



كيفية أداء الركعة الأولى

السجود

٣. السجود:

الخشوع لله - ﷻ - مع ترديد "سبحان ربي الأعلى"
ثلاث مرات .



١- اسجد السجدة الأولى قائلاً: "الله أكبر" أثناء نزولك إلى السجود، من دون رفع اليدين. أتم التكبير قبل أن تضع جبهتك على الأرض.



السجود مرتان في كل ركعة

٢- تأكد من سجودك في وضعية صحيحة ومستقرة، وذلك وفق الكيفية الآتية:

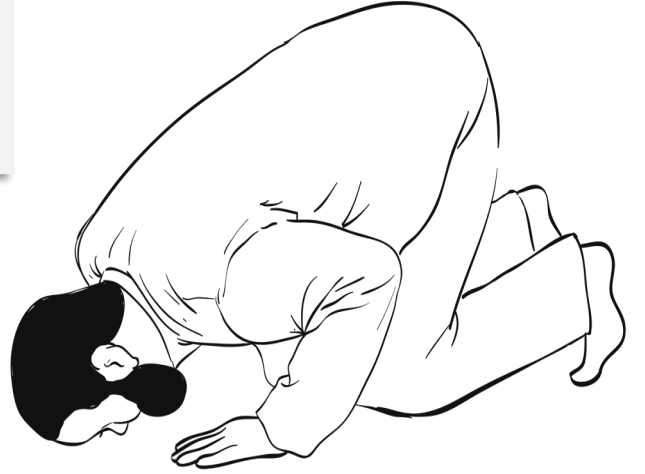
✓ مكن جبهتك وأنفك وكفيك وركبتيك وأطراف قدميك من الأرض - هذه تسمى أعضاء السجود السبعة.

✓ ضع كفيك على الأرض حذاء منكبيك، ضامًا أصابع كفيك وموجهًا إياهما نحو القبلة.

✓ ارفع ذراعيك عن الأرض بحيث لا يكونان ملامسين للأرض، وابتعد ذراعيك عن جنبك.

✓ انصب قدميك، موجهًا أطراف أصابعك نحو القبلة بثني أصابع قدميك للأمام.

٣- قل في سجودك: "سبحان ربي
الأعلى" ثلاث مرات.



٤- ارفع رأسك من السجود مكبرًا، ثم اعتدل
جالسًا، واضعًا يدك اليمنى على فخذك
الأيمن، ويدك اليسرى على فخذك الأيسر.



من السنة بين السجدين أن
تجلس على رجلك اليسرى
مفترشًا إياها تحتك، ناصبًا
رجلك اليمنى، جاعلاً أصابعها
جهة القبلة. هذه الجلسة
تسمى الافتراش.

من السنة أيضًا أن تقول أثناء جلوسك ما بين السجدين: "رب اغفر لي، ربي
اغفر لي". أو قل: "اللهم اغفر لي، وارحمني، وعافني، واهدني، وارزقني".

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ.

اللَّهُ أَكْبَرُ.

رَبِّي اغْفِرْ لِي،
رَبِّي اغْفِرْ لِي.

سُبْحَانَ رَبِّي
الْأَعْلَى.

سُبْحَانَ رَبِّي
الْأَعْلَى.



٥- اسجد السجدة الثانية كالأولى فيما يُقال ويُفعل، وكبر عند سجودك.

٦- بعد إتمام السجدة الثانية تكون قد أتممت ركعة. انهض من السجدة الثانية إلى الركعة الثانية وأنت تقول: "الله أكبر".

أقرب ما نكون من الله تعالى:

يقول النبي محمد -ﷺ-: "أقرب ما يكون العبد من ربه وهو ساجد، فأكثرُوا الدعاء". [صحيح مسلم]. لذا من المستحب في السجود أن تكثُر من الدعاء بما تشاء من أمور الدنيا والآخرة.

٣. السجود:

الخشوع لله - ﷻ - مع ترديد "سبحان ربي الأعلى"
ثلاث مرات .



١- اسجد السجدة الأولى قائلاً: "الله أكبر" أثناء نزولك إلى السجود، من دون رفع اليدين. أتم التكبیر قبل أن تضع جبهتك على الأرض.



السجود مرتان في كل ركعة

٢- تأكد من سجودك في وضعية صحيحة ومستقرة، وذلك وفق الكيفية الآتية:

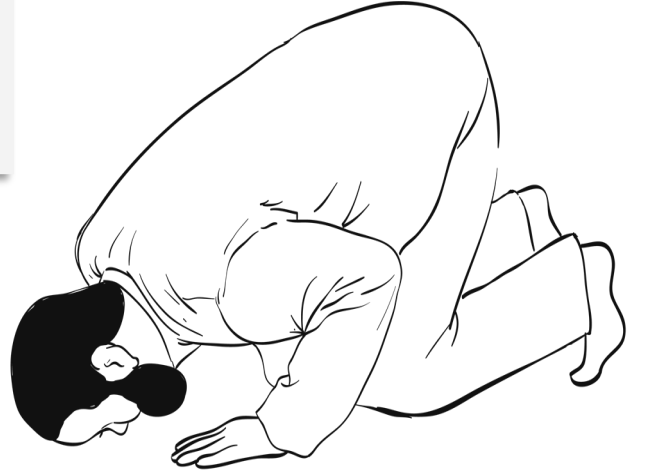
✓ مكن جبهتك وأنفك وكفيك وركبتيك وأطراف قدميك من الأرض - هذه تسمى أعضاء السجود السبعة.

✓ ضع كفيك على الأرض حذاء منكبيك، ضامًا أصابع كفيك وموجهًا إياهما نحو القبلة.

✓ ارفع ذراعيك عن الأرض بحيث لا يكونان ملامسين للأرض، وابتعد ذراعيك عن جنبك.

✓ انصب قدميك، موجهًا أطراف أصابعك نحو القبلة بثني أصابع قدميك للأمام.

٣- قل في سجودك: "سبحان ربي
الأعلى" ثلاث مرات.



٤- ارفع رأسك من السجود مكبرًا، ثم اعتدل
جالسًا، واضعًا يدك اليمنى على فخذك
الأيمن، ويدك اليسرى على فخذك الأيسر.



من السنة بين السجدين أن
تجلس على رجلك اليسرى
مفترشًا إياها تحتك، ناصبًا
رجلك اليمنى، جاعلاً أصابعها
جهة القبلة. هذه الجلسة
تسمى الافتراش.

من السنة أيضًا أن تقول أثناء جلوسك ما بين السجدين: "رب اغفر لي، ربي
اغفر لي". أو قل: "اللهم اغفر لي، وارحمني، وعافني، واهدني، وارزقني".

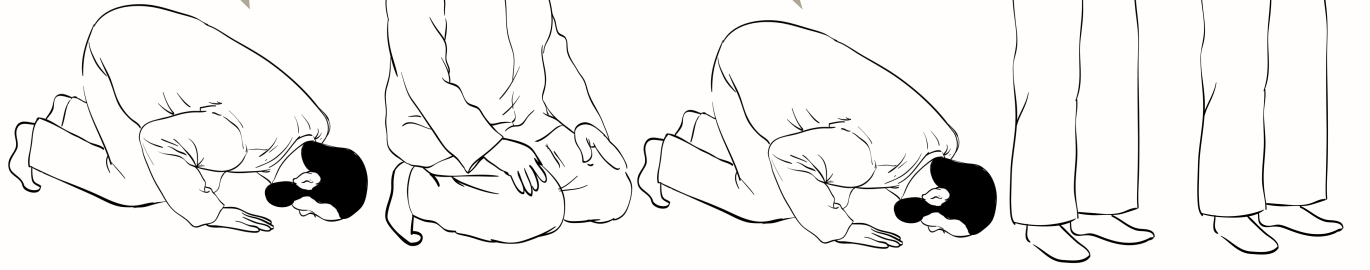
بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ.

اللَّهُ أَكْبَرُ.

رَبِّي اغْفِرْ لِي،
رَبِّي اغْفِرْ لِي.

سُبْحَانَ رَبِّي
الْأَعْلَى.

سُبْحَانَ رَبِّي
الْأَعْلَى.



٥- اسجد السجدة الثانية كالأولى فيما يُقال ويُفعل، وكبر عند سجودك.

٦- بعد إتمام السجدة الثانية تكون قد أتممت ركعة. انهض من السجدة الثانية إلى الركعة الثانية وأنت تقول: "الله أكبر".

أقرب ما نكون من الله تعالى:

يقول النبي محمد -ﷺ-: "أقرب ما يكون العبد من ربه وهو ساجد، فأكثرُوا الدعاء". [صحيح مسلم]. لذا من المستحب في السجود أن تكثُر من الدعاء بما تشاء من أمور الدنيا والآخرة.