुख़ारी 6389 · क़ुरआन 2:201

اَللّٰهُمَّ رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَّفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَّقِنَا عَذَابَ النَّارِ

अल्लाहुम्मा रब्बना आतिना फ़िद-दुन्या हसनतन व फ़िल-आख़िरति हसनतन व क़िना अज़ाबन-नार

मतलब: ऐ अल्लाह! ऐ हमारे रब! हमें दुनिया में भी भलाई अता फ़रमा और आख़िरत में भी भलाई अता फ़रमा, और हमें आग के अज़ाब से बचा।

क़ुरआन से एक और दुआ

📖 क़ुरआन 14:40-41

رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلٰوةِ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي ۚ رَبَّنَا وَتَقَبَّلْ دُعَآءِ ۝ رَبَّنَا اغْفِرْ لِي وَلِوَالِدَيَّ وَلِلْمُؤْمِنِينَ يَوْمَ يَقُومُ الْحِسَابُ

रब्बिज-अल्नी मुक़ीमस-सलाति व मिन ज़ुर्रिय्यती, रब्बना व तक़ब्बल दुआ। रब्बनग़-फ़िर ली व लि-वालिदय्या व लिल-मोमिनीना यौमा यक़ूमुल-हिसाब

मतलब: ऐ मेरे रब! मुझे नमाज़ क़ायम करने वाला बना और मेरी औलाद में से भी। ऐ हमारे रब! मेरी दुआ क़बूल फ़रमा। ऐ हमारे रब! मुझे, मेरे माँ-बाप को और सब ईमान वालों को उस दिन बख़्श दे जिस दिन हिसाब क़ायम होगा।

मुझे ज़बानी याद अल्फ़ाज़

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

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

quranplusschool.com · WhatsApp +92 317 0924964

Book a FREE trial class

16 सलाम

पहले दाईं, फिर बाईं तरफ़ मुँह फेरें और हर बार कहें:

सलाम 📖 सुनन अबी दाऊद 996

اَلسَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللّٰهِ

अस्सलामु अलैकुम व रहमतुल्लाह

मतलब: आप पर सलामती हो और अल्लाह की रहमत।

17 नमाज़ के बाद

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

नमाज़ के बाद 📖 सहीह मुस्लिम 596

سُبْحَانَ اللّٰهِ ×33

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ ×33

اَللّٰهُ اَكْبَرُ ×34

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

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

पाँचों, वक़्त पर

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

सोम	मंगल	बुध	जुमेरात	जुमा	शनि	इतवार

किसी बड़े के साथ मश्क़

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

सोम	मंगल	बुध	जुमेरात	जुमा	शनि	इतवार

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

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

★ फ़ज्र और वित्र में क़ुनूत ◆ मसलकों में फ़र्क़

फ़ज्र की दूसरी रकअत में रुकू से उठने के बाद हाथ उठाकर क़ुनूत पढ़ें (इमाम बुलंद आवाज़ से)। रमज़ान के दूसरे आधे हिस्से में वित्र की आख़िरी रकअत में भी क़ुनूत पढ़ी जाती है। वित्र सुन्नत है: कम से कम 1 रकअत, आम तौर पर 3 (2 + 1)।

दुआ-ए-क़ुनूत 📖 सुनन अबी दाऊद 1425 · जामे तिर्मिज़ी 464

اَللّٰهُمَّ اهْدِنِیْ فِیْمَنْ هَدَیْتَ، وَعَافِنِیْ فِیْمَنْ عَافَیْتَ، وَتَوَلَّنِیْ فِیْمَنْ تَوَلَّیْتَ، وَبَارِکْ لِیْ فِیْمَا اَعْطَیْتَ، وَقِنِیْ شَرَّ مَا قَضَیْتَ، فَاِنَّکَ تَقْضِیْ وَلَا یُقْضٰی عَلَیْکَ، وَاِنَّهٗ لَا یَذِلُّ مَنْ وَّالَیْتَ، تَبَارَکْتَ رَبَّنَا وَتَعَالَیْتَ

अल्लाहुम्मह-दिनी फ़ीमन हदैत, व आफ़िनी फ़ीमन आफ़ैत, व तवल्लनी फ़ीमन तवल्लैत, व बारिक ली फ़ीमा अअतैत, व क़िनी शर्रा मा क़ज़ैत, फ़-इन्नका तक़ज़ी व ला युक़ज़ा 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 ख़िलाफ़ फ़ैसला नहीं किया जा सकता। जिसे तू दोस्त रखे वह कभी ज़लील नहीं होता। ऐ हमारे रब! तू बाबरकत और बुलंद है।

आज मेरी नमाज़ के औक़ात

घर या मस्जिद से पूछकर आज के औक़ात लिखें।

फ़ज्र	ज़ुहर	अस्र	मग़रिब	इशा

मुझे ज़बानी याद अल्फ़ाज़

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

पाँचों, वक़्त पर

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

सोम	मंगल	बुध	जुमेरात	जुमा	शनि	इतवार

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

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

मेरी नमाज़ का ट्रैकर

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

हफ़्ता 1

	फ़ज्र	ज़ुहर	अस्र	मग़रिब	इशा
सोम	○	○	○	○	○
मंगल	○	○	○	○	○
बुध	○	○	○	○	○
जुमेरात	○	○	○	○	○
जुमा	○	○	○	○	○
शनि	○	○	○	○	○
इतवार	○	○	○	○	○

हफ़्ता 2

	फ़ज्र	ज़ुहर	अस्र	मग़रिब	इशा
सोम	○	○	○	○	○
मंगल	○	○	○	○	○
बुध	○	○	○	○	○
जुमेरात	○	○	○	○	○
जुमा	○	○	○	○	○
शनि	○	○	○	○	○
इतवार	○	○	○	○	○

मुझे ये ज़बानी याद हैं

- ☐ दुआ-ए-इस्तिफ़्ताह (वज्जहतु)
- ☐ तअव्वुज़
- ☐ बिस्मिल्लाह
- ☐ सूरह फ़ातिहा
- ☐ एक छोटी सूरह — सूरह इख़लास
- ☐ रुकू की तस्बीह
- ☐ रुकू से उठते हुए
- ☐ क़ौमे की तहमीद
- ☐ सज्दे की तस्बीह
- ☐ दो सज्दों के बीच
- ☐ तशह्हुद — इब्ने अब्बास (रज़ि.) की रिवायत
- ☐ दुरूद-ए-इब्राहीमी
- ☐ सलाम से पहले एक दुआ
- ☐ कुरआन से एक और दुआ
- ☐ सलाम
- ☐ नमाज़ के बाद
- ☐ दुआ-ए-क़ुनूत

उस्ताद के दस्तख़त ____________________

वालिदैन के दस्तख़त ____________________

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

सर्टिफ़िकेट

رَبِّ اجْعَلْنِىْ مُقِيْمَ الصَّلٰوةِ

यह सर्टिफ़िकेट दिया जाता है

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

शाफ़ई

★ ★ ★ ★ ★

तारीख़ | उस्ताद / वालिदैन

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

quranplusschool.com · WhatsApp +92 317 0924964

Book a FREE trial class