

Ramadan Programme for beholding

رمضان میں اللہ کی تجلی کا دیدار کیجئے

Allah Ki Tajalli Ka Deedar Kijiey

تشرف برؤية التجلي الرباني في شهر رمضان المبارك

الشیخ خواجہ شمس الدین عظیمی

LANGUAGES:

English

Roman Urdu

العربیہ

اردو



اردو

شب قدر میں اللہ کی

تجلی کا دیدار کیجئے

پیشکش

اراکین سلسلہ عظیمہ متحدہ عرب امارات

ترتیب و تدوین: سلمان انصاری عظیمی

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

ماہِ رمضان جس میں نازل ہوا قرآن جس میں ہدایت ہے۔

لوگوں کے واسطے اور راہ پانے کی کھلی نشانیاں ہیں۔ (القرآن)

آیتِ مقدسہ ہمیں اس تفکر کی دعوت دیتی ہے کہ نزولِ قرآن میں رمضان کا تذکرہ کیوں کیا گیا ہے جبکہ وحیِ رمضان کے علاوہ بھی نازل ہوتی رہی ہے۔ یہ تلاش کرنا بھی ضروری ہے کہ رمضان المبارک اور عام دنوں میں کیا فرق ہے اور رمضان میں انسانی تصورات اور احساسات میں کیا تبدیلی رونما ہو جاتی ہے؟

رمضان المبارک سے متعلق اس رکوع میں اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے:

ترجمہ: ”اور جب تجھ سے پوچھیں بندے میرے مجھ کو تو میں نزدیک ہوں، پہنچتا ہوں پکارتے کی پکار کو جس وقت مجھ کو پکارتا ہے۔“

آیتِ کریمہ ہمیں بتاتی ہے کہ بندے اور اللہ کے درمیان کسی قسم کا کوئی فاصلہ حائل نہیں ہے۔ قرآن کے ارشاد کے مطابق کائنات میں ہر شے دو رخ پر قائم ہے۔

وَمِنْ كُلِّ شَيْءٍ خَلَقْنَا زَوْجَيْنِ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ

”اور ہر چیز کے بنائے ہم نے جوڑے شاید تم دھیان کرو۔“

انسانی حواس کے بھی دو رخ ہیں۔ ایک رخ یہ ہے کہ انسان ہمیشہ اپنے آپ کو پابند اور مقید محسوس کرتا ہے اور دوسرا رخ وہ ہے کہ جہاں انسان قید و بند سے آزاد ہے۔ قید و بند میں ہمارے اندر جو حواس کام کرتے ہیں وہ ہمیشہ اسفل زندگی کی طرف متوجہ رہنے پر مجبور کرتے ہیں۔ ان حواس کی ہر حرکت ہماری زندگی کو کڑی در کڑی زنجیر کی طرح پابند سلاسل کئے ہوئے ہے۔ زندگی نام ہے تقاضوں کا، یہ تقاضے ہی ہمارے اندر حواس بناتے ہیں۔ بھوک، پیاس، جنس، ذہنی تعیش، ایک دوسرے سے بات کرنے کی خواہش، آپس کا میل جول اور ہزاروں قسم کی دلچسپیاں یہ سب تقاضے ہیں اور ان تقاضوں کا دار و مدار حواس پر ہے۔ حواس اگر تقاضے قبول کر لیتے ہیں تو یہ تقاضے حواس کے اندر جذب ہو کر ہمیں مظاہراتی خدو خال کا علم بخشتے ہیں۔ عام دنوں میں ہماری دلچسپیاں مظاہر کے ساتھ زیادہ رہتی ہیں۔ کھانا، پینا، سونا، جاگنا، آرام کرنا، حصولِ معاش میں جدوجہد کرنا اور دنیاوی دوسرے مشاغل سب کے سب مظاہر ہیں۔

عام دنوں کے برعکس روزہ ہمیں ایسے نطقے پر لے آتا ہے جہاں سے مظاہر کی نفی شروع ہوتی ہے۔ مثلاً وقتِ معینہ تک ظاہری حواس سے توجہ ہٹا کر ذہن کو اس بات پر آمادہ کرنا کہ ظاہری حواس کے علاوہ اور بھی حواس ہمارے اندر موجود ہیں جو ہمیں آزاد دنیا (غیب کی دنیا) سے روشناس کرتے ہیں۔ روزہ زندگی میں کام کرنے والے ظاہری حواس پر ضرب لگا کر ان کو معطل کر دیتا ہے۔ بھوک پیاس پر کنٹرول، گفتگو میں احتیاط، نیند میں کمی اور چوبیس گھنٹے کسی نہ کسی طرح سے یہ کوشش کی جاتی ہے کہ مظاہر کی گرفت سے نکل کر غیب میں سفر کیا جائے۔

رمضان المبارک کا پورا مہینہ دراصل ایک پروگرام ہے۔ اس بات سے متعلق کہ انسان اپنی روح اور غیب سے متعارف ہو جائے۔ اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا کہ:

”ہم نے اتار شب قدر میں۔ اور تو کیا بوجھا کیا ہے شب قدر۔ شب قدر بہتر ہے ہزار مہینے سے۔ اترتے ہیں فرشتے اور روح اس میں اپنے رب کے حکم سے، ہر کام پر۔ امان ہے وہ رات صبح کے نکلنے تک۔“

اللہ تعالیٰ کے فرمان کے مطابق لیلة القدر ایک ہزار مہینوں کے دن اور رات کے حواس سے افضل ہے۔ اس کو سمجھنے کے لئے ہم اس طرح کہہ سکتے ہیں کہ رات کے حواس کی رفتار اس رات میں (جو بہتر ہے ہزار مہینوں سے) ساٹھ ہزار گنا بڑھ جاتی ہے کیونکہ ایک ہزار مہینوں میں تیس ہزار دن اور تیس ہزار راتیں ہوتی ہیں۔

رمضان کی دس تاریخ تک ہمیں اس بات کی عادت ہو جاتی ہے کہ ہم ان حواس کی گرفت کو توڑ سکیں جو گیارہ مہینے ہمارے اوپر مسلط رہے ہیں۔ رمضان کے پہلے عشرے میں بھوک، پیاس، نیند، گفتگو میں احتیاط اور قرآن پاک کی تلاوت سے کافی حد تک ظاہری حواس ہماری گرفت میں آجاتے ہیں۔ محض اللہ کی خوشنودی کیلئے پورے دن کھانا نہ کھانا، شدید تقاضے کے باوجود پانی نہ پینے اور افطار و سحری کے درمیان چند گھنٹے سونے سے ہمارے اندر ایک ایسی طاقت پیدا ہو جاتی ہے جو ہمیں رات کے حواس اور روح کے قریب کر دیتی ہے۔ دس (10) روزے رکھنے کے بعد اگر ہم کوشش کریں تو بہت آسانی کے ساتھ روح کی خفتہ صلاحیتوں کو بیدار کر سکتے ہیں۔

گیا رسواں (۱۱) روزہ

دسویں روزے کے بعد چوبیس گھنٹے میں چھ گھنٹے سے زیادہ نہ سوئیں۔

با رسواں (۱۲) روزہ

بارہویں، تیرہویں اور چودھویں روزوں میں نیند کا وقفہ بجائے ۶ کے ۵ گھنٹے کر دیں کھانے میں یہ احتیاط کریں کہ سحر و افطار میں اتنا کھائیں کہ جو معدہ کے لئے گرانی کا باعث نہ بنے۔

پند رسواں (۱۵) روزہ

پندرہویں روزہ میں سحر و افطار میں کھانا بھوک رکھ کر کھائیں اور کھانوں میں زیادہ مرغن اور ثقیل چیزیں استعمال نہ کریں۔ نیند کا وقفہ کم کر کے ساڑھے چار گھنٹے کر دیں۔

سولہواں (۱۶) روزہ

سولہویں روزے میں صرف دودھ یا چائے پیئیں۔ افطار ایک یاد و کھجور اور دودھ سے کریں۔ پھلوں کا رس پی لیں لیکن ٹھوس غذا نہ کھائیں۔ تراویح کے بعد سحری تک درودِ خضریٰ پڑھتے رہیں اور شب بیداری کریں۔

سترہواں (۱۷) روزہ

ہلکی سحری کھا کر فجر کی نماز باجماعت ادا کر کے ساڑھے چار گھنٹے کے لئے سو جائیں دن بھر کام میں مشغول رہیں اور یاچی یا قیوم کا ورد کرتے رہیں۔ افطار میں صرف پھلوں کا رس اور دودھ پیئیں۔ ٹھوس غذا بالکل استعمال نہ کریں۔ تراویح پڑھنے کے بعد درودِ خضریٰ پڑھتے پڑھتے سو جائیں اور سحری کے وقفہ تک سوتے رہیں۔

اٹھارواں (۱۸) روزہ

سحری میں ہلکی اور زود ہضم غذا مثلاً دلیہ، توس، سوہی کاہریرہ وغیرہ استعمال کریں اور پورے دن کاروبار میں مشغول رہتے ہوئے "یاچی یا قیوم" کا ورد کرتے رہیں۔ افطار میں آدھا پیٹ روٹی کھائیں۔ پانی یا شربت کم پیئیں اور تراویح پڑھتے ہی سو جائیں۔

انیسواں (۱۹) روزہ

۱۹ رمضان کو سحر میں اتنی غذا استعمال کی جائے جو طبیعت میں کسی قسم کا تکدر پیدا نہ کرے اور افطار میں کھجوریں اور دودھ استعمال کیا جائے۔ پانی کم مقدار میں پیاجائے۔ تراویح کے بعد درودِ خضریٰ پڑھتے رہیں اور سحری تک چار گھنٹے کے لئے سو جائیں۔

بیسواں (۲۰) روزہ

۲۰ رمضان کو سحری میں صرف ایک یا دو ڈبل روٹی کے ٹوسٹ یا دلیہ دودھ کے ساتھ کھا کر روزے کی نیت کر لیں۔ دن میں پورے وقت کلمہ تہجد (تیسرا کلمہ) پڑھتے رہیں۔ افطار کے وقت ہلکی غذا کھائیں، پانی بھی کم پیئیں۔ مغرب کی نماز کے بعد سے عشاء کی نماز تک درودِ خضر پڑھتے رہیں۔ تراویح کے بعد دونوں کانوں میں روٹی لگائیں اور تمام رات جاگتے رہیں۔ پوری رات تلاوتِ کلامِ پاک، تیسرا کلمہ، درودِ خضر اور نوافل پڑھتے رہیں۔

اکیسواں (۲۱) روزہ

۲۱ رمضان کی سحری میں برائے نام غذا کھا کر فجر کی نماز ادا کرنے کے بعد تین گھنٹے بنتا لیس منٹ (3:45) کے لئے سو جائیں۔ بیدار ہونے کے بعد ضروری کاموں کے علاوہ تیسرا کلمہ اور قرآن پاک کی تلاوت کرتے رہیں۔ افطار میں ایک گلاس پانی، کم مقدار میں پھل اور چائے کے علاوہ کوئی چیز نہ کھائیں۔ افطار کے بعد سے علاوہ نماز کے، رات کے دو بجے تک درودِ خضر پڑھتے رہیں۔ تہجد کی نماز ادا کرنے بعد اندھیرے میں قبلہ رخ ہو کر نماز کی نیت باندھ لیں آنکھیں بند کر کے 100 بار "یا اللہ یا رحمن یا رحیم" پڑھیں اور اللہ تعالیٰ سے لیلیۃ القدر کے فیوض و برکات حاصل ہونے کی دعا کریں۔ اس کے بعد درودِ خضر کا ورد کرتے رہیں اور ڈھائی گھنٹے کے لئے سو جائیں۔

بائیسواں (۲۲) روزہ

۲۲ رمضان کو ہلکی سی سحری کھا کر روزہ رکھ لیں۔ پورے دن عبادت میں مصروف رہیں۔ ظہر کی نماز کے بعد 15 منٹ تک مراقبہ کریں۔ آنکھیں بند کر کے یہ تصور کریں کہ "اللہ مجھے دیکھ رہا ہے" افطار میں پانی اور کھجور سے افطار کریں اور مغرب کی نماز کے بعد آدھے پیٹ سے کم کھانا کھائیں۔ گذشتہ شب کی طرح کلمہ تہجد کا ورد رکھیں اور نوافل پڑھیں۔ دو بجے قبلہ رخ ہو کر متذکرہ بالا تسبیح پڑھیں اور بیدار رہیں۔

تیسواں (۲۳) روزہ

۲۳ رمضان کو تھوڑی سی سحری کھا کر فجر کی نماز کے بعد تین گھنٹے کے لئے سو جائیں۔ بیدار ہونے کے بعد سارے دن عبادت میں مصروف رہیں۔ ظہر کی نماز کے بعد 15 منٹ تک مراقبہ کریں۔ آنکھیں بند کر کے یہ تصور کریں کہ "اللہ مجھے دیکھ رہا ہے" قرآن پاک کی تلاوت کریں اور کلمہ تہجد کا ورد کرتے رہیں۔ افطار ایک کھجور اور پانی سے کریں اور غذا کم سے کم کھائیں پوری رات گذشتہ رات کی طرح گزاریں۔

چوبیسواں (۲۴) روزہ

۲۴ رمضان کو سحری میں ٹھوس غذا نہ کھائیں۔ دلیہ، دودھ یا سوچی کا ہریہ استعمال کریں اور فجر کے بعد دو گھنٹے کے لئے سو جائیں۔ دو گھنٹے سے زیادہ نہ سوئیں۔ الارم لگائیں یا کسی اور ذریعہ سے جاگ اٹھیں۔ ظہر کی نماز سے پہلے آدھا گھنٹہ یا 20 منٹ تک سونے میں کوئی حرج نہیں ہے۔ ظہر کی نماز باجماعت ادا کریں۔ ظہر کی نماز کے بعد 15 منٹ تک مراقبہ کریں۔ آنکھیں بند کر کے یہ تصور کریں کہ "اللہ مجھے دیکھ رہا ہے۔" پورے دن قرآن پاک کی تلاوت اور کلمہ تہجد کا ورد کرتے رہیں افطاری میں ٹھوس غذا نہ کھائیں۔ پھل یا دلیہ استعمال کریں۔ حسبِ معمول کلمہ تہجد، کلمہ طیبہ، کلمہ شہادت اور درودِ خضر کا ورد کرتے رہیں۔ دو بجے رات کو تہجد کی نماز کے بعد 300 بار "یا اللہ رحمن یا رحیم" پڑھیں۔

پچیسواں (۲۵) روزہ

ہلکی سحری کھا کر فجر کے بعد دو گھنٹے کے لئے سو جائیں۔ دن بھر کلمہ تجید کا ورد کرتے رہیں۔ ظہر کی نماز سے پہلے آدھا گھنٹہ یا 20 منٹ تک سو جائیں۔ نماز باجماعت ادا کریں۔ ظہر کی نماز کے بعد 15 منٹ تک مراقبہ کریں آنکھیں بند کر کے یہ تصور کریں کہ "اللہ مجھے دیکھ رہا ہے۔" افطار میں پھلی یا دلیہ استعمال کریں اور آدھی رات کے بعد سو جائیں۔

چھبیسواں (۲۶) روزہ

۲۶ رمضان کو ہلکی سی سحری کھائیں۔ ظہر سے پہلے کلمہ تجید کا ورد کرتے رہیں، ظہر کی نماز کے بعد 15 منٹ تک مراقبہ کریں۔ آنکھیں بند کر کے یہ تصور کریں کہ "اللہ مجھے دیکھ رہا ہے۔" ظہر سے عصر تک کلمہ شہادت اور عصر سے مغرب کی اذان تک کلمہ طیبہ پڑھتے رہیں۔ اس روزہ کی افطاری میں ایک کھجور ایک پیالہ دودھ اور پانی کے علاوہ کوئی چیز استعمال نہ کریں۔

اب یہ ستا نیسویں (۲۷) شب ہے

اس شب کالی مرچ کا سفوف بنا کر روٹی میں ہلکا سا لگا کر دونوں کانوں میں رکھ لیں۔ تہجد کے وقت تک یا حتیٰ یاقیوم اور درودِ خضریٰ کا ورد کرتے رہیں۔ دو بجے رات کو تہجد کی نماز کے بعد 300 بار "یا اللہ یا رحمن یا رحیم" کا ورد کریں۔ اسکے بعد کلمہ تجید اور درودِ خضریٰ کا ورد کرتے رہیں۔

رمضان کے آخری پورے عشرے میں چوبیس گھنٹے میں تین گھنٹے بنتا لیں منٹ (3:45)، سے زیادہ نہ سوئیں اور رات میں جس جگہ رہیں یا سوئیں وہاں شدید ضرورت کے علاوہ اندھیرا بھی ضروری ہے۔ اس پروگرام پر عمل کرنے سے انشاء اللہ آپ کے ذہن کی رفتار ساٹھ ہزار گنا ہو جائے گی۔ پروگرام کی کامیابی کے نتیجے میں اللہ کے فضل و کرم اور حضور علیہ والسلام کے طفیل اللہ تعالیٰ کی تجلی کا دیدار ہو جاتا ہے اور دعائیں مقبول ہو جاتی ہیں۔

۲۷ ویں شب کے بعد حسب معمول عبادت کرتے ہیں، زیادہ وقت قرآن پاک کی تلاوت کریں اور ترجمہ پڑھ کر قرآن میں تفکر کریں۔ نوافل کا اہتمام کریں۔ سیرت طیبہ پر کتاب "محمد رسول اللہ" کا بار بار مطالعہ کریں اور حاصل مطالعہ ڈائری میں تحریر کریں۔ حسب معمول ظہر کے بعد تصور "مجھے اللہ دیکھ رہا ہے" کا مراقبہ کرتے رہیں۔

العربية

تشرف برؤية التجلي

الرباني في شهر

رمضان المبارك

الشيخ خواجه شمس الدين عظيمي



تشرف برؤية التجلي الرباني في شهر رمضان المبارك

نتعود بأن نتحرر من قيود الحواس التي تتسلط علينا في غير شهر رمضان المبارك حتى نهاية العشر الأول وذلك لأن الصوم عن الأكل و الشرب و القيام بتلاوة القرآن الكريم و القيام في الليل للصلاة وإقلال النوم لرضاء الرب الكريم هي الأمور كلها تساعدنا أن نملك على حواسنا الظاهرية وهي التي تعطينا قوة روحية تجعلنا نتشرف بسعادة الحصول على الحواس الليلية و الروحانية و إذا نسعى بعد عشرة أيام من الصيام في شهر رمضان و لو قليلاً لكان ممكناً لنا أن نحصل على المؤهلات الروحية التي تخفى في أحشاء قلوبنا.

الصوم الحادي عشر

و بعد الصوم العاشر لا تنم أكثر من ست ساعات في الليل والنهار.

الصوم الثاني عشر

و الآن في الصوم الثاني عشر و الثالث عشر و الرابع عشر لا تنم أكثر من خمس ساعات في 24 ساعة من الليل و النهار و قم على حذر تجاه الأكل و كل إلى حد لا يثقل على المعدة للهضم.

الصوم الخامس عشر

لا تأكل الطعام في السحر و الإفطار في الصوم الخامس عشر شعباً و احترز عن الأشياء الدهنية والتي تبعث الثقل على المعدة كما ينبغي أن تكون وقفة النوم أربع ساعات و نصف في أربعة وعشرين ساعة من الليل والنهار.

الصوم السادس عشر

اشرب اللبن أو الشاي فقط في الصوم السادس عشر و أفطر الصوم باثنين من التمور أو شيء من اللبن أو تناول عصير الأثمار ولكن لا تأكل الأغذية الثقيلة و قم بقراءة الصلاة الخضرية من بعد صلاة العشاء إلى السحور.

الصوم السابع عشر

تناول الخفيف من طعام السحور وصل الفجر مع الجماعة و نم لأربع ساعات مباشرة و كن مشتغلا بأعمالك العادية طول النهار مع القيام بالدوام على ذكر "يا حي يا قيوم" . وفي الإفطار لا تناول إلا عصير الأثمار أو اللبن ولا تأكل الأغذية الثقيلة وبعد أن تتم صلاة التراويح و نم قارئاً الصلاة الخضرية إلى وقت السحر.

الصوم الثامن عشر

تناول الأغذية التي تنهضم بسهولة كالحصيدة و التوس و حررية السوجي وغير ذلك في السحور ، و اقرء "يا حي يا قيوم" طول النهار مشتغلا بأمور الدنياوية و لا تأكل الخبز في الإفطار إلا نصف بطنك أي امتنع من الطعام جائعا و أقلل من المشروبات و المياه و نم بعد أداء صلاة التراويح مباشرة.

الصوم التاسع عشر

و في الصوم التاسع عشر لا بد أن يتناول طعاما لا يثقل على المعدة و لا يبعث الملل على الطبع و يأكل التمور و يشرب اللبن في الإفطار و لكن يقلل من شرب الماء و يقرأ الصلاة الخضرية و ينام إلى وقت السحر لأربع ساعات فقط.

الصوم العشرون

و في الصوم العشرون لا تأكل في السحر إلا اثنين من دبل روتي أو الدلية و داوم على قراءة كلمات التمجيد (الكلمة الثالثة) طول النهار. و تناول الغذاء الخفيف و أقلل من شرب الماء في الإفطار و اقرأ الصلاة الخضرية إلى صلاة العشاء و ضع القطن في الأذنين و تيقظ طول الليل و اشتغل في تلاوة القرآن الكريم و قرأ الصلاة الخضرية و أداء النوافل من الصلاة إلى طلوع السحر.

الصوم الواحد والعشرون

و كل شيئاً خفيفاً في الصوم الواحد والعشرين و بعد أن يتم أداء صلاة الفجر نم لثلاث ساعات و 45 دقيقة فقط و بعد أن تتيقظ قم بتلاوة القرآن الكريم و قراءة كلمات التمجيد طول النهار و لا تأكل شيئاً في الإفطار إلا كوباً من الماء و شيئاً من الثمار و الشاي و من بعد الإفطار إلى الساعة الثانية ليلاً اقرأ الصلاة الخضرية و لا تشتغل بأية عبادة أخرى إلا الصلوات المكتوبة أو النافلة و في الساعة الثانية متوجهاً إلى الكعبة الشريفة في الليل المظلم قم كما يقوم المصلي واضعاً الأيدي تحت السرة و اقرأ الصلاة الخضرية و اغمض عينك و اقرأ "يا الله يا رحمن يا رحيم" مائة مرة و ادع الله تعالى أن يوفقك للحصول على الفيوض و البركات لليلة القدر ثم نم لساعتين و نصف قارئاً الصلاة الخضرية إلى طلوع السحر.

الصوم الثاني والعشرون

انوللصوم في هذا اليوم من شهرالصيام بعد تناول الغذاء الخفيف في السحر و اشتغل بالعبادات طول النهار وقم بالتأمل لخمس عشر دقيقة بعد الظهر أن الله سبحانه وتعالى يراك ويراقبك مراقبة لا يغفل عنك لحظة و أفطر الصوم بالماء و التمر ولا تأكل شبعاً عندما يسنح لك فرصة أكل العشاء بعد صلاة المغرب و اقرأ كلمات التمجيد و اشتغل بالنوافل و استيقظ في الساعة الثانية ليلاً و اقرأ التسبيح المذكور و لاتنم في ما يبقى من الليل.

الصوم الثالث والعشرون

كل شيئاً من الغذاء الخفيف في السحر و نم لثلاث ساعات بعد أن تمت صلاة الفجر و أن تتيقظ اشتغل بالعبادة طو النهار و تأمل بعد صلاة الظهر لخمس عشرة دقيقة مغلقاً عينيك بأن الله تعالى يراك و بعد ذلك قم بتلاوة القرآن الكريم و قراء كلمات التمجيد و إذا حان موعد الإفطار فلا تأكل إلا تمراً واحداً و شيئاً من الماء فقط و أقلل من الغذاء و قم بإعادة ما سبق من البرنامج المتبقي في هذه الليلة أيضاً.

الصوم الرابع والعشرون

وفي الصوم الرابع والعشرين تناول شيئاً من الغذاء الخفيف كالدالية و اللبن و السوجي و نم لساعتين بعد صلاة الفجر فقط و ينبغي أن لا يتجاوز النوم الساعتين و لذلك استخدم الساعة المنبهة لهذا الهدف و لا حرج لو نمت قبيل صلاة الظهر لعشرين دقيقة أو نصف ساعة فقط. و قم بأداء صلاة الظهر بالجماعة ثم قم بالتأمل غامضاً عينك بأن الله تعالى يراك لمدة خمس عشرة دقيقة و اشتغل بقراءة كلمات التمجيد طول النهار و تلاوة القرآن الكريم و لا تأكل أي غذاء ثقيل في الإفطار بل اختر لذلك الثمر أو الدالية و حسب ما سبق اشتغل بقراءة الصلاة الخضرية و كلمات التمجيد و الشهادة طول النهار و بعد صلاة التهجد في الساعة الثانية ليلاً اقرأ "يا الله يا رحمن يا رحيم" ثلاث مائة مرة.

الصوم الخامس والعشرون

و بعد أن يتم أكل السحور الخفيف نم لساعتين بعد الفجر و اشتغل بقراءة كلمات التمجيد طول النهار و نم لنصف ساعة أو عشرين دقيقة قبيل صلاة الظهر و صل الظهر مع الجماعة و بعد ذلك تأمل بأن الله تعالى يراك مستغرقاً فيه لخمس عشرة دقيقة و استعمل الدالية أو الفلي في الإفطار و نم بعد مضي نصف الليل.

الصوم السادس والعشرون

كل الغذاء الخفيف في السحر واشتغل بقراءة كلمات التمجيد حتى الظهر وبعد الفراغ من صلاة الظهر تأمل غامضاً عينيك بأن الله تعالى يراك. و اقرأ كلمة الشهادة حتى العصر والكلمة الطيبة حتى إذان المغرب ولا تأكل أي شيء في إفطار هذا الصوم إلا تمرّاً واحداً وكوباً من اللبن والماء.

هذه هي الليلة التاسعة والعشرون قد حانت

خذ مسحوق الفلفل الأسود وقم بتطبيقه بالقطن وضعه في الأذنين وكرر ذكر "يا حي يا قيوم والصلاة الخضرية إلى وقت السحر وبعد أن تفرغ من صلاة التهجد في الساعة الثانية ليلاً اقرأ "يا الله يا رحمن يا رحيم" ثلاث مائة مرة وبعد ذلك كرر ذكر الصلاة الخضرية.

واعلم بأن لا تنم أكثر من ثلاث ساعات 45 دقيقة في العشر الأخير من شهر الصيام ودائماً لا بد أن يكون الظلام حيث تمكث وتنام في الليل إلا في الحالة الاضطرارية. ومن خلال العمل بهذا البرنامج إن شاء الله سوف تضاعف سرعة ذهنك إلى 60 ألف مرة. وعندما ينجح البرنامج فيحصل بفضل الله تعالى وبجاه النبي صلى الله عليه وسلم رؤية التجلي الرباني وتقبل الأدعية.

وبعد الليلة السابعة والعشرين قم بالعبادات حسب البرنامج السابق وأكثر من تلاوة القرآن الكريم و التفكير فيه من خلال فهم ترجمته واهتم بأداء النوافل من الصلاة و طالع كتاب "محمد رسول الله" و اكتب ما حصل من المطالعة في المذكرة و تأمل بعد صلاة الظهر حسب البرنامج السابق بأن الله تعالى يراك لخمس دقائق.

ENGLISH

HOW TO BEHOLD

ALLAH'S TAJALLI

IN THE

NIGHT OF POWER

HAZRAT KHAWAJA SHAMSUDDIN AZEEMI

TRANLATED BY AKHLAQ AZEEMI

How to Behold Allah's Tajalli in the Night of Power

The holy Qur'an states in Chapter 2, Verse 185:

"The month of Ramadan in which was revealed the Qur'an, a guidance for mankind" Qur'an [2:185]

This verse prompts us to consider carefully why the month of Ramadan has been specifically linked to revealing of the Qur'an, when the Qur'an was revealed in other months as well. It has also become important to find out why Ramadan is different from other days. Further, what changes in our thoughts and feelings are brought about by Ramadan?

In the very next verse God says:

"When My servants ask thee concerning Me, I am indeed close (to them), I listen to the prayer of every suppliant when he calleth on Me." Qur'an [2:186]

This verse clearly implies that there's no distance between man and God.

The holy Qur'an further states in Chapter 51, Verse 49:

"And of everything We have created pairs" Qur'an [51:49]

Human senses too follow the same rule; they also exist as a pair. In one set of senses man finds himself restricted and constrained in every respect. And in the other he finds himself free of all restrictions. In our restricted and limited senses we are attached to and focussed on the material life i.e. the worldly affairs. Here every move of our senses adds a further link to the chain that shackles our life.

Life can be summed up as a collection of urges. These very urges actually form our senses. Hunger, thirst, sex, enjoyment, desire to speak to one another, getting together and a thousand and one other interests are all urges. Fulfilment of all these urges depends on how our senses perceive them. If we accept these they get absorbed into our senses and then get translated into physical actions.

In normal days our involvement with the physical world is ever greater. Eating, drinking, working, taking rest and other similar activities are all different aspects of the physical life. Contrary to this, a fasting day brings us to the point where the activities of the material world start to dwindle. For example, for a set time, you shift your attention away from the needs and wants of the physical body and try to persuade yourself that you have non-physical senses as well, which can introduce you to the free world of the Unseen. In short, fasting is an act which strikes our conscious mind down. Controlling thirst and hunger, taking extra care in speaking, reduction in sleep etc. are all parts of an effort to break free from the hold of material concerns and move into the non-material world.

According to a Hadith, God says:

“The fast is for Me and I am its reward.” [Hadith Qudsi]

This implies that fasting activates those senses in us that enable us to behold God’s Tajalli – God’s own light emanations.

Every living being in the universe has two sets of senses viz:

- a) Those that take us closer to God
- b) Those that create a distance between man and God.

The senses of type (b) are all physical and the senses of type (a) are all non-physical. In the physical world man is constrained in Time and Space whereas in the non-physical realm Time and Space are subject to man’s will. Those senses that take us into the Unseen realm and reveal it to us are referred to as the ‘Night’ in the Qur’an:

“He causes the night to enter into the day and the day to enter into the night.....” Qur’an [57:6]

“And a sign to them is the night: We draw forth from it the day”

Qur’an [36:37]

According to these Qur’anic verses we keep shifting from the Night senses into the Day senses and from the Day senses into the Night senses. Actually both types of senses are one and the same thing it’s just that the Day senses are bound by Time & Space and hence have limited range while the Night senses are free from the grip of Time & Space and thus have an unlimited scope. This is why in our dreams and during Muraqba (Sufi meditation) we are free from the gravitational pull and thus able to travel freely in the Unseen realms. It is these very senses that make it possible for us to visit the world of spirits and the Angelic realm and thereby get to know the angels and even the Arch angels such as Gabriel (Jibra’eel A.S)

The holy Qur’an says, while talking about Moses (Hazrat Musa A.S), that,

“And We did appoint for Moses thirty nights (of solitude), and completed them with ten (more), so the appointed time of his Lord was complete forty nights.....” Qur’an [7:142]

What is being said is that Moses received Godly commandments – Torah or information from the Unseen over a period of forty NIGHTS. It must be noted and reflected upon that no mention of the DAY is being made here even though it’s obvious that Moses stayed there at Mount Sinai day and night. What this implies is that the whole time he spent there he remained under the influence of the nocturnal (Night) senses.

In the case of the holy prophet’s Me’raj - ascension to the Heavens – God says:

“Glory be to Him Who carried His servant by night from the Sacred Mosque to the Distant Mosque, the precincts of which

We have blessed, that We might show him some of Our signs.....”

Qur’an [17:1]

In the Night senses i.e. when we are asleep we don't eat, drink, talk or engage ourselves in other worldly affairs, knowingly. And at the same time we become free of the gravitational pull. We aim to achieve the same through fasting. Taking extra care in speaking, avoiding all loose and unnecessary talk and spending more time in worship takes us closer to the point of observing silence. Depriving body of food, staying awake more and focussing our mind on God all help to suppress the conscious mind to the point that the Unconscious mind – the soul's mind - takes over. In brief, the entire programme of Ramadan has been designed to take us into the Night senses while we are awake and thereby introduce us to our True Self

and the Unseen realms, and ultimately to God Himself.

Allah further says in the Qur'an:

“Lo! We revealed it on the Night of Power.

Ah , what will convey unto thee what the Night of Power is!

The Night of Power is better than a thousand months.

The angels and the Spirit descend therein, by the permission of their

Lord, with all decrees.

Qur'an [97 :1-5] (That night is) Peace until the rising of the dawn .”

Allah, the Sublime, has granted us two programmes, 'to Have' and 'to Give up'. The former has more to do with the principles of economics – worldly living - while the latter is much superior in its scope. Although man is more concerned with the former due to his engagements in the material world the latter - Giving up – helps his Rooh (Soul) turn away from the physical realm, and gradually get closer and closer to Allah. The programme of

'Giving up' actually takes you closer to your self - that self about which Allah says:

“and We are nearer to him than his jugular vein” Qur'an [50:16]

This special night – the Night of Power – happens to be in Ramadan. This was the night in which the holy prophet (may peace and blessings of Allah be upon him) received his first

Qur'anic revelations.

Fasting is actually giving up of the normal wants and desires i.e. what we yearn for and strive to have. And as a result our senses get honed and become more focused at a given point. It is commonly believed that we have five senses but spiritually speaking that is not true. We have many more senses than the known five physical ones. They operate in the background and do get revealed when we practice 'giving up'. Moving away from physical senses and giving up physical activities and bodily desires takes man closer to his true self. At optimum level of giving up one tends to eat less, speak less, sleep less, think less, so on and so forth. Less mental activity is bound to render your thinking clear and bright. A particular type of light fills your brain, heart and chest. This light is different from the one that works in the physical senses. This light works wonders. It provides direction to our thought; it unveils our inner senses and sharpens them. It is this very light which enables you to see in the future, develops your clairvoyant abilities and increases your power to decipher the things so observed.

Allah The Sublime, says in an afore-cited Hadith "the fast is for me and I'm its reward". The programme of fasting is in effect the programme of 'giving up'. You take more time off your job or business and devote it to worship. You are not worried about your livelihood. You tend to live a clean and straight life according to a correct schedule, just to please Allah. Allah is on your mind all the time. Allah Himself guides you. He accompanies you. He works within you. He becomes your sight, your hearing and your speech. Just imagine what your being will be in such a state and how near to Allah you will be. What it happens to be is that in true

'giving up', that is, in the state of fasting every move of yours is actuated by Allah, The All-Powerful Himself.

Maulana Rumi's following couplet was probably written with the same in mind:

His word is word of Allah though uttered by a servant of Allah

Jalal al-Din Rumi (1207-1273)

Read this couplet thoroughly to its core and reflect upon it over and over again just to get a glimpse of what state of mind Maulana Rumi must have been in when he penned this down. Such poetry does not come about just by playing around with words; it is a state of mind where you are in touch with Reality and it is this Reality which takes the form of such words.

Just mull over the psychological depth of 'giving up'. Man parts with a little money in the form of charity just for the sake of Allah, and is filled with profuse joy. This feeling of joy overwhelms his soul and permeates through it. His entire being is lit up with this joy. He is rendered lighter so much so that he forgets his physical body.

People have been heard to say that such programmes which are designed to unveil the Unseen are the prerogative of a privileged few. If that were the case then where would you put Maulana Rumi? He had a wife and children; he used to teach Hadith. He was not an ascetic person nor is there anything to suggest that he did not lead a normal life in some other way. He lived just like a common person, the only difference being that he knew the taste of 'giving up' while we don't. Is it not possible for every follower of the holy Prophet what was possible for Maulana Rumi? Surely 'giving up' is within our reach, it's just that we do not pay attention to it.

What the holy Qur'an calls 'the Night of Power' is actually a programme of 'giving up' or abandonment, which is completed over the full month of Ramadan. This is exactly why Allah says "fasting is for me, and I'm its reward". The entire month of Ramadan is actually a programme of introducing man to his soul and to the Unseen.

Allah Says:

Lo! We revealed it on the Night of Power • Ah, what will convey unto thee what the Night of Power is! • The Night of Power is better than a thousand months • The angels and the Spirit descend therein, by the permission of their Lord, with all decrees • (That night is) Peace until the rising of the dawn • Al-Qadr [97:1-5]

In the light of these verses of the Qur'an, the Night of Power induces those senses which are more powerful than the senses operative in one thousand days and one thousand nights put together. According to Roohani science, our senses in this night become seventy thousand times more powerful.

Ramadan Programme for beholding

Tajalli [Day 11 to 27]

The first ten days of fasting pave the way for us to break free from the hold of those senses which dominate us for eleven months of the year. Going without food and drink, cutting down on sleep, taking extra care in our conversations and daily recitation of the holy Qur'an all help us develop self-control, and as a result we tend to be in control of our physical senses to a large extent. Refraining from food and drink the whole day long and sacrificing our sleep and comfort at night time, just for the sake of Allah Almighty, boosts our inner strength and thereby takes us closer to our night senses and our soul. After the first ten days of fasting, if we try we can easily awaken our inner abilities.

Day 11

Do not sleep for more than 6 hours in 24 hours starting from opening the tenth fast.

Day 12 to 14

Reduce the sleep hours from six to five; and the food intake in Suhoor and Iftar should be such that it should not be heavy on your stomach.

Day 15

Reduce the sleep duration from five to four and a half hours; and make sure that the food intake, in both Suhoor and Iftar, does not include oily, fried and rich stuff; and Do Not eat to your fill.

Day 16

Sleep for four and a half hours only. In Suhoor, eat no solid foods just drink pure fruit juice, milk and/or tea/qawah; In Iftar only use one or two dates and milk. Stay awake from Iftar to Suhoor and Keep reciting Darood e Khizri throughout this time:

Day 17

Have a light and little food in Suhoor, establish Fajr Salat with Jama'at and then go to sleep for four and a half hours only. Keep yourself busy in your daily work routine and keep reciting the following:

Ya Hayyu Ya Qayyume

Avoid solid foods in Iftar, just drink milk and pure fruit juice. After Taraweeh prayers go to bed and keep reciting Darood e Khizri until you fall asleep; wake up at Suhoor.

Day 18

Take very light and easily digestible food, such as porridge, bread toasts and Semolina Harira (soupy stew) for your Suhoor. Keep yourself busy throughout the day and keep reciting Ya Hayyu Ya Qayyume all the time. Iftar should be restricted to a half stomach full. Drink less water or beverages and go straight to sleep after the Taraweeh prayers.

Day 19

For your Suhoor eat such foods and in such quantity that you do not feel crabbed, i.e. light and less food. Have dates and milk for your Iftar. Have less water, keep reciting Darood e Khizri after Taraweeh prayers and go to bed at such time that you do not sleep for more than four hour before Suhoor.

Day 20

Suhoor should be restricted to just one or two bread toasts or a small bowl of porridge. Keep reciting the third Kalimah throughout the day whenever you are free from your daily work routine. Have very light food for your Iftar, and keep reciting Darood e Khizri between Maghrib and Isha prayers. After Taraweeh prayers, block your ears with cotton wool balls and stay awake till Suhoor. Recite the holy Qur'an, third kalimah and Darood e Khizri, and establish Nafal Salat during this time.

The Third Kalimah - The word of Glorification (Tumjeed)

Subhaana-Ilaahi Walhamdu Lillaahi Walaaa Ilaaha Illa-Ilaahu Wallaahu Akbar.
Walaaw Hawla Walaaw Quwwata Illaa Billaahi-I 'Aliyyil 'Azeem.

“Glory be to Allah and all praise be to Allah, there is none worthy of worship except Allah, and Allah is the Greatest. There is no might or power except from Allah, the Exalted, the Great One”

Note: The above programme combined with the first twenty days of fasting takes one away from the physical senses and closer to the senses of the Night of Power.

Day 21

Have minimal food for your Sahoor, establish Fajr salat and go to sleep for three hours and forty five minutes. After you wake up recite the holy Qur'an and the third Kalimah throughout the day whenever you are free from your work routine. Have just one glass of water, a little fruit and a cup of tea or qawah for your Iftar. After Iftar, apart from Maghrib, Isha and Taraweeh prayers keep reciting Darood e Khizri upto the start of the time of Tahajjud – after two-third of the night has passed. After establishing Tahajjud salat, stand in the dark on a wooden platform, just as you would for Salat (facing qibla, raising your arms upto your ears while saying Allahu Akbar and then placing the right hand on top of the left hand on your belly or chest as you normally do for your prayers). Close your eyes, recite the following 100 times and make dua to be granted the blessings and spiritual benefits of the Night of Power:

Ya Allah'u Ya Rahman'u Ya Rahim

Keep reciting Darood e Khizri and go to sleep for two and half hours.

Note: for some parts of the world there may not be enough time to go to sleep after this, in which case you can have a two and a half hours' sleep after Suhoor.

Day 22

Have a very light Suhoor, spend the whole day in Ibadat (worship). Just have one date for Iftar, and after Maghrib Salat eat to a half stomach full. Stay awake and keep reciting the third Kalimah; also establish Nafal prayers. Just about tahajjud time stand on the wooden platform and recite the same Zikr as the previous night.

Day 23

Have a little Suhoor, establish Fajr Salat and go to sleep for three hours. spend the whole day in Ibadat (worship), read Qur'an, recite the third Kalimah. Iftar should be limited to just one date, and after Maghrib Salat, have a very small portion of food. Spend the night as you did the previous night.

Day 24

No solid food for Suhoor; just have porridge, milk or semolina Harira (soupy stew). Make sure that you do not sleep for more than two hours after Fajr. Keep reciting the holy Qur'an and the third Kalimah throughout the day. At the time of Tahajjud, standing on a wooden platform recite the following 101 times:

Ya Allah'u Ya Rahman'u Ya Rahim

Afterwards, do the following Muraqba (Sufi meditation) for 15 to 30 minutes:

“Allah is watching over me”

After Muraqba, keep reciting the above Zikr till Suhoor.

Day 25

Have a little and light Suhoor, establish Fajr Salat and go to sleep for two hours. Keep reciting the third Kalimah throughout the day. Have some fruit or porridge for Iftar, and go to sleep after midnight.

Day 26

Again take a little and light Suhoor, and recite the third Kalimah in all the times you are free from your work routine. The Iftar should be limited to just one date, milk and water.

Day 27

Anybody who would like to do the ‘Night of Power’ programme individually should wrap a little black pepper powder in cotton wool, role it into a ball and block their ears with it. Keep reciting the third Kalimah and Darood e Khizri upto the time of Tahajjud. After Tahajjud Salat, standing on a wooden platform (as done previously) recite the following 100 times:

Ya Rahman'u Ya Wadud'u Ya Allah'u

COLLECTIVE PROGRAMME FOR THE NIGHT OF POWER

In Ramadan we do our prayers, Suhoor and Iftar collectively, and as a result we are showered with the lights and blessings of Allah's Attributes. And our supplications are accepted. Do have a shower prior to starting this programme, wear a washed and ironed attire and use a quality attar (natural perfume oil). Tidy up the area chosen for the programme (home, hall or Masjid) and Smoke it with Loban or Bakhoor smoke. Do not engage in any worldly conversations; do the programme with full attention and devotion.

Sart after Taraweeh prayers, and recite:

1. Darood e Khizri 333 times
2. First Kalimah 333 times
3. Ya Hayyu Ya Qayyume 333 times
4. Sura Yasin once
5. Sura Rahman once
6. Ya Salam'u 300 times
7. Keep reciting Ya Hayyu Ya Qayyume all the time till the Tahajjud time. Do fresh wuzu and get ready for Tahajjud.
8. Tahajjud Salat should be established as given below:

Twelve Raka'ts should be offered collectively in 6 pairs of two.

- In Raka't one, recite Surah Qadr once after Surah Fateha, in Raka't two recite it twice, continue in this manner until you finally recite Surah Qadr 12 times in the twelveth Raka't.
- After each set of four Raka'ts recite Darood e Khizri eleven times.

On completion of Tahajjud Salat, read the following Dua:

(ALLAHUMMA ANTA SALAAM, WA MINKA SALAAM, TABARAKTA

YAA DHAL JALALI WAL IKRAAAM)

*"O Allah, You are the source of peace and from You comes peace,
exalted You are, O Lord of Majesty and Honor."*

Allahumma salli ala Muhammadinw wa ala Aali Muhammadin kamaa sallaita ala Ibrahim
wa ala aali Ibrahim innaka Hamidum Majeed. Allahumma baarik ala Muhammadinw wa ala
Aali Muhammadin kamaa baarakta ala Ibrahim wa ala aali

Ibrahima innaka Hamidum Majeed.

*"O Allah, let Your Blessings come upon Muhammad and the family of
Muhammad, as you have blessed Ibrahim and his family. Truly, You are
Praiseworthy and Glorious. Allah, bless Muhammad and the family of
Muhammad, as you have blessed Ibrahim and his family. Truly, You
are Praiseworthy and Glorious".*

*Then read Surah Al-Kafirun, Surah Ikhlāas, Surah Al-Falaq and Surah An-Nas and the
last verses of Surah Al-Baqra:*

Now read the following dua, followed by Darood e Ibrahimī

9. Soon after Fajr Salat, do the Muraqba of Martaba e Ihsan, collectively, with the following
in mind: "Allah is watching over me". Stay in Muraqba for 15 to 20 minutes.

10. Recite Surah Muzamil once.

[Ya Wahab'u] 300 times. يا وَهَّابُ 11. Read

12. Read the following 300 times
13. Read Ya Hayyu Ya Qayyume till Suhoor time.
14. Have Suhoor
15. Establish Fajr Salat
16. Read Ya Hayyu Ya Qayyume 100 times
17. Read the third Kalimah 11 times
18. Read Darood e Khizri 100 times 19. Do the following Muraqba for 10 minutes:

Blue light from sky is showering down upon me.

At Iftar time, invite people for Iftar or provide food for Iftar as much as you can afford.

Note: All those ladies and gents who follow this programme are requested to give as much in charity as they can afford with Allah's towfique, and on successful completion of the programme hold Milad sharif gathering in their homes.

ROMAN URDU

Ramzan Mein Allah Ki
Tajalli Ka Deedar Ki Jiye

Hazrat Khawaja Shamsuddin Azeemi

Tarteeb o Tadveen
Salman Ansari

Mahe ramadaan jis mein nazil sun-hwa quran jis mein hadaayat hai .

Logon ke wastay aur raah panay ki khuli nishanain hain. (Al quran)

Aayat muqaddisa hamein is tafakar ki dawat deti hai ke nuzool quran mein ramadaan ka tazkara kyun kya gaya hai jabkay wahi ramadaan ke ilawa bhi nazil hoti rahi hai. Yeh talaash karna bhi zaroori hai ke ramadaan al mubarak aur aam dinon mein kya farq hai aur ramadaan mein insani tasawurat aur ehsasat mein kya tabdeeli runuma hojati hai ?

Ramadaan al mubarak se mutaliq is ruku mein Allah Tallah ka irshad hai :

Tarjuma “ Aur jab tujh se poucheen bande mere mujh ko to mein nazdeek hon' pohanchana hon pukarte ki pukaar ko jis waqt mujh ko pukaarta hai.”

Aayat krimh hamein batati hai ke bande aur الله ke darmiyan kisi qisam ka koi faasla haail nahi hai. Quran ke irshad ke mutabiq kaayenaat mein har shye do rukh par qaim hai .

وَمِنْ كُلِّ شَيْءٍ خَلَقْنَا زَوْجَيْنِ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ

"Aur har cheez ke banaye hum ne jore shayad tum dheyaan karo."

Insani hawaas ke bhi do rukh hain. Aik rukh yeh hai ke insaan hamesha –apne aap ko paband aur muqeed mehsoos karta hai aur dosra rukh woh hai ke jahan insaan qaid o band se azad hai. Qaid o band mein hamaray andar jo hawaas kaam karte hain woh hamesha asfal zindagi ki taraf mutwajjah rehne par majboor karte hain. Un hawaas ki har harkat hamari zindagi ko kari dar kari zanjeer ki terhan pabnd.salasil kiye hue hai. Zindagi naam hai taqazoon ka, yeh taqazay hi hamaray andar hawaas banatay hain. Bhook, pyaas, jins, zehni taysh, aik dosray se baat karne ki khwahish, aapas ka mil jol aur hazaron qisam ki dlchspyan yeh sab taqazay hain aur un taqazoon ka dar-o-madar hawaas par hai. Hawaas agar taqazay qubool kar lete hain to yeh taqazay hawaas ke andar jazb hokar hamein mazahirati khadd-o-khaal ka ilm bkhshte hain. Aam dinon mein hamari dlchspyan mazahir ke sath ziyada rehti hain. Khana, piinaa, sona, jagna, aaraam karna, hsoLmuaash mein jad-o-jehad karna aur duniyawi dosray mashaghil sab ke sab mazahir hain .

Aam dinon ke bar aks roza hamein aisay nuqtay par le aata hai jahan se mazahir ki nifi shuru hoti hai. Maslan waqt e muayana tak zahiri hawaas se tawajah hata kar zehen ko is baat par amaada karna ke zahiri hawaas ke ilawa aur bhi hawaas hamaray andar mojoood hain jo hamein azad duniya (ghaib ki duniya) se roshnaas karte hain. Roza zindagi mein kaam karne walay zahiri hawaas par zarb laga kar un ko moattal kardaita hai. Bhook pyaas par control, guftagu mein ahthyat, neend mein kami aur chobees ghantay kisi nah kisi terhan se yeh koshish ki jati hai ke mazahir ki girift se nikal kar ghaib mein safar kya jaye .

Ramadaan al mubarak ka poora maheena darasal aik programme hai. Is baat se mutaliq ke insaan apni rooh aur ghaib se muta-arif hojaye .

Allah Taala ne irshad farmaya ke :

" Hum ne utaara shab qader mein. Aur to kya boojha kya hai shab qader. Shab qader behtar hai hazaar mahinay se. Utartay hain farishtay aur rooh is mein –apne rab ke hukum se, her kam par. Amaan hai woh raat subah ke niklny tak”

Allah Taala ke farmaan ke mutabiq ليله القدر aik hazaar mahino ke din aur raat ke hawaas se afzal hai. Is ko samajhney ke liye hum is terhan ke satke hain ke raat ke hawaas ki raftaar is raat mein (jo behtar hai hazaar mahino se) saath hazaar gina barh jati hai kyunkay aik hazaar mahino mein tees hazaar din aur tees hazaar raatain hoti hain .

Ramzan ki das taarekh tak hamein is bat ki aadat ho jati hai ke hum un Hawaas ki girift ko tor saken jo giyarah mahinay hamaray oopar musallat rahay hain. Ramazan ke pehlay ashrey mein bhook, piyas, neend, guftagu mein ehtiat aur Quran pa kaaf ki talawat se kaafi had tak zahiri Hawas hamari girift mein ajate hain. Mehaz ALLAH ki khush nudi ke liye poray din khana nah khana, shaded taqazey ke bawujud pani nah peenay aur aftari-o-sehari ke darmiyan chand ghantay soney se hamarey andar aik aisi taaqat peda ho jati hai jo hamein raat ke hawaas aur rooh ke qareeb kar deti hai. Dus (10) rozay rakhnay ke baad agar hum koshish karen to bohat aasani ke sath rooh ki Khaftah salahiyaton ko bedar kar saktay hain .

Giyarhwan (11) Roza

Daswen rozay ke baad chobees (24) ghantay mein chay (6) ghantay se ziyaan da nah soen.

Barhwan (12) Roza

Barhwen, Terhwen aur Chodwen rozon mein neend ka waqfa baja ye6 ke5 ghantay kar den khaney mein ehtiat karen keh sehar o aftaar mein itna khaen keh jo medey ke liye girani ka bais nah banay .

Pandarhwan (15) Roza

Pandarhwen rozey mein sehar-o-aftaar mein khana bhuk rakh kar khaen aur khanon mein ziyada murghan aur saqeel cheezen iseimal nah karen. Nend ka waqfa kam kar key saray (4-1/2) ghantay kar den.

Solhwan (16) Roza

Solhwen rozay mein sirf doodh ya chaye piyen. Aftaar aik ya do khajoor aur doodh se karen phalon ka ras pi len lekin thos ghiza nah khaen. Taraveeh ke baad sehri tak durood-e-khizari parhte rahen aur shab Bedaari karen .

Satarhwan (17) Roza

Halki sehri kha kar Fajar ki namaz bajama aat ada kar ke sarhey chaar (4.5 hours) ghanatay ke liye so jaen. Din bhar kaam mein mashghool rahen aur ya hayuu ya qayyum ka wurd kartey rahen. Aftaar mein sirf phalon ka ras aur doodh piyen. Thos ghiza bilkul istimal nah karen. Taraveeh parhnay ke baad durood khizri parhte parhte so jaen aur sehri y ke waqt tak so te rahen .

At-tharwan (18) Roza

Sehri mein halki aur zood hazam ghiza maslan daliya, toos, so jee ka Hareera waghera istimal karen aur puray din karobar mein mashghool rehtay hoye" ya hayuu ya qayyum" ka vurd karte rahen. Aftaari mein aadha pait roti khaen. Paani ya sharbat kam piyen aur taraveeh parhte hi sojaen.

Un-neeswan (19) Roza

19 ramazan ko sehar mein itni ghiza istimal ki jaye jo tabiyat mein kisi qisam ka takadur peda nah karey aur Aftaari mein khajoor aur doodh istimal kiya jaye. Paani kam miqdar mein piya jaye. Taraveeh ke baad durood khizri parhtey rahen aur sehri tak chaar (4) ghanatay ke liye so ja yin .

Beeswan (20) Roza

20 ramzan ko seheri mein sirf aik ya do double roti ke toast ya daliya doodh ke sath kha kar rozay ki niyat kar len. Din mein puray waqt kalma Tamjeed (teesra kalma) parhte rahen. Aftaar key waqt halki ghiza khaen, paani bhi kam piyen. Maghrib ki namaz ke baad sey isha ki namaz tak durood khizri parhte rahen. Taraveeh ke baad donon kaanon mein rui laga len aur tamam raat jagtey rahen.Puri raat tilawat kalam paak, teesra kalma, durood khizri aur nawafill parhte rahen .

Ikeeswan (21) Roza

21 ramzan ki sehri mein baraye naam ghiza kha kar Fajar ki namaz ada kar ne ke baad teen (3) ghanatay pentalees minute (3 : 45) ke liye so ja yin. Bedar ho ne ke baad zaroori kaamon ke ilawah teesra kalma aur quran pak ki tilawat kartey rahen. Aftaari mein aik glass paani, kam miqdar mein phal aur chaaye (tea) ke ilawah koyi cheez nah khaen. Aftaar ke baad se ilawah namaz ke, raat ke do bajey (2am) tak durood khizri parhte rahen. Tahajud ki namaz ada karney ke baad andheray mein qibla rukh ho kar namaz ki niyat bandh len ankhen band kar ke 100 baar " ya Allah ya Rehman ya Raheem " parheen aur Allah Taalaa se lelatul-qadar ke feyuz-o-Barkaat hasil honey ki

dua karen. Iskey baad durood khizri y ka vird kar te rahen aur dhaayi (2:30min) ghantay ke liye so ja yin .

Baeswan (22) Roza

22 Ramazan ko halki si sehri kha kar roza rakh len. Purey din ibadat mein masroof rahen. Zuhar ki namaz ke baad 15 minute tak Muraqba karen. Ankhen band kar ke yeh tasawur karen ke" Allah mujhe dekh raha hai" Aftaari mein paani aur khajoor sey aftaar aur maghrib ki namaz key baad adhey pait se kam khana khaen. Guzishta shab ki tarah Kalma Tamjeed ka vird rakhen aur nawafill parheen. Do bujey (2am) qibla rukh ho kar mutaa zakirah balaa tasbeeh parheen aur bedaar rahen .

Taeswan (23) Roza

23 Ramazan ko thori si sehri kha kar Fajar ki namaz ke baad teen (3) ghantay ke liye so jaen. Bedaar honey ke baad saray din Abadat mein masroof rahen. Zuhar ki namaz ke baad 15minute tak Muraqba karen. Ankhen band kar ke yeh tasawwur karen ke" Allah mujhe dekh raha hai" Quran pak ki tilawat karen aur kalmah Tamjeed ka vird kartey rahen. Aftaar aik khajur aur paani se karen aur ghiza kam se kam khaen. Puri raat guzishta raat ki tarah guzaren

Chobeeswan (24) Roza

24 Ramazan ko sehri mein thos ghiza nah khaen. Daliya, doodh ya soji ka hareerah istimal karen aur Fajar ke baad do (2) ghantay ke liye so jaen. Do (2) ghantey se ziyadah nah soen. Alarm laga len ya kisi aur zareye se jag uthen. Zuhar ki namaz se pehlay adha ghanta ya 20 minute tak soney mein koi Hurj nahi hai. Zuhar ki namaz bajamaat ada karen. Zuhar ki namaz ke baad 15 minute tak muraqba karen. Ankhen band kar ke yeh tasawwur karen ke" Allah mujhe dekh raha hai." Puray din quran pak ki tilawat aur kalmah Tamjeed ka vird kartey rahen Aftaar mein thos ghiza nah khaen. Phal ya daliya istimal karen. Hasbey mamool kalmah Tamjeed , Kalma tayyiba, kalmah shahadat aur durood khizri ka vird kartey rahen. Do (2) bajey raat ko tahajud ki namaz ke baad 300 baar " ya Allah rehman ya Raheem " parhen.

Pacheeswan (25) Roza

Halki sehri kha kar Fajar ke baad do (2) ghantey ke liye so jaen. Din bhar kalmah Tamjeed ka vird kar tey rahen. Zuhar ki namaz se pehlay aadha ghanta ya 20 minute tak so jaen. Namaz ba jamaat ada karen. Zuhar ki namaz ke baad 15 minute tak Muraqba karen ankhen band kar ke yeh tasawwur karen ke" Allah mujhe dekh raha hai." Aftaari mein phali ya daliya istimal karen aur aadhi raat ke baad so jaen .

Chabeeswan (26) Roza

26 Ramazan ko halki si sehri khaen. Zuhar se pehlay kalmah Tamjeed ka vird kartey rahen, zuhar ki namaz ke baad 15 minute tak muraqba karen. Ankhen band kar ke yeh tasawwur karen ke " Allah mujhe dekh raha hai." zuhar se asar tak kalma h shahadat aur asar se maghrib ki azan tak Kalmah tayyiba parhtey rahen. Is roza ki aftaari mein aik khajur aik piyalah doodh aur paani ke ilawah koyi cheez istimal nah karen .

Ab yeh sat-taesween 27 shab hai

Is shab kaali mirch ka safoof bana kar roi mein halka sa laga kar dono kaanon mein rakh len. Tahajud ke waqt tak ya hayuu ya qayum aur durood khizri ka vird kartey rahen. Do (2) bajey raat ko tahajud ki namaz ke baad 300 baar " ya Allah ya rehman ya Raheem " ka vird karen. Uskay baad Kalmah Tamjeed aur durood khizri ka vird kar te rahen .

Ramazan ke aakhri puray ashhray mein chobees ghantay mein teen ghantay pentalees minute (3 : 45), se ziyadah nah soen aur raat mein jis jagah rahen ya soen wahan shadeed zaroorat ke ilawah andhera bhi zaroori hai. Is program par amal kar ne se Inshallah aap ke zehen ki raftaar saath (6) hazar gunah ho ja ye gi. Program meinki kamyabi ke nateeje mein Allah ke fazl-o-karam or Huzoor alehe salato salam ke tufail Allah taa aala ki tajallii ka deedar ho ja taa hai aur duaen maqbol ho jati hain .

27ven shab ke baad hasb mamool Abadat kartey rahain, ziyadah waqt Quran pak ki tilawat karen aur tar jumah parh kar quran mein tafakur karen. Nawafill ka ehtemam karen. Seerat-e-tayyiba par kitaab " Mohammad Rasool Allah " ka bar bar mutalaa karen aur hasil-e-mutalaa diary mein tehreer karen. Hasb-e-mamool zuhar ke baad tasawwur " mujhe Allah dekh raha hai" ka Murqba kar te rahen