

1. Je! Nimeridhika na mazingira, na maeneo yanayoyazunguka?
2. Je! Nimevaa nguo nyeupe, tohara, safi zinazokubalika?
3. Je! Niko msafi, mwenye tohara na niliyeweka manukato?
4. Ninajiamini vya kutosha katika ubadilishaji kwa zamu wa visomo?
5. Je! Nimo ndani ya hali ya utulivu na umacho wa kiakili?
6. Je! Nimekuwa mwenye kujikadiria katika kula kwangu?
7. Je! Mimi ni mwenye huzuni na mnyenyekevu?
8. Nimejishibisha njaa yangu na kukata kiu yangu, na mahitaji mengine vilevile?
9. Je! Mimi nimejitenga na dunia isiyoridhiwa pamoja na vivutio vyake vyote?
10. Ninajiamini vya kutosha katika kuzuia mawazo yanayopotosha ndani ya Swala?
11. Je! Nimeunganisha wudhu wangu na ulingano (usomaji) wa Adhana?
12. Je! Nimeunganisha adhana yangu na kukimu pamoja na Takbira ya kuhirimia Swala?

Kama umejibu “NDIYO” kwenye maswali 6 kati ya hayo hapo juu, unaweza kuendelea na ratiba, Hata hivyo, hata jibu moja la kinyume lina maana kwamba unapaswa kurudi nyuma na kutumia muda zaidi na fikira juu ya kipengele hicho mahususi. Vinginevyo, zoezi hili halitakuwa na manufaa sana.

Zoezi hili linafanya kazi vizuri kwa raka nne za Swala, likitumika mara moja tu kwa siku, BAADA ya Swala ya Isha. Nia yako kwenye raka hizi nne za Swala iwe kwa ajili ya Swala yoyote iliyokupita (Kadhaa).

Katika zoezi hili utatumia utaratibu njia ya mkato na kulipa madeni ambayo unawajibika kuyalipa. Zipo aina MBILI za madeni, moja; ni lile ambalo linalipwa wakati wa Swala yako, na jingine, baada ya kumaliza Swala yako.

Unalazimika kufanya na kukamilisha utaratibu mzima kama ulivyoainishwa.

Kutumia njia ya mkato ya binafsi kutakupa ishara ya kuwa tayari kwa ajili ya muda wa umakinikaji, wakati ukiwa unakamilisha ile kazi ya wajibu uliyopangiwa.

Maelekezo ya zoezi hili yameelezwa hapo chini na yanapaswa yatumike kwa siku 30 nzima, bila ya kukatisha. Kujibu Ndiyo kamili kwa 6 kati ya vipengele 12 (katika makundi yote) pia ni sharti kwa siku hizo 30.

Source URL:

<https://www.al-islam.org/pt/umakini-katika-swala-jameel-kermalli/kundi-la-pili-kuandaa-sehemu-ya-k-uswalia>