ذکر اور مُراقبات کا طریقہ

مؤلف

حضرت شیخ سید شبیر احمد کاکاخیل صاحب (دامت برکاتہم العالیہ)

مسترشد حضرت مولانا محمد اشرف سلیمانی صاحب رحمۃ اللہ علیہ

خلیفہ مُجاز

حضرت صوفی محمد اقبال مدنی صاحب رحمۃ اللہ علیہ

حضرت سید تنظیم الحق حلیمی صاحب کاکاخیل رحمۃ اللہ علیہ

حضرت ڈاکٹر فدا محمد صاحب مدظلہ العالی

حضرت مولانا عبد الغفار صاحب رحمۃ اللہ علیہ

حضرت احمد عبد الرحمٰن صدیقی صاحب رحمۃ اللہ علیہ

حضرت سید میاں بشیر صاحب کاکاخیل رحمۃ اللہ علیہ

حضرت مولانا عبد المنان مکی صاحب مدظلہ العالی

حضرت میاں اجمل قادری صاحب مدظلہ العالی

خانقاہ رحمکاریہ امدادیہ راولپنڈی، پاکستان

نوٹ۔

چونکہ ان اذکار اور مراقبات سے صرف جذب کا حصول ہوتا ہے جو سلوک میں معین ہے۔اس لئے جس وقت بھی اتنا جذب حاصل ہو کہ سلوک کی مشقتین برداشت ہو سکیں تو سلوک شروع کروانا چاہیئے۔اس سے زیادہ دیر نہیں کرنا چاہیئے۔البتہ سلوک کی ابتداء کا فیصلہ شیخ کے صوابدید پر ہوگا۔اس طرح ہر شیخ اپنے مریدین کے لئے جذب حاصل کرنے کے لئے ایک اجتہادی ترتیب بناسکتے ہیں۔درج ذیل ترتیب بھی اسی قسم کی ایک ترتیب ہے۔اس لئے ہمارااس پر عمل ہے البتہ باقی مشائخ اگر اس کو مفید سمجھیں تو اس کو استعمال کرسکتے ہیں وگرنہ اپنے شرح صدر سے کوئی ترتیب بنالیں۔

یہ ذکر (دوا) یعنی علاجی ذکر ہے بغیر معالج کے اسکو نہ کیا جائے ورنہ اس کے اثرات غیر مطلوبہ بھی ہو سکتے ہیں

جامع ذکر چہار سَلاسِل

ابتدائی ذکر

سُبۡحَانَ اللهِ وَالۡحَمۡدُ لِلّٰهِ وَلَااِلٰهَ اِلَّا اللهُ وَ اللهُ اَكۡبَرۡ	300 مرتبہ
لَاحَوۡلَ وَلَاقُوَّةَ اِلَّابِاللهِ الۡعَلِيِّ الۡعَظِيۡمُ	200 مرتبہ

40 دن تک بلاناغہ

اگر چالیسویں (40) دن بھی ناغہ ہو گیا تو پھر دوبارہ پہلے دن سے شروع کرنا ہو گا۔

ہر نماز کے بعد ہمیشہ کیلئے		
سُبۡحَانَ اللهِ ۔ 33 مرتبہ	اَلۡحَمۡدُ لِلّٰهِ ۔ 33 مرتبہ	اَللهُ اَكۡبَرۡ ۔ 34 مرتبہ
3۔ مرتبہ کلمہ طیبہ	3۔ مرتبہ درود ابراھیمی	
3۔ مرتبہ استغفار	1 ۔ مرتبہ آیت الکرسی	

دوسرا ذکر

ایصال ثواب

ایک بار سورۃ فاتحہ اور 3 بار سورۃ اخلاص پڑھیں اس کا ثواب آپ ﷺ کو اور تمام انبیاء کرام علیہم السلام کو اور صحابہ کرام رضی اللہ عنہم کو اور چاروں سلسلوں کے مشائخ کرام رحمۃ اللہ علیہم کو ہدیہ کریں۔

1۔ لَآاِلٰہَ اِلَّااللہ۔ 100مرتبہ

لَآاِلٰہَ کے ساتھ یہ تصور کہ دنیا کی محبت دل سے نکل رہی ہے اور اِلَّااللہُ کے ساتھ اللہ تعالیٰ کی محبت دل میں آ رہی ہے۔

2۔ لَآاِلٰہَ اِلَّاھُوْ۔ 100مرتبہ

اس کے ساتھ یہ تصور کہ میرا مقصود صرف وہی ہے۔وہی سوچتے وقت دل کا دھیان اللہ تعالی کی ذات کی طرف ہو۔

3۔ حَقْ۔ 100 مرتبہ

اس کے ساتھ یہ تصور کہ میرے دل میں جتنے بھی بُت ہیں وہ اس سے ٹوٹ رہے ہیں۔

4۔ اَللّٰہْ۔ 100مرتبہ

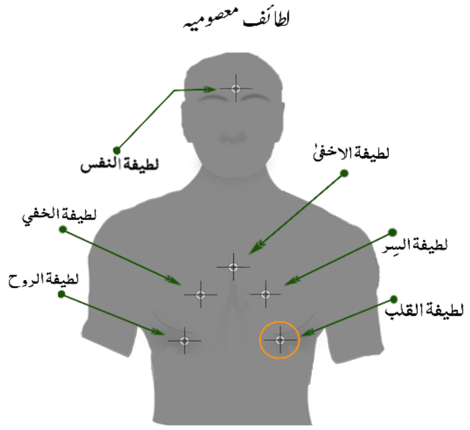
اس کے ساتھ یہ تصور کہ اللہ تعالیٰ میرے دل کو محبت کے ساتھ دیکھ رہا ہے اور میرا دل بھی محبت کے ساتھ **اللہ،اللہ**، کر رہا ہے۔

لطائف کا اجراء

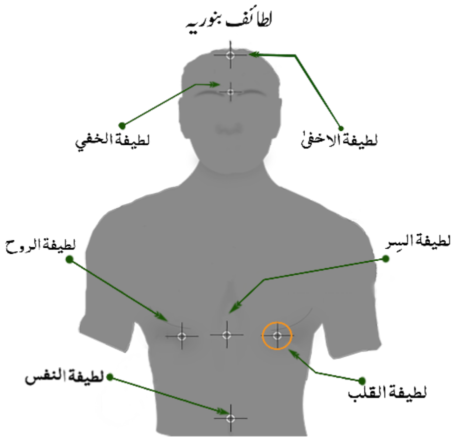
ایصال ثواب

ایک بار سورۃ فاتحہ اور 3 بار سورۃ اخلاص پڑھیں اس کا ثواب آپ صَلَّی اللّٰہُ عَلَیْہِ وَسَلَّم کو اور تمام انبیاءکرام علیہم السلام کو اور صحابہ کرام رضی اللہ عنہم کو اور چاروں سلسلوں کے مشائخ کرام رحمۃ اللہ علیہم کو ہدیہ کریں۔

1. لطیفہ قلب

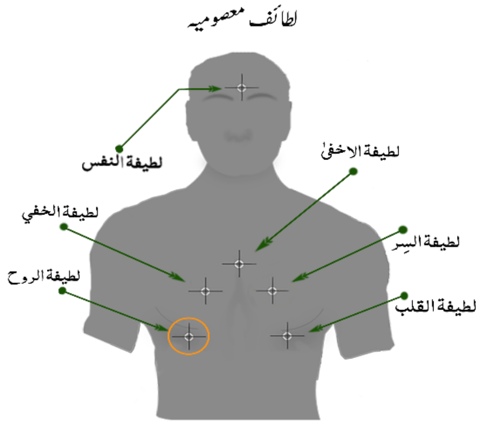


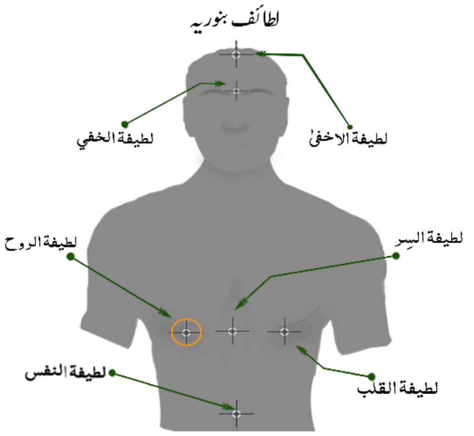
1-آنکھیں بند زبان بند سینہ قبلہ رُخ تصور یہ کہ دل اَللّٰہُ۔ اَللّٰہُ کر رہا ہے اور اللہ تعالیٰ دل کو محبت کے ساتھ دیکھ رہا ہے۔



1

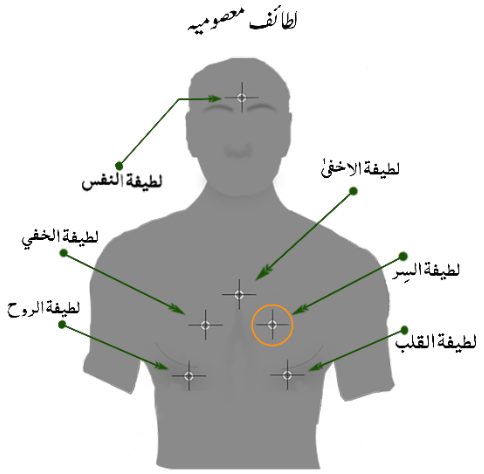
2. لطیفہ روح

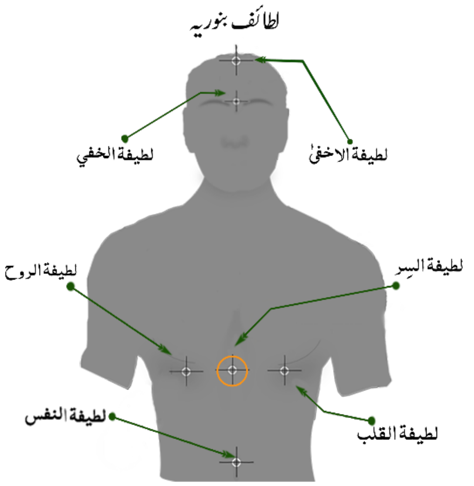




2۔ آنکھیں بند زبان بند سینہ قبلہ رُخ تصور یہ کہ لطیفہ روح پر اللّٰہُ،اللّٰہ ہو رہا ہے اور اللہ تعالیٰ محبت کے ساتھ لطیفہ روح کو دیکھ رہا ہے۔

3. لطیفہ سِر



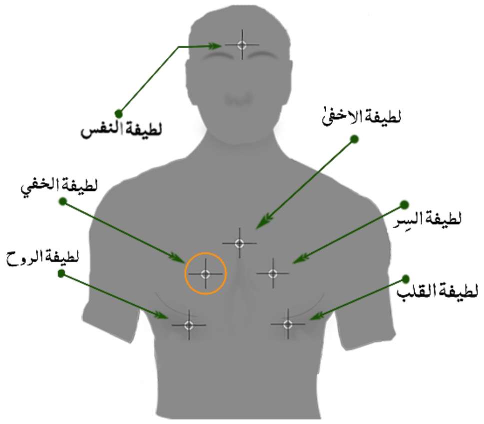


3۔ آنکھیں بند زبان بند سینہ قبلہ رُخ تصور یہ کہ لطیفہ سِر پر اللّٰہُ،اللّٰہ ہو رہا ہے اور اللہ تعالیٰ لطیفہ سِر کو محبت کے ساتھ دیکھ رہا ہے۔

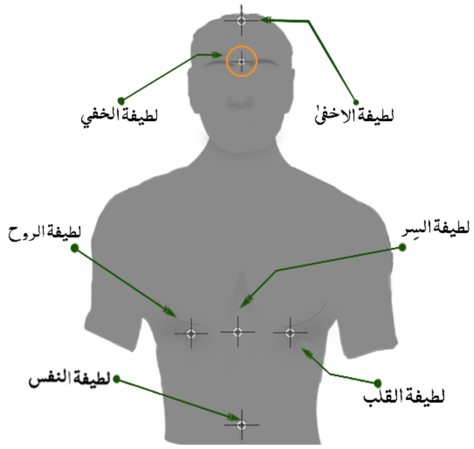
4. لطیفہ خفی

4۔ آنکھیں بند زبان بند سینہ قبلہ رُخ تصور یہ کہ لطیفہ خفی اللّٰہُ،اللّٰہُ کر رہا ہے اور اللہ تعالیٰ لطیفہ خفی کو محبت کے ساتھ دیکھ رہا ہے ۔

لطائف معصومیہ



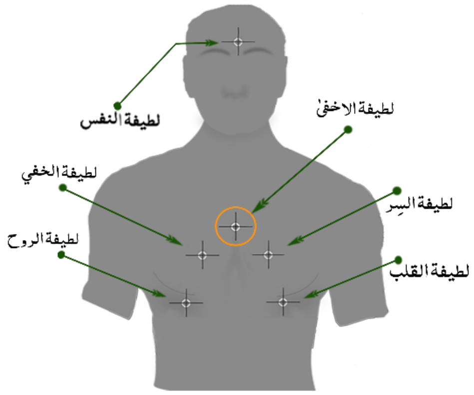
لطائف بنوریہ



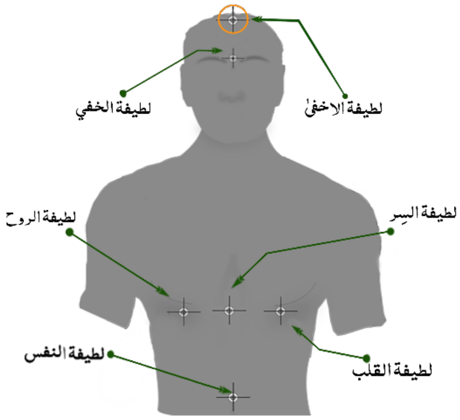
5. لطیفہ اخفیٰ

5۔آنکھیں بند زبان بند سینہ قبلہ رُخ تصور یہ کہ لطیفہ اخفیٰ۔اللّٰہُ،اللّٰہُ۔ کر رہا ہے اور اللہ تعالیٰ محبت کے ساتھ لطیفہ اخفیٰ کو دیکھ رہا ہے۔

لطائف معصومیہ



لطائف بنوریہ



1. مراقبہ احدیت ... یعنی قلب پر عام فیض کا اجراء

یہ نیت کرکے دل کی طرف متوجہ ہونا کہ دل میں جو مورد فیض ہے اس ذات کی طرف سے فیض آرہا ہے جو کہ تمام نقائص و زوال سے پاک ہے اور ہر کمال سے متصف ہے اس کو غور سے دیکھا جائے تو اس کے دو حصے ہیں اللہ تعالیٰ کی صفات کا استحضار اور اس کی طرف سے فیض آنے کا استحضار ان دونوں کو قلبی طور پر دہرانا مقصود نہیں جیسا کہ بعض لوگ کرتے ہیں بلکہ ان دونوں کے علم کو حال کے طور پر محسوس کرنا ہے اس کو ایک مثال سے سمجھیں میں اگر کسی بڑی ہستی کے سامنے بیٹھوں اور اس کی بات کی طرف دھیان کروں تو یہ ذہن میں نہیں دہراؤں گا کہ ایک بڑی ہستی کے سامنے بیٹھا ہوں اور اس کی بات سن رہا ہوں بلکہ اس کو جان رہا ہوں گا کہ بڑی ہستی کے سامنے بیٹھا ہوں اور اس کی بات کی طرف کان لگاؤں کہ کوئی بات سننے سے رہ نہ جائے بس اس طرح اس ذات کا جو تمام نقائص و زوال سے پاک اور تمام کمالات سے متصف ہے کا دھیان دل میں جما کر بیٹھ جاؤں اور اس کی طرف سے فیض کے آنے کو قلب سے محسوس کرتا رہوں اس میں جتنا بھی محسوس ہو نعمت ہے اس پر شکر کروں اور مزید کے لئے دل کو کُھلا رکھوں کہ جس وقت فیض کا جو قطرہ بھی آئے مجھ سے غفلت کی وجہ سے ضائع نہ ہو ساتھ ساتھ جس ذکر سے ان لطائف کا اجراء کیا ہو وہ چلتا رہے یہ غفلت سے بچنے کے لئے ہے ورنہ اس مراقبہ کا مطلوب تو فیض کے آنے کا احساس ہے جب یہ مراقبہ پکا ہوجائے تو پھر صرف فیض کا دھیان ہوتا ہے ذکر بھی محسوس نہیں ہوتا یعنی سالک اسم سے مسمی کی جانب ترقی کرلیتا ہے۔

اس مراقبہ کو دل پر کیا جاتا اگر دل اوپر کی جانب کھچاؤ محسوس کرے تو یہ اس کا نفسیاتی اثر ہے کیونکہ ہم عرش کو اوپر سمجھتے ہیں۔

لطائف پر خاص فیض کا اجراء

2. مراقبہ تجلیات افعالیہ ...

اس میں مورد فیض قلب ہوتا ہے اس میں ہم اس کا دھیان بناتے ہیں کہ فیض اس ذات سے جو "فَعَّالٌ لِّمَا يُرِيدُ" ہے آپ ﷺ کے قلب پر آتا ہے اور وہاں سے سالک کے قلب پر اس مراقبہ میں یہ محسوس کیا جاتا ہے یا وہ علم حال بنتا ہے جس کے مطابق سب کچھ اللہ تعالیٰ کرتا ہے ہر چھوٹی بڑی چیز عزت ذلت کامیابی ناکامی موت و حیات سب اس کے امر سے ہوتا ہے اس کو توحید افعالی کہتے ہیں اس کو درجہ حال میں حاصل کرنا ہوتا ہے۔

3. مراقبہ صفات ثبوتیہ ...

اس میں مورد فیض لطیفہ روح ہوتاہے اس میں فیض اس ذات سے جو حیٌّ وَقَیُّوۡمٌ ہے ۔ قادر ہے۔ سمیعٌ و بَصِیۡرٌ ہے جس کے پاس اصل علم ہےاصل ارادہ اس کا ہے اس کا کلام اصل کلام ہے اور وہی ذات "کُنۡ فَیَکون" ہے آپ ﷺ کے قلبِ اطہر سے سالک کے لطیفہءروح پر آتا ہے ۔یٰۤاَیُّهَا النَّاسُ اَنۡتُمُ الۡفُقَرَآءُ اِلَى اللّٰهِ ۚ وَاللّٰهُ هُوَ الۡغَنِىُّ الۡحَمِيۡدُ۝ اِنۡ يَّشَاۡ يُذۡهِبۡكُمۡ وَيَاۡتِ بِخَلۡقٍ جَدِيۡدٍ۝ وَمَا ذٰلِكَ عَلَى اللّٰهِ بِعَزِيۡزٍ۝ ہم ان سب کو علماً جانتے اور مانتے ہیں حال کے درجے میں بھی حاصل ہوں اس کے لیے یہ مراقبہ ہے یعنی آپ ﷺ نے جیسے ان کو علماً و حالاً پایا آپ ﷺ کے طفیل ہمیں بھی اس طرح حاصل ہو۔

4. مراقبہ شیونات ذاتیہ ...

اس میں مورد فیض لطیفہ سِر ہوتا ہے اور فیض آتا ہے اس ذات سے جس کی ہر لمحے ایک خاص شان ہوتی ہے آپ ﷺ کے قلب پر اور وہاں سے سالک کے سرپر۔ شان سے صفات وجود میں آتی ہیں۔ صفات خارج میں علیحدہ وجود رکھتی ہیں جبکہ شان کا تعلق ذات کے ساتھ ہے اس مراقبے میں مختلف صفات کی طرف جو توجہ ہوتی ہے اس کا رخ ذات کی طرف موڑا جاتا ہے جس کی شیونات سے مختلف صفات وجود میں آتی ہیں " كُلَّ يَوْمٍ هُوَ فِىۡ شَاۡنٍ" صفایت میں تشبیہ ہوتی ہے لیکن شان تشبیہ سے پاک ہوتی ہے۔اس لئے یہ بھی تشبیہ سے تنزیہ کی طرف ایک سفر ہے۔

5. مراقبہ تنزیہہ و صفات سلبیہ ...

اس میں مورد فیض لطیفہ خفی ہے اس میں اس ذات سے فیض آتا ہے جو بے چون و بے چگون ہے اس کی طرح کوئی نہیں وہ جسم سے پاک ہے وراءالوراءہے قریب ہے لیکن ایسا نہیں جس طرح ہم کسی کو قریب سمجھتے ہیں ساتھ ہے لیکن اس کا ساتھ ہونا ایسا نہیں جس طرح ہم کسی کو ساتھ سمجھتے ہیں یہ فیض آپ ﷺ کے قلب پر اور وہاں سے سالک کے لطیفہ خفی پر آتا ہے.اس مراقبہ میں ہم انسانوں کے ان صفات سے جو اللہ تعالیٰ کے لئے نہیں ہیں،ان سے اللہ تعالیٰ کے پاکھونے کاتصور کرتےہیں اور اس کا دھیان حال کے درجے میں حاصل کرتے ہیں۔

6. مراقبہ شان جامع...

اس میں مورد فیض لطیفہ اخفیٰ ہوتا ہے اور فیض آتا ہے اس ذات سے جو اپنی شان کے مطابق تمام صفات و شیونات کی جامع ہے فیض آپ ﷺ کے قلب سے سالک کے لطیفہ اخفیٰ پر آتا ہے۔

نوٹ: چونکہ قلب قرآن و حدیث دونوں سے ثابت ہے اور باقی لطائف کشفی ہیں آپ ﷺ کی طرف ایسی بات منسوب کرنا جو ظنی ہو سے بچنے کے لیے اگر ہم ہر مراقبہ میں یہ کہیں کہ فیض آپ ﷺ کے قلب پر آتا ہے تو اس میں زیادہ حفاظت نظر آتی ہے کیونکہ پہلے کہا گیا کہ ان ظنیات کے لیے دلیل کی ضرورت ہوگی۔

ان مراقبات کا ماحاصل یہ ہونا چاہیے کہ" تَخَلَّقُوْا بِأَخْلَاقِ اللّٰہ"اور "اَلْ اِعْتِصَامُ بِالسُّنَّة"سے متصف ہوجائیں اللہ نصیب فرمائے۔

یہ سالکین کے مشارب ہیں اس لئے جس کی جس لطیفے کے ساتھ زیادہ مناسبت ہوگی وہ اس کے ذریعے زیادہ حاصل کرے گا۔

7. مراقبہ معیت...

اس میں مورد فیض لطیفہ قلب ہے اور فیض آتا ہے اس ذات سے جو میرے ساتھ ہےاور کائنات کے ہر ذرہ کے ساتھ ہے جیسا کہ اس کی شان کے مطابق ہے۔چونکہ بقول حضرت مجدد الف ثانی ؒ معیت الٰہی متشابہات میں سے ہے اس لئے اس کی صحیح کیفیت کو اللہ تعالیٰ خود ہی جانتے ہیں اس لئے مندرجہ بالا محتاط الفاظ کو حال کے درجے میں لانا ضروری ہے۔

8. ہیئت وحدانی ...

تمام لطائف بمع پورا جسم ہیئت وحدانی کہلاتا ہے۔

9. مراقبہ حقیقت کعبہ ...

کعبہ مسجودِ حقیقی نہیں بلکہ مسجودِ مجازی ہے جیسا کہ آدم علیہ السلام کو سجدہ کرنے کا حکم تھا تمام ملائکہ کو بشمول ابلیس اور ابلیس نے سجدہ نہیں کیا تو مردود ہوا تو کعبہ کی طرف سجدہ کرنے کا حکم ہے۔ اس پر اللہ تعالیٰ ' کی ایک خاص تجلی ہوتی ہے جو اللہ تعالیٰ کی عظمت اور کبریائی کی شان لئے ہوئے ہوتی ہے۔اس تجلی کی طرف سجدہ کرنے کا حکم ہے۔اس مراقبہ میں موردہئیت وحدانی ہے اور فیض مسجودِ حقیقی ذات سےاس تجلی کے ذریعے جو کعبہ کی طرف آرہی ہے سے سالک کے ہیئت وحدانی پر آتا ہے.اس میں یہ تصور کرے کہ میں اللہ تعالیٰ کے سامنے ہوں۔

10. مراقبہ حقیقت قرآن ...

اس میں مورد فیض ہیئت وحدانی ہے اس ذات سے جس کا علم لازوال اصلی اور لا متناہی ہے جس کا کلام اسی کی شان کے لائق ہےاس ذات کے کلام قرآن سے فیض سالک کے ہیئت وحدانی پر آتا ہے۔تقریباً دس منٹ قرآن پاک پڑھتے ہوئے سالک یہ تصور کرے کہ اللہ تعالیٰ مجھ سے باتیں کر رہا ہے۔اس مراقبہ سے قرآن کی حقیقت سالک پر کھلتی ہے اس کے بعد عالِم قرآن نہ صرف اس کے علم سے استفادہ کرتا ہے بلکہ اس کے نور سے بھی مستفید ہوتاہے ۔

11. مراقبہ حقیقت صلوٰۃ ...

نماز عبدیت کی ایک مخصوص صورت ہے" اَنْ تَعْبُدَ اللّٰهَ كَاَنَّكَ تَرَاهُ فَاِنْ لَّمْ تَكُنْ تَرَاهُ فَاِنَّهٗ يَرَاكَ "کی عملی تشریح اس میں سب سے زیادہ آسانی سے سمجھ میں آنے والی ہے اس سے پہلے مراقبہ عبدیت بہتر رہے گا۔

12. مراقبہ عبدیت ...

یہ محسوس کرنا کہ میرا ذرہ ذرہ اللہ تعالیٰ کے سامنے سجدہ میں ہے مراقبہ حقیقت صلوٰۃ میں مراقبہ عبدیت کا استعمال یوں ہوگا کہ یہ محسوس کیا جائے کہ نماز میں میرا ذرہ ذرہ اللہ تعالیٰ کی طرف متوجہ ہے۔

13. مراقبہ احسان ...

اپنے آپ کا اللہ تعالیٰ کی ذات کے سامنے پانے کو محسوس کرنا۔اس کے دو جزو ہیں ایک میں اللہ تعالیٰ کی موجودگی کو اتنا محسوس کرنا گویا کہ اللہ تعالیٰ کو دیکھ رہا ہو اگر ایسا کوئی نہ کرسکے تو خود کو ایسا یقین کرانا کہ اللہ تعالیٰ اسے دیکھ رہے ہیں اس کا سلبِ سلب طریقہ زیادہ آسان ہے اور وہ یہ کہ خود محسوس کرے کہ کیا میں یا میری کوئی چیز خدا سے پوشیدہ ہوسکتی ہے؟ جواب نہیں میں ہوگا یہی اس کا اثبات ہے اس کو پختہ کرنا ہے لیکن یادرکھے یہ مراقبہ احسان ہے کیفیت احسان نہیں۔کیفیت احسان تب نصیب ہوسکتی جب نفس مطمئنہ حاصل ہوجائے ورنہ وقتی طورپر یہ کیفیت کچھ محسوس ہوسکتی لیکن دیرپا نہیں ہوگی۔

اس کے علاوہ اور مراقبات بھی ہوسکتے ہیں مثلاً

14. مراقبہ حب الٰہی ...

اس میں مورد فیض لطیفہ قلب ہے اور فیض سالک کے قلب پر آتا ہے اس ذات سے جو محبوب حقیقی ہے جس سے دل میں اللہ کی محبت مسلسل بڑھ رہی ہے اور ساتھ ہی برداشت کی قوت بھی عطا ہورہی ہے۔

15. مراقبہ حب فی اللہ ...

اس میں مورد فیض لطیفہ قلب ہے اور فیض آتا ہے اس ذات سے جو محبوب حقیقی ہے سالک کے قلب پر جس سے دل میں اللہ والوں کی محبت مسلسل بڑھ رہی ہے اور ساتھ ہی برداشت کی قوت بھی عطا ہورہی ہے۔

16. مراقبہ نور ...

جس میں یہ محسوس کیا جاتا ہے کہ میں نور کے لامتناہی دریا میں کھڑا ہوں اور آہستہ آہستہ اس میں غرق ہورہا ہوں۔

17. مراقبہ دعائیہ ...

اس میں سالک اپنے آپ کو اللہ تعالیٰ کے سامنے محسوس کرکے دل ہی دل میں اللہ تعالیٰ سے مانگتا ہے۔

18. صفات باری تعالیٰ کے مراقبات

یہ سب حسب ضرورت کرائے جاسکتے ہیں اگر کسی کے لیے مفید ہوں۔