



살라 가이드

매일의 예배에 대한 단계별 안내 — 다섯 예배와 그 시각, 한라크아를 예배하는 법, 그리고 모든 낭송을 아랍어, 음역, 번역으로 담고, 의무인지 권장인지 표시하며, 각각에 출처를 붙였습니다.
인쇄해 접어, 따라 예배하세요.

JOURNEY INTO ISLAM

journeyintoislam.com

수록 내용

다섯 예배, 그 시각, 그리고 각각의 라크아 수
예배 전에: 우두, 킨블라, 그리고 의도
한 라크아를, 단계별로, 모든 낭송을 온전히
타샤후드, 살라와트, 그리고 예배를 마치기
두·세·네 라크아 예배를 짜는 법
권장되는 몇 가지 순나: 손 들기, 손 위치, 그리고 그 밖의 것
회중으로 예배하기: 이맘 따르기, 그리고 줄지어 서기
무엇이 의무이고 무엇이 권장인가
흔한 질문과 피해야 할 흔한 실수
빠른 참조 점검표와 용어 사전

이것은 매일의 예배를 위한 길동무입니다 — 모든 낭송을 적어 두고 출처를 붙인, 이것만으로 예배할 수 있는 안내입니다. 여기서 그 전체 모양을 배우고, 더 미세한 점은 지식 있는 스승에게서 직접 익히세요.

「진실로, 나는 알라이다. 나 외에 신은 없으니, 그러므로 나를 경배하고 나를 기억하여 예배를 세우라.」

— 꾸란 20:14(최영길 역)

이 안내서를 쓰는 법. 오늘 처음 예배한다면, 아래의 「한 라크아를, 단계별로」에서 시작하세요 — 예배의 전체 모양이 순서대로 담겨 있습니다. 동작과 의무 낭송을 외울 때까지 이 소책자를 곁에 두세요. 끝부분의 **빠른 참조와 용어 사전**은, 모양을 알고 나서 상기만 필요할 때를 위한 빠른 복습용입니다.

다섯 예배

살라는 이슬람(이슬람교)의 두 번째 기둥입니다 — 무슬림이 하루 다섯 번, 각각 정해진 시각에 행하는 예배로, 예배는 「정해진 시각에 믿는 이들에게 정해졌기」 때문입니다. 각 예배는 고유한 **라크아**(단위) 수를 가집니다:

예배	언제	라크아
파즈르	해 뜨기 전	2
주흐르	정오 후	4
아스르	오후	4
마그립	해 진 직후	3
이샤	밤	4

(이것들은 각 예배의 의무 라크아입니다. 그 앞뒤에는 권장되는 예배가 더 있습니다 — 아래의 「권장되는 몇 가지 순나」를 참고하세요.)

예배 전에

먼저 **우두**를 하세요 — 꾸란(코란)이 예배 전에 명하는 정결 의식입니다. 이 꾸러미의 **우두, 단계별로** 포스터가 그 과정을 안내합니다. 그다음 깨끗한 자리를 찾아, 정숙하게 몸을 가리고, **키블라** — 메카에 있는 카바의 방향으로, 어디에 있든 무슬림을 하나의 방향으로 잇는 것 — 를 향하세요. 그 방향이 어느 쪽인지 확실치 않으면 키블라 찾기 앱이나 나침반이 알려 줍니다.

대부분의 모스크 예배실은 이미 그 방향에 맞춰져 있습니다. 이 예배를 신을 위하여 드리겠다는
조용한 의도를 마음에 세우고, 시작하세요.

한 라크아를, 단계별로

예배는 라크아로 지어지며, 모든 라크아는 같은 모양을 가집니다. 키블라를 향해 서서, 두 손을
들고 **알라후 아크바르**(「알라는 가장 위대하시다」)라고 말하세요. 이 개시의 *타크비르*가 당신을
예배 안으로 들입니다. 여기서부터 세속의 말과 움직임은 멈춥니다. 뒤따르는 모든 자세 — 서기,
굽히기, 엎드리기, 앉기 — 는 예배의 의무 부분입니다. 굽힘과 엎드림 *안에서* 하는 더 짧은 찬미는
권장이며, 그렇게 표시되어 있습니다.

서서, 꾸란의 개경장인 **알파티하**를 낭송하세요. 그것은 모든 라크아에서 의무입니다 — 예언자 ﷺ
께서는 그것을 낭송하지 않는 자에게 예배는 없다고 말씀하셨습니다.

의무 · 서서

알파티하 — 개경장

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ مَالِكِ يَوْمِ الدِّينِ إِيَّاكَ
نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ
عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ

*Bismi-llāhi-r-Raḥīmāni-r-Raḥīm. Al-ḥamdu lillāhi Rabbi-l-‘ālamīn. Ar-Raḥīmāni-r-Raḥīm. Māliki yawmi-
d-dīn. Iyyāka na‘budu wa iyyāka nasta‘īn. Ihdina-ṣ-ṣirāṭa-l-mustaqīm. Ṣirāṭa-lladhīna an‘amta
‘alayhim ghayri-l-maghḍūbi ‘alayhim wa la-ḍ-ḍāllīn*

자비로우시고 자애로우신 알라의 이름으로. 모든 찬미는 만유의 주님이신 알라께 있으라 — 자비로우시고
자애로우신 분, 심판의 날의 주인이시여. 우리는 오직 당신만을 경배하고 오직 당신께만 도움을 청합니다.
저희를 곧은 길로 인도하소서 — 당신께서 은혜를 베푸신 이들의 길로, 당신의 노여움을 산 이들의 길도, 길
않은 이들의 길도 아니게 하소서.

모든 라크아에서 낭송됩니다 — 예배가 그것 없이는 있을 수 없는, 단 하나의 낭송입니다.

Quran 1:1-7 (Al-Fatihah)

첫 두 라크아에서는 그 뒤에 꾸란의 또 다른 짧은 구절을 덧붙이는 이가 많습니다. 아직 긴 것을
모른다면, 알이흐라스 같은 짧은 수라로 시작하기 좋습니다:

권장 · 알파티하 뒤에

수라 알이흐라스

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ، اللَّهُ الصَّمَدُ، لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ، وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ

Qul huwa-llāhu aḥad. Allāhu-ṣṣamad. Lam yalid wa lam yūlad. Wa lam yakun lahu kufuwan aḥad

말하라, 「그분은 알라, 유일하신 분이랴. 알라는 영원히 자족하신 분. 그분은 낳지 않으시고 태어나지도 않으셨으며, 그분과 견줄 이는 아무도 없노라.」

가장 짧고 가장 많이 외워지는 수라 중 하나 — 좋은 첫 선택입니다.

Quran 112 (Al-Ikhlās)

알라후 아크바르라고 말하고 허리를 굽히세요(루쿠). 등을 수평으로, 두 손을 무릎에 얹고, 차분해질 때까지 머무세요:

권장 · 굽히는 동안

지극히 위대하신 나의 주님께 영광을

سُبْحَانَ رَبِّيَ الْعَظِيمِ

Subḥāna Rabbiya-l-ʿAẓīm

지극히 위대하신 나의 주님께 영광이 있으라.

굽히는 동안 세 번.

Sahih Muslim 772 · Sahih

굽힘에서 몸을 일으켜 완전히 똑바로 서서 멈추세요:

권장 · 일어설 때

굽힘에서 일어서기

سَمِعَ اللَّهُ لِمَنْ حَمِدَهُ، رَبَّنَا وَلَكَ الْحَمْدُ

Sami'a-llāhu liman ḥamidah, Rabbanā wa laka-l-ḥamd

알라는 그분을 찬미하는 자의 소리를 들으신다. 우리의 주님이시여, 당신께 모든 찬미가 있으라.

일어서면서 앞 구절을, 똑바로 선 뒤에 뒤 구절을 말합니다.

Sahih al-Bukhari 795 · Sahih

알라후 아크바르라고 말하고 엎드리세요(수주드). 이마, 코, 두 손바닥, 두 무릎, 두 발끝을 땅에 대어 — 엎드림의 일곱 점 — 차분해질 때까지 머무세요:

지극히 높으신 나의 주님께 영광을

سُبْحَانَ رَبِّيَ الْأَعْلَى

Subḥāna Rabbiya-l-'Alā

지극히 높으신 나의 주님께 영광이 있으라.

엎드리는 동안 세 번.

Sahih Muslim 772 · Sahih

알라후 아크바르라고 말하며 차분히 일어나 앉아, 잠시 멈춘 뒤, 다시 **알라후 아크바르**라고 말하고 앉서와 똑같이 두 번째로 엎드리세요. 이 두 번째 엎드림에서 일어나면 한 **라크아**가 완성됩니다.

타샤후드와 예배 마치기

두 라크아마다 — 그리고 예배의 끝에 — 앉아서, 신의 유일성과 예언자 ﷺ 의 사도 되심을 증언하는 **타샤후드**를 낭송하세요:

의무 · 마지막 앉기

타샤후드

التَّحِيَّاتُ لِلَّهِ وَالصَّلَوَاتُ وَالطَّيِّبَاتُ، السَّلَامُ عَلَيْكَ أَيُّهَا النَّبِيُّ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ،
السَّلَامُ عَلَيْنَا وَعَلَى عِبَادِ اللَّهِ الصَّالِحِينَ، أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ
وَرَسُولُهُ

At-tahiyyātu lillāhi wa-ṣṣalawātu wa-ṭ-ṭayyibāt, as-salāmu ‘alayka ayyuha-n-nabiyyu wa rahmatu-llāhi wa barakātuh, as-salāmu ‘alaynā wa ‘alā ‘ibādi-llāhi-ṣṣāliḥīn, ash-hadu an lā ilāha illa llāh, wa ash-hadu anna Muḥammadan ‘abduhu wa rasūluh

모든 인사와 기도와 좋은 것들은 신께 있습니다. 예언자시여, 당신께 평안과 신의 자비와 축복이 있기를. 우리와 신의 의로운 종들에게 평안이 있기를. 나는 신 외에 다른 신은 없음을 증언하고, 무함마드가 그분의 종이자 사도임을 증언합니다.

Sahih al-Bukhari 831 · Sahih

마지막 앉기에서는, 타샤후드에 이어 **살라와트** — 신께서 예언자 ﷺ 를 축복해 주시기를 청하는 것 — 를 합니다:

살라와트(두루드)

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ، كَمَا صَلَّيْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ، إِنَّكَ
حَمِيدٌ مَجِيدٌ

Allāhumma ṣalli ‘alā Muḥammad wa ‘alā āli Muḥammad, kamā ṣallayta ‘alā Ibrāhīm wa ‘alā āli Ibrāhīm, innaka Ḥamīdun Majīd

신이시여, 당신께서 아브라함과 아브라함의 가문을 축복하셨듯, 무함마드와 무함마드의 가문을 축복하소서. 진실로 당신은 찬양받으실 분이요, 영광스러우신 분입니다.

마지막 읽기에서, 타사후드 뒤에 합니다.

Sahih al-Bukhari 3370 · Sahih

그런 다음 타슬림으로 예배를 마칩니다: 얼굴을 오른쪽으로, 그다음 왼쪽으로 돌리며, 그때마다 **앗살라무 알라이쿰 와 라흐마툴라**(「알라의 평화와 자비가 당신에게 있기를」)라고 말합니다. 예언자 ﷺ께서는 예배가 「타슬림으로 나가진다」고 가르치셨습니다.

각 예배를 짜기

모든 예배는 알맞은 단위 수만큼 반복된 이 라크아이며, 매 짝마다 그리고 맨 끝에 타사후드를 위한 읽기가 들어갑니다:

2 두 라크아 — 파즈르

라크아, 그다음 라크아. 타사후드와 살라와트를 위해 읽고, 타슬림을 합니다.

3 세 라크아 — 마그립

두 라크아, 그다음 타사후드를 위해 읽습니다. 한 라크아를 더 하려고 서고, 그다음 살라와트와 타슬림이 있는 마지막 읽기.

4 네 라크아 — 주흐르, 아스르, 이샤

두 라크아, 그다음 타사후드를 위해 읽습니다. 두 라크아를 더 하려고 서고, 그다음 살라와트와 타슬림이 있는 마지막 읽기.

셋째와 넷째 라크아에서는 알파티하만 낭송합니다 — 그 뒤에 두 번째 구절을 더하지 않습니다.

권장되는 몇 가지 순나

예배의 의무 모양을 넘어, 몇 가지 더한 관행이 예언자 ﷺ로부터 잘 전해지고 널리 따라집니다. 그중 어느 것도 예배가 유효하기 위해 요구되지는 않지만, 일찍 배워 둘 가치가 있습니다:

- **손 들기.** 개시 타크비르에서, 굽히기 전에, 그리고 굽힘에서 일어설 때, 두 손을 어깨 높이까지 손바닥을 앞으로 향해 들었다가, 내리거나 다시 포깁니다.
- **오른손을 왼손 위에.** 낭송하려고 서 있는 동안, 오른손을 왼쪽 팔뚝 위에 얹습니다.
- **아민이라고 말하기.** 알파티하 뒤에 *아민*이라고 말합니다. 예언자 ﷺ께서는, 예배를 인도하는 이와 함께 그것을 말할 때 천사들의 아민과 겹쳐 지난 죄가 용서된다고 가르치셨습니다.
- **자발적 예배.** 다섯 의무 예배의 앞뒤로, 예언자 ﷺ께서는 매일 열두 라크아를 더 규칙적으로 예배하셨습니다 — 파즈르 전에 둘, 주흐르 전에 넷과 후에 둘, 마그립 후에 둘, 이샤 후에 둘 — 그리고 그것을 지키는 이에게는 천국에 집이 지어지리라고 가르치셨습니다.

회중으로 예배하기

가능하면 다른 이들과 함께 예배하세요. 회중 예배는 혼자 예배하는 것보다 스물일곱 배 더한 보상이 있습니다. 한 사람이 **이맘**으로 인도합니다. 나머지 모두는 반 걸음 뒤에서 따르며, 이맘이 시작한 뒤에야 각 동작을 맞춥니다 — 결코 그보다 앞서지 않습니다. 어깨를 나란히 하여 곧고 굽이지 않는 줄로 서세요: 예언자 ﷺ께서는 곧은 줄이 올바른 예배의 일부라고 가르치셨습니다. 예배가 이미 시작된 뒤에 도착하면, 조용히 줄에 합류해 이맘이 있는 데서부터 그대로 따르고, 놓친 부분은 그가 마친 뒤에 채우세요.

예배 후에

타슬림을 하면 예배가 완성됩니다. 많은 무슬림은 그 뒤에 이어지는 신에 대한 짧은 염원을 위해 잠시 머뭅니다 — 이 꾸러미의 *아침과 저녁의 아드카르* 카드가 각각 출처와 함께 한 벌을 담고 있습니다. 그 후 서둘러 떠날 필요는 없습니다. 조용한 성찰의 순간이나, 당신 자신의 말과 언어로 하는 개인적인 두아 또한 환영받습니다. 신은 당신이 여기서 배운 아랍어도, 마음에서 우러나 하는 무엇이든 다 들으십니다.

참고와 흔한 질문

- **놓친 예배**는 기억나는 즉시 채웁니다: 그것을 예배한 뒤, 그날의 예배를 이어 갑니다.
- **아프거나 설 수 없다면**, 앉아서 예배하세요. 앉을 수 없다면 옆으로 누워 예배하세요. 예언자 ﷺ께서는 예배를 위해 설 수 없던 한 교우에게 이것을 가르치셨습니다.
- **아랍어가 처음인가요?** 먼저 알파티하를 배우세요 — 느리더라도, 소리 하나하나씩. 예배의 나머지 문구는 시간이 지나며 따라올 수 있습니다. 이 안내서의 음역은 당신이 오늘 시작하도록 돕기 위해 있습니다.

- **의무인가 권장인가?** 자세 그 자체 — 서기, 굽히기, 두 번의 옆드림, 그리고 앉기 — 는 모두 의무이며, 알파티하 낭송, 마지막 타샤후드, 그리고 타슬림도 그렇습니다. 굽힘과 옆드림 안에서 하는 더 짧은 찬미, 그리고 타샤후드 뒤의 살라와트는 권장입니다: 보상받지만, 그것들 없이도 예배는 유효합니다.
- **법학파는** 자세와 문구의 작은 세부에서 다릅니다. 이 안내서로 예배의 모양을 배우고, 세부는 지식 있고 신뢰할 만한 스승에게서 직접 배우세요.

피해야 할 흔한 실수

- **자세를 서둘러 지나치기.** 다음으로 넘어가기 전에 각 자세 — 서기, 굽히기, 옆드리기 — 에서 차분히 자리 잡으세요. 서두름은 예언자 ﷺ께서 누군가의 예배를 보실 때 가장 자주 바로잡으신 흠이었습니다.
- **유효한 우두 없이 예배하기.** 아직 유효한지 확실치 않으면 다시 하세요. 그것 없이는 예배가 유효하지 않습니다.
- **키블라를 어렵짐작하기.** 여행 중이거나 낯선 곳에 있다면, 시작하기 전에 어렵짐작하지 말고 방향을 확인하세요.
- **권장 부분을 대수롭지 않게 여기기.** 그것들은 예언자 ﷺ의 한결같은 관행이었습니다 — 최소한만이 아니라, 그것들을 포함하기를 목표하세요.

빠른 참조: 의무의 핵심

예배를 익히고 나면, 그것이 유효하기 위해 엄밀히 필요한 것은 이것뿐입니다:

단계	무엇이 의무인가
1	키블라를 향해 선다; 개시 타크비르를 말한다
2	서서 알파티하를 낭송한다
3	허리를 굽힌다(루쿠)
4	다시 똑바로 선다
5	옆드려 절한다(수주드) — 두 번, 사이에 잠깐 앉아서
6	타샤후드를 위해 앉는다 — 두 라크아마다, 그리고 마지막에
7	타슬림으로 마친다

이 안내서의 그 밖의 모든 것 — 타스비흐, 살라와트, 손 들기, 그리고 나머지 — 은 필수가 아니라 권장입니다.

용어 사전

이 안내서 전체에서 쓰인 아랍어 낱말을 빠르게 찾아볼 수 있습니다:

용어	뜻
라크아	예배의 한 단위
루쿠	허리 굽히기
수주드	엎드려 절하기
타샤후드	앉아서 하는 신앙의 증언
타슬림	예배를 마치는 평화의 인사
키블라	예배에서 향하는 카바의 방향
우두	예배 전에 행하는 정결 의식
니아	마음속에서 조용히 세우는, 예배하려는 의도
파르드	의무 — 유효한 예배가 요구하는 것
순나	권장 — 예언자 ﷺ 의 한결같은 관행
이맘	예배를 인도하는 사람
자마아	함께, 회중으로 예배하는 것
아잔	그 시각이 시작되었음을 알리는 예배 부름
이카마	예배가 시작되기 직전에 하는 두 번째의 짧은 부름
후슈우	예배에서의 주의 깊은 임재와 겸손
디크르	흔히 짧은 낭송을 통한, 신을 기억함

이것이 예배의 모양입니다. 의무 부분을 단단히 지키고, 나머지 — 권장되는 말, 예법, 자신감 — 는 시간을 두고 쌓아 가세요. 그것은 첫날에 완벽하게 해내는 것이 아니라, 반복으로 쉬워집니다.



이 가이드의 모든 두아와 모든 주장은 꾸란 또는 진정하고 등급이 매겨진
하디스를 출처로 합니다.

전체 출처: journeyintoislam.com/pocket-guides/salah-guide

자유롭게 인쇄하고 공유하세요

