



as-Salât

Den föreskrivna bönen i Islam

Sammanställd av
Bilal el-Barchali

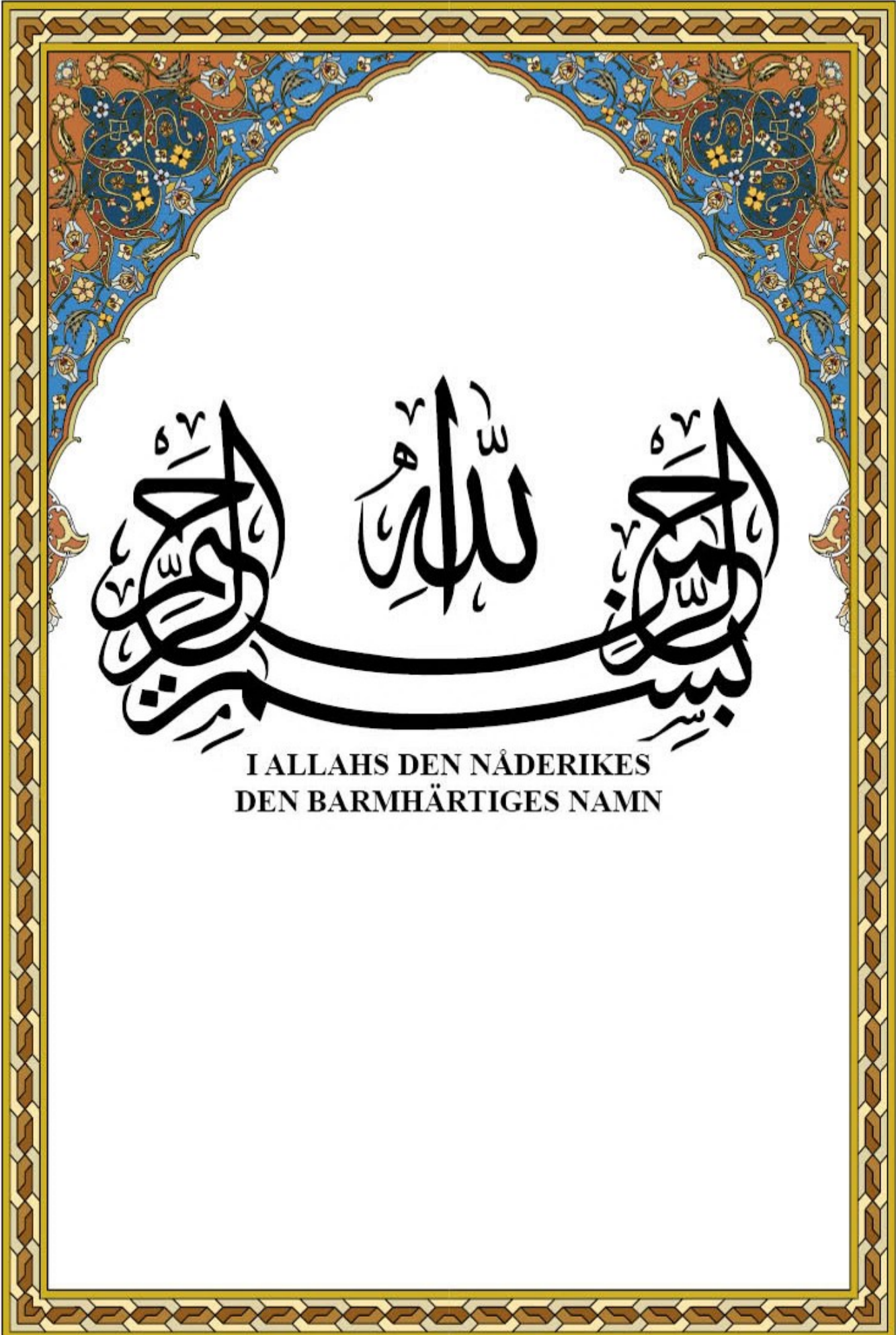
Med förord av
Sheikh Abdul ar-Rahman Qassas

BÖNEHANDBOKEN

steg för steg beskrivning för att lära sig bönen



as-Salât
Den föreskrivna bönen i Islam



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

I ALLAHS DEN NÅDERIKES
DEN BARMHÄRTIGES NAMN

as-Salât

Den föreskrivna bönen i Islam

Sammanställd av
Bilal el-Barchali

Med förord av
Sheikh Abdul ar-Rahman Qassas



as-Salat Böhnehandboken

© 2015 Bilal el-Barchali

Kopieringsförbud! Mångfaldigande av innehållet i denna bok, helt eller delvis, är enligt lag om upphovsrätt förbjudet utan medgivande av Bilal el-Barchali, Lund, förbudet avser såväl text som illustrationer och gäller varje form av mångfaldigande.

Omslag och grafisk form: Bilal el-Barchali

Illustratör: Bilal el-Barchali

Första upplagan, första tryckning

Tryckt på miljövänligt framställt papper

Tel: +4670 147 47 20

Hemsida: www.salat.se

E-mail: smsbilal@gmail.com

INNEHÅLL

Tack till	7
Originallet av Sheikh Qassas förord	8
Svensköversättning av Sheikh Qassas förord	9
Förord	10
Bönen - Islams viktigaste fysiska handling	11
Definitionen av bönen	13
Islams andra pelare	13
Vem är skyldig att förrätta bönen?	13
De fem dagliga böner, dess namn och tidpunkter	14
Att håll tiden	15
Missad bön	15
Böne-tidtabell	15
De obligatoriska och rekommenderade bönerna	16
Hygien och renhet	17
Avsikten	17
Tvagningen al-Wudu	18
Tvagningens betydelse	19
Fördelarna med tvagningen	19
Inför tvagningen	19
Tvagningens utförande	20
al-Maseh - att stryka vatten över sina fötter	24
Vad upphäver den rituella renheten?	25
Omständigheter försätter människan i det mindre tillståndet av rituell orenhet:	25
Omständigheter försätter människan i det större tillståndet av rituell orenhet:	25
Bönen - as-Salat	26
Att tänka på inför bönen	27
Bönens utförande	28
Förrätta andra eller sista rak'ah av bönen	34
Vad skall göras därefter?	37
Avsluta bönen	38
Slutför bönen	40
Åminnelser efter bönen	41
Några korta kapitel ur Koranen	42
al-Kawthar (Det goda i överflöd)	42
an-Nasr (Segern)	43
al-Ikhlās (Den rena tron)	44
al-Falaq (Gryningens herre)	45
an-Nas (Människornas herre)	46

TACK TILL

Som utgångspunkt i vad Profeten Muhammad - frid vare över honom sade - i ett uttalande som är autentisk genom Imam Ahmad och al-Bukhari i *al-'Adab al-Mufrad*:

“Man visar inte tacksamhet mot Allah, om man inte visar tacksam mot människor överlag.”

Jag tackar mina *shuyukh*, mina bröder samt alla andra som har bidragit i arbetet med denna bok.

Att sammanställa denna bok har krävt mycket tid och därför vill jag tacka mina familjemedlemmar som har visat mig tålamod, och ber Allah att belöna dem med Paradiset.

I enlighet med vad Profeten Muhammad - frid vare över honom - sade: “Religionen är ”uppriktig” rådgivning“ [Återberättad av *Muslem*] ber jag alla som har synpunkter på denna bok att sända dessa till mig via www.salat.se.

Jag ber Allah att acceptera detta arbete och att Han placerar det på balansvågen under Domens dag.

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله وآله وصحبه ، أما بعد :

فقد أطلعني الأخ الشيخ الأستاذ بلال فاروق محمد برشلي
على كتابه الموضح بـ (كتاب الصلاة) الذي اقتبس أكثر ما فيه مستفيداً
من الشيخ العلامة الدكتور عبد الله الحارثي رحمه الله تعالى ، فأثر في صفحاته
وعاينته من معلومات وترجمته إلى العربية ، فأثابته صدري والطمأن
قلبي إلى ما رأيت من جهده في خدمة دينه تعالى ونشره له ، فأجرت به
تعالى في كتابه هذه الأشرطة مقدمة له وتبجيعاً له ، والله المستعان .

أرجو أن ينفع هذا العمل وأن يجعله بارئاً خالصاً
ومباركاً ، اللهم على سيدنا محمد وآله وأزواجه وذريته
والله تعالى أعلم وأحكم

وكتب

العبد الفقير إلى الله سبحانه وتعالى

أ. د. عبد الرحمن بن جميل بن عبد الرحمن
جامعة أم القرى - مكة المكرمة

SVENSK ÖVERSÄTTNING AV SHEIKH QASSAS FÖRORD

I Allahs den Nåderikes den Barmhärtiges Namn.

All tacksamhet tillkommer Allah, frid och välsignelser vare över Allahs sändebud, över hans familj och hans följeslagare, därefter:

Brodern och gentlemannen som även kallas för tolken, Bilal Farouq Mahmoud Borchali har visat mig sin illustrerade bok med titeln *Boken om as-Salat* där han använt sig av böcker från vår ädle islamkunnige, doktorand och sheikh Abdullah bin Abdur Rahman bin Jebrin, må Allah vara nådig över hans själ. Han visade boken för mig och tolkade dess innehåll, vilket fick mig att glädjas inombords, mitt hjärta tyckte om det jag såg av strävan att betjäna Allahs religion och låta den spridas, så jag bad till Allah *istikhara*-bönen (bönen om råd) om att skriva dessa rader som ett förord för hans bok och även för att höja hans ambition för det jobb han gör, men det är Allah som ger all hjälp.

Jag ber Allah att låta detta arbete vara till nytta, och att låta detta vara välsignat och ägnat enbart för Allah.

Jag ber Allah att skänka vår profet, hans ätt, hans fruar och hans ättlingar frid och välsignelser.

Allah den Upphöjde, är mer kunnig och en bättre bedömare

Skrivet av

Allahs svaga tjänare

Dr Abdull Rahman bin Jamil bin Abdull Rahman Qasas

Umm al-Qura Universitet - *Mecka al-Mukaramah*

I ALLAHS, DEN NÅDERIKES DEN BARMHÄRTIGES NAMN!

FÖRORD

Syftet med föreliggande publikation är att ge en lättförståelig introduktion till den obligatoriska bönen i islam. Bönen utgör en central del av islamisk religionsutövning och är en daglig plikt för varje muslim. Det är därför mycket viktigt att han eller hon så snart som möjligt lär sig att utföra den.

Den islamiska bönen förrättas enligt ett visst mönster och enligt vissa föreskrifter. Ramarna för dessa hämtas ur Koranen och ur profetens sunnah, dvs. de källor om vad profeten – över honom vare Allahs frid och välsignelser – sade och gjorde som vi har tillgång till. Med hjälp av dessa har muslimska lärde utformat regler för vad i bönen som är obligatoriskt, vad som är tillåtet men inte obligatoriskt, samt vad som inte är tillåtet. Med tiden har också olika traditioner och skolor utvecklats.

Det betyder att det inom vissa ramar förekommer variationer på formerna för böneförrättandet, något som den praktiserande muslimen snabbt upptäcker. För fördjupad kunskap om detta hänvisas till andra källor. Det är inte svårt att lära sig att förrätta bönen men eftersom det som sägs ska sägas på arabiska är det nödvändigt att känna till hur de arabiska bokstäverna ska uttalas. Önskvärt är naturligtvis också att så snabbt som möjligt lära sig att förstå det som framsägs. Det bästa är att öva bönen tillsammans med någon på området kompetent person.

De translittereringar från arabiska som återfinns i texten är utformade så att läsaren lätt ska kunna lära sig att uttala på ett korrekt sätt. Det innebär att de inte alltid följer translittereringsregler eller arabiskans grammatiska regler.

De stycken som är hämtade ur Koranen följer den andra reviderade upplagan av Muhammad Knut Bernströms svenska tolkning *Koranens Budskap*. Övriga citat är översatta av författarna från engelska och/eller arabiska.

BÖNEN - ISLAMIS VIKTIGASTE FYSISKA HANDLING

Allah - Ärad och Upphöjd - valde att i nattens mörker föra sitt sändebud - frid vare över honom - från Mecka till al-Aqsa moskén i Jerusalem, i syfte att vara böneledare för alla profeter och därefter föras vidare och ta emot det viktigaste inom Islam efter trosbekännelsen, vilket är bönen.

Bönen kommer att vara det sista som avlägsnas från denna nation, och det första som muslimer tillfrågas om på Domedagen.

Vi måste se bönen som en avkopplingsstund, där vi samtalar med Allah. Längden av samtalet avgör vi.

Huvudsyftet med denna bok är att lära sig att tvaga sig för att därefter förrätta bönen på ett korrekt sätt, därför har jag försökt att med illustrationer beskriva stegen för att uppnå framgång.

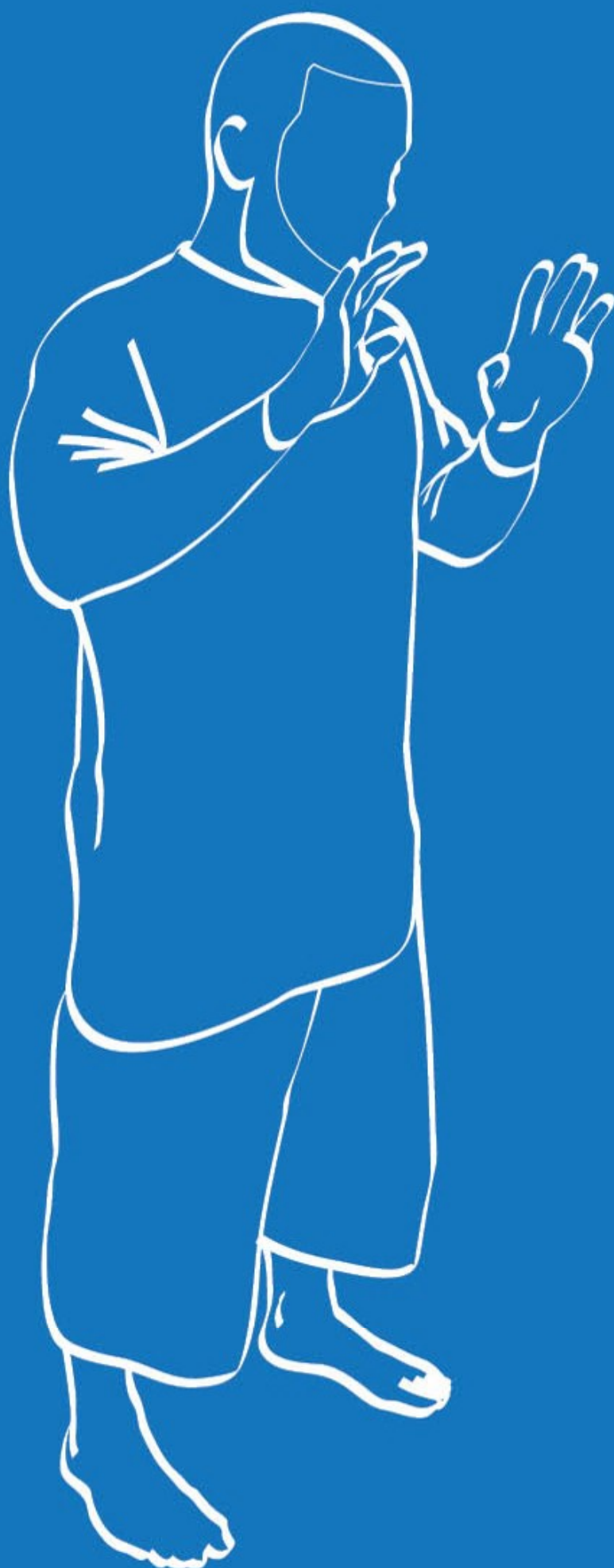
Bönen är nyckeln till framgång både i detta liv och i det Nästkommande där Allah säger i Koranen:

”De skall uppnå framgång de troende, som ber med ödmjukt sinne”
[Koranen 23 : 1-2]

Han säger även:

”och som slår vakt om bönen. De är arvtagarna, som skall ta paradiset i arv och där skall förbli till evig tid.”
[Koranen 23 : 9-11]

Profeten frid vare över honom sade: ”Sannerligen är det första som en tjänare tillfrågas om på Domedagen om sina handlingar är bönen, Om den utfördes på ett bra och korrekt sätt blir han lyckosam och klarar sig. Om den däremot var dåligt utförd så är individen förgjord och dömd att gå under”
[Återberättad av abu Dawoud, at- Tirmidhi och an-Nisaaie]



DEFINITIONEN AV BÖNEN

as-Salat är det arabiska ordet för bönen, vilket betyder kontakt, och det är vad en troende gör, håller sig kopplad till sin Herre. Bönen är således en plikt för varje muslim och ett uttryck för lydnad mot Allah. De dagliga bönerna hjälper oss att ständigt minnas Allah och gör religionsutövningen till en integrerad del av muslimens vardag. Den obligatoriska bönen hjälper på så sätt oss att även låta vår världsliga verksamhet präglas av en religiös medvetenhet. Bönen uttrycker därtill den bedjandes tacksamhet mot sin Skapare och är ett sätt för individen att närma sig Allah.

ISLAMSKA ANDRA PELARE

Den obligatoriska bönen är en av islams fem pelare och det kanske mest kända uttrycket för islam. Allah säger: "Bönen är alla troendes plikt, knuten till bestämda tider." [Koranen 4:103]

VEM ÄR SKYLDIG ATT FÖRRÄTTA BÖNEN?

Varje könsmogen och mentalt frisk muslim är skyldig att förrätta de obligatoriska bönerna. Undantag görs för kvinnan som har blödningar som beror på menstruation eller barnafödande i vilka fall bönen inte är tillåten för henne. Barn bör undervisas i bönen och uppmuntras att förrätta den även om den blir en skyldighet för dem först då de är könsmogna.

Allah säger:

"LÄS VAD som har uppenbarats för dig av denna Skrift och förrätta bönen. Bönen avhåller [den bedjande] från skamlösa handlingar och allt som strider mot rimlighet och förnuft. Men först och störst är åkallandet av Allahs namn. Och Allah vet vad ni gör." [Koranen 29:45]

Allahs sändebud frid vare över honom sade: "Uppmana era barn om bönen vid sjuårsålder." [Återberättad av abu Dawoud]

DE FEM DAGLIGA BÖNER, DESS NAMN OCH TIDPUNKTER



GRYNINGSBÖNEN (*FAJR*)

Fajr-bönen börjar då det första gryningsljuset syns och slutar då solen börjar gå upp över horisonten. *Fajr* består av två *rak'at* (böncykel) och bör förrättas så tidigt som möjligt.



MIDDAGSBÖNEN (*DUHR*)

Duhr-bönen börjar då solen har passerat sin högsta punkt på himlen och slutar då ett föremåls skugga är lika lång som föremålet självt. *Duhr* består av fyra *rak'at* och bör förrättas så tidigt som möjligt såvida det inte är mycket hett, då man istället kan vänta tills det blivit svalare (naturligtvis inom ramen för den tillåtna tiden).



EFTERMIDDAGSBÖNEN (*'ASER*)

'Asr-bönen börjar vid den tid på eftermiddagen då ett föremåls skugga är lika lång som föremålet självt och slutar då solen har försvunnit nedanför horisonten. *'Asr* består av fyra *rak'at* och bör förrättas så tidigt som möjligt.



SKYMNINGSBÖNEN (*MAGHREB*)

Maghreb-bönen börjar då solen har försvunnit nedanför horisonten och slutar då det röda skymningsljuset inte syns längre. *Maghreb* består av tre *rak'at* och bör förrättas snarast möjligt efter att tiden har infallit.



KVÄLLSBÖNEN (*'ISHA*)

'Isha-bönen börjar då det röda skymningsljuset inte syns längre och slutar strax innan det första gryningsljuset syns. *'Isha* består av fyra *rak'at* och kan med fördel skjutas fram så långt som till halva tiden fram till gryningen, men kan av praktiska skäl (dvs. sömnbehov) också förrättas tidigt.

ATT HÅLLA TIDEN

Kom ihåg att bland de mest älskade handlingar hos Allah är bönen vid dess bestämda tid, så en troende är ålagd att be i tid, man brukar inte skjuta upp bönen utan ett giltigt skäl.

MISSAD BÖN

Det är en stor synd att missa en bön avsiktligt, däremot om man försover sig eller helt enkelt glömmer en bön så skall den förrättas på exakt samma sätt, då man kommer på det.

BÖNETIDTABELL

Det är bra att ha en tidtabell hemma för att hålla reda på när bönen infaller, så om du vänder dig till närmaste moské eller församling kommer du säkert att få en.

Allah säger
"Sannerligen bönen
är alla troendes plikt,
knuten till bestämda
tider." [Koranen
4:103]

Profeten frid vare över
honom sade:
"Gottgörelsen för
den som försover sig
eller glömmer en bön
är att förrätta den så
fort man kommer på
det." [Återberättad av
Muslem]

DE OBLIGATORISKA OCH REKOMMENDERADE BÖNERNA

För att underlätta för dig återfinns en tabell där du kan utläsa de olika bönerna som den bedjande skall förrätta, dessa böner är de som är direkt kopplade till de fem dagliga bönerna, dock finns det många andra böner som är även rekommenderade från Profeten - frid vare över honom, men det som är viktigt just nu är att komma igång.

Ber man inte de rekommenderade bönen så har man inte begått en synd, ju mer frivillig bön man förrättar desto närmare Allah kommer man.

Bönen	Rekommenderad bön innan den obligatoriska	Obligatorisk bön	Rekommenderad bön efter den obligatoriska
<i>Fajr</i>	2	2 *	-----
<i>Duhr</i>	2+2	4	2
<i>'Asr</i>	2+2	4	-----
<i>Maghrib</i>	2	3 *	2
<i>'Isha</i>	2	4 *	2

Då man förflyttar sig från en position till en annan skall man uttala visa ord, alla de orden och Koranrecitationen skall uttalas att man minst hör sig själv. De böner som är märkta med * skall reciteras högt av böneledaren, resterande böner skall reciteras som vanligt.

Det är även rekommenderat att recitera högt vid *Fajr*, *Maghrib* och *'Isha* böner även om man ber ensam.

HYGIENEN OCH RENHET

Renligheten är mycket viktigt i islam, profeten Muhammad - frid vare över honom - framställer den som halva tron, inte nog med det han säger även att den som tvagar sig renas från sina synder.

Därtill bör den bedjandes kropp och kläder liksom den plats där bönen förrättas vara rena från orenheter i rituell mening. Orent i denna förståelse är döda djur (som inte har slaktats på rätt sätt), ymnigt flödande blod, griskött, hundsälv kräkningar, urin, avföring samt sekret från könsorganen.

Det orena bör sköljas bort med vatten. Sädsvätska är inte oren men bör ändå tvättas eller skrapas bort. Det är obligatoriskt att tvätta hela kroppen (*ghusl*) efter intimt umgänge mellan mannen och hustrun, våta drömmar, efter varje menstruationsperiod och efter de blödningar som inträder efter barnafödelse.

AVSIKTEN

Alla handlingar är beroende av dess avsikt, därför skall en troende ha en ren avsikt som är ägnad enbart för Allah innan en handling utförs. Avsikten skall inte formuleras i ord men den måste finnas i den bedjandes hjärta och tanke.

Allah säger:

“Allah älskar dem som vänder tillbaka till Honom i ånger [om de har syndat] och Han älskar dem som vill rena sig.”
[Koranen 2:222]

Blod från t.ex. näsblod och utslag eller sår på den egna kroppen betraktas inte som orent och upphäver inte ett rituellt rent tillstånd.

Tvagningen al-Wudu



TVAGNINGENS BETYDELSE

Profeten Muhammad – över honom vare Allahs frid och välsignelser – sade: ”Allah accepterar inte bönen från den av er som blev av med sin tvagning förrän denne tvagar sig på nytt.” [Återberättad av al-Bukhari & Muslem]

FÖRDELARNA MED TVAGNINGEN

Profeten Muhammad – över honom vare Allahs frid och välsignelser – sade: ”Då en troende tjänare tvagar sig och tvättar sitt ansikte kommer varje synd ögonen begått att rinna ut med vattnet, och då individen tvättar sina händer kommer varje synd händerna begått rinna ut med vattnet, och då individen tvättar sina fötter kommer varje synd fötterna gått till att rinna ut med vattnet, tills individen blir ren från alla sina synder.” [Återberättad av Muslem]

INFÖR TVAGNINGEN

1. Det är ogillat att be medan man är nödig, därför är det rekommenderat att utföra sitt behov och rena sig innan före bönen.
2. Då man ber, samtalar man med Allah, och även änglarna tar emot och nedskriver det man säger under bönen, och det som skadar människor skadar även änglarna, därför är det starkt uppskattat att använda sig av en *miswak* (naturligt tandborste) eller borsta tänderna som vanligt.
3. Innan du börjar tvaga dig är det viktigt att du har för avsikt att göra detta för att behaga Allah.

TVAGNINGENS UTFÖRANDE

Följande moment skall utföras i nämnd ordning. De är brukligt och rekommenderat att tvätta sina händer innan man påbörjar sin tvagning. En muslim bör vara sparsam med vatten vid tvagningen. Den som tvagar sig ska ha rätt avsikt med tvagningen och följa Allahs befallning om att den måste utföras. Avsikten behöver inte formuleras i ord men den måste finnas i hjärta och tanke.

STEG 1



INNAN DU BÖRJAR:

Den bedjande måste ha för avsikt att utföra tvagningen och följa Allahs befallning om att den måste utföras. Avsikten behöver inte formuleras i ord men den måste finnas i den bedjandes hjärta och tanke, därefter säger man:

Bismillah بِسْمِ اللَّهِ
I Allahs namn

STEG 2

x3

Börja med att tvaga händerna upp till handleden noggrant både fram, bak och mellan fingrarna. Detta skall göras tre gånger.



STEG 3

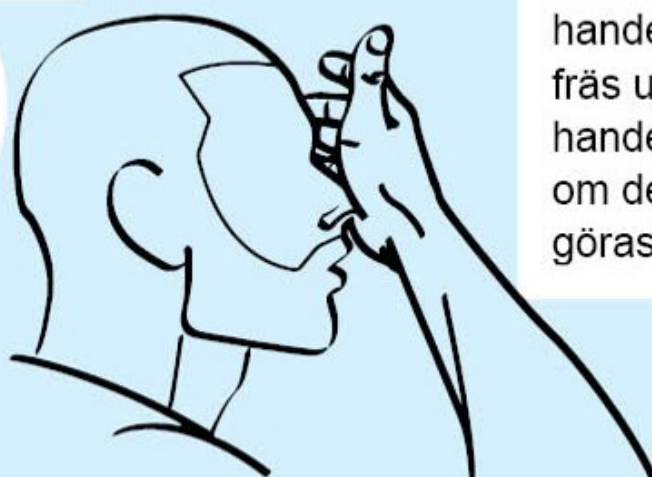
x3



Med hjälp av höger hand tar du in en liten mängd vatten i munnen, gurglar (skölj) noggrant, spotta sedan ut det. Gör detta tre gånger.

STEG 4

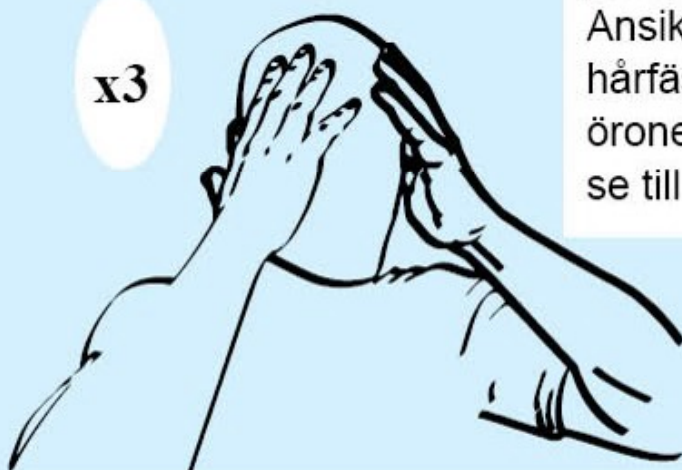
x3



Dra in vatten med den högra handen i näsborrarna och fräs ut det, med den vänstra handen kan du snyta näsan om det behövs. Det skall göras tre gånger.

STEG 5

x3



Även ansiktet ska tvättas tre gånger. Ansiktet är det som innesluts av hårfästet, hakspetsen och de båda öronen. Har du skäggväxt skall du se till att föra vatten genom skägget.

STEG 6

x3



Tvätta händerna och armarna upp till och med armbågarna, börja med den högra handen tre gånger. Därefter vänstra handen tre gånger.

STEG 7

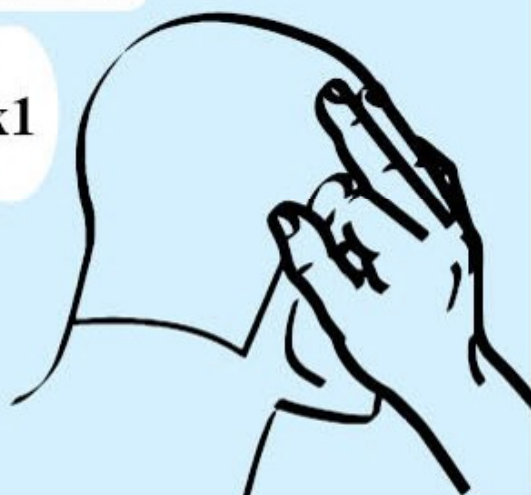
x1



Stryk över huvudet med den ena eller bägge de våta händerna, stryk händerna bakåt och sedan framåt. Det räcker inte att lägga en hand på huvudet eller bara använda ett finger, detta moment skall göras bara en gång.

STEG 8

x1



Med samma (resterande) vatten från föregående moment eller nytt vatten skall du stoppa in höger pekfinger i högra örat och högra tummen bakom samma öra, snurra runt pekfingret och kör fram tummen, samma sak skall göras med den vänstra sidan. Detta utförs bara en gång och samtidigt.

STEG 9

x3



Tvätta fötterna tre gånger inklusive fotknölarna, börja med den högra sidan, se till att tvätta noggrant mellan tårna.

STEG 10

x1



أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ

Ash-hadu anllaa ilaaha illallaah wa ash-hadu anna Muhammadan 'abduhu wa rasooluh

Jag vittnar om att det inte finns något som är värt att dyrka utom Allah och jag vittnar om att Muhammad är Allahs tjänare och Sändebud.

اللَّهُمَّ اجْعَلْنِي مِنَ التَّوَّابِينَ وَاجْعَلْنِي مِنَ الْمُتَطَهِّرِينَ

Allahuma ij-'allni minat-tawabeen waj-'alnee minal-mutatahiteen

O Allah låt mig var bland de som ständigt vänder sig till Dig i ånger och låt mig vara bland de som ständigt håller sig rena.

AL-MASEH

al-maseh att stryka vatten över strumporna eller mockasiner.

Istället för att tvätta sina fötter under tvagningen, har Allah genom sitt sändebud - frid vare över honom - givet oss tillåtelse att stryka vatten på våra mockasiner eller strumpor, förutsatt att man tog dem på vid ett tillstånd av renhet, där man hade tvättat sina fötter.

Detta tillstånd är till för att underlätta för de troende. En bosatt person som ej är på resa fick ett sådant på tjugofyra timmar från den stund då tvagningen blev ogiltig, (mera om det på nästa sida). Är individen på resande fot är giltighetstiden för *al-maseh* tre dagar.

Efter denna tid måste individen vid tvagning ta av sig sina stumpor eller mockasiner och tvätta fötterna som vanligt, och då förnyas tiden.

På samma sätt om det finns ett sår i någon del av kroppen som måste tvagas eller om man har gips, och tvagningen av denna del skulle orsaka skada, är det tillåtet att stryka över det såret med våta händer, dock är giltighetstiden så länge som skadan existerar.

Allah säger:
"Allah vill göra det lätt - inte tungt - för er." [Koranen 2:185]

al-Mugirah bin Shoubah - må Allah vara nöjd med honom - berättade: "Jag var med profeten - frid vare över honom på en resa, och då jag skulle hjälpa honom att ta av hans mockasiner, sade han: 'Låt dem vara på, jag tog dem på vid ett rent tillstånd' och då strök han över dem." [Återberättad av al-Bukhari]

VAD UPPHÄVER DEN RITUELLA RENHETEN?

**Omständigheter försätter människan i
det mindre tillståndet av rituell orenhet:**

- Utsöndringar från penis, vagina och anus, dvs. urin, avföring, sekret och luft. Kräkningar upphäver däremot inte den rituella renheten.
- Beröring av könsorganen med handen hud mot hud. Övrig beröring och närhet mellan man och hustru upphäver däremot inte den rituella renheten.
- Sömn.
- Medvetsslöshet

Genom att utföra tvagning återfås rituell renhet.

**Omständigheter försätter människan i
det större tillståndet av rituell orenhet:**

- Mannens penis vidrör kvinnans slida
- Sädesavgång och orgasm.
- Menstruation. Den rituella orenheten består tills blödningarna har upphört.
- De blödningar som inträder efter barnafödelse.
Blödningar som inte har med menstruation eller barnafödande att göra förorsakar däremot inte det större rituellt orena tillståndet.

Genom att utföra den fullständiga tvagningen *ghusl* återfås rituell renhet.

OBS:

Missad bön för kvinnor som på grund av månadsblödningar eller barnfödelse är inte ålagda att ta igen den.

BÖNEN as-SALAT



ATT TÄNKA PÅ INFÖR BÖNEN

Innan du börjar be, skall du se till att du uppfyller följande krav om det är möjligt.



Att vara rätt klädd



Mannens *'awrah* (förbjuden del att visa för andra) utgörs av området mellan naveln och knäna, vilka normalt också räknas in som delar av densamma. Vid böneförrättande bör också mannens axlar vara täckta, kläderna skall vara lösa, icke åtsittande och / eller genomskinliga.



Kvinnans *'awrah* utgörs av hela kroppen utom ansikte och händer. Det är önskvärt att den bedjandes kläder inte är för åtsittande eller för genomskinliga och att de är de bästa som den bedjande för stunden kan uppbringa.



Se till att kropp, kläder, och böneplats är fria från smuts vilket betyder att de är rena i rituell mening.



Att vara ren i rituell mening, vilket man blir genom tvagningen. Profeten frid över honom sade: "Allah accepterar inte bönen från den som inte tvagat sig." [Återberättad av Muslem]



Att veta att tiden för bönen har infallit. Tiderna för de obligatoriska dagliga böerna återfinns i avsnittet "De obligatoriska böerna."



Att vara vänd mot böneriktningen *Qiblah*, dvs. mot Mecka. Är den bedjande osäker på rätt riktning bör någon på området kunnig person tillfrågas. Finns ingen sådan att tillgå måste den bedjande efter bästa förmåga själv avgöra rätt riktning. Bönen är giltig även om det i efterhand skulle visa sig att den bedjande var felvänd.



Att ha något skyddande föremål (*sutrah*) framför dig då du ber ensam, är du hemma så skall du vara nära väggen, detta för att ingen skall avbryta din bön.

BÖNENS UTFÖRANDE

Den första **enheten** *Rak'at* av bönen.

Börja med att stå med raka ben vänd mot *qiblah* dvs. mot Mecka. Om du av någon anledning är fysiskt oförmögen till vissa rörelser utför du dem efter bästa förmåga; stående, sittande eller liggande. Den bedjandes ska ha rätt avsikt med bönen som skall förrättas.

STEG 1



Bönen inleds med *takbîrat al-ihram*. *Takbîrat al-ihram* innebär att du säger *Allaahu akbar* samtidigt som du med handflatorna riktade framåt och fingrarna något isär höjer händerna upp i nivå med axlarna eller öronen.

Allaahu Akbar

Allah är större

الله أكبر

STEG 2

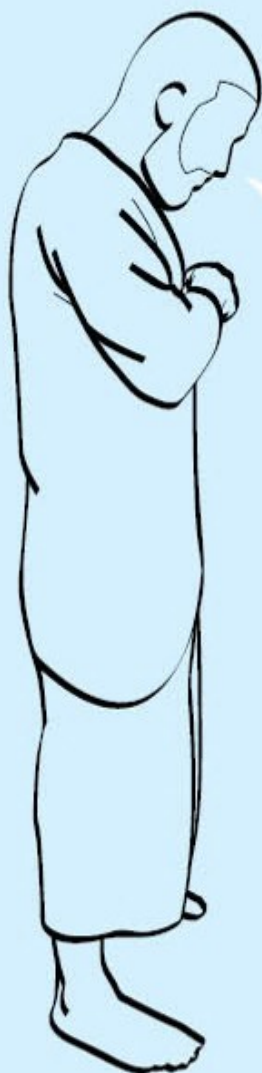


Lägg vänster hand på bröstet eller mellan bröstet och magen eller precis nedanför naveln, och grip sedan lätt med höger hand om vänster handled. Detta bör ske i en enda rörelse.

أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ

A'outho billaahi minash-shaytanir-rajeem

Jag söker skydd hos Allah
från Satan, den utstötte



1

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Bismillaahir-rahmaanir-rahiim

I Allahs, den Nåderikes, den
Barmhärtiges namn

2

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ

al-Hamdu lillaahi rabbil 'aalamiin

Lov och pris tillkommer Allah,
världarnas Herre

3

الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

ar-Rahmaanir-rahiim

den Nåderike, den Barmhärtige,

4

مَالِكِ يَوْمِ الدِّينِ

Maaliki yawmiddiin

som allsmäktig råder över Domens dag!

5

إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ

Iyyaaka na'budu wa iyyaaka nasta'in

Dig tillber vi, Dig anropar vi om hjälp.

6

اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ

Ihdinas-siraatal mustaqiim

Led oss på den raka vägen

STEG 3 fortsättning



صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ

Siratallathiina an'amta 'alayhim
den väg de vandrat som Du har
välsignat med dina gåvor,

غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ

Gayril maghdoobi 'alayhim
inte de som har drabbats av Din vrede

وَلَا الضَّالِّينَ

Waladdaallin
och inte de som har gått vilse!

آمين

Aamin
(Säg) amin

STEG 4

Det är brukligt att under de två första *rak'at* läsa ytterligare någon kapitel eller några verser ur Koranen efter *al-Fâtiha*. Bönen är dock inte ogiltig om det inte görs. I slutet av denna handbok finner du några korta kapitel.



STEG 5

Gör *takbîr* (dvs. säg Allaahu akbar) och lyft händerna på det sätt som beskrivits i steg 1.

Allaahu Akbar
Allah är större

اللَّهُ أَكْبَرُ



STEG 6

x3

سُبْحَانَ رَبِّيَ الْعَظِيمِ

Subhaana rabbiyal 'aziim

Upphöjd vare min Herre, den Allsmäktige

Ryggen ska vara rak och ben och armar ska vara sträckta. Blicken ska fortfarande vara riktad mot den punkt där pannan kommer att vidröra marken vid nedfallandet.



STEG 7

Res dig från bugningen till ursprungspositionen. Säga medan du reser dig till upprättstående:

سَمِعَ اللَّهُ لِمَنْ حَمِدَهُ

Sami' Allahu liman hamidah

Allah lyssnar till den som lovprisar Honom



Res dig till upprättstående, samtidigt som du lyfter händerna och sedan låter dem falla utmed sidorna, eller på samma plats som i steg 2, medan du reser dig till denna position säger du:

STEG 8

رَبَّنَا وَلَكَ الْحَمْدُ

Rabbanaa wa lakal-hamd

vår Herre, Dig tillkommer all lov och pris

Nästa steg är att gå ned i *Sujûd*-läge (Nedfallandet) Medan du går ner till denna position säger du:

STEG 9

Allaahu Akbar

Allah är större

الله أَكْبَرُ

Sujûd innebär att panna, näsa, handflator, knän och tår samtidigt ska vara i marken. Handflatorna bör placeras i jämnhöjd med axlarna eller öronen en bit ifrån, och fingrarna hållas ihop riktade mot qiblah. Armbågar och underarmar bör hållas en bit ut från kroppen och inte vidröra marken. Hälarna bör hållas ihop och tårna riktas mot *qiblah*.

x3

سُبْحَانَ رَبِّيَ الْأَعْلَى

Subhaana rabbiyal 'alaa

Upphöjd vare min Herre, den Högste



Medan du befinner dig under *Sujûd*-läge, skall följande sägas tre gånger:

Säg följande då du reser dig till den sittande positionen.

STEG 10

Allaahu Akbar
Allah är större

اللَّهُ أَكْبَرُ



Under detta läge sitter på vänstra låret, med vänster fot längs med marken och den högra foten upprätt. Tårna på den högra foten skall vara vända mot *qiblah* och händerna skall placeras på knäna.

رَبِّ اغْفِرْ لِي

Rabbigferli
Herre förlåt mig

Under sittande positionen säg följande två gånger.

För andra gången går du ner i nedfallsläge (*sujūd*) på samma sätt som beskrivs i steg 9, samtidigt som du gör det säger du:

STEG 11

Allaahu Akbar
Allah är större

اللَّهُ أَكْبَرُ

x3

Medan du befinner dig under *sujūd*-läge, skall följande sägas tre gånger:



سُبْحَانَ رَبِّيَ الْأَعْلَى

Subhaana rabbiyal 'alaa
Upphöjd vare min Herre, den Högste

Den första *rak'ah* är nu utförd. Det som skall göras nu är antingen andra / eller sista *rak'ah*.

**FÖRRÄTTA ANDRA
ELLER SISTA
RAK'AH AV BÖNEN**



Stå upp från nedfall eller sittande positionen.

STEG 1

Säg samtidigt som du reser dig:

Allaahu Akbar

Allah är större

اللَّهُ أَكْبَرُ



Upprepa steg 3 till och med steg 11 från den första *rak'ah* av bönen.

STEG 2



STEG 3

Gör följande efter steg 11, säg:



Allaahu Akbar

Allah är större

اللَّهُ أَكْبَرُ

Nu befinner du dig under den sittande positionen, det är rekommenderat att peka och snurra (våldigt litet) med pekfingeret på den högra handen, medan du följer nedanstående steg.

STEG 3 fortsättning

1 التَّحِيَّاتُ لِلَّهِ وَالصَّلَوَاتُ وَالطَّيِّبَاتُ

Attahiyaatu lillaahi wassalawaatu wattayyibaat

All dyrkan, alla välsignade ord, alla böner och alla rena ord tillkommer Allah

2 السَّلَامُ عَلَيْكَ أَيُّهَا النَّبِيُّ

Assalaamu 'alayka ay-ayouhan-nabiyu

Frid vare med dig, O Profet

3 وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ

Wa rahmatu Allahu wa Barakatuhu

och Allahs nåd och välsignelser



STEG 3
fortsättning

السَّلَامُ عَلَيْنَا وَعَلَى عِبَادِ اللَّهِ الصَّالِحِينَ 4

*Assalaamu 'alaynaa wa 'alla
'baadillaahissaliheen*

Må Allahs frid vara över oss och över Allahs
rättskaffens tjänare

أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ 5

Ash-hadu allaa ilaaha illallaah

Jag vittnar om att det inte finns något som är
värt dyrkan utom Allah

وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ 6

*Wa ash-hadu anaa Muhhammad 'abduhu wa
rasuluhu*

och jag vittnar om att Muhammad är Allahs
tjänare och Sändebud



VAD SKALL GÖRAS DÄRNÄST?

Nu har du utfört både första och andra *rak'ah* (bönenhet), det som skall göras efter beror på vilken bön du utför, de olika bönerna har olika antal *rak'ah* som skall utföras.

Ta hjälp av tabellen nedan för att få se på vad som skall göras, och till vilken steg du ska fortsätta.

Gryningsbönen

Första rak'ah	Andra rak'ah	Slutför bönen
		Följ stegen på sidan 38

Middagsbönen, Eftermiddagsbönen, Kvällssbönen

Första rak'ah	Andra rak'ah	Tredje rak'ah	Fjärde rak'ah	Slutför bönen
		Följ stegen på sidan 28	Följ stegen på sidan 34	Följ stegen på sidan 38

Skymningsbönen

Första rak'ah	Andra rak'ah	Tredje rak'ah	Slutför bönen
		Följ stegen på sidan 34	Följ stegen på sidan 38

STEG 1



1

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ

Allahumma salli 'ala Muhammad

Allah! Välsigna Muhammad

2

وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ

Wa 'ala aali Muhammad

Och välsigna Muhammads familj

3

كَمَا صَلَّيْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ

Kamaa salyta 'ala Ibraahiim

Såsom Du välsignade Abraham

4

وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ

Wa 'ala aali Ibraahiim

Och Abrahams familj

5

إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ

Innaka hameedun Majiid

Du är i sanning Lovprisad, fylld av
lysande Härlighet.



STEG 1 fortsättning

6

وَبَارِكْ عَلَى مُحَمَّدٍ

Wa barek 'ala Muhammad

Gud! Ge Din Nåd till Muhammad

7

وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ

Wa 'ala aali Muhammad

Och ge Din Nåd till Muhammads familj

8

كَمَا بَارَكْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ

Kamaa barakta 'ala Ibraahiim

Såsom Du gav Din Nåd till Abraham

9

وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ

Wa 'ala aali Ibraahiim

Och Abrahams familj

10

إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ

Innaka hameedun Majiid

Du är i sanning Lovprisad, fylld av
lysande Härlighet

SLUTFÖR BÖNEN

Genom att utföra den avslutande hälsningen (*at-taslîm*):



STEG 2

Vrid huvudet till höger och säg:

السلام عليكم ورحمة الله

Assalaamu 'alaykum wa rahmatullah

Frid och Allahs nåd vare med er



STEG 3

Vrid huvudet till vänster och säg:

السلام عليكم ورحمة الله

Assalaamu 'alaykum wa rahmatullah

Frid och Allahs nåd vare med er

ÅMINNELSER EFTER BÖNEN

Så här lång är bönen komplett, men det som är starkt rekommenderat att göras efter bönen är åminnelser, och därefter att be *sunnah*-böner i anslutning till de obligatoriska bönerna.

“De män och de kvinnor som alltid åminner Allah - [för dem alla] har Allah i beredskap förlåtelse för deras synder och en rik belöning.”
[Koranen 33:35]

x33
سُبْحَانَ اللَّهِ

Subhana Allah

Upphöjd
vare Allah

x33
الْحَمْدُ لِلَّهِ

al-Hamdu lillah

Lovprisad
vare Allah

x34
اللَّهُ أَكْبَرُ

Allahu akbar

Allah
är större



NÅGRA KORTA KAPITEL UR KORANEN

En eller flera av följande kapitel kan reciteras efter öppningskapitlet *al-Fâtiha*, Koranens första *sura*. Det kan göras endast under första och andra *rak'ah*. Bönen är dock inte ogiltig om det inte görs.

AL-KAWTHAR (DET GODA I ÖVERFLÖD) [KORANEN KAPITEL 108]

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Bismi-illaahi-ar-rahmaani-ar-rahiim

I Allahs, den Nåderikes, den
Barmhärtiges namn



إِنَّا أَعْطَيْنَاكَ الْكَوْثَرَ

Innaa a'ataynaaka al-kawthar

Vi har sannerligen gett dig det goda i
överflöd!



فَصَلِّ لِرَبِّكَ وَانْحَرْ

Fasalli lirabika wanhar

Be därför till din Herre och förrätta [ditt]
offer!



إِنَّ شَانِئَكَ هُوَ الْأَبْتَرُ

Inna Shaani'aka huwal abtar

Det är den som är full av hat mot dig
som är utestängd [från Allahs nåd]

AN-NASR (SEGERN)
[KORANEN KAPITEL 110]

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Bismi-illaahi-ar-rahmaani-ar-rahiim

I Allahs, den Nåderikes, den Barmhärtiges namn



إِذَا جَاءَ نَصْرُ اللَّهِ وَالْفَتْحُ

Iza Jaa' nasru Allah wal-fateh

Då Allahs hjälp kommer med segern



وَرَأَيْتِ النَّاسَ يَدْخُلُونَ فِي دِينِ اللَّهِ أَفْوَاجًا

Wara'ita an-nas yadkholoun fi deen illahi afwaja

och du ser människorna i oräkneliga skaror flocka sig till
Allahs religion,



فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَاسْتَغْفِرْهُ إِنَّهُ كَانَ تَوَّابًا

Fasabeh bihami rabika wa-istagferhu inahu kanatawabar

lova och prisa då din Herres namn och sök Hans förlåtelse!
Han är alltid beredd att ta emot den [uppriktigt] ångerfulles
ånger.

AL-IKHLAS (DEN RENA TRON)
[KORANEN KAPITEL 112]

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Bismi-illaahi-ar-rahmaani-ar-rahiim

I Allahs, den Nåderikes, den Barmhärtiges namn



قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ

Qul Huwaallaahu ahaad

SÄG: "Han är Allah - En,



اللَّهُ الصَّمَدُ

Allahu as-Samaad

Allah, den Evige, den av skapelsen
Oberoende, av vilken alla beror.



لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ

Lam yaled walam youlaad

Han har inte avlat och inte blivit avlad,



وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ

Walam yakoon lahu kufuwan ahaad

och ingen finns som kan liknas vid Honom."

AL-FALAQ (GRYNINGENS HERRE)
[KORANEN KAPITEL 113]

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Bismi-illaahi-ar-rahmaani-ar-rahiim

I Allahs, den Nåderikes, den Barmhärtiges namn

1

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ

Qul a'ouzou berab al-Falaq

SÄG: "Jag söker skydd hos gryningens Herre,

2

مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ

Men sharri ma khalaq

mot det onda i det som Han har skapat,

3

وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ

Wa men sharri ghasiqin izaa waqab

mot det onda i nattens tättnande mörker,

4

وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ

Wa men sharri an-Naffaathati fil'uqad

mot det onda från dem som blåser på knutar,

5

وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ

Wa men sharri haasidin izaa hasad

och mot det onda i avunden från den som avundas."

AN-NAS (MÄNNISKORNAS HERRE)
[KORANEN KAPITEL 114]

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Bismi-illaahi-ar-rahmaani-ar-rahiim

I Allahs, den Nåderikes, den Barmhärtiges namn

1

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ

Qul a'ouzou berab an-naas

SÄG: "Jag söker skydd hos människornas Herre,

2

مَلِكِ النَّاسِ

Mallek an-naas

människornas Konung,

3

إِلَهِ النَّاسِ

Illahi an-naas

människornas Gud,

4

مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ

Men sharril waswaasil khanaas

mot det onda som den förrädiske frestaren

5

الَّذِي يُوسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ

Allazi youwaswisou fii sodouri annas

viskar i människornas hjärtan,

6

مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ

Minal jinnati wannas

[viskar] genom [onda] osynliga väsen och [deras likar
bland] människorna."

إِن صَلَّوْا عَلَى الْمَوْتِينَ مِنْ بَنِي

www.salat.se