نمازِ تسبیح

فضیلت اور طریقہ

نماز تسبیح گناہوں کی معافی کا بہترین ذریعہ ہے۔ نبی اکرم ﷺ نے اپنے چچا عباس بن عبدالمطلب کو اس کا طریقہ سکھایا جو ہم سب کے لیے مشعل راہ ہے۔ سیدنا عبداللہ بن عباس سے روایت ہے کہ نبی اکرم ﷺ نے فرمایا ''اے چچا جان عباس! کیا میں آپ کو کچھ عطا نہ کروں؟ کیا میں آپ کو کچھ عنایت نہ کروں؟ کیا میں آپ کو کوئی تحفہ پیش نہ کروں؟ کیا میں آپ کو (درج ذیل عمل کی وجہ سے) دس اچھی خصلتوں والا نہ بنا دوں؟ کہ جب آپ یہ عمل کریں تو اللہ تعالیٰ آپ کے اگلے پچھلے، نئے پرانے، انجانے میں اور جان بوجھ کر کیے گئے، تمام چھوٹے بڑے، پوشیدہ اور ظاہر گناہ معاف فرما دے۔ وہ دس خصلتیں یہ ہیں: آپ چار رکعات نفل اس طرح ادا کریں کہ

- ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ اور کوئی دوسری سورت پڑھیں۔ جب آپ اس قرأت سے فارغ ہو جائیں تو قیام ہی کی حالت میں یہ کلمات پندرہ دفعہ پڑھیں

سُبْحَانَ اللّٰہِ وَالْحَمْدُ لِلّٰہِ وَلَا اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ وَاللّٰہُ اَکْبَرُ

''اللہ پاک ہے اور تعریف اللہ ہی کے لیے ہے اور اللہ کے سوا کوئی معبود نہیں اور اللہ سب سے بڑا ہے۔''

- پھر آپ رکوع میں جائیں تسبیحاتِ رکوع سے فارغ ہو کر انہی کلمات کو دس بار دہرائیں۔
- رکوع سے اٹھ جائیں اور سَمِعَ اللّٰہُ لِمَنْ حَمِدَہٗ وغیرہ سے فارغ ہو کر دس بار یہی کلمات پڑھیں۔
- سجدے میں جائیں اور سجدے کی دعائیں پڑھنے کے بعد یہی کلمات دس بار پڑھیں اب،
- سجدے سے سر اٹھائیں اور اس جلسے میں جو دعائیں ہیں وہ پڑھ کر دس بار یہی کلمات دہرائیں اب اسی طرح،
- (دوسرے) سجدے میں چلے جائیں۔ (پہلے سجدے کی طرح) دس بار یہی تسبیح ادا کریں اس کے بعد،
- سجدے سے سر اٹھائیں اور بیٹھ کر دس بار اسی تسبیح کو دہرائیں۔
- یوں ایک رکعت میں کل پچھتر (75) تسبیحات ہو جائیں گی۔ اسی طرح چاروں رکعات میں یہ عمل دہرائیں۔ (کل تین سو تسبیحات)

☆ اگر آپ طاقت رکھتے ہوں تو نماز تسبیح روزانہ ایک بار پڑھیں، اگر آپ ایسا نہ کر سکتے ہوں ہر جمعے میں ایک بار پڑھیں۔ یہ بھی نہ کر سکتے ہوں تو ہر مہینے میں ایک بار پڑھیں۔ یہ بھی نہ کر سکتے ہوں تو سال میں ایک بار، اگر آپ سال میں بھی ایسا نہ کر سکتے ہوں تو زندگی میں ایک بار ضرور پڑھیں۔'' (سنن ابوداؤد:1297)

الہدیٰ انٹرنیشنل ویلفیئر فاؤنڈیشن

اسلام آباد: 7 اے کے بروہی روڈ H-11/4 اسلام آباد پاکستان — **کراچی:** 30-A سندھی مسلم کوآپریٹو ہاؤسنگ سوسائٹی کراچی پاکستان

الہدیٰ پبلی کیشنز
AL-HUDA PUBLICATIONS

فون: +92-51-4434615 +92-51-4436140-3 — فون: +92-21-34528548 +92-21-34528547

www.alhudapk.com www.farhathashmi.com

© AL-HUDA INTERNATIONL WELFARE FOUNDATION