



63

Madani In'amaat

*Voor Islamitische Zusters*

Shaykh-e-Tariqat, Amir-e-Ahl-e-Sunnat,  
Oprichter van Dawat-e-Islami, Allamah Maulana

**Abu Bilal Muhammad Ilyas Attar Qadiri Razavi**

دَامَتْ بَرَكَاتُهُمُ الْعَالِيَهُ



Vertaald in het Nederlands door Majlis-e-Tarajim (Dawat-e-Islami)

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

## Madani-toelichting

Drie regels zijn vastgesteld in antwoord op vragen over details en verduidelijking met betrekking tot Madani In'amat<sup>1</sup>.

Regel 1: Sommige Madani In'amat bestaan uit enkele onderdelen. Bijvoorbeeld: De Madani In'ama die gaat over Tahajjud, Ishraq, Chasht en Awwabin omvat vier onderdelen. In zo'n geval zal de Madani In'ama als 'voldaan' worden beschouwd als op het merendeel van de delen wordt gepraktiseerd. ('Merendeel' betekent meer dan de helft, zoals bijvoorbeeld 51 van de 100 wordt als 'merendeel' beschouwd).

Regel 2: Sommige Madani In'amat zijn zo dat als die worden gemist op een dag, dat ze de volgende dag kunnen worden

---

<sup>1</sup> 'In'amat' betekent letterlijk 'geschenken'. 'In'am' is het enkelvoud voor In'amat. Elke vraag is een 'Geschenk' – een cadeau voor het hiernamaals. إِنَّ شَاءَ اللَّهُ عَزَّوَجَلَّ

ingehaald. Voorbeelden zijn als men niet: 4 [opeenvolgende] pagina's van Faizan-e-Sunnat heeft gelezen: 313 keer Salat Alan-Nabi صَلَّى اللهُ تَعَالَى عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ heeft gereciteerd of: tenminste 3 verzen van de Heilige Quran uit Kanz-ul-Iman heeft gereciteerd met vertaling en commentaar. Als u in die gevallen het aantal dagen dat u gemist heeft, later achtereenvolgens inhaalt dan zal de Madani In'ama als voldaan worden beschouwd.

*Regel 3:* Het kost tijd om gewend te raken aan het praktiseren op sommige Madani In'amat. Bijvoorbeeld: Niet hardop lachen, niet onbeleefd praten en lopen met uw blik naar beneden. Zolang u probeert op de Madani In'ama te praktiseren, zal die Madani In'ama als vervuld worden beschouwd. (Het 'proberen' zal worden aangenomen als ten minste 3 keer per dag is gepraktiseerd).

## 47 Dagelijks Madani In'amat

### Eerste Niveau: 17 Madani In'amat

1. Heeft u vandaag voor het verrichten van toegestane handelingen **goede intenties** gemaakt? Bovendien, heeft u ten minste twee anderen gemotiveerd om hetzelfde te doen?

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

2. Heeft u vandaag **de dagelijkse vijf gebeden** verricht? (Het is Mustahab om een vaste plek in het huis voor Salah vast te stellen: deze plek wordt 'Masjid-ul-Bayt' genoemd).

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

3. Heeft u vandaag **Ayat-ul-Kursi** (Quran 2:225), **Tasbih-e-Fatimah** en Sura-tul-Ikhlâs na elk gebed en voor het slapen gelezen? Heeft u in de avond **Sura-tul-Mulk** (Quran 67ste Surah) gereciteerd of beluisterd?

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

4.	Heeft u vandaag de <b>Azan</b> [oproep tot het gebed] en <b>Iqamah</b> [oproep tot het gezamenlijke gebed] beantwoord en daarbij ook uw bezigheden bijv. lopen, praten, oppakken en neerzetten, telefoongesprekken, auto rijden etc. gestopt? (Als de Azan begint terwijl u aan het eten/drinken bent, dan mag u hiermee doorgaan.)															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
5.	Heeft u vandaag enkele Awrad vanuit uw <b>Shajarah</b> gelezen en tenminste 313 keer <b>Salat 'Alan-Nabi</b> gereciteerd? Heeft u vandaag ten minste drie verzen van de Heilige Qur'an uit Kanz-ul-Iman (met de vertaling en toelichting) gereciteerd of beluisterd?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
6.	Heeft u vandaag bij het voornemen van toegestane handelingen <b>اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ عَلٰى كُلِّ حَالٍ</b> gezegd? Heeft u <b>اِنْ شَاءَ اللّٰهُ عَزَّوَجَلَّ</b> gezegd op de vraag hoe het met u gaat in plaats van te klagen en op het zien van gunsten <b>مَا شَاءَ اللّٰهُ عَزَّوَجَلَّ</b> gezegd?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	

7.	Heeft u vandaag iedereen op een <b>beleefde manier aangesproken</b> , (thuis of buitenshuis) jong of oud, zelfs uw ouders (en met uw kinderen en hun moeder) i.p.v. 'Jij' met 'U' aangesproken.															Totaal
	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	
8.	Heeft u vandaag de <b>Salam beantwoord</b> van anderen? Als er werd geniest en degene zei <b>أَلْحَمْدُ لِلَّهِ</b> , reageerde u hierop met <b>بِإِذْنِ اللَّهِ</b> (op een hoorbare toon)? (Reageer op Salam / niezen van een Niet-Mahram [man] zo zacht dat u het alleen zelf hoort)															Totaal
	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	
9.	Heeft u tijdens uw gesprekken geprobeerd om de officiële <b>termen van Dawat-e-Islami</b> te gebruiken? Heeft u pogingen gedaan om uw <b>uitspraak</b> te verbeteren?															Totaal
	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	

10.	Heeft u vandaag tijdens het eten geprobeerd om volgens de <b>Sunnah manier te zitten</b> ? Met behoud van <b>Pardah<sup>1</sup> over Pardah</b> en gebruik gemaakt van servies van aardewerk? En heeft u geprobeerd de 'Qufle-e-Madinah' van de Maag toe te passen (i.e. minder eten dan uw trek)?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
11.	Heeft u vandaag op z'n minst <b>twee Dars</b> (korte toespraken) <b>van Faizan-e-Sunnat</b> gegeven of beluisterd op een geschikte plek (Madrasah, thuis, etc.)? (Tijdens de dagen van de menstruatie, is het toegestaan om Dars te geven. Reciteer hierbij niet de verzen van de Qur'an en de vertaling. Raak de verzen en de vertalingen niet aan, zowel vanaf de voor- of de achterkant.) (Eén Dars van de twee, is noodzakelijk om thuis te geven.)															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	

---

<sup>1</sup> *Pardah over Pardah: in de Madani omgeving wordt verwezen naar het dubbel bedekken van de privégedeelten met kleren en met een sjaal [chadar] of met de kurta.*

12.	Heeft u vandaag een <b>inspirerend boek</b> (uitgeven door <b>Maktaba-tul-Madinah</b> ) gelezen of beluisterd voor 12 minuten: en 4 pagina's Faizan-e-Sunnat in volgorde gelezen of beluisterd? (Excl. van het geven van Dars, zie punt 11)															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
13.	Heeft u vandaag <b>Salat-ut-Taubah</b> op z'n minst een keer verricht (bij voorkeur net voor het slapen). En heeft u om <b>vergifenis voor de zondes</b> gesmeekt die u zowel vandaag bent begaan als in het verleden? Heeft u verder bij het begaan van een zonde meteen gesmeekt om vergiffenis en voorgenomen om die zonde niet meer te begaan?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
14.	Heeft u met volle concentratie de <b>Madani In'amat kaart ingevuld</b> terwijl u Fikr-e-Madinah (zelfreflectie op uw daden) deed voor minimaal 12 minuten?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	



15. Heeft u vandaag geprobeerd om op een **mat te slapen**, geweven van dadelbladeren (niet gemaakt van plastic), en indien niet beschikbaar, op de grond? Heeft u verder volgens de Sunnah een spiegel, kohl (Surma), kam, naald en draad, miswak, flesje olie en schaar bij uw **hoofdzijde** gezet toen u ging slapen (en ook meegenomen tijdens het reizen)? Heeft u na gebruik uw kleding opgevouwen, het bed opgemaakt etc?

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

16. Heeft u **portretten of stickers** van levende wezens in uw huis geplaatst? (Engelen van Barmhartigheid betreden niet het huis waar portretten van levende wezens worden geplaatst en in een huis waar een hond is. Als u gezag heeft, verwijder foto's van de muren, kleren, flessen, dozen en van overal in het huis om zegeningen te verdienen. Kleedt uw kinderen niet met kleding die foto's van levende wezens bevatten.)

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

17.	Heeft u vandaag geprobeerd om minstens twee Islamitische zusters te overtuigen door <b>Infiradi Koshish [individuele inspanning]</b> door ze uit te nodigen tot Madani In'amat, de Sunnah Inspirerende Ijtima' en andere Madani Activiteiten?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
<b>Tweede Niveau: 18 Madani In'amat</b>																
18.	Heeft u vandaag de <b>voorafgaande Sunnah gebeden</b> verricht, voor de Fard gebeden van Fajr, Dhuhur, 'Asr en 'Ishaa? En de Nafl (optioneel) gebeden na de Fard (verplicht) Raka'at verricht?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
19.	Heeft u vandaag de <b>Nafl gebeden</b> van Tahajjud (nachtgebed), Ishraq (ochtend), Chasht (middenochtend: Salat-ul-Duha) en Awwabin (na zonsondergang) gebeden?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
20.	Heeft u vandaag de Nafl gebeden van <b>Tahiyya-tul-Wudu</b> tenminste één keer verricht?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	

21.	Heeft u vandaag <b>Markazi Majlis-e-Shura, Kabinat, Mushawarats</b> en verschillende Majalis (comites) waaronder u valt (organisatorische structuur van Dawat-e-Islami) gevolgd (binnen de grenzen van Shari'ah)?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
22.	Heeft u zich vandaag <b>onthouden van het lenen en gebruiken van andermans</b> spullen (bijv. kleding, telefoon, sieraden etc.)? (Vermijd het lenen van andermans bezittingen. Markeer uw eigendommen en wees er zorgvuldig op.)															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
23.	Toen u vandaag boos werd op iemand (in huis of buiten), heeft u uw <b>boosheid geuit of bent u rustig/stil gebleven</b> ? Heeft u bovendien de betreffende persoon vergeven of bent u op zoek geweest naar een moment om wraak te nemen?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	

24.	Heeft u geprobeerd, bij het zien van een verkeerde handeling van een verantwoordelijke zuster (of een andere Islamitische zuster) wat verbeterd dient te worden, haar <b>op een beleefde manier verbeterd</b> door haar persoonlijk te ontmoeten of te schrijven? Of bent u <b>مَعَاذَ اللَّهِ</b> behoeden de zonde begaan van het <b>roddelen</b> door dit te <b>onthullen</b> bij anderen zonder een reden vanuit de Shari'ah?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
25.	Heeft u zichzelf vandaag <b>onthouden van het stellen van onnodige vragen</b> waardoor iemand anders de grote zonde van het liegen kon begaan? (Bijvoorbeeld: onnodig vragen of het eten lekker was of dat men problemen heeft ondervonden tijdens de reis etc?')															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
26.	Heeft u zich vandaag <b>onthouden van onnodig lachend praten en contact met Na-Mahram</b> (mannen waarmee u ooit zou kunnen trouwen) familieleden, burens en schoonbroer? Heeft u vermeden om in hun buurt te komen en Shar'i Pardah toegepast?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	

27.	Heeft u zich vandaag <b>onthouden van films, series en het luisteren naar muziek</b> via TV, DVD-speler of internet etc. (thuis en buitenshuis)? Heeft u uw ogen gesloten gehouden voor op z'n minst 12 minuten (naast het slapen), om zo de gewoonte te ontwikkelen om uw ogen te beschermen van zondes?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
28.	Heeft u vandaag de <b>19 Madani Parels</b> (Tips van wijsheid) voor zover mogelijk toegepast om <b>thuis een Madani omgeving</b> te creëren. Bent u voor Salat-ul-Maghrib thuis gekomen, na het afronden van uw buitenshuis activiteiten? (De 19 Madani Parels zijn aan het einde van dit boekje vermeld)															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
29.	Heeft u zich vandaag <b>onthouden van het vals beschuldigen van anderen</b> , het geven van slechte bijnamen (thuis en buitenshuis) en <b>uitschelden</b> ? (Noem niemand dief, heks, kleine, lange, etc.)															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	

30.	Heeft u zich vandaag <b>onthouden van het bemoeien met andermans gesprekken</b> ? Heeft u verder iemand onderbroken zonder volledig naar hem te luisteren? Bovenal, ondanks het begrepen te hebben, heeft u diegene lastiggevallen om zijn punt te herhalen en dit laten weten door uw gebaren, gezichtsuitdrukkingen of door woorden te gebruiken zoals: 'Wat, pardon etc.															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
31.	Heeft u vandaag zichzelf <b>onthouden van het vertellen van een leugen</b> aan de kinderen van uw huishouden zodat ze naar u luisteren? (Bijvoorbeeld door te zeggen "Maak je bord leeg: dan zal ik je speelgoed geven" of "Ga slapen: de kat komt," etc. – Het is een leugen wanneer dit niet het geval is)															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
32.	Bent u in de <b>staat van Wuzu</b> [Rituele Wassing] voor het grootste deel van de dag van vandaag gebleven? Heeft u geprobeerd staand, zittend en terwijl u opstond, uw gezicht richting de Heilige Qiblah te houden?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
33.	Heeft u vandaag in <b>Madrassa-tul-Madinah</b> voor volwassenen gestudeerd of les gegeven?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	

34.	Heeft u vandaag het merendeels van de dag <b>uw blik naar beneden gehouden [Qufl-e-Madinah]</b> tijdens het buiten lopen of op reis? Bovenal, heeft u zich onthouden van het 'hier en daar' kijken en het onnodig kijken naar reclameborden etc.? Bovendien, tijdens het gesprek met anderen heeft u uw ogen voor het grootste deel van de tijd omlaag gehouden of heeft u recht naar hen gekeken?															Totaal
	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	
35.	Heeft u vandaag moeite gedaan om uzelf te <b>onthouden van</b> (onnodig) <b>gluren naar buiten</b> vanaf het balkon van uw huis of gluren in andermans huizen door de deuren enz.?															Totaal
	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	

### Derde Niveau: 12 Madani In'amat

36.	Heeft u vandaag <b>uitstel van betaling van uw schulden vermeden</b> (ondanks in staat te zijn om het terug te betalen) zonder de toestemming van de schuldeiser(s)? Heeft u (tijdelijk) geleende spullen teruggegeven na gebruik binnen de afgesproken tijd?															Totaal
	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	

37.	Bij het te weten komen van een minpunt van een zuster, heeft u haar <b>goede naam beschermd</b> door het te verbergen of heeft u het onthuld (zonder toestemming vanuit de Shari'ah)? Heeft u vermeden om iemands geheim te onthullen (zonder zijn toestemming)? En daarmee het beschadigen van vertrouwen voorkomen?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Totaal
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
38.	Bent u vandaag erin geslaagd om uzelf te <b>onthouden van liegen, roddelen, verhalen vertellen, schelden, jaloezie, arrogantie en het breken van beloftes?</b>															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Totaal
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
39.	Heeft u vandaag een poging gedaan om angst in het lichaam en hart te hebben voor Allah <b>عَزَّوَجَلَّ</b> ( <b>Khushu en Khudu<sup>1</sup></b> ) terwijl u het <b>Gebed en de Du'a</b> (smeekbede) verrichtte? Heeft u zich aan de geschikte manieren van het heffen van handen tijdens de Du'a gehouden?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Totaal
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	

<sup>1</sup> Khushu verwijst naar de fysieke nederigheid van de ledematen en Khudu verwijst naar de nederigheid van het hart.



40.	Heeft u zich vandaag <b>onthouden van hypocrisie en uiterlijke vertoon</b> (iets goed doen om aan anderen te laten zien) door bepaalde nederige zinnen/woorden te gebruiken die u niet meende? Bijvoorbeeld: 'Ik ben een zondaar' terwijl dat niet overeenkomt met de gevoelens in uw hart).															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Totaal
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
41.	Heeft u vandaag de ' <b>Qufl-e-Madinah van de Tong</b> ' gepraktiseerd (bijv. zichzelf onthouden van onnodige gesprekken) en met gebaren gecommuniceerd? En op z'n minst 4 keer schrijvend gecommuniceerd?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Totaal
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
42.	Heeft u vandaag geprobeerd om uzelf te <b>onthouden van hardop lachen, treiteren, anderen uitlachen of het kwetsen van andermans gevoelens</b> (thuis/buitenshuis)? (Onthoud! Het is een grote zonde om een Moeslim te kwetsen.)															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Totaal
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	

43.	Heeft u vandaag geprobeerd om <b>zo min mogelijk woorden</b> te gebruiken in uw noodzakelijke gesprekken? Bij het gebruik van onnodige woorden, had u daarvan meteen spijt en heeft u daarna meteen <b>Salat 'Alan-Nabi</b> (Vrede en Zegeningen naar de Profeet <b>صَلَّى اللهُ تَعَالَى عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ</b> ) gereciteerd en Istighfar (smeken om vergiffenis in het Hof van Allah <b>عَزَّوَجَلَّ</b> ) gedaan?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Totaal
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
44.	Vandaag, in het geval dat u was toegestaan om de deur uit te gaan volgens de Shari'ah, heeft u <b>Madani Hijab</b> gedragen?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Totaal
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
45.	Heeft u vandaag zichzelf onthouden van de zonde van het dragen van <b>onbescheiden kleding, huid strakke kleding en / of dunne kleding</b> (die de vorm van de organen of de kleur van de huid laten zien)? Bovendien heeft u zichzelf onthouden van zondige modes, zoals het aannemen van een mannelijk kapsel, het vormen van de wenkbrauwen, niet knippen van de nagels langer dan 40 dagen, etc.? (Nagellak is een belemmering bij het vervullen van Wuzu en Ghusl en glitter moet ook ervan onthouden worden.)															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Totaal
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	

46.	Heeft u vandaag <b>iedereen gelijkwaardig behandeld</b> of heeft u persoonlijke vriendschap ontwikkeld met één of meerderen van hun (zonder Shar'i bedoelingen)? (Persoonlijke vriendschap is meestal een belemmering in de vooruitgang van Madani activiteiten.) Er is echter geen kwaad in, om met een betrouwbare vrome islamitische zuster wanneer het noodzakelijk is naar buiten te gaan).															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
47.	Heeft u vandaag aandachtig een <b>Bayan</b> [hele lezing] of <b>Madani Muzakara</b> [vraag/ antwoord sessie] via audio / video beluisterd in een Ijtima[Bijeenkomst]? Of ten minste 1 uur en 12 minuten <b>Madani Channel</b> gekeken?															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	<b>Totaal</b>
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	

Registratieblad van praktiseren op Qufi-e-Madinah (Madani maand ..... Jaar.....)				
Datum	Schrijvend gecommuniceerd  Tenminste 12x	Met gebaren gecommuniceerd  Tenminste 12x	Onthouden van het staren naar iemand's gezicht tijdens gesprekken Tenminste 12x	Qufi-e-Madinah bril gedragen  Op z'n minst 12 minuten
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				
<b>Totaal</b>				

### 3 Wekelijkse Madani In'amat

48.	Heeft u deze week de <b>Wekelijkse Ijtima'</b> (bijeenkomst) van begin tot eind bijgewoond? Zittend in de gebedspositie [Attahiyat] (zo lang mogelijk) en merendeel van de tijd uw blik naar beneden houdend, naar alle Bayanat (toespraken) geluisterd, deelgenomen in Dhikr, Du'a en staand Salat-us-Salam gelezen? (Inclusief Halqa en gebeden van Tahajjud, Fajr, Ishraq en Chasht)?	
49.	Heeft u deze week meteen na het einde van de bijeenkomst zelf het initiatief genomen om nieuwe zusters op een vriendelijke manier te ontmoeten die u niet kende en geprobeerd om hen te motiveren door uw <b>Infiradi Koshish</b> (individuele inspanning), heeft u de namen en contactnummers etc. genoteerd? (Ontmoet minimaal 4 zusters en neem ten minste één contactnummer en houd daarna ook contact.) Anders dan dit, heeft u gehandeld volgens de Sunnah door het grootste deel van de tijd te glimlachen bij het praten met andere Islamitische zusters, echtgenoot en andere Muhrimen? Het is beter om voorzichtig te blijven ten aanzien van de schoonvader.	
50.	Heeft u op <b>maandag gevast</b> (of op een andere dag)? Heeft u minimaal één keer deze week <b>brood gegeten van gerst?</b>	

### 5 Wekelijkse Madani In'amat

51.	Heeft u de <b>Madani In'amat</b> vragenlijst van de vorige Madani (Islamitische) maand <b>ingevuld en ingeleverd</b> bij de verantwoordelijke Islamitische zuster van uw buurt?
52.	Heeft u <b>Qul-e-Madinah</b> voor 25 uur toegepast door het lezen van het boek 'Stille Prins' op de eerste maandag van de Madani maand, om een gewoonte te ontwikkelen om af te zien van nutteloze gesprekken? Daarenboven, heeft tenminste één islamitische zus het Madani In'amat boekje ingevuld door het uitvoeren van Fikr-e-Madinah en dit ingediend als gevolg van uw individuele inspanning in deze maand? Heeft u met volle concentratie de Madani In'amat kaart ingevuld terwijl u <b>Fikr-e-Madinah</b> (zelfreflectie op uw daden) deed voor minimaal 12 minuten?
53.	Deze maand, op het moment van de Salah, heeft u <b>Zikr verricht, Salat-'Alan-Nabi gereciteerd</b> of een religieus boek gelezen (zonder het aanraken van de Qur'an verzen of hun vertaling) tijdens de dagen van de menstruatie of postnatale bloeding, voor de tijdsduur die u meestal nodig heeft in het verrichten van Salah?

54.	Heeft u de zes <b>Kalimah: Iman-e-Mufassal: Iman-e-Mujmal: de Takbir-e-Tashriq en de Talbiyah</b> (Labbaik) inclusief vertaling uit het hoofd geleerd? Heeft u het op de eerste maandag (of op een andere dag) van deze maand gereciteerd?	
55.	Heeft u met de juiste uitspraak en met vertaling de Azan: <b>Du'a na de Azan: laatste 10 Surah's (hoofdst ukken) van de Heilige Quran: Du'a-e-Qunut: Attahiyat: Durud-e-Ibrahim: en een Du'a-e-Masurah</b> uit het hoofd geleerd? Heeft u het op de eerste maandag (of op een andere dag) van deze maand gereciteerd?	
<b>8 Jaarlijkse Madani In'amat</b>		
56.	Heeft u dit jaar minstens één keer <b>alle Madani Risalah's</b> (boekjes, die bij u bekend zijn) van <b>واعظ بزرگائہم العالیہ</b> gelezen of beluisterd? Heeft u minstens één keer alle Madani boekjes (degenen waar u zich bewust van bent) geschreven door Amir-e-Ahl-e-Sunnat <b>واعظ بزرگائہم العالیہ</b> gelezen of beluisterd tijdens dit jaar?	

57.	Heeft u op z'n minst één keer gedurende dit jaar <b>alle Madani Parels</b> (die bij u bekend zijn) geschreven door Amir-e-Ahl-e-Sunnat <b>وَأَعْتَبَتْ رَبَّكَ كَأَكْبَرُ الْعَالَمِينَ</b> gelezen of beluisterd?	
58.	Heeft u de <b>Heilige Quran met Tajwid</b> (correcte uitspraak) op z'n minst één keer in uw leven uitgelezen? Zo ja, heeft u het dit jaar herhaald?	
59.	Heeft u dit jaar de <b>boeken van A'la Hadrat</b> <b>وَرَحْمَةُ اللَّهِ يَتَعَالَى عَلَيْهِ</b> , Tamhid-ul-Iman, Husam-ul-Haramayn en <b>Kufriyah Kalimat ke baray mayn Suwal Jawab en Chanday ke baray mayn Suwal Jawab</b> uitgebracht door Maktaba-tul-Madinah gelezen of beluisterd?	
60.	Heeft u dit jaar met een Sunni geleerde of een Muballigha (preker) uit de boeken Bahar-e-Shari'at of Namaz ke Ahkam (Laws of Salah) uw <b>Wudu</b> (kleine wassing), <b>Ghusl</b> (grote wassing) en <b>Salah</b> (gebed) gecontroleerd?	



61.	Heeft u minstens één keer dit jaar de hoofdstukken gelezen over 'Berouw' [Taubah], 'Oprechtheid' [Ikhlas], 'Vroomheid' [Taqwa], 'Angst voor Allah عَزَّوَجَلَّ en hoop' [Khauf en Rija], 'Ijdelheid en uiterlijk vertoon' ['Ujub en Rija], 'Bescherming van ogen, oren, tong, hart en maag' uit <b>het laatste boek van Imam Ghazali</b> رَحْمَةُ اللهِ تَعَالَى عَلَيْهِ: <b>Minhaj-ul-'Abidin?</b> (Gelezen of beluisterd)?
62.	Heeft u het <b>gemiste vasten ingehaald</b> voor het vasten van dit jaar in de Ramadan vanwege de menstruatie? (Een vrouw die in haar menstruatie of een periode van postnatale bloeden is vrijgesteld van Salah, maar verplicht is om daarna het gemiste vasten in te halen).
63.	Heeft u dit jaar minstens één keer de volgende onderwerpen gelezen uit <b>Bahar-e-Shari'at</b> : 'Afvalligheid' [Murtad] (afvalligheid: Moeslims keren zich af van de Islam) van deel 9: 'Handel' (koop en verkoop) van deel 16: 'Rechten van ouders' en indien getrouwd ook over 'Muhrimat' (onhuwbare vrouwelijke familieleden), 'Rechten van levenspartner' van deel 7: Opvoeding, scheiding, Zihar en Talaq-e-Kinayah (Uitingen van echtscheiding) deel 8?

## Rituelen voor Verdienen van Genoegen van Allah عَزَّوَجَلَّ

### Ajmayri Dochter van 'Attar

Amir-e-Ahl-e-Sunnat دَامَتْ بَرَكَاتُهُمُ الْعَالِيَةِ zegt dat wie de volgende 10 activiteiten consequent uitvoert is mijn "Ajmayri Dochter".

1. (In aanvulling op andere Faraid en Wajibat) Verricht de vijf maal daags Salah binnen gestelde tijden, met angst in het lichaam en het hart voor Allah عَزَّوَجَلَّ (Khushu' & Khudu') in Masjid ul Bayt.
2. Brengt over of luistert naar twee Dars (in Madrasah, thuis enz.) elke dag van Faizan-e-Sunnat (Van deze twee, is het noodzakelijk om één thuis te doen)
3. Maakt elke dag afspraken om te leren of studeren in Madrasa-tul-Madinah (voor vrouwelijke volwassenen).
4. Stimuleert elke dag minstens twee Islamitische zusters, door haar Infiradi Koshish m.b.t. Madani In'amat, Madrasa-tul-Madinah (voor vrouwelijke volwassenen), Sunnah Inspirerende Ijtima, Madani les en andere Madani activiteiten.
5. Besteedt minstens 2 uur per dag voor Madani activiteiten van Dawat-e-Islami (bijv. Infiradi Koshish, het bijwonen van Dars of Bayan of Madrasa-tul-Madinah voor vrouwelijke volwassenen etc.)

6.	Bidt Nafl Salah Tahajjud, Ishraq, Chasht, en Awwabin, elke dag.
7.	Woont de Wekelijkse Sunnah Inspirerende Ijtima van het begin tot het einde bij.
8.	Luistert dagelijks naar ten minste één Bayan of Madani Muzakarah.
9.	Vult elke dag de Madani In'amat vragenlijst in door Fikr-e-Madinah en draagt dit over aan de verantwoordelijke Islamitische zus op de eerste woensdag van de Madani maand.
10.	Haalt het gemiste vasten in voor het vasten gemist vanwege menstruatie of postnatale bloeding.

## Baghdadi dochter van 'Attar

Amir-e-Ahl-e-Sunnat دامت بركاتها في العالمين zegt: “Degene die in naast de bovengenoemde 10 activiteiten op z'n minst 52 van de 63 Madani In'amat praktiseert is mijn Baghdadi dochter. De student van Madrasa-tul-Madinah en Jami'a-tul-Madinah, die op z'n minst 72 van de 83 Madani In'amat praktiseert is mijn Baghdadi dochter.

## Makki dochter van 'Attar

Amir-e-Ahl-e-Sunnat **دَاعَتْ بَرَكَاتُهُو الْعَالِيَه** heeft gezegd: 'Degene die de volgende 5 activiteiten doet, zal naast mijn Ajmayri dochter en Baghdadi dochter ook mijn Makki dochter worden:

1. Minstens 12 keer per dag schriftelijk communiceren.
2. Minstens 12 keer per dag met gebaren communiceren.
3. Minstens 12 minuten per dag de Qufl-e-Madinah bril dragen.
4. Minstens 12 keer blik naar beneden houden tijdens gesprekken met anderen (spreken wanneer het onvermijdbaar is)
5. Op z'n minste één risalah elke week lezen (Amir-e-Ahl -e-Sunnat **دَاعَتْ بَرَكَاتُهُو الْعَالِيَه** is heel erg blij met diegene die dagelijks één risalah leest.)"

## Madani dochter van 'Attar

Amir-e-Ahl-e-Sunnat **دَاعَتْ بَرَكَاتُهُو الْعَالِيَه** zegt: 'Degene die naast de bovengenoemde activiteiten, alle 63 Madani In'amat praktiseert is mijn Madani dochter.' Een student die alle 83 Madani In'amat praktiseert in aanvulling op alle bovenstaande rituelen is mijn Madani dochter.'

## Gevoelens van 'Attar

Mijn hart is vol met vrees voor het Geheime Plan van Allah عَزَّوَجَلَّ voor mij, maar ondanks deze gevoelens in mijn hart, als عَزَّوَجَلَّ mij Zijn Speciale Gunsten schenkt, omwille de Heilige Profeet صَلَّى اللهُ تَعَالَى عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ, dan zal ik een ieder/iedereen van mijn 'Ajmayri', 'Baghdadi', 'Makki' en 'Madani' dochters samen met mij meenemen naar Jannat-ul-Firdaus إِنَّ شَاءَ اللهُ عَزَّوَجَلَّ.

## Over wie is 'Attar ontevreden!

Elke Islamitische zuster die openlijk de Intizami Kabinet of een andere Majlis van Dawat-e-Islami tegenwerkt in aanwezigheid van anderen en zonder geldige Islamitische reden, is niet mijn Ajmayri dochter, noch mijn Baghdadi dochter, noch mijn Makki dochter en noch mijn Madani dochter. Sterker nog 'Attar is ontevreden over haar.

## Du'a van 'Attar

O Allah عَزَّوَجَلَّ! Schenk mij en mijn 'Ajmayri', 'Baghdadi', 'Makki' en 'Madani' dochters de nabijheid van de Heilige Profeet صَلَّى اللهُ تَعَالَى عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ in het Paradijs.

أَمِينٌ بِجَاهِ النَّبِيِّ الْأَمِينِ صَلَّى اللهُ تَعَالَى عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ

*Markazi Majlis-e-Shura (Dawat-e-Islami)*

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

## 19 Madani Parels om thuis Madani omgeving te creëren

1. Bij het binnenkomen of verlaten van het huis, hardop Salam geven.
2. Wanneer u uw vader of moeder ziet aankomen dan opstaan uit respect.
3. Ten minste een k  er op een dag, zouden Islamitische broeders de handen en voeten van hun vader moeten kussen, en Islamitische zusters zouden hetzelfde bij hun moeder moeten doen.
4. Houd u het volume van uw stem laag in het bijzijn van uw ouders, staar ze niet aan en houd uw blik naar beneden als u met ze praat.
5. Vervul onmiddellijk elk verzoek die zij u opdragen (mits het niet tegen Shari'ah is).

6. Neem een sober gedrag aan, onthoudt u zich van koppige argumentatie, grappen maken en boos worden om kleine dingen. Minpunten in eten zoeken, het uitschelden of slaan van jongere broers en zussen of ruziën met ouderen thuis. Mocht u die gewoonten hebben, verander uw houding en vraag een ieder om vergiffenis.
7. Als uw een sober gedrag thuis en buitenshuis aanneemt, dan zult u de zegeningen **إِنْ شَاءَ اللَّهُ عَزَّوَجَلَّ** merken in uw huis.
8. Spreek uw moeder, de moeder van uw kinderen en kinderen of zelfs baby's, thuis op een beleefde manier aan. Tijdens het praten, spreek anderen met 'Ap' in plaats van 'Tu' aan.]
9. Binnen 2 uren na de tijd van 'Isha Jama'at van de Moskee in uw omgeving naar bed gaan. En mocht u hopelijk wakker worden voor Tahajjud en anders dat u hierdoor op z'n minst makkelijk opstaat voor Fajr (eerste rij in de Jama'at). Zo ervaart u ook geen vermoeidheid op het werk.

10. Als er gezinsleden zijn die laks zijn in het verrichten van het gebed, de zonde begaan van onbedekt zijn volgens Shari'ah, kijken naar films en series, luisteren naar liedjes. En u bent niet het hoofd van het gezin, dan in plaats van steeds te verwijten, motiveer ze om te luisteren naar de toespraken die door Maktaba-tul-Madinah worden uitgebracht. U zult een aangename Madani verandering merken.
11. Ongeacht hoe hardhandig u ook wordt behandeld of zelfs wordt geslagen, wees geduldig, wees geduldig, wees geduldig. Als u hetzelfde gedrag gaat aannemen dan is er geen hoop op het creëren van een Madani omgeving thuis. Sterker nog, dat kan de situatie alleen maar verslechteren. Soms is het zo dat door onnodig streng handelen de satan erin slaagt om mensen koppig te maken.
12. Een uitstekende manier om thuis een Madani omgeving te creëren is om iedere dag een Dars van Faizan-e-Sunnat te houden of te beluisteren.



Verricht voortdurend Du'a (smeekbede) vanuit uw hart met volle overgave voor al het goede in het wereldse en Hiernamaals voor uw gezin, zoals onze Geliefde Profeet **الدُّعَاءُ سِلَاحُ الْمُؤْمِنِ** صَلَّى اللهُ تَعَالَى عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ heeft verkondigd:

**Vertaling:** 'Du'a is het wapen van een gelovige.'

*(Al-Mustadrak-lil-Hakim, Vol. 2, pp. 162, Hadiš 1800)*

13. Waar hierboven "thuis" wordt vermeld, moeten degenen die met schoonfamilie wonen dat als thuis aannemen. Wanneer over ouders wordt gesproken, moeten zij hun schoonmoeder en schoonvader op een beleefde manier behandelen zolang er geen geldige (Shar'i) reden is om dat niet te doen.
14. In Masail-ul-Qur'an op bladzijde 290 is vermeld: 'Reciteer de volgende Du'a na elke gebeld (met éénmaal Salat-'Alan-Nabi ervoor en na). **إِنْ شَاءَ اللهُ عَزَّوَجَلَّ** zullen gezinsleden de gezegende Sunnah praktiseren en er zal thuis een Madani omgeving ontstaan:

[اللَّهُمَّ] رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا

وَذُرِّيَّتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا ﴿٢١﴾<sup>1</sup>

Notitie: (اللَّهُمَّ) is geen onderdeel van de Quran Vers

15. Wanneer een ongehoorzaam kind of een van de leden van de familie slaapt, reciteer de volgende gezegend Ayah [vers] dagelijks, gedurende 11 tot 21 dagen aan zijn bed, in de richting van zijn hoofd met een dergelijke toon van de stem, dat de persoon niet ontwaakt uit zijn slaap:

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ط

بَلْ هُوَ قُرْآنٌ مَجِيدٌ ﴿٢١﴾ فِي نَوْحٍ مَحْفُوظٍ ﴿٢٢﴾<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Vertaling van Kanz-ul-Iman: En zij die zeggen: ‘Onze Heer, maak onze echtgenoten en kinderen tot rust der ogen, en maak ons tot voorbeeld voor de vromen.’

(Surah Al-Furqan, Vers: 74)

<sup>2</sup> Vertaling van Kanz-ul-Iman: Voorwaarlijk (wat ze ontkennen) is de Glorierijke Qurān, beschermd gebleven in het Tablet. (Surah Al-Baruj, Verzen: 21, 22)

(met Salat-'Alan-Nabi een keer voor en een keer na het)

Onthoud! Wanneer u met een ongehoorzame volwassen te maken heeft, let er dan wel op dat er een kans bestaat dat diegene wakker kan worden door uw recitatie. Vooral als degene nog niet in diepe slaap is. Het is moeilijk vast te stellen of degene gewoon zijn ogen gesloten heeft of in diepe slaap is dus als er een kans bestaat op ruzie of een probleem, voer dit dan niet uit. In het bijzonder zou een vrouw dit niet bij haar man moeten uitvoeren.

16. Om ongehoorzame kinderen gehoorzaam te laten worden, reciteer **يَا شَهِيدُ** 21 keer per dag na Salat-ul-Fajr terwijl u naar de hemel kijkt. U kunt doorgaan tot het doel bereikt is.
17. Maak er een gewoonte van om op de Madani In'amat te praktiseren. Verder ook degene die u als zachtaardig beschouwt of als u vader bent dan kunt u ook uw kinderen met liefde en wijsheid motiveren om op de

Madani In'amat te praktiseren. Met de Barmhartigheid van Allah **عَزَّوَجَلَّ**, zal er thuis een Madani verandering plaatsvinden.

18. Islamitische broeders moeten elke maand op z'n minst 3 dagen reizen in de Madani Qafilah met de liefhebbers van de Geliefde Profeet **صَلَّى اللهُ تَعَالَى عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ** en Du'a doen voor hun familie tijdens de Qafilah.
19. Door te reizen in de gezegende Madani Qafilah zijn er in vele gezinnen Madani omgevingen ontstaan. Zulke Madani gebeurtenissen worden vaak vermeld.

## Registratieblad - Handelingen voor de Tevredenheid van Allah ﷺ

1.	Heeft u geprobeerd om de voorgeschreven 12 Madani In'amat te praktiseren gedurende de meeste dagen van deze maand?	
2.	Heeft u minstens 12 keer per dag schrijvend gecommuniceerd gedurende de meeste dagen van deze maand?	
3.	Heeft u minstens 12 keer per dag met gebaren gecommuniceerd gedurende de meeste dagen van deze maand?	
4.	Heeft u geprobeerd minstens 12 keer per dag zich te (onthouden) van het aanstaren tijdens de gesprekken, gedurende de meeste dagen van deze maand?	
5.	Heeft u de Qufl-e-Madinah bril ten minste 12 minuten per dag gedragen gedurende de meeste dagen van deze maand?	
6.	Hoeveel boekjes heeft u deze maand gelezen van Amir -e-Ahl-e-Sunnat <span style="font-size: small;">وَأَمْسَرَ كَاتِبَهُمُ الْعَالِيَهُ</span>	1e Week
		2e Week
		3e Week
		4e Week
		<b>Totaal</b>
7.	Op hoeveel van de 63 Madani In'amat heeft u deze maand geprobeerd te praktiseren?	
8.	Hoeveel dagen heeft u Fikr-e-Madinah toegepast deze maand?	
<span style="font-size: small;">لَا تُخْذِلُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ الَّذِينَ هُمْ عَلَىٰ أَعْقَابِهِمْ مُشْتَبِحُونَ</span> Deze maand, ben ik erin geslaagd om de status te verkrijgen van:		Ajmayri Dochter van Attar Baghdadi Dochter van Attar Makki Dochter van Attar Madani Dochter van Attar
<span style="font-size: small;">لَا تُخْذِلُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ الَّذِينَ هُمْ عَلَىٰ أَعْقَابِهِمْ مُشْتَبِحُونَ</span> Volgende maand zal ik proberen om op ____ Madani In'amat te praktiseren.		