

## اعتکاف کا آسان کورس



اس سے قبل رمضان المبارک کے حوالے سے میں ایک تحریر شائع کر چکا تھا، جس کا عنوان تھا اعتکاف کا طریقہ، وہ ایک کوشش تھی اعتکاف کی حقیقت کو جاننے سمجھنے اور اس پر عمل پیرا ہو کر اپنی روحانی شخصیت کو اس لائق بنانے کی کہ جب شب قدر کو فرشتوں اور روجوں کی آمد و رفت شروع ہو تو ہم انکی زیارت کر سکیں ان سے مصافحہ کر سکیں اور تجلی الہی کے دیدار سے بھی مشرف ہو سکیں۔ لیکن بعد ازاں کچھ دوستوں کی آراء نے مجبور کر دیا کہ ایک اور تحریر بھی آپکی نظر کروں تاکہ وہ بہائی اور دوست جو اتنی محنت کے لئے آمادہ نہیں ہیں لیکن اعتکاف کی فیوض و برکات سے بھر مند بھی ہونا چاہتے ہیں انکے لئے کوئی سہل کورس ترتیب دوں۔

لہذا میں اللہ تبارک و تعالیٰ سے دعا کرتا ہوں کہ یہ آسان کورس ہر مسلمان بہائی اور بہن کو اعتکاف کی رحمتوں اور برکتوں سے مالا مال فرمائے

۳۰ روزے کی شام عصر نماز کے بعد با وضو قبلہ رخ بیٹھ جائیں اب ہاتھوں کو دعا کے انداز میں اٹھائیں اور ایک مرتبہ یا حنیف پڑھ کر ہاتھوں پر دم کریں اور ہاتھوں کو تین بار چہرے پر پھیریں (یہ ایک دور ہو اس طرح کے نوٹل تین دور کریں) اب حسب توفیق خیرات کر دیں۔

۳۱ روزے کی تراویح کے بعد روزانہ رات کو سونے سے قبل

۹۳ مرتبہ یا تمہید پڑھیں

۱۰۰ مرتبہ درود خضریٰ

۳۰۰ مرتبہ یا ماجد

۳۱۳ مرتبہ درود زیارت

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا وَهَوْلَانَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ سَيِّدِنَا وَهَوْلَانَا مُحَمَّدٍ كَمَا تَحِبُّ وَتَرْضَى لَهُ

(درود دیدار)

- اس کے بعد تھوڑی دیر کے لئے اسی جگہ سو جائیں۔ نیند سے جاگنے کے بعد
  - اللہ تعالیٰ کی رضا حاصل کرنے کے لئے ۲ رکعت نفل ادا کریں، نماز سے فارغ ہو کر ایک مرتبہ سورہ یاسین پڑھیں اور دعا کریں۔
  - رسول اللہ ﷺ کو ثواب کا تحفہ دینے کی نیت سے ۲ رکعت نفل ادا کریں، نماز سے فارغ ہو کر ایک مرتبہ سورہ یاسین پڑھیں اور دعا کریں۔
  - ہمارے جتنے بھی مسلمان بہائی اور بہنیں اس دنیا سے رخصت ہو چکے ہیں انکی بخشش کے لئے ۲ رکعت نفل ادا کریں، نماز سے فارغ ہو کر ایک مرتبہ سورہ یاسین پڑھیں اور دعا کریں۔
  - اپنے گناہوں کی بخشش کے لئے اپنے مقاصد کے لئے ۲ رکعت نفل ادا کریں، نماز سے فارغ ہو کر ایک مرتبہ سورہ یاسین پڑھیں اور دعا کریں۔
- نو افل سے فارغ ہونے کے بعد

## درود خضریٰ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
صَلَّى اللَّهُ عَلَى حَبِيبِهِ مُحَمَّدٍ وَآلِهِ وَأَصْحَابِهِ وَسَلَّمَ

درود خضریٰ ۱۰۰ مرتبہ

یا حق یا قیوم ۱۰۰ مرتبہ

پھر آتی پالقی مار کر بیٹھ جائیں یا جس طرح التعمیرات میں بیٹھتے ہیں اسی انداز میں بیٹھ جائیں اور تصور کریں کہ آپ اللہ تبارک و تعالیٰ آپکو دیکھ رہے ہیں اسی دھیان میں کم از کم ۲۰ منٹ بیٹھے رہیں۔

اس دور میں، ہندوؤں سے بات چیت پر آپ نے دوروں کو دوروں سے دور رکھنا اور دوروں سے دور رہنا  
زیارت سے اپنے ایمان کو مالا مال کرنا۔

تعمیر :

رسول اللہ ﷺ نے اس بات کو سخت ناپسند فرمایا کہ ہم بیاس یا اس طرح کی کوئی بدبودار چیز کھا کر اللہ کے  
گھر میں چلیں جائیں بلکہ حکم فرمایا کہ اللہ کے گھر سے دور رہو جب تک کہ منہ سے بدبو، ختم نہیں ہو جاتی، اور اگر آپ  
اپنے گھر میں اعتکاف کرتے ہیں (یہ اجازت صرف عورتوں کو ہے، مرد صرف اور صرف مسجد میں ہی اعتکاف کر سکتے  
ہیں) تب بھی آپ اعتکاف کے دوران خدا کی مہمان ہوتی ہیں لہذا اس طرح کی چیزیں کھانے سے احتیاط برتیں،  
خصوصاً آج کل افطار میں چھوٹے کھانے کا اہتمام زیادہ کیا جاتا ہے جس میں کچی پیاز بھی شامل ہوتی ہے۔ لہذا اس  
طرح کے کھانوں سے پرہیز کریں۔

---

Article Link <http://www.mirfatehalishah.com/articles/post.php?id=2099>  
Join us on facebook <https://www.facebook.com/mirfatehalishah>  
[www.mirfatehalishah.com](http://www.mirfatehalishah.com)