

ذِکْر اور مُراقِبہ

کا طریقہ

مؤلفہ

حضرت سید شیر احمد کا کاخیل دامت برکاتہم

خلیفہ مجاز

حضرت صوفی محمد اقبال صاحب مدنی رحمۃ اللہ علیہ

حضرت سید تنظیم الحق حلیمی صاحب رحمۃ اللہ علیہ

حضرت ڈاکٹر فدا محمد صاحب مدظلہ

مستر شد حضرت مولانا اشرف سلیمانی صاحب رحمۃ اللہ علیہ

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

ابتدائی ذکر

سَبْحَانَ اللّٰهِ وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ وَلَا إِلٰهَ إِلَّا اللّٰهُ وَاللّٰهُ أَكْبَرُ 300 مرتبہ

لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ 200 مرتبہ

40 دن تک بلا ناغہ

دوسرا ذکر

کلمہ سوم 100 مرتبہ

درود شریف 100 مرتبہ

استغفار 100 مرتبہ

یہ معمول ہمیشہ کیلئے ہے روزانہ

ہر نماز کے بعد تسبیحاتِ مسنون

سُبْحَانَ اللَّهِ ۳۳ مرتبہ

الْحَمْدُ لِلَّهِ ۳۳ مرتبہ

اللَّهُ أَكْبَرُ ۳۴ مرتبہ

3 مرتبہ کلمہ طیبہ 3 مرتبہ درود ابراہیمی 3 مرتبہ استغفار
1 مرتبہ آیت الکرسی

نماز کے بعد والی مسنون تسبیحات تمام عمر جاری رہیں گی
اس لیے ان میں تبدیلی نہیں ہوگی۔

ایصال ثواب

ایک بار سورہ فاتحہ اور 3 بار سورہ اخلاص -

اس کا ثواب آپ صلی اللہ علیہ والہ وسلم کو اور تمام انبیاء کرام علیہم السلام کو اور صحابہ رضی اللہ
تعالیٰ عنہم کو اور چاروں سلسلوں کے مشائخ کرام رحمہم اللہ تعالیٰ کو بخشا ہے۔

اس کے بعد

100 مرتبہ

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ کے ساتھ یہ تصور کہ دنیا کی محبت دل سے نکل رہی ہے اور لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ کے ساتھ

اللہ تعالیٰ کی محبت دل میں آرہی ہے۔

100 مرتبہ	إِلَّا اللهُ
-----------	--------------

اس کے ساتھ یہ تصور کہ میرا دل صرف اللہ تعالیٰ کا ہے۔

100 مرتبہ	اللهُ اللهُ
-----------	-------------

اس کے ساتھ یہ تصور کہ عرش عظیم سے اللہ تعالیٰ کی محبت میرے دل میں آرہی ہے۔

100 مرتبہ	اللهُ
-----------	-------

اس کے ساتھ یہ تصور کہ اللہ تعالیٰ میرے دل کو محبت کے ساتھ دیکھ رہا ہے اور میرا دل بھی محبت کے ساتھ اللهُ اللهُ کر رہا ہے۔

تیسرا ذکر

ایصال ثواب حسب سابق

200 مرتبہ	لَا إِلَهَ إِلَّا اللهُ
-----------	-------------------------

لَا إِلَهَ کے ساتھ یہ تصور کہ دنیا کی محبت دل سے نکل رہی ہے **إِلَّا اللهُ** کے ساتھ اللہ تعالیٰ کی محبت دل میں آرہی ہے۔

200 مرتبہ	إِلَّا اللهُ
-----------	--------------

اس کے ساتھ یہ تصور کہ میرا دل صرف اللہ تعالیٰ کا ہے۔

200 مرتبہ

اللَّهُ اللَّهُ

اس کے ساتھ یہ تصور کہ عرش عظیم سے اللہ تعالیٰ کی محبت میرے دل میں آرہی ہے۔

100 مرتبہ

اللَّهُ

اس کے ساتھ یہ تصور کہ اللہ تعالیٰ میرے دل کو محبت کے ساتھ دیکھ رہا ہے اور میرا دل بھی محبت کے ساتھ اللہ اللہ کر رہا ہے۔

چوتھا ذکر

ایصال ثواب حسب سابق

200 مرتبہ

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ

لَا إِلَهَ کے ساتھ یہ تصور کہ دنیا کی محبت دل سے نکل رہی ہے اور لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ کے ساتھ اللہ تعالیٰ کی محبت دل میں آرہی ہے۔

300 مرتبہ

إِلَّا اللَّهُ

اس کے ساتھ یہ تصور کہ میرا دل صرف اللہ تعالیٰ کا ہے۔

300 مرتبہ

اللَّهُ اللَّهُ

اس کے ساتھ یہ تصور کہ عرش عظیم سے اللہ تعالیٰ کی محبت میرے دل میں آرہی ہے۔

100 مرتبہ

اللَّهُ

اس کے ساتھ یہ تصور کہ اللہ تعالیٰ میرے دل کو محبت کے ساتھ دیکھ رہا ہے اور میرا دل بھی محبت کے ساتھ اللہ اللہ گزر رہا ہے۔

پانچواں ذکر

ایصال ثواب حسب سابق

200 مرتبہ

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ

لَا إِلَهَ کے ساتھ یہ تصور کہ دنیا کی محبت دل سے نکل رہی ہے اور لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ کے ساتھ اللہ تعالیٰ کی محبت دل میں آرہی ہے۔

400 مرتبہ

إِلَّا اللَّهُ

اس کے ساتھ یہ تصور کہ میرا دل صرف اللہ تعالیٰ کا ہے۔

400 مرتبہ

اللَّهُ اللَّهُ

اس کے ساتھ یہ تصور کہ عرش عظیم سے اللہ تعالیٰ کی محبت میرے دل میں آرہی ہے۔

100 مرتبہ

اللَّهُ

اس کے ساتھ یہ تصور کہ اللہ تعالیٰ میرے دل کو محبت کے ساتھ دیکھ رہا ہے اور میرا دل بھی محبت کے ساتھ اللہ تعالیٰ کو دیکھ رہا ہے۔

چھٹا ذکر

ایصال ثواب حسب سابق

200 مرتبہ

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ کے ساتھ یہ تصور کہ دنیا کی محبت دل سے نکل رہی ہے اور لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ کے ساتھ اللہ تعالیٰ کی محبت دل میں آرہی ہے۔

400 مرتبہ

إِلَّا اللَّهُ

اس کے ساتھ یہ تصور کہ میرا دل صرف اللہ تعالیٰ کا ہے۔

600 مرتبہ

اللَّهُ اللَّهُ

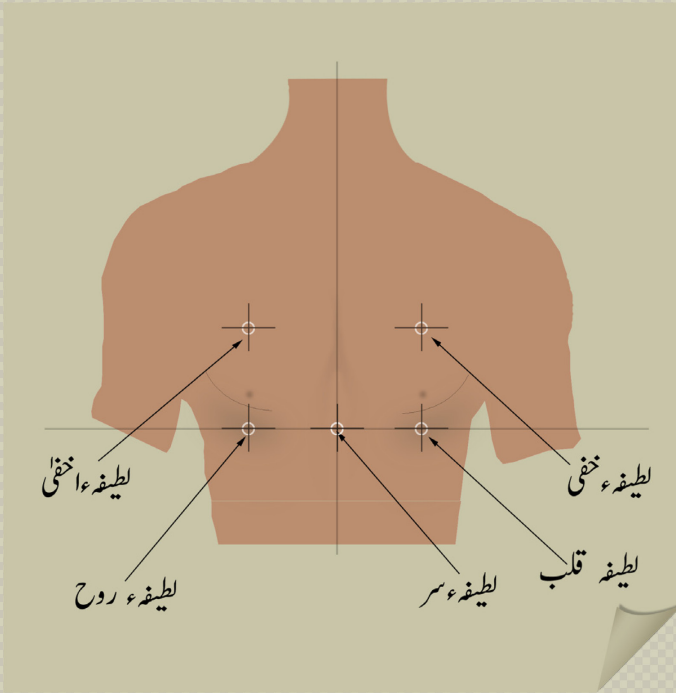
اس کے ساتھ یہ تصور کہ عرش عظیم سے اللہ تعالیٰ کی محبت میرے دل میں آرہی ہے۔

100 مرتبہ

اللَّهُ

اس کے ساتھ یہ تصور کہ اللہ تعالیٰ میرے دل کو محبت کے ساتھ دیکھ رہا ہے اور میرا دل بھی محبت کے ساتھ اللہ اللہ کر رہا ہے۔

مراقبہ کا طریقہ



﴿1﴾ لطیفہء قلب

ایصال ثواب حسب سابق

آنکھیں بند، زبان بند، سینہ قبلہ رُخ۔ تصویر یہ کہ دل اللہ، اللہ کر رہا ہے اور اللہ تعالیٰ دل کو محبت کے ساتھ دیکھ رہا ہے۔

﴿2﴾ لطیفہٴ مَرُوح

ایصالِ ثواب حسب سابق

سینے میں دل کے دوسری جانب دائیں طرف لطیفہٴ روح ہے۔

آنکھیں بند، زبان بند، سینہ قبلہ رُخ، تصویر یہ کہ لطیفہٴ روح پر اللہ، اللہ ہو رہا ہے اور اللہ تعالیٰ محبت کے ساتھ لطیفہٴ روح کو دیکھ رہا ہے۔

﴿3﴾ لطیفہٴ سِرِّ

ایصالِ ثواب حسب سابق

سینے میں دل اور لطیفہٴ روح کے درمیان لطیفہٴ سر ہے۔

آنکھیں بند، زبان بند، سینہ قبلہ رُخ۔ تصویر یہ کہ لطیفہٴ سر پر اللہ، اللہ ہو رہا ہے اور اللہ تعالیٰ لطیفہٴ سر کو محبت کے ساتھ دیکھ رہا ہے۔

﴿4﴾ لطیفہٴ خَفِیِّ

ایصالِ ثواب حسب سابق

سینے میں دل سے چار انگل اوپر لطیفہٴ خفی ہے۔

آنکھیں بند، زبان بند، سینہ قبلہ رُخ۔ تصویر یہ کہ لطیفہٴ خفی اللہ، اللہ کر رہا ہے اور اللہ تعالیٰ لطیفہٴ خفی کو محبت سے ساتھ دیکھ رہا ہے۔

﴿5﴾ لطیفہٴ اخفیٰ

ایصالِ ثواب حسب سابق

سینے میں لطیفہ روح سے چار انگل اوپر لطیفہ اخفیٰ ہے۔

آنکھیں بند، زبان بند، سینہ قبلہ رخ۔

تصویر یہ کہ لطیفہ اخفی اللہ، اللہ کر رہا ہے اور اللہ تعالیٰ محبت سے ساتھ لطیفہ اخفی کو دیکھ رہا

ہے۔