



# 63

## FROMME GJERNINGER

( for islamske søstre )  
( NORWEGIAN )

En omfattende samling av sharia og tareeqah i form av spørsmål.

Av:

Shaykh-e-Tareeqat, Ameer-e-Ahl-e-Sunnat og grunnleggeren av Dawat-e-Islami, 'Allamah Maulana Abu Bilal

# MUHAMMAD ILYAS

Attar Qadiri Razavi دامت برکتہم اعدایہ

Presentert av:

Markazi Majlis-e-Shoora

(Dawat-e-Islamis sentrale rådgivende organ)

63

Fromme  
gjerninger

*For islamske søstre*

Shaykh-e-Tareeqat, Ameer-e-Ahl-e-Sunnat,  
Grunnleggeren av Dawat-e-islamami, 'Allamah Maulana

دانتك بَرَكَاتُهُمُ الْعَالِيَهُ  
**Abu Bilal Muhammad Ilyas Attar Qaadiri Razavi**



*Oversatt til norsk av*  
oversettelsesavdelingen i Dawat-e-Islami

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى سَيِّدِ الْمُرْسَلِينَ  
 أَمَا بَعْدُ فَأَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ط

## 47 fromme handlinger fra dag til dag

### Første nivå: 17 fromme gjerninger

- 1 Har du i dag gjort minst én god intensjon før utførelsen av de tillatte handlingene? (Måtte vi oppmuntre noen andre også til å gjøre dette! En “from gjerning” vil anses som utført hvis en god intensjon blir gjort før tre gjerninger).

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt

- 2 Har du i dag utført alle fem daglige bønn?
- (Skulle ønske: at vi får muligheten til å ha en spesiell plass hjemme kun for å utføre bønn. Det er mustahab (foretrukket) å ha en slik plass, som kalles Masjid-e-bait. Hvor flott hadde ikke

	det vært at vi på menstruasjonsdagene og i barseltiden brukte bønnetid (tid som vi vanligvis bruker på Salah) til å gjøre dhikr, resitere Salawat eller på å studere religionen (Uten å berøre Koranversene og oversettelsen.)															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
3	Har du i dag resitert Ayat-ul-Kursi, Surah Al-Ikhlaas og Tasbih-e-Fatimah رَضِيَ اللهُ عَنْهَا minst én gang etter hver av de fem bønnene og ved sengetid?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
4	Har du i dag resitert eller lyttet til Surah al-Mulk om kvelden?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt

5	Har du i dag resitert eller lyttet til minst 3 vers med oversettelse og kommentarer (Tafseer) fra <i>Kanz-ul-Iman ma' Khaza'in-ul-Irfan</i> eller <i>Noor ul Irfan</i> eller fra den enkle oversettelsen av Koranen <i>Kanz-ul-Irfan ma' Ifham-ul-Quran?</i> Eller har du lest eller lyttet til ca. 2 sider fra <i>Tafseer Siraat-ul-Jinan?</i>															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
6	Har du resitert noen åndelige besvergelses (auraad) fra den velsignede Shajarah i dag?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
7	Har du i dag resitert salawat over den siste Profeten صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ minst 313 ganger?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt

8	Har du beskyttet øynene dine fra synder i dag (dvs. fra utillatelig blikk, se på filmer, dramaer og fra syndefulle videoer på mobilen)?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
9	Har du beskyttet ørene dine fra synder i dag (for eksempel fra å lytte til baksnakking, sanger, musikk, onde og uanstendige samtaler og musikalske ringetoner ol.)?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
10	Har du i dag, mens du har gått eller reist i en bil eller buss, holdt blikket senket og beskyttet deg selv fra unødvendige blikk. Har du i tillegg beskyttet deg selv fra å se her og der unødvendig? (Hvor flott hadde det ikke vært hvis vi holdt blikket senket mens vi pratet med															

andre istedenfor å stirre på dem uten grunn)																
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt	
11	Har du i dag lest eller lyttet til en bok av A'la Hadrat رَحْمَةُ اللهِ عَلَيْهِ eller en bok, hefte utgitt av Maktaba-tul-Madinah eller månedsmagasinet “(Mahnama) <i>Faizan-e-Madinah</i> ” i minst 12 minutter?															
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt	
12	Har du i dag stoppet opp alle andre aktiviteter slik som å snakke, gå, plukke og legge fra deg ting, lage mat og snakke i telefon osv., for å svare på Azaan? (Hvis Azaan startet etter at du begynte å spise og drikke, er det tillatt å fortsette. På samme måte er det ingen hindring i å gå og utføre Wudu for å gjøre seg klar til Salah).															
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt	

13	Har du i dag (hjemme eller ute), kurert ditt sinne når du har blitt sur på noen ved å være stille eller har du snakket ut?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
14	Har du fylt ut rubrikkene i heftet "Fromme gjerninger" i dag mens du har reflektert over dine gjerninger?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
15	Har du adlydt din Nigran i dag i samsvar med prinsippene utstedt av "Aalami Majlis-e-Mushawarat"? (Velsignet ordtak av Ameer-e-Ahl-e-Sunnat <b>دَامَتْ بَرَكَاتُهُمُ الْعَالِيَةِ</b> : Der hvor sharia tillater det, er lydighet mot shura lydighet mot meg, og ulydighet mot shura er ulydighet mot meg.)															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt



16	Har du i dag snakket høflig hjemme og ute med alle unge og eldre mennesker? (Smil når det er passende, så lenge det ikke er noen na-mahram tilstede)															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
17	Har du undervist eller lært den hellige Koranen i Madrasa-tul-Madinah (For islamske søstre) i dag?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
<b>Andre nivå: 18 fromme gjerninger</b>																
18	Har du i dag brukt minst 2 timer på islamske aktiviteter av Dawat-e-Islami i henhold til planen gitt av Nigran?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt

19	Har du i dag prøvd å avstå fra å titte (unødvendig) ut av vinduene eller fra å titte inn i andres hus gjennom dørene ol.?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
20	Har hjemme-dars blitt gitt i ditt hus i dag? Eller har hjemme-dars blitt gitt i ditt fravær av en eller annen grunn?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
21	Har du i dag avstått fra synden av å snakke leende eller uanstendig med dine Na-Mahram naboer, slektninger og svoger(e)? Har du unngått å vise deg foran dem og har du opprettholdt Shari pardah? (Det er også bedre å unngå å vise seg foran svigerfar som en forsiktighet)															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt

22	Opprettholdt du Shari Pardah mens du var ute av huset?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
23	<p>Har du i dag avstått fra å bruke stramme (tettsittende) klær, og delvis gjennomsluktige plagg (som viser hudens farge og kroppsform), og dermed avholdt deg fra uanstendig påkledning? (Har du i tillegg avstått fra syndefulle moter som å fjerne øyebryn, spare på negler utover 40 dager, og å ha mannlig frisyre? (Glitter og neglelakk hindrer utførelsen av komplett rituell vask (Wuzu) og rituell bad (Ghusl)?). Sunnah påkledning for islamske søstre: Abu Dawood, Nasa'ee og Ibn Majah beretter fra Ibn-e-Umar رَضِيَ اللهُ عَنْهُمَا, at den hellige Profeten صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ, sa: «Isbaal, altså forbudet om å senke klærne, er i Tahband, skjorter og</p>															

	<p>turbaner. Hazrat Umm-e-Salamah رَضِيَ اللهُ عَنْهُمَا sa ydmykt: Hva er ordren for kvinner? Han صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ sa: Heng en håndspenn (Altså heng et håndspenn under halvparten av leggen). Hun رَضِيَ اللهُ عَنْهُمَا sa ydmykt at føttene til kvinnen vil være utildekket. Han صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ sa: «Heng et håndspenn til, ikke mer enn det.»</p> <p><b>Merk:</b> Beskytt barna dine (gutter og jenter) fra uanstendig påkledning (for eksempel få jentene til å gå med lange kjoler og guttene til å gå med kurtas som er under halvparten av leggen ol.)</p>															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
24	<p>Har du avstått fra åndelige synder i dag? (f.eks. sjalusi, arroganse, ondskap, skryt osv.)</p>															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt

25	Hvis du er gift, har du vist respekt til din ektemann og til dine foreldre dersom du ikke er gift? (Vær lydige mot dem hvis det de sier er i henhold til Shariah, kyss din mors hånd, hold din stemme lavere enn deres, ol. Hvis man bor med svigerfamilien, bør man ta det samme i betraktning for sin svigermor. For flere detaljer, studer heftet: "Havets kuppel")															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
26	I tilfellet av å begå en synd <b>مَعَادَ اللَّهِ</b> , angret du umiddelbart? (Skulle ønske at vi fikk muligheten til å resitere Istaghfar <b>أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ</b> 70 ganger daglig)															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
27	Har du inntatt måltidene dine i dag i henhold til Sunnah og resitert Du'a som skal resiteres før og															

etter måltidene?																
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt	
28	Har du handlet litt etter Sunnah i dag? (f.eks. entret og forlatt huset, sovet, våknet opp, sittet mot Qiblah o.l.)															
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt	
29	Har du i dag prøvd å utdanne og oppdra barna i henhold til den Hellige Koranen og den velsignede Sunnah? (Her bør man prøve å overbevise barna til å lese bønn, unngå sløsing av vann i for eksempel Wuzu, mat, drikke og elektrisitet. Man bør spesielt lære barna å spise og drikke i henhold til den velsignede Sunnah, gi og ta ting med høyre hånd, avstå fra å lyve, baksnakke og det å bruke uanstendig språk. I tillegg bør man unngå leker som inneholder															

	musikk, gi mobilen til barna for ubrukelige aktiviteter og spill, og man bør lære barna å snakke på en respektabel måte.)															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
30	Leste du Tahajjud-salah i dag? Hvis du ikke sov, leste du Salat-ul-Layl?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
31	Leste du Nafl Salah av Awabeen eller Ishraq og Chasht i dag?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
32	Har du lest Sunnah av Asr eller Isha før Farz? (Måtte vi få muligheten til å be Sunnah av Asr eller Isha før Farz og nafl-namaz etter Zuhr, Magrib og Isha Salah)															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt

33	Har du overtalt noen til å gjøre minst en islamsk aktivitet ut av de 8 islamske aktivitetene til Dawat-e-Islami gjennom personlig innsats?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
34	Har du i dag unngått å låne av andre enn personer i ditt hus eller benytte andres eiendeler (f.eks. klær, telefon, smykker etc.)? (Prøv å motstå fra vanen av å låne ting fra andre).															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
35	Har du i dag avstått fra løgn og baksnakking?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
<b>Tredje nivå: 12 fromme gjerninger</b>																
36	Har du sett på Madani Channel for en liten stund i dag?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt



37	Har du unngått personlig vennskap med en eller flere personer? (Personlige vennskap og grupper blir vanligvis en hindring for progresjonen av organisatoriske aktiviteter)															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
38	Dersom du har gjeld, har du i dag unngått å utsette nedbetalingen av gjelden din, til tross for å være i stand til å betale, uten långiverens tillatelse? Har du returnert lånte eiendeler etter oppfylling av deres formål og innenfor fastsatt tidsramme?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
39	Har du i dag brukt slike ydmykende setninger som ikke er i tråd med din hjertefølelse og dermed begått synder som hykleri, løgn, og å vise seg frem? (For eksempel si ting som; «Jeg er en synder», «Jeg er elendig?», mens du i ditt															

	hjerte ser på deg selv som en godhjertet og gudfryktig person).															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
40	Passet du på å ha det rent og pent, samt oppført deg oppriktig i dag? (Med rent og pent her menes det å holde kroppen, klærne, huset og barna dine rene. Med oppriktig menes det å være punktlig, ikke lukke dørene til huset eller bilen for hardt, legge tilbake ting på riktig plass hjemme, på en skole/videregående/universitet, eller i noen andres hus o.l.)															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
41	Har du i dag prøvd å skjule en annen muslims feil som du kom over, eller avslørte du vedkommende uten Shari'ah tillatelse?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt

42	Har du resitert بِسْمِ اللَّهِ før enhver tillatt og ærbødig handling? (En from gjerning vil være utført hvis du har resitert dette minst 3 ganger.)															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
43	Har du i dag bedt om tilgivelse uten regnskap for dine foreldre og Peer-o-Murshid (dvs. åndelig veileder), og gjort noe Isal-e-Sawab for dem? (Isal-e-Sawab kan bli gjort etter å ha resitert Durood på den hellige Profeten صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ en gang)															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
44	Hvis en ansvarlig Islamsk søster (eller en annen Islamsk søster) begikk en ugjerning og trengte å bli korrigert, forsøkte du å korrigere henne på en høflig måte, enten ved å skrive melding til henne eller møte henne, eller مَعَادَ اللَّهِ har du															

	begått den store synden baksnakking ved å avsløre det til noen andre uten sharia'ah tillatelse? I tilfelle du ikke tør å korrigere henne eller lykkes med å korrigere henne, da er det ingen skade i å løse problemet i henhold til organisatorisk metode (forutsatt at hennes ugjerning er skadelig for Dawat-e-Islami)															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
45	Bugün dilinizi günahlardan korudunuz mu (yani başkalarını suçlamak, insanların duygularını incitmek, hakaret vb.)?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
46	Har du i dag, for å etablere vanen med å beskytte tungen fra unødvendig bruk forsøkt å kommunisere noe gjennom tegn? (Med unødvendig bruk av tungen menes en slik konvensjon som verken har verdslig eller															

	religiøs fordel). (Måtte vi være blant de heldige som daglig kommuniserer minst 4 ganger skriftlig og 3 ganger med tegn).															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt
47	Har du i dag lyktes i å (hjemme og ute) avstå fra å tulle rundt, være sarkastisk, le høyt og såre andres følelser? (Husk! å såre følelsene til en muslim (uten shar'i grunn) er en stor synd).															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Totalt

## 63 Fromme gjerninger

Registrering av Qufl-e-Madinah-praksis			
Dato	Kommunisere ved å skrive	Kommunikasjon gjennom gester	Snakke uten å stirre på personens ansikt
	minst 12 ganger	minst 12 ganger	minst 12 ganger
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			
31			
<b>Total</b>			

### Ukentlig 5 fromme gjerninger

48.	Har du denne uken (i tilfelle rådet ditt blir fulgt eller du har myndighet), forsøkt å sende noen av dine Mahram menn (f.eks. bror, sønn, far osv.) eller din ektemann til forsamling for Islamske brødre (Ijtima)?				
49.	Har du fått mulighet til å se/lytte til ukentlig Madani Muzakarah? (Varighet: minst 1 time og 12 minutter fra spørsmål og svar starter)				
50.	Deltok du i den ukentlige Sunnah-inspirerte Ijtima' fra begynnelse til slutt?				
51.	Har du lest eller lyttet til ukens bok / hefte?				
52.	Har du denne uken fastet på mandag (eller annen dag dersom du mistet det på mandag)?				

### Månedlig 3 fromme gjerninger

- |     |   |
|-----|---|
| 53. | Har du fylt ut forrige måneds hefte med fromme gjerninger og levert det til din nigran eller ansvarlige islamske søster, eller har du sendt det inn via Neik Amaal-appen?   |
| 54. | Har du denne måneden forsøkt å finne minst én islamsk søster (som tidligere var tilknyttet det islamske miljøet, eller som pleide å delta på den ukentlige Ijtima', men som ikke lenger deltar) og forsøkt å få henne tilbake i det islamske miljøet igjen? |
| 55. | Deltok du i den månedlige Madani Halqah?  |

### Årlig 5 fromme gjerninger

- |     |   |
|-----|---|
| 56. | Betalte du Zakah uten å utsette det når det ble farz? Hadde du videre privilegiet om å gjøre Qurbani i tilfellet det ble Wajib? (Smykkene som er eid av en kvinne, (betingelsene blir |
|-----|---|



	<p>oppfylt) enten hun fikk dem fra sine foreldre eller som en gave fra hennes ektemann og gjorde henne til eieren av de. Da er det Farz for kvinnen å gi Zakah. (<i>Fatawa Razawiyyah, vol. 10, s. 132</i>) Hvis betingelsene for at Qurbani blir wajib er oppfylt, blir det også wajib for kvinnen, slik som det er wajib for menn). (<i>Bahar-e-Shari'at, del 15, vol. 3, s. 332</i>).</p>	
57.	<p>Har du tatt igjen (fullført Qaza) fastene fra Ramadan i år, som du gikk glipp av som følge av menstruasjon og evt. barseltid før ankomst av neste Ramadan? (Husk at: Kvinner ved menstruasjon eller barseltid blir fritatt fra å utføre bønn, men er forpliktet til å ta igjen tapte faster)</p>	

58.	Har du i løpet av året lest eller lyttet og korrigert din rituelle vask Wuzu, rituelle bad Ghusl og daglige bønn Salaah i henhold til forklarte metoder i Bahar-e-Shariat, eller boka; (Islami behno ki namaaz)? Har du dessuten gjennomgått det i nærvær av en Muballighah eller en Mahram muballigh?	
59.	Har du minst én gang lest hele Koran med Tajweed (korrekt uttalelse)? Har du i så fall repetert dette i løpet av året?	
60.	Har du lest disse to bøkene Kufriyah Kalimat kay baaray mayn Suwal Jawab og Parday kay Baray Mayn Suwal Jawab i løpet av året?	
<b>Livets 3 fromme gjerninger</b>		
61.	Har du lest livstidspensum? (Har du lest eller lyttet til <i>Minhaj-ul-'Aabideen</i> , <i>Ja-ul-Haq</i> , fra del	

9 av *Bahar-e-Shari'at*, kjøp og salg og foreldrenes rettigheter fra del 16, (og hvis du er gift) Mahrmaat og ektefellens rettigheter fra del 7; oppdragelse av barn fra del 8; Hurmat-e-Musaharat, skilsmisse, Zihaar og *Talaaq-e-Kinayah*. Bøker av A'la Hadrat رَحْمَةُ اللهِ عَلَيْهِ "Tamheed-ul-Iman, Hussam-ul-Haramayn. Videre bøkene til Maktaba-tul-Madinah "Chanday Kay Baray Mayn Suwal Jawab; Bunyadi Aqaaid aur Ma'mulaat-e-Ahl-e-Sunnat; Aqeedah-e-Aakhirat, 10 Aqeeday, Islam kay Bunyadi Aqeeday, اَلْحَقُّ السَّبِيحُ Islam ki Bunyadi Baatayn (3 deler), Kitab-ul-Aqaaid, Guldastah-e-Aqaaid-o-A'maal, Gano kay 35 Kufriyah Ash'aar, 28 Kalimat-e-Kufr, A'la Hadrat say Suwal Jawab, Ilm-ul-Quran, Namaz kay Ahkam og alle kapitlene i Faizan-e-Sunnat?) (Måtte vi lese eller lytte til Faizan-e-

	Ramzan et kapittel av Faizan-e-Sunnat hvert år).	
62.	Har du gjennomgått ulike kurs (spesielt " <i>Aaiye Deeni kaam Seekhiye</i> " og " <i>Jannat ka Rasta</i> ") hos Dawat-e-Islami en gang i løpet livet?	
63.	Har du lært med korrekt uttale: De seks kalimaene, Iman-e-Mufassal, Iman-e-Mujmal, Azan, Du'a som resiteres etter Azan, minst de 10 siste suraene i Koranen, Du'a-e-Qunoot, Attahiyyat, Durood-e-Ibraheemi og en hvilken som helst Du'a-e-Masurah? (Måtte vi ha privilegiet å repetere alt dette hver første mandag i måneden, eller en hvilken som helst annen dag hvis vi ikke rekker det på mandag).	

## Madani, datter av 'Attar

Ameer-e-Ahl-e-Sunnat **دَامَتْ بَرَكَاتُهُمُ الْعَالِيَهُ** sier at den som utfører følgende fire aktiviteter konsekvent, er min "Madani-datter".

1. Kommuniserer skriftlig minst 12 ganger hver dag.
2. Kommuniserer med gester minst 12 ganger daglig.
3. Samtale uten å stirre direkte på en person minst 12 ganger hver dag
4. Utfører minst 52 fromme gjerninger hver måned.

صَلُّوا عَلَى الْحَبِيبِ      صَلَّى اللَّهُ عَلَى مُحَمَّدٍ

Måned \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_

Navn med fars navn \_\_\_\_\_ Alder (ca.) \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

---

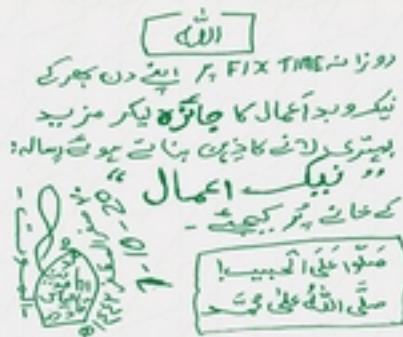
Zayli Halqah \_\_\_\_\_ Halqah \_\_\_\_\_ Område/By \_\_\_\_\_

1. Hvor mange fromme gjerninger av 63 har du forsøkt å utføre denne måneden? \_\_\_\_\_
2. I løpet av hvor mange dager har du reflektert over dine gjerninger denne måneden? \_\_\_\_\_
3. Fikk du æren av å bli Madani datter denne måneden?  
\_\_\_\_\_
4. **إِنْ شَاءَ اللَّهُ** Jeg skal bestrebe meg på å utføre \_\_\_\_ fromme handlinger neste måned.

Hvilken tid har du satt av til å tenke over dine gjerninger?

---





I dette heftet er det gitt tretti bokser for hver Neyk Amal aktivitet. Hver boks representerer en dag av måneden. Fyll inn dette kortet hver dag på et bestemt tidspunkt, mens du praktiserer Iaita (reflektere over sine gjerninger). Bruk et "onvendt kryss" (x) for å markere oppfyllelsen av neyk amal, og bruk (O) for ikke oppfyllelse. Sett totalt i totalboksen ved enden av raden. إن شاء الله تعالى, da vil utvikle hat i mot syndene og få en gradvis utvikling i praksisen.

Det er forkklart i en Hadith, (nærmeste mening): "Å reflektere en stund [over livet etter døden] er bedre enn seksti (60) års tilbedelse". (Sunan an-Najibi til asyraf, Hadith 1997, p. 367)

**Dua av Allah:** Oh Allah انزل عليّ Gi utholdenheten og æren av å være Din foretrukne tjener til enhver som handler på Neyk Amal for å oppnå Din Gleder, fyller ut kortet/heftet daglig, og leverer det hver måned til Zeli Mushawat Nigraan.

محرم بنامہ اللہ الرحمن الرحیم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم

Aalami Madani Markaz, Fairan-e-Madinah, Mahallah Saudagaran

Purani Sabzi Mandi, Bab-ul-Madinah, Karachi, Pakistan

UAN: +92 21 111 25 26 92 | Ext: 7213

Web: [www.maktabatulmadinah.com](http://www.maktabatulmadinah.com) | E-mail: [feedback@maktabatulmadinah.com](mailto:feedback@maktabatulmadinah.com)