

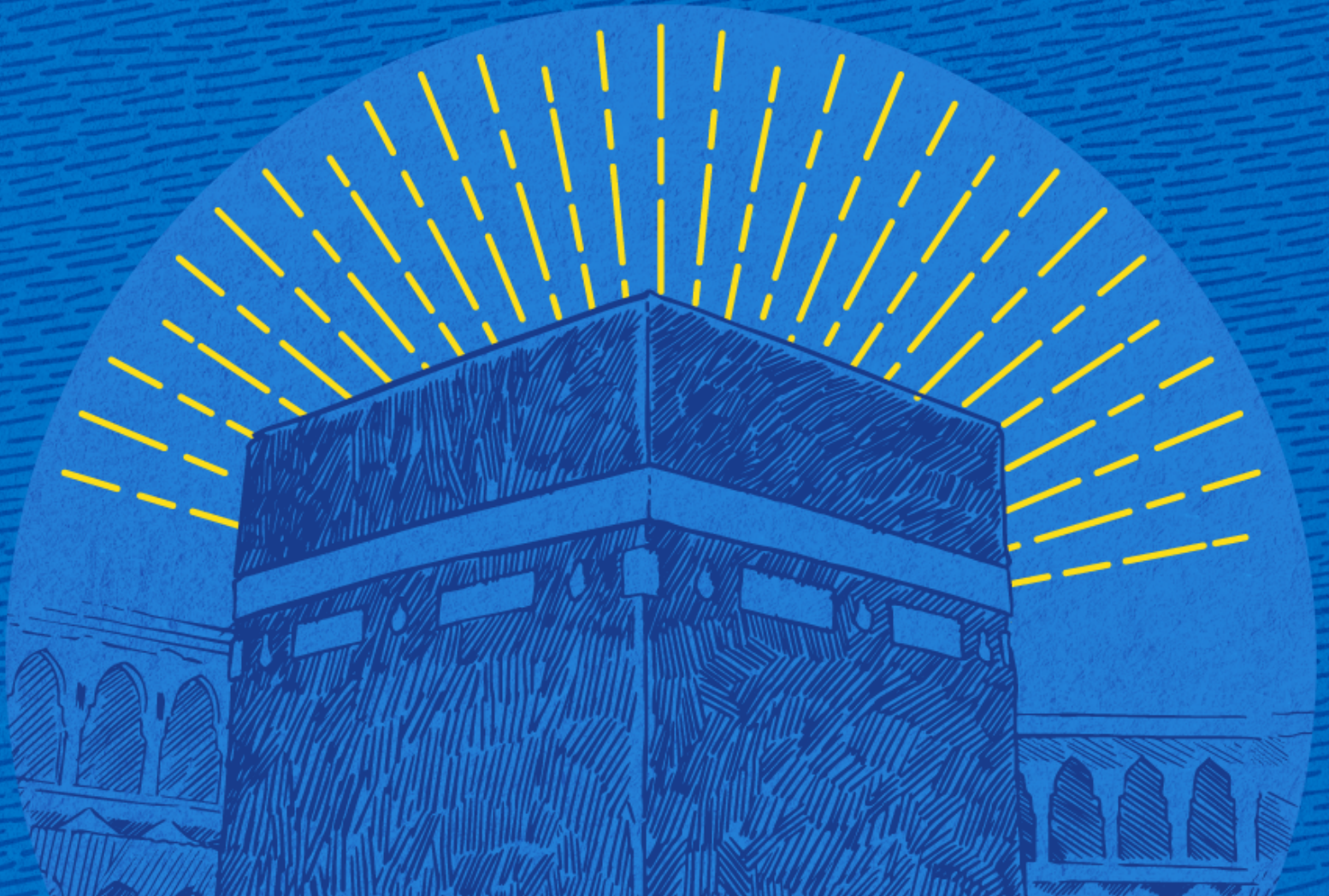


# Steg for steg

# Hajj guide

@islamicreliefnorge

[islamic-relief.co.no](http://islamic-relief.co.no)



# Hvem er kvalifisert til å utføre Hajj?

**Hajj utgjør en av islams fem søyler. Som sådan må alle muslimer utføre Hajj ikke minst en gang i livet.**

## Islams fem søyler



Bønn (Salah)



Veldedighet (Zakat)



Faste (Sawm)



trobekjennelsen  
(Shahada)



Pilgrimsreise (Hajj)

Det er fortsatt visse betingelser som må oppfylles for å utføre Hajj:

1. For det første er det kun muslimske voksne (enten mannlige eller kvinnelige) som er pålagt å utføre Hajj. Dette betyr at barn kan dra til Hajj, men det er ikke påkrevd.
2. De svært svake, syke, og eldre muslimer får fritak fra å måtte utføre pilegrimsreisen.
3. Muslimer må være økonomisk i stand til å utføre Haji. Dette betyr at en som har gjeld, er ikke forpliktet til å utføre Hajj før han har frigjort gjelden sin.

# De 19 Hajj trinnene i detalj

## 1 Forberedelse og intensjon

*Før du ankommer Mekka for å begynne Hajj, er det viktig å gjøre intensjon (niyyah) i hjertet ditt. Hensikten må være å utføre Hajj for Allahs skyld alene, med et ønske om det gode i det hinsidige. Det bør ikke gjøres med den hensikt å bli sett av andre eller for verdslig vinning*

## 2 Gå inn i tilstanden til Ihram

*Deretter går du inn i tilstanden ihram (rituell renhet). For menn betyr dette å ha på seg den angitte hvite kluten med ett stykke viklet rundt skulderen og ett rundt midjen. Kvinner kan bruke alle klær etter eget valg, men bør sørge for at de overholder reglene for hijab. Ansiktsbedekking er imidlertid ikke tillatt. Heldekkende sko er heller ikke tillatt. Fottøy skal være i form av sandaler for både menn og kvinner.*

*Ihram beskriver den åndelige tilstanden du går inn i når du har tenkt å dra til Hajj. Når over 2,5 millioner pilegrimer reiser ned til Mekka, bør det ikke være noen ytre forskjell mellom dem. Alle står like foran Alah (SWT). Ens status, rase, kultur og rikdom er irrelevant. Reglene rundt klærne til Ihram er ekstremt enkle, men likevel strengt og må følges.*

*I løpet av disse hellige dagene og mens vi er i en tilstand av Ihram, bør vi Vær også spesielt oppmerksom på vår oppførsel og ord. Vi bør unngå røyking, delta i seksuelle forhold, banning, barbering av håret og klippe neglene våre. Vi må heller ikke bruke parfyme eller duftsåper. Når du ankommer den hellige Manjid al-Haram i Mekka, med disse forberedelsene i tankene, er du klar til å starte den største åndelige reisen i livet ditt!*



### 3 Tawaf x7

Tawaf er en av pilegrimsreisens viktigste ritualer og refererer til å gå i sirkler rundt Ka'bah i en bevegelse mot klokken. En tawaf består av syv komplette kretser, der hver starter og slutter ved den svarte steinen. I tillegg til tawaf, kan du også tilby frivillige bønner for å takke Allah (SWT) for å markere starten på denne utrolig spesielle åndelige reisen.

### 4 Safa og Marwa

Etter at du har utført tawaf, vil du utføre det som er kjent som sa'i – gå og løpe mellom de to åsene Safa og Marwa. Du vil begynne sa'i på Safa og gå mot Marwa til du ser den grønne markøren, da vil du løpe til neste grønne markør, og fortsette å gå til du kommer til Marwa. Dette fullfører en runde. Du kommer deretter tilbake til Safa for å fullføre andre runde. Din sa'i er fullført når du har utført totalt syv runder mellom Safa og Marwa.

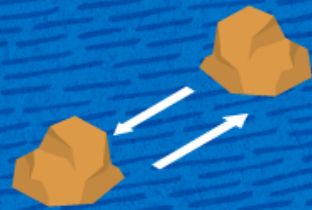
Dette er et viktig ritual til minne om profeten Ibrahims kone Hajar og hennes kamp i ørkenen på jakt etter vann til sønnen profeten Ismail (fvmh). Sa'i symboliserer den pågående kampen som vi møter gjennom livet, slik Hajar opplevde.

### 5 klipp/barber hår (Umrah-slutter)

Når sa'i er fullført, vil menn få håret klippet eller barbert mens en kvinne klipper håret til lengden på fingertuppen. Dette markerer fullføringen av din umrah, slik at du kan forlate ihram, til den 8. Dhul Hijjah. Vær veldig tålmodig her. Du vil bli sliten av tawaf, og du vil kanskje legge merke til andre pilegrimer som har det travelt med å fullføre sa'i. Ta deg gjerne god tid. Ta regelmessige pauser, og drikk zam zam-vann – tilgjengelig mellom Safa og Marwa.

### 6 Hvile og be

Nå som du har utført din Umrah, for resten av denne velsignede måneden, vil du bli i Mekka for å fullføre din åndelige reise av Hajj omgitt av dine muslimske medsøstre og brødre. Sørg for å få nok med hvile og bruk tiden din best mulig ved å utføre oppriktige tilbedelseshandlinger. Din Hajj vil begynne den 8. Dhul Hijjah.



## (Dag 1/8 Dhul Hijjah)

Å oppfylle din hellige forpliktelse med Hajj vil være den mest åndelige perioden i livet ditt Insha'Allah (om Gud vil), fylt med velsignelser og tilgivelse fra Allah (SWT)! Den 8. dagen av Dhul Hijjah markerer begynnelsen på dagene med Hajj og neste stadium av din åndelige reise. Du vil rense deg selv og gå inn i tilstanden Ihram igjen.

### Ihrams regler

Det er viktig å merke seg at når du er i Ihram, har du ikke lov til å røyke, banne, barbere deg, klippe neglene eller delta i noen form for seksuelle forhold. Slåssing og krangling er også forbudt, og deltakere er forbudt å jakte, drepe eller urettmessig bryte noe. Du må også unngå duftende produkter. Du kan erstatte dem med uparfymerte produkter som er tillatt å bruke

Når du er ferdig, begynner du å resitere Talbiyah:

لَبَّيْكَ اللَّهُمَّ لَبَّيْكَ، لَبَّيْكَ لَا شَرِيكَ لَكَ لَبَّيْكَ، اِنِ الْحَمْدُ وَالنَّعْمَةُ لَكَ  
وَالْمُلْكُ لَا شَرِيكَ لَكَ

Labbayka Allāhumma labbayk. Labbayk lā shareeka laka labbayk. Inna al-ḥamda, wa n-ʿimata, Laka wal mulk. Lā shareeka lak.

“Her er jeg, O Allah, her er jeg, her er jeg. Du har ingen partner, her er jeg. Sannelig, all lovprisning og velsignelse er Din, og all suverenitet. Du har ingen partner.”

Deretter fortsetter du med Hajj-gruppen din til teltbyen Mina, som ligger omtrent åtte kilometer unna Mekka.

**Tips:** vi vil på det sterkeste anbefale deg å ha med seg noen nødvendigheter som solkrem, fuktighetskrem, vaselin og såpe. Vaselin er spesielt verdifull for menn for å beskytte deg mot smertefulle utslett som utvikler seg som et resultat av konstant gange. Alle disse er lett tilgjengelige i Saudi-Arabia.



Når du ankommer Mina vil du slå deg ned i teltet ditt. Her vil du be dhuhr, asr, maghrib, isha og fajr, og forkorte dine fire enhetsbønner til to enheter hver, uten å kombinere dem, som det står i Koranen.

Tilbring natten og be til Allah (SWT), les Koranen og forbered deg på dag to. Det er en viktig tid for åndelig refleksjon og hengivenhet, så prøv å få mest mulig ut av denne spesielle kvelden.

Tips: Vær tålmodig her, siden plassen inne i teltene kan være veldig trang, og du kan befinne deg veldig nær andre pilegrimer. Været er sannsynligvis veldig varmt, så husk å holde deg hydrert.



Etter å ha bedt fajr salat i Mina, drar du til Arafah, resiterer istaghfar og ber om tilgivelse, og markerer Arafahs dag når vi ber Allah (SWT) om tilgivelse for våre synder. Når de når Arafah-fjellet, observerer pilegrimer dhuhr- og asr-bønner kombinert og forkortet (to rakat i stedet for fire).

På denne dagen vil det bli holdt en preken fra Masjid al-Nimra på Arafah-fjellet. Husk å lytte til khutbah hvis mulig. Din gruppe kan også legge til rette for en oversettelse av denne prekenen.

Arafahs dag er en av de viktigste dagene for muslimer, ettersom Allah (SWT), i Surah al-Maidah i den hellige Koranen, refererer til Arafahs dag som dagen da han perfektionerte sin religion, og godkjente islam som en livsstil!

Så sørg for å stå på Arafah og lage masse du'a, fokusere energien din på Allah (SWT), be Ham om tilgivelse og velsignelser for deg og din familie.



### Profeten (fvmh) sa også:

“Det er ingen dag da Allah frigjør mennesker fra ilden mer enn på dagen for ‘Arafah. Han kommer nær disse (mennesker som står på ‘Arafah), og så åpenbarer han for englene sine og sier: ‘Hva søker disse menneskene.» (muslim)

Tips: Ikke bli fristet til å tømme energien din og gå opp Arafah-fjellet, også kjent som Jabal al-Rahmah, på denne dagen. Jabal al-Rahmah er bakken der profeten Muhammad (fvmh) holdt sin tale. Det er ingen autentisk kilde som antyder noen fordel ved å vandre selve bakken eller å gjennomføre denne klatringen som et religiøst ritual. Det jevne området rundt bakken kalles Arafah-slettene, og det er her du bør bruke tiden din i bønn.

## 10

### Muzdalifah

Etter solnedgang drar du fra Arafah og til Muzdalifah – en åpen slette mellom Mina og Arafat. Når du når Muzdalifah vil du utføre maghrib og isha salah, den ene etter den andre, og forkorte isha salah til to rakat.

#### Som Abdullah ibn Umar (RA) forteller:

“Profeten (fvmh) tilbød maghrib og isha-bønnene sammen i Muzdalifa med en separat iqama for hver av dem og ga ingen valgfri bønn mellom dem eller etter hver av dem.” (Bukhari)

Etterpå kan du tilbringe natten i bønn eller hvile. Profeten (fvmhj) sovnet til kort tid før fajr, og valgte å ikke delta i natt tilbedelser som han vanligvis gjorde. Så ikke bli fristet til å utmatte deg selv, men hvil i stedet – du har en lang dag foran deg!

Mens du er i Muzdalifah, kan du også samle småstein for å utføre rami [steining av djevelen] i løpet av de neste tre dagene. Størrelsen på småsteinene skal være lik størrelsen på daddelsteiner/frø. Du trenger totalt 49 småstein.

Det anbefales imidlertid at du plukker opp ytterligere 21 småstein som et sikkerhetstiltak for å bringe det totale opp til 70.

Tips: På Muzdalifah vil du bo under nattehimmelen. Det er ingen telt eller andre overnattingsmuligheter her. Selv om det er mange lys, er det fortsatt ganske mørkt. Prøv å holde deg i nærheten av gruppen din, siden det er veldig lett å gå seg vill blant tusenvis av pilegrimer. .



Etter å ha utført fajr salah vil du forlate Muzdalifah for å gå mot Mina. Husk å kontinuerlig resitere Talbiyah.

Den 10. i Dhul Hijjah kallesYawm al-Nahr, eller offerdagen. For pilegrimer i Hajj er dette dagen for å kaste småstein på en av Jamarat, i tillegg til å ofre et dyr. For resten av muslimene rundt om i verden er dette Eid-dagen.

På denne dagen utfører pilegrimer Hady (offerdyr) og begynner også den første av tre dagers "steining av djevelen"-ritualen eller Rami.

Og fullfør (ritualene for) pilgrimsferden og det hellige besøket for Allah. Men hvis dere blir hindret (på veien), så (send til slakting) det offerdyret som er tilgjengelig. Og barber ikke hodet deres før offerdyret når stedet sitt. Men den som er syk av dere eller har noe smerte i hodet (og barberer hodet før den angitte tiden), han må gjengjelde det med å faste eller gi almisser eller et offer. Den av dere som i fredelig tilstand drar nytte av å kombinere det hellige besøket med pilgrimsferden, bør (ofre) det offerdyret som er tilgjengelig. Men den som ikke klarer dette heller, må faste tre dager i løpet av pilgrimsdagene og syv dager etter å ha vendt tilbake fra pilgrimsferden, det blir totalt ti (faster). Denne (lettelsen) er for den hvis familie ikke bor i nærheten av den hellige moskeen (ikke er beboer av byen Mekka). 2:196

**Steining av Jamarat** – noen ganger referert til som "steiningen av djevelen" – er et ritual utført av Hajj-pilegrimer der småstein kastes mot tre steinstrukturer i Mina. Handlingen med å kaste stein på Jamarat er kjent som "Rami". Ritualet til Rami er symbolsk for handlingene til Ibrahim (fvmh) da han ble møtt med rettssaken om å måtte ofre sin sønn, Ismail (fvmh) etter Allahs (SWT) befaling. På vei for å utføre budet prøvde Shaytan gjentatte ganger å ombestemme Ibrahim. Da Ibrahim nådde Jamarat al-Aqaba, ble han instruert av Angel Jibreel om å kaste syv steiner på Shaytan. Han forpliktet og Shaytan flyktet umiddelbart. De tre Jamarat indikerer de tre stedene hvor Shaytan prøvde å fraråde Ibrahim fra å adlyde Allahs befaling.

Når du kommer til Jamarat, skal du til Jamarat al-Aqaba, som er den store søylen, og her skal du kaste de første syv småsteinene. Mens du kaster småsteinene vil du si Takbir **الله أكبر** (Allāhu 'Akbar): "Allah er den største" ved hvert kast.

### Hvordan fremføre Rami

På den 10., 11. og 12. dagen av Dhul Hijjah skal du utføre Rami (steiningen av djevelen). Størrelsen på småsteinene skal være lik størrelsen på daddelsteiner eller frø. Du trenger totalt 49 småstein. Du trenger et visst antall småstein for hver av de tre dagene. Fordelingen er som følger:



- 7 småstein for den 10. Dhul Hijjah
- 21 småstein for den 11. Dhul Hijjah
- 21 småstein for den 12. Dhul Hijjah

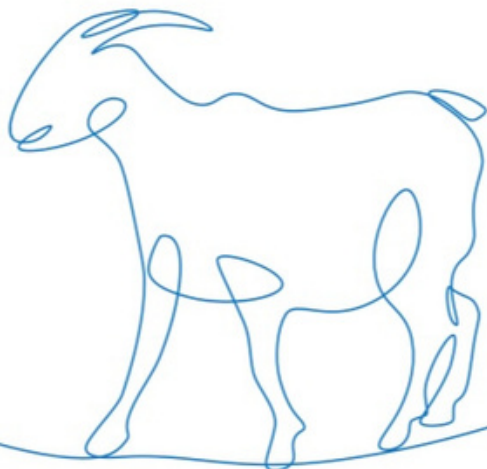
Ved hvert kast bør du  
si Takbir:  
"الله أكبر"  
"Allahu 'Akbar"-  
"Allah er den største"  
Hadith | muslim

Tips: Ikke skynd deg å utføre Rami. Tidsrammen for å fullføre din Rami er fra fajr den 10. til fajr den 11., så ikke bekymre deg hvis du ikke er i stand til å gjøre det tidlig på dagen. Hajj-myndigheten vil mest sannsynlig tildele en bestemt tid for gruppen din til å gå og utføre Rami. De gjør dette for å minimere overbefolkning og risikoen for pilegrimer.

I tillegg, prøv å ikke bli sint og kaste sandaler eller andre verdifulle eiendeler mot søylene. Det er ingen Shaytan bak søylen, så du vil bare miste verdisakene dine, og det er ingen fordel å gjøre det!

### **Qurbani og Eid al-Adha**

Festen Eid al-Adha, eller offerfesten, finner sted den 10. Dhul Hijjah. Det feires også av muslimer over hele verden som ikke er på Hajj-pilegrimsreisen. Ved å tilby Qurbani (offer), markerer muslimer profeten Ibrahims (AS) vilje til å ofre sin sønn Isma'il (AS) på Allahs (SWT) befaling.



## Barbering av håret

Etter å ha tilbudt Hady, vil du å barbere eller trimme håret ditt hvis du er mann. Profeten Muhammed (fvmh) barberte håret og dette er å foretrekke. En kvinne trimmer håret med lengden på en fingertupp.

Nå har du lov til å forlate staten Ihram og ha på deg komfortable klær. Du har også lov til å gjenoppta ellers Halal-aktiviteter som var forbudt i Ihram, bortsett fra seksuell intimitet.

Det er Sunnah (profetens praksis) å bruke parfyme ettersom profeten Muhammed (fred og velsignelser være med ham) luktet sterkt av moskus på dette tidspunktet.

Tips: Bruk engangs blad til å barbere hverandres hode i gruppen din. Hvis det ikke er mulig, vil du legge merke til en rekke barberere i Mina som er klare til å barbere hodet for en pris. Sørg for at barbererne bruker nye kniver for å unngå infeksjon.



## Tawaf al-Ifadha og Saai'

Du vil nå dra til Mekka for å utføre Tawaf al-Ifadha og deretter en annen krets av Saai' som en del av dine Hajj-ritualer.

Tawaf al-Ifada og Saa'i er obligatoriske. Du må utføre Tawaf al-Ifadha og Saai etter Rami, Qurbani (offer) og barbering (eller trimming) av hodet.

Med fullføringen av Tawaf og Saa'i, har du lov til å slappe av og gjøre alt som var lovlig før du gikk inn i Ihram, inkludert å engasjere deg i ekteskapelige forhold.

Du vil imidlertid gå tilbake til teltene dine i Mina og fortsette med de gjenværende ritualene av Hajj.

**Tips:** Tawaf-området vil være ekstremt overfylt i løpet av denne tiden. Prøv å bruke de øvre nivåene av Haram eller taket. Du vil kanskje gjøre dette rundt midnatt når det pleier å være roligere.



## 16 *Den andre dagen til Rami*

### Den 11. Dhul Hijjah vil du fortsette til din andre dag med Rami (steiningen av djevelen).

Ved denne anledningen kaster du hver av de tre søylene i rekkefølge. Du vil begynne med Jamarah al-Ula (den lille søylen), deretter Jamarah al-Wusta (den andre/midtre søylen) og til slutt Jamarah al-Aqaba (den tredje/store søylen). Du stopper etter første og andre Jamarat for å lage Du'a vendt mot Qibla. Hver og en skal steines med syv påfølgende småstein med av Takbir. Husk å ta med deg ekstra småstein i tilfelle du mister noen!

## 17 *Tilbring natten i Mina*

Når din andre Rami er fullført, vil du returnere til leiren din i Mina og tilbringe resten av dagen og natten i tilbedelse, og få mest mulig ut av den gjenværende tiden du har.

## 18 *Den tredje dagen av Rami*

På ettermiddagen den 12. Dhul Hijjah vil du ha din siste gruppe småstein (21 småstein) klar til å gjenta de samme trinnene som dagen før

## 19 *Tawaf al-Wida*

Du har nå bare ett trinn igjen å utføre før du fullfører Hajj og drar fra Mekka. Avskjeden Tawaf er den siste ritualen muslimer må utføre.

Denne Tawaf er Wajib (obligatorisk) ifølge Hanafi, Shafi'i og Hanbali, men Sunnah ifølge Maliki og må utføres før du forlater grensene til Haram. Å utelate denne Tawaf, uten en gyldig grunn, anses ikke som lovlig i islam.

Ibn Abbas (RA) fortalte:

«Folket ble beordret til å utføre Tawaf al-Wida som det siste før de forlater (Makkah), bortsett fra de menstruerende kvinnene som ble unnskyldt.»

Hadith | Bukhari

For denne Tawaf vil du fullføre syv runder med Tawaf. Utfør deretter to Rakat av Salah og drikk Zamzam-vann. Det er ingen Saa'i eller barbering/trimming av hodet etter denne Tawaf.

***Hajj Mabrook!***

***Du har nå fullført Hajj!***

