

فاذا جلست في حركتك فاشن على الله تعالى وصلى على
النبى صلى الله تعالى عليه وسلم ثم كبر واسجد واقرأ وانت
ساجدا فاتحة الكتاب سبع مرات واية الكرسي سبع
مرات وقل هو الله احد سبع مرات وقل لا اله الا
الله وحده لا شريك له له الملك وله الحمد وهو على كل
شىء قدير عشر مرات ثم قل اللهم انى استنك بما قد
الغن من عرشك ومنتهى الرحمة من كتابك وباسمك
الاعظم وجدك الاعلى وكل انك لتامة ثم سل بعد
ذلك حاجتك ثم ارفع راسك فسلم عن يمينك وعن
شمالك واتق السفها ان يعلموا في دعون ربهم
فيسجاب لهم قال البيهقي انه جرب فوجد سببا القضا
الحاجة وروياته في كتاب الدعاء للواحدى وفي سنه
غير واحد من هل العلم ذكر انه جربه فوجد كذلك
وان تجرته فوجدته كذلك على ان في سنه من لا عرفه
صلوة التسبيح **جرب من** عملها صلى الله تعالى عليه

وسلم

وسلم لعمه العباس رضى الله عنه فقال يا عمه الا اعطيتك
الا امطخ الا اجوك الا افعل بك عشر خصال
اذا انت فعلت ذلك غفرت لك ذنبك وله ولغيره
قديمه وحديثه خطاه وعمنه صغيرة وكبيره وسره
وعلايته ان تصلى اربع ركعات تقرا في كل ركعة فاتحة
الكتاب وسورة فاذا فرغت من القراءة في اول ركعة
قلت وانت قائم سبحان الله والحمد لله ولا اله الا الله
والله اكبر خمس عشرة مرة ثم ركع فقولها وانت راكع
عشر ثم ارفع راسك من الركوع فقولها عشر ثم قوم
ساجدا فقولها عشر ثم ارفع راسك من السجود فقولها
عشر ثم تسجد فقولها عشر ثم ارفع راسك من السجود
فقولها عشر اوتك خمس وسبعون مرة في كل ركعة
تفعل ذلك في اربع ركعات ان استطعت ان تصلها
في كل يوم مرة فافعل فان لم تفعل في كل جمعة مرة فان
تفعل في كل سنة مرة فان لم تفعل في عمرك مرة