

هوالمحبوب مراقبه اعمال ماه شعبان

۱. صدقه روزانه :

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
	۲۹	۲۸	۲۷	۲۶	۲۵	۲۴	۲۳	۲۲	۲۱	۲۰	۱۹	۱۸	۱۷	۱۶

۲. هر روز ۷۰ مرتبه ذکر «أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ وَ أَسْأَلُهُ التَّوْبَةَ»:

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
	۲۹	۲۸	۲۷	۲۶	۲۵	۲۴	۲۳	۲۲	۲۱	۲۰	۱۹	۱۸	۱۷	۱۶

۳. هر روز ۷۰ مرتبه « أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ الْحَيُّ الْقَيُّومُ وَ أَتُوبُ إِلَيْهِ »

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
	۲۹	۲۸	۲۷	۲۶	۲۵	۲۴	۲۳	۲۲	۲۱	۲۰	۱۹	۱۸	۱۷	۱۶

۴. هر روز ۳۵ مرتبه «لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَلَا نَعْبُدُ إِلَّا إِيَّاهُ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ وَ لَوْ كَرِهَ الْمُشْرِكُونَ»

روز آخر ۲۰ مرتبه (در مجموع ماه ۱۰۰۰ مرتبه)

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
	۲۹	۲۸	۲۷	۲۶	۲۵	۲۴	۲۳	۲۲	۲۱	۲۰	۱۹	۱۸	۱۷	۱۶

۵. هر روز ذکر صلوات مرتبه (ترجیحا برای تعداد آن به تناسب حال خودتان حد اقلی قرار دهید که هر روز حتما آن مقدار را ختم کنید.)

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
	۲۹	۲۸	۲۷	۲۶	۲۵	۲۴	۲۳	۲۲	۲۱	۲۰	۱۹	۱۸	۱۷	۱۶

۶. هر روز هنگام زوال (ظهر شرعی) خواندن «صلوات شعبانیه» (منقول از حضرت زین العابدین علیه السلام)

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
	۲۹	۲۸	۲۷	۲۶	۲۵	۲۴	۲۳	۲۲	۲۱	۲۰	۱۹	۱۸	۱۷	۱۶

۶. هر روز خواندن «مناجات شعبانیه» (در صورتی که یکجا نمی توانید قرائت کنید می توان هر قسمت از آن را در زمانی از شبانه روز خواند)

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
	۲۹	۲۸	۲۷	۲۶	۲۵	۲۴	۲۳	۲۲	۲۱	۲۰	۱۹	۱۸	۱۷	۱۶

توجه: بهتر است برای بهره وری بیشتر از این اعمال برای هر کدام زمان مقرر از شبانه روز قرار دهیم و به آن زمان مقید باشیم.

(ترجیحا در زمان هایی مثل بین الطلوعین، بعد از نماز ها، سحر ، هنگام غروب و...)