

## مجھے آنکھیں ”بند“ کر کے پڑھیں!

خوشخبری! آئندہ ماہ حضرت حکیم صاحب کے طبی مضمون کے ساتھ انوکھے روحانی رازوں سے لبریز روحانی مضمون بھی ہوا کرے گا۔ ☆ علامہ لاہوتی کے سلسلے میں مزید دو صفحات کا مستقل اضافہ ہوگا۔ مزید علامہ صاحب کے وظائف اور کرشمات سے قارئین کو کیا ملا۔۔۔؟ ایک دلچسپ اور معلوماتی نیا اضافہ۔ ☆ خواتین کے حسن و جمال اور بیوٹی ٹیپس تجربات اور آزمودہ ٹوٹکے ہر بار مزید اضافہ۔ ☆ عبقری تحریروں کے صفحات کا اضافہ ہی اضافہ لیکن۔۔۔۔! قیمت وہی 45 روپے۔

انوکھی دلچسپ کتابیں آج ہی پڑھیں!

<p>رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا كَرِهُتُهَا</p> <p>دُنیا آخرت کی جملہ باتیں چھوٹی سی کتاب</p>	<p>قدرت کا انعام اور انتقام</p> <p>سچے لوگوں کے لئے اور بہت سے لوگوں کے لئے</p>	<p>حال دل</p> <p>عبقری کے سلسلہ وار مشہور کالم اب کتابی شکل میں</p>
---	---	---

لاکھوں لوگ اس سے گھر بیٹا لکھنوں کے سلسلے میں استفادہ کرتے ہیں  
www.ubqari.org facebook.com/ubqari twitter.com/ubqari  
موبائل پر FOLLOW UBQARI لکھ کر 40404 پر پیغام بھیجیں

فتاری: بنائی بلڈ پریشر سے مایوس الرجی دانوں میں مہاسوں اور جلد کی رنگت کے شامی ہوں بھر دے سے فتاری استعمال کریں۔

قیمت فی شمارہ 45 روپے

## ناممکن روحانی مشکلات لا علاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

- گمشدہ چیز ملنے کا آزمودہ وظیفہ
- علم اعداد اور ٹیلی پیٹھی کا انوکھا کرشمہ
- بیٹی کی پیدائش پر افسردہ متوجہ ہوں!
- ادھر صدقہ دیا ادھر ذلت و پریشانی ختم
- آیت کریمہ سے پتھر دل کو موم بنائیے
- 80 سال کی عمر میں بچوں جیسی دوڑ لگائیں
- آم کچا ہو یا پکا، جڑ ہو یا پھول صحت ہی صحت
- ایسی دعا کہ فرشتے پوچھتے ہیں کتنا اجر لکھیں؟
- گرمیوں میں پھوڑے پھنسیوں سے نجات
- ذہنی امراض کا یوگا مراقبہ اور مالش سے علاج
- شدید گرمی سے بچنے کی سادہ مگر موثر تدبیریں
- ڈینگی کے خاتمہ کیلئے درود کا طاقتور ترین سپرے

☆ مانسہرہ ایبٹ آباد تفصیلات ٹائٹل کی بیک

قدم قدم پر نیکیوں کے پہاڑ چاہتے ہیں تو جی یا عمر پہرہ جاتے سے پہلے کتاب ”حریم میں نیکیوں کے پہاڑ“ بھی اور گفت بھی کریں نغمہ صدقہ جاریہ ہے۔



صفحہ نمبر	عنوان	صفحہ نمبر	عنوان
28	خوبصورت نوجوان جن کی محبت اور انجام	3	کعبۃ اللہ سے زیادہ محترم کون؟ حال دل
29	ذہنی امراض کا یوگا مراد اور ماش سے علاج	4	رزق میں وسعت اور برکت کا خزانہ
30	جگر و معدہ کے مایوس مریض صحت یاب	5	صحابہ اکرامؓ اور اولیاء اللہؒ میں خوفِ آخرت
31	نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ نفسی علاج	6	والدین کی باہمی لڑائی اور بچوں کی اخلاقی تربیت
32	آیت کریمہ سے پتھر دل کو موم بنائیے	7	دھوکہ باز ایسے بھی دھوکہ دیتے ہیں
33	شیخ چلی کا سکول میں پہلا دن	8	کروڑوں میں کھیلنے والا اچانک مزدور بن گیا
34	صحت مند دل، صحت مند ناگوں میں۔۔۔!	9	علم اعداد اور ٹیلی پتھی کا انوکھا کرشمہ
35	طبی مشورے	10	ہیپاٹائٹس سی سے نجات کا عجیب و غریب ٹونکہ
37	ڈنگل کے خاتمہ کیلئے درود کا طاقتور ترین پیرے	11	معدے کی ٹوٹاؤں، آنتوں کا درد اور اس کا علاج صرف نماز
38	ادھر صدقہ دیا ادھر ذلت و پیری پڑی ختم	12	پھر انسانیت سے مایوسی کیوں۔۔۔؟
39	شادی سے پہلے کی نیتیں اور اولاد پر اثرات	13	قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں
40	اب کوئی گھریلو صفائی سے جان نہیں چھڑائے گا!	15	80 سال کی عمر میں بچوں جیسی دوڑ لگا لیں
41	ناحق مقدمہ اور قید سے خلاصی کا مایاب عمل	16	بیوی کو معاف کیا اور جنت مل گئی!
42	شاہ ارشاد بیستانیؒ کے لا جواب وظائف	17	روح کی غذا اور تمام جسمانی بیماریوں کا علاج
43	آم کچا ہو یا کچڑ ہو یا پھول صحت ہی صحت	18	رجب و شعبان میں تیاری رمضان
44	بیٹی کی پیدائش پر افسردہ متوجہ ہوں!	19	قارئین کے سوال قارئین کے جواب
45	لوگی! ہائی بلڈ پریشر اور بیٹی کا آخری علاج	20	خطرناک گیند سے کاشکار اور گوشت کی تقسیم
46	شدید گرمی سے بچنے کی مادہ مگر موثر تدبیریں	21	روحانی بیماریوں کا روحانی علاج
47	عبرتی رسالہ کتب ادبیات آپ کے شہر میں	23	جنات کا پیدائشی دوست
	مایوس لا علاج مریضوں	25	آپ کا خواب اور روشن تعبیر
	کیلئے آزمودہ ادویات اور علاج	26	اسکندریہ سے عورتوں مردوں کے امراض کا شافی علاج
		27	خواتین پوچھتی ہیں؟

عَبْقَرِی حَسَنِیَّ فَاِیَّ الْاَءَ رَبِّکُمْ تَکْذِبُ ۝ الْقُرْآنِ

حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ جویری عبقری مجذوبؒ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائی

حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مغلہ (پھلت) حضرت علامہ لاہوری پراسراری

شمارہ نمبر 11 جلد نمبر 8 مئی 2014ء رجب شعبان 1435 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ

عَبْقَرِی

مئی 2014ء

مرکز روحانیت و امن کا ترجمان

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (ایڈیٹر)

مشاورت حکیم محمد خالد محمود چغتائی، نجل الہی ششی میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شمارہ 45 روپے سالانہ ممبر شپ 690 روپے ممبران ملک سالانہ 63 امریکی ڈالر

رمضان کے مقدس لمحات حضرت حکیم صاحب کیسا بزرگان دین رمضان المبارک کی آمد سے پہلے ہی خود کو اور اپنے اوقات کو رمضان کے قیمتی لمحات کیلئے فارغ کر لیتے تھے۔ ان قیمتی گھڑیوں، بابرکت لمحات، اصلاحِ نفس، تزکیہ باطن اور اپنی زندگی سنوارنے والوں کیلئے حضرت حکیم صاحب کی صحبت اور زیر نگرانی تسبیح خانہ میں وقت گزارنے کا نادر موقع۔ پورا مہینہ چند دنوں یا آخری عشرہ بھی قیام کی اجازت ہے۔ خواہش مند حضرات دفتر ماہنامہ عبقری میں رابطہ فرمائیں۔ نوٹ: حسب موسم بستر ہمارا لائیں، سحری اور افطاری کا مکمل انتظام ہوگا۔

عبرتی ٹرسٹ کے ذریعے تحقیقین کی لاد (رجسٹریشن نمبر RP/6237/L/S/10/1534)

صرف ایک منیج کریں سامان ہم خود وصول کر لینگے 0343-8710009

عبرتی جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے کبھی لوگوں کی خدمت کا کام سر انجام دے رہا ہے وہاں سالہا سال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچانی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے، برتن جو تے فرنیچر، رضائیاں، اپنی زکوٰۃ، صدقات، عطیات اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ درج بالا نمبر پر مکمل پتہ لکھ کر منیج کریں اور موبائل جو آپ کے استعمال میں ہے دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر چیزیں بلٹی کرادیں۔

حضرت حکیم صاحب سے ملاقات کیلئے آنے سے پہلے صرف اس نمبر 0322-4688313 پر وقت لیکر آئیں۔ حضرت حکیم صاحب صرف (پیر، منگل، بدھ، جمعرات) کو ملاقات کرتے ہیں۔ بغیر وقت لینے آئیوالے حضرات سے معذرت، بحث سے گریز کریں۔ وقت پر نہ آنے والے حضرات کی باری کینسل ہو جائیگی یہ شیڈول تمام ملاقاتیوں کیلئے ہے۔ (روحانی و جسمانی دونوں)

نقشہ مزنگ چوکی نئی تعمیر شدہ قرطبہ مسجد کے ساتھ عبقری اسٹریٹ

کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے۔ عبقری دفتر اتوار کو بند ہوتا ہے

فالتو کتابیں رسالے صدقہ جاریہ بنیں

صرف ایک سیج کریں کتابیں ہم خود وصول کر لینگے

کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں، رسائل، ڈائجسٹ، میگزین وغیرہ۔ آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ بنیں۔ مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں، ایڈیٹر عبقری کو ہدیہ کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہوگی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوں گے۔ اس نمبر 0343-8710009 پر مکمل پتہ لکھ کر منیج کریں اور موبائل جو آپ کے استعمال میں ہے، لکھیں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ازراہ کرم ارسال فرمادیں۔ نوٹ: درسی اور نصابی کتب ارسال نہ کریں۔

خط و کتابت کا پتہ: ”عبقری“ مرکز روحانیت و امن 78/3

عبقری اسٹریٹ نزد قرطبہ مسجد مزنگ چوکی لاہور

فون/ فیکس 042-37552384, 37597605, 37586453

محمد طارق محمود نے اظہار سوزی کی روڈ سے چھوڑ کر مزنگ لاہور سے شائع کیا

## کعبۃ اللہ سے زیادہ محترم کون۔۔۔؟؟؟

حضرت حسن رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ سے بنی اسرائیل کے دو شخصوں کے بارے میں پوچھا گیا کہ ان دونوں میں کون افضل ہے؟ ان میں سے ایک عالم تھا جو فرض نماز پڑھ کر لوگوں کو خیر کی باتیں سکھانے میں مشغول ہو جاتا، دوسرا دن کو روزہ رکھتا اور رات میں عبادت کرتا تھا۔ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: اس عالم کی فضیلت جو فرض نماز پڑھ کر لوگوں کو خیر کی باتیں سکھانے میں مشغول ہو جاتا اس عابد پر جو دن کو روزے رکھتا اور رات میں عبادت کرتا ہے ایسی ہے جیسی میری فضیلت تم میں سے ادنیٰ درجہ کے شخص پر ہے۔ (داؤمی) حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہ روایت کرتے ہیں کہ ہم رسول اللہ ﷺ کے دروازے کے پاس بیٹھے ہوئے آپس میں اس طور پر مذاکرہ کر رہے تھے کہ ایک شخص ایک آیت کو اور دوسرا شخص دوسری آیت کو اپنی بات کی دلیل میں پیش کرتا (اس طرح جھگڑے کی سی شکل بن گئی) اتنے میں رسول اللہ ﷺ تشریف لائے، آپ ﷺ کا چہرہ مبارک (غصہ میں) ایسا سرخ ہو رہا تھا گویا آپ ﷺ کے چہرہ مبارک پر انار کے دانے نچوڑ دیئے گئے ہوں۔ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: لوگو! کیا تم اس (جھگڑے) کے لیے دنیا میں بھیجے گئے ہو یا تمہیں اس کا حکم دیا گیا؟ میرے اس دنیا سے جانے کے بعد جھگڑنے کی وجہ سے ایک دوسرے کی گردنیں مار کر کافر بن جانا (کہ یہ عمل کفر تک پہنچا دیتا ہے)۔ (طبرانی، مجمع الزوائد) حضرت ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہما روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے کعبہ کو دیکھ کر (غلبہ شوق و مسرت سے) ارشاد فرمایا: لا الہ الا اللہ (اے کعبہ!) تو کس قدر پاکیزہ ہے، تیری خوشبو کس قدر عمدہ ہے اور کتنا زیادہ قابل احترام ہے (لیکن) مومن کی عزت و احترام تجھ سے زیادہ ہے۔ اللہ تعالیٰ نے تجھ کو قابل احترام بنایا ہے اور (اسی طرح) مومن کے مال، خون اور عزت کو بھی قابل احترام بنایا ہے اور (اسی احترام کی وجہ سے) اس بات کو بھی حرام قرار دیا ہے کہ ہم مومن کے بارے میں ذرا بھی بدگمانی کریں۔ (طبرانی، مجمع الزوائد)

## حال دل

جو میں نے دیکھا سنا اور سوچا، ایڈیٹر کے قلم سے

میں جہاں بے شمار لوگوں سے روزانہ ملاقات کرتا ہوں، روحانی اور جسمانی مسائل میں ان کی رہبری کرتا ہوں اور پھر تنہائیوں میں اللہ سے عرض کرتا ہوں۔ یا اللہ! میرا گھر خالی، تیرا گھر بھرا ہوا، میرے خالی گھر سے اگر کوئی خالی چلا گیا تو کون سی ایسی بات ہے لیکن یا اللہ! تیرے بھرے گھر سے کوئی خالی نہ جائے۔۔۔ بس! ٹوٹی پھوٹی دعاؤں میں اللہ سے عرض کر دیتا ہوں۔ بس! پھر اللہ اپنے غیب کے خزانے سے لوگوں کی ضروریات، مسائل اور دعائیں پوری کر دیتا ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ میں لوگوں کے مشاہدات اور تجربات بھی اکٹھے کرتا رہتا ہوں، اس میں بعض عبرت کی چیزیں، نصیحت کے بول اور بعض کے طبی اور روحانی انوکھے تجربات ہوتے ہیں جو کہ قارئین کی نذر کرنا اپنا فرض اولین سمجھتا ہوں۔ ایک خاتون نے اپنا تجربہ بیان کیا۔ کہنے لگی: ایک ساس اپنی بہو کو مسلسل طعنے دے رہی تھی کہ معلوم یہ ہوتا ہے کہ میری بہو نے پیٹ ہی سے اندھے بچے جنے تھے، ایسی بد قسمت مکروہ بہو میرے گھر آئی ہے جس کی وجہ سے میرے پوتے پوتیوں کو عینکیں لگ گئی ہیں۔۔۔ اور اس طرح کی اور سخت سست باتیں کیے جا رہی تھیں، میں وہ سن رہی تھی، پتہ نہیں مجھے کیا سوچھی۔۔۔ (آج میں اس غلطی پر مسلسل نادم ہوں اور اپنی غلطی کا اعتراف کر رہی ہوں) کچھ دن کے بعد میں دوبارہ اس کی بہو کی ماں کے گھر گئی، اس کی ماں مصلے پر بیٹھی تسبیح و ذکر کر رہی تھی۔ وہی بات جو اس کی بیٹی کی ساس نے کی تھی میں نے وہ ساری کی ساری اُس کی ماں کو کہہ دی۔۔۔ اس کی ماں کے آنسو نکل آئے اور بہو بہت زیادہ رنجیدہ اور غمزدہ ہوئی کہ یہ چیز ہمارے بس میں تو ہے نہیں! مجھے محسوس ہوا مجھے یہ بات نہیں کہنی چاہیے تھی میری اس بات سے واقعی ان کا دل دکھا، بس پھر کیا تھا، کچھ ہی دنوں کے بعد میرے بچوں کی نظر کم ہونا شروع ہو گئی اور ان کو عینکیں لگ گئیں۔ اب مجھے احساس ہوتا ہے کہ میں نے کیا کیا؟ مجھے ایسا نہیں کرنا چاہیے تھا، اور اس دکھ پر مجھے مسلسل ندامت ہے اب میں کیا کروں۔۔۔؟؟؟ میں بہت پریشان ہوں مجھے اُن کی نہیں کرنی چاہیے تھی اور میں اپنے کہے پر نادم ہوں وہ خاتون رورور کر یہ بیان کر رہی تھی کہ واقعی کسی کا دل نہیں دکھانا چاہیے اگر کسی کا دل دکھا دیا وہی غم جو اس کو لگا ہے کہیں ہمیں نہ لگ جائے۔

ناممکن سے ممکن کیسے بنے: ایک دن امریکہ سے ایک پیغام آیا کہ ایک صاحب ”ڈینیو“ اٹلی کے ہیں۔ کہنے لگے: انمول خزانہ کا مجھے رومن زبان میں ترجمہ کر کے دیں میں پڑھنا چاہتا ہوں۔ پوری دنیا، پورا عالم دو انمول خزانے کو پڑھ رہا ہے۔ میں بعض اوقات اللہ سے عرض کرتا ہوں اللہ اگر کسی مجبور کا کسی مخلص کا تو نے اپنی بارگاہ میں انمول خزانہ قبول کیا ہے تو اللہ اس کی برکت سے میرا بھی قبول کر لے۔ ایسے مخلصین لوگ اُس کو پڑھتے ہیں ناممکن ممکن ہو جاتے ہیں۔ رزق کے دروازے کھل جاتے ہیں۔ وسعت کے دروازے کھل جاتے ہیں۔ بربادیوں کے دروازے بند ہو جاتے ہیں۔ آبادیاں مقتدر بن جاتی ہیں۔ رحمتیں گھروں میں برس پڑتی ہیں اور شیطان ناکام ہو جاتا ہے۔ دو انمول خزانہ ہر فرض نماز کے بعد پڑھیں اس شیطان کے دروازے بند کر دیں۔ ہمارے گھر برباد ہیں، گھروں میں جھگڑے، ناچاقیاں اور گھروں کے اندر بربادیاں اور خدا خواستہ طلاق تک نوبت آ جاتی ہے۔ اسلامی ممالک میں طلاق کی شرحیں بڑھ رہی ہیں اُسکی وجہ یہ ہے۔ شیطان کا گھروں میں داخلہ ہے۔

گھروں کو اجڑنے سے بچائیں: شیطان میاں بیوی کے خلاف بدگمانیاں اور شک پیدا کرے گا۔ بہن بھائیوں کو لڑا دے گا، گھروں میں بربادی پیدا کر دے گا اور گھروں کے اندر سے کھانے پینے کی اشیاء اٹھا کر لے جائے گا۔ کیوں فرمایا اسلام کا جب لفظ گھر میں پکارا جاتا ہے تو شیطان کہتا ہے اس گھر میں نہ کھانا ہے، نہ سونا ہے معلوم یہ ہوا جب سلامتی جاتی ہے تو گھراُڑ جاتے ہیں۔ گھر برباد ہو جاتے ہیں۔

اعمال سے حفاظت: اللہ والو! فقیر آپ کو ایک پیغام دیتا ہے کہ اللہ جل شانہ نے بننے اور بچنے کا نظام کہیں اور رکھا ہے۔ ہم نے کا نظام مال کے ذریعے سمجھا، ہم نے حفاظت کا نظام سیوری آلات کے ذریعے سمجھا۔ ہم پتہ نہیں حفاظت کس کے ذریعے سمجھ بیٹھے۔ ہم تو دیوانے نکلے۔ ہم اپنی زندگی کو برباد کر بیٹھے، پریشان کر بیٹھے۔ حفاظت اللہ پاک نے اعمال کے ذریعے رکھی ہے، اللہ نے بچنے کا نظام اعمال کے ذریعے رکھا ہے، اللہ نے بننے کا نظام اعمال کے ذریعے رکھ دیا ہے۔ دو انمول خزانے کی قدر کریں، اس کو پڑھیں، دو انمول خزانہ نیت پر بھی موجود ہے۔

اللہ والو! انمول خزانے کو اپنی زندگی کا اوڑھنا بچھونا بنا لو، جن

کو یاد نہیں ہے یاد کر لیں۔ میرے پاس دو بولیاں بولنے والے بھی آتے ہیں، یہ گجرات، جہلم، دینا اس علاقے کے رہنے والے یا پنجابی بول سکتے ہیں یا خالص انگلش گورے کے لہجے میں بولتے ہیں، اُردو نہیں سمجھتے۔

دنیا ایجادوں کے باوجود پریشان کیوں؟ ایک دوست کہنے لگے: یہ میرا بیٹا ہے اس کے ساتھ اردو نہ بولے گا، دراصل یہ وہیں پلا وہیں جوان ہوا، ہم گھر میں پنجابی بولتے ہیں باہر انگلش بولتے ہیں اسے اُردو سمجھ نہیں آتی۔ ایک دن ایک دوست مجھے فرمانے لگے کہ: ایک بچے کی آواز میں نیٹ پر سننا تھا۔ یہ بچہ علی بیٹھا ہے اسکی آواز بھی آپ ”پینسلینا“ امریکہ میں رہتے ہیں تو وہاں سے نیٹ پر اس کی آواز سنی تھی۔ اب یہ اسٹیشنل تیج

### درس روحانیت وامن

## رزق میں وسعت اور برکت کا

شیخ الوفاق حضرت حکیم محمد طاق محمود مجذوبی جغتائی دامت برکاتہم العالیہ ہفتہ وار درس سے اقتباس

### درس سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میری زندگی میں شروع سے دکھوں، تکلیفوں نے ڈیرہ ڈالا ہوا تھا، میں دنیا کی ستانی ہوئی عورت تھی، دنیائے مجھے ہر طرح سے ستایا مگر میں نے برداشت کیا۔ مگر۔۔۔ میری زندگی جیسی اب گزر رہی ہے اس سے پہلے کبھی ایسے نہ تھی۔ یہ سب کچھ درس روحانیت و امن میں آنے کی وجہ سے ملا ہے۔ اس درس کی وجہ سے ہی اللہ نے مجھے اور میرے بچوں کو سیدھے راستے پر چلنے کی توفیق دی۔ اللہ نے مجھ پر اپنا خاص کرم میرے والدین کی دعاؤں کی وجہ سے کیا کہ میں آپ کا درس سننے دار التوبہ میں پہنچی۔ میرے والدین وفات پا چکے ہیں۔ درس ہی کی برکت ہے کہ میں اب جو چاہتی ہوں وہ مجھے ملتا ہے، دل کا سکون اور راحت، اللہ والی زندگی ملی ہے۔ میرے بچے نمازی ہو گئے ہیں، تقویٰ اور پرہیز گاری آگئی ہے۔ (ع، ط)

انوکھے روحانی وظائف اور از ولایت پانے کیلئے

خطبات عبقری مکمل سیٹ کا مطالعہ کریں۔

خانے کیلئے آئے ہیں۔ کہنے لگے: بچے کی آواز میں سننا تھا بچے نے دیکھا تو ایک دم چونک کے اٹھ کے اس کو دیکھنے لگے کہنے لگے یہی بچہ ہے جس کی آواز نیٹ میں سننا تھا۔ ایک پیغام ہے ایک حقیقت ہے۔ دنیا اپنی ساری ایجادوں کے باوجود پریشان ہے کیا نہیں ہے۔۔۔؟

میں نے کیل، قبضے کچھ تھوڑی سی اور چیزیں لیں تھیں، اس لیے بلال گنج جانا ہوا، کچھ اور سامان بھی لینا تھا۔ ایک دکان کیل کاٹنے، قبضے وغیرہ کی تھی۔ میں نے ارادہ کیا کہ اس سے سامان لے لوں، مجھے برادر تھر روڈ نہیں جانا پڑے گا تو وہ دکان بیچاری خالی اور ویران پڑی ہوئی تھی۔ میں نے کہا: ”یہ سامان آپ کے پاس ہے؟“ کہنے لگے: صرف ایک ہی چیز ہے۔ باقی نہیں ہیں۔ میں نے کہا: میں یہاں کچھ دیر بیٹھ جاؤں؟ کہنے لگے: بیٹھ جائیں۔ میں نے کہا: لگتا ہے کہ آپکے حالات کچھ اور ہیں اور دکان کی جسامت کچھ اور حقیقت بتا رہی ہے کہ یہ دکان ایک دور میں بہت بڑی تھی۔ کہنے لگا ہاں ایسے ہی ہے۔ بس کچھ حالات اس طرح ہو گئے تو میں نے کہا آپ کچھ پڑھتے نہیں۔؟ کہنے لگے:

بہت کچھ پڑھتا ہوں، میں نے کہا ایک وظیفہ ہے ”دو انمول



## صحابہ اکرامؓ اور اولیاء اللہؒ میں خوفِ آخرت

رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا قیامت کے دن ایسے لوگ لائے جائیں گے جن کے ساتھ تہامہ پہاڑ جتنی نیکیاں ہوں گی۔ حتیٰ کہ جب انہیں لایا جائے گا تو اللہ تعالیٰ ان کے اعمال کو غبار بنا کر اڑادیں گے پھر انہیں جہنم میں ڈال دیں گے

معبوث فرمایا ہے کہ مجھے خوف ہے کہ کہیں میں ان لوگوں میں سے نہ ہوں، آپ ﷺ نے فرمایا اے سالم! وہ لوگ روزے رکھتے ہوں گے اور نمازیں پڑھ رہے ہوں گے لیکن جب کوئی حرام چیز ان کے سامنے آتی تو اس پر ٹوٹ پڑتے تو اللہ تعالیٰ نے ان کے اعمال کو ختم کر دیا۔ حضرت مالک بن دینار رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں یہ اللہ کی قسم منافقت کی وجہ سے ہوگا اس پر معلیٰ بن زیاد نے اپنی ڈاڑھی پکڑ لی اور کہا اے ابویحییٰ اللہ کی قسم آپ نے سچ فرمایا ہے۔ (حلیۃ الاولیاء)

صحابہ کرام کی قربانی و فاقہ نشی: حضرت عامر بن ربیعہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے منقول ہے رسول اللہ ﷺ ہمیں کسی لشکر میں بھیجتے تو ہمارے لیے کوئی سامان سفر نہ ہوتا سوائے چھوڑوں کی ایک تھیلی کے، اس کا نظم ہمارے درمیان ایک ایک مٹھی تقسیم کرتا تھا حتیٰ کہ ایک ایک چھوڑے تک نوبت پہنچتی، عبداللہ بن عامر کہتے ہیں میں نے کہا ایک چھوڑہ کیا کام دیتا ہوگا؟ فرمایا بیٹے اس طرح نہ کہو، اس کے بعد یہ ہوا کہ وہ چھوڑہ بھی ہمارے پاس نہ رہا اور اس کے محتاج ہو گئے۔

درو پڑھنے کی فضیلت: حضرت عامر بن ربیعہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں میں نے رسول اللہ ﷺ کو دوران فرماتے ہوئے سنا ہے کہ آپ ﷺ فرما رہے تھے جو آدمی مجھ پر درود بھیجتا ہے تو جب تک وہ درود بھیجتا رہتا ہے فرشتے اس کیلئے مغفرت کی دعا کرتے رہتے ہیں پس اب بندہ چاہے کثرت سے درود بھیجے یا قلت سے۔ (حلیۃ الاولیاء)

جنت میں جانے کی ایک اہم شرط: حضرت ثوبان رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ نبی کریم ﷺ نے فرمایا جو مجھے ایک چیز کی ذمہ داری دے میں اس کیلئے جنت کی ذمہ داری لیتا ہوں۔ میں نے عرض کیا: میں یا رسول اللہ ﷺ! فرمایا: کسی سے سوال نہ کر، بعض دفعہ حضرت ثوبان رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا کوڑا گرتا اور وہ اونٹ پر سوار ہوتے تو وہ کسی کو کوڑا پکڑنے کا نہ کہتے حتیٰ کہ خود اتار کا اٹھاتے۔ حضرت ثوبان رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا جو مجھے اس بات کی ضمانت دے کہ وہ کسی سے سوال نہیں کرے گا میں اسے جنت کی ضمانت دیتا ہوں تو حضرت

حضور ﷺ کو جاں نثاری کے جذبات کی پیشکش: حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ حضرت مقداد رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے ساتھ ایک ایسے موقع پر موجود تھا کہ جس وقت مجھے مقداد کا ساتھی ہونا زمین کی ہر شے سے زیادہ محبوب تھا، آپؐ بڑے بہادر آدمی تھے، جب رسول اللہ ﷺ غصہ ہوئے اور آپ ﷺ کے رخسار مبارک سرخ ہو رہے تھے تو اس حالت میں حضرت مقداد رضی اللہ تعالیٰ عنہ آپ ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوئے اور عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ آپ خوش ہو جائیے۔ اللہ کی قسم ہم آپ ﷺ سے ویسے نہیں کہیں گے جیسے بنو اسرائیل نے حضرت موسیٰ علیہ السلام سے کہا تھا ”تم اور تمہارا رب جاؤ اور لڑو، ہم تو یہیں بیٹھے ہیں“ (المائدہ 24) قسم ہے اس ذات کی جس نے آپ ﷺ کو حق کے ساتھ معبوث فرمایا ہے ہم آپ ﷺ کے سامنے ہوں گے اور آپ ﷺ کے پیچھے ہوں گے اور آپ ﷺ کے دائیں و بائیں سے لڑتے رہیں گے یا اللہ تعالیٰ آپ کو فتح عطا فرمادیں۔

اللہ تعالیٰ سے محبت: حضرت عمر بن الخطاب رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا اگر میں سالم مولیٰ ابی حذیفہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو خلیفہ بنا جاؤں اور میرا رب مجھ سے پوچھے کہ تجھے اس پر کس چیز نے آمادہ کیا تو میں کہوں گا: اے میرے رب! میں نے آپ کے نبی ﷺ کو ارشاد فرماتے ہوئے سنا کہ بے شک وہ اللہ تعالیٰ سے دلی محبت رکھنے والا ہے۔

خوفِ آخرت: حضرت سالم مولیٰ ابی حذیفہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا قیامت کے دن ایسے لوگ لائے جائیں گے جن کے ساتھ تہامہ پہاڑ جتنی نیکیاں ہوں گی۔ حتیٰ کہ جب انہیں لایا جائے گا تو اللہ تعالیٰ ان کے اعمال کو غبار بنا کر اڑادیں گے پھر انہیں جہنم میں ڈال دیں گے تو میں نے عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ میرے ماں باپ آپ پر قربان آپ ﷺ ہمیں ان لوگوں کی نشانیاں بتادیں تاکہ ہم انہیں پہچان لیں پس قسم ہے اس ذات کی جس نے آپ ﷺ کو حق کے ساتھ

ثوبان نے کہا میں ضمانت دیتا ہوں۔ چنانچہ حضرت ثوبان رضی اللہ تعالیٰ عنہ کسی سے کچھ نہیں مانگتے تھے۔

سب سے افضل آدمی کون ہے؟: حضرت عبداللہ بن عمرو رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ رسول اللہ ﷺ سے سوال کیا گیا کہ کون سا آدمی افضل ہے؟ فرمایا: وہ مؤمن جو محمود القلب ہو اور زبان کا سچا ہو۔ آپ ﷺ سے پوچھا گیا: محمود القلب کیا ہے؟ فرمایا جو اللہ تعالیٰ سے اس حال میں ملے کہ وہ پاکیزہ ہو اس میں کوئی گناہ نہ ہو اور نہ بغاوت ہو نہ ملاوٹ ہو اور نہ حسد ہو۔ صحابہ رضوان اللہ علیہم اجمعین نے عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ! ایسے دل والا کون ہوگا؟ فرمایا: وہ جو دنیا کو بُرا سمجھتا ہے اور آخرت سے محبت کرتا ہے۔ صحابہ رضوان اللہ علیہم اجمعین نے عرض کیا ہم میں اس صفت والا کوئی معلوم نہیں ہوتا سوائے رسول اللہ ﷺ کے مولیٰ حضرت رافع کے۔۔۔ صحابہ رضوان اللہ علیہم اجمعین نے عرض کیا کون اس کا حامل ہوگا؟ فرمایا وہ مؤمن جو مجھے اخلاق میں (گزار رہا) ہو۔ (حلیۃ الاولیاء)

علم کم نہیں ہوتا: ابو اسحق رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ بنی عباس کا ایک آدمی حضرت سلمان فارسی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا رفیق سفر ہوا اس نے دریائے دجلہ سے ایک چلو پانی پیا تو حضرت سلمان رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے اس سے فرمایا شکر کر پھر پی، اس نے کہا میں سیراب ہو گیا ہوں۔ فرمایا: تیرا کیا خیال ہے تیرے اس پینے نے اس میں کوئی کمی کی ہے۔ اس نے کہا میں نے جو چلو بھریا ہے یہ کمی نہیں کرتا۔ فرمایا: اسی طرح علم

زندگی کے جملہ مسائل کیلئے نہایت مؤثر یہ وظیفہ زندگی کے ہر مسئلے اور ہر مرض کیلئے مفید ہے لیکن اس میں وقت کا تعین اور پھر اسی وقت کی روزانہ پابندی لازمی ہے۔ یہ وظیفہ نوے روز تک روزانہ ایک معینہ وقت پر پڑھا جائے اور ہر روز ختم کرنے کے بعد اللہ سے گڑگڑا کر دعا کی جائے کہ یہ مرض اور مسئلہ جو ہمیں درپیش ہے اس کو تو محض اپنے فضل و کرم سے حل کر دے۔ عمل درج ذیل ہے:

اول و آخر درود شریف گیارہ مرتبہ۔ سورۃ فاتحہ گیارہ مرتبہ۔ آیۃ الکرسی گیارہ مرتبہ۔ آیت کریمہ گیارہ مرتبہ۔ سورۃ فلق اور سورۃ ناس گیارہ مرتبہ (اس طرح پڑھیں کہ بسم اللہ شریف پڑھ کر سورۃ فلق شروع کریں اور جب آخر میں ”اذا حسد“ پر پہنچیں تو معاً، ساتھ ہی بغیر بسم اللہ شریف پڑھ کر سورۃ ناس شروع کرے اسی طرح ہر بار دونوں سورتوں کو ملا کر گیارہ بار پڑھے۔ (ڈاکٹر عبدالرشید اسلام آباد)

## والدین کی باہمی لڑائی اور بچوں کی اخلاقی تربیت

پروفیسر سید محمد سلیم

بچوں کا ذہن تیزی سے ترقی کرتا ہے اس لیے وہ ہر قسم کے سوالات کرتے ہیں۔ والدین کا فرض ہے کہ وہ ٹھنڈے مزاج سے بچوں کے سوالات کے جوابات دیں اور ان کو سمجھائیں۔ نہ غصے ہوں نہ جھنجھلائی اور نہ ہی جھڑکیں۔

بچے گھر کی رونق: حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے غصے سے بچوں کو جنت کے پھولوں سے تشبیہ دی ہے جس طرح پھولوں کو دیکھ کر ہر آدمی خوش ہوتا ہے اسی طرح غصے سے بچوں کو دیکھ کر ہر آدمی کا دل باغ باغ ہو جاتا ہے۔ والدین کو اپنی اولاد سے بے اندازہ محبت ہوتی ہے اور اولاد کو دیکھ کر ہر آدمی باپ کا جی خوش سے پھولا نہیں سکتا۔ بچے والدین کیلئے سکون و راحت کا سبب ہوتے ہیں جب کام دھندے سے تھکا ہارا باپ گھر میں داخل ہوتا ہے اور چھوٹا بچہ اس کی ٹانگوں سے لپٹ جاتا ہے اور وہ اس کو اٹھا کر سینے سے چمٹا لیتا ہے اس وقت اس کی ساری کفایتیں اور ساری کوفت دور ہو جاتی ہے۔ خوشی اور مسرت کی ایک لہر اس کے سارے جسم میں دوڑ جاتی ہے اور مسرت و شادمانی سے اس کا خشک چہرہ کھلکھلا اٹھتا ہے۔

بچے آزمائش ہیں: اسلام کی تعلیمات کے مطابق اولاد محض سکون و راحت کا ہی ذریعہ نہیں ہیں بلکہ فی الحقیقت والدین کے پاس اللہ تعالیٰ کی طرف سے امانت ہیں جس طرح مال و دولت اور ہزار ہا نعمتیں اللہ تعالیٰ کی امانتیں ہیں اسی طرح اولاد بھی اللہ تعالیٰ کی امانتیں ہیں۔ اللہ تعالیٰ ان امانتوں کے ذریعے انسان خلیفۃ اللہ کے حسن عمل اور حسن کارکردگی کا امتحان لینا چاہتا ہے۔ اگر کوئی شخص مال و دولت کو عیاشیوں اور فضول خرچیوں میں اڑا دیتا ہے تو وہ دنیا میں بھی بدنامی مول لیتا ہے اور آخرت میں بھی ناکامی کا منہ دیکھتا ہے۔

عذاب دوزخ کا مستحق قرار پاتا ہے۔ اولاد دے کر والدین کی آزمائش مقصود ہے کہ آیا والدین ان کی بہترین تعلیم و تربیت کرتے ہیں، بہترین زیور اخلاق و آداب سے ان کو آراستہ و پیراستہ کرتے ہیں یا نہیں۔ دنیا میں اولاد کے ذریعے اپنے لیے نیک نامی کماتے ہیں یا لاپرواہی برت کر ان کو بگاڑ دیتے ہیں اور اپنے لیے بدنامی چھوڑ جاتے ہیں۔ اولاد کو تعلیم یافتہ بااخلاق، مہذب اور شائستہ اطوار بنا کر معاشرے میں خیر خواہی اور صالح افراد کا اضافہ کر کے جاتے ہیں یا بدکردار اور فساد انگیز افراد کا اضافہ کر کے جاتے ہیں۔

بچے ماں کی گود میں آنکھ کھولتا ہے آغاز ہی میں بچے کی ساری احتیاجات ماں کی ذات سے وابستہ ہوتی ہیں زندگی خداوند تعالیٰ نے دی ہے مگر بچے کو پروان ماں چڑھاتی ہے۔ بات

11۔ اگر بچہ معاندانہ ماحول میں رہتا ہے تو بچہ لڑنا، جھگڑنا سیکھتا ہے۔ 12۔ اگر بچہ شرم دلانے اور تذلیل کے ماحول میں رہتا ہے تو بے حد شرمیلانہ جاتا ہے۔ 13۔ اگر ماں باپ کی باہمی لڑائی جھگڑے کے درمیان بچہ پرورش پاتا ہے تو اس کی ذہنی اور اخلاقی تربیت میں نقص رہ جاتا ہے۔ 14۔ اگر بچہ قیمتی حالت میں پرورش پاتا ہے تو خود اعتمادی پیدا کر کے محنت و مشقت کرتا ہے۔ یا بے سہارا محسوس کر کے آوارہ بن جاتا ہے۔

بچوں کی تعلیم و تربیت: والدہ کا فرض ہے کہ بچوں کو صاف ستھرا اور پاک رکھیں جب وہ بالکل چھوٹے ہوں تو خود ان کی صفائی کرے اس میں ہرگز کسل مندی اور سستی کا مظاہرہ نہ کرے اور جب وہ بڑے ہو جائیں تو ان کے اندر پاکی اور صفائی کا احساس پیدا کرنا، ان کو صاف ستھرا رہنے کا حکم دینا چاہیے۔ صبح اٹھتے ہی وہ کلمہ طیبہ پڑھیں، پھر وہ صفائی کریں، منہ ہاتھ دھوئیں، کپڑوں کی صفائی کا خاص طور پر ان کے اندر احساس پیدا کرنا، نماز فجر، قرآن پاک یا سپارہ پڑھیں اور بزرگوں کو سلام کریں۔ دانت صاف کرنے کی عادت ڈالنا، جسمانی طہارت و ذہنی پاکیزگی کے لیے راستہ ہموار کرتی ہے۔ ان کو آداب اور سلیقہ سکھانا چاہیے۔ کھانا کھانے کے آداب، صاف اور صحیح زبان بولنے کی عادت ڈالنا، مہذب اور شائستہ زبان بولنے کی ہمت افزائی کرنا چاہیے۔

بچوں کا ذہن تیزی سے ترقی کرتا ہے اس لیے وہ ہر قسم کے سوالات کرتے ہیں۔ والدین کا فرض ہے کہ وہ ٹھنڈے مزاج سے بچوں کے سوالات کے جوابات دیں اور ان کو سمجھائیں۔ نہ غصے ہوں نہ جھنجھلائی اور نہ ہی جھڑکیں۔ جب تک والدین تحمل اور بردبار نہ ہوں وہ بچوں کی اچھے طریقے سے تربیت نہیں کر سکتے۔ والدہ کو خاص طور پر بچے کے اندر ذہنی کیفیت سمجھنے کی کوشش کرنا چاہیے۔ مزید براں والدہ کو ہر بچے کا مزاج سمجھنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ ایک گھر کے بچے بھی مزاجی کیفیات میں ایک دوسرے سے مختلف ہوتے ہیں۔ اس لیے سب کو ایک لاٹھی سے ہانکنا صحیح نہیں ہے۔ مزاج فہمی کے بعد والدین بچوں کی تربیت بہتر طریقے سے کر سکتے ہیں۔

### جلے ہوئے پرٹو تھ پیسٹ لگائیں

کھانا پکاتے ہوئے اگر ہاتھ جل جائے یا جسم کا کوئی حصہ جل جائے تو اس پر فوراً ٹوٹو تھ پیسٹ لگائیں انشاء اللہ نہ بلب پڑے گا اور جلن بھی ختم ہو جائیگی۔ (ریاض حسین، مکملوال میاںوالی)



(ش، و)

# دھوکہ باز ایسے بھی دھوکہ دیتے ہیں عبقری نے بدل دیا

میں نے ماہنامہ عبقری پڑھا تو پڑھتا ہی چلا گیا۔۔۔ مجھے ایسے لگا جیسے مجھے کسی نے سیدھا راستہ دکھا دیا ہے

**محترم حکیم صاحب السلام علیکم!** جو خط میں آپ کو لکھ رہا ہوں میرا مقصد اپنی تعریف بیان کرنا نہیں ہے۔ اب میں اپنی پچھلی زندگی کے بارے میں کچھ تحریر کر رہا ہوں۔ حکیم صاحب! میں بہت گناہگار تھا، بہت گناہ کیے، میں اپنی پچھلی جتنی بھی زندگی گزاری گناہوں میں لت پت ہو کر گزاری۔ میں نے کبھی نماز نہیں پڑھی تھی، قرآن نہیں پڑھا، ہر وقت ڈائجسٹ، گندی کتابیں، موبائل فون پر گندی فلمیں، غلط لڑکیوں سے بات چیت، خواجہ سراؤں سے دوستی، ڈانس دیکھنا، ڈانس کرنا۔ میرے زندگی کے شب و روز اسی میں گزر رہے تھے۔

پھر ایک دن میں نے اخبار والے کو اپنا پسندیدہ ڈائجسٹ لانے کو کہا اس نے کہا کہ آج تو میرے پاس وہ نہیں ہے میرے پاس یہ عبقری رسالہ ہے آج آپ یہ پڑھ لیں کل میں ڈائجسٹ لے آؤں گا۔ میں نے ماہنامہ عبقری پڑھا تو پڑھتا ہی چلا گیا۔۔۔ مجھے ایسے لگا جیسے مجھے کسی نے سیدھا راستہ دکھا دیا ہے۔ اس سے اگلے دن باکر آتا تو میں نے اس سے کہا کہ مجھے عبقری کے پچھلے تمام رسالے لا کر دو۔ میں جیسے جیسے عبقری پڑھتا گیا میرا دل و دماغ کھلتا گیا۔ اُس دن میں نے فجر کی نماز پڑھی، بہت سکون ملا۔ اُس دن میں نے نیت کی میں کبھی نماز نہیں چھوڑوں گا۔ میں آپ کو بتاؤں کہ عبقری ملنے سے پہلے میں اللہ والوں کو نہیں مانتا تھا جو یہ تھی کہ مجھے جو بھی ملا اُن میں ایسی کوئی بات نہ تھی، بس پیسے ٹھنڈا اور کچھ نہیں لیکن دل میں اللہ والوں سے محبت تھی جب کبھی کہیں بھی سفر کرتا راستے میں کوئی بھی اللہ والا ملتا اس کی عزت کرتا، اس کے پاس بیٹھتا۔ آپ یقین کریں میں نے ایک ہی دن میں اپنے نفس پر قابو پایا ہے اب میں نماز پڑھتا ہوں، صبح اذان سے ایک یا ڈیڑھ گھنٹہ قبل اُٹھ جاتا ہوں اور اللہ کے حضور پیش ہو جاتا ہوں۔ میرے اندر اتنی تبدیلی آئی کہ میں بیان نہیں کر سکتا، عبقری کی تمام فائلیں پڑھ چکا ہوں۔ آپ کی بہت سی کتابیں خریدی ہیں ان کا مطالعہ کرتا رہتا ہوں۔ اب تو میرے موبائل میں گاڑی میں تلاوت اور نعت رسول ﷺ ہی ہوتی ہے گانے والی سی ڈیز سب ختم کردی ہیں، لگا ہیں نیچی کر کے چلتا ہوں، کسی کی طرف نہیں دیکھتا، موٹر سائیکل یا کار پر سفر کروں تو درود شریف یا کوئی سورہ یا آیت کریمہ پڑھتا رہتا ہوں۔

کچھ وقت کے بعد جب وہ اٹھنے لگا تو اس نے بھی ایک گلاس پانی کا بھر کر ابھی منہ کو لگا یا ہی تھا کہ اسے پہلے ہلکی ہلکی کھانسی آنا شروع ہو گئی میں نے کہا کیا ہو گیا ہے تو اس نے کہا کہ پانی کے اندر کوئی چیز تھی۔ دیکھتے ہی دیکھتے اسے الٹیاں آنا شروع ہو گئیں

(علی محمد فیصل آباد)

تھی کہ کھانا کھانے کے دوپونے دو گھنٹہ بعد پانی پیوں بعد از نماز عشاء کے منتظرین سکول اور قریب کے ایک دوست بھی گپ شپ کرنے کی غرض سے میرے پاس آ کر کچھ وقت بیٹھ جاتے تھے۔ بندہ بھی جب ورزش سے فارغ ہو جاتا تو پانی کا مگھک جو باہر صحن میں پڑا ہوتا تھا کے پاس جا کر گلاس بھر کر کمرہ کے اندر بجلی کی روشنی میں دیکھنے کیلئے لے جاتا تھا اور پانی دیکھ کر پی لیتا تھا۔ میرے اس عمل پر ایک ساتھی ہنسی اور مذاق کرتا ہی رہتا تھا اور کہتا تھا کہ یہ محض ایک وہم اور سواس ہے۔ اس قدر احتیاط کرنے اور تکلیف اٹھانے کی کیا ضرورت ہے۔۔۔؟؟؟ بس پانی پیتا ہے پی لو۔ اس طرح کی باتیں کہتا ہی رہتا تھا۔ پھر ایک رات کو اپنے معمولات کے بعد راقم نے جب گلاس بھر ا وہ ساتھی بھی حسب عادت مذاق کرتا ہی رہا کہ دیکھو اب یہ کمرہ کے اندر جا کر پانی دیکھ کر پھر باہر آ کر پیے گا۔ بندہ بھی ان کی باتوں، ہنسی و مذاق کی طرف کوئی خاص دھیان نہیں دیتا تھا۔ زیادہ سے زیادہ صرف اتنا کہہ دیتا کہ سنت کے مطابق جو کام ہو جائے اس میں بہتری ہے، ثواب بھی ہے اور فائدہ بھی۔ احتیاط اچھی چیز ہے کچھ وقت کے بعد جب وہ اٹھنے لگا تو اس نے بھی ایک گلاس پانی کا بھر کر ابھی منہ کو لگا یا ہی تھا کہ اسے پہلے ہلکی ہلکی کھانسی آنا شروع ہو گئی میں نے کہا کیا ہو گیا ہے تو اس نے کہا کہ پانی کے اندر کوئی چیز تھی۔ دیکھتے ہی دیکھتے اسے الٹیاں آنا شروع ہو گئیں جتنا کھایا بیٹا تھا وہ سارا کا سارا قے کر چکا تھا۔ اس دوران وہ توبہ توبہ بھی کرتا رہا اور استغفار بھی پڑھتا رہا۔ **محترم قارئین!** ہمارے پیارے نبی کریم ﷺ کی پیاری سنتوں سے بے پروائی، غفلت و کوتاہی کا نتیجہ اچھا نہیں ہوتا۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کو رسول مہربان ﷺ کے نقش قدم پر چلنے کی توفیق سے نوازے۔

## جمال گھوٹہ سے گنج پن دور

اگر سر پر گنج پن ہو تو جمال گھوٹہ کو اس جگہ پر جہاں گنج ہے اتنا رگڑیں کہ خون نکل آئے انشاء اللہ بہت جلد سر پر نئے بال نکل آئیں گے۔ الرجی والی مریض استعمال نہ کریں۔ رگڑنے سے تکلیف ہوگی، برداشت کریں۔ بعد میں کھوپرے کا تیل لگائیں۔ (عظمیٰ عبدالستار، سکھر)

**محترم حکیم صاحب السلام علیکم!** ہمارے معاشرے میں آئے روز فراڈ کے کیس سامنے آتے رہتے ہیں اور لوگوں کی خون پسینی کی کمائی یہ لوگ مختلف سبز باغ دکھا کر لوٹ کر لے جاتے ہیں۔ ایسا ہی ایک واقعہ ہمارے ساتھ بھی پیش آیا جو کہ درج ذیل ہے۔ میرے بیٹے نے منمن آباد فیصل آباد میں ایک بک ڈپو کی دکان کھالی تھی۔ میں اس دن گھر میں تھا کہ ایک سفید ریش آدمی آیا اس نے میرے بیٹے کو کہا کہ آپ نے ابھی دکان کھولی ہے آپ کتابوں اور سنیشنری کے ساتھ ساتھ بکسوں اور جو گرز کے تسمے بھی رکھ لیں، میں ایک سو روپیہ بڈل بکسوں اور دو سو روپیہ بڈل تسمے کے حساب سے خرید لوں گا۔ جب آپ لے آئیں تو مجھے اس نمبر پر فون کر لیں میں آکر لے جاؤں گا۔ میرے بیٹے نے یہ بات مجھے نہیں بتائی۔ (میرا بیٹا تھوڑے عرصے بعد اس دنیا فانی سے رحلت کر گیا، تقریباً اس واقعہ کے ایک ماہ بعد فوت ہوا)

تیسرے دن دو میل مین کار پر آئے بیٹے کو سترہ ہزار روپے کے بکسوں اور تسمے جو گرو والے دے گئے۔ رقم لے گئے، بیٹے نے خرید کرنے والے آدمی کو فون کیا اس نے جواب دیا کہ میں کل آؤں گا شام کو جا کر مجھے بیٹے نے بتایا میں نے اسی وقت بیٹے کو کہہ دیا کہ بیٹا وہ نہیں آئے گا۔ وہ آپ کے ساتھ دھوکہ کر گئے ہیں۔ خرید کرنے والا شخص نہ آیا بازار میں پتہ نہ کرایا تو مذکورہ سامان تقریباً اڑھائی ہزار کا تھا۔ اللہ تعالیٰ ایسے لوگوں کو حلال کی روزی کھانے کی توفیق اور ہدایت دے۔ **قارئین!** یہ واقعہ میں نے اس لیے لکھا ہے کہ آپ ان دھوکے بازوں سے بچ سکیں اور یہ فراڈیے میری طرح کسی اور کا نقصان نہ کریں۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کی جان و مال اور ایمان کو سلامت رکھے۔ آمین۔

## پیارے نبی کی پیاری سنتوں سے غفلت کا نتیجہ

(حافظ عبدالرحمن ڈی آئی خان)

راقم ایک جگہ سکول میں مدرس تھا، انہی دنوں کا ایک آنکھوں دیکھا واقعہ ہے۔ بندہ عشاء کو کھانا کھانے کے بعد کچھ چہل قدمی کرتا رہتا تھا بلکہ ایک طویل عرصہ سے یہ معمول تھا۔ پھر اس کے بعد سوئے سے کچھ پہلے پانی پی لیتا تھا کوشش یہ ہوتی

## کروڑوں میں کھیلنے والا اچانک مزدور بن گیا

وقت کا پہیہ چلتا رہا کہ اللہ تعالیٰ نے اس آدمی کے الفاظ سن کر اپنی ناراضگی ظاہر کی اللہ رب العزت نے ایسے حالات پیدا کر دیئے کہ یہ آدمی جن پکڑوں میں کھڑا تھا سعودی حکام نے اسے اور اس کی بیوی بچوں کو جہاز میں کرڈی پورٹ کر دیا یہ کسی قسم کا سامان وہاں سے نہ لے جاسکا اور کراچی آ گیا

(حق نواز رحیم یار خان)

اور ان کا بھائی خط سن کر بھی جاتا تھا اور جواب بھی لکھوا جاتا تھا۔ ایک دفعہ ان کا بھائی خط لیکر آیا اور میرے چچا نے انہیں پڑھ کر سنایا تو میں بھی ساتھ ہی بیٹھا ہوا تھا۔ اس خط میں دیگر حالات کے علاوہ یہ بات بھی لکھی ہوئی تھی کہ میں آج کے بعد یہ بات نہ سنوں کہ میرا بھائی انہیں بنا رہا ہے یہ میری شان کے خلاف ہے اور یہ کام تم آج ہی چھوڑ دو۔

وقت کا پہیہ چلتا رہا کہ اللہ تعالیٰ نے اس آدمی کے الفاظ سن کر اپنی ناراضگی ظاہر کی اللہ رب العزت نے ایسے حالات پیدا کر دیئے کہ یہ آدمی جن پکڑوں میں کھڑا تھا سعودی حکام نے اسے اور اس کی بیوی بچوں کو جہاز میں کرڈی پورٹ کر دیا یہ کسی قسم کا سامان وہاں سے نہ لے جاسکا اور کراچی آ گیا۔ وہاں سے کسی طرح وہ آدمی اپنے گھر آ گیا اب وہ آدمی جو اسے ایئر پورٹ پر نے اور لے آنے کیلئے کراچی جاتے تھے منہ موڑ گئے جن کے پاس اس آدمی کے لاکھوں روپے جمع ہوتے تھے وہ پہچاننے سے انکاری تھے۔ اب یہ آدمی مرتا کیا نہ کرتا۔۔۔ خود انہیں بنانی شروع کر دیں اور کئی سال تک انہیں بنانا رہا۔۔۔ اب اس آدمی کی اولاد جوان ہو گئی ہے، محنت مزدوری کر کے اپنا پیٹ پال رہے ہیں۔ سچ ہے کہ آدمی اپنے چھوٹے منہ سے کوئی بڑی بات نہ نکالے کہ اللہ تعالیٰ کی ناراضگی آجائے اور وہ آدمی پکڑا جائے۔ یہ بھی سچ ہے کہ غرور کا سر نیچا۔

### ترسانے والا خود ترس گیا

(محمد آصف محمود کنڈیاری)

ہمارے علاقے میں ایک صاحب ہیں (ش) ان کا نام ہے۔ ایک وقت تھا پیسوں کی خوب ریل پیل خوشحالی، آسودگی تھی۔ ایک بڑا میڈیکل سنٹر تھا، اس وقت ہمارے میں شہر میں چند ہی میڈیکل سنٹر تھے۔ بندہ چھوٹا تھا تو خود بھی کئی بار دوائیں لینے ان کے سنٹر پر جاتا تھا تو وہ گاؤں سے بات ذرا کم ہی کرتے تھے۔ دو البینی تھے تو لوہور نہ جاؤ۔ مزاج میں خشکی لیکن کاروبار ان کا بہت اچھا چل رہا تھا۔

پھر اچانک کیا ہوا۔۔۔ کاروبار ختم ہونا شروع ہو گیا اور آخر ختم ہوتے ہوتے ختم ہی ہو گیا۔ سنو تو اب بھی ہے لیکن ادویات نہ ہونے کے برابر ہیں بس سارا دن بیٹھ بیٹھ کر گھر چلے جاتے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں آپ کے رسالہ کا مستقل قاری ہوں، ایک واقعہ لکھ رہا ہوں۔ یہ سچا اور میرے سامنے کا واقعہ ہے یہ 80-1970ء کی درمیانی دہائی کا واقعہ ہے۔ ہمارے قریب ایک آدمی رہتا تھا اس کی تھوڑی سی زمین تھی اور ساتھ ہی وہ انہیں بنانے کا کام بھی کرتا تھا، اس وقت وہ سعودی عرب چلا گیا اور وہاں پر ایک سعودی سیٹھ کے ساتھ ایلومینیم فیکٹری چلاتا تھا، اس کی وہاں ٹھاٹھ باٹھ بن گئی، نت نئی کار تبدیل کرتا، جب پاکستان رہنے آجائی گھر آتا تھا تو علاقہ کے زمیندار اس سے ملنے کیلئے جاتے اور اس کی دعوتیں کرتے تھے کئی زمیندار حضرات تو اس کے بیوی بچوں کو اپنی گاڑی میں کرکراچی ایئر پورٹ پر چھوڑنے اور لیجانے کیلئے جاتے تھے۔ میرے ایک قریبی عزیز نے بتایا کہ 1977ء میں جب اس کے گھر سعودی عرب گیا تو اس کے گھر میں فریزر رکھا ہوا تھا اور وہاں پر ڈسپوزیبل بوتلوں کے کریٹ رکھے ہوئے تھے اور پوچھنے پر اس نے بتایا کہ اگر مہمان زیادہ آجائیں تو بار بار بازار نہ جانا پڑے۔۔۔ حالانکہ اس دور میں پاکستان میں صرف کسی مریض کو بوتل پلائی جاتی تھی عام بوتل پینے کا رواج نہ تھا۔ ایک دفعہ میں اپنے چچا زاد بھائی کے ساتھ اس کے گھر گیا تو واپسی پر اس نے میرے اس چچا زاد کو تین عدد گھڑیاں لا کر دیں اور بتایا کہ ان میں سے جو آپ کو پسند ہو وہ لے لیں، میرے اس چچا زاد نے ویسٹ اینڈ واچ گھڑی رکھ لی۔ دوسرے دن وہ آدمی میرے چچا کے پاس آیا تو میرے چچا نے اسے بتایا کہ آپ نے میرے بیٹے کو گھڑی دی ہے اچھا کیا ہے لیکن آپ اس کی قیمت بتلا دیں میں آپ کو اس کی قیمت ادا کر دوں گا۔ ہو سکتا ہے کہ آپ پر دوسری طرح کا وقت آجائے اور ہم آپ کی خدمت نہ کر سکیں تو اس وقت کا لیا دیا اچھا ہے۔ اس بات کا یہ مطلب تھا کہ ہو سکتا ہے کہ آپ دوبارہ غریب ہو جائیں اور ہم آپ کی امداد نہ کر سکیں۔ یہ بات میں اب لکھ رہا ہوں کہ میرے چچا علاقہ میں سب سے زیادہ پڑھے لکھے تھے اور اس آدمی کے خط میرے چچا کے پاس ہی آتے تھے

ہیں۔ گھر میں فاقوں کی کیفیت ہے جس کے گھر میں کبھی ہفتہ میں پانچ پانچ دن بکرے کا گوشت پکتا تھا۔ آج وہ چٹنی سے روٹی کھا رہے ہیں، مجھے ان کے یہ حالات دیکھ کر بڑا افسوس ہوتا ہے کہ کبھی تو بڑے ٹھاٹھ تھے اور آج یہ کسپری۔۔۔ تجسس بھی کہ یہ حالات آخر ان کے کیوں ہوئے۔۔۔؟ ایک دن (ش) صاحب خود بتانے لگے کہ جب میرے اچھے دن تھے تو اس وقت میری بہنیں مجھ سے کسی چیز، ضرورت کا کہتیں کہ بھائی ہمیں یہ چیز لا دو تو میں ان کو ہر ضرورت کی چیز کیلئے ترساتا تھا اور انہیں ترساتا ترساکر لا کر دیتا تھا حالانکہ میں وہ چیز اسی وقت دے سکتا تھا جب انہوں نے کہا تھا۔ لیکن انہیں ترسانے میں مجھے بہت مزہ آتا تھا۔ کیونکہ میں گھر کا سربراہ تھا اور ہر چیز میرے ہاتھ میں تھی۔ بہنیں بے چاری میرے سامنے چپ کر جاتیں اور جیسے تیسے گزارہ کر لیتی تھیں۔ میرا دل کہتا ہے کہ مجھے اُن کی آہ لگ گئی ہے۔ آج میرے بچے ہر ضرورت کی چیز کو ترستے ہیں اور ان کو کھانا تک ٹھیک سے میسر نہیں ہے۔ غربت اور تنگدستی نے مجھے گھر رکھا ہے۔

### میری تالیفات اور ان کی وضاحت

اب تک آنے والی میری جتنی بھی تالیفات ہیں ان کے حوالہ جات حقیقت سبب تالیف یہ سب قارئین تک پہنچانے کی ایک کوشش ہے میں ہر کتاب کا حوالہ دوں گا کہ کتاب کن حوالہ جات سے مل کر ایک کتاب بنی ہے۔

کتاب نمبر 9: روحانی پاکیزگی: یہ کتاب نومبر 2009ء میں ادارہ علم و عرفان پبلشرز نے چھاپی۔ یہ کتاب دراصل مختلف اکابر کے خطبات کا مجموعہ ہے ہر کے آخر میں ان کا حوالہ اور جلد نمبر بہت اہتمام سے دیا گیا ہے۔ خطبات فقیر، اصلاحی خطبات، اصلاحی تقریریں ان کتابوں کے خطبات جو کہ مخلوق خدا کو نفع دے سکتے ہیں اور اللہ کے فضل سے نفع ہوا ہے۔ آخر میں استفادہ کے عنوان سے باقاعدہ کتابوں کے حوالے اور کہاں چھپی، بہت وضاحت سے پیش کیے گئے ہیں۔ مندرجہ ذیل کتب استفادے میں درج ہیں۔ جنت کا آسان راستہ، بحوالہ اصلاحی تقریریں۔ 2۔ ترک گناہ، خطبات الرشید۔ 3۔ گناہوں کے نقصانات، جلد نمبر 9 اور جلد نمبر 11۔ 4۔ حلال رزق کی طلب، اصلاحی خطبات۔ 5۔ حرام کھانے کی نحوست، اصلاحی بیانات و رسائل۔ 6۔ شیطان کے ہتھکنڈے جلد نمبر 9، شرم و حیا، گناہوں کی نحوست جلد نمبر 10 تمام حوالہ جات خطبات فقیر، الحمد للہ! کتاب کے آخر میں تمام حوالہ جات



# علم اعداد اور ٹیلی پیٹھی کا انوکھا کرشمہ

آج میں بھی اپنا ایک آزمایا ہوا روحانی ٹوکہ بھیج رہا ہوں۔ مجھے میرے ایک دوست نے بتایا کہ میری اہلیہ کو گردے کی تکلیف تھی اسے جب بھی درد ہوتا میں اول و آخر ایک بار درود شریف کے ساتھ سات مرتبہ سورہ الم نشرح پڑھ کے اسے دم کر دیتا تو اسے فوراً آرام آ جاتا

## گردے کے درد کیلئے لا جواب دم (ح ہ)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں آپ کا رسالہ پچھلے پانچ سال سے پڑھ رہا ہوں اس جیسا میگزین میں نے آج تک نہیں پڑھا۔ میں نے اس میں سے بہت سے نسخے اور وظائف آزمائے۔ آج میں بھی اپنا ایک آزمایا ہوا روحانی ٹوکہ بھیج رہا ہوں۔ مجھے میرے ایک دوست نے بتایا کہ میری اہلیہ کو گردے کی تکلیف تھی اسے جب بھی درد ہوتا میں اول و آخر ایک بار درود شریف کے ساتھ سات مرتبہ سورہ الم نشرح پڑھ کے اسے دم کر دیتا تو اسے فوراً آرام آ جاتا۔ اس کے علاوہ میری والدہ کو جسم میں مختلف جگہوں پر درد رہتا تھا ان کی درد والی جگہ پر ہاتھ رکھ کر ”لَبَّيْكَ يَا رَبِّهِ“ پڑھنے سے درد ختم ہو جاتا۔

## جسمانی امراض کا روحانی علاج (ایم اے قریشی ملتان)

معزز قارئین عبقری! یہ علم اعداد اور ٹیلی پیٹھی کا کرشمہ ہے اور بہت کم لوگوں نے اس علم کے بارے میں قلم اٹھایا ہے میں یہ تو نہیں کہتا کہ اس علم سے متعلق لوگ نہیں جانتے البتہ یہ بات حیران کن ضرور ہے کہ اب تک اس موضوع و علم پر قلم کیوں نہیں اٹھایا گیا۔ خیر اپنی محدود معلومات اور طویل تجربہ کے تحت اس موضوع پر قلم اٹھانے کی حقیر سی کوشش کر رہا ہوں۔ طریقہ علاج بہت سادہ اور آسان ہے درج ذیل میں بیماریوں کے نام اور ان کے علاج کیلئے اعداد لکھ رہا ہوں۔ آپ کسی بھی پین (بال پوائنٹ) کے مریض کے دائیں بازو کی کلائی پر مرض سے متعلقہ اعداد بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ پڑھ کر لکھ دیں۔ انشاء اللہ ٹھیک آدھ گھنٹہ بعد آپ حیران کن نتائج سے ہمکنار ہوں گے اور مریض ٹھیک ہو جائے گا۔

بعد از شفاء میرے اور محترم حکیم صاحب اور ان کی پوری ٹیم کیلئے دعائے خیر فرمائیں جن کی انتھک محنت و کوشش سے آپ کو معلومات اور روحانی فیض و برکات حاصل ہوتی ہیں۔ جدول درج ذیل ہے۔

نام امراض	علاج امراض متعلقہ اعداد
گلے میں سوزش کا درد ختم	۱۱
مچھر کے کاٹنے کا علاج	۱۲
آگ یا گرم پانی سے جلنا	۱۳
ہوائی جہاز یا بس میں الٹی	۱۴
لو بلڈ پریشر کیلئے	۱۵
ہائی بلڈ پریشر کیلئے	۱۶
یرقان (جیلیبا) ختم کرنے کیلئے	۱۷
سخت سردی سے بچاؤ	۱۸
فالج کا علاج	۱۹
شوگر کنٹرول کرنے کیلئے	۲۰
صدمہ یا خوف سے تکلیف ہونا	۲۱
گھٹنوں، جوڑوں کی سوجن ختم	۲۲
بواسیر ختم کرنے کیلئے	۲۳
زہریلی گیس اور سوجن ختم	۲۴
چہرے کی پھنسیاں ختم	۲۵

## گھٹنے کے درد کا روحانی فوری علاج (محمد یونس باجوڑ)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے ایک جاننے والے باباجی کے گھٹنے میں بہت درد رہتا تھا اور اسی وجہ سے وہ نماز میں نہ رکوع کر سکتے تھے نہ سجدہ اور نماز بیٹھ کر اشاروں سے پڑھتے تھے۔ میں نے زیتون کے تیل پر انہیں سورہ کافرون 1001 مرتبہ کا دم کر کے دیا اور کہارات کو سوتے وقت اس تیل کی ماش گھٹنے پر کر لیا کریں۔ اس کے بعد میں کہیں سفر پر چلا گیا آٹھ نو ماہ بعد جب ان سے ملاقات ہوئی تو بالکل ٹھیک تھے اور ان کے گھٹنے کا درد بالکل ختم ہو چکا تھا۔ اب تو نماز بالکل نارمل حالت میں پڑھتے ہیں۔

## منزل اور شیطانی چیزوں سے نجات (رشیدہ خانم لاہور)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! مجھے 9 ماہ ہوئے ہیں عبقری کا مطالعہ کرتے ہوئے مجھے اس 9 ماہ میں وہ کچھ حاصل ہوا ہے

جو پچھلے کئی سالوں میں حاصل نہ کر سکی۔ متاثر ہو کر آپ کے دوا خانہ آئی، معلومات حاصل کیں، درس میں شریک ہوئی، بہت روحانی فائدہ اور سکون حاصل ہوا۔

چار سال پہلے میرا بیٹا بیمار ہوا شیطانی چیزیں اسے مارتی تھیں بہت سے عاملوں کے پاس گئی لیکن فراڈ لگا، پھر تین سال پہلے ایک بزرگ ملے تو انہوں نے مجھے بیٹے کی طرف سے خوب ڈرایا اور بیعت کرنے کو کہا اور یہ کہا بیعت کرنے سے تمہارا بیٹا ٹھیک ہو جائے گا، اڑھائی سال علاج کے بعد اتنا فرق پڑا کہ پہلے پر پانچ منٹ بعد طبیعت خراب ہوتی تھی پھر سات دن کے وقفے سے خراب ہونا شروع ہو گئی۔ اس پر انہوں نے کہہ دیا کہ لڑکا ڈرامہ کرتا ہے یا اس کا دماغ خراب ہے اس کا نفسیاتی علاج کراؤ۔ نفسیاتی علاج بھی کرایا مگر فرق نہیں پڑا۔ اس پر انہوں نے کہا کہ میرے پاس جو کچھ تھا میں نے کیا اب میری سمجھ سے باہر ہے، میں بہت پریشان ہوئی، میں تقریباً دس سال ”منزل“ شوق اور باقاعدگی سے پڑھتی آرہی تھی اور اکثر بیٹے پر دم بھی کرتی تھی ایک دن میں نے اپنے بیٹے پر دم کیا تو بیچے نے بتایا کہ آپ کے دم کرنے کے تین منٹ بعد میرے جسم سے کوئی چیز پلٹ گئی ہے۔ پھر میں نے صبح وشام دم کرنا شروع کر دیا۔ بیچے نے کہا ہر دم پر پکڑ سخت ہو جاتی ہے میں سمجھ گئی کہ یہ اللہ نے کرم کر دیا ہے۔ بس یہ بات آٹھ ماہ پہلے کی تھی وہ دن اور آج کا دن میرا بیٹا بالکل ٹھیک ہے لیکن میں ”منزل“ کا دم مسلسل کر رہی ہوں۔ (کسی بھی اسلامک بک سٹال سے ”منزل“ کے نام سے کتابچہ مل جائے گا)

## کان، ڈاڑھ، دانت کا درد ختم

اگر کسی کے دانت یا ڈاڑھ میں درد ہو تو یہ دعا احادیث سے ثابت ہے، میں نے اس عمل کو بہت فائدہ مند پایا، اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ عَلٰی كُلِّ حَالٍ مَا كَانَ جَسَدُ جَبْرِیْلَ آتَے فوراً یہ دعا پڑھ لیں۔ انشاء اللہ ابھی بھی دانت کان ڈاڑھ میں درد نہیں ہوگا۔

ہر قسم کی خارش کا علاج: جسم پر ہر قسم کی خارش کیلئے نیم کے پتے لیکر خشک کر کے ان کو کوٹ لیں اور تھوڑا پانی چھڑک کر گولیاں بنالیں ایک گولی صبح وشام کھالیں۔ انشاء اللہ چند دنوں میں ہر قسم کی خارش ختم ہو جائے گی۔

پھوڑے پھنسی کا بہترین علاج: اگر کسی کو گرمیوں میں پھوڑا پھنسی اٹکے تو شروع دن میں دو تین دفعہ پھوڑے پھنسی پر نمک رگڑ لیں، آہستہ آہستہ انشاء اللہ پھوڑے پھنسیاں ختم ہو جائیں گی۔ (خالدہ طارق)

## پیپا ٹائٹس سی سے نجات کا عجیب و غریب ٹوٹکہ

اگر کسی کو چوٹ وغیرہ لگ جائے اور خون جم جائے تو سرسوں کے تیل میں کھانے والا نمک ڈال کر آگ پر سرخ کر لیں، نیم گرم نمک اس جگہ باندھ دیں، درد بھی ٹھیک اور خون فوراً ٹھیک ہو جائے گا، یعنی نشان تک مٹ جائے گا

گردے کی پتھری اور صرف 7 روپے کا نسخہ

(طاہر اقبال)

گندھک آملہ سارا ایک تولہ قلمی شورہ 6 ماشے، کالی مرچ 14 عدد، ترکیب: گندھک آملہ سار چولہے پر رکھ کر گرم ہونے پر ایک ایک کر کے کالی مرچیں اس میں ڈالتے جائیں۔ کالی مرچ بھن جانے کے بعد اتار کر اس میں قلمی شورہ ملا لیں اور اچھی طرح رگڑیں۔ اس کیلئے لوہے کا ہاون دستہ استعمال کریں۔ اس کی تین پڑیوں کے برابر خوراک بن جائے گی۔ ایک خوراک صبح، دوسری شام کو اور تیسری خوراک آگلی صبح استعمال کریں۔ انشاء اللہ تین خوراکیں استعمال کے استعمال سے ہی پتھری پانی کی طرح تحلیل ہو جائے گی۔ نہیں تو دوبارہ تین خوراکیں مزید استعمال کریں۔ یہ نسخہ صرف سات روپے میں تیار ہو جاتا ہے۔

درد گردہ کیلئے جگنو کا نسخہ: 2 عدد جگنو لیکر ”مفتی“ کے دو دانوں میں رکھ کر مرلیض کو کھلانے سے گردے کا درد فوراً ختم ہو جاتا ہے۔ یہ میرا بار بار کا آزمایا ہوا نسخہ ہے۔ یہ نسخہ میں نے ماہنامہ عبقری سے لے کر آزمایا تھا اور جس کسی کو بھی بتایا اور اس نے کیا تو اس کے سو فیصد رزلٹ ملے۔

خونی بوا سیر کیلئے

(ہارون الرشید)

مجھے پچھلے سال خونی بوا سیر کا مسئلہ ہو گیا۔ اس کیلئے میں جو بھی دوائی استعمال کرتا لیکن افادہ نہیں ہو رہا تھا۔ کسی نے مجھے بتایا کہ گھیا توری پکا کر مسلسل تین سے چار دن کھائیں۔ اس میں نمک کے علاوہ کچھ نہیں ڈالنا۔ میں نے یہ عمل کیا تو پہلے ہی دن سے نمایاں فرق محسوس ہوا اور تین سے چار دن کے بعد سے آج تک الحمد للہ دوبارہ کبھی بوا سیر کا مسئلہ نہیں ہوا۔

پیپا ٹائٹس سی کیلئے آزمودہ ٹوٹکہ

(ناصر جاوید)

اگر ڈاکٹر پیپا ٹائٹس سی کے مریض کو علاج قرار دے دیں تو اس کیلئے ایک آسان نسخہ ہے، تھوڑا سا گڑ لے کر دو کھیاں (عام) تھیلی پر رکھ کر رگڑیں، اتار کر گڑ تے رگڑتے گڑ گھلنا شروع ہو جائے گا اور کھیاں اس میں کس ہو جائیں گی۔ اچھی طرح کس کر کے تین گولیاں بنالیں اور ایک ہی

کے پاس الفاظ تک نہیں جن سے آپ کی تعریف لکھ سکوں! اللہ آپ کو لمبی عمر اور صحت عطا فرمائے۔ آمین! ایک نسخہ زکام کیلئے لکھ رہی ہوں جو کہ کئی بار کا آزمودہ اور مجرب ہے۔ گلا بیٹھا ہو کھانسی ہو سردی کا یا گرمی کا زکام ہو فوراً آرام آ جاتا ہے لیکن پہلے اور دوسرے دن نہیں لینا، تیسرے دن سے شروع کرنا ہے۔ (یعنی جس دن زکام لگے وہ دن اور اس سے اگلا دن نسخہ استعمال نہیں کرنا)۔ **ہوالاشافی: آدھی چمچ خشک دھلی، خشک اور صاف، تھوڑا سا دیسی گھی اس میں ڈالیں، اس کو سوئی گیس پر نہیں بلکہ انگاروں کی آگ پر رکھیں، سرخ ہونے دیں، جب خوشبو آئے تو آدھی پیالی دودھ میں ڈال کر پی لیں لیکن ضروری ہے کہ یہ نسخہ سوتے وقت استعمال کریں اوپر سے پانی بالکل نہیں پینا۔ انشاء اللہ فوراً آرام آ جائے گا۔ اس نسخہ کو معمولی مت سمجھیں۔**

**چوٹ لگے اور خون جم جائے تو۔۔۔؟** اگر کسی کو چوٹ وغیرہ لگ جائے اور خون جم جائے تو سرسوں کے تیل میں کھانے والا نمک ڈال کر آگ پر سرخ کر لیں، نیم گرم نمک اس جگہ باندھ دیں، درد بھی ٹھیک اور خون فوراً ٹھیک ہو جائے گا، یعنی نشان تک مٹ جائے گا۔

## چنگے سنگ ترے۔۔۔!

ایک بزرگ کہیں جا رہے تھے کہ اچانک جذبے میں آ کر زور زور سے اللہ اللہ کی صدا میں لگنے لگے۔۔۔ جب ان کی طبیعت کچھ سنبھلی کسی نے پوچھا کہ حضرت کیا ہوا؟ فرمایا: دیکھو یہ پھل بیچنے والا کیا کہہ رہا ہے؟ اس نے کہا حضرت یہ سنگترے بیچنے والا ہے اور بیچنے کی صدا لگا رہا ہے۔ وہ کہہ رہا ہے لے سنگترے۔۔۔ چنگے سنگترے۔۔۔ فرمایا: نہیں نہیں سن وہ کیا کہہ رہا ہے۔۔۔ راہ گیر نے پھر کہا حضرت وہ سنگترے بیچ رہا ہے۔ فرمایا: نہیں! وہ بڑی گہری بات کہہ رہا ہے۔ راہ گیر نے پوچھا حضرت کونسی گہری بات کہہ رہا ہے؟ فرمایا: وہ یوں کہہ رہا ہے۔ چنگے سنگ ترے۔۔۔ چنگے سنگ ترے۔۔۔ جو چنگوں کے سنگ لگ گئے وہ تر گئے۔ جو نیکیوں کے ساتھ لگ گئے وہ پار ہو گئے، ان کی کشتی کنارے لگ گئی۔ چنگ سنگ ترے۔۔۔ اب غور کریں! عام آدمی کو تو یہی پتہ ہے کہ پھل بیچ رہا ہے جبکہ ایک اللہ والے کی سوچ اس لفظ کو سن کر کدھر گئی؟ آخرت کی طرف گئی۔ یہ ہوتی ہے عقل کہ جو دنیا معادی چیزوں میں بھی بندے کو اللہ کی یاد دلاتی ہے۔ یہ صرف اللہ والوں کو ہی ہوتی ہے۔ (انتخاب: ہمشیرہ احمد شاہ، فیصل آباد)

پیپا ٹائٹس سی چھوٹے سے ٹوٹکے سے ٹھیک

(محمد جمیل، سیالکوٹ)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں عرصہ پانچ سال سے پیپا ٹائٹس سی کا مریض ہوں اور آپ کا نسخہ ہلدی، سونف اور ملٹھی ہموزن پیس کر ایک چائے کا چمچ صبح، دوپہر شام پانی کے ساتھ استعمال کر رہا ہوں ابھی میں نے چند دن ہی استعمال کیا تو الحمد للہ مجھے کافی افادہ ہے۔

احتلام و جریان کا کامیاب نسخہ

(عبداللہ کراچی)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں نے آپ کی کتاب ”مجھے شفاء کیسے ملی؟“ جو میں نے دفتر ماہنامہ عبقری لاہور سے بذریعہ پارسل منگوائی کے صفحہ نمبر 221 پر جو احتلام جریان کا نسخہ لکھا ہے وہ میں نے استعمال کیا، ایک ہی ہفتے میں بندے کو آرام آ گیا۔ حالانکہ اس بیماری کی وجہ سے میں پچھلے تین سال سے پریشان تھا اور ادویات کھا کھا کر تنگ آ چکا تھا۔ اللہ تعالیٰ آپ کو جزائے خیر دے اور آپ کا سایہ ہمارے سروں پر ہمیشہ قائم رکھے۔ نسخہ یہ ہے: **ہوالاشافی: تالکھانہ دو تولہ، کوچ سفید دو تولہ، ستار دو تولہ۔** تینوں ادویات کو کوٹ پیس کر گولیاں بنالیں یا درمیانے سائز کے کپسول میں بھر لیں۔ صبح و شام ایک ایک کپسول استعمال کریں۔

نسخہ زکام گرمی و سردی

(والدہ محمد نوید)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! اس نازک دور میں جو خدمت خلق آپ فرما رہے ہیں اس کیلئے ہم جیسے حقیر اور ناچیز لوگوں



## روحانی کیفیت

پوشیدہ

میں چاہتا ہوں میں سوتے ہوئے تڑپ کر اٹھوں کہ اللہ مجھے یاد کر رہا ہے اور میں سو رہا ہوں۔ اللہ کی محبت کی وجہ سے میں سونہ سکوں۔

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں نے آپ نے عشق حقیقی کی بات کی تھی آپ نے تیسرا کلمہ پڑھنے کا کہا تھا جو اللہ کا شکر ہے جاری ہے۔ 80 ہزار مرتبہ پڑھ چکا ہوں۔ اللہ کی پیاس بڑھتی جا رہی ہے، میں چاہتا ہوں اللہ کی پیاس اللہ کی محبت مجھے بے حال کر دے۔ محترم حکیم صاحب! میں چاہتا ہوں میں سوتے ہوئے تڑپ کر اٹھوں کہ اللہ مجھے یاد کر رہا ہے اور میں سو رہا ہوں۔ اللہ کی محبت کی وجہ سے میں سونہ سکوں۔

محترم حکیم صاحب! میرے لیے دعا کریں کہ میرے دل میں اللہ کی محبت کا درد پیدا ہو جائے۔ میں جب سے آپ کے ساتھ چلا ہوں کافی دفعہ حال اور حالات آئے جو اندر اور باہر دونوں سے تھے۔ اللہ نے مجھے سنبھال کر رکھا، اللہ کا شکر ہے۔ میں آپ کا شکریہ کس منہ سے ادا کروں۔ آپ کا مجھ پر بہت بہت احسان ہے۔ میرا اللہ آپ کو اس کا بدلہ دے گا۔ حضرت جی میرا اللہ مجھ سے بہت بہت پیار کرتا ہے۔ آپ مجھے اپنی اور قربت عطا کر دیں کہ میں بھی اللہ سے پیار کر سکوں اللہ سے اتنا پیاروں کروں کہ میں میں نہ رہ سکوں۔ حضرت صاحب! میں درس، حلقہ کشف، انجوب کے علاوہ بھی آپ کی قربت چاہتا ہوں۔ آپ خود ہی تو کہتے ہیں کہ میسر کو موثر بناؤ۔ میں اپنا روحانی رزق بڑھانا چاہتا ہوں۔

محترم حکیم صاحب! اگر کوئی ایسا فعل جس کی وجہ سے میں اپنے اللہ سے دور ہو رہا ہوں تو دعا کریں کہ اللہ مجھ سے وہ فعل نہ کروائے۔ میرا نام شائع مت کریں۔

## حکمت کی باتیں

1۔ اللہ کی آیتوں پر غور کرنے سے فکر پیدا ہوتی ہے۔ 2۔ اللہ کی نعمتوں پر غور کرنے سے شکر پیدا ہوتا ہے۔ 3۔ اللہ کی وعیدوں پر غور کرنے سے ہیبت پیدا ہوتی ہے۔ 4۔ اللہ کے وعدوں پر غور کرنے سے دین پر عمل کیلئے رغبت پیدا ہوتی ہے۔ 5۔ اللہ کی نافرمانی ہو جانے کے بعد اللہ کے احسانات سوچنے سے حیا پیدا ہوتی ہے۔ (آفرین شاہد زید غازی خان)

## حمل کے دوران خون آنا

اصلی سرمہ پسا ہوا ایک چنگی بالائی کے درمیان میں رکھ کر مریضہ کو کہیں کہ وہ نگل لے، انشاء اللہ تھوڑی دیر بعد خون بند ہو جائیگا۔ (محمد صادق سکھر)

## معدے کی سوزش، آنتوں کا ورم اور السر کا علاج صرف نماز

محمد افضل رفیق، خوشاب

عصر کی نماز شعور کو اس حد تک مغلل ہونے سے روک دیتی ہے جس سے دماغ پر خراب اثرات مرتب ہوں۔ وضو اور عصر کی نماز سے بندے کے شعور میں اتنی طاقت آ جاتی ہے کہ نظام کو آسانی سے قبول کر لیتا ہے۔

مغرب کا وقت اور سائنسی تحقیق: آدمی بالفعل اس بات کا شکر ادا کرتا ہے کہ اللہ تعالیٰ نے رزق عطا فرمایا ہے اور کاروبار سے اس کی اور اس کے بچوں کی ضروریات پوری ہوتی ہیں۔ شکر کے جذبات سے وہ مسرور اور خوش و خرم اور پر کیف ہو جاتا ہے۔ اس کے اندر خالق کائنات کی وہ صفات متحرک ہو جاتی ہیں جن کے ذریعے کائنات کی تخلیق ہوتی ہے۔ جب وہ اپنے گھر والوں کے ساتھ پرسکون ذہن کے ساتھ محو گفتگو ہوتا ہے تو اس کے اندر کی روشنیاں (لہریں) بچوں میں براہ راست منتقل ہو جاتی ہیں اور ان روشنوں سے اولاد کے دل میں ماں باپ کا احترام اور وقار قائم ہو جاتا ہے۔ مغرب کی نماز صحیح طور پر پابندی سے ادا کرنے والے بندے کی اولاد سعادت مند ہوتی ہے، ماں باپ کی خدمت کرتی ہے۔

عشاء کی نماز اور سائنسی تحقیق: آدمی کا ورم اور سرخ ہونے کی وجہ سے مہلک امراض پیدا ہوتے ہیں۔ عشاء کی نماز سے جسمانی امراض سے انسان بچتا ہے اور سارے دن کی بے سکونی اور پریشانی نماز کے بعد زائل ہو جاتی ہے۔ آج کی سائنس اس بات کو قبول کر رہی ہے جس کا حکم اللہ اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے دیا ہے۔

پانچ وقت نماز کی وجہ: تقریباً ہر مذہب کے پیروکار مانتے ہیں کہ انسان جسم اور روح کا مرکب ہے جسم کی غذا زمین سے نکلنے والی خوراک ہے اور روح کی غذا نماز ہے۔ دین اسلام میں جسم اور روح کی غذا کا ساتھ ساتھ انتظام کیا گیا ہے۔ صبح کے وقت ناشتہ کر کے جسم کو غذا دیتے ہیں اور فجر کی نماز پڑھ کر روح کو قوت بخشتے ہیں۔ دوپہر کا کھانا کھا کر جسم کو قوت ملتی ہے اور ظہر کی نماز پڑھ کر روح کی غذا کا سامان بن جاتا ہے۔ عصر کی نماز ڈھلتے دن کے بعد مزید روح کیلئے تقویت کا باعث بنتی ہے۔ چونکہ شام کے وقت کئی کھانا زیادہ کھا لیتے ہیں اس لیے عشاء کی نماز کی رکعتیں زیادہ ہوتی ہیں۔

مزید تفصیل کیلئے ادارہ عبقری کی شہرہ آفاق کتاب ”سنت نبوی اور جدید سائنس“ ضرور پڑھیں۔

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں عبقری رسالہ تقریباً تین سال سے مسلسل پڑھ رہا ہوں۔ اس رسالے سے میں نے بہت سے روحانی اور طبی فوائد حاصل کیے ہیں۔ میں ایک دن نیٹ پر سرچ کر رہا تھا کہ مجھے نماز اور جدید سائنس کے حوالے سے بہت زبردست ریسرچ نظر آئی میں یہ ساری تحریریں وین عبقری قارئین کیلئے تحفہ کے طور پر لکھ رہا ہوں۔ ایک مشہور ڈاکٹر نے اپنے اعصاب کی کمزوری جوڑوں کے درد اور دیگر عضلاتی امراض کیلئے اپنا علاج نماز کے ذریعے کیا۔

فجر کا وقت اور سائنسی تحقیق: فجر کی نماز کا بنیادی مقصد انسان کو طہارت اور صفائی کی طرف مائل کرنا ہے۔ بیکٹیریا کی ایک قسم رات سوتے وقت پیدا ہو جاتی ہے اگر وہ غذا لعاب یا پانی کے ذریعے اندر چلی جائے تو معدے کی سوزش اور آنتوں کا ورم اور السر کے خطرات بڑھ جاتے ہیں۔

ظہر کا وقت اور سائنسی تحقیق: سورج کی نماز ختم ہو کر جو زوال سے شروع ہوتی ہے زمین کے اندر سے گیس خارج ہوتی ہے۔ یہ گیس اس قدر زہریلی ہوتی ہے کہ اگر آدمی کے اوپر اثر انداز ہو جائے تو قسم قسم کی بیماریوں میں مبتلا کر دیتی ہے۔ دماغی نظام اس قدر درہم برہم ہو جاتا ہے کہ آدمی پاگل پن کا گمان کرنے لگتا ہے جب کوئی بندہ ذہنی طور پر عبادت میں مشغول ہو جاتا ہے تو اس نماز کی نورانی لہریں اس خطرناک گیس سے محفوظ رکھتی ہیں۔

عصر کا وقت اور سائنسی تحقیق: زمین دو طرح سے چل رہی ہے ایک گردش خوری اور دوسری طولانی زوال کے وقت زمین کی گردش میں کمی ہو جاتی ہے اور رفتہ رفتہ کم ہوتی چلی جاتی ہے۔ ہر ذی شعور انسان اس بات کو محسوس کرتا ہے کہ عصر کے وقت اس کے اوپر ایسی کیفیت طاری ہوتی ہے جس کو ٹکان بے چینی اور اضطراب کا نتیجہ قرار دیتا ہے۔ عصر کی نماز شعور کو اس حد تک مضلل ہونے سے روک دیتی ہے جس سے دماغ پر خراب اثرات مرتب ہوں۔ وضو اور عصر کی نماز سے بندے کے شعور میں اتنی طاقت آ جاتی ہے کہ نظام کو آسانی سے قبول کر لیتا ہے۔ اس کے علاوہ عصر کی نماز کی پابندی کرنے والی عورتوں کے کھانا میں لذت قدرتی ہوتی ہے۔

داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

## پھر انسانیت سے مایوسی کیوں۔۔۔؟

حضرت مولانا دامت برکاتہم العالیہ عالم اسلام کے عظیم داعی ہیں جن کے ہاتھ پر تقریباً 55 لاکھ سے زائد افراد اسلام قبول کر چکے ہیں۔ ان کی نامور شہرہ آفاق کتاب ”سیم ہدایت کے جھوکے“ پڑھنے کے قابل ہے۔

دیکھا اللہ نے کیسی مثال دی ایک پاکیزہ کلمہ پاکیزہ درخت کی طرح ہے جس کی جڑیں مضبوط ہیں اور شاخیں آسمان میں ہیں وہ اللہ کے حکم سے ہر آن اپنا پھل دیتا ہے اللہ تعالیٰ لوگوں کیلئے مثال بیان کرتا ہے تاکہ وہ نصیحت حاصل کریں۔

اور اس کے بعد زمین پر کھیتی کی ذمہ داری کے حق سے اس زمین کے کسان نبی کے امتی جب غافل ہوئے اور ہر ایک نے یہ سوچنا شروع کیا کہ یہ تو سب کی میراث ہے دوسروں کی ذمہ داری بھی تو ہے تو دلوں کی یہ زمین ایسی ویران اور بخر ہو گئی اور اس میں شرک و بت پرستی، ادیت، باطل نظریات، افکار اور مذاہب کے جھاڑ جھنکار پیدا ہو گئے اور اس کھیتی کی ذمہ داری پر فائز انسانوں کو یہ خیال ہونے لگا کہ اب دلوں کی اس بخر اور جنگل بنی زمین میں دعوت ایمان یعنی ایمان کی کھیتی کا کام کیسے ممکن ہے حالانکہ زمین پر طرح طرح کے جھاڑ جھنکار کا قبضہ ہونا اس بات کی علامت ہے کہ زمین حدود درجہ زرخیز ہے کسان آئے اور کھیتی کرے اللہ تعالیٰ نے اس دنیا کے انسانوں کے دل کی زمین کو اپنی معرفت کی کھیتی کیلئے حدود درجہ زرخیز بنایا اس کھیتی کی ذمہ دار ملت اسلامیہ کے افراد ہم اپنی ذمہ داری تو سمجھیں خصوصاً ہمارے ملک میں برادران وطن کا مذہب سے

حد درجہ بڑھا ہوا تعلق اور اس کے لیے قربانی اور جوش اس بات کی علامت ہے کہ اس ملک کا ماحول اسلام و ایمان کیلئے حدود درجہ سازگار ہے نہ جانے کیوں ہندوستان میں اپنے مذہب سے حدود درجہ بڑھتا ہوا تعلق اور اس کیلئے قربانی کے جذبہ سے ہم پر امید ہونے کے بجائے مایوس ہوتے ہیں یہ اس بات کی علامت ہے کہ خدا کو راضی کرنے کی طلب زیادہ ہے، بس ہمیں صرف رہنمائی کا کام کرنا ہے آپ کا مطلوب ادھر ہے ادھر

### شوگر بلڈ پریشر، کولیسٹرول سے نجات

کرلے لیکر پھیلنے کے بعد خشک کر لیں اور پھر اسے بیج سمیت گرائنڈ کر کے سفوف کی شکل میں محفوظ رکھیں۔ صبح و شام آدھی چمچی کھانے سے شوگر، بلڈ پریشر اور کولیسٹرول کے مرض میں بے انتہا مفید ہے۔ (محمد جمیل)

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

## مراقبہ سے علاج

مراقبہ کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبہ سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر با وضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلا تعداد یا 100 بار اول و آخر اور اول و آخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ ”آسمان سے سہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہو کر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کر رہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سو فیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں“ یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آ جائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپ کو مشکل ہوگی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دیگا۔ مراقبہ کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں دکھانا نہ بھولیں۔

### مراقبہ سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں عبقری کی گزشتہ دو سال سے قاری ہوں، عبقری ملنے سے پہلے میں تو مراقبہ کی الف ب سے بھی واقف نہ تھی۔ جب میں ہر ماہ مراقبہ سے فیض کا کالم پڑھتی تو مجھے بھی مراقبہ کرنے کا شوق پیدا ہوا پہلے دس بارہ مہینے تو میری توجہ بالکل بھی نہ تھی، مگر آہستہ آہستہ آپ کی دعاؤں سے میری توجہ مٹی شروع ہو گئی۔ ابھی چند دن پہلے جو میں نے مراقبہ کیا اس مراقبہ میں بہت مزہ آیا ایسا لگ رہا تھا جیسے میں نے اللہ تعالیٰ کی رحمت کے سمندر میں غوطہ لگا لیا ہے۔ تصور بڑی مشکل سے بن رہا تھا۔ مجھے ایسا لگ رہا تھا کہ جیسے نوری بارش مجھ پر برس رہی ہے پھر رابطہ منقطع ہوا اور میں نے اپنے آپ کو بہت ہلکا چمکا پایا۔ ایک مرتبہ میں بہت پریشان تھی بہت مسائل تھے میں نے مراقبہ کیا تو مراقبہ کے دوران میں عجیب و غریب چیز دیکھی جو بھاگ رہی تھی اور مجھے سکون محسوس ہو رہا تھا۔ اس مراقبہ کے بعد میری پریشانی ختم ہو گئی۔ (س۔م)

کھیت کے کنارے پہنچ کر مجھے حیرت ہوئی کہ قدیم باغ کو کٹوا کر جب اس کھیت میں پہلی فصل راقم سطور نے بوائی تھی تو زمین چونکہ بہت زرخیز تھی بغیر کیسادی کھاد کے دوسری زمینوں سے تین گنا گٹا اس میں پیدا ہوا تھا اب وہ کھیت بالکل بخر ہو گیا تھا اور اس میں جھاڑ جھنکار کھڑے ہوئے تھے بظاہر ایسا لگ رہا تھا کہ یہ کھیت اب کھیتی کے لائق نہیں اور اس میں کھیتی بہت مشکل ہے، اصل میں یہ ہمارا موروثی ایسا کھیت تھا کہ اس میں باپ دادوں اور ان کی اولاد کے بیسیوں نام تھے اور کھیت بالکل چھوٹا تھا بعد میں وہ سرکاری کاغذات میں بخر کر دیا گیا تھا اور اس کو ایک ہرجمن کو دے دیا گیا تھا جس شخص کو دیا گیا اس نے اس میں کھیتی کی مگر اس کے مرنے کے بعد اس کے چار لڑکوں نے اس کی طرف توجہ نہیں کی۔ مجھے خیال ہوا کہ یہ زرخیز ترین کھیت چند سال کھیتی نہ کرنے پر ایسا بخر دکھائی دینے لگا کہ اس میں کھیتی مشکل دکھائی دینے لگی جب کہ جتنا اور لگا کہ کنارے کتنے ٹیلوں اور ویرانوں پر پنجاب کے سرداروں نے ان پر محنت کر کے ان کو ہموار کر لیا اور کیسے لہلہاتے کھیتوں میں تبدیل کر لیا یہ سوچ ہی رہا تھا کہ راقم سطور کو اس کائنات کے مالک کی لہلہاتی انسانیت کا خیال آیا کہ پیدا کرنے والے خدا نے اس کائنات کو اپنی معرفت کیلئے پیدا کیا ہے انسانوں کے دلوں کو اپنی معرفت، محبت یعنی ایمان کا محور و مرکز بنایا ہے انسان کسی ملک کا یا قوم کا ہو اس کے دل کی زمین کو اپنی ذات پر ایمان، اپنی محبت و معرفت کیلئے زرخیز بنایا ہے اللہ کے نبی ﷺ اور ان کے صحابہ رضوان اللہ علیہم اجمعین جب تک اس زمین میں ایمان و یقین کے بیج بوئے رہے اور اس کھیتی کا حق ادا کرتے رہے تو نبی اکرم ﷺ کے بعد پچاس سال میں ساٹھ فیصد دنیا پر اسلامی قانون کی حکمرانی ہو گئی اور جس دل میں ایمان کا بیج ڈالا گیا وہاں سے ایمان کا پودا لہلہاتا نظر آیا: اللہ تر کیف ضرب اللہ مثلاً، کلمۃ طیبۃ کشجرۃ طیبۃ اصلہا ثابت و فرعہا فی السماء توتی اکلہا کل حین باذن ربہا، ویضرب اللہ الامثال للناس لعلہم یتذکرون۔ (ابراہیم: 24، 25) کیا تم نے نہیں





## نمک کے فوائد

(حاجی محمد وارث، راولپنڈی)

نبی کریم ﷺ نے نمک کو شفاء کا مظہر قرار دیا ہے۔ حضور نبی اکرم ﷺ کو بحالت نماز ایک دفعہ بچھو نے ڈس لیا، آپ ﷺ نے فارغ فرمایا، بچھو پر اللہ کی لعنت ہو، نہ نماز پڑھنے والے کو چھوڑتا ہے نہ کسی دوسرے کو۔ اس کے بعد پانی میں نمک گھول کر ڈسنے والی جگہ پر پھیرتے رہے اور سورہ کافرون، سورہ فلق اور ناس بھی پڑھتے رہے۔ (حصن)

لوگوں نے اس الجھی ہوئی بیماری کے علاج میں اسی قسم کے نسخے بیان کیے ہیں۔ ایک نسخہ کے مطابق نچکر آؤڈین کو کافی پتلا کر کے اس میں پٹیاں بھگو کر بار بار رکھیں۔ یہ عمل پوٹاشیم میگنیٹ کے 1:8000 لوشن سے کیا جائے۔ کیا نمک کا پانی اس سے بہتر نہیں؟ بانیو کیمک میں خوردنی نمک کو Kali Mure (کالی میور) کے نام سے جلد کی مختلف سوزشوں میں کھانے کیلئے دیا جاتا ہے۔ سرماسم سے شفاء: سرماسم کے بے ہوش مریض کے ناک میں چند قطرے نمک کا پانی چپکائیں! انشاء اللہ اسی وقت ہوش میں آجائے گا۔

## پندرہ شعبان کی رات کی فضیلت

حضور نبی اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ اللہ تعالیٰ شعبان کی پندرہویں شب سب مخلوق کی مغفرت فرمادیتا ہے مگر شرک و کینہ والے شخص کیلئے مغفرت نہیں (ابن ماجہ) ایک اور روایت میں ہے مگر دو شخص ایک کینہ رکھنے والا اور ایک ناحق قتل کرنے والا۔ ایک اور روایت میں ہے یا قطع رحم کرنے والا (سعید بن منصور) ایک اور روایت میں ہے کہ اللہ نظر (رحمت) نہیں کرتا ہے۔ اس رات میں (بھی) مشرک کی طرف اور نہ کینہ والے کی طرف نہ قطع رحم (یعنی ناطہ رشتہ والوں سے بلا وجہ شرعی تعلق ٹوڑنے والے) کی طرف اور نہ پاجامہ ٹخنے سے نیچے لٹکانے والے کی طرف اور نہ ماں باپ کی نافرمانی کرنے والے کی طرف اور نہ ہمیشہ شراب پینے والے کی طرف۔

ہے جن کے ذریعے سے بارش حاصل کی جاتی ہے پھر قرآن کریم کی یہ آیات کریمہ پڑھیں! استغفر سے مدد ادا تک۔ اپنے پروردگار سے گناہوں کی معافی طلب کرو، بے شک وہ بڑا بخشنے والا ہے۔ آسمان سے تم پر موسلا دھار مینہ برسائے گا۔ ایک اور واقعہ: محترمی کمری سیدی مرشدی تابعی شاگرد حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ، امام حسن بصری رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ کے پاس چار اشخاص آئے ہر ایک نے اپنی اپنی مشکل بیان کی۔ ایک نے قحط سالی کی، دوسرے نے تنگدستی کی، تیسرے نے اولاد نہ ہونے کی اور چوتھے نے اپنے باغ کی خشک سالی کی شکایت کی۔ انہوں نے چاروں اشخاص کو اللہ تعالیٰ سے گناہوں کی معافی طلب کرنے کی تلقین کی۔ امام قرطبی رحمۃ اللہ علیہ نے حضرت ابن صبیح رحمۃ اللہ علیہ سے روایت کی کہ ایک شخص نے حضرت حسن بصری رحمۃ اللہ علیہ کے رو برو قحط سالی کی شکایت کی تو انہوں نے اس سے فرمایا: اللہ تعالیٰ سے اپنے گناہوں کی معافی مانگو، دوسرے شخص نے غربت و افلاس کی شکایت کی تو اس سے فرمایا: ”اللہ سے اپنے گناہوں کی معافی طلب کرو“ تیسرے شخص حاضر خدمت ہو کر عرض کی: اللہ تعالیٰ سے دعا کیجئے کہ وہ مجھے بیٹا عطا فرمادیں۔ آپ نے اس کو جواب میں تلقین کی کہ ”اللہ تعالیٰ سے اپنے گناہوں کی معافی کی درخواست کرے“ پھر جس شخص نے ان کے سامنے اپنے باغ کی خشک سالی کا شکوہ کیا تو اس سے فرمایا: اللہ تعالیٰ سے اپنے گناہوں کی معافی التجا کرو“ (ابن صبیح کہتے ہیں) ہم نے ان سے کہا اور ایک دوسری روایت میں ہے کہ ربیع بن صبیح نے ان سے کہا آپ کے پاس چار اشخاص الگ الگ شکایات لیکر آئے اور آپ نے ان سے سب کو ایک ہی بات کا حکم دیا کہ اللہ تعالیٰ سے اپنے گناہوں کی معافی کا سوال کرو“۔ امام حسن بصری رحمۃ اللہ علیہ نے جواب دیا۔ ”میں نے انہیں اپنی طرف سے تو کوئی بات نہیں بتلائی۔ پھر سورہ نوح کی استغفار کی آیت مبارکہ تلاوت فرمائی۔ ترجمہ: اللہ کریم تو بہ کرنے والوں سے بہت محبت کرتے ہیں۔

## استغفار سے دنیا و آخرت دونوں سنواریں

(ڈاکٹر حاجی عباس علی واہ کینٹ)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! اللہ کریم آپ کو کامل صحت و سلامتی سے نوازتے رہیں۔ چند احادیث مبارکہ و دیگر واقعات عبقری قارئین کیلئے پیش خدمت ہیں۔ قبول فرمائیں! استغفار کی پابندی: حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہما روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا جو شخص پابندی سے استغفار کرتا رہتا ہے اللہ تعالیٰ اس کیلئے ہر سے نکلنے کا راستہ بنا دیتے ہیں۔ ہر غم سے اسے نجات عطا فرماتے ہیں اور اسے ایسی جگہ سے روزی عطا فرماتے ہیں جہاں سے اس کو گمان بھی نہیں ہوتا۔ (ابوداؤد)۔ حضرت نوح علیہ السلام کے متعلق اللہ کریم قرآن پاک میں فرماتے ہیں کہ انہوں نے اپنی قوم سے کہا: ”پس میں نے کہا اپنے پروردگار سے گناہوں کی معافی طلب کرو، بے شک وہ بڑا بخشنے والا ہے آسمان سے تم پر موسلا دھار مینہ برسائے گا اور تمہارے مالوں اور اولاد میں اضافہ فرمائے گا اور تمہارے لیے باغ اور بہترین بنائے گا۔ (سورہ نوح)۔

قارئین! اللہ تعالیٰ کتنے شفیق ہیں، حلیم و رحیم و غفور ہیں۔ بے حیائی، بے غیرتی، بے انصافی، شرک، بدعات، اقربا پروری اور ظلم چھوڑ دو اور اللہ کریم کے اس پیارے پیارے پیغام کو پکڑ لیں پھر دیکھیں کہ وہ رحیم و غفور دنیا سے اسلام کو کتنا سرخرو کرتے اور عزت دیتے ہیں۔ یہ اللہ کا وعدہ ہے جو کہ اپنے وعدے کے خلاف نہیں کرتا۔ حضرت مطرف امام شعبی رحمۃ اللہ علیہ سے روایت ہے کہ حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ (لوگوں کے عرض کرنے پر) بارش طلب کرنے کیلئے لوگوں کے ساتھ باہر نکلے! اللہ تعالیٰ سے گناہوں کی معافی طلب کرنے کے سوا انہوں نے کچھ بات نہ کی اور واپس پلٹ آئے۔ ان کی خدمت میں عرض کیا گیا۔ ہم نے آپ کو بارش طلب کرتے ہوئے نہیں سنا۔ فرمانے لگے: میں نے اللہ تعالیٰ سے آسمان کے ان ستاروں کے ساتھ بارش طلب کی

## میرے طبی تجربات

(حکیم محمد سلیم شہزاد لودھراں)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! عرض یہ ہے کہ میں اب مستقل ماہنامہ عبقری کا قاری ہوں اور ہر ماہ شدت سے ماہنامہ کا انتظار کرتا ہوں۔ واقعی بہت محنت اور لگن سے آپ کام کر رہے ہیں اس کا صلہ تو اللہ پاک کے پاس ہے اور میں تو سمجھتا ہوں ہر مشکل پریشانی چاہے روحانی ہو یا جسمانی اس کے بہترین حل کیلئے ماہنامہ عبقری ریڈھ کی ہڈی کی حیثیت رکھتا ہے اور اللہ پاک سے دعا کرتے ہیں کہ اللہ پاک حکیم صاحب کی عمر دراز فرمائے اور آپ اسی طرح دین و دنیا کی خدمت کرتے رہیں۔

میں اپنے چند ایک خاص الخاص نسخہ جات جو کہ ایک عرصہ سے معمول طب ہیں آج قارئین ماہنامہ عبقری کی نذر کرتا ہوں امید ہے کہ اللہ پاک کسی کو مایوس نہیں فرمائیں گے۔

## خارش، ناسور، مہلکند رکاشانی علاج

ہوالشانی: ایک کلو جڑ کوڑمہ، ایک کلو پوسٹ فنج جڑ مدار (آک)، گندم ایک کلو رات کو آٹھ کلو پانی میں جڑیں بھگو دیں، صبح اس کو خوب ابالیں جب پانی پانچ کلو رہ جائے تو چھان لیں اور گندم ڈال کر پکائیں، پانی جذب ہو جائے تو گندم کو دھوپ پر خشک کر کے پیس لیں۔ بعد میں فل سائز کپسول بھر لیں، ایک کپسول صبح وشام ہمراہ دودھ بعد از غذا لیں۔ دس تا بیس دن کا استعمال کافی ہے۔ نوٹ: اگر خشکی یا گھبراہٹ کرے تو دودھ پی لیں یا دیسی گھی کھالیں۔

## سلسل بول (بار بار پیشاب کا آنا)

رات کو سوتے وقت مساب نکل جانا یا شوگر کی وجہ سے بار بار مساب آنا۔ ہوالشانی: آم کی گٹھلی، جامن کی گٹھلی، تخم سرس، تخم کریلا، کلونچی، اجوائن، دیسی گوند کیکر ہر ایک 50 گرام، دارچینی 25 گرام، کوٹ پیس لیں۔ مقدار خوراک: صبح وشام دو تا پانچ ماشہ بعد از غذا لیں۔ نوٹ: مغز اخروٹ دس گرام روزانہ بھی دے سکتے ہیں۔

## گنٹھیا، بڑے جوڑوں کا درد، قبض

ہوالشانی: اسگندہ ناگوری، سوٹھ، سولف، سورنجان شیریں ہر ایک 20 گرام، مصبر 10 گرام۔ کوٹ پیس کر سفوف بنالیں۔ صبح وشام تین تا پانچ گرام ہمراہ دودھ دیں۔

## گنٹھیا کا خاص تیل

ہوالشانی: تمباکو تلخ آدھا کلو، پانی پانچ کلو، لونگ پانچ تولہ، دارچینی پانچ تولہ، مغز اخروٹ چھلکا سمیت پانچ تولہ، تیل

کنجد (تلوں کا تیل) ایک کلو۔ پانی میں ڈال کر تمام چیزوں کو خوب جوش دیں حتیٰ کہ پانی دو کلو رہ جائے تو چھان لیں۔ تلوں کا تیل ایک کلو پانی میں ڈال کر ابالیں حتیٰ کہ باقی تیل رہ جائے تو چھان لیں۔ ٹھنڈا ہونے پر اس میں امرت دھارا تین تولہ ڈال کر شیشی کی بوتل میں بھر لیں۔ متاثرہ جگہ پر مالش کر کے اوپر شاہر باندھیں پھر اوپر سے گرم کپڑا باندھیں۔ صبح کو صاف کر کے نیم گرم پانی، نمک ایک چمچ ڈال کر ابالیں، نیم گرم ہونے پر درد جوڑ والی جگہ کو دھو لیں۔

## دعا کی حقیقت

(ڈاکٹر الطاف حسین ملتان)

لغت میں دعا کہتے ہیں بلانے کو۔ دعا کے معنی اور اصطلاح قرآنی میں اللہ عزوجل سے دینی و دنیاوی مقاصد مانگنے کو دعا کہتے ہیں۔

دعا کی حقیقت: انسان پر اپنے خالق حقیقی کی عظمت و بزرگی کے خیالات میں محو ہو جانے سے جو حالت طاری ہوتی ہے اس حالت و کیفیت خاص میں قرب خدا کی کوشش کرنا دعا کا مقصد و منشاء حقیقی ہونا چاہیے، دعا کی قبولیت کا وقت انسان پر لذات محسوسات اور اپنی ہستی کے بھولنے کی حالت ہوتی ہے۔ اس نقطہ نظر سے جس دعا میں جسمانی خواہشوں کے سامان مانگے جائیں، وہ دعا نہیں، لیکن اس دعا میں بھی اللہ عزوجل کے سوائے اوروں سے مثلاً بتوں، دیوی دیوتاؤں، جنوں اور انسانوں سے مستقل طور پر مانگنا شرک ہے اور دنیوی دعا بھی ایک قسم کی عبادت ہے۔ اس لیے غیر سے مانگنا شرک ہے۔ ہاں اگر اولیاء اور صالحین وغیرہ ہم مقررہ بارگاہ الہی سے اپنے لیے سفارش یا دعا کے خواستگار ہوں تو مضائقہ نہیں۔ اللہ عزوجل نے قرآن میں فرمایا ہے۔ ترجمہ: وہ جو کہ جو کہ تم اللہ کے سوا پکارتے ہو تمہاری طرح بندے ہیں، یعنی ان کو تمہاری مرادیں بر لانے کی طاقت نہیں جس طرح تم عاجز ہو وہ بھی عاجز ہیں۔ پھر دوسرے موقع پر ارشاد فرمایا ہے۔ ترجمہ: یعنی کیا خدا کے سوا کوئی اور بھی ہے جو کسی مصیبت زدہ کو جبکہ وہ اسے پکارے جواب دے اور اس مصیبت کو نالے۔ یعنی ایسی صفات والی ہستی۔ بجز ذات الہی کے اور کوئی نہیں۔ اس آیت پاک سے یہ بھی ثابت ہوا کہ مصیبت کے وقت اللہ عزوجل سے دعا کی جائے تو وہ اسے نال دیتا ہے۔

اللہ عزوجل اپنے بندوں کی دعائیں قبول کرتے ہیں: اللہ عزوجل نے قرآن کریم میں ارشاد فرمایا ہے کہ میں اپنے

بندوں کی دعائیں قبول کرتا ہوں جیسا کہ فرمایا ہے ”تم مجھ سے دعا مانگو میں قبول کروں گا۔“ پھر دوسری جگہ فرمایا ہے یعنی جب پکارنے والا مجھے پکارتا ہے تو میں اس کی دعا کو قبول کرتا ہوں۔ بس میرے بندے کو چاہیے کہ مجھ سے طلب قبولیت کر لیں، یعنی وہ آقائے رحیم و کریم حسب ارشاد ضرور دعا قبول فرماتا ہے۔ اب یہاں یہ سوال پیدا ہوتا ہے کہ لاکھوں مسلمان پانچ وقت نماز کے بعد دعا کرتے ہیں مگر بظاہر تو یہی معلوم ہوتا ہے کہ دعا قبول نہیں ہوتی۔ اگر قبول ہوتی تو مسلمانوں کی حالت اب تک درست ہوگئی ہوتی۔ اس کا جواب یہ ہے کہ جس طرح اور امور کے شرائط ہیں اسی طرح دعا کی بھی شرطیں ہیں، اگر کوئی ان شرائط کو ملحوظ رکھ کر دعا کرے تو بے شک اس کی دعا قبول ہوگی۔ اگر شرائط نہ پائی جائیں تو دعا کا قبول ہونا بلاشبہ مشتبہ ہو جاتا ہے۔ انشاء اللہ ان شرائط و آداب کو گاہے بگاہے بیان کیا جائے گا۔

دعا کن کی قبول ہوتی ہے: قرآن شریف میں ارشاد باری کا مفہوم ہے کہ ”تم میں خواہ مرد ہو یا عورت جو بھی عمل صالح کرے گا لیکن شرط یہ ہے کہ ایمان والا ہو یعنی (مسلمان) باعمل بھی ہو تم اس کی پاکیزہ زندگی کا جریس گے اور جو وہ عمل کرے اس سے بہتر ثواب دیں گے، یعنی اللہ عزوجل نے فرمایا ہے کہ مومن مرد یا عورت اپنی حیات پاک کا صلہ حاصل کرنے کے مستحق ہیں۔ دنیا میں بھی اور آخرت میں بھی۔ لہذا مومن جو بھی ہوگا اس کی دعا قبول ہوگی کیونکہ وہ اللہ کے نزدیک اجر پانے والوں میں سے ہیں۔

بدکار کی دعا قبول نہیں ہوتی: حضرت مالک بن دینار رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ ایک دفعہ بنی اسرائیل کے زمانے میں سخت قحط پڑا۔ لوگ بار بار دعائے باراں کیلئے باہر گئے ہر چند تضرع و زاری سے دعا مانگی مگر قبول نہ ہوئی۔ بالآخر اس وقت کے پیغمبر پر وحی ہوئی کہ تم ان لوگوں سے کہہ دو کہ وہ دعا کے واسطے ایسی حالت میں نکلے ہیں کہ ان کے بدن نجس اور پیٹ حرام سے بھرے ہوئے ہیں اور ہاتھ خون ناحق میں آلودہ ہیں۔ ایسے نکلنے سے میرا ان پر اور زیادہ ہوا۔ میرے سامنے سے دور ہو جائیں۔ غور کرو ان گناہوں کے باوجود کس منہ سے انسان توقع رکھ سکتا ہے کہ کجबالدعات اس کی دعا قبول فرمائے گا۔ اس سے معلوم ہوا کہ انسان جب تک گناہوں سے پاک و صاف نہ ہو جائے اس کی دعا درجہ قبولیت تک نہیں پہنچتی۔



# 80 سال کی عمر میں بچوں جیسی دوڑ لگائیں

بن ابی وقاص رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے علاج کا حوالہ دیا گیا ہے۔ آپ ﷺ نے فرمایا: کسی حکیم کی نگرانی میں اس کا علاج کیا جائے۔ میں انہی دنوں میں واپس آ رہا تھا آتے وقت عمرے کی نیت سے سعودی عرب چلا گیا، حرم شریف میں خوب خوب جی بھر کر زم زم پیا اور واپسی پر دو کلو عجوہ کھجور بھی ساتھ لے کر آ گیا۔

یہاں پاکستان میں اپنے محلے کے ایک عالم باعمل سے جو کہ حکمت بھی خوب جانتے ہیں ان سے احوال بیان کیے تو انہوں نے پوچھا کہ کیا تمہیں شوگر تو نہیں؟ میں نے عرض کیا نہیں تو فرمانے لگے روز کی آٹھ کھجوروں کے حساب سے سات دن کی خوراک یعنی 56 کھجوریں لے کر ان کی گٹھلی علیحدہ کروا کر اسے باریک کروا دو اور پھر اس کے گودے اور کھجور کی گٹھلی کے برادے کو آپس میں مکس کر لو یہ گندھے ہوئے آٹے کی طرح ہو جائے گا پھر اس کی برابر برابر سات بڑی گولیاں بنا لو اور ہر گولی صبح نہار منہ پانی کے ساتھ کھاؤ اور ناشتہ نہ کرو۔ میں نے حسب ہدایت صرف ایک ہفتے کی خوراک کے بعد محسوس کیا کہ تمام آثار بیماری کے دور ہو گئے اور میں نے اپنے آپ کو بالکل صحت مند محسوس کیا۔ اس بات کو آج پانچ چھ سال ہو چکے ہیں اس کے بعد میں نے ہر قسم کی دوائیاں بند کر دیں الحمد للہ اپنے آپ کو چاق و چوبند محسوس کرتا ہوں۔ میں چاہتا ہوں کہ یہ نسخہ اپنے پاکستانی بہن

میں نے بڑی مشکل سے اپنی جان چھڑائی اور شام کو ایک عربی ڈاکٹر کے پاس میرے دوست مجھے لے گئے وہ ہارٹ اسپیشلسٹ اور ساتھ حافظ قرآن بھی تھا الحمد للہ اس نے معائنے کے بعد کہا اس کیس میں آپریشن بہت زیادہ نقصان دہ ہے آپ دوائی سے کام چلائیں۔

(پرنسپل (ر) غلام قادر ہراج، جھنگ صدر) محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کے ارشاد کی روشنی میں مختصر تجربات ارسال خدمت ہیں:- گزشتہ ہفتے بندہ حسب معمول سیر کیلئے جھکر روڈ جھنگ صدر کے ساتھ چل رہا تھا کہ دوسری سائیڈ سے ایک اسی سالہ بزرگ، سفید ریش، پر عرب شخصیت کے مالک ایک صاحب سڑک کر اس کر کے سیدھے میرے پاس آئے۔ سلام کیا اور فرمانے لگے: میں تمہیں اپنی زندگی کے نمونہ کا ایک نمونہ بتاؤں۔ اسے پلے باندھ لو۔ تین باتوں پر عمل کرو۔ تمہیں قابل رشک صحت ملے گی۔ پیٹ نہیں بڑھے اور بچوں کی طرح دوڑ لگاتے پھرو گے۔

1۔ ہمیشہ رات کو کم کھانا کھاؤ۔ 2۔ ہمیشہ ہلکا تکیہ لے کر سوؤ۔ تکیہ بالکل پتلا سا ہو مونا نہ ہو۔ 3۔ جب کھانا کھاؤ تو پہلے پانی پی لو۔ مجبوری ہو تو کچھ درمیان میں لیکن کھانے کے فوراً بعد پانی یا کوئی اور مشروب استعمال نہ کرو۔ گھڑی رکھ کر کھانے کے کم از کم دو گھنٹے بعد پانی پیو۔ فرمانے لگے میں ساری عمر ان اصولوں پر عمل کرتا رہا ہوں اور آج 80 سال کی عمر میں بچوں کے ساتھ دوڑنے کی صلاحیت رکھتا ہوں۔

ہیپاٹائٹس کیلئے احتیاط: میں اپنے دواخانہ میں ہیپاٹائٹس کا ایک بزرگ تشریف لائے۔ میں نے احتراماً حسب طبع ان کی خدمت کی۔ بہت خوش ہوئے اور فرمانے لگے۔ میری طرف سے ایک نمونہ ذہن نشین کر لو کہ جو تندرست آدمی کھانا کھانے کے فوراً بعد ہیپاٹائٹس کرے گا۔ اسے کبھی ہیپاٹائٹس کی تکلیف نہ ہوگی۔

دل کے جملہ امراض اور ہیپاٹائٹس بالکل ختم (صادق اعوان، رحیم یار خان) میں فرانس کے شہر پیرس میں 32 سال مزدوری کر کے حال ہی میں ریٹائر ہو کر واپس آیا ہوں، میرے ساتھ ایک ایسا خوشگوار اور ناقابل فراموش حادثہ ہوا جسے میں آپ کے میگزین کی وساطت سے دوسرے پاکستانی بہن بھائیوں

## رزق کی کشادگی کیلئے وظائف

- 1۔ یامُتَسَبِّبُ الْأَسْبَابِ 500 مرتبہ اول و آخر گیارہ مرتبہ درود شریف بعد نماز عشاء، ننگے سر کھلے آسمان کے نیچے۔
- 2۔ یا حَیُّ یا قَیُّوْمُ 500 مرتبہ اول و آخر 5 مرتبہ درود شریف نماز فجر سے پہلے دو سفید انکلی چادریں لے کر غسل کر کے خوشبو لگا کر پڑھنا ہے۔
- 3۔ ہر نماز کے بعد پانچ دفعہ سورہ عمران آیت 26-27 اول و آخر تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھیں۔

## دانتوں کی حفاظت کیلئے لا جواب عمل

عشاء کی نماز میں وتر پڑھتے ہوئے پہلی رکعت میں سورہ نصر دوسری رکعت میں سورہ لہب اور تیسری رکعت میں سورہ اخلاص پڑھنے دانت کبھی خراب نہیں ہوں گے۔ یہ عمل عبقری میں کئی مرتبہ چھپ چکا ہے۔ میرا خود آزمودہ ہے۔

## بواسیر کیلئے آزمودہ نسخہ

زیتون کے دوداں نہار منہ یا سونے سے پہلے ایک گلاس دودھ کے ساتھ کھانے سے بواسیر سے نجات مل جاتی ہے۔ کئی لوگوں کا آزمودہ ہے۔ (ساجد حسین، حافظ آباد)

# بیوی کو معاف کیا اور جنت مل گئی! حلقہ کشف المحجوب

عزیز الرحمن عزیز (مرحوم) لاہور

ہر ماہ توحید و رسالت سے مزین مشہور عالم کتب کشف المحجوب سہما حضرت حکیم صاحب مدظلہ پڑھاتے ہیں قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔ تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

شکر بہت بڑی نعمت ہے جس کو یہ نعمت مل گئی اس کو تمام بھلائیاں اور خوبیاں مل گئیں، قرآن و احادیث میں شکر کی بہت ہی اہمیت بیان فرمائی گئی ہے۔ چند مقامات کا انتخاب کر کے میں آپ کی خدمت میں پیش کرتا ہوں:- آپ ﷺ نے فرمایا جس نے لوگوں کا شکر ادا نہیں کیا اس نے اللہ کا شکر ادا نہیں کیا۔ (ابوداؤد) آپ ﷺ نے فرمایا: جس نے کسی کے احسان کا تذکرہ کیا گویا اس نے شکر ادا کر دیا۔ (مجمع الزوائد) آپ ﷺ نے فرمایا: جس نے کسی چیز سے نوازا اور اس نے اسی کا تذکرہ کیا تو گویا اس نے اس کا شکر ادا کر دیا۔ جس نے چھپایا گویا اس نے ناشکری کی۔ (ابوداؤد) حضرت علی کرم اللہ وجہہ سے مروی ہے کہ نعمتیں شکر سے متعلق ہیں اور شکر سے زیادتی نعمت کا تعلق ہے شکر و نعمت دونوں ایک ہی رسی سے بندھے ہیں۔ جب بندے سے شکر ختم ہو جاتا ہے تو نعمت کی زیادتی کا سلسلہ بھی منقطع ہو جاتا ہے۔ (ابن ابی دنیا)۔ آپ ﷺ نے فرمایا: جس شخص کو شکر ادا کرنے کی توفیق ہوگئی وہ کبھی نعمتوں میں برکت اور زیادتی سے محروم نہ رہے گا۔ (ابن مردویہ مظہری)۔ آپ ﷺ نے فرمایا: جس آدمی میں یہ تین باتیں ہوں گی اللہ پاک اسے اپنی حفاظت میں رکھے گا، اپنی نعمت سے اس پر ستاری فرمائے گا اور اسے اپنی محبت سے نوازے گا۔ 1۔ نوازا جائے تو شکر کرے۔ 2۔ قدرت پالے (انعام پر) تو معاف کر دے۔ 3۔ غصہ آجائے تو اسے ختم کر دے (یعنی پی جائے) اس کے تقاضہ پر عمل نہ کرے۔ (ترغیب و ترہیب)۔ آپ ﷺ نے فرمایا:

جس کو چار چیزیں مل گئیں ان کو دنیا و آخرت کی بھلائی ہوگی۔ 1۔ شکر گزار دل۔ 2۔ ذاکر زبان۔ 3۔ مصیبت پر صابر بدن۔ 4۔ ایسی بیوی جو نفس اور مال کی خیانت سے محفوظ ہو۔ (ابن ابی دنیا) میرے شیخ حضرت خواجہ سید عبداللہ جویری رحمۃ اللہ علیہ سالکین کو شکر کی بہت ترغیب دیا کرتے تھے جب بھی کوئی شخص آپ کے پاس اپنی پریشان زندگی کا دکھڑا لے کر آتا آپ اسے شکر کی تلقین فرماتے اسی لیے میں بھی اپنے تمام متعلقین سے ایک بات بار بار عرض کرتا ہوں کہ صبح ایک تسبیح یا اللہ تیرا شکر ہے کی پڑھا کریں اور شام کو ایک تسبیح یا اللہ تیرا احسان کی پڑھا کریں۔

میں نے اپنی زوجہ محترمہ سے فرمائش کر دی کہ آج تو کچھڑی پکا دو اور تمام اشاء مہیا کر دی گئیں جب میں دارالعلوم سے فارغ ہو کر گھر پہنچا تو کچھڑی تیار تھی جب میں نے ہاتھ منہ دھوئے کے بعد پہلا لقمہ لگایا تو غالب میری زوجہ محترمہ نے تین چار مرتبہ بھول کر نمک ڈال دیا جائے مگر اس مہربان اللہ نے دل میں ڈال دیا۔ ”معاف کر دو“ بڑا مزا آیا، اتنا لطف تو کبھی اچھی طرح بنی کچھڑی کا نہ آیا اور میں نے سوچا کہ اگر اسے یاد ہوتا تو یہ کبھی بھی ایسا نہ کرتی۔ میں نے اس پر غماز ہی نہ ہونے دیا کہ اس میں نمک اتنا ڈال کر لائی ہو بلکہ سارا برتن چاٹ کر واپس کیا بڑا خوش ہوئی کہ آج میرے میاں جی بڑے خوش ہیں۔ اور اس مہربان عظیم رب نے فرمایا کہ تم زمین والوں پر رحم کرو آسمان والی اقامت پر رحم کرے گا اللہ کی مہربانی تو یہی تھی کہ چالیس سال لاکھوں شاگردوں کو علم سکھایا مگر شیخ القرآن والحدیث کے مقابلہ میں زمین والوں پر رحم آسمان والی اقامت پر رحم فرمائے گا اور اس نیک عمل نے مجھے جنت کا راستہ دکھایا۔ حدیث مبارکہ ہے کہ تم آل اولاد پر اور اہل خانہ پر رحم کرو اللہ تمہارے لیے مہربان ہے۔

## جنت کے پیدائشی دوست میں حصہ دار بنیں صدقہ جاریہ کا بہترین موقع، ہاتھ سے نہ جانے دیجئے گا

مقبول عام و خاص ”جنت کے پیدائشی دوست“ میں موجود جو حالات و واقعات عام عقل انسانی اور سوچ سے اونچے اور ماورا ہیں یہ کوئی نئی بات نہیں اس سے پہلے بھی صحابہؓ، اہل بیتؓ، تابعینؓ، تبع تابعینؓ، اولیاء اللہ جیسے خاص بندوں کے ساتھ انوکھے واقعات ہوتے رہے ہیں اور ہوتے رہیں گے ”جنت کے پیدائشی دوست جلد دوم“ کی تیاری جاری ہے۔ قارئین بھی اس روحانی و مقبول سلسلے میں بھرپور حصہ لیں۔ اس سلسلے میں آپ کو انٹرنیٹ، کتاب، رسالے، میگزین یا کسی اللہ والے بزرگ سے کوئی بات ملی ہو تو بغیر کسی تاخیر کے ہمیں بھیجیں۔ جدید سائنسی تحقیقات میں روحانیت کے معاملات اور جنت سے ملاقاتیں، جنت کے بارے میں سائنسی تحقیقات کے حوالے سے کوئی بھی واقعہ ملا ہو تو مکمل حوالے کے ساتھ ہمیں ارسال کریں۔ (ادارہ)

**جولائی 2014ء کا انتظار:** قارئین کی بے چینی اور خواہش کو مد نظر رکھتے ہوئے انشاء اللہ تعالیٰ جولائی 2014ء کا شمارہ ”جنت کے پیدائشی دوست“ خاص نمبر ہوگا جس میں علامہ صاحب قیمتی روحانی راز عنایت فرمائیں

دارالعلوم کے مہربان استاد محترم جو کہ شیخ القرآن و حدیث تھے جو 40 سال تک قرآن والحدیث کا دلنشین انداز میں درس دیتے رہے وہ بڑے مہربان و شفیق تھے اپنے شاگردوں سے بڑی محبت سے پیش آتے رہتے تھے۔ ان کی محبت ہی کا یہ نتیجہ تھا کہ اس شیخ القرآن والحدیث کے نرم نرم رویہ ان کے اپنے شاگردوں سے محبت ہی تھی کہ تمام کے تمام شاگرد پریشان تھے کہ ہائے۔۔۔ اس جیسا مہربان و شفیق استاد ہمارے میں ہوگا کہ نہیں۔۔۔ تمام شاگرد پریشان تو تھے ہی کہ اچانک ایک دن ان میں سے کسی شاگرد کی خواب میں آئے۔ شاگرد پر خوشی کا اظہار بھی کر دیا۔ شاگرد نے کہا کہ محترم! آپ تو بالکل نہیں بدلے صرف عمر میں کچھ کمی محسوس ہو رہی ہے۔ پہلے سے جوان جوان سے لگتے ہیں یہ ایسا کیونکر ہوا۔ جواباً استاد محترم گویا ہوئے کہ میں نے بھی یہی سمجھ رکھا تھا کہ چالیس سال لاکھوں بچوں کو پڑھا چکا ہوں یہ شاید انہی بچوں کو پڑھانے کا نتیجہ ہو مگر میں حیران رہ گیا۔ ارے یہ کیا۔۔۔ جسے میں نے بالکل بھی معمولی کام سمجھ کر چھوڑ دیا تھا اس عمل کا ایسا اجر کہ میرے علم اور سوچ میں بھی نہیں ہو سکتا۔ اللہ مہربانی کو جو بھی پسند آجائے اس کا مولیٰ ہی نہیں۔ واقعہ کچھ یوں تھا کہ۔۔۔ آج کتنے دن ہو گئے کہ میری پسندیدہ ڈش کچھڑی جو کہ میری پسندیدہ چیز ہے تمام دنیا کی نعمتیں پڑی ہوں اور اگر کہیں سے میری ڈش کچھڑی نظر آجائے تو سب کچھ بھول کر کچھڑی پڑوٹ پڑنا میری عادت ثانیہ ہے۔ یہ ڈش میری مرغوب ترین غذا ہے۔ شاید کہ میرے بغیر کوئی ایسا بھی ہو کہ جسے نا پسند ہو مگر مجھے تو بڑی پسند ہے۔

ایک دن جب صبح میں مدرسہ روانہ ہونے لگا تو میں نے اپنی زوجہ محترمہ سے فرمائش کر دی کہ آج تو کچھڑی پکا دو اور تمام اشاء مہیا کر دی گئیں جب میں دارالعلوم سے فارغ ہو کر گھر پہنچا تو کچھڑی تیار تھی جب میں نے ہاتھ منہ دھوئے کے بعد پہلا لقمہ لگایا تو غالب میری زوجہ محترمہ نے تین چار مرتبہ بھول کر نمک ڈال دیا۔ بس دل میں آیا کہ اس قصور کا جواب تو یہ ہونا چاہیے کہ گرم گرم کچھڑی اس کے منہ پر لپ دی



## روح کی غذا اور تمام جسمانی بیماریوں کا علاج

(نامہ نذیر چھب آزاد کشمیر)

کبھی غور کیا کہ جسم تو دکھتا ہے ہماری روح کیوں نہیں دکھتی موجودہ معاشرہ روح کو پس پشت ڈالنے کی وجہ سے تباہی کا شکار ہے کیونکہ روح کے نہ ہونے سے جذبات کی تسکین نہیں ہوتی اور احساسات پروان نہیں چڑھتے جس کی وجہ سے معاشرہ تناؤ کا شکار ہے

انسان دو چیزوں کا مرکب ہے ایک ہے ”روح“ اور دوسرا ”جسم“ اور جسم روح سے بنتا ہے یعنی جسم کی حقیقت روح سے ہوتی ہے لیکن آج کا انسان صرف جسم کا انسان ہے روح کا نہیں وہ یہ محاورہ بھول چکا ہے کہ (Soul is a goal) کہ ”روح منزل ہے“ اور منزل انسانی حیات کی اصل ہے اگر روح کو حقیقی معنی میں اپنی منزل تصور کر لیا ہے تو یہ بات ثابت ہو جائے گی کہ تمام تر منازل کی منزل روح ہی ہے۔ موجودہ معاشرے کی تباہ کاریاں اور سیاہ کاریاں جسم کی غذائیت کو پورا کرنے اور روح کو روحانیت نہ ہونے کی وجہ سے ہیں جن کا مختصر مگر حد تک جامع خاکہ درج ذیل ہے۔

1۔ روح اور جسم! بلاشبہ یہ ایک تسلیم شدہ حقیقت ہے کہ جسم نے روح کو اپنے اندر سمو رکھا ہے لیکن انسان کی حقیقت بنیادی طور پر روح سے ہے۔ جسم تو صرف روح کی نمائندگی کرتے ہوئے اس کی جسامت دکھاتا ہے اسی لیے روح پہلے اور جسم بعد میں آتا ہے۔

جسم کی غذا: لیکن یہ کہنا بے جا نہ ہوگا کہ جس طرح روح جسم کیلئے ضروری ہے بالکل اسی طرح جسم بھی روح کیلئے ضروری ہے۔ لیکن مسئلہ یہ ہے کہ موجودہ معاشرہ اجسام کا ہے ارواح کا نہیں اور یہی مسئلہ تمام معاشرتی برائیوں اور بیماریوں کا پیش خیمہ ہے۔ ہم اپنی جسمانی صحت و نشوونما کیلئے کیا کیا ٹانگ کرتے ہیں۔ اپنے جسم کی ایک ایک چیز کو سنوارتے ہیں۔ اس کے حسن میں اضافے کیلئے نئے نئے طریقے اپناتے ہیں۔ جسم کو تمام بیماریوں سے محفوظ رکھنے کیلئے متوازن غذا کا استعمال کرتے ہیں۔ ڈاکٹروں اور حکیموں سے رجوع کرتے ہیں۔ جسم کا کوئی حصہ کٹ جائے یا زخمی ہو جائے تو ہمیں دکھ بھی ہوتا ہے اور درد بھی۔۔۔

لیکن۔۔۔! کبھی غور کیا کہ جسم تو دکھتا ہے ہماری روح کیوں نہیں دکھتی موجودہ معاشرہ روح کو پس پشت ڈالنے کی وجہ سے تباہی کا شکار ہے کیونکہ روح کے نہ ہونے سے جذبات کی تسکین نہیں ہوتی اور احساسات پروان نہیں چڑھتے جس کی وجہ سے معاشرہ تناؤ کا شکار ہے اور یہی بات تمام تر برائیوں کی جڑ ہے۔

روح کی غذا: روح ایک بہت ہی پاکیزہ چیز ہے جو جسم کی

اور ایمانیات سے پُر کرے اور جن چیزوں کا اُس میں فقدان ہے۔ ان چیزوں یعنی جذبات، ایمانیات، احساسات، اخلاقیات وغیرہ سے روح کو تسکین دے تاکہ روح کو تمام تر بیماریوں سے چھٹکارا مل سکے۔ اس سے نہ صرف معاشرے کا اسرار ختم ہوگا بلکہ انسانی جسم بھی تمام تر بیماریوں سے محفوظ رہے گا کیونکہ جب اصل محفوظ تو پھر عمارت تو محفوظ ہی محفوظ۔۔۔

لیکن ان تمام فائدوں کیلئے ایک شرط ہے اور وہ یہ ہے کہ جسم کی غذائیت اور نشوونما کے ساتھ ساتھ روح کی غذائیت اور نشوونما کا بھی پورا خیال رکھا جائے کیونکہ ایمان کی تشکیل ارواح سے ہے اجسام سے نہیں۔ اسی لیے معاشرہ بھی ارواح کا ہونا چاہیے اجسام کا نہیں کیونکہ روح کے ایمان سے ہی معاشرے اور ایمان کی بقاء اور تکمیل ممکن ہے۔

### گرمیوں میں پھوڑے پھنسیوں سے نجات

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! گرمیوں کے موسم کی آمد ہے اور اس موسم میں پھوڑے پھنسیوں سے لوگ پریشان رہتے ہیں اس سے بچنے کیلئے میں نے بزرگوں سے ایک ٹوٹکہ سنا ہے کہ ختم حیات جسے اردو میں پیرڈوڈی کہتے ہیں تقریباً پانچ گرام ایک گلاس پانی میں شام کو ابال کر رکھ دیں اور صبح نہار منہ پی لیں تو اس سے خون صاف ہو جاتا ہے اور پت وغیرہ بھی نہیں نکلتی۔ اس نسخے کو مئی کے آخر تک استعمال سے بڑا فائدہ پہنچتا ہے۔ قارئین! اس نسخے کو میں نے خود آزمایا ہے مجھے بہت زیادہ فائدہ ہوا تو میں نے سوچا اور لوگوں کو بھی اس کے فوائد پہنچاؤں۔ (محمد اسماعیل میاوالی)

### قارئین کی موصول شدہ منتخب تحریریں

ساجدہ پروین کراچی۔ فیضان طارق کراچی۔ اعظم خان ملتان۔ عظمی مظہر۔ روبینہ مظہر خان اسلام آباد۔ مسعود احمد وٹو، قلعہ دیدار سنگھ۔ فاطمہ عبدالقیوم گوجرہ۔ محمد زبیر شفیق کھاریاں۔ بنت سراج کراچی۔ ربیعہ آصف لاہور۔ ایم۔ اے قریشی ملتان۔ عبدالرحیم قریشی نوشین جاوید یو۔ کے۔ عبداللہ اعوان مظفر گڑھ۔ عشرت یوسف حکیم فاروق محمد حسن یوسف عارفوالا۔ مفتی نجی اللہ انک۔ قاری محمد صادق مظفر گڑھ۔ صائمہ عمران ایبٹ آباد۔ ڈاکٹر کاظمی راولپنڈی۔ کیپٹن سید علی رضا اسلام آباد۔ مظفر حسین خان عبدالستین ملتان۔ ذکیہ افتدرا بھاولنگر۔ عبدالواحد واہ کیٹ۔ نجمہ عامر گوجرانوالہ۔ گلزار احمد گوجرانوالہ۔ حکیم عمر گوجرانوالہ۔

لیکن افسوس۔۔۔!! اس بات کا ہے کہ آج کا انسان روح کو غلط خوراک دیتا ہے جس کی وجہ سے ری ایکشن بھی غلط ہوتا ہے اور انہی غلط ری ایکشنز کی وجہ سے رشتوں، ناطوں اور عزتوں کا پاس نہیں رہا۔ روح کی درست اور متوازن خوراک ”ایمان“ ہے جس کا آج فقدان ہے اور ایمان ہی تو اخلاقیات میں سب سے پہلے ہے۔

معاشرے کا انتشار: آج انسانی معاشرہ تمام تر برائیوں کا مرکز ہے عبادتوں کا وہ خشوع و خضوع نہیں رہا عزتوں کا وہ دستور نہیں رہا۔ آج والدین اپنی اولاد سے ناخوش ہیں۔ اولاد والدین کی نافرمان ہے۔ رشتوں کا وہ خلوص نہیں رہا خون کی پیاس ہے اور دنگ فساد ہے بہت سی برائیاں اس معاشرے میں ایسی جنم لے چکی ہیں کہ اگر لکھنے بیٹھیں تو قلم لغزش میں آجائے اور دل کی حرکت رک جائے یہ سب کن وجوہات پر ہے۔۔۔؟؟؟ ذرا سوچیں۔۔۔! وہ کوئی کوئی وجوہات ہیں جنہوں نے معاشرے کو آج تباہی کی دہلیز پر کھڑا کر رکھا ہے وجہ صرف اور صرف ایک ہے۔ ہماری روح تڑپ رہی ہے ہماری روح ایمان سے خالی ہے۔ ہماری روح تمام تر اچھائیوں اور سچائیوں سے نابلد ہے۔

تمام جسمانی بیماریوں کا حل: جیسا کہ پہلے ذکر ہو چکا ہے کہ جسم نے روح کو اپنے اندر سمو رکھا ہے تو اس غور کریں تو معلوم ہوگا کہ اگر بنیاد کمزور ہو تو عمارت تب گرتی ہے۔ یعنی کسی بھی چیز کی اصل جب بیمار ہوتی ہے تو تب ہی وہ چیز اپنی بنیاد کھوتی ہے تو بات کا مطلب یہ ہوا کہ اگر آج انسان روح کی غذا کو پورا کرے۔ اسے تمام تر اخلاقیات

## رجب و شعبان میں تیاری رمضان

مندرجہ ذیل اعمال بزرگان دین اور صالحین کے آزمودہ اور منقول شدہ ہیں جن کے شائع کرنے کا مقصد مخلوق خدا کو تسبیح اور مصلیٰ کے ساتھ غیر شرعی اعمال کے بجائے نوافل و تسبیحات کے ذریعہ جوڑنا ہے۔

رجب المرجب کی عبادات: احادیث میں ماہ رجب کی بہت فضیلت بیان کی گئی ہے ایک حدیث پاک میں ہے کہ حضور نبی کریم ﷺ نے فرمایا کہ ”رجب اللہ تعالیٰ کا مہینہ ہے اور شعبان میرا مہینہ ہے اور رمضان شریف میری امت کا مہینہ ہے۔“ حضور اکرم ﷺ کا ارشاد گرامی ہے کہ جب ماہ رجب کا چاند دیکھو تو پہلے ایک مرتبہ یہ دعا پڑھو: اَللّٰهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِي رَجَبٍ وَشُعْبَانَ وَبَلِّغْنَا رَمَضَانَ پہلی شب: بعد نماز عشاء چار رکعت نماز دو سلام سے پڑھے ہر رکعت میں بعد سورۃ فاتحہ کے سورۃ الم نشرح ایک بار سورۃ اخلاص ایک بار سورۃ فلق ایک بار سورۃ الناس ایک بار پڑھے جب دو رکعت کا سلام پھیرے تو کلمہ توحید 33 بار اور درود شریف 33 مرتبہ پڑھے۔ پھر دو رکعت کی نیت باندھ کر پہلی دو رکعت کی طرح پڑھے پھر بعد سلام کے کلمہ توحید 33 دفعہ درود شریف 33 دفعہ پڑھے کہ جو بھی حاجت ہو اللہ پاک سے طلب کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ ہر دعا قبول ہوگی۔

ماہ رجب کی ہر شب جمعہ بعد نماز عشاء دو رکعت نماز پڑھے۔ پہلی رکعت میں بعد سورۃ فاتحہ کے سورۃ بقرہ کا آخری رکوع اَمِنَ الرَّسُوْلُ سے کافِرین تک سات مرتبہ پڑھے۔ پھر دو رکعت میں بعد سورۃ فاتحہ کے سورۃ حشر کی آخری آیات هُوَ اللّٰهُ الَّذِي تَاْتَحْكُمُ سات مرتبہ پڑھے سلام کے بعد بارگاہ الہی میں جو بھی حاجت ہو طلب کرے انشاء اللہ تعالیٰ جو دعائیں گے قبول ہوگی۔ ہر مرد اکیلے یہ نماز بہت افضل ہے۔ اس مہینہ کے پہلے جمعہ کی رات میں بعد مغرب کے بارہ رکعت نفل چھ سلام سے ادا کی جاتی ہیں۔ ہر رکعت میں بعد الحمد کے سورۃ القدر تین بار اور سورۃ اخلاص بارہ مرتبہ پڑھے اس کے بعد ستر بار پڑھے: اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ وَ عَلٰی اٰلِہٖ وَسَلِّمْ پھر سجدہ میں جا کر ستر بار پڑھے۔ سُبُّوْحُ قُدُّوْسُ رَبِّ الْمَلَائِكَةِ وَالرُّوْحِ اور پھر سر اٹھائے اور کہے رَبِّ اغْفِرْ وَاَرْحَمْ وَتَجَاوَزْ عَمَّا تَعْلَمُ اِنَّكَ اَنْتَ الْاَعَزُّ الْاَكْرَمُ ستر مرتبہ پھر دوسرا سجدہ اسی طرح کرے۔ پھر جو دعائیں گے قبول ہوگی۔ ماہ رجب کی ستائیسویں شب: ماہ رجب کی ستائیسویں شب کو

اخلاص پڑھے اور اس نفل نماز کا ثواب خاتون جنت حضرت فاطمہ الزہراء رضی اللہ تعالیٰ عنہا کو بخشے تو بفضل باری تعالیٰ اسے جنت میں جگہ عطا ہوگی۔ صلوٰۃ الخیر: شب برأت میں نوافل اور ذکر الہی کی بہت فضیلت ہے اس شب نوافل ادا کرنا شب بیداری کرتے ہوئے ذکر الہی کرنا اللہ تعالیٰ سے عجز و انکساری کے ساتھ گزر کر گزارتے ہوئے اپنے گناہوں کی معافی مانگنا انسان کو حقیقی کامیابی سے ہمکنار کرتا ہے۔ اللہ تعالیٰ اس بندے پر اپنا خصوصی فضل و کرم نازل فرماتا ہے۔ اس مبارک اور بابرکت شب میں صلوٰۃ الخیر پڑھنے سے بہت سی برکات حاصل ہوتی ہیں۔ یہ نماز سلف صالحین سے منقول ہے اور یہ نفل نماز شعبان المعظم کی پندرہویں شب نماز عشاء کے بعد پڑھی جاتی ہے اس میں ایک سو رکعتیں ہیں اور دو رکعت کر کے اس طرح پڑھی جاتی ہے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد دس مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھی جاتی ہے۔ اس نماز کے بارے میں حضرت حسن بصری رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ فرماتے ہیں کہ مجھ سے حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام کے تیس صحابہ کرام رضی اللہ تعالیٰ عنہم نے بیان کیا کہ اس رات کو جو کوئی یہ نماز پڑھتا ہے اللہ تعالیٰ اس کی طرف ستر مرتبہ نگاہ کرتا ہے اور ہر بار اس کی طرف دیکھنے پر اس کی ستر حاجتیں پوری کرتا ہے جن میں سب سے ادنیٰ اس کے گناہوں کی مغفرت ہے۔ (غنیۃ الطالبین)

نوافل اور روزہ: حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام نے ارشاد فرمایا کہ جب شعبان کی پندرہویں شب آئے تو تم رات کو قیام کیا کرو یعنی نوافل پڑھو اور دن کو روزہ رکھو اس لئے کہ اللہ تعالیٰ اس شب میں غروب آفتاب ہونے کے بعد ہی آسمان دنیا پر نازل ہوتا ہے اور فرماتا ہے کہ کوئی بخشش چاہنے والا ہے تاکہ میں اس کو بخش دوں کوئی رزق مانگنے والا ہے کہ میں اس کو رزق عطا کر دوں کوئی مصیبت میں مبتلا ہے کہ میں اس کو عافیت دوں۔ اور ایسے ہی فرماتا رہتا ہے یہاں تک کہ صبح طلوع ہو جاتی ہے۔ (ابن ماجہ) جو کوئی شعبان المعظم کی چودہ تاریخ کو روزہ رکھے اور افطاری کے وقت سے چتر منٹ پہلے تک با وضو حالت میں چالیس مرتبہ یہ پڑھے: لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيْمِ تو پروردگار عالم اس کے گزشتہ گناہوں کو بخش دے گا۔ نماز عشاء کے بعد: شعبان کی چودہ تاریخ کو نماز عشاء کی ادائیگی سے قبل جو کوئی آٹھ رکعت نفل نماز دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت

شعبان کی عبادات دو رکعت نفل: جو کوئی شعبان کے مہینہ کی پہلی شب نماز تہجد کے بعد دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد ایک سو مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے اور رکوع و سجود میں معمول کی تسبیح پڑھنے کے بعد یہ کہے: سُبُّوْحُ قُدُّوْسُ رَبُّنَا وَ رَبِّ الْمَلَائِكَةِ وَالرُّوْحِ سُبْحَانَ خَالِقِ الثَّوْرِ سُبْحَانَ مَنْ هُوَ قَائِمٌ عَلَى كُلِّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ تو پروردگار عالم اسے جہنم کے عذاب سے محفوظ رکھے گا اور جنت میں جگہ عطا فرمائے گا۔ انشاء اللہ پہلا جمعہ: شعبان کے پہلے جمعۃ المبارک کو جو کوئی نماز مغرب کے بعد نماز عشاء سے پہلے دو رکعت نفل نماز اس طرح پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ آیت الکرسی دس مرتبہ سورۃ اخلاص ایک مرتبہ سورۃ الناس پڑھے تو اللہ تعالیٰ اسے ایمان کی سلامتی و ترقی عطا فرمائے گا۔ چار رکعت نوافل: شعبان کے مہینہ کے پہلے جمعہ کی شب نماز عشاء کے بعد جو کوئی چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد گیارہ گیارہ مرتبہ سورۃ

چار رکعت نوافل: شعبان کے مہینہ کے پہلے جمعہ کی شب نماز عشاء کے بعد جو کوئی چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد گیارہ گیارہ مرتبہ سورۃ



## مناقب صحابہ و اہل بیت

انتخاب: کی احمد پوری

## قارئین کے سوال

قارئین! زیر نظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹونکہ، تجربہ، کوئی فارمولہ آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کریں گے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

### مئی کے سوالات

1- محترم قارئین السلام علیکم! میری اس رمضان کوشش ہے کہ میں اپنی دنیا و آخرت سنوار لوں! میں مسجد جانا چاہتا ہوں مگر جانیں پاتا۔۔۔ تراویح پڑھنا چاہتا ہوں مگر آدھی چھوڑ کر چلا آتا ہوں! قرآن پاک رمضان میں مکمل کرنے کی لاکھ کوشش کرتا ہوں مگر مکمل کر نہیں پاتا۔ میں اپنی اس روحانی بیماری کی وجہ سے بہت پریشان ہوں! اگر کسی بھائی کے پاس کوئی نسخہ کوزیر کرنے کا وظیفہ ہے تو براہ کرم رمضان سے پہلے ارسال کر دیں۔ (محمد خالد پشاور)

2- محترم قارئین السلام علیکم! میرے بھائی ضیاء الرحمن اور میرے کان چھوڑے بہرے ہیں جس کی وجہ سے ہمیں آلہ استعمال کرنا پڑتا ہے اور کوئی علاج نہیں! کافی ادویات استعمال کیں کوئی فرق نہیں پڑا۔ قارئین! کوئی ایسا وظیفہ یا نسخہ بتائیں کہ ہمارا بہرہ یں ختم ہو جائے۔ (عطاء الرحمن)

3- میرا قارئین سے سوال ہے کہ میں گزشتہ چھ سال سے بیمار ہوں! پہلے مجھے مائمانائی پھر ڈائی نیٹ پھر اس کے بعد بی بی ہوئی! اب میرا علاج تو ہو گیا ہے لیکن میرا جسم بہت کمزور ہے اور سن ہو جاتا ہے۔ ٹھنڈا پانی پینے سے چکرا آنے لگتے ہیں۔ میرے جسم میں ہر وقت درد اور سستی رقتی ہے۔ قارئین سے درخواست ہے کہ وہ میری جسمانی، مردانہ کمزوری کا علاج بتادیں۔ دوسرا مسئلہ: میرے خصیتیں بہت کمزور ہو گئے ہیں جب اختلام آتا ہے تو بہت درد کرتے ہیں۔ (ج۔ر)

4- قارئین کرام السلام علیکم! رمضان المبارک کی آمد آمد ہے۔ جیسے جیسے رمضان قریب آ رہا ہے میری پریشانی میں اضافہ ہوتا جا رہا ہے وہ اس لیے کہ پہلے تین چار روزے رکھنے کے بعد مجھے شدید قبض اور بواسیر کی شکایت ہو جاتی ہے جس کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں! اگر کسی بھائی کے پاس اس کا کوئی علاج ہو تو ضرور بتائیں۔ (جشید علی قصور)

کند ذہنی کو دور کرنے کا عمل  
سورہ مزمل کی آیت نمبر 8 وَاذْكُرْ اِسْمَ رَبِّكَ وَتَبْتَغِلْ اِلَيْهِ تَجْعَلْ رَوْزَانَهُ 313 مرتبہ پڑھیں۔ اول و آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ۔ انشاء اللہ ہر قسم کی کند ذہنی کا علاج ہے۔ (ملک محمد اسماعیل ملتان)

### اپریل کے جوابات

1- ایک بھائی نے سگریٹ نوشی ترک کرنے کیلئے وظیفہ کہا ہے تو عرض ہے کہ آپ پہلے نیت پکی کریں اور صبح و شام ایک ایک تسبیح یا تمانیع کی پڑھیں۔ نماز کی پابندی لازمی کریں اور اللہ سے روروں دعا کریں۔ انشاء اللہ تمانیع کی برکت سے آپ کی سگریٹ نوشی کی عادت ترک ہو جائیگی۔ یہ آپ خود کریں، میرے عزیز ہیں انہوں نے سولہ سال پان کھایا لیکن اس عمل سے چند دنوں میں پان سے نفرت ہو گئی۔ (سیدہ عائشہ بیگم لاہور)

2- بی بی! آپ چہرے پر تازہ مکھن لگائیں اور کھانے میں زیادہ سے زیادہ فروٹ استعمال کریں اور ہر نماز کے بعد ایک تسبیح یا تمانیع یا اللہ کی پڑھیں انشاء اللہ چہرہ دانوں سے صاف ہو جائے گا اور رنگ صاف ستھرا اور پر نور ہو جائے گا۔ (ڈاکٹر اشرف گوہر انوالہ)

3- محترم جاوید بھائی! آپ جو ہر شفاء مدینہ اور ٹھنڈی مراد آدھا آدھا چائے والا کس کر کے دن میں تین مرتبہ استعمال کریں۔ آپ نیبڈ بنا کر پیئیں۔ نیبڈ بنانے کا طریقہ یہ ہے کہ کھجور کو باریک کاٹ لیں اور ساتھ کشمش بھی ملا لیں۔ رات کو ایک جگہ پانی میں آدھ پاؤ کھجور اور ایک چھنا تک کشمش بھگو دیں۔ صبح اٹھ کر جگہ میں موجود پانی کو اچھی طرح کس کر کے پی لیں۔ یہی نیبڈ ہے۔ احتیاط: نیبڈ کے پانی کو چوبیس گھنٹے گزرنے سے پہلے پہلے استعمال کر لیں۔ (جاوید لاہور)

4- جو گناہوں کو چھوڑنا چاہتے ہیں ان سب کیلئے میرا تجربہ شدہ وظیفہ حاضر خدمت ہے اس وظیفہ کی اجازت عام ہے۔

لَا مَرْغُوبِي إِلَّا اللَّهُ لَا مَطْلُوبِي إِلَّا اللَّهُ  
لَا أَحَبُّ إِلَيَّ إِلَّا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ

یہ وظیفہ 100 مرتبہ صبح و شام اور چلتے پھرتے کام کرتے ہر وقت اللہ اللہ اللہ کا ذکر زبان پر جاری رہے اور اللہ تعالیٰ سے ہدایت کی دعا بھی کرتے رہیں۔ انشاء اللہ کچھ ہی دنوں میں آپ کا دل برائیوں سے اچاٹ ہو جائے گا۔ تجربہ شدہ وظیفہ ہے جس کا دل چاہے آزما لے۔ اللہ تعالیٰ ہر ایک کو نیک بنادے۔ (غلام محمد لاہور)

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے وہ کہتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: میرے صحابہ میں سے جو صحابی کسی زمین پر فوت ہوگا تو قیامت کے دن اُن کے لیے نور اور رہنما بن کر اٹھے گا۔ (امام ترمذی)

حضرت علی بن ابی طالب رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: قیامت اس وقت نہیں آئے گی جب تک میرے صحابہ (رضوان اللہ علیہم اجمعین) میں سے کسی آدمی کو اس طرح ڈھونڈا جائے گا جس طرح گمشدہ چیز کو تلاش کیا جاتا ہے لیکن وہ نہیں ملتی۔ (امام احمد)

حضرت ابوبیکن حکیم بن سعد رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت کرتے ہیں کہ میں نے حضرت علی المرتضیٰ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو اللہ کی قسم اٹھا کر کہتے ہوئے سنا کہ ابوبکر رضی اللہ تعالیٰ عنہ کیلئے لقب ”الصدیق“ آسمان سے اتارا گیا۔ (امام طبرانی)

حضرت عبداللہ بن ہشام رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ ہم حضور نبی اکرم ﷺ کے ہمراہ تھے اور آپ ﷺ نے حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا ہاتھ پکڑا ہوا تھا۔ حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے عرض کیا: یا رسول اللہ ﷺ! آپ ﷺ مجھے ہر چیز سے بڑھ کر محبوب ہیں سوائے میری جان کے۔ اس پر حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: قسم ہے اس ذات کی جس کے قبضہ قدرت میں میری جان ہے تم میں سے کوئی اس وقت تک مومن نہیں ہو سکتا جب تک میں اسے اس کی جان سے بڑھ کر محبوب نہیں ہو جاتا۔ حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے عرض کیا: یا رسول اللہ ﷺ! اب آپ ﷺ مجھے میری جان سے بھی بڑھ کر محبوب ہیں۔ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: اے عمر! اب تمہارا ایمان کامل ہو گیا ہے۔ (احمد حاکم طبرانی)

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: میرے پاس سردار عرب کو بلاؤ۔ میں نے عرض کیا: یا رسول اللہ ﷺ! کیا آپ ﷺ عرب کے سردار نہیں؟ فرمایا: میں تمام اولاد آدم کا سردار ہوں اور علی (رضی اللہ تعالیٰ عنہ) عرب کے سردار ہیں۔ (حاکم ابو نعیم)

حضرت عبداللہ بن مسعود بیان کرتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: علی کے چہرے کو نکلنا عبادت ہے۔ (حاکم طبرانی)

## خطرناک گینڈے کا شکار اور گوشت کی تقسیم

انتخاب: فاکہہ لاہور

وہ اور زیادہ تیزی سے میری طرف آیا میں نے اپنے ساتھیوں کو لاکاراکہ اس پر گولیاں برساؤ انہوں نے حکم کی تعمیل کی اور دس منٹ بعد قوی الجبہ گینڈا ختم ہو چکا تھا۔ اس کی موٹی کھال گولیوں سے چھلنی ہو چکی تھی۔ آنا فانا قبیلے کے بے شمار لوگ ہاتھوں میں لمبے لمبے چاقو لیے نمودار ہوئے

ایک رات کا ذکر ہے گاؤں کے بھی کتے بھونکنے لگے اور ان کے شور سے میری آنکھ کھل گئی۔ کتوں کا یوں بھونکنا اس بات کی علامت ہوتی ہے کہ کوئی درندہ انسانی ہستی کے قریب آ گیا ہے۔ میں ابھی آنکھیں مل ہی رہا تھا کہ دفعۃً زمین لرزنے لگی اور پھر گیندوں کے دوڑنے کی آوازیں اور ان کے حلق سے نکلتی ہوئی غراہٹ نما چیخیں ایک قیامت برپا کرنے لگیں۔ اگلی صبح جب میں نے گاؤں کے حالات کا جائزہ لیا تو ہر طرف گینڈوں کے قدموں کے نشانات نظر آئے۔ میں نے وقت ضائع کیے بغیر اپنے ساتھیوں کو جمع کیا اور ہم ان گینڈوں کے تعاقب میں روانہ ہو گئے۔ یہ تینوں شخص ننگے پیر تھے اور میں نے ربڑ کے جوتے پہن رکھے تھے۔ گینڈے کی قوت سماعت کی ہوتی ہے کہ وہ ہلکی سے ہلکی آواز بھی سن لیتا ہے اور فوراً چوکنہ ہو جاتا ہے۔ ربڑ کے جوتوں کا فائدہ یہ تھا کہ ٹوٹی ہوئی شاخ یا خشک پتوں کے ڈھیر پر میرا پاؤں پڑتا تو آواز آنے سے پہلے ہی میں خبردار ہو جاتا اور اگلا قدم احتیاط سے اٹھاتا۔ اچانک ایک جانب سے ایسی آواز میرے کانوں میں آئی جیسے کوئی جانور جگلی کر رہا ہے۔ یہ آواز اتنی صاف اور واضح تھی کہ ہمارے اٹھتے ہوئے قدم فوراً رک گئے۔ دس منٹ تک ہم بے حس و حرکت کھڑے یہ آواز سنتے رہے یہ گینڈا ہی تھا جو شاخیں اور پتے چبا رہا تھا۔ ہمیں ڈر تھا کہ اگر گینڈے نے ہماری ذرا بھی آہٹ پالی تو وہ رفوچکر ہو جائے گا۔ چند قدم چلنے کے بعد ہم رک کر آواز سن لیتے تھے۔ گینڈا بدستور جگلی کر رہا تھا۔ یکا یک یہ آواز ختم گئی اور اس کے ساتھ ہی ہم بھی بے حس و حرکت اپنی جگہ کھڑے ہو گئے۔ پھر ہم نے جھاڑیوں میں سے جھانک کر دیکھا تو تھوڑے فاصلے پر گینڈا کھڑا تھا۔ اس کے کان آہستہ آہستہ بل رہے تھے گویا آواز سننے کی کوشش کر رہا ہے۔ گینڈا جھاڑیوں کے اندر اس حالت میں کھڑا تھا کہ اس پر فائر کرنا آسان نہ تھا۔ جب چند منٹ اسی طرح گزر گئے تو میرے ہمراہی اپنی فطرت کے مطابق بے چہن ہونے لگے۔ یہ لوگ شکار کو سامنے دیکھ صبر کر ہی نہیں سکتے۔ ان کی خواہش یہ ہوتی ہے کہ فوراً ہی اس پر حملہ کر دیا جائے گینڈے کی پشت پر چھوٹے چھوٹے چند پرندے بیٹھے ایک دوسرے سے لڑ رہے تھے اور گینڈے کو چوچیں مارتے تھے گینڈے کا جسم اتنا بھاری اور

## خود کو خوش بخت تصور کریں

جب ہم خود کو کامیاب خوش بخت تصور کرنے لگیں تو پھر کامیابی اور خوش بختی کے دروازے بھی کھلنے لگتے ہیں۔ خود اعتمادی پیدا کرنے کا ایک طریقہ یہ ہے کہ ہم اپنے آپ کو کامیاب اور باوقار فرد تصور کرنے لگیں۔ روزانہ اس کی مشق کرنی چاہیے۔ تخیل کی دنیا میں خیالوں ہی خیالوں میں اعتماد اور وقار کے ساتھ کسی مشکل چیلنج کا مردانہ اور مقابلہ کیجئے۔ مثلاً اگر آپ لوگوں کے سامنے بولنے سے گھبراتے ہیں تو ہر روز تصور کی دنیا میں کسی بڑے اے کے سامنے اعتماد سے کھڑے ہو جائیے اور تقریر شروع کر دیجئے۔ روزانہ مشق سے اس قسم کے مثبت تصورات ہمارے ذہن کی گہرائیوں میں اتر جاتے ہیں۔ وہ ہمارے لاشعور کا ہماری شخصیت کا حصہ بن جاتے ہیں۔ گویا ہم کامیابی کی توقع کرنے لگتے ہیں کامیابی کیلئے تیار ہو جاتے ہیں۔ لوگوں کو عدم تحفظ کا شدید ترین احساس اس وقت ہوتا ہے جب وہ اپنے خوابوں کی قیمت پر خوفوں سے مغلوب ہو جاتے ہیں۔ واقعی جب ہم اس قدر خوفزدہ ہو جائیں کہ خوابوں کی پروا بھی نہ رہے تو پھر عدم تحفظ کا احساس ہمیں گھیر لیتا ہے۔ بہر طور اس بارے میں کوئی شبہ دل میں نہ لائیں کہ جب ہم خود کو کامیاب خوش بخت تصور کرنے لگیں تو پھر کامیابی اور خوش بختی کے دروازے بھی کھلنے لگتے ہیں۔

### نبی کریم کی زیارت کا آسان ترین عمل

علامہ کمال الدین دمیری رحمۃ اللہ علیہ نے حیات النبیوان میں لکھا ہے کہ جو شخص جمعہ کے دن جمعہ کی نماز کے بعد با وضو ایک مرتبہ پرچہ محمد رسول اللہ احمد رسول اللہ 35 مرتبہ لکھے اور اس پرچہ کو اپنے پاس رکھے۔ اللہ جل شانہ اس کو اطاعت پر قوت عطا فرماتا ہے اور اس کی برکت میں مدد فرماتا ہے شیطان کے وسوسوں سے حفاظت فرماتا ہے۔ اگر اس پرچہ کو طووع آفتاب کے وقت درود ابراہیمی پڑھتے ہوئے غور سے دیکھتا رہے تو نبی کریم ﷺ کی زیارت خواب میں ہوگی۔ (محمد عثمان فاروقی سمبڑیال)

### پانی پینے کا صحیح فائدہ

جس وقت اللہ کے حکم سے پانی جسم پر بہتر اثر کر سکتا ہے وہ یہ ہے: ایک گلاس صبح اٹھنے کے بعد اندرونی اعضا کو ایکٹیو کر دیتا ہے، ایک گلاس نہانے کے بعد بائی بلڈ پریشر کا خاتمہ کرتا ہے، دو گلاس کھانے سے 30 منٹ پہلے ہاضمہ کو درست کرتا ہے، آدھا گلاس سونے سے پہلے ہارٹ ایک کو بچاتا ہے۔ (راہب قرملہ لاہور)



# روحانی بیماریوں کا روحانی علاج

کالے جادو  
سے ڈسی  
دکھ بھری  
کہانیاں

کالے جادو  
سے تو پتے  
سلگتے انوکھے  
خط اور  
شانی علاج

براہ کرم لٹافے میں کسی قسم کی تنہی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور نکلیے پتہ لکھا ہوا ہوائی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ مختصر اور صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند ٹیپ یا سٹینپلر زپن کا استعمال نہ کریں کیونکہ خاکھوٹلتے ہوئے پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ اپنا نام شہر کا نام اور مکمل پتہ واضح کر کے جوابی خط پر ضرور لکھیں۔ ایڈریس نام مکمل ہونے کی وجہ سے جواب نہیں دیا جائیگا۔

## بے کیف زندگی

اپنے حالات سے سخت بیزار ہو گیا ہوں اور زندگی بے کیف نظر آتی ہے، شادی شدہ ہونے کے ساتھ ساتھ والدین اور بہن بھائیوں کا بھی ساتھ ہے۔ اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے حافظ قرآن ہوں۔ مسئلہ یہ ہے کہ چار پانچ سال پہلے کان میں پھوڑا نکلا تھا علاج سے صحیح ہو گیا لیکن کان میں اتنی زور سے سیٹی کی سی آواز آتا شروع ہو گئی کہ رات کو سونا محال ہو گیا اور دن کے معمولات شدید متاثر ہو گئے۔ کئی سال اس کیفیت میں گزر گئے، زندگی سے سکون رخصت ہو گیا لیکن شفاء میری قسمت میں نہ تھی۔ کسی ڈاکٹر نے بتایا کہ ناک کی بڈی بڑھی ہوئی ہے۔ اس کا بھی آپریشن ہوا لیکن حالات جوں کے توں رہے اس دوران شادی ہو گئی۔ پھر دوسرے کان میں بھی سیٹی کی آواز آنے لگی۔ چہرہ اس طرح جلنے لگا جیسے آگ لگ جاتی ہے۔ سونیاں چھتی ہوئی محسوس ہوتی ہیں۔ کان کے اندر اتنا بوجھ محسوس ہوتا ہے جیسے وزنی پتھر رکھا ہوا ہے۔ ذہنی اور دماغی کیفیت بالکل جل گئی ہے اور ازدواجی معاملات سرد مہری میں بدل گئے ہیں کسی نے بتایا ہے کہ تمہارے اوپر سحر کرایا گیا ہے ان تمام باتوں کو سامنے رکھتے ہوئے مشورے اور اس کے تدارک کیلئے کوئی عمل تجویز کریں۔ (حافظ عبدالرؤف، کوئٹہ)

جواب: سحر سے متعلق آپ کا خیال یا کسی کا خیال غلط فہمی پر مبنی ہے۔ کسی مستند اور اچھے معالج سے معائنہ کرائیں، لگتا ہے کہ کان سے متعلق آپ کو کوئی شکایت لاحق ہے اور نزلہ زکام بھی ایک عرصہ سے آپ کو ہے۔ یہ امراض پرانے ہو کر پیچیدہ ہو گئے ہیں کسی تجربہ کار معالج کے علاج سے شفاء حاصل ہو جائے گی۔ غفلت برتنے سے صورتحال مزید خراب ہو سکتی ہے۔ مستقل علاج کرانے سے یہ شکایات دور ہو جائیں گی۔ نیز دوسری تمام شکایات بھی از خود ختم ہو جائیں گی۔

## جسمانی اور ذہنی الجھنیں

کئی طرح کی جسمانی اور ذہنی الجھنوں میں مبتلا ہوں اور کسی

طرح گلو خلاصی حاصل نہیں ہوتی۔ صحت ایک عرصے سے مستقل خراب ہے۔ کبھی گلا خراب ہو جاتا ہے اور کبھی پیٹ کی تکلیف ہو جاتی ہے۔ بہت جلد دواؤں سے اکتا جاتی ہوں۔ کئی طبی امتحانات ہو چکے ہیں جن کے نتائج صحیح آئے پھر بھی دن بدن کمزور ہوتی جا رہی ہوں، سر بھاری رہتا ہے اور چکر آتے ہیں۔ ذرا سا کام کرنے سے طبیعت بوجھل ہو جاتی ہے اور کام چھوڑ دیتی ہے۔ طبیب کمزوری بتاتے ہیں لیکن کمزوری کسی طرح دور نہیں ہوتی۔ چشمہ استعمال کرتی ہوں لیکن اب مستقل استعمال کرنے سے سخت الجھن ہوتی ہے۔ کچھ عرصہ پہلے رات کو سوتے ہوئے خوف طاری ہو گیا۔ خواب میں ایک عورت کو دیکھا جو مجھ پر کسی طرح کا عمل کر رہی تھی مجھے چار پانی پلٹی ہوئی محسوس ہوئی اس سے پہلے ایسا کبھی ہوا تھا۔ (سیما، اسلام آباد)

جواب: نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد سو سو مرتبہ **يَا اَللّٰهُ يَا مُرْسِدُ يَا ذِي الْحَمْدِ** پانی پر دم کر کے پیا کریں۔ ذہنی اور جسمانی دونوں دائروں میں اس ورد کے نتائج مرتب ہوں گے لیکن اس کے ساتھ ضروری ہے کہ آپ ایک مرتبہ پھر کسی طبیب سے مکمل معائنہ کرائیں، خصوصاً ناک کی خرابی کی طرف توجہ دیں۔ جب معالج اور مریض دونوں کا ذہن تشخیص کے بعد کسی ایک بات پر مرکوز ہو جاتا ہے تو روحانی اعتبار سے نتائج بہت جلد مرتب ہوتے ہیں۔ انشاء اللہ ان تمام باتوں کے بعد آپ بہت جلد مکمل صحت یاب ہو جائیں گی۔

## موکل حاضر ہوا!

میں نے کئی نوری عملیات کئے تاکہ موکل حاضر ہو لیکن ایک سال ہو گیا ہے کامیابی حاصل نہیں ہوئی آپ کا کالم پڑھا تو ذہن میں آیا کہ آپ سے رہنمائی حاصل کی جائے، کوئی ایسا عمل تلقین کریں جس سے موکل حاضر ہو اور اس عمل کی اجازت بھی عطا کریں۔ (اصغر علی، پشاور)

جواب: لوگوں سے سن کر یا ادھر ادھر سے پڑھ کر عملیات و ظائف کرنے سے نہ صرف یہ کہ نتیجہ مرتب نہیں ہوتا بلکہ اکثر

اوقات نقصان اٹھانا پڑتا ہے جس کو عرف عام میں وظیفہ کی رجعت کہتے ہیں۔ ہمارا مشورہ یہ ہے کہ فوراً اس قسم کا عمل ترک کر دیں۔ آپ نے خط میں اس بات کی وضاحت بھی نہیں کی ہے کہ آپ کس مقصد کیلئے یہ عمل کر رہے ہیں اور موکل کی حاضری سے آپ کیا کرنا چاہتے ہیں۔ زندگی کے معاملات میں اللہ پر توکل کریں اور حسب استطاعت مخلوق خدا کی خدمت کریں نہ صرف قدرت کی خوشنودی حاصل ہوگی بلکہ روحانی طمانیت کا خزانہ بھی حاصل ہوگا۔

## تکالیف ختم نہیں ہوتیں

والدہ دس بارہ سال سے متواتر کسی نہ کسی مرض یا پریشانی میں مبتلا رہتی ہیں۔ ایک مرض یا تکلیف ختم نہیں ہوتی کہ دوسری شروع ہو جاتی ہے۔ بظاہر صحت مند دکھائی دیتی ہیں اور کوئی شخص یہ نہیں کہہ سکتا کہ انہیں کوئی بیماری ہے۔ والدہ کبھی پورے جسم میں درد بتاتی ہیں، کبھی معدے کی تکلیف کی شکایت کرتی ہیں، کبھی کہتی ہیں کہ مجھ پر جادو کرایا گیا ہے، اکثر یہی کہتی رہتی ہیں کہ مجھے بہت تکلیف ہے۔ ہم نے ان کا علاج بھی کرایا ہے لیکن تکالیف ختم نہیں ہوتیں۔ (معظم علی، جھنگ)

جواب: صبح سویرے نکلنے سے پہلے والدہ سے کہیں کہ وہ ننگے پیر زمین پر کھڑی ہو جائیں ایک مرتبہ **يَا وَدُودُ** پڑھ کر ہاتھوں پر دم کریں اور ہاتھ والدہ کے سر سے لیکر پیروں تک پورے جسم پر پھیر کر زمین سے لگا دیں۔ اس طرح سات بار یہ عمل کیا جائے۔ روزانہ اس عمل کو متواتر چالیس دن تک کریں، انشاء اللہ جسمانی نظام کی بحالی اور ذہنی وسوسوں کو دور کرنے میں بابرکت عمل ثابت ہوگا۔

## خوش و خرم زندگی؟

معمولی باتوں پر الجھنے لگتی ہوں اور مزاج زیادہ تر ایک حالت پر قائم نہیں رہتا، ہمیشہ سے کوئی نہ کوئی پریشانی ذہن کیلئے بوجھ بنی رہی۔ شاید یہی وجہ ہے کہ ذہن کمزور ہو گیا ہے اور ذہنی قوت کی کارکردگی اور صلاحیتیں ختم ہو کر رہ



ہوا دیکھیں تو اس کو دیکھ کر یا مبالغہ کثرت سے پڑھیں۔

### عجیب کیفیت

میری عمر سترہ سال ہے، چند سالوں سے مجھے ایک دورہ سا پڑتا ہے یا ایک کیفیت طاری ہوتی ہے جس میں مجھے کچھ پتہ نہیں ہوتا کہ میں کیا کر رہی ہوں۔ اس کا دورانیہ ایک منٹ یا اس سے بھی کم ہوتا ہے لیکن اس دوران ذہن بالکل صاف ہو جاتا ہے۔ پہلے یہ حال کئی ماہ میں ہوتا تھا لیکن اب روزانہ ہی یہ کیفیت واقع ہو جاتی ہے۔ میں نے یہ بھی سنا ہے کہ بغیر اجازت و وظائف نہیں پڑھنا چاہیے جبکہ میں اکثر کچھ نہ کچھ پڑھتی ہوں۔ روزانہ صبح سورہ یٰسین اور سورہ فجر ضرور درمیان میں داخل ہے۔ اسی طرح رات کو بھی کئی سورتیں پڑھا معمول ہے۔ اس کے متعلق بھی اپنی رائے سے مطلع کریں۔ (گہت عامر لاہور)

جواب: سب سے پہلے آپ وظائف و اوراد ترک کر دیں جن کا ورد آپ کا معمول ہے۔ روزانہ صبح تین چار عدد عمدہ کھجوروں پر یا اللہ یاکرب یا زکریا جیہد سومرتہ دم کر کے کھالیا کریں۔ نماز فجر ادا کرنے کے بعد گھاس پر یا چکی زمین پر ننگے پاؤں پندرہ منٹ تک چہل قدمی کریں۔ بعد ازاں دونوں ہاتھوں پر ایک مرتبہ بِسْمِ اللہ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ یا اللہ یاکرب جیہد دم کر کے ہاتھ سر سے لیکر پیروں تک پھیر لیا کریں انشاء اللہ مذکورہ کیفیت ختم ہو جائیگی۔

### جسم میں بجلی

تمام جسم میں برقی رومی دوڑ جاتی ہے اور کان میں آواز آتی ہے کہ فلاں کام کرو اور فلاں نہ کرو۔ ان کیفیات کی وجہ سے کسی کام پر مطلوبہ ذہنی قوت لگانے سے قاصر رہتا ہوں اور شاید یہی وجہ ہے کہ عملی زندگی میں ناکام ہوں۔ (ارشاد چچوال)

جواب: شہد پر سومرتہ بِسْمِ اللہ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ یا عِیسیٰ قَبْلَ کُلِّ شَیْءٍ یا عِیسیٰ بَعْدَ کُلِّ شَیْءٍ دم کر کے رکھ لیں۔ روزانہ صبح ایک چھپہ کھالیا کریں۔ زیادہ نمک کے استعمال سے پرہیز کیا جائے۔ رات کو سوتے وقت استالیں مرتبہ یاکرب جیہد دونوں ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ سر سے لے کر پیروں تک پھیر لیا کریں۔

(بقیہ: پیغمبر اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک)

رکھی ہے وہ زمین سے نکال کر مجھ دے دیجئے۔ آپ نے اسی وقت خلیفہ نکال کر دی وہ خلیفہ ہی کیجئے ہی یہودی مسلمان ہو گیا اور بولا میں نے تو رات میں دیکھا ہے جو شخص سچا تو بہتر ہے کہ اگر سچا ہی ہوتا تو سونا ہو جاتا ہے میں نے اسی آزمائش کیلئے ایک خلیفہ منی سے بھر کر وہاں رکھی تھی اب مجھے علم ہو گیا ہے کہ آپ کی توبہ اور دین سچا ہے۔ (ماخوذ از کتب الدینیہ)

ختم ہو جاتی ہے کئی بار ایسا ہونے کے بعد ہمیں اس بات کا شک ہونے لگتا ہے کہ ہمارے کچھ ”مہربانوں“ نے جو ہمیں خوش نہیں دیکھ سکتے کسی عمل وغیرہ کے ذریعے رکاوٹ پیدا کی ہوئی ہے تاکہ ہمارا تماشہ دیکھ کر خوش ہوں۔ (آصفہ طارق، فیصل آباد)

جواب: شادی ایسا معاملہ ہے جس میں طرفین بہت سی باتیں سوچتے ہیں اور ان کی ترجیحات بھی الگ الگ ہو سکتی ہیں چنانچہ کئی بار معاملہ آگے بڑھ کر ختم ہو سکتا ہے یہ باتیں خلاف معمول نہیں ہیں۔ عمل وغیرہ کا خیال آپ کے ذہن میں موجود شک کا آئینہ دار ہے جس کی ہمارے خیال میں کوئی حقیقت نہیں ہے۔ بس آپ نماز کی پابندی لازمی کریں۔

### عجیب تکلیف

دادا جان تقریباً پندرہ سال سے ایک تکلیف میں مبتلا ہیں۔ پہلے انہیں بخار آتا ہے اور بخار ختم ہونے کے بعد کچھ دن بعد ان کی حالت غیر ہو جاتی ہے۔ جسم کو جھکے سے لگتے ہیں۔ وہ بہت پریشان حالی اور پریشان خیال میں مبتلا رہتے ہیں۔ کچھ نہ کچھ بولتے بھی رہتے ہیں۔ جھکے لگتے ہیں تو ان کی آنکھیں بھی سرخ ہو جاتی ہیں۔ بے خیالی اور پریشانی میں چاروں طرف دیکھنے لگتے ہیں۔ کہتے ہیں کہ مجھے ہر چیز سے ڈر لگتا ہے اور اس حالت میں تیز تیز چہل قدمی کرنے لگتے ہیں۔ پہلے دو تین سال بعد یہ حالت ہوتی تھی لیکن اس دفعہ چھ برس بعد یہ حال ہوا ہے۔ (ارشاد شفق پورہ)

جواب: کسی ماہر امراض دماغ کو دکھائیں۔ مختلف ادویات سے اس طرح کی کیفیات کا سد باب یا کنٹرول ہو جائے گا۔

هُوَ اللّٰهُ الْخَالِیْقُ الْبَارِئُ الْمُصَوِّرُ لَهُ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنٰی (الحشر 24) یہ الفاظ رات کے وقت پانی پر اکیس بار دم کر کے پلائیں۔ علی الصبح پانی پر اکتالیس مرتبہ یا عِیسیٰ یا قَیُّوْمُ دم کر کے پلایا جائے۔

### دماغی استعداد

میرا چھوٹا بھائی جس کی عمر تیرہ سال ہونے کو آئی ہے انگوٹھا چوستا ہے ہم نے کئی طریقوں سے اسے باز رکھنے کی کوشش کی ہے لیکن وہ اس عادت کو نہیں چھوڑتا کوئی ایسا عمل علم النفس کی رو سے بتائیں جس سے وہ اس عادت کو ترک کر دے۔ (اسلم بہاولپور)

جواب: اگر بچے کی دماغی استعداد معمول کے مطابق ہے تو مندرجہ ذیل عمل سے انشاء اللہ ذہن اس عادت کو ترک کرنے کی طرف مائل ہو جائے گا۔ جب بچے کو انگوٹھا چوستا

لگتی ہیں ذرا سی بات باوجود کوشش کے سمجھ میں نہیں آتی۔ صحت خراب رہتی ہے جس کی وجہ سے احساس کمتری مسلط رہتا ہے۔ زندگی میں کوئی کشش محسوس نہیں ہوتی اور سوچتی ہوں کہ حالات میرے لیے خراب کیوں ہیں مایوسی کی گہری دلدل میں خود کو پھنسا ہوا محسوس کرتی ہوں۔ ان تمام امور کے متعلق مشورے اور عمل سے نوازیں تاکہ میں خوش و خرم زندگی گزار سکوں۔ (عظمیٰ نوشین، کراچی)

جواب: آدمی کی طرف طرز فکر نہ صرف اس کے اعمال بلکہ اس کے ذہن کو بہت متاثر کرتی ہے۔ مثلاً دو افراد جو مختلف طرز فکر رکھتے ہیں ایک سی بات کو دو طرح سے سوچتے ہیں اور اس کا نتیجہ بھی ان کے ذہنوں پر الگ الگ مرتبہ ہوتا ہے۔ جب بار بار طرز فکر ذہن میں دوڑتی ہے اور اس میں نقص ہوتا ہے تو آدمی کی ذہنی توانائی تیزی سے خرچ ہوتی ہے۔ بالآخر وہ مختلف ذہنی اور جسمانی الجھنوں میں گرفتار ہو جاتا ہے۔ ہمارے تجربے کے مطابق جو آپ کا تفصیلی خط پڑھ کر کیا گیا ہے آپ کے اندر احساس کمتری و محرومی کے جذبات زیادہ ہیں اور انہی جذبات کی زیادتی سے آپ ذہنی دباؤ کا شکار ہو گئی ہیں۔ اپنے ارادے کی قوت استعمال کرتے ہوئے یہ تہیہ کر لیں کہ ان دو باتوں کو اپنے قریب آنے نہیں دیں گی۔ اس معاملے میں اسم ذات اللہ کا ورد موثر ثابت ہوگا۔ زیادہ وقت با وضو رہیں اور اللہ اللہ ہی دل میں یا صرف زبان کی حرکت سے پڑھا کریں۔

### کاموں میں رکاوٹیں

گزشتہ تین چار سالوں سے میرے کاموں میں رکاوٹیں بہت زیادہ ہونے لگی ہیں۔ طرح طرح کی مشکلات کے بعد بالآخر کام بھیج جاتے ہیں۔ کسی صاحب نے بتایا ہے کہ آپ کے حالات گردش میں ہیں اور مزید پانچ سال اسی طرح کے حالات کا سامنا آپ کو کرنا ہوگا۔ (شما علی)

جواب: زندگی کے ادوار میں مختلف معاملات و حالات آدمی کو پیش آتے ہیں لیکن حالات کے متعلق یہ سمجھنا کہ وہ صرف خراب ہی خراب ہیں۔۔۔! صحیح نہیں ہے۔ آپ نے خود بھی اس بات کا تذکرہ کیا ہے کہ کام بالآخر پورا بھی ہو جاتا ہے۔ حالات کی گردش کا خیال ذہن پر مسلط نہ کریں بلکہ محنت اور دیانت سے زندگی گزاریں۔ حالات از خود آپ کے حق میں ہو جائیں گے۔

### شادی میں رکاوٹیں؟

شادی کیلئے بات چیت شروع ہوتی ہے لیکن بات بنتے بنتے



# جنات کا پیدائشی دوست

ایک ایسے شخص کی بچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں، قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس پر اسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور حلم چاہیے

اللہ علیہ الجمعین اور چار اولیاء رحمۃ اللہ علیہم الجمعین کی زیارت ہو چکی ہے پھر ان صحابہ صحابہ رضوان اللہ علیہم الجمعین کے نام حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ تعالیٰ عنہ، حضرت عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہ، حضرت عثمان غنی رضی اللہ تعالیٰ عنہ، حضرت علی المرتضیٰ رضی اللہ تعالیٰ عنہ، حضرت ابوذر غفاری رضی اللہ تعالیٰ عنہ، حضرت سلمان فارسی رضی اللہ تعالیٰ عنہ، حضرت حسن رضی اللہ تعالیٰ عنہ، حضرت حسین رضی اللہ تعالیٰ عنہ، اور حضرت طلحہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ بتائے۔ مزید بتایا کہ ان میں سے حضرت طلحہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے میرے سر پر ہاتھ رکھا اور فرمایا ہم سارے تجھے اس کلمے کی مبارکباد دینے آئے ہیں جو تو نے دن رات لاکھوں کی تعداد میں پڑھا۔ حضرت طلحہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے بتائی انوکھی بات: ہم تجھے ملنے آئے ہیں اور مبارکباد دینے آئے ہیں یہ کلمہ ساری کائنات میں نور بن جاتا ہے پھر نور کی بارش ہوتی ہے اور حضرت طلحہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے ایک انوکھی بات کہی۔ وہ خاتون رورو کر مجھے بات سنارہی تھی کہ حضرت طلحہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا: جب تم کلمہ پڑھتی ہو اور پھر تمہارے کلمے کا پورے عالم میں نور پھیلتا ہے اس نور سے بارش ہوتی ہے اور اس بارش سے لوگوں کی تکلیفیں، مشکلیں اور پریشانیاں ختم ہوتی ہیں حالانکہ انہوں نے پڑھا نہیں ہوتا یعنی پڑھو تم اور مصیبتیں دوسرے لوگوں کی ختم ہوں۔ انوکھی بات: پھر فرمایا وہ لوگ پھر دعائیں کرتے ہیں کہ یا اللہ جنہوں نے ہمارے لیے غائبانہ دعا کی ان کو بھی کبھی مصیبت میں مبتلا نہ کرنا اور پھر حضرت طلحہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے مزید فرمایا ان کی مصیبتیں دور کرنے میں تمہارا ہاتھ ہے اس لیے قیامت کے دن تمہیں ایسا تاج پہنایا جائے جو تم نے نہ دیکھا نہ سوچا نہ تمہارے گمان میں آیا۔ کلمہ سے نسلوں کے بھی کام بن جائیں گے: وہ تاج تمہیں اس لیے پہنایا جائے گا کیونکہ تم نے لاکھوں سے زیادہ کلمہ پڑھا ہے پھر فرمایا لاکھوں سے زیادہ پڑھتی چلی جاؤ۔۔۔ لاکھوں سے زیادہ اس کلمے کو اور بڑھاتی جاؤ جو اس کلمہ کو لاکھوں پڑھے گا اور لاکھوں سے لاکھوں پڑھے اس کو اللہ رب العزت نور عطا فرمائیں گے اور اس نور کے اندر ایک برکت دیں گے اور اس برکت کے

آج مجھے میں کلمے کے راز بتاؤں: ویسے بھی کلمے کی طاقت ساری کائنات میں سب سے بڑھ کر ہے کائنات کا کوئی راز کلمے سے بڑھ کر نہیں کلمہ راز بھی ہے طاقت، قوت، عظمت، عزت، شان و شوکت، وقار اور یہ سب کچھ کلمے میں ہے۔ آخر کیوں نہ ہو؟ اللہ تعالیٰ نے کلمے کے اندر کائنات کے رازوں کی کنجیاں رکھی ہیں۔ مخلوق کتنی دیوانی ہے ادھر ادھر بھاگتی رہتی ہے کوئی میرے پاس آئے اور اسے اپنے سامنے وں اور اس سے کہوں آج مجھے میں کلمے کے راز بتاؤں۔

کلمہ ایک خوبصورت سنہری چابی: آپ نے کبھی غور نہیں کیا کہ کلمے کو لکھا ہوا دیکھیں تو ایسے محسوس ہوتا ہے کہ جیسے ایک خوبصورت سنہری چابی ہے اور اس کے دندانے ہیں اور واقعی اگر چابی کا ایک دندانہ بھی کم ہو جائے یا ٹوٹ جائے تو چابی تو ہوتی ہے اور ہوتی بھی خوبصورت ہے لیکن ایک دندانہ نہ ہونے سے تالا کبھی نہیں کھلتا اسی طرح کلمہ اپنے پورے لفظوں کے ساتھ طاقتور اور پُر تاثیر ہے۔ یا اللہ! تیری شان کریں یہ ورنہ میں اس قابل کہاں؟ میں نے اپنے مشاہدات اور تجربات میں آپ کو لا الہ الا اللہ اور پھر محمد رسول اللہ کی تاثیر عرض کی اور پچھلی چند قسطوں میں آپ نے لوگوں کے مشاہدات اور تجربات پڑھے جو بہت تھوڑے میں نے بیان کیے وہ اتنے زیادہ ہیں اتنے زیادہ ہیں کہ میں گمان نہیں کر سکتا بعض اوقات سوچتا ہوں کہ یا اللہ تو نے میرے ساتھ کتنا عجب معاملہ کیا مجھے کلمے کے پھیلانے پڑھنے اور مخلوق کو بتانے کا ذریعہ بنادیا۔ یا اللہ یہ تیرا شکر ہے! احسان ہے یہ تیری عظمت، شفقت اور کرم نوازی ہے کہ تو نے میرے ساتھ اتنی شان کریبی بنائی کہ میں اس قابل کہاں؟ غریب کا گھر اور خاتون کی کیفیات: میں پچھلے دنوں ایک غریب آدمی کے گھر گیا۔ بہت چھوٹا سا مکان اور اس چھوٹے سے مکان میں اوپر نیچے پانچ خاندان رہتے ہیں۔ سب مرد اکٹھے ہو گئے خواتین پردے میں یعنی انہوں نے آگے ایک چادر تان لی اور سب خواتین پیچھے بیٹھ گئیں۔ جاتے ہی مجھے ایک خاتون کی آواز آئی کہ حضرت علامہ آپ کی برکت سے میں نے لاکھوں کلمہ پڑھا اور ایک اور خاتون بولی کہ اس کلمے کی برکت سے مجھے اب تک نوحابہ رضوان

ذریعے اس کی اور اس کی نسلوں کے سب کام بن جائیں گے سب مشکلیں دور ہو جائیں گی۔ کمرے سے تین دن خوشبو آتی رہی: وہ خاتون کہنے لگیں جب یہ خواب ختم ہوا میرے کمرے میں روشنی اور خوشبو تھی جو تھوڑی دیر رہی روشنی ختم ہو گئی لیکن وہ خوشبو تین دن میرے گھر سے آتی رہی۔ بس اب تو مجھے سب شوق ختم ہو گئے جذبہ ختم ہو گئے اب تو بولنا بھی کم کر دیا۔ بس دن رات میرا یہی کام ہے میں نے کلمہ پڑھا ہے اتنی بڑی ہستیاں کی زیارت کی۔ چار اولیاء کی زیارت اور دعا کی درخواست: میں نے پوچھا آپ کو چار کن اولیاء رحمۃ اللہ علیہم الجمعین کی زیارت ہوئی کہنے لگے وہ چار بڑے بڑے بزرگ بیٹھے ہوئے تھے میں نے ان سے جا کر سوال کیا میں آپ سے دعا کرانا چاہتی ہوں تو وہ تمام بزرگ مسکرا دیئے اور فرمانے لگے ہم سے دعا کرنا چاہتی ہوں کہ یا ہم تمہیں دعا دیں ہم تو چاہتے ہیں تم ہمارے لیے دعا کرو۔ کلمہ کی عظمت اتنی زیادہ کہ تم سوچ نہیں سکتی: خاتون کہنے لگی: میں مسکرانے لگی اور مجھے خود بخود نہ آئی کہ کیا کہوں۔ وہ بزرگ فرمانے لگے تم جو کلمہ پڑھتی ہوں اور اتنی تعداد میں پڑھتی ہو اس کلمے کی عظمت اتنی زیادہ ہے کہ تم سوچ بھی نہیں سکتی اور تمہیں اس کلمے سے جو کچھ ملا تمہیں گمان بھی نہیں۔ ہم تمام اولیاء (رحمۃ اللہ علیہم الجمعین) تم سے دعا کرانے آئے ہیں اور پھر ان حضرات نے اپنے نام بتائے۔ ایک درویش تھے حضرت بہاؤ الدین ذکر یا ملتان رحمۃ اللہ علیہ دوسرے درویش حضرت شاہ شمس تبریز رحمۃ اللہ علیہ تیسرے درویش حضرت شیخ مویٰ ملتان رحمۃ اللہ علیہ اور چوتھے درویش حضرت شیخ عبدالقادر جیلانی رحمۃ اللہ علیہ۔۔۔ خاتون کہنے لگیں ان میں سے ایک درویش نے مجھے ایک روٹی دی جس پر کچھ دال رکھی ہوئی تھی اور فرمانے لگے یہ خود بھی کھانا اور بچوں کو بھی کھلانا میں نے ان کے سامنے کھانا شروع کیا بس اسے کھاتے ہی میری آنکھ کھل گئی۔ کہنے لگی کہ میں نے محسوس کیا کہ میرے منہ میں روٹی کا ذائقہ ہے اور دل کی خوشبو ہے اس دن کے بعد آج تک وہ بہترین ذائقہ اور خوشبو میرے منہ میں ایسی رہی بس ہوئی ہے کہ میں جو بھی کھاؤں وہ ذائقہ اور خوشبو میرے کھانے کو ایسا نہایت بہتر بنی اور لا جواب بنا دیتی ہے کہ میں گمان نہیں کر سکتی۔ بس اب تو دل چاہتا ہے کہ۔۔۔ وہ خاتون مجھ سے پردے کے پیچھے پوچھنے لگی کہ کیا میں یہ کلمہ پڑھتی جاؤں تو میں نے ان سے سوال کیا کہ کیا آپ کا دل چاہتا ہے کہ آپ اس کو چھوڑ دیں؟ کہنے لگیں اب تو یہ جی چاہتا ہے کہ بس اور کچھ نہ کروں۔۔۔ بس دن رات اسی کو پڑھتی

رہوں۔ سارے مسائل، مشکلات اور غموں سے نجات: میں نے کہا الحمد للہ آپ کو طہینان اور تلی ہوئی اس کلمے میں ساری کائنات ہے اس کلمے میں ساری قوت ہے اللہ کے فضل سے کلمے پر منت کرتی جاؤ اور جو کلمہ پڑھے گا اس کو جہاں اللہ کی محبت اور تعلق نصیب ہوگا وہاں اس کو دنیا کے مسائل و مشکلات اور غموں اور پریشانیوں سے نجات ملے گی۔ گیارہ لاکھ مرتبہ کلمہ پڑھا اور پھر۔۔۔: خواتین سے بات ختم کرنے کے بعد جب میں مردوں کی طرف متوجہ ہوا تو ایک جوان غالباً اس کی عمر انیس تیس سال ہی ہوگی مجھے متوجہ ہو کر کہنے لگا علامہ صاحب میں نے یہ کلمہ پہلے گیارہ لاکھ پڑھا پھر میرے دل میں آیا کہ اب میں گیارہ لاکھ خالی محمد رسول اللہ بھی پڑھ لوں ابھی محمد رسول اللہ دو لاکھ تینتیس ہزار ہی پر پہنچا تھا کہ میں نے ایک انوکھا واقعہ دیکھا ہماری سوسائٹی میں کتے نہیں ہیں لیکن ایک دن میں مارکیٹ سے گھر کا سامان بھری وغیرہ لے کر گھر آ رہا تھا کہ ایک کالا کتا میرے پیچھے لگ گیا وہ دم ہلاتا ہوا میرے پیچھے پیچھے چل رہا تھا۔ پہلے تو مجھے خوف محسوس ہوا لیکن میں نے دیکھا کہ اس کی گردن نیچے جھکی ہوئی ہے اور وہ اپنی دم ہلا رہا ہے میں نے محسوس کیا کہ اس کے عزائم خطرناک نہیں۔ کالے کتے کا پھر پیچھا کرنا: چند گھنٹے گھر رہا پھر گھر سے باہر نکلا تو وہ کتا ویسے ہی بیٹھا ہوا تھا۔ پھر مجھے ساتھ ہی ایک پڑوسی کے ہاں دو گلیاں چھوڑ کر جانا تھا میں نے دیکھا کہ وہ کتا پھر میرے پیچھے اور میں حیران ہوا۔ نامعلوم مجھے کیا محسوس ہوا حالانکہ میرے گمان میں نہیں تھا اور نہ مجھے اس کا پہلے سے تجربہ۔۔۔ نہ میں ولی ہوں۔۔۔ نہ میں نیک ہوں۔۔۔ بس! آپ کے کالم پڑھ کر میں زندگی کی سابقہ کوتاہیوں سے توبہ کر چکا ہوں اور آپ کے کالم سے مجھے زندگی کی ایک نئی نوید کرن، خوشبو اور ہدایت ملی ہے میں نے بے ساختگی میں بغیر کسی گمان میں اور بغیر کسی خیال میں پیچھے مڑ کر اسے کہا مہربانی کر میرا پیچھا کیوں تو نے شروع کر دیا ہے جا اپنا کام کر۔ کالے کتے کے ساتھ عجب گفتگو: اچانک میرے کانوں میں آواز آئی اور ایسے محسوس ہوا کہ کتا کہہ رہا ہے کہ مجھے اپنے سے دور نہ کر۔۔۔ تیرے اندر کلمے اور پھر اب تو نے محمد رسول اللہ کا ذکر کیا اس کی خوشبو آئی۔ میں انسان نہیں ہوں میں کتا نہیں ہوں میں تو جن ہوں۔ میں تیرا ساتھی ہوں تیرا دوست ہوں میں تجھے نقصان نہیں پہنچاؤں گا۔ میں تب سے تیرے ساتھ رہ رہا ہوں جب سے تو نے یہ دونوں ذکر شروع کیے ہیں اور اگر تو اجازت دے تو میں تیرے ساتھ رہنا چاہتا ہوں۔ میں خود

کلمے سے محبت کرتا ہوں اور خود کروڑوں کی تعداد میں کلمہ پڑھا ہے اور ہر وہ شخص جو کلمے سے محبت کرے مجھے بہت پسند ہے۔ پرانا قبرستان اور کلمہ کے فضائل: میں قریب پرانے قبرستان میں رہتا ہوں میری اپنی فیملی ہے اور میں اپنا روزگار کر کے کام کرتا ہوں جب سے تو نے کلمہ شروع کیا اور پھر کلمہ اتنی زیادہ تعداد میں پڑھ کر محمد رسول اللہ شروع کیا بس اس دن مجھے تم سے محبت ہوگئی کیونکہ کلمہ پڑھنے کے بعد تمہارے اندر سے جنور نکلا وہ ساتھ کے قبرستان والے کتنے ایسے تھے جن کی قبروں میں ان کے گناہوں کی وجہ سے آگ لگی ہوئی تھی۔ ان میں ایک ایسا تھا جس نے ساری عمر اپنی بیوی کو ستایا تھا۔ ایک ایسا تھا جس نے اپنی ماں کو ستایا تھا۔ اس طرح بے شمار لوگوں کے بارے میں بتایا پھر اس آواز نے مجھے بتایا کہ ان سب کی بخشش ہوگئی۔ کلمے کی دوستی دائمی ہوتی ہے: اس دن سے میں تمہارا دوست ہوں آج پہلی دفعہ تمہیں صرف اس کلمے کے روپ میں آ کر میں اظہار کر رہا ہوں کہ اس عمل کو نہ چھوڑنا مجھ جیسے جن تمہارے خادم اور دوست بنیں گے اور بننے چلیں جائیں گے۔ دیکھو کلمے کی دوستی دائمی ہوتی ہے غرضی نہیں ہوتی، مجھے اپنا دوست بنائے رکھنا اور مجھے اپنی دوستی سے دور نہ رکھنا میں کبھی کبھی تمہیں اپنے کسی بھی انداز میں قریب ہونے کا اظہار کرتا رہوں گا کبھی کتے کی شکل میں، کبھی کسی اور شکل میں، نہ ڈرنا نہ گھبرانا، نہ خوف زدہ ہونا اور دیکھو ایک بات ہے اس بات کا اظہار کسی سے نہ کرنا کلمہ سے پیار، محبت، سکھ اور سکون مل گیا: وہ جوان یہ بات کرتے ہوئے سسکیاں لے رہا تھا اس کے آنسو بہہ رہے تھے۔ کہنے لگا: اس کا اظہار میں نے کسی سے نہیں کیا، صرف آپ سے کر رہا ہوں۔ اس آواز کے بعد میں نے مڑ کر دیکھا تو وہ کتا نہیں تھا کبھی مجھے کتے کی شکل محسوس ہوتی ہے کبھی کسی شکل میں، کبھی کسی شکل میں، کبھی دیکھتا ہوں کہ بہت نورانی شکل کے باجی ہے اب تو عالم یہ ہے کہ ان کے ملنے سے مجھے محبت اور پیار ملے گا۔ صرف سوچتا ہوں مشکلیں ٹل جاتی ہیں: سکھ اور سکون ملنے لگا مجھے زندگی میں وہ کمال ملا جو میں نے کبھی سوچا نہیں تھا۔ میرے کام بننا شروع ہو گئے اب تو میں سوچتا ہوں کام بن جاتے ہیں سوچتا ہوں مشکلیں ٹل جاتی ہیں سوچتا ہوں ہر شخص بچھڑا ہوا مل جاتا ہے۔ سوچتا ہوں زندگی کا ہر نظام میرے تابع ہوتا ہے آپ۔۔۔ مجھے مخاطب ہو کر کہنے لگا۔۔۔ پھر مخاطب ہو کر کہنے لگا۔۔۔ (پھر مخاطب ہو کر کہنے لگا)۔۔۔ آپ یعنی یہ بار

بار کہتے ہوئے وہ اپنی جگہوں میں ڈوب جاتا تھا اور پھر کہنے لگا کہ آپ میرے لیے ضرور دعا کیجئے کہ میں یقیناً اس عمل کی برکت سے ایسی ایسی چیزیں پا گیا ہوں اور ایسے نظارے اور خواب دیکھتا ہوں کہ خود مجھے بھی خبر نہیں میں کہاں سے کہاں چلا گیا۔ صرف ستر ہزار کلمہ کا نصاب پڑھا اور۔۔۔ ساتھ بیٹھے مرد اور خواتین کو میں نے خود ہی ٹولا اور ان سے مزید اپنے مشاہدات اور تجربات بیان کرنے کا کہا تو ایک خاتون کی آواز آئی میں نے صرف ستر ہزار کلمہ پڑھا ہے اور ستر ہزار صرف محمد رسول اللہ پڑھا ہے اس کے پڑھنے سے میری بیٹی سسرال میں بہت دکھی تھی اور پریشان تھی۔ ہر وقت گھر میں جھگڑے، مشکلیں، نگینیں پریشانیوں اور بدمرگی رہتی تھی اور بیٹی کو بھی میں نے کہا کہ وہ بھی پڑھے۔ اس کے پڑھنے سے اس کو اتنے فائدے ہوئے اور اتنے زیادہ کہ گھر میں سکون، زندگی میں چین، عزت، راحت اور کامیابی آگئی اور اس کے گھر کا ہر مسئلہ ایسا ٹھیک ہوا کہ میں خود حیران ہوں۔ ہر کسی کا ہر مسئلہ حل ہوا: کہنے لگی کہ میں نے اپنے پڑوس میں بھی کئی لوگوں جن کے گھروں میں جھگڑے، بیٹیاں پریشان، شوہروں کی گالیاں، آپس میں لڑائی جھگڑے۔۔۔ ان سب کو کہا کہ یہی وظیفہ ستر ہزار کلمہ اور ستر ہزار محمد رسول اللہ پھر ستر ہزار کلمہ اور پھر ستر ہزار محمد رسول اللہ پڑھو اس طرح تین نصاب پانچ نصاب، سات نصاب، گیارہ نصاب پڑھو۔ ان کے مسئلہ حل ہو گئے۔ کسی کو ایک نصاب سے، کسی کو دو سے، کسی کو تین نصاب سے۔۔۔ کسی کو زیادہ سے۔۔۔ کسی کو تھوڑے سے۔۔۔ لیکن کوئی شخص ایسا نہیں ملا جس کے مسئلہ حل نہ ہوئے ہوں۔ وہ خاتون کہنے لگی کہ ہمیں تو آپ نے ایک ایسی دعا دی ہے ہم جو مانگتے ہیں مل جاتا ہے ہم جو سوچتے ہیں ہمارا ہو جاتا ہے ہماری ہر مشکل ٹل جاتی ہے ہماری ہر پریشانی دور ہو جاتی ہے اور وہ عورت مزید بتانے لگی اللہ کے فضل سے اس شکرانے میں ہم نے غریبوں میں دیگیں بانٹی ہیں کہ مجھے اتنا بڑا وظیفہ مل گیا۔ کہنے لگیں کلمہ اور محمد رسول اللہ پہلے بھی پڑھتے تھے لیکن جس طرح آپ نے فائدے بتائے ہیں یہ کوئی انوکھے فائدے ہیں جو ہماری سمجھ اور سوچ سے بالاتر ہیں اور واقعی اس کے اتنے فائدے پہنچے جو ہمارے گھر کو بھی آباد و شاد اور ہمارے محلے کے بے شمار گھرانے اور پھر انہوں نے آگے بے شمار لوگوں کو بتایا ان کے گھر بھی آباد و شاد ہو گئے۔ (جاری ہے)

اس سے بھی زیادہ پراسرار واقعات اور لا جواب وظائف اور سابقہ قسطا پڑھنے کیلئے ”جنات کا پیدائشی دوست“ کتاب پڑھیے۔



# آپ کا خواب اور روشن تعبیر



ہیں کہ یہ سانپ تمہارے کمرے سے کیسے آیا۔ میری داد نے کھانا کھا کر سانپ کو ہاتھوں میں اٹھایا اور ہمارے کمرے میں چھوڑ دیا اور بہت خوش ہو رہی ہیں پھر میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ (ب، ج)

تعبیر: خواب آپ تمام لوگوں کے حق میں اچھا نہیں ہے۔ نقصان کا اندیشہ ہے۔ بہت احتیاط کریں اور ہر نماز کے بعد تین بار سورہ فلق اور تین بار سورہ ناس پڑھ کر بدن پر دم کریں۔

## ہر کام میں رکاوٹ

خواب: دیکھا کہ ہمارے گھر میں سانپ کا چھوٹا سا بچہ ہے اور خواب میں ہمارا گھر نیا بن رہا ہے۔ (حقیقت میں ہمارا گھر نہیں بن رہا لیکن بنانے کا ارادہ ہے) اور ہم اس میں شفت ہونے جا رہے ہیں تو ایک اور سانپ کا بچہ دیکھا لیکن وہ پہلے سے بڑا تھا، ہم نئے گھر گئے تو میں نے اپنے ہاتھ پر ایک بہت بڑا سانپ لپٹا ہوا دیکھا۔ میں اسے کھینچ کر باہر نکال رہی ہوں اور وہ نکلتا جا رہا ہے، ختم نہیں ہو رہا۔ میں نے اسے مارا تو اس کے دو ٹکڑے ہو گئے پھر بھی وہ زندہ تھا۔ میں نے یہ خواب دوبار اور فجر کے وقت دیکھا۔ (نبیلہ لاہور)

تعبیر: خواب اچھا نہیں ہے۔ آپ پر جادو کے اثرات ہو رہے ہیں جس کی وجہ سے ہر کام میں رکاوٹ آ رہی ہے۔ دشمن مسلسل آپ کو نقصان پہنچانے کی کوشش کر رہا ہے۔ آپ تمام گھر والوں کی طرف سے گوشت کا صدقہ کریں اور احتیاط کریں۔ ہمیشہ با وضو رہیں۔

## مشکلات سے نجات

خواب: میں نے دیکھا کہ میں قبرستان میں داخل ہوتی ہوں وہاں قبرستان کے دروازے کے آگے دو مزدور مٹی کھود رہے ہوتے ہیں۔ میں دل میں سوچتی ہوں کہ مجھے کچھ تلاوت کر کے پھونک دینا چاہیے۔ میں وہیں کھڑی ہو کر سورہ اخلاص کا ورد کرنا شروع کر دیتی ہوں۔ میں پڑھ رہی ہوتی ہوں تو وہی مزدور مجھے کہتے ہیں کہ آگے آکر پڑھو پھر میں آگے بڑھتی ہوں اور پڑھتی رہتی ہوں پھر مجھے محسوس ہوتا ہے کہ میں نے تلاوت میں کوئی غلطی کی ہے۔ میں دوبارہ پڑھنا شروع کر دیتی ہوں پھر آنکھ کھل جاتی ہے۔ (فلک لاہور)

تعبیر: ماشاء اللہ آپ کا خواب آپ کے حق میں بہت مبارک

## مقصد میں کامیابی

خواب: میں نے دیکھا کہ میں اپنے ڈیپارٹمنٹ کی چکر دار سیڑھیوں کے نیچے اتر رہی ہوں۔ میں جلدی جلدی اتر رہی ہوں کیونکہ مجھے خیال آتا ہے کہ سر میرے پیچھے اتر رہے ہیں پھر میں نے دیکھا کہ وہ مجھ سے آگے اتر رہے ہیں۔ انہوں نے آسمانی رنگ کی شرٹ پہنی ہوئی ہے۔ میں شاید سر سے کچھ کہہ رہی ہوں۔ اچانک ایک لڑکا سیڑھیاں چڑھنے کی کوشش کرتا ہے حالانکہ سیڑھیوں پر سے ایک وقت میں ایک ہی شخص اتر یا چڑھ سکتا ہے میں اس سے کہتی ہوں کہ پہلے ہم اتر جائیں پھر تم چڑھ جانا۔ وہ اتر جاتا ہے پھر جب سیڑھیاں ختم ہونے والی ہوتی ہیں دو بارہ وہی لڑکا یا شاید کوئی اور سیڑھیاں چڑھنے لگتا ہے۔ وہ دو تین سیڑھیاں چڑھ بھی جاتا ہے۔ میں اسے ڈانٹتی ہوں اور اس سے کہتی ہوں کہ تمہیں نظر نہیں آتا کہ ہم اتر رہے ہیں جب ہم اتر جائیں تو چڑھ جانا۔ وہ اتر جاتا ہے ہم سیڑھیاں اتر جاتے ہیں۔ ڈیپارٹمنٹ سے باہر نکلتے ہوئے راستے میں ایک کانٹوں والی جھاڑی پڑی ہوئی ہے اس میں لال رنگ کے چھوٹے چھوٹے پھول لگے ہوتے ہیں اور شاید پتے نہیں ہوتے یاد نہیں۔ میری نظر اس جھاڑی پر نہیں پڑتی۔ میں سر سے باتیں کرتے ہوئے اس جھاڑی کی طرف جانے لگتی ہوں تو سر مجھے روک دیتے ہیں اور کہتے ہیں (ع) سامنے دیکھو میں رک جاتی ہوں مگر پھر بھی چند کانٹے میرے عبائے میں جاتے ہیں۔ لیکن چھپتے نہیں ہیں۔ میں انہیں نکال دیتی ہوں اور سوچتی ہوں کہ سر کو میرا نام یاد ہے۔ مجھے حیرت بھی ہو رہی ہے اور خوشی بھی ہو رہی ہے۔ (ع اسلام آباد)

تعبیر: خواب کے مطابق آپ کو مقصد میں کامیاب ہونا مشکل نظر آتا ہے۔ ضروری نہیں جو چیز مانگی جائے وہ مل جائے۔ آپ اپنی تعلیم پر توجہ دیں اس میں ہی عزت ہے۔ باقی ایسی ویسی کوئی حرکت نہ کریں جس کی وجہ سے آپ کی عزت میں فرق آجائے۔ کچھ لوگ آپ کو تنگ کرنے کیلئے کمزوری تلاش کر رہے ہیں۔ وہ آپ کے قریب کے لوگ ہیں۔ احتیاط کے ساتھ اپنی تعلیم مکمل کریں اور اللہ رب العزت سے خیر و عافیت کی دعا کریں۔

## کالا اور سفید سانپ

خواب: میں نے دیکھا کہ ہمارے گھر سانپ آیا ہے جس کا رنگ سفید اور کالا ہے۔ میری دادی کہہ رہی ہیں کہ یہ (ش) کے کمرے سے آیا ہے۔ میری دادی ہم پر بہت غصہ کر رہی

ثابت ہوگا۔ آپ کو نیک اعمال کی توفیق ہوگی اور مشکلات سے نجات ملے گی۔ آپ ہر نماز کے بعد تین بار سورہ اخلاص پڑھ کر خیر و برکت کی دعا کریں۔

## گناہوں سے توبہ کی توفیق

خواب: میں نے دیکھا کہ میری چھوٹی بہن دادا جی ایک ویران جگہ پر ہیں وہاں پر تین قبریں ہیں جن میں ایک میری ایک میرے دادا جی اور ایک میری بہن کی ہے۔ ہم اس کے سامنے کھڑے ہو کر فیصلہ کر رہے ہیں کہ کون سی قبر کس کی ہے۔ میں دیکھتی ہوں کہ قبر کے کناروں پر سبز رنگ کا کچھ ہوتا ہے۔ پھر منظر بدلتا ہے میں دیکھتی ہوں کہ میرے دادا جی ایک خواب دیکھتے ہیں اور ہمیں آکر بتاتے ہیں کہ میری امی کی موت ہونے والی ہے۔ میں بہت روتی ہوں پھر دیکھتی ہوں کہ اپنی امی کو اپنی ہی گاڑی میں لے کر کہیں جا رہے ہیں جن کا جنازہ نکالنے کیلئے لیکن وہ اس وقت زندہ ہوتی ہیں۔ میں بھاگ باہر جا کر دیکھتی ہوں کہ ایک ٹرک آ رہا ہے جو لوگوں سے اتنا بھرا ہوا ہے کہ لوگ باہر تک لٹکے ہوئے ہیں جنازہ کیلئے لیکن میری ماں اندر زندہ ہوتی ہیں۔ پھر میری امی میرے ابو سے کہتی ہیں کہ باہر لوگوں کو پیسے دے کر آؤ۔ میرے ابو کہتے ہیں میں یہاں پر ہی دے دیتا ہوں۔ وہ دس روپے مجھے دیتے ہیں اور کہتے ہیں کہ دو روپے سامنے والی لڑکی کو دے دو۔ میں دس روپے اسے دے دیتی ہوں اور دو روپے اپنے پاس رکھتی ہوں۔ پھر تھوڑی دیر بعد پتہ چلتا ہے کہ کسی اور کی موت واقع ہوگئی ہے اور میں بہت خوش ہوتی ہوں کہ میری امی بچ گئیں ہیں۔ (ا، ر۔ کراچی)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق اس بات کا اشارہ ہے کہ گناہوں سے توبہ کی توفیق ہوگی اور خاندان کی خوشیاں ملیں گی۔ نیز والدین کی درازی عمر کا بھی اشارہ ہے۔

نصیر احمد ایبٹ آباد

## اسکندھ سے عورتوں مردوں کے امراض کا شافی علاج

یہ مقوی باہ ہے۔ بدن اور کمر کو طاقت بخشتا ہے۔ عورتوں کے مرض جریان الرحم اور بچوں کے مرض سوکھا پن میں مستعمل ہے۔ یہ بدن کو بھی خربہ کرتا ہے اس کا سفوف چار ماشہ روزانہ صبح شکر اور دودھ کے ہمراہ کھلانا معین حمل ہے

اسکندھ کا پودہ ایک فٹ سے چار فٹ یا پانچ فٹ تک اونچا ہوتا ہے اس کی جڑ پتلی لمبی انگلی کے برابر ہوتی ہے جب اس کی جڑ کو توڑا جائے تو گھوڑے کے پیشاب کی طرح اس سے بدبو آتی ہے۔ اس لیے اس کا سنسکرت نام آشوگندھا ہے۔ اسے مختلف ملکوں میں مختلف ناموں سے پکارا جاتا ہے۔ پاکستان کے گرم خشک علاقوں میں پانی جاتی ہے۔ اس کے علاوہ ریاست ناگوار (ناگ پور) میں بکثرت پیدا ہوتی ہے۔ جو تمام ممالک میں پیدا ہونے والی سے زیادہ فائدہ مند خیال کی جاتی ہے اور طبی دنیا میں کافی شہرت حاصل کیے ہوئے ہے۔ اس کو دو سال کے بعد کیڑا لگ جاتا ہے۔ کرم خوردہ یا بوسیدہ اسکندھ کا استعمال ممنوع ہے کیونکہ ایسی کرم خوردہ اسکندھ جسم میں فائدہ دینے کے بجائے زہر پلے اثرات پیدا کرتی ہے اور نتیجہ کے طور پر صحت اور تندرستی پر قسم ازل کا تیز کھڑا اثر سنے لگتا ہے۔ مزاج گرم خشک تیسرے درجہ میں ذائقہ قدرتی اور اس کی مقدار تین ماشہ سے پانچ ماشہ تک۔ افعال واستعمال: ایورویدک حکماء نے قاطع بادی و بلغمی، نیند آور نہایت عمدگی سے انسان کی عام کمزوری کو سطح اعتدال پر لانے کی ضامن قرار دی ہے۔ اسکندھ اپنے قدرتی طبی فوائد کے لحاظ سے سوزش جسم اور تپ دق جیسے موذی مرض اور ہمہ گیر مرض کا ازالہ کرنے میں قدرت خداوندی کا دست شفقت ہے۔ جدید حکماء نے اپنی تصنیفات میں اس کے زبردست فوائد کا ذکر کیا ہے۔ قدیم حکماء نے پاؤں تلے روندی جانے والی بوئی کے مجربات پیش کر کے عالم جہاں کو حیرت میں ڈال دیا ہے۔ یہ مقوی باہ ہے۔ بدن اور کمر کو طاقت بخشتا ہے۔ عورتوں کے مرض جریان الرحم اور بچوں کے مرض سوکھا پن میں مستعمل ہے۔ یہ بدن کو بھی خربہ کرتا ہے اس کا سفوف چار ماشہ روزانہ صبح شکر اور دودھ کے ہمراہ کھلانا معین حمل ہے۔

بعد دفع حمل کے عورتوں کو بالخصوص دینا چاہیے۔ قدیم حکماء کے تجربات مشاہدات پر اسے کثرت بول، ارقاط حمل، درد شقیقہ، نسیان اور عام کمزوری وغیرہ کیلئے استعمال کیا جاتا ہے۔ کئی ایورویدک حکماء نے دل کھول کر اسکندھ کو خراج تحسین تعریف دیا ہے۔ یہ بات ہر گز مخفی نہ رہنے دی کہ اسکندھ

## گھریلو مسائل کا انسائیکلو پیڈیا

### عمل برائے بندش رزق دور کرنا

یہ بہت ہی عام ہو رہا ہے کہ آج کے اس مشکل دور میں 80 فیصد ہر ایماندار شخص پریشان ہے رزق کی فراخی اور تنگی اللہ نے اپنے قبضہ قدرت میں رکھی ہے۔ مگر دنیا والے جادو ٹونے کے زور پر کسی کا رزق باندھ دیتے ہیں یا کم کر دیتے یا ختم کر دیتے یا چھین لینے کی کالک منہ پرل لیتے ہیں۔

حالانکہ یہ بھی ممکن ہے کہ جب یہ بد بخت کسی کا رزق باندھنے کا قلع عمل کر رہے ہوں وہ واقعی متاثرہ شخص کیلئے تنگی ترشی کا دور شروع ہونے کا ہو۔ اب بہر حال تو اس غریب پر اللہ کی طرف سے آری ہی درمیان اس دشمن دین کے نوکر کے الزام اپنے سر لے لیا اور خواہ اپنی عاقبت برباد کر لی۔ (آخرت خراب کر لی) بہر حال اگر واقعی کسی کا روزگار باندھ دیا گیا ہو تو درج ذیل عمل اس کے ٹوڑ کیلئے اکسیر کا درجہ رکھتا ہے۔ عمل برائے بندش روزگار دور کرنا: روزانہ بعد نماز فجر اول و آخر دو در شریف 101 مرتبہ پڑھیں اور درمیان میں سورۃ المزمل 18 مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کریں اور دعا کریں پانی خود پیئیں گھر والوں کو پلائیں، گھر دکان دفتر (مقام روزگار) میں اس کے چھیننے ماریں دھیان رہے کہ پانی زمین پر نہ گرے اور یہ عمل بلاناغہ 41 دن کریں۔

### یرقان کا دلی نسخہ

حوالہ: زریشک شیریں ڈیڑھ چھٹانک، مکودانہ ڈیڑھ چھٹانک، جڑ کاسنی ڈیڑھ چھٹانک، بیج کاسنی ڈیڑھ چھٹانک، آلو بخارا تین چھٹانک، طریقہ استعمال: آلو بخارے کے علاوہ تمام چیزوں کو ہلکا کوٹ لیں سب چیزوں کو ملا کر سات پڑیا بنالیں۔ مٹی کے برتن میں روزانہ دو سیر پانی ڈال کر ایک پڑیا بھگو دی جائے۔ اس پانی کو سارے دن میں استعمال کریں اور پھوک گرا دیں۔ پھر رات کو دوسری پڑیا بھگو دیں۔ اس طرح سات روز تک روزانہ پڑیا بھگوئیں اور پانی استعمال کرتے رہیں۔ انشاء اللہ یرقان ٹھیک ہو جائیگا۔ اگر مزید ضرورت پڑے تو ایک دو ہفتہ پلا کر اس کے اگلا ہفتہ چھوڑ کر دوبارہ یہی عمل کریں۔ (عبقری جلد 4)

### عبقری کی سابقہ فائلوں سے موتی چنیں

گھریلو ناپاکیوں رزق کی تنگی پریشانیوں سے نجات کیلئے اور صدیوں سے چھپے صدری رازوں اور طبی معلومات سے مکمل طور پر استفادہ کیلئے عبقری کے گزشتہ سالوں کے تمام رسالہ جات مجلد دیدہ زیب فائل کی صورت میں دستیاب ہیں۔ یہ رسالہ جات آپ کی نسلوں کیلئے روحانی جسمانی نفسیاتی معالج ثابت ہو گئے۔

(قیمت فی جلد-500 روپے علاوہ ڈاک خرچ)

### پریشانی، مصیبت اور ناکامی دور

زندگی کی تلخی، پریشانی، مصیبت اور ہر طرف سے ناکامی کیلئے یہ وظیفہ نہایت ہی آزمودہ اور مجرب ہے۔ آزمودہ ہے۔ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ۔ یَا سَلَامُ یَحْقِیْ جَبْرَائِیْلَ مِیْکَائِیْلَ، عِزْرَائِیْلَ اِثْرَ اِفْیَیْلَ لَا اِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ سُبْحَانَكَ اِنِّیْ کُنْتُ مِنَ الظَّالِمِیْنَ۔

100 مرتبہ روزانہ پڑھنا ہے۔ (فیضان طارق)



بار پانی کے تین حصے کر کے پی لیجئے۔ دو تین ہفتے پی کر بتائیے۔ اسے لیکور یا کا بہترین علاج سمجھا جاتا ہے۔ لیکور یا کے علاوہ یہ کئی نسوانی بیماریوں کا علاج ہے۔ میتھی کے بیج کا جو شانہ بھی مفید ہے، اس کی چائے بنا کر پیجئے۔ اس کے علاوہ دو چھ میتھی کے بیج ایک لیٹر ٹھنڈے پانی میں بھگوئیے۔ ایک گھنٹہ بعد چوبلے پر چڑھائیے اور گھڑی دیکھ کر آدھ گھنٹہ پکائیے پھر اسے چھان کر اس پانی سے طہارت کیجئے۔ میتھی کے بیج کی چائے آپ ڈیڑھ کپ پانی میں ایک چمچ میتھی ڈال کر بنائیے۔ تین چار جوش آنے پر اسے ڈھک کر دم دیجئے۔ اس میں نمک یا چینی ملا کر پی سکتی ہیں۔ رسی کڑھائی کی بات تو آپ اپنے بیٹھنے کا طریقہ بدلیں۔

### لاکٹ اور بے ادبی

میرے پاس ایک لاکٹ ہے جس میں قرآنی آیات کندہ ہیں۔ میں اسے ہر وقت پہنے رہتی ہوں اب مجھے کسی نے بتایا ہے کہ غسل خانہ میں قرآنی آیات کا لاکٹ اتار کر جانا چاہیے کیونکہ اس طرح بے حرمتی ہوتی ہے میں تب سے پریشان ہوں کیونکہ میں نفسیاتی طور پر لاکٹ نہیں اتار سکتی، مجھے لگتا ہے کہ اس کے اتارنے سے میں کسی مشکل میں پھنس جاؤں گی۔ مجھے بتائیے کیا کروں؟ (شائستہ لاہور)

مشورہ: میں نے بہت سی خواتین کو دیکھا ہے وہ ہاتھ میں ایسی انگوٹھی پہنتی ہیں جس میں اللہ یا قرآنی آیات لکھی ہوتی ہیں۔ اللہ کے نام یا قرآنی آیات والے سونے کے لاکٹ بھی پہنتی ہیں۔ بہتر طریقہ تو یہ ہے کہ آپ جب غسل خانے میں جائیں تو اتار دیں اگر اتار نہیں سکتیں تو انگوٹھی کو تھیلی کی طرف پلٹ دیں۔ اس طرح لاکٹ کو پلٹ کر دوپٹے سے ڈھانک دیں۔ تھوڑی سی احتیاط آپ کو مطمئن کر دے گی۔ ضعیف عقیدے کو بدلنے اللہ بہت رحیم ہے۔

### گمشدہ چیز ملنے کا آزمودہ وظیفہ

میرے استاد محترم جنہوں نے مجھے حفظ القرآن کی نعمت عطا فرمائی۔ انہوں نے یہ وظیفہ بتایا تھا۔ بہت لوگوں نے اسے پڑھا۔ گمشدہ بھینس، موٹر سائیکل، بچے سب چیزیں مل جاتی ہیں۔ جب کوئی چیز گم ہو جائے تو یہ آیت اِتَّخَذَ تَكَ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِنْ خَزْخَلٍ فَتَكُنْ فِي صَفْوَةِ اَوْ فِي السَّنُونِبِ اَوْ فِي الْاَرْضِ يَأْتِي بِهَا اللّٰهُ اِنَّ اللّٰهَ لَطِيفٌ خَبِيرٌ ﴿لقمان ۱۶﴾ 119 مرتبہ یا اَحْفِظْ اور 119 مرتبہ اول و آخر درود شریف تین تین مرتبہ پڑھیں۔ (نجمہ عامر گوجرانوالہ)

## خواتین پوچھتی ہیں؟

ام اوراق

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف مکمل لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں

میں رات کو بھوک کر صبح پانی پیجئے۔ انشاء اللہ آرام آجائے گا۔ زیتون کا تیل اور شہد روزانہ غذا میں شامل کیجئے۔ دو ماہ بعد ان کا خط آیا کہ ناگوں کا چھیل اب غائب ہو گیا ہے اب وہ ٹھیک ہے۔ اللہ تعالیٰ شفا دینے والا ہے۔ جب شفا ہوتی ہے تو خاک کی چمکی بھی کام کر جاتی ہے۔ آپ پابندی سے نماز پڑھیے اللہ سے دعا مانگیے اور سر کے والی مرہم لگائیے۔

### خوابی آواز

میری عمر سولہ سال ہے کچھ عرصہ سے میری آواز بہت زیادہ باریک ہو گئی ہے جس سے مجھے شرم آتی ہے میں چاہتی ہوں کہ میری آواز صحیح ہو جائے۔ اس کیلئے بتائیے میں کیا کروں۔ (ایک بہن فیصل آباد)

مشورہ: بعض دفعہ ناک کے غدد بڑھنے سے آواز میں فرق پڑ جاتا ہے۔ آپ کسی مقامی ڈاکٹر کو ناک دکھائیے۔ اگر غدد بڑھ گئے ہوں تو نیم کے مٹھی بھر تازہ پتے تین گلاس پانی میں خوب پکائیے جب وہ گلاس پانی رہ جائے تو اتار کر چھان کر رکھ لیجئے۔ چمکی بھر نمک ملا کر ایک گلاس نیم گرم پانی سے ناک کو غسل دیجئے، جیسے وضو میں ناک کے اندر پانی ڈالتے ہیں۔ صبح و شام یہ عمل کیجئے ایک ماہ میں فائدہ ہو جائے گا۔

### عورتوں کا پوشیدہ مرض

میری عمر پچیس سال ہے لیکور یا کی شکایت ہے میں کڑھائی بہت کرتی ہوں کہیں اس کی وجہ سے تو یہ تکلیف نہیں؟ (غ، راولپنڈی)

مشورہ: ٹیلی ویژن زیادہ دیکھنے سے بھی یہ تکلیف ہوتی ہے دوسری بات یہ کہ آپ کڑھائی کرتے وقت اس طرح بیٹھیں کہ کمر پر زور نہ پڑے۔ غلط نشست سے بھی کمر درد ہوتا ہے۔ آپ اپنی غذا میں تازہ پھل سبزی و دودھ شامل کیجئے۔ ایک دسی ٹوکھا ہے جسے دو دراز دیہات کی لڑکیاں بھی استعمال کر سکتی ہیں۔ بھنڈی 100 گرام دھو کر اس کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر لیجئے پھر آدھ کلو پانی میں ڈال کر بیس منٹ تک پکنے دیجئے۔ چوبلے سے اتار کر پانی چھان لیجئے اور اس میں تھوڑی مقدار میں چینی ملائیے۔ دن میں تین

### چھیل کا آسان ترین علاج

میری عمر چوبیس سال ہے گزشتہ پندرہ سال سے ایک بیماری میں مبتلا ہوں علاج کرواتی ہوں تو بہتری ہوتی ہے دوائی چھوڑتے ہی برا حال ہو جاتا ہے۔ ڈاکٹر بیماری کا نام سورائی سس بتاتے ہیں۔ میرا تعلق غریب گھرانے سے ہے بے بسی کے عالم میں خط لکھ رہی ہوں۔ اس بیماری کا علاج بتائیے اور دعا بھی کیجئے۔ (بنت جاوید اوکاڑہ)

مشورہ: سورائی سس کو چھیل کہتے ہیں یہ ایک بیٹلی سوزش ہے جلد پر چھوٹا سا سرخ دھبہ ہو کر اس پر دانہ بنتا ہے جس پر چاندی کی طرح سفید چھلک بن جاتے ہیں۔ یہ دانہ بڑھتا جاتا ہے اور چھلک بڑھتے ہیں۔ کھلی ہوتی ہے اور کھجانے سے خون نکلنے لگتا ہے۔ یہ بیماری پوری دنیا میں پائی جاتی ہے۔ کچھ لوگوں کو پیچک کا ٹیکہ لگنے کے بعد یہ سوزش ہوتی ہے۔ بہر حال یہ بیماری انتہائی تکلیف دہ ہے۔ چھیل میں اکثر مریضوں کو زیادہ پریشانی نہیں ہوتی لیکن جلد کی خشکی سے وہ تنگ آ جاتے ہیں۔ ایلو پیٹھک میں اس کا شافی علاج اب تک دریافت نہیں ہو سکا تاہم ہومیو پیٹھک اور طب یونانی ادویہ بعض اوقات حیرت انگیز طور پر کام کرتی ہیں۔ ایک کتاب میں نے پڑھا کہ قسط شیریں چار پانچ گرام تک پیس کر صبح و شام کھانے سے فائدہ ہوتا ہے۔ مقامی استعمال کیلئے پھلوں کے سر کے سے مرہم بنتا ہے۔ پھلوں کا سرکہ 800 گرام مقدار میں خالص ہونا چاہیے۔

قسط شیریں 80 گرام حب الرشاد 20 گرام سناہ کی 20 گرام۔ پہلے کسی سٹیل کی پتیلی میں سرکہ ڈال کر پکنے کیلئے رکھیے۔ آگ ہلکی ہو اس میں تینوں چیزیں پیس کر پانچ سات منٹ پکنے دیجئے۔ اس کے بعد ٹھنڈا ہونے پر کپڑے یا چھلنی میں چھان کر رکھ لیجئے۔ صبح شام روٹی سے اچھی طرح لگائیے۔ اگر آپ کی جلد بہت کھردری ہو تو روزانہ زیتون کا تیل ایک چمچ ضرور پیا کیجئے۔ ایک خاتون کی دونوں ناگوں پر چھیل تھا میں نے انہیں بتایا کہ مہندی کے پتے توڑ کر زیتون کے تیل میں خوب جلا کر چھان کر تین دن ناگوں پر تیل لگائیے صبح و شام لگا کر مہندی کے پتے ایک گلاس پانی

## خوبصورت نوجوان جن کی محبت اور انجام (ف-ع)

میں اچانک چونک گئی اور اپنی بہن سے خوشی خوشی کہنے لگی دیکھو باجی وہ آگیا ہے، میں نے دروازے کے سوراخ سے اسے دیکھا مجھے خود بھی بہت اچھا لگتا تھا مگر اس کرنٹ کی وجہ سے میں بہت پریشان تھی۔ پھر میرے بھائیوں نے میرا بہت علاج کروایا

گناہوں پر ندامت آئندہ گناہ نہ کرنے کا عزم گزشتہ گناہوں کی تلافی، توبہ کے ساتھ گناہوں میں مبتلا نہ ہونا۔ سب سے پہلے قرآن جمع کرنے والے صحابی: حضرت زید بن ثابت رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے سب سے پہلے قرآن کو جمع کیا اور سب سے پہلے حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ تعالیٰ نے قرآن کریم کے حروف جمع کیے۔

کتب تاریخ میں ہے کہ جبریل علیہ السلام نبی کریم ﷺ کے پاس 26 ہزار مرتبہ تشریف لائے جو کہ قمری سال کے تقریباً 355 دن ہوتے ہیں اور عہد نبوت کے 23 سالوں کے کل ایام آٹھ ہزار ایک سو پینسٹھ دن بنتے ہیں۔ دنوں کے اس عدد پر 26 ہزار کو تقسیم کیا جائے تو تقریباً یومیہ تین مرتبہ جبرائیل علیہ السلام کا نزول ثابت ہوتا ہے۔

سچی توبہ اور چار چیزوں کی ضرورت: گناہوں پر ندامت آئندہ گناہ نہ کرنے کا عزم گزشتہ گناہوں کی تلافی، توبہ کے ساتھ گناہوں میں مبتلا نہ ہونا۔

بیعت کیا ہوتی ہے؟ بیعت کی حقیقت یہ ہے کہ وہ مرشد اور مرید کے درمیان ایک معاہدہ ہے مرشد یہ وعدہ کرتا ہے کہ وہ اس کو اللہ تعالیٰ کے احکام کے مطابق زندگی گزارنا سکھائے گا اور مرید یہ وعدہ کرتا ہے کہ جو مرشد بتلائے گا اس پر عمل ضرور کرے گا۔ یہ بیعت فرض واجب تو نہیں اس کے بغیر بھی مرشد کی رہنمائی میں اصلاح نفس کا مقصد حاصل ہو سکتا ہے لیکن بیعت چونکہ نبی کریم ﷺ اور صحابہ اکرام رضوان اللہ علیہم اجمعین کی سنت ہے اور معاہدہ کی وجہ سے فریقین کو اپنی ذمہ داری کا احساس بھی قوی رہتا ہے اس لیے بیعت سے اس مقصد کے حصول میں بہت برکت اور آسانی ہو جاتی ہے۔ مقصد اصلاح ہے جو مرشد کے بغیر عادی ممکن نہیں۔ اس لیے مرشد کی صحبت ضروری ہے۔

مسجد نبوی میں پہلی مرتبہ اذان دینے کا شرف حضرت بلال رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو حاصل ہوا اور مکتوبات نبوی ﷺ سب سے پہلے حضرت عمرو بن حزم رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے جمع کیے۔ قرآن کریم میں نماز کا ذکر: قرآن کریم میں نماز کا ذکر سات سو مرتبہ آیا ہے جس سے اس کی اہمیت ظاہر ہوتی ہے۔

سب سے پہلا گناہ: سب سے پہلے گناہ جو معرض وجود میں آیا وہ حسد تھا۔

واقعات لکھتی ہوں ایک دفعہ مجھے اٹھا کر ایک پہاڑ پر لے گیا، اس پہاڑ پر صرف ایک کمرہ اور کمرے کے سامنے بالکل دروازے سے گزرتی ہوئی ایک نہر تھی جس پر کچھ درخت لگے ہوئے تھے اور کہنے لگا پتہ ہے میں تمہیں یہاں کیوں لایا ہوں ابھی ہم دونوں کا نکاح ہونے والا ہے میں بہت گھبرائی تو یکا یک پیچھے سے کسی نے اس پر گولی چلائی جب وہ اس طرف متوجہ ہوا تو مجھے خود پتہ نہیں میں وہاں سے کیسے بھاگی اس کے بعد بہت سے ایسے واقعات ہوئے لیکن آخری بار اس نے اپنے آپ کو جو کر بنایا ہوا تھا، یلوے اسٹیشن پر میں بھی وہاں تھی جب میں نے اس کو دیکھا فوراً پہچان لیا حالانکہ اس کے چہرے پر جو کارٹون نما چیز ہوتی ہے وہ تھی، میں اس کے سامنے کھڑی ہوئی اور اس سے کہا کہ تم اس طرح کی حرکتیں کیوں کرتے ہو؟ پھر میں نے اس کو اسلام کی دعوت دی اور دیکھو پاکستان میں دنیا بھر سے غیر مسلم آکر مسلمان ہو کر چلے جاتے ہیں تم بھی مسلمان ہو جاؤ اور اسلام کے تمام رکن سیکھ لو۔ پھر وہ رونے لگا اور اپنے چہرے سے نقاب ہٹا کر کہا کہ اچھا میں جا رہا ہوں لیکن یہ میری ماں ہے اس کا خیال رکھنا، میں نے کہا ٹھیک ہے تم جاؤ۔۔۔ پھر ایک ڈیڑھ مہینے کے بعد آیا، میں کمرے میں اپنی بہن کے ساتھ بیٹھی ہوئی تھی باہر یہ کسی دوسرے آدمی کے ساتھ باتیں کر رہا تھا، میں اچانک چونک گئی اور اپنی بہن سے خوشی خوشی کہنے لگی دیکھو باجی وہ آگیا ہے، میں نے دروازے کے سوراخ سے اسے دیکھا مجھے خود بھی بہت اچھا لگتا تھا مگر اس کرنٹ کی وجہ سے میں بہت پریشان تھی۔ پھر میرے بھائیوں نے میرا بہت علاج کروایا۔ اس کے بعد وہ نہ میرے سامنے آیا اور نہ مجھے کوئی کرنٹ لگا۔

مگر۔۔۔!!! میرے گھر کے جو حالات ہوئے میں آپ کو کیا بتاؤں۔۔۔ مختصر میرے دو بچے ہیں ایک بیٹا اور ایک بیٹی بڑی بیٹی ہے۔ شوہر کی تو حالت ہی کیا بتاؤں۔ ازدواجی تعلقات تو بالکل ہی ختم ہو چکے ہیں، میرا بیٹا حفظ کر رہا تھا پھر آوارہ گردی شروع کر دی پھر اس کو ایران میں نے اپنے بھانجے کے پاس دیاب اللہ کا شکر ہے وہاں تین سالوں سے کام کر رہا ہے شوہر کے ہر کام میں رکاوٹ ہے۔ میری بیٹی معمولی معمولی باتوں پر اتنا (باقی صفحہ نمبر 38 پر)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ میری شادی کو تقریباً 25، 26 سال ہو گئے ہیں۔ آپ کے رسالے کی جتنی بھی تعریف کروں کم ہے خاص طور پر اس میں موجود کالم ”جنات کا پیدائشی دوست“ تو بہت ہی زبردست ہے۔ میں بذات خود جنات کو بہت پسند کرتی ہوں، مجھے ہمیشہ یہی خواہش رہی ہے کہ میں جنات سے ملوں، ان سے باتیں کروں، ان کی زندگی کا پتہ کروں کہ وہ کیسے رہتے ہیں، میں ہمیشہ اس کتاب کو شوق سے پڑھتی ہوں جس میں جنات کی کہانیاں ہوتی ہیں اب اللہ کا شکر ہے کہ مجھے میرے مطلب کا میگزین مل گیا ہے، جب پہلا شمارہ پڑھا تو اس میں موجود ”جنات کا پیدائشی دوست“ مجھے خود نہیں معلوم میں نے کتنی مرتبہ پڑھا ہے ابھی تو صرف تین شمارے پڑھے ہیں، چار پانچ کو لے کر دیا ہے اب وہ بھی ہر مہینے لینے کو تیار ہیں۔

محترم حکیم صاحب! ان جنات کے ساتھ میرا واسطہ بھی پچھلے 25، 26 سالوں سے ہے ان جنات نے میری گھریلو اور ازدواجی زندگی کو جہنم بنا کر رکھ دیا ہے۔ واقعہ کچھ یوں ہے کہ شادی کے کچھ مہینوں کے بعد مجھے عجیب عجیب خواب آتے تھے کہ کوئی مجھے اٹھا کر زبردستی لے جاتا ہے، میں بہت روتی ہوں چلائی ہوں اور فریاد کر کے کہتی ہوں کہ میری شادی ہوئی ہے، مجھے چھوڑ دیں، میرے شوہر سامنے کھڑے ہوئے صرف دیکھ رہے ہیں، ایک لفظ بھی منہ سے نہیں نکالتے، میں ان سے کہتی ہوں کہ آپ ان کو کہیں کہ مجھے چھوڑ دیں مگر وہ کچھ بھی نہیں کہتے ہیں۔ پھر کچھ مہینوں کے بعد خواب میں اس طرح آتا تھا جیسے میں جاگ رہی ہوں اور جب بھی یہ آتا تو پہلے میرے جسم میں ایک کرنٹ سا لگتا اور کرنٹ بھی ایسا جیسا کہ بجلی کا کرنٹ ہوتا ہے اور میں خود سے کہتی کہ یہ لو۔۔۔ یہ آگیا۔ شروع شروع میں بہت بد صورت ڈراؤنا ہوتا تھا مگر جب زیادہ آنے لگا تو ایک خوبصورت نوجوان کی شکل میں آتا تھا مجھے بھی بہت اچھا لگتا تھا، بس یہی کہتا تھا کہ میں تم سے شادی کروں گا اور ہمیشہ مجھے اڑا کر لے جاتا تھا اور رفتار بہت تیز ہوتی تھی جب میں نیچے دیکھتی تو پہاڑ ہی پہاڑ اور کھجور کے درخت ہوتے تھے۔ لے جانے کے بہت سے واقعات ہیں مگر خط کے بہت زیادہ طویل ہونے کی وجہ سے صرف دو



سہیل احمد اسلام آباد

## ذہنی امراض کا یوگا، مراقبہ اور مالش سے علاج

مراقبہ اور مالش سے بھی مدد ملتی ہے۔ پھر ایروما تھراپی (خوشبو سے علاج) سے بھی کچھ لوگوں کو فائدہ ہو جاتا ہے اور تصوراتی علاج (جس میں مریض کو اچھے ماحول کے تصور کو قائم کرنا سکھایا جاتا ہے) سے بھی ایسے افراد کو فائدہ ہوتا ہے۔ ذہنی دباؤ یا اسٹریس کی تعریف یہ ہے کہ ہر وہ چیز جس کو دماغ خطرناک سمجھتا ہو یا جس سے خطرہ محسوس ہو اسٹریس کہلاتی ہے مثلاً بیرونی نفسیاتی دباؤ ذہنی دباؤ غیر معاندانہ حالات، دھمکی، بندوبست کی آواز وغیرہ۔ اگر آپ کے دفتر کا ماحول آپ کے خلاف ہے تو یہ بھی اسٹریس ہے۔

خوف کی تعریف یوں کی گئی ہے کہ خطرہ کا سامنا ہو جانے پر جو جسمانی و نفسیاتی کیفیت ہوتی ہے وہ خوف کہلاتی ہے۔ یہی کیفیت اگر معمول سے بہت زیادہ بڑھی ہوئی ہو تو فوبیا کہلاتی ہے۔ مثلاً چھپکلی سے بہت ڈرنا، چوہے سے ڈرنا، اونچائی سے ڈرنا وغیرہ۔ اگر کوئی بیرونی وجہ موجود نہ ہو اور پھر خوف کی کیفیت اگر متوہ یہ کیفیت (تشویش) کہلاتی ہے۔ عموماً یوں ہوتا ہے کہ خوفزدہ کرنے والی شے کا سامنا ہو جانے پر

خوف کی کیفیت طاری ہوتی ہے اور جب خوفزدہ کرنے والی شے سامنے سے ہٹ جائے تو بھی خوف کی کیفیت برقرار رہتی ہیں۔ یہی امکانی خطرے کے تصور کی کیفیت (تشویش) کہلاتی ہے۔ شدید استکراہتی کا دورہ جو مختصر دورانیہ کا ہوتا ہے اور وقفے وقفے سے پڑتا ہے۔ بینک ڈس آرڈر کہلاتا ہے۔ یہ ایک خفقتی کیفیت کا نام ہے جس میں مریض شدید تشویش محسوس کرتا ہے اور جب یہ کیفیت نہیں ہوتی ہے تو بھی اس بات سے خوفزدہ رہتا ہے کہ کہیں دوبارہ یہ کیفیت طاری نہ ہو جائے۔ ان تمام کیفیات سے ملتی جلتی کیفیت ڈیپریشن (یا سیت) کی ہوتی ہے۔ اس میں مریض شدید اداسی مایوسی اور ناکام محسوس کرتا ہے اور جب یہ کیفیت شدید ہو جاتی ہے تو پھر اپنے آپ کو ختم کرنے اور خودکشی کرنے کی کوشش کرتا ہے۔ ڈیپریشن کی نفسیاتی طور پر بہت ساری قسمیں ہیں۔ اس وقت دو قسموں کا تذکرہ ضروری ہے۔ ایک قسم وہ ہے جس میں ڈیپریشن کے ساتھ یہ محسوس ہوتا ہے کہ کام کرنے کی طاقت بدن میں نہیں رہی ہے اور دوسری قسم وہ ہے جس میں ڈیپریشن کے ساتھ شدید استکراہتی اور گھبراہٹ کی کیفیت محسوس ہوتی ہے۔ ایسے مریض کی حالت یہ ہوتی ہے کہ جیسے کسی آزاد پنچھی کو بنجرے میں بند کر دیا جائے۔ یہ تمام اصطلاحات یہاں مختصراً اس لیے بیان کی گئی ہیں کہ مضمون کا آئندہ حصہ ان کے سمجھے بغیر پڑھنا ممکن نہیں ہے۔

عام زندگی میں ہم کبھی نہ کبھی پریشانی اور تشویش میں مبتلا ضرور ہوتے ہیں اور تھوڑی بہت پریشانی اور فکر تو از حد ضروری ہے زندگی سے نمٹنے کیلئے تاہم استکراہتی کا مرض ایک الگ کیفیت اور بیماری کا نام ہے۔ اگر آپ سمجھتے ہیں کہ آپ شدید تشویش کی بیماری میں مبتلا ہیں تو پھر ماہر نفسیاتی امراض سے رجوع کریں۔ تشویش یا استکراہتی کے علاج کے بہت سارے طریقے ہیں اور ہر طریقہ اپنی الگ افادیت رکھتا ہے۔ ہم ذیل میں مختلف طریقوں اور ان کے اثر کرنے کے نظام پر گفتگو کریں گے۔

روہ کا علاج عموماً یہ ہوتا ہے کہ جب دماغ خطرے کی گھنٹی بجاتا ہے تو ہم اس خطرے کی گھنٹی کو بند کر دیتے ہیں۔ روہ کے علاج میں اس کا بالکل الٹ کیا جاتا ہے۔ اس علاج کے ماہرین یہ سمجھتے ہیں کہ اگر معمول یا مریض خطرے کی گھنٹی کو نظر انداز کرنے میں کامیاب ہو جاتا ہے تو پھر تشویش یا گھبراہٹ پر قابو پالیتا ہے۔ اس طریقہ علاج میں مریض کو آہستہ آہستہ اور تھوڑا تھوڑا کر کے ان اشیاء اور جگہوں سے متعارف کرایا جاتا ہے جن کا مریض کے دل پر خوف ہوتا ہے اور یوں یہ خوف زائل ہونے لگتا ہے۔ یا یوں سمجھ لیں کہ انسان خوف کا اثر لینا بند کر دیتا ہے۔ مثلاً ایک مریض جس کو خون بہتا دیکھ کر خوف آتا ہے ابتدا میں اس کو چاقو، سرخ وغیرہ دکھاتے ہیں اس کے بعد خون کی تیلی دکھاتے ہیں۔ اس کے بعد بہتا ہوا خون دکھایا جاتا ہے۔ اس طریقہ علاج میں اس بات کا خطرہ ضرور رہتا ہے کہ اگر وقت سے پہلے مریض کو خوفزدہ کرنے والی چیز دکھادی جائے تو اس سے مریض کا خوف دگنا ہو جاتا ہے۔ لہذا اس طریقہ میں احتیاط کی ضرورت ہوتی ہے اگر بالکل صحیح طریقہ سے علاج کیا جائے تو دو یا زیادہ سے زیادہ پانچ دفعہ کے علاج کے بعد مریض کا خوف زائل ہو جاتا ہے۔

سوچ کا علاج: اس طریقہ میں مریض کو یہ سکھایا جاتا ہے کہ وہ بجائے اس کے کہ خوفزدہ ہو جائیں، منطق سے کام لیں اور حقیقت پسندی کا ثبوت دیں۔ 1980ء میں سامنے آنے والے اس طریقہ علاج میں مریضوں کو یہ بتایا جاتا ہے کہ بجائے اس کے کہ وہ خوفزدہ پریشان اور اداس ہوں وہ اپنی مشکلات اور اپنے ماحول کا جائزہ لیں اور حقیقت پسندی سے کام لے کر ان مشکلات اور رکاوٹوں کو دور کرنے کی کوشش

کریں۔ مثلاً اگر کسی شخص کو ملنے جلنے کا خوف ہے یا معاشرتی خوف ہے تو اس کے بارے میں بری رائے رکھتے ہیں یا بری باتیں کرتے ہیں وہ درست بھی ہے یا نہیں ہے اور اگر درست نہیں ہے تو اس شخص کا آدم بیزار رویہ غلط ہے۔ یعنی اس علاج میں اول غلط سوچ کو درست سوچ سے تبدیل کیا جاتا ہے اور پھر درست سوچ انسانی رویے کو بہتر بناتی ہے۔ اس طریقہ علاج پر یہ اعتراض ہوتا ہے کہ شدید گھبراہٹ میں مبتلا مریض میں اتنی صلاحیت کہاں ہوتی ہے کہ وہ اپنی سوچ کا درست تجربہ کر سکتا ہو؟ اس اعتراض کے پیش نظر اب سوچ کا علاج اور رویہ کا علاج ایک ساتھ کیا جانے لگا ہے۔ سکون آور ادویات: روایات (ڈیپریشن) ادویات کو اپنے اثرات تک پہنچنے میں کچھ وقت لگتا ہے مثلاً ایک یا دو ہفتے۔ اس ایک یا دو ہفتہ کے وقت میں سکون آور ادویات استعمال کی جاسکتی ہیں مثلاً ڈی نیکس، ویلیم لیکوٹول وغیرہ۔ ان ادویات کے استعمال میں خرابی یہ ہے کہ یہ ادویات انسان کو عادی بنا سکتی ہیں اور دیگر یہ کہ یہ ادویات مختلف جسمانی و نفسیاتی علامات کو چھپا دیتی ہیں اور یوں تشخیص میں اور علاج میں دشواری پیش آتی ہے۔

ورزش: تشویش کی بیماری میں ورزش سے خاطر خواہ کمی ہو جاتی ہے۔ صرف تیز چلنے اور ہلکی پھلکی ورزش سے بھی تشویش کی شدت میں کمی کی جاسکتی ہے۔ اگر آپ 30 منٹ روز ورزش کرتے ہیں تو پھر آپ گھبراہٹ کی بیماری سے بچ سکتے ہیں۔ دیگر علاج: یوگا بھی ایک اہم طریقہ ہے۔ اس طریقہ میں ورزش بھی کی جاتی ہے اور دماغ کو توجہ کے ارتکاز اور سانس کے کنٹرول کی مشق سے بھی خاطر خواہ نتائج برآمد ہو سکتے ہیں۔ اس کے علاوہ مراقبہ اور مالش سے بھی مدد ملتی ہے۔ پھر ایروما تھراپی (خوشبو سے علاج) سے بھی کچھ لوگوں کو فائدہ ہو جاتا ہے اور تصوراتی علاج (جس میں مریض کو اچھے ماحول کے تصور کو قائم کرنا سکھایا جاتا ہے) سے بھی ایسے افراد کو فائدہ ہوتا ہے۔ ایکونچر سے بھی فائدہ ہوتا ہے۔

زندگی گزارنے کے طریقے: اگر کسی چیز سے فائدہ نہ ہو تو پھر دوبارہ سے غور کریں۔ کہیں آپ نے زندگی کو مسلسل مشقت تو نہیں بنا لیا ہے۔ اپنی جائے میں شکر کی مقدار کم کر لیں۔ کافی چائے، سگریٹ، شراب وغیرہ سے پرہیز کریں۔ وقت پر کھانا کھائیں۔ مناسب نیندیں لیں۔ اپنے فارغ اوقات کو بہتر مصارف میں گزاریں۔ اگر آپ کا کام ایسا ہے جو آپ کو مسلسل دباؤ میں رکھتا ہے تو کام کے دباؤ کو کم کرنے کی کوشش کریں۔ خدا نے آپ کو ایک ہی زندگی دی ہے اور واجب یہ ہے کہ اس زندگی کو بہتر طور سے گزارا جائے لوگوں کے کام آئیں اور لوگوں کو دکھ درد کو بانٹیں۔

## جگر و معدہ کے مایوس مریض صحت یاب

میرے پاس بے شمار مریضوں کے ایسے واقعات ہیں کہ انہوں نے ان دونوں بیجوں کو متواتر استعمال کیا۔ یرقان اور پیپٹائٹس کے مایوس مریض صحت یاب ہوئے، شوگر اور معدے کے مایوس مریض مطمئن ہوئے۔ قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں! آپ بھی سخی نہیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجددی چغتائی)

موسم گرمی کا ہو یا سردی کا، بارش کا ہو یا طوفان کا۔۔۔ مریض ہو یا تندرست۔۔۔ پہاڑوں کا رہنے والا ہے یا میدانوں کا۔۔۔ جزیروں میں زندگی کے دن رات گزرے یا صحراؤں میں۔۔۔ بیماری، شفا یابی، علاج اور صحت ہم سب کی ضرورت ہے۔

اللہ پاک جل شانہ نے جہاں بیماریاں بنائی ہیں وہاں ان کا علاج بھی۔ آسمانی نظام سدا انسان کا ساتھی رہا اور قیامت تک ساتھی رہے گا۔ فطری غذاؤں سے بننے کے بعد انسان جب مصنوعی غذاؤں پر آتا ہے تو سب سے زیادہ اثر دو چیزوں پر پڑتا ہے ایک معدہ اور جگر۔۔۔ پھر جب یہی معدہ اور جگر متاثر ہوتے ہیں پھر اس کے بعد جو بیماریاں سامنے آتی ہیں ان میں کولیسرول، یوریا، یوریک ایسڈ، جوڑوں کا درد، بواسیر، اعصابی کمزوری، شوگر، پٹھوں کی کمزوری، مردانہ طاقت، یادداشت، نگاہ پر اثر وغیرہ وغیرہ۔

لیکن! بنیاد وہی معدہ اور جگر ہے اور اس کی بنیاد غذا میں ہیں۔ کھانا اور کھاتے چلے جانا اور پھر کھا کر بیٹھے رہنا یا پھر کھا کر دماغی سوچوں پر لگ جانا۔ ہم بھی کیسے دیوانے ہیں مزدور کی زندگی کو دیکھتے نہیں، محنت کش کا کھانا دیکھتے ہیں۔ بالکل ٹھیک ہے صبح تین پراٹھے، تین کپ چائے بڑی پیالیاں اور بہت سا بچا ہوا رات کا سالن آپ کھائیں پھر محنت کش کی زندگی گزاریں کہاں گیا کولیسرول، کہاں گیا یوریا، کہاں گیا بلڈ پریشر، کہاں گئی شوگر۔۔۔؟؟؟ آپ اگر محنت کش ہیں اور دن رات محنت اور محنت بھی ایسی جس میں جسم کو ٹھکنا پڑتا ہے یعنی محنت سے مراد جسمانی نہ کہ دماغی محنت۔۔۔ تو پھر آپ ایسی غذا کھانے کا حق رکھتے ہیں اور میں دعوے سے کہتا ہوں ایسی غذا میں آپ کو کوئی نقصان نہیں دے سکتیں اور میں مطمئن ہوں اگر آپ ایسی غذا کھائیں تو صحت بہتر ہوگی اگر آپ ایسی غذا کھائیں کھا کر بیٹھے رہیں دماغی محنت کرتے رہیں تو پھر بہت بڑی بیماریاں کیلئے آپ انتظار کریں اور ان بیماریوں کا انتظار کریں جو کبھی سنی سوچی پڑھی یا بولی نہیں ہوں گی۔

آج کا میرا مضمون اپنے قارئین کو غذاؤں کی احتیاط، بس

سادہ غذا کھائیں، کم کھائیں، کم کھائیں، جسم کو متحرک رکھیں۔ بچے اور پیٹ یہ کچھ ایسی چیزیں ہوتی ہیں جن کو جن چیزوں کا عادی بنایا جائے وہ اسی کا عادی بن ہی جاتا ہے۔ آئیے! آج آپ کو ایک ایسے مختصر سے نوٹ کے سے متعارف کراتے ہیں اگر آپ ایسی غذا کھائیں کھا کر اپنے آپ کو مریض بنا چکے ہیں۔ جگر اور معدہ کا مریض۔۔۔ جی ہاں جب جگر اور معدہ مریض بن جاتے ہیں تو پھر سب سے پہلے جو چیز سر اٹھاتی ہے وہ شوگر، پیپٹائٹس اور بلڈ پریشر ہے۔ پیپٹائٹس سے مراد کالایر قان اور بعض اوقات پیلا یرقان بھی ہے آپ ایسی بیماریوں میں اگر مبتلا ہو چکے ہیں تو آپ گھبراہٹ میں نہیں ایک مختصر سا نوٹ لکھ لیں آج آپ کی نذر کرتا ہوں بنانا کیا بس بازار سے جا کر لے لیں پتھر کنکر صاف کر لیں کسی ڈبے میں محفوظ رکھیں اور روزانہ طبیعت کے مطابق ایک چمچ صبح وشام، آدھا چمچ صبح وشام یا چوتھائی چمچ چائے والا صبح وشام پانی کے ہمراہ کھانے یا ناشتے سے ایک گھنٹہ پہلے یا تین گھنٹہ پہلے لے لیجئے چاہیں تو دن میں تین دفعہ بھی لے سکتے ہیں وہ دوا اور نوٹ لکھ لیا ہے صرف دو چمچ ہیں ایک کاسنی کے بیج اور ایک کلونچی کے بیج۔ بس۔۔۔

آئیے! دوا تیار اور آپ استعمال شروع کریں۔ یقین جانے یہ دونوں بیج جب آپس میں ملتے ہیں تو کاسنی کا مزاج ٹھنڈا کلونچی کا مزاج گرم جب دونوں آپس میں ملتے ہیں ایک ایسا مرکب بن جاتا ہے جو صحت و تندرستی کا ایک لا جواب اصول اور فارمولہ اور صحت بھی ایسی اور تندرستی بھی ایسی جو بھلائے نہ بھولے۔۔۔ میں نے بے شمار بوڑھوں کو بتایا جو مختلف بیماریوں میں مبتلا تھے۔ ڈھیروں دوا میں رنگ، رنگی گولیاں، جیب میں ہر وقت گولیوں کے السڑکی آواز۔۔۔ وہ ان گولیوں سے لا پرواہ ہو گئے۔ ایسے علاج مریضوں کو بتایا جو جوانی ہی میں جوانی کی بے اعتدالیوں اور غذاؤں کی بے اعتدالیوں کی وجہ سے اپنی جوانی کو چالیس سال آگے لے گئے اور بڑھاپے کی دہلیزیں پار کر گئے، صحت کی امنگ، امید، جوانی کی طاقت اور بھرپور کھو بیٹھے۔ میں ایسے سب جوانوں کو دعوت صحت دیتا ہوں۔ آئیے! ان دو بیجوں کو اپنی

زندگی کا ساتھی بنا لیں۔ آپ کسی بھی بیماری میں مبتلا ہیں لیکن خاص طور پر پیپٹائٹس، شوگر، بلڈ پریشر، معدہ اور جگر کے پرانے مریض۔ تسلی سے اس دوا کو شروع کر دیں اور اعتماد اور اطمینان سے اس دوا کو استعمال کریں۔ یقین جانے! یہ دوا نہیں یہ صحت کے دو مختصر لیکن بالکمال راز ہیں۔ وہ کلونچی جس کے بارے میں احادیث میں یہاں تک فرمایا کہ یہ کالے دانے موت کے علاوہ ہر مرض کا علاج ہیں تو پھر کیوں نہیں ہوں گے۔ یہ دراصل دونوں نبوی جڑی بوٹیاں ہیں۔ کاسنی کا بھی ”علاج نبوی سلانیہ“ میں تذکرہ اور کلونچی کا بھی۔۔۔

میرے پاس بے شمار مریضوں کے ایسے واقعات ہیں کہ انہوں نے ان دونوں بیجوں کو متواتر استعمال کیا۔ یرقان اور پیپٹائٹس کے مایوس مریض صحت یاب ہوئے، شوگر اور معدے کے مایوس مریض مطمئن ہوئے۔ آپ چاہیں تو ان دونوں بیجوں کو پیس سکتے ہیں اور پیس کر کسی شیشے کی بوتل میں محفوظ رکھ سکتے ہیں لیکن ثابت بھی استعمال کر سکتے ہیں جتنا معدے میں رہیں گے اتنا فائدہ دیں گے پس ہوئی چیز فوراً ہضم ہو جاتی ہے مگر ثابت چیز فوراً ہضم نہیں ہوتی بلکہ اور چیزوں کو ہضم کرنے میں معاون ہوتی ہے۔ صحت و تندرستی کے یہ دونوں راز دو بیج ہی تو ہیں۔

ایک مایوس مریض میرے پاس آئے کہنے لگے کہ پہلے معدہ خراب ہوا اس کے بعد یرقان ہوا وہ بڑھ کر پیپٹائٹس ہو گیا، پیٹ پھول گیا، جوڑوں میں درد، اعصاب کمزور، چند قدم چلنے سے سانس پھولنا شروع ہو جاتا ہے۔ طبیعت میں پریشانی، ڈاکٹروں نے مجھے علاج قرار دیا۔ میں نے کہا کوئی بات نہیں آپ اطمینان سے یہ دو بیج استعمال کریں۔ دن میں دو بار یا چار بار، مقدار پہلے تھوڑی رکھیں پھر آہستہ آہستہ اس کو بڑھاتے جائیں۔ موصوف چند ہفتوں میں ایسے صحت یاب ہوئے کہ پہچانے نہ گئے یہ ایک واقعہ نہیں ایسے بے شمار واقعات میری پریکٹیکل لائف میں مجھے مل رہے ہیں۔ ہر آنے والا مایوس مریض مجھے ایک بہترین تجربہ دے کر جاتا ہے اور وہ تجربہ زندگی کا ایسا تجربہ کہ جس سے صحت و کامیابی کی نوید ملتی ہے۔ قارئین! آخر میں ایک بات پھر دہراؤں اپنی غذاؤں کا خیال رکھیں سادہ غذاؤں پر آئیں اور پھر اگر آپ مریض ہو چکے ہیں پیپٹائٹس، شوگر، جوڑوں کے درد اور معدہ کے یا آپ کسی بھی مرض میں ہوں تو یہ چند دن، چند ہفتے، چند مہینے استعمال کریں۔ آخری اور اہم بات: آپ کسی بھی مرض میں مبتلا نہیں آپ صحت یاب ہیں بس چنگی صبح وشام یہ بیج کھانا شروع کر دیں۔ انشاء اللہ کبھی مریض ہو گئے ہی نہیں۔



# نفسیاتی گھربلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان  
اور بد حال  
گھرانوں کے  
الجھے خطوط اور  
سلاجھے جواب

جوابی لفافہ ضرور بھیجیں مکمل پتہ لکھا ہوا۔ جواب میں جلدی نہ کریں۔

حادثہ اچانک ہوتا ہے۔ پہلے سے کسی کو کچھ پتہ نہیں ہوتا لیکن آمدورفت کا سلسلہ تو چلتا ہی رہتا ہے۔ حادثات کے بعد فوری طور پر متعلقہ حکام حفاظتی اقدامات پر زور دیتے ہیں اور لوگ معمول کے مطابق سفر کرتے رہتے ہیں۔ بھلا یہ کیسے ممکن ہے کہ آپ کی بیٹی واپس نہ جائے اور صرف اس کا شوہر چلا جائے۔ شادی کے بعد بیٹی پر والدین کا اتنا اختیار نہیں رہتا جتنا کہ شوہر کا ہوتا ہے۔ آپ ہنسی خوشی بیٹی اور داماد کو واپس جانے کی اجازت دے دیجئے۔

## روئے میں بے رحمی

مجھے بی ایس سی کیے ہوئے تین سال ہو گئے۔ اب تک جاب نہیں کر سکا میرے چچا بہت اچھے عہدے پر کام کرتے ہیں۔ ان سے کہتا ہوں کہ کہیں جاب دلوادیں تو کہتے ہیں کہ میں کسی کی سفارش نہیں کرتا۔ مجھے ان کی بات سے بہت شرمندگی ہوئی اور خود پر غصہ آیا۔ پھر میں نے سوچا کہ کبھی مجھے ملازمت مل جائے گی تو میں بھی کسی کی سفارش نہیں کروں گا۔ وقت کے ساتھ میرے رویے میں بے رحمی اور غصہ پیدا ہو رہا ہے۔ میں چاہتا ہوں میری شخصیت پسندیدہ ہو اور مجھے لوگ پسند کریں۔ (سلیم احمد، گجرات)

**مشورہ:** جائز مدد کرنے میں جس سے کسی کی حق تلفی نہ ہوتی ہو اور ایک تعلیم یافتہ نوجوان کو روزگار مل جائے تو اس میں کوئی حرج نہیں۔ کسی ہتھکڑی کو محروم کر کے یا کسی کو بیروزگار کر کے کسی نا اہل شخص کو اس کی جگہ پر تعلقات سے فائدہ حاصل کرتے ہوئے لے آنا غلط ہے۔ آپ اپنی جاب کیلئے کوششیں جاری رکھیں اور جب تک کہیں کام نہیں مل رہا تعلیم حاصل کرتے رہیں۔ جب آپ کو اچھا کام مل جائے تو لوگوں کی جائز مدد کرتے رہیں۔ رہنمائی کردہ بنی سفارش نہیں ہوتی۔ شخصیت میں بہتری لانے کیلئے لوگوں کے ساتھ اخلاق سے پیش آئیں۔ اگر کسی نے آپ کا دل دکھایا ہے تو اس کا یہ مطلب نہیں کہ آپ بھی لوگوں کے ساتھ ہمدردی اور خلوص نہ رکھیں۔ اپنے حراز میں بہتر تبدیلی چاہتے ہیں تو جس حد تک ہو سکے لوگوں کے کام آئیں۔

رہا ہے اب کچھ اچھے سکولوں نے بچوں کا بھاری بستہ کم کرنے کیلئے ایسا ٹائم ٹیبل بنایا ہے جس میں ہر روز تمام مضامین نہیں پڑھائے جاتے۔ اس طرح بچے ہر روز صرف وہ کتابیں رکھ لیتے ہیں جو پڑھنی ہوتی ہیں۔ اب رہی بات سلیبس زیادہ ہونے کی تو اس پر آپ کا رچرچر سے یا پرنسپل سے بات کر سکتی ہیں۔ بہر حال آئندہ کیلئے ہی مفصل مضامین کو یاد کرنے یا کروانے کیلئے مختلف انداز اختیار کریں۔ سب سے پہلے مضمون کو ایک بار پڑھیں پھر اس کے نکات بنالیں صرف اہم نکات یاد رکھیں اور وضاحت ایک بار سمجھ کر پڑھ لیں۔ اس طرح جب امتحان میں سوالات کے جوابات لکھے جائیں گے تو ایک ایک نکتے سے وضاحت کرتی رہیں۔ بچے کو اہم نکات یاد کروادیں لیکن سمجھا کر رٹوانے سے گریز کریں۔ اس طرح بچے کچھ سمجھتے نہیں ہیں بلکہ جو کچھ یاد بھی ہوتا ہے وہ وقتی طور پر ہی ذہن میں رہتا ہے۔ افسوس کی بات تو یہ ہے کہ ہمارے ملک میں اکثر سکولوں میں امتحان لینے کا طریقہ بہت پرانا اور فرسودہ ہے۔ یہی وجہ ہے کہ خاص طور پر امتحانات کے دنوں میں طالب علموں اور ان کے والدین کو دشواریوں کا سامنا ہوتا ہے۔

## ہولناک واقعات

روز روز کے حادثات اور ہولناک واقعات سے میرا دماغ بُری طرح متاثر ہوا ہے۔ اب میں چاہتا ہوں کہ گھر سے کوئی باہر نہ نکلے اور سفر تو بالکل ہی نہ کیا جائے۔ نہ بس کا نہ جہاز کا نہ موٹر سائیکل کا اور ٹرین کا تو سن کر دل کانپ جاتا ہے۔ چند ہفتے پہلے بیٹی اپنے شوہر کے ساتھ دبئی سے آئی ہے۔ اب اس کے واپس جانے کے دن قریب آ رہے ہیں اور میں کہہ رہا ہوں کہ نہ جاؤ۔ یہیں رہو اور ضروری ہے تو شوہر کو دو۔ وہ نہیں مان رہی۔ اکثر میری باتوں کو نال دیتی ہے۔ اس کی نافرمانی پر مجھے غصہ بھی آتا ہے۔ (صابر زلاہور)

**مشورہ:** کمزور اعصابی نظام رکھنے والے لوگ حادثات دیکھ کر تو متاثر ہوتے ہی ہیں۔ ان کے بارے میں سن کر بھی پریشان ہو جاتے ہیں۔ آپ اس حقیقت کو تسلیم کریں کہ

## سب سے پہلا شوق

مجھے شاعری سے دلچسپی تھی مگر جب شعر لکھنا شروع کیے تو کسی کو نہیں دکھائے۔ لہذا اصلاح بھی نہ ہو سکی پھر میں نے نثری مضامین لکھے وہ بھی اچھے نہ لگے۔ میٹرک کا امتحان دے رہا ہوں، والد چاہتے ہیں کہ انٹر پاس کر کے یونیورسٹی سے آنرز کر لیا جائے۔ میں انہیں اپنے شوق کے بارے میں نہیں بتا سکتا کیونکہ وہ اس بات کا یقین نہیں کریں گے کہ ایک شاعر کی لوگ کس قدر عزت کرتے ہیں اور اسے معاشرے میں کتنا مقام حاصل ہوتا ہے۔ وہ تو یہی چاہیں گے کہ پڑھ لکھ کر کہیں ملازمت کر لی جائے اور ساری عمر یوں ہی گزر جائے۔ (فرقان ملتان)

**مشورہ:** مختلف شوق رکھنا اور خود کو کسی پیشے میں ماہر بنانا دو مختلف باتیں ہیں اگر آپ صرف شوق پورے کرتے رہے اور ناکام ہوتے رہے تو مستقبل میں خود کو کسی لائق نہ بنائیں گے۔ تعلیم حاصل کرنا سب سے پہلا شوق ہونا چاہیے۔ اگر آپ شاعر نہ بن پائے تو بھی کامیاب انسان بن سکیں گے۔ شاعر تو بہت سے لوگ بننا چاہتے ہیں اور بن بھی جاتے ہیں لیکن اس کے ساتھ ساتھ وہ کوئی کام بھی کرتے رہیں تو زندگی زیادہ کامیاب گزرتی ہے کیونکہ ضروری نہیں کہ ہر شاعر اپنے فن کی یوں کو پہنچ کر خود کو منوا سکے۔ زندگی اچھی صورت شکل سے نہیں کام سے بنتی ہے۔

## بھاری بستوں کا مسئلہ

میرا بیٹا چوتھی جماعت میں پڑھتا ہے لیکن اس کا بستہ اتنا بھاری ہے کہ میٹرک کے طالب علم کو بھی نہ ہوگا۔ اب امتحان ہو رہے ہیں تو سلیبس اتنا بڑھا دیا ہے کہ پیپر ز کی تیاری بے حد مشکل لگتی ہے۔ اتنے بہت سارے سوالات اور مفصل جوابات وہ بے چارہ کہاں تک یاد کرے۔ مجھے اس کا پاس ہونا مشکل لگتا ہے۔ اس سے زیادہ میں پریشان ہوں۔ کیا کوئی نفسیاتی طریقہ ہے کہ اسے مفصل جوابات آسانی سے یاد کرائے جاسکیں۔ (شمن بٹ، اسلام آباد)

**مشورہ:** بھاری بستوں کا مسئلہ بچوں کیساتھ کافی عرصہ سے چل



ابن زبیب بھکاری

اسلام اور رواداری

قسط نمبر 91

پنجمیہ اسلام کا غیر مسلموں

سے حسن سلوک

بحیثیت مسلمان ہم جس باخلاق نبی صلی اللہ علیہ وسلم کے پیروکار ہیں ان کا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا آپ نے سابقہ اقلیت میں پڑھایا ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سچیں فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

حضرت فضیل بن عیاض رحمۃ اللہ علیہ شروع میں ڈاکو تھے اور راہ زنی کیا کرتے تھے۔ آنے والے قافلوں کو لوٹنا آپ کا عام معمول تھا۔ عشق الہی نے قلب میں آگ لگائی، غرباء نوازی نے کشش پیدا کی، شب کے وقت ایک قافلہ ادھر سے گزرا ایک شخص اونٹ کی پشت پر بیٹھا قرآن پاک پڑھتا جا رہا تھا کہ یہ آیت تلاوت فرمائی اَلَمْ یَأْنِ لِلَّذِیْنَ اٰمَنُوْا اَنْ تَخْشَعَ قُلُوْبُهُمْ لِذِکْرِ اللّٰهِ وَمَا نَزَّلَ مِنَ الْحَقِّ (الحجہ 16) یعنی کیا ابھی وہ وقت نہیں آیا کہ ایمانداروں کے قلوب اللہ کے ذکر سے لرزنے لگیں، یہ آیت سننی تھی کہ ایک بھلی سی آپ کے دل میں کوند گئی اور گھر میں بیوست ہو گئی ایک چنگاڑی تھی جس نے جی و جاں میں آگ لگادی آپ بے ساختہ یہ کہنے لگے آگیا آگیا اور اپنی تمام گزشتہ زندگی سے تائب ہو گئے پھر آپ کو یہ فکر ہوئی کہ کتنے ہی لوگوں کا میں نے مال لوٹا ہے ان میں مسلمان بھی ہیں اور غیر مسلم بھی، یہودی بھی ہیں اور عیسائی بھی۔ نجانے کتنے مذاہب کے لوگ ہیں جو میری راہ زنی کا شکار بنے۔ آپ نے ایک ایک شخص کے بارے میں معلوم کیا، چاہے وہ عیسائی تھا، یہودی تھا، بدھ مت تھا، جوتی تھا یا کسی بھی مذہب و فرقت کا تھا۔ آپ ایک ایک شخص کے پاس جا کر یا تو اس کی لوٹی ہوئی رقم واپس لوٹاتے یا اس سے معاف کرواتے۔ انہی لوگوں میں ایک یہودی جو نہایت سخت دل تھا وہ کسی بھی طرح اپنی رقم معاف کرنے پر راضی نہ ہوا پہلے تو اس نے ایک بڑے ٹیلے کو اٹھا کر چھینک دینے کی شرط لگائی جو ایک ہوائے غیبی سے راتوں رات فنا ہو گیا، لیکن اُس کے بعد بھی اس نے آپ کو معاف نہ کیا، آپ اس کی منت سماجت کرنے لگے اور راتوں رات آپ کو یہ فکر کھانے لگی کہ کس طرح میں اس یہودی سے اپنے حق کو معاف کرواؤں۔ پھر اُس نے کہا میرے سر ہانے کی طرف زمین میں روپیوں کی تیشی (باقی صفحہ نمبر 22 پر)

”غیر مسلموں کی عبادت گاہیں اور ہماری ذمہ داریاں“ کتاب اردو اور انگلش میں پڑھنا ہرگز نہ

## آیت کریمہ سے پتھر دل کو موم بنائیے

محمد فاران ارشد بھٹی، مظفر گڑھ

ایک ڈاکو نے ان کے زیوروں کی طرف ہاتھ بڑھایا اور انہیں چوڑیاں وغیرہ اتارنے کا حکم دیا لیکن ایک ڈاکو جو یقیناً ان کا سرغنہ تھا جھٹ بولا: نہیں نہیں۔۔۔!! یہ عورتیں ہماری بہنیں ہیں ان کے زیوروں کو ہاتھ نہیں لگانا۔۔۔ یہ سب آیت کریمہ کا اثر تھا

ہیں گھر والوں کو باندھ کر کمرے میں بند کر دیتے ہیں لیکن آپ کیساتھ ہم ایسا نہیں کر رہے، اچھا خدا حافظ! پھر ڈاکو چلے گئے۔ حمید صاحب اٹھے تہجد کا وقت ہو چکا تھا انہوں نے وضو کیا پہلے دو رکعت نفل شکرانے کے پڑھے اور اپنی بچیوں کو بھی کہا بیٹے آپ سب شکرانے کے نفل پڑھو اللہ تعالیٰ نے عزت بچائی، ورنہ یہ ڈاکو تو درندہ ہوتے ہیں مال و دولت کے ساتھ ساتھ عزتوں کا نقصان بھی کر جاتے ہیں۔ صبح حمید صاحب نے پولیس میں رپورٹ درج کروادی جو بھی اس ڈاکے کی روداد سنا حیران رہ جاتا کہ کیسا معجزہ ہوا ہے، ڈاکو اتنا سونا چھوڑ گئے، ورنہ یہ درندہ تو خواتین کے کان بھی ساتھ نوج لے جاتے ہیں۔ حمید صاحب کا نقصان بھی اتنا زیادہ نہ ہوا کیونکہ رقم زیادہ تر وہ بینک میں رکھتے ہیں اور بھاری زیور بھی سیف میں رکھواتے ہیں۔ صرف ستر اسی ہزار کا نقصان ہوا۔ حمید صاحب کو خوشی تھی میری بچیوں کی طرف ڈاکوؤں نے نگاہ اٹھا کر بھی نہیں دیکھا۔ ورنہ زیور اتار تے وقت یقیناً وہ ہاتھ وغیرہ پکڑ سکتے تھے۔ یہ خدا کی رحمت صرف اور صرف آیت کریمہ کی برکت کی وجہ سے ہوئی۔

### درس نے لیکچرار بنا دیا

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں نے کئی بار پہلے خط لکھے لیکن میں پوسٹ نہ کر سکی۔ میں ان دنوں بڑی تکلیف دہ حالات سے گزر رہی تھی۔ میں لیکچرار بن رہی تھی اور مجھے بہت وسوسے آتے تھے۔ مجھ سے پڑھائیں جا رہا تھا، ان وسوسوں کی وجہ سے میں بیمار ہو گئی ایسے وسوسے جیسے اللہ تمہیں قتل کر دیں گئے جب قتل ہی ہونا ہے تو پڑھنے کا فائدہ۔۔۔؟؟؟ اب تمہیں کوئی نہیں بچا سکتا۔ حتیٰ کہ مجھے اپنے آپ سے بھی ڈر لگنا شروع ہو گیا۔ مگر پھر میں نے اپنے آپ کو مضبوط کیا، آپ کے درس لگاتا رہتا، درس سننے سے مجھ میں بہت تبدیلی آئی۔ آپ کے درس سننے کی برکت سے اتنے وسوسے ہونے کے باوجود بیمار رہنے کے باوجود امتحان میں اتنے اچھے نمبرز آئے کہ میں خود حیران و پریشان ہو گئی۔ حتیٰ کہ رزلٹ کارڈ دیکھ کر میں تو جیسے خوش سے سکتے میں ہی آگئی۔ الحمد للہ اب وسوسے بھی بہت کم آتے ہیں اور میں پرسکون رہتی ہوں۔ (ح، ع، راولپنڈی)

تقریباً تین سال پہلے کی بات ہے ہمارے شہر میں ایک کپڑے کے بیوپاری کے گھر آدھی رات کو تین ڈاکو داخل ہوئے وہ سب سے پہلے ان کی چھت پر پہنچے وہاں ان کی بہو اور بیٹا سوئے تھے ان کو ساتھ لیکر کپڑی پر پسل رکھ کر نیچے آئے، سب گھر والے گہری نیند سوئے ہوئے تھے انہیں بیدار کیا وہ سب ہڑبڑا کر اٹھ بیٹھے، ڈاکوؤں نے انہیں ایک کمرے میں بھیج دیا اور ان سے الماریوں کی چابیاں مانگی۔ انہوں نے خاموشی سے چابیاں ان کے حوالے کر دیں، عورتوں کا تو ڈر سے برا حال تھا لیکن اس گھر کے سربراہ چپکے چپکے آیت کریمہ کا ورد کرنے لگے کیونکہ انہوں نے سوچا اس مصیبت کے وقت صرف اللہ کریم ہی بچا سکتا ہے۔ جوں جوں وہ آیت کریمہ پڑھتے چلے گئے ڈاکوؤں کے رویہ میں نرمی آتی چلی گئی۔ انہوں نے فریج سے پانی نکالا خود بھی پیا اور گھر کے سربراہ حمید کو بھی پینے کیلئے دیا اور نہایت ادب سے کہا چا چا جی لگتا ہے آپ کی طبیعت خراب ہے۔ میں آپ بھی پانی پی لیں، گھر کی سب جگہوں کی تلاشی لیکر نقد رقم اور جھوڑا بہت زیور وغیرہ ڈاکوؤں نے اپنے قبضے میں کر لیا۔ حمید صاحب کی بیگم، بہو، بیٹیوں نے زیور پہنے ہوئے تھے انگوٹھیاں، لاکٹ چوڑیاں اور بالیاں وغیرہ۔۔۔ ایک ڈاکو نے ان کے زیوروں کی طرف ہاتھ بڑھایا اور انہیں چوڑیاں وغیرہ اتارنے کا حکم دیا لیکن ایک ڈاکو جو یقیناً ان کا سرغنہ تھا جھٹ بولا: نہیں! نہیں۔۔۔!! یہ عورتیں ہماری بہنیں ہیں ان کے زیوروں کو ہاتھ نہیں لگانا۔۔۔ (یہ سب آیت کریمہ کا اثر تھا ورنہ ڈاکو زیور کب چھوڑتے ہیں۔) حالانکہ اگر ڈاکو زیور مانگتے تو انہوں نے اتار کر دے دینا تھا۔ اچھا خاصا سونا تھا لیکن ڈاکوؤں نے چھوڑ دیا۔ ڈاکوؤں کا رویہ اتنا اچھا ہو گیا کہ لڑکیوں نے کہا بھائی سب کچھ تو سمیٹ چکے ہو اب خدا کیلئے چلے جاؤ کیوں ہمارے سر پر مسلط ہو۔ ڈاکو نہایت تہذیب سے بولے باجی اس وقت ہم باہر نکلے تو پولیس کے ہتھے چڑھ جائیں گے۔ جھوڑا وقت گزر جائے دن کے آثار ہونے لگیں تو پھر ہم چلے جائیں گے یہ کہہ کر ایک طرف خاموشی سے پیچھے گئے، صبح صادق سے جھوڑا پہلے گھر سے نکلے لگے تو کہا چا چا جی ہم جا رہے ہیں آپ آدھ گھنٹہ بعد بے شک پولیس کو فون کر لیں، ہم جہاں بھی جاتے



بہار

## شیخ چلی کا سکول میں پہلا دن

رضوان قاسم گوجرانوالہ

زندگی بھر سکول کا فوٹو تک نہیں دیکھوں گا۔

حرف ی نے مجھے یہ بات یقین کے ساتھ بتائی ہے کہ جو دل سوچے اس پر عمل کرنے سے ہی نجات ملتی ہے۔ ورنہ قسمت ہاتھ ملتی ہے۔ غرض کہ پہلی کتاب کے حرف الف سے ی تک کہ سارے حرفوں نے شیخ چلی کو اس قدر معلومات دی تھیں کہ وہ امتحان میں سر کھپانے اور کاغذ پر قلم چلانے کی ساری باتوں کو وقت اور طاقت گنوانے کا ذریعہ سمجھنے لگتے تھے۔

شیخ چلی پہلی کلاس میں غضب بن کر آئے تھے۔ ہم جماعت ساتھیوں کی خاطر تفریح کا سبب بن کر آئے تھے۔ ان کی پر لطف باتیں ان کی احمقانہ عادتیں دلچسپی سے خالی نہیں تھیں۔ ان کی معمولی نزاکتیں ان کی چالو حرکتیں ہنسی کا سامان تھیں۔ ان کی حرکتیں قہقہوں کی جان تھیں۔ اردو کا جو قاعدہ تھا ان کیلئے بے فائدہ تھا۔ لطم یاد تھی نہ نثر یاد تھا۔ اگر یاد تھا تو گھر یاد تھا۔ جہاں ان کی ماں انہیں پیار سے کہتی تھیں گڈو اور کھانے کو دیتی تھیں لڈو۔ مگر یہاں کلاس میں جناب جی کے ڈنڈے مل رہے تھے۔ سوال ان کیلئے مرغی بن گئی تھی۔ اس لیے جواب دینے پر پرچے میں انڈے مل رہے تھے۔

### آمد رمضان کا تحفہ

رمضان میں بھوک پیاس ختم کرنے کیلئے بادام منقشر، گوند کثیرہ، ہمزون لعاب اسپنچول میں گولیاں بنائیں۔ دو گولی سحری کے وقت اور دو افطاری کے بعد۔

### گر میوں کے شربت جگر ٹھار

زر شک دس تولہ، بنفشہ دو تولہ، گل بنفشہ پودینہ دو تولہ، منقہ دس تولہ، الائچی خورد دو تولہ، آلو بخارہ دس تولہ، املی دس تولہ، صندل سفید ایک تولہ، سرکہ انگوری چالیس تولہ، چینی تین کلو۔ سرکہ انگوری کے علاوہ سب چیزیں رات کو گرم پانی میں جھگو دیں۔ صبح کو ابال کر چھان لیں، چینی اور سرکہ انگوری ڈال کر شربت تیار کریں۔ ایک گلاس پانی میں تین چمچ شربت ڈال کر صبح و شام استعمال کریں۔ دعاؤں میں یاد رکھیں۔

کایا پلٹ نسخہ: ہر مرض کی دوا: زیرہ سیاہ ایک پاؤ، مرچ سیاہ ایک پاؤ، سونف ایک پاؤ، سنکلی ایک پاؤ، شکر سرخ ایک پاؤ، سفوف بنا کر چھوٹا چمچ غذا کے بعد استعمال کریں۔ نوٹ: سنکلی کو اچھی طرح صاف کریں ڈوڈی نکال لیں۔

دل کے مریض خاص کمزوری کے مریضوں کیلئے ایک پاؤ بادام لے کر کوٹ کر تیل نکلنے کیلئے پیڑا بنا کر درمیان میں مرجان ایک تولہ رکھ دیں۔ 20 کلو اوپلے کی آگ دیں نکال کر سفوف بنا کر ایک رتی مکھن میں ڈال کر استعمال کریں۔ (عبدالرحمن غازی ظاہری)

کلاس کے سارے بچوں میں ان کا قد لمبا تھا سب کو یہی اچنچا تھا کہ قد تو بڑا ہے مگر عقل پر پتھر پڑا ہے۔ عقل ان کی کند تھی، سمجھ کی کھڑکی بند تھی۔ صلواتیں سمجھے جاتے تھے۔ بدھو گئے جاتے تھے۔ بستی اجڑ گئی تھی۔ حرف ظ نے ان کی ظرافت کی رگ کو پھڑپھڑانا سکھا دیا تھا۔

خود رونا اور دوسروں کو ہنسانا بتا دیا تھا۔ ان کی وجہ سے دانتوں کی نمائش ہو رہی تھی۔ ان کے حلیے کو دیکھ کر خواہ مخواہ ہنسنے کی خواہش ہو رہی تھی۔ ان کا حلیہ ماشاء اللہ لا جواب تھا۔ نہ آفتاب تھا نہ مہتاب تھا وہ تو مٹی کا ایک کھلونا تھے کارٹون تھے ایک نمونہ تھے۔ حرف ر اور ز کو دیکھ کر روتے تھے، زار و قطار روتے تھے۔ اشکوں سے منہ دھوتے تھے۔ اس لیے صبح گھر سے منہ دھوئے بغیر آتے تھے۔ آنسوؤں سے غسل فرماتے تھے۔ حرف ع اور غ سے علم غلم کا ورد چالو ہو جاتا تھا۔ ایک حرف آم تو دوسرا حرف آلو ہو جاتا تھا۔ ع اور غ پڑھ کر وہ کسی نہ کسی طرح غنا غافل ہو جانا چاہتے تھے۔ عجیب و غریب کمال دکھانا چاہتے تھے حرف ف کو دیکھ کر فوراً فقیر کی یاد کرنے لگتے تھے اور حرف ق سے انہیں قوائی یاد آ جاتی تھی جو وہ جھڑت کو کسی پیر بزرگ کے مزار پر اپنے بڑے شیخ چلی یعنی والد صاحب کے ساتھ جا کر سنا کرتے تھے۔ دوسروں کی دیکھا دیکھی سر کو دھنا کرتے تھے۔

حرف ل اور م کو پڑھ کر کیسی سی کرنے لگتے تھے جیسے کہ انہوں نے وہ حرف نہیں بلکہ لال مرچ منہ میں دبا لیے ہوں۔ زور سے چبا لیے ہوں۔ حرف ل سے ماں کا لاڈ اور حرف م سے ممتا یاد آ جاتی تھی اور طبیعت فوراً گھر جانے کو لپکتی تھی مگر حرف ل اور م کے ساتھ لکڑی کی مار بھی یاد آتی تھی جس سے طبیعت گھبراتی تھی۔ اس لیے چپ ہو جاتے تھے۔

حرف ن کو دیکھ کر نہ جانے کیوں ناک کھچانے لگ جاتے تھے۔ گویا جماعت سے نو دو گیارہ ہو جانے کی ترکیب کا نقشہ بناتے تھے۔ حرف ن سے ندی کا کنارہ یاد آ جاتا تھا جہاں جا کر وہ نہانا چاہتے تھے۔ جسم کی گندگی کو لہروں میں بہانا چاہتے تھے۔ سکول سے رفو چکر ہونا چاہتے تھے۔ پڑھائی لکھائی سے ہاتھ دھونا چاہتے تھے۔

حروف و کو دیکھ کر دل سے یہ وعدہ کر رہے تھے کہ کتاب کا ہر ایک ورق پھاڑ کر یہاں سے ایک دن ایسے بھاگوں گا کہ

کروا دیا۔ پڑھنے لکھنے والوں میں شامل کر دیا۔ ایک پرائمری سکول میں ننھے ننھے شیخ چلی کا داخلہ ہو گیا۔ پڑھنے لکھنے کا معاملہ ہو گیا۔ ہاتھ میں ایک ہتھ آگیا، سامنے سکول کا راستہ آگیا۔ صبح سویرے جلدی اٹھنا لازمی ہو گیا۔ ایک بچہ سلیقہ کا آدمی ہو گیا۔

ماں باپ نے اپنی اس چیتنی اولاد کو اس دولت شاد و نا شاد کو اس لیے سکول میں بھیجا کہ پڑھ لکھ کر انسان بنے، علم کے پھولوں سے تعلیم کا گلہان بنے۔ ماں باپ کو اس بات کا رنج تھا کہ شیخ چلی کا نام سب سے آخر میں درج تھا۔ اسی لیے کلاس میں پیچھے کی پہلی صف میں تشریف رکھتے تھے نہ دوست رکھتے تھے نہ حریف رکھتے تھے۔ اپنی ہی ذات کے میدان میں گھومتے تھے۔ بھاگتے کم تھے، بیٹھے بیٹھے اوگھتے تھے۔ ٹیچر کیا پڑھا رہے ہیں، کس مضمون کی پتنگ اڑا رہے ہیں انہیں کچھ خبر نہیں تھی کیونکہ ان کی نظر ادھر نہیں تھی۔ کتاب کا ہر ورق ہاتھ سے نکل نکل جاتا تھا اور ہر سبق دماغ سے پھسل پھسل جاتا تھا۔

ٹیچر نے کئی بار ڈانٹا پھول سے گالوں پر مارا چنانچہ شیخ چلی نہ جانے کس مٹی کے پتلے تھے مار کا کوئی اثر نہیں تھا حالانکہ دبلے پتلے تھے۔

کلاس کے سارے بچوں میں ان کا قد لمبا تھا سب کو یہی اچنچا تھا کہ قد تو بڑا ہے مگر عقل پر پتھر پڑا ہے۔ عقل ان کی کند تھی، سمجھ کی کھڑکی بند تھی۔ صلواتیں سمجھے جاتے تھے۔ بدھو گئے جاتے تھے۔ امتحان تو نقل پر منحصر تھا۔ حساب میں تو نمبر صفر تھا۔ یہ جو اردو کی پہلی کتاب تھی ان کیلئے عذاب تھی۔ الف کے زیر و زبر اور پیش سے پریشان ہو جاتے تھے۔ ب اور پ اور ث کے نقطوں سے حیران ہو جاتے تھے۔ ج اور ح نے جی کا چین اڑا دیا تھا۔ ح اور خ کی حالت خراب کر دی تھی اور بے حساب کر دی تھی۔ حروف د سے ان کی دال گل نہیں رہی تھی۔ بلاٹل نہیں رہی تھی۔ حرف ذ نے ذلت میں ڈال دیا تھا۔ عزت کا بھرہ نکال دیا تھا۔ حرف ط نے انہیں طوطا بنا دیا تھا، اس لیے رٹنے کی عادت پڑ گئی تھی۔ عقل کی

محمد اشرف مرزا

## صحت مند دل، صحت مند ٹانگوں میں۔۔۔!

چلنا آپ کے جسم کے علاوہ آپ کے ذہن پر بھی اثر انداز ہوتا ہے۔ اسرار اور دباؤ سے چھٹکارا حاصل کرنے کا بہترین طریقہ پیدل چلنا ہے۔ واکنگ آپ کو خوش و خرم رکھتی اور ذہن کو پریشان کن خیالات سے پاک کرتی ہے۔ اطباء کا قول ہے کہ جو شخص روزانہ دو میل پیدل چلے ہم اسے اچھی صحت کی گارنٹی دے سکتے ہیں۔ سائنس نے بھی ثابت کر دیا ہے کہ پیدل چلنا صحت کیلئے نہایت مفید ورزش ہے۔ خوش قسمت ہیں وہ لوگ جنہیں اس بات کی سمجھ آ چکی ہے تاہم جو نہیں سمجھ پائے وہ بھی ایک مرحلے پر ضرور سمجھ جاتے ہیں انہیں درحقیقت اس وقت سمجھ آتی ہے جب بلڈ پریشر شوگر یا دل کا دورہ پڑنے پر مستند معالج انہیں پیدل چلنے کا مشورہ دیتے ہیں تب اس بات کا احساس بخوبی اجاگر ہوتا ہے کہ ”پرہیز علاج سے بہتر ہے“۔

کسی نے کیا خوب کہا ہے کہ میرا دایاں اور بایاں پاؤں ہی میرا معالج ہے۔ ایک شیرخوار بچہ جب تک چلنے کے قابل نہیں ہوتا وہ بیماریوں کی زد میں رہتا ہے۔ انسانی زندگی کا یہ مرحلہ صحت کے اعتبار سے نازک ہوتا ہے۔ سمجھ دار والدین کوشش کرتے ہیں کہ ان کے بچے جلدی چلنا پھرنا شروع کر دیں۔ چنانچہ وہ ان کی مدد کیلئے واکر استعمال کرتے ہیں بچہ جتنا جلدی چلنا پھرنا شروع کرتا ہے اتنا ہی یہ عمل اس کی صحت کی حفاظت کیلئے مفید ہوتا ہے۔ یہ عجیب بات ہے کہ بڑے ہو کر لوگ چلنے پھرنے سے اجتناب شروع کر دیتے ہیں۔ اس کی وجہ مصروفیت یا سستی ہو سکتی ہے۔ حالانکہ دن میں ایک گھنٹہ واک کیلئے وقت کرنا چنداں مشکل نہیں۔

پرنسوں کا کام اڑنا ہے، اڑنے سے وہ صحت مند رہتے ہیں جن پرنسوں کو بچپن میں ڈال دیا جاتا ہے ان کی زندگی کم ہو جاتی ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ وہ اڑنے سے قاصر رہتے ہیں۔ اگر گاڑی کو ایک ماہ کیلئے کھڑا کر دیا جائے اور پھر سٹارٹ کیا جائے تو پتہ چلتا ہے کہ اس عرصہ میں اس میں کئی نقص پیدا ہو چکے ہیں اگر کچھ اور نہ بھی ہو تو بیٹری ضرور ڈسچارج ہو چکی ہوتی ہے یعنی چلتی گاڑی کا نام گاڑی ہے۔

وہ گائے، بھینس جو چراگا ہوں میں چرتی ہے، زیادہ دودھ دیتی ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ وہ چلتی پھرتی رہتی ہے جس کے باعث وہ صحت مند رہتی ہے فوجیوں کو سب سے پہلے چلنا سکھایا جاتا ہے۔ اس ٹریننگ میں بینڈ سے کام لیا جاتا ہے تاکہ چلنے کے عمل ردھم پیدا ہو جائے چلنے کا عمل جسے ڈرل

افراد کو ایسے لوگوں کو بہ ہارٹ ایک کا خطرہ آدھارہ جاتا ہے جو دن میں ایک میل بھی نہیں ٹھیلے۔ جدید ریسرچ کے مطابق وہ لوگ سب سے کم چہل قدمی کرنے والے تھے ان کیلئے سرطان کا خطرہ ایسے لوگوں کی بہ دو گنا سے بھی زیادہ تھا جو سب سے زیادہ چہل قدمی کرتے رہے تھے۔ معلوم ہوا کہ چہل قدمی انسان کو مرض قلب اور فالج سے محفوظ رکھتی ہے لیکن بعض حلقوں میں اس جائزے کے اعداد و شمار کو قابل اعتنا نہیں سمجھا اور کہا کہ یہ اعداد و شمار اتفاق پر محمول ہو سکتے ہیں تاہم اس سے قبل ایک جائزہ تیار ہوا تھا کہ جس میں ورزش اور قلب کی بیماری کے انسداد میں باہمی تعلق کے واضح شواہد مل چکے ہیں۔ اس تحقیق سے نتیجہ یہ نکالا گیا کہ جو عورتیں ہفتے میں کم از کم تین گھنٹہ تیز (تین سے چار میل فی گھنٹہ) چہل قدمی کرتی ہیں ان کیلئے ان عورتوں کی بہ

مرض قلب اور فالج کا خطرہ 54 فیصد کم ہو جاتا ہے جو عام طور پر بیٹھی رہتی ہیں۔ جو لوگ سہل پسند زندگی گزارتے ہیں یعنی ہلے جلتے کم ہیں، دفتر اور گھر میں زیادہ وقت بیٹھ کر گزار دیتے ہیں وہ غالباً یہ سمجھ رہے ہیں کہ ورزش کی کوئی اہمیت ہی نہیں۔ ان لوگوں کیلئے ایک اور حالیہ جائزے کی تفصیل پیش کی جا رہی ہے جو فروری 1998ء میں شائع ہوا ہے۔ یہ جائزہ فن لینڈ کی یونیورسٹی میں کیا گیا اور اس کا نتیجہ یہ اخذ کیا گیا کہ باقاعدہ ورزش سے لوگوں کی زندگی بڑھ جاتی ہے خواہ ان کا نسلی یا موروثی پس منظر کچھ ہی کیوں نہ ہو۔

اس بات کے شواہد بھی ملے ہیں کہ جو لوگ نسبتاً زیادہ محنت والی ورزش کرتے ہیں مثلاً ہفتے میں کئی بار جوگنگ یا پیارا کی کرتے ہیں یا پھر ٹینس کھیلتے ہیں ان کی عمر سب سے زیادہ ہوتی ہے لیکن جو لوگ تندرست رہنے کیلئے صرف چہل قدمی پر اکتفا کرتے ہیں وہ بھی کسی سے پیچھے نہیں رہتے۔

ان جائزوں کا جن کا اوپر ذکر کیا گیا ہے مجموعی طور پر جو نتیجہ اخذ کیا گیا ہے اس کا خلاصہ یہ ہے کہ جو لوگ روزانہ ذرا لمبی چہل قدمی کرتے ہیں وہ اپنے دور کے ان لوگوں کی بہ لمبی زندگی گزارتے ہیں جو ورزش نہیں کرتے، چلنے پھرنے سے کتراتے ہیں اور لیٹے بیٹھے ہی دن گزار دیتے ہیں۔

### رمضان المبارک کیلئے تحریریں

جون 2014ء کا شمارہ رمضان المبارک کے حوالے سے خاص تحریروں سے مزین ہوگا۔ ابھی سے اپنی تحریریں فوراً ارسال کریں تاکہ بروقت شامل اشاعت ہو سکیں اور آپ کا بھی اس کا خیر میں بھر پور حصہ ہو سکے۔ (ادارہ)



## جسمانی بیماریوں کا شافی علاج

### ☆ پیٹ میں زخم ☆ ڈیپریشن اور پھر آپریشن ☆ منہ پر سوجن اور دانے ☆ پیچیدہ بیماریاں

توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں اور اس پر مکمل پتہ واضح ہو۔ جوابی لفافہ نہ ڈالنے کی صورت میں جواب ارسال نہیں کیا جائیگا۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں سٹیکلر زین استعمال نہ کریں۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوٹ: وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔ مضمون مختصر لکھیں تاکہ جواب دینے میں آسانی ہو۔

#### پیٹ میں زخم

میری عمر 42 سال ہے چار بیٹیاں ایک بیٹا ہے دو سال پہلے بائیں جانب لقوہ ہوا تھا پھر ایک سال بعد ہرنیا کا آپریشن ہوا۔ اس کے کچھ ہی عرصے بعد بادی بوا سیر اور چھوٹی آنت میں زخم ہو گئے۔ پیٹ میں شدید درد ہوتا ہے جس کیلئے حب مقل کھاری ہوں۔ کبھی فائدہ ہوتا ہے کبھی نہیں۔ مجھے بچپن سے ریشی کی شکایت ہے۔ لقوے کے بعد میرا وزن بہت کم ہو گیا ہے۔ دو سال گزرنے کے بعد تک منہ میڑھا ہے۔ میری کمر کے بائیں جانب بھی ہر وقت درد رہتا ہے پھر ران اور پاؤں کے تالے میں درد شروع ہو جاتا ہے۔ جوڑوں کا درد ہے یہ چھ ماہ سے ہے۔ بادی چیزیں کھانے سے زیادہ تکلیف ہوتی ہے۔ قبض رہتا ہے میرے والدین دنیا میں نہیں شوہر مزدور آدمی ہے اگر فالج ہو گیا تو مجھے کون سنبالے گا، دوائی اور پرہیز بھی بتادیں۔ (تابندہ کوہاٹ)

مشورہ: پیٹ میں کہیں بھی زخم ہو تو مرج سے پرہیز ضروری ہے خاص طور پر معدہ اور آنتوں کے زخم میں مرج نہیں کھانی چاہیے۔ البتہ ان حالات میں آپ چائے سے روٹی کھا سکتی ہیں۔ پانچواں دایں ملا کر پتلے شورے کی طرح پکا کر اس سے روٹی کھا سکتی ہیں۔ صرف لونگ پیس کر رکھیں۔ غذا کے بعد ایک دو تھکی چائے یا پانی سے کھائیں۔ سردی اور سرد چیزوں سے پرہیز کریں۔ غذا نمبر 13 استعمال کریں۔

#### ڈیپریشن اور پھر آپریشن

میری عمر 31 سال ہے میرے دو بچے ہیں جو نارمل ہیں۔ آج سے پانچ ماہ قبل دل تیزی سے دھڑکن شروع ہو گیا اور سر کے اوپر غبار چھانے لگا، گھبراہٹ طاری ہو گئی۔ ڈاکٹر نے دل کی دھڑکن تیز ہو جانے کی وجہ یہ بتائی کہ ڈیپریشن ہے۔ کبھی کوئی مسئلہ نہیں ہوا۔ بس پچھلے سال ٹانسلو کا آپریشن ہوا تھا۔ آپریشن خراب ہو گیا اور کافی تکلیف اٹھانی پڑی۔ آج کل میری طبیعت بہت بے چین رہتی ہے۔ دل کی دھڑکن بے ترتیب رہتی ہے۔ بی پی نارمل رہتا

ہے۔ کبھی کبھی گلے میں کوئی چیز اٹکی ہوئی محسوس ہوتی ہے۔ کبھی سینے میں چھین ہوتی ہے۔ سانس لینے میں دشواری ہوتی ہے۔ پرسکون رہنے کی کوشش کرتی ہوں۔ اللہ کا شکر ہے کوئی گھریلو مسئلہ مجھے نہیں ہے۔ والدین شوہر سسرال والے سب خیال رکھتے ہیں۔ (ط، لاہور)

مشورہ: غالباً یہ اختناق الرحم ہے۔ یہ بیماری عام طور پر کنواری بچیوں میں پائی جاتی ہے۔ جو شادی ہونے پر خود بخود جاتی رہتی ہے۔ شادی شدہ خواتین میں یہ بیماری کم ہی ہوتی ہے۔ خاص طور پر بچوں والی خواتین میں نہیں پائی جاتی۔ اس مرض کا اصولی علاج ضروری ہے جو اچھے اور تجربہ کار طبیب کا کام ہے۔ بہر کیف آپ غذا کے بعد کھد نوشادری ایک گولی دوپہر اور رات کو کھائیں۔ صبح با دام کا حلوہ دیسی گھی خالص میں بنا کر کھائیں۔ توس پر گائے کا تازہ مکھن لگا کر کھائیں۔ دوپہر رات کو کسی بھی قسم کا کدو، لوبی، خلمب، گار، ٹینڈے خالص دیسی گھی میں شوربا بنا کر چرچ سے یاروٹی کیساتھ کھائیں۔ عمدہ ٹیلے انکور پیٹینڈ خربوزہ کھا سکتی ہیں۔ غذا نمبر 11 استعمال کریں۔

#### قے اور شدید بدبو

ہم سیر کیلئے گئے تھے وہاں رات کو چکن پرائٹ کھایا تھا رات کو پیٹ میں سخت تکلیف شروع ہو گئی پرائیویٹ ہسپتال میں دکھایا، انہوں نے فوری علاج کیا کچھ سکون ہوا مگر قے نہیں رکی قے میں شدید بدبو ہے۔ (شکیل راولپنڈی)

مشورہ: یہ ایلاؤس معلوم ہوتا ہے۔ جو ارش انارین دن میں تین بار آدھی آدھی چمچ کھائیں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ جب تک قے نہ رکے غذا نہیں لینی چاہیے۔ کمزوری محسوس کریں تو ڈرپ لگوا سکتے ہیں۔ غذا نمبر 11 استعمال کریں۔

#### غصے کا علاج

میری عمر 45 سال ہے شادی شدہ ہوں تین بچے ہیں۔ اللہ کا دیا ہوا سب کچھ ہے۔ مسئلہ یہ ہے کہ مجھے غصہ بہت جلدی آ جاتا ہے۔ پہلے تو اتنا زیادہ نہیں آتا تھا اب تو بہت آتا ہے۔ خاص طور پر بچوں پر بیوی بھی ڈرتی رہتی ہے۔ اس

غصے کی وجہ سے گھر کا ماحول بھی ویسا نہیں رہا جیسا پہلے تھا۔ کوئی علاج تجویز کریں۔ (شوکت علی اوکاڑہ)

مشورہ: معلوم ہوتا ہے کہ آپ کی مصروفیات بڑھ گئی ہیں آپ آرام کم کرتے ہیں۔ کام کے ساتھ آرام کا بھی خیال رکھیں اور تفریح کا بھی خیال رکھیں۔ غذا کے بعد عرق گلاب سے آنتھ اصلی دو اونس دوپہر رات کو پیئیں۔ تمام تازہ پھل کھائیں مگر پھلوں کے جوس سے پرہیز رکھیں۔ پانچوں وقت نماز جماعت کے ساتھ ادا کریں۔ اگر کو لیوسٹرول نارمل ہے تو خالص مکھن توس پر لگا کر ناشتے میں لیں۔ کسٹرڈ، فرنی، کھیر، ربڑی، گاجر کا حلوہ، کدو کا حلوہ خالص دیسی گھر میں بنا ہوا بادام کا حلوہ، چچہ دو چچہ غذا کے بعد کھائیں گرج، وٹامین واک بھی ضرور کریں۔ ایسا نہ ہو کہ کو لیوسٹرول زیادہ ہو جائے۔ عمدہ قسم کا دیسی خالص عطر گلاب سو گھنٹیں۔ غذا نمبر 13 استعمال کریں۔

#### منہ پر سوجن اور دانے

مجھے معدے کا مسئلہ ہے جو تقریباً بچپن سے ہے، بچپن میں جب کوئی مصالحو دار سالن یا کوئی چیز رات کو کھا کر سوج جاتی تھی تو انہی آ جاتی اور طبیعت بہت زیادہ خراب ہو جاتی تھی لیکن معدے میں نہ جلن ہے اور نہ کسی وجہ سے ہوتی ہے۔ جوڑوں کا درد تو تقریباً دو ڈھائی سال سے ہے جس کی دوا ایک حکیم صاحب سے لے رہی ہوں جس سے بہت افادہ ہے۔ وہ بڑا گوشت اور چاول منع کرتے ہیں۔ سب سے پہلے میرے منہ پر سوجن ہوئی تھی جس کی وجہ یہ تھی کہ ایک دن تقریباً تین بار چائے پی اور رات کو آلو گوشت اور چاول کھائے جس سے رات کو سونے کے بعد صبح منہ سوج کر سرخ ہو چکا تھا ڈاکٹر کو دکھایا اور دودن کی ادویات کھائیں تو یہ مسئلہ ختم ہو گیا پھر کچھ دن کے بعد منہ پر جلن ہوئی اور سرخی مائل ہو گیا جلد کے ماہر ڈاکٹر کو دکھایا اور دوا لی اس سے جلن اور سرخی تو ختم ہو گئی لیکن گردن اور موٹے موٹے دانے نکلے ہوئے تھے اور منہ پر کالے دھبے نمایاں ہوتے چلے گئے۔ منہ پر ایک تہی بنی ہوئی ہے۔ کالے کالے نشاںوں کی دوائی



بہت مہنگی تھی اس لیے نہیں لی۔ لیکن میں کشیم کی گولیاں ابھی بھی کھاتی ہوں اب میں ایک کریم استعمال کر رہی ہوں مگر کالے نشان نہیں جا رہے۔ جلن اور سرخی بھی بالکل ختم ہو چکی ہے۔ جسم پر اور کہیں کوئی الرجی نہیں۔ (صدف ملتان)

**مشورہ:** اگر دوائیں اسٹرانڈز سے پاک ہیں تو جاری رکھیں جہاں اتنا فائدہ ہوا ہے باقی بھی ہوجائے گا علاج تبدیل نہ کریں۔ بعض بیماریوں میں شروع میں جلدی فائدہ محسوس ہوتا ہے مگر بعد میں آہستہ آہستہ محسوس ہوتا ہے۔ آپ کے جسم میں طاقت اور حرارت کم ہے غیر طبعی حدت صفراوی موجود معلوم ہوئی ہے جس کی وجہ سے جسم میں حساسیت پیدا ہو گئی ہے سرد دواؤں اور ٹھنڈی غذاؤں سے حساسیت کم ہوجائے گی مگر ساتھ ضعف زیادہ ہوجائے گا۔ طاقت کی دواؤں اور غذاؤں سے حساسیت زیادہ ہوگی اور دوبارہ جلد خراب ہوجائے گی۔ یہ دو باتیں بنیادی ہیں۔ غذا نمبر 11 استعمال کریں۔

### جڑ والی گٹلی

میری عمر 50 سال ہے حال ہی میں ماہانہ ایام میں بے قاعدگی شروع ہوئی ہے گزشتہ سال تمبر کے مہینے میں میری دایمیں بریسٹ میں اچانک ایک گٹلی ظاہر ہوئی اس میں کوئی درد نہیں تھا، گٹلی سخت ہے البتہ اس میں وقتاً فوقتاً درد کا ایک کرنٹ سا گزرتا ہے پھر فوراً ہی ٹھیک ہوجاتا ہے۔ اس میں درد نہیں ہے۔ میں الرٹ سائڈ کر دیا تو معلوم ہوا کہ جڑ والی گٹلی ہے لیکن آپریشن سے معلوم ہوگا کہ یہ کس نوعیت کی ہے۔ کوئی علاج تجویز کریں۔ (ایک بہن پشاور)

**مشورہ:** مزید تاخیر کیے بغیر فوراً کینسر کے کسی بڑے معروف ہسپتال میں جا کر اس کے مخصوص ٹیسٹ کروائیں اور کسی ماہر ڈاکٹر کے مشورے کے بعد اسے فوراً نکالوائیں۔ اس ضمن میں وقت ضائع کرنا انتہائی خطرناک ہے۔ خاص طور پر میموگرافی اور بائیوپسی ٹیسٹ سے اصل مرض کا پتہ چل سکتا ہے۔

### پچیدہ بیماریاں

میری عمر 22 سال ہے جو بیماریاں مجھے لاحق ہیں ان کا علاج کرانے کے باوجود یہ مزید پیچیدہ ہو گئی ہیں شروع میں سستی پیدا ہوئی اور پھر آہستہ آہستہ بھولنے کی بیماری بھی ہو گئی جو اب بڑھ کر اس حد تک بڑھ چکی ہے کہ کوئی بھی بات یا تحریر یاد نہیں رہتی۔ تقریباً ایک آدھ گھنٹے کے بعد سب کچھ بھول جاتا ہوں۔ اعصاب بھی کافی کمزور ہیں۔ سستی اور غصہ بڑھ گیا ہے۔ بچوں کا شور برداشت نہیں ہوتا۔ عشاء کی نماز کے بعد سو جاتا ہوں۔ لیکن صبح جلدی نہیں اٹھا جاتا۔ پڑھتا ہوں تو دماغ بھاری اور آنکھوں میں درد شروع ہوجاتا ہے۔ دو سال پہلے دماغ اور نظر کیلئے بادام صوف اور مصری ملا کر وہ نسخہ ایک ماہ تک استعمال کیا تھا لیکن کوئی فرق نہیں پڑا۔ (اعظم اقبال پشاور)

**مشورہ:** دس دانے بادام اور 31 دانے کشمش کے ناشتہ کرنے میں ہی کھالیا کریں۔ عمدہ اصلی خمیرہ کا گڑ بان غمیری جواہر والا چھ گرام شام کھائیں۔ غذا نمبر 12 استعمال کریں۔

### اندرونی طور پر انتہائی کمزور

میرے تین مسئلے ہیں پہلا مسئلہ تو یہ ہے کہ جب ایام آتے

ہیں تو ناف کمر کے پچھلے حصے اور ٹانگوں میں شدید درد ہوتا ہے۔ یہ درد کبھی کم اور کبھی زیادہ ہوجاتا ہے۔ دوسرا مسئلہ لیکور یا کاپا ہے مجھے چودہ پندرہ سال کی عمر سے لیکور یا کی بیماری ہو گئی تھی۔ میں نے پاک سپاری کھانا شروع کی مگر فائدہ کم ہے۔ تیسرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے سردی بہت زیادہ لگتی ہے۔ پوری سردیاں میرے ہاتھ پاؤں برف کی طرح ٹھنڈے رہتے ہیں۔ میں بظاہر صحت مند لگتی ہوں مگر اندرونی طور پر انتہائی کمزور ہوں۔ (ص، ا)

**مشورہ:** عمدہ اصلی خمیرہ ابریشم حکیم ارشد والا چھ گرام صبح و شام کھائیں۔ بکرے کا گوشت خالص دہی کھی میں پکا کر روٹی سے کھائیں۔ عمدہ بادام کشمش شہد کھائیں۔ انار، انگور عمدہ پیٹھے آم کھائیں۔ غذا نمبر 12 استعمال کریں۔

### غیب کی دنیا بالکل آپ کے سامنے

تہجد کی نماز کے بعد ایک ہزار مرتبہ یتاقا جیڑ پڑھ کر مراقبہ کرنے سے غیب کی دنیا سامنے آ جاتی ہے۔ گمشدہ چیزیں ارادہ کے ساتھ نظر کے سامنے آ جاتی ہیں۔ اللہ تعالیٰ کا یہ اسم تین روز تک ایک ہزار ایک سو مرتبہ پڑھنا استعارہ ہے۔ اللہ کے فضل سے تین روز میں بات معلوم ہوجاتی ہے۔ رات کو سونے سے پہلے دو رکعت نماز نفل ادا کریں اور گیارہ سو مرتبہ یتاقا جیڑ پڑھ کر جو بات معلوم کرنی ہو اس کو دل میں دہراتے دہراتے سو جائیں۔ یہ استعارہ میں نے کئی لوگوں کو بتایا اور میں خود بھی ضرورتاً ضرور کرتی ہوں۔ (بیگم منظور حویلی لکھا)

## مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

### غذا نمبر 2

چھوٹا گوشت، سادہ روٹی، دیسی مرغی کا گوشت، سبز یاں ہر قسم کی دیسی انڈے، آملیٹ، پرندوں کا گوشت، ہریسہ، نہاری، پائے، دال مونگی، دیسی گھی کی چوری، دودھ یا دودھ سے بنی ہوئی چیزیں، بھجور تازہ، چھو ہارے، روغن زیتون، انجیر، شہد، پتے بھنے، کباب، پیاز کی سلاڈ، ناریل منقہ، روغن زیتون کا پرائیٹھا، بادام، پستہ، چلوڑہ، کاجو، پھلی، کاجو کا حلوہ، پیٹھے کا حلوہ، دال کا حلوہ، لونگ کا قہوہ، کلونجی، خوابانی خشک، مرہ تمام قسم، جو کا سنو، اونٹ کا گوشت، کشمش، انگور، آم، گلقد، دودھ میں ملا ہوا۔

### شوگر کے مریضوں کیلئے

گھیا توری، گھیا کدو، ٹینڈے، چھوٹا گوشت، کرپے، دال مونگی، دیسی مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، بغیر چھنے ہوئے آٹے کی روٹی، جو کا دلیہ، ساگودانہ، ہریسہ، کچھڑی، عرق صوف، عرق پودینا، انجیر تھوڑی مقدار میں، ذیل روٹی، سادہ براؤن بریڈ، رس، میتھی، خرفہ کا ساگ، پائے، نہاری، آملیٹ، پشوری، قہوہ، کلونجی، خوابانی خشک، تھوڑی مقدار میں، ذرائی فروٹ، زیتون کا پھل، پھیکا دودھ، پتے بھنے، روغن زیتون، دیسی انڈے کی زردی، چھوٹا مغز

### غذا نمبر 1

کدو، گھیا توری، ٹینڈے، جو کا دلیہ، گندم کا دلیہ، ساگودانہ، کچھڑی، بند رس، ذیل روٹی، کھیرے، کھیرے کا سالن، مونگی کی پتلی دال، بغیر چھنے آٹے کی سادہ روٹی، بکری کا گوشت شوربے والا، دیسی مرغی کا گوشت شوربے والا، خرفہ کا ساگ، دیسی پیٹھا، براؤن بریڈ، سلاڈ، امرود، گندیری، انار، تربوز، گرما سرد، خربوزہ، حلوہ کدو، پیپتہ، کیلا، چھلکا اسپنول، مرہ، آملہ، مرہ، ہریسہ، مرہ، کاجو، پیٹھے کا حلوہ، خمیرہ، گاؤز بان، عرق گاؤز بان، عرق صوف، عرق پودینہ، دودھ سوڈا، آڑو، انگور، ماء الحسل (شہد میں پانی ملا ہوا)، شکر، پالک، پیٹھا، خرفہ کا ساگ، بکری کا دودھ۔

### غذا نمبر 3

جو کا دلیہ، گندم کا دلیہ، ساگودانہ، کچھڑی، ماء الحسل (شہد میں پانی ملا ہوا)، کیک رس، ہمارا چائے، ذیل روٹی، بند براؤن بریڈ، کیلے کا ملک ٹیک، کاجو کا جوس، گنے کا تازہ رس، ابلّا ہوا پانی، ابلے ہوئے چاول، مکین دلیہ، دیسی مرغی کی پختی، انار، انگور، مسمی، پیٹھا، پیچھی، امرود، کھیرا، چھاپچھ کدو، ناریل کا پانی۔



بنت ریاض خان

## ڈینگلی کے خاتمہ کیلئے درود کا طاقتور ترین سپرے

حضور نبی کریم ﷺ کی امت ہونے کی بدولت ہم عبرت بننے سے بچے ہوئے ہیں ورنہ ہماری حرکتیں تو ان نافرمانوں سے کم نہیں۔ ایک مجھری ہماری ہدایت کیلئے کافی ہے، نمرود اور اس کے لشکر کو بھی اللہ تعالیٰ نے اس چھوٹے مجھری سے ہی ہلاک کروا دیا تھا۔

ڈینگلی مجھری نے پچھلے کچھ سالوں میں پاکستان کے مختلف شہروں بالخصوص لاہور کو اپنا شکار بنایا ہوا ہے۔ کہنے کو تو یہ وباء لیکن اللہ کی طرف سے یہ عذاب ہے جو ہمارے لیے آزمائش بن چکا ہے۔ گھر گھر کالا جادو، حسد، بے پردگی، حرام سود، بے حیائی نے اس عذاب سے مسلمانوں کو دوچار کیا ہے جو کہ یہ سب چیزیں مسلمانوں کا شیوہ نہیں ہونی چاہیے کہنے کو تو ہم مسلمان ایک اللہ کے ماننے والے مومن مگر یہ نہیں جانتے کہ مسلمان کی بنیاد کیا ہے؟ گھروں میں ناچ گانا عروج پکڑ چکا ہے، لڑکے لڑکیوں نئی نسل کی بے تکلفی حرام کاری جیسے ناسور کو پیدا کرتی ہے۔ والدین کی بے ادبی، بہتان، اسلام اور قرآن پاک سے دوری، کافروں کی تقلید کی وجہ سے غیر مسلم ہم پر چھائے ہوئے ہیں اور ظلم کی انتہا ہو چکی ہے۔

حضرت ابوسعید خدری رضی اللہ تعالیٰ عنہ حضور نبی کریم ﷺ کا ارشاد نقل فرماتے ہیں کہ جو شخص کسی ناجائز امر کو ہوتے ہوئے دیکھے اگر اس پر قدرت ہو کہ اس کو ہاتھ سے بند کر دے تو اس کو بند کر دے اگر اتنی قدرت نہ ہو تو زبان سے اس پر انکار کر دے اگر اتنی بھی قدرت نہ ہو تو دل سے اس کو بُرا سمجھے اور یہ ایمان کا بہت ہی کم درجہ ہے۔

مگر آج طاقت ہوتے ہوئے بھی کوئی اس کو نہیں روکتا، والدین اپنی اولاد کو غلط کاموں، بے حیائی سے نہیں روکتے۔ خود موہا بل فون، کمپیوٹر، انٹرنیٹ جیسی لعنتیں لا کر ان کے حوالے کر دیتے ہیں اور خوشی سے پھولے نہیں مانتے۔ اعمال کی آخرت کی کوئی فکر نہیں، کروڑوں روپیہ حکومت اس وباء سے نجات کیلئے استعمال کرتی ہے، گھر گھر گلی گلی پرے کیے جاتے ہیں، بڑے بڑے سینماز ہوتے ہیں آگاہی مہم چلائی جاتی ہے مگر اس میں کمی کی بجائے یکدم اضافہ ہو جاتا ہے۔ اللہ جب کسی قوم سے ناراض ہوتا ہے تو ان کی سرکشی پر ان پر عذاب بھیجتا ہے۔ عادیث و عادیث کی مثالیں ہی ہمارے لیے کافی ہیں۔ (عبرت پکڑو، عبرت نہ بنو)

مگر حضور نبی کریم ﷺ کی امت ہونے کی بدولت ہم عبرت بننے سے بچے ہوئے ہیں ورنہ ہماری حرکتیں تو ان

حضرت حکیم صاحب سے ملاقات اب بہت آسان حضرت دامت برکاتہم العالیہ سے تعلق رکھنے والے حضرات عرصہ دراز سے اس بات کے خواہشمند ہیں کہ وہ حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم العالیہ سے کوئی چیز مثلاً شہد، چینی، پانی، بھل، صابن، تیل یا خود پر دم کروائیں۔۔۔ لیکن بے پناہ جہوم کی وجہ سے یہ معاملہ تاخیر کی نظر ہوتا گیا۔ جمع کو کنٹرول کرنے کے حوالہ سے آپ کے پاس اگر کوئی تجویز ہو یا مشورہ۔۔۔ یا کوئی کھلی جگہ کا بندوبست ہو جہاں سردی گرمی کا تحفظ، بیٹھنے کی جگہ اور ہاتھ روم کی سہولت موجود ہو۔ ایسے حضرات فوری طور پر دفتر ماہنامہ عبقری میں رابطہ کر کے اپنی تجویز پیش کر کے دیکھی اور پریشان امت کی خیر خواہی اور بھلائی کا ذریعہ بنیں۔ تمام لوگوں کو اجازت عام ہوگی کوئی اپوائنٹمنٹ نہیں لینے پڑے گی۔ (صرف لاہور کیلئے)

### مجھے ضرور پڑھیں!!!

① الحمد للہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔ اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔ اگر کہیں سے تحریریں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔ تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں۔ ② ایڈیٹر کی کتابیں رسالہ آپ کی نظر سے گزرا۔ حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔ بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ ہم آپ کے بے حد شکر گزار ہوں گے۔ ایڈیٹر کی کتابیں دراصل تالیفات ہیں جس کیلئے دوسری کتب اور رسائل اور جرائد سے استفادہ کیا گیا ہے یہ وضاحت کرنا لازم سمجھتے ہیں کہ جس کتاب سے حوالہ لیا گیا ہے مؤلف کا ان کے تمام نظریات سے متفق ہونا ضروری نہیں۔ بطور حوالہ مختلف لوگوں کی تحریریں اور نظریات شائع کیے گئے ہیں۔

③ حکیم صاحب کو موصول ہو نیوالی ڈاک میں سے بعض کیساتھ جوابی لفافہ نہیں ہوتا لہذا ان کا جواب نہیں دیا جاتا۔ قارئین! جوابی لفافہ بمعہ کٹ ساتھ ضرور ارسال کیا کریں۔ نوٹ: بعض قارئین اخبارات و رسائل سے تحریریں من و عن نقل کر کے اپنے نام سے ارسال کرتے ہیں۔ ایسا ہرگز نہ کریں۔ ورنہ اتنا کہ ان کی قلمی تحریر بھی شائع نہیں کی جائے گی۔ (ادارہ)

اس کے پڑھنے کے بعد مجھ گناہگار اور تمام امت مسلمہ کیلئے دعا کی جائے کہ خدا ہماری مغفرت فرما کر راضی ہو جائے اور ہمیں خود اللہ کے بتائے ہوئے اصولوں کے مطابق زندگی گزارنے کی توفیق دے تاکہ ہم آئندہ خود اور آنے والی نسلوں کو خدا کی ناراضگی سے بچا سکیں اور اس وباء سے جو بیمار ہیں اللہ انہیں اپنی رحمت سے شفایاب فرمادے اور جو فوت ہو چکے ہیں ان کے درجات بلند فرمائے اور ان کے گھر والوں کو صبر جمیل عطا فرمائے۔ درود شریف یہ ہے: اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلٰی اٰلِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ بِعَدَدِ كُلِّ دَاۤءٍ وَّ بِعَدَدِ كُلِّ دَوَاۤءٍ وَّ بِعَدَدِ كُلِّ مَلَكٍ وَّ شَفَاعَةٍ۔

مولانا وحید الدین خان

## وقت کی اہمیت

## ادھر صدقہ دیا ادھر ذلت و پریشانی ختم (س۔س)

وقت آپ کا سب سے بڑا سرمایہ ہے۔ وقت کو ضائع ہونے سے بچائیے۔ ہر بڑی کامیابی کیلئے چھوٹی چھوٹی کامیابی کے مجموعہ کا نام ہے۔ لاڈ چسٹر فیلڈ 1694ء میں لندن میں پیدا ہوا اور 1773ء میں وہیں اس کی وفات ہوئی۔ اس نے اپنے لڑکے فلپ اسٹین ہوپ کے نام بہت سے خطوط لکھے تھے۔ ان خطوط میں زندگی کی کامیابی کا آرٹ بتایا گیا تھا۔ یہ خطوط اس کے بعد چھاپ دیئے گئے۔ ایک خط میں لاڈ چسٹر فیلڈ نے لکھا ”میں نے تم سے کہا ہے کہ تم منٹوں کی حفاظت کرو کیوں کہ گھنٹے اپنے آپ اپنی حفاظت کر لیں گے۔ اگر آپ اپنے منٹ کو ضائع نہ کریں تو گھنٹہ اپنے آپ ضائع ہونے سے بچ جائے گا کیونکہ منٹ منٹ کے ملنے سے ہی گھنٹہ بنتا ہے جس آدمی نے جز کا خیال رکھا اس نے گویا گل کا بھی خیال رکھا۔ کیونکہ جب بہت سا جز اکٹھا ہوتا ہے تو ہی گل بن جاتا ہے۔ بیشتر لوگوں کا حال یہ ہے کہ وہ زیادہ کی فکر میں کم کو بھولے رہتے ہیں۔ وہ اپنے ذہن کو بہت کی طرف اتنا زیادہ لگاتے ہیں کہ تھوڑے کی طرف سے ان کی نگاہیں ہٹ جاتی ہیں۔ مگر آخری نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ انہیں کچھ بھی نہیں ملتا۔ اپنے ملے ہوئے وقت کا ایک لمحہ بھی ضائع نہ کیجئے۔ لمحوں کو استعمال کر کے آپ مہینوں اور سالوں کے مالک بن سکتے ہیں۔ اگر آپ نے لمحوں کو بھولیا تو اس کے بعد آپ مہینوں اور سالوں کو بھی یقینی طور پر کھودیں گے۔ اگر آپ روزانہ اپنے ایک گھنٹہ کا صرف پانچ منٹ کھوتے ہوں تو رات دن کے درمیان آپ نے روزانہ دو گھنٹہ کھودیا۔ مہینہ میں 60 گھنٹہ اور سال میں 760 گھنٹے آپ کے ضائع ہو گئے۔ اس طرح ہر آدمی اپنے ملے ہوئے وقت کا بہت سا حصہ بیکار ضائع کر دیتا ہے۔ 80 سال کی عمر پانے والا آدمی اپنی عمر کے 40 سال بھی پوری طرح استعمال نہیں کر پاتا۔ وقت آپ کا سب سے بڑا سرمایہ ہے۔ وقت کو ضائع ہونے سے بچائیے۔ ہر بڑی کامیابی کیلئے چھوٹی چھوٹی کامیابی کے مجموعہ کا نام ہے۔ چھوٹی کامیابی پر راضی ہو جائیے۔ اس کے بعد آپ بڑی کامیابی بھی ضرور حاصل کر لیں گے۔

(تفصیل: جن نے میری گھر بیٹوں کی کو جہنم بنا دیا)

بھڑا کرتی ہے کہ اپنے بچے ہوائے کپڑے تک پھاڑ دیتی ہے گھر کے سامان برتن گلاس دروازے کھڑیاں سب توڑ دیتی ہے۔ ذرا سی کوئی بات ہو جائے سر کو دیوار سے مارنا برقعہ اپنے سوٹ الماری سے نکال کر فینچی سے کاٹ دیتی ہے۔ جب غصہ کرتی ہے کسی کی نہیں سنتی لیکن۔۔۔ اس کا غصہ بہت جلد تم بھی ہو جاتا ہے اور ایسے ہی کھیتی ہے جسے کسی کچھ ہوا ہی نہیں۔ میں بہت پریشان ہوں دل تو چاہتا ہے کہ خود شی گروں مگر خود شی حرام ہے ان سب حالات کو دیکھ کر برداشت نہیں ہوتا۔

جب میں صدقہ دیتا ہوں تو واقعی میرا رب مجھے واپس دیتا ہوں اور پھر سمجھ نہیں آتی کہ پیسے کہاں کہاں سے آتے ہیں اور میری مشکلیں ایسے ہیں کہ بعض دفعہ میں مشکلیں اتنی جلدی پر حیران و پریشان ہوتا ہوں۔

بنے گا۔۔۔؟؟ اور تو اور ہم شریک چھوڑ کر جانے پر مجبور ہو گئے تھے۔ جب میں صدقہ دیتا ہوں تو واقعی میرا رب مجھے واپس دیتا ہوں اور پھر سمجھ نہیں آتی کہ پیسے کہاں کہاں سے آتے ہیں اور میری مشکلیں ایسے ہیں کہ بعض دفعہ میں مشکلیں اتنی جلدی پر حیران و پریشان ہوتا ہوں۔

میرا ایک دوست مجھ سے کہنے لگا کہ میں سائیکل کی ٹیوب سال میں پانچ یا چھ مرتبہ تبدیل کرتا ہوں۔۔۔ جبکہ میں سائیکل کی ٹیوب سال میں صرف ایک بار تبدیل کرتا ہوں اور بھول جاتا ہوں۔۔۔ اس کو بھی میں نے صدقہ کرنے کا کہا۔ صدقہ میں اس نیت سے بھی کرتا ہوں کہ یا اللہ آخرت میں بھی اس کا حصہ دینا اور یہ بھی نیت کرتا ہوں کہ یا اللہ میری دنیا اور آخرت آسان کر دے۔ اللہ نے صدقہ کی برکت سے دنیا تو میری زیادہ آسان کر دی ہے اور انشاء اللہ آخرت بھی صدقہ کی برکت سے آسان ہو جائے گی۔

محترم قارئین! ایک بات بار بار میرے ذہن میں آ جاتی ہے کہ عبقری میں موجود تجربات و مشاہدات کی وجہ سے مجھے عبقری پر یقین آیا تھا اور اس یقین کی وجہ سے مجھے حضرت حکیم صاحب پر یقین آیا تھا اگر میں نہیں لکھوں گا تو یہ عبقری کے ساتھ خیانت ہوگی، آخر یہ لکھنا بھی تو صدقہ جاریہ ہے۔ شاید اس لکھنے کی وجہ سے ہمیں وہ مل جائے جس کے ہم قابل بھی نہ ہوں۔ میری قارئین سے گزارش ہے کہ آپ بھی لکھیں چاہے وہ چھوٹا سا ایک واقعہ ہی کیوں نہ ہو۔۔۔ یقیناً وہ بھی آپ کیلئے صدقہ جاریہ ہوگا اور اس سے بہترین کوئی صدقہ ہو نہیں سکتا۔

## خطرناک ترین غلطیاں

☆ اس نیت سے عیب کرنا کہ صرف دو چار مرتبہ کر کے چھوڑ دوں گا۔ ☆ اس خیال سے مست رہنا کہ میں ہمیشہ تندرست، خوبصورت رہوں گا۔ ☆ اپنا راز دوسرے کو بتا کر اسے پوشیدہ رکھنے کی درخواست کرنا۔ ☆ ہر شخص کی ظاہری صورت دیکھ کر رائے قائم کرنا۔ ☆ کسی کام کو ادھورا چھوڑ کر دوسرے وقت پر مکمل کرنے کی امید کرنا۔ ☆ اپنی آمدنی سے زیادہ خرچ کرنا اور کسی خدائی عطیہ کا امیدوار رہنا۔ ☆ اپنے ماں باپ کی خدمت نہ کرنا اور اپنی اولاد سے اس کی توقع رکھنا۔ (رضیہ عرفان)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں صدقہ کے کچھ تجربات قارئین عبقری کی نذر کر رہا ہوں امید ہے قارئین اس سے فائدہ اٹھائیں گے۔ میری سائیکل روزانہ پچھڑے ہو جاتی تھی کسی نے کہا کہ صدقہ دیا کرو میں دس روپے ہفتہ کے حساب سے صدقہ دینا شروع کر دیا، یہ تقریباً 2006ء کی بات ہے، پھر پندرہ روپے پھر آہستہ آہستہ بڑھتا رہا پھر بیس روپے پھر تیس روپے پھر پچاس روپے۔۔۔ اسی دوران مجھے عبقری کا تحفہ ملا۔ صدقہ کے دوران ایک میری یہ بھی نیت تھی کہ مجھے زیادہ سے زیادہ اعمال کرنے کی توفیق ملے اور پھر مجھے عبقری کے ذریعہ آپ جیسی ملی۔ میں نے اپنا صدقہ کرنے والا طریقہ آج تک کسی کو نہیں بتایا کیونکہ میں نے آپ کے درس میں سنا تھا کہ ایک ہاتھ سے دوا اور دوسرے ہاتھ کو خبر تک نہ ہو لیکن اب میں صرف اس لیے لکھ رہا ہوں کہ لوگوں کو صدقہ کے فضائل کے بارے میں علم ہو۔ قارئین! میں نے بہت ذلت اور پریشانی دیکھی ہے میں کوئی زیادہ امیر نہیں ہوں بلکہ صرف چھ ہزار روپے کا ملازم ہوں اللہ تعالیٰ کا شکر ہے اس میں بھی میرا بہت اچھا گزارا ہو جاتا ہے۔ میں بہت پریشان اور مایوس تھا، دماغ کچھ کام نہیں کر رہا تھا، مجھے یقین تھا کہ صدقہ اور حضرت حکیم صاحب کی دعا سے کام بنے گا، میں اب یقین سے کہتا ہوں کہ حضرت حکیم صاحب کی دعا اور صدقہ سے میرے کام بنے ہیں، اللہ نے میری مشکل ٹال دی۔ ایک مرتبہ خط میں میں نے حضرت حکیم صاحب سے دعا کروائی تھی اللہ نے میری مشکل ٹال دی تھی۔

پچھلے رمضان میری کوشش تھی کہ زیادہ سے زیادہ اللہ کی راہ میں دوں، میں نے ایک بار دس سو پچھ پانچ سو پچھ سو دو سو اور پھر روزانہ کبھی پچاس، کبھی ساٹھ روپے صدقہ دے کر بھول جاتا۔ اب تو اللہ تعالیٰ نے اتنا کرم کر دیا ہے کہ اسی یا سو روپے ہفتے اور مسجد کے سو روپے دیتا ہوں۔

میرے والد صاحب کا کام ختم ہو چکا تھا اور جب میں نے رمضان میں پانچ سو کا صدقہ کیا تو میرے والد صاحب کا کام جو بالکل ختم ہو چکا تھا صرف پانچ دن میں دوبارہ پہلے سے زیادہ چل پڑا۔ حالانکہ ہم سب پریشان تھے کہ اب ہمارا کیا



ابو طلحہ محمد یونس مدینہ منورہ

## شادی سے پہلے کی نیتیں اور اولاد پر اثرات

تجربات سے یہ بات ثابت ہے کہ جس شادی میں غیر شرعی حرکات ہوتی ہیں ان کا اثر لازمی طور پر خصوصاً دولہا اور دلہن پر اس لیے ہوتا ہے کہ یہ دونوں ہی شادی کا مرکز ہوتے ہیں جس سے ان کے ہاں شیطانی جذبات دوسروں کی نسبت زیادہ بنتے ہیں

قارئین! سب جانتے ہیں کہ چھوٹے بڑے اور جھوٹے سچے ہر کام اور کلام کو کرنے سے پہلے ہر انسان اس کی کوئی نہ کوئی نیت ضرور کرتا ہے مگر شادی بیاہ جس پر خاندان قبیلہ قوم و ملک بلکہ نسل انسانی کی بقا کا دارومدار ہے اور پھر انسانی جسم کے شرعی استعمال مثلاً پاؤں کے ناخن سے لیکر سر کے بال کاٹنے تک کا نمونہ حضور نبی اکرم ﷺ کی زندگی میں موجود ہے اس کے باوجود مسلمان دولہا یا دلہن شادی سے پہلے اس کی کوئی شرعی نیت ہی نہ کرے۔ جہالت کی بھینٹ چڑھنے والا شادی کا یہ کام ایک عظیم المیہ سے کم نہیں۔ اس پر طرہ یہ کہ شادی شدہ جوڑے کو ساری زندگی مباشرت کی وہ دعا ہی زبانی یاد کرنے کی توفیق نہیں ہوتی جس کو پڑھنے سے بفرمان رسول ﷺ نیک اولاد پیدا ہوتی ہے۔۔۔ ہر شخص اس سلسلہ میں اپنے نفس سے سوال کرے اور پوچھے کہ اُس نے شادی سے قبل کیا نیت کی؟ اور کیا اس کو حضور نبی اکرم ﷺ کی سکھائی ہوئی مباشرت کے وقت کی دعا یاد ہے؟ اور اگر نہیں تو کیوں؟

بہر حال صالح اولاد کے خواہشمند خواتین و حضرات شادی سے قبل اور بعد مندرجہ ذیل امور کا خاص خیال رکھیں: 1۔ دلہن کے چناؤ میں بفرمان رسول کریم ﷺ مالدار حسب و نسب اور حسن و جمال والی عورت پر دہدار دلہن کو قصد اترجیح دے کر اپنے لیے نیک اور صالح اولاد کے حصول کی بنیاد مضبوط کریں۔ (سنن ابن ماجہ ۸۵۹ و سنن ابی داؤد ۱۳۲۷) 2۔ اسی طرح شادی میں برکت کے حصول کیلئے شادی پر کم از کم خرچ کریں اور غیر شرعی حرکات ڈھول ڈھمکا اور فضول رسم و رواج سے بچیں۔ حضور نبی اکرم ﷺ کا ارشاد ہے کہ عظیم ترین برکت والا وہ نکاح ہے جس میں کم سے کم مشقت ہو۔ (مسند احمد، شعب الایمان)

تجربات سے یہ بات ثابت ہے کہ جس شادی میں غیر شرعی حرکات ہوتی ہیں ان کا اثر لازمی طور پر خصوصاً دولہا اور دلہن پر اس لیے ہوتا ہے کہ یہ دونوں ہی شادی کا مرکز ہوتے ہیں جس سے ان کے ہاں شیطانی جذبات دوسروں کی نسبت زیادہ بنتے ہیں اور پھر وہی جذبات پہلی رات مادر رحم میں

4۔ چنانچہ عمرو بن قیس المالائی فرماتے ہیں کہ ایک مرتبہ

حضرت سلیمان علیہ السلام اپنے چند ساتھیوں کے ہمراہ پرندوں کے ایک جوڑے کے پاس سے گزرے اور دیکھا کہ مذکر (یعنی خاوند) اپنی مؤنث (بیوی) سے اپنی خواہش پوری کرنے کے وقت اسے پیچھے ہونے اپنی طرف بلارہا ہے تو حضرت سلیمان علیہ السلام نے پوچھا: ”کیا تم جانتے ہو کہ یہ چڑا اپنی چڑیا سے کیا کہہ رہا ہے؟“ عرض کیا: یا نبی اللہ علیہ السلام! ہمیں نہیں معلوم۔ تو حضرت سلیمان علیہ السلام نے فرمایا: وہ اپنی مؤنث کو کہہ رہا ہے: کہ تم اس چیز میں میری اطاعت کرو جو میں تجھ سے چاہتا ہوں اور اللہ کی قسم! میں یہ بات لذت حاصل کرنے کی غرض سے تجھے نہیں کہہ رہا بلکہ میں تجھے یہ بات اس نیت سے کہہ رہا ہوں کہ شاید اس مرتبہ کی صحبت سے اللہ تعالیٰ ہمیں ایسا بچہ دے جو زندگی بھر اس کی تسبیح کرنے والا ہو۔ (ذکرہ عبد اللہ بن احمد الاصبہانی المعونی 395 ہجری فی کتابہ العظریہ جلد 5 صفحہ 1866)

5۔ اسی طرح حضرت عمر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے وہ فرماتے ہیں: اللہ کی قسم! میں (بعض دفعہ نہ چاہنے کے باوجود) اپنے نفس کو جماع (یعنی ہمبستری) پر مجبور کرتا ہوں اور وہ اس امید پر کہ (شاید) اللہ تعالیٰ مجھے (اس صحبت سے) ایسا بیٹی یا بیٹا عطا کر دے جو اس کی تسبیح کرنے والا ہو۔ (سنن ابی داؤد ۱۳۲۸ و سنن ابی یوسف ۱۳۲۸) 6۔ صحبت ساتھ ساتھ بیوی کی بھی ہو جائے تو نور علی نور ہے۔ 6۔ صحبت سے قبل اس کی دعا پڑھنا نہ بھولیں۔ اس وقت اگر آپ یہ دعا بھول گئے تو یوں سمجھیں کہ اپنی ذات اور اپنی اولاد کیلئے سیدھا راستہ پکڑنا بھول گئے اور شیطان اپنے وار میں کامیاب ہو گیا اور جو سیدھا راستہ بھول جائے تو سب کو معلوم ہے کہ ایسا شخص منزل مقصود تک پہنچنے کیلئے بھٹکتا ہی پھرتا ہے۔

### گرمیوں میں گرمی سے نجات

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! گرمیوں میں میری زبان پر اکثر چھالے پڑ جاتے جو ایک ہفتہ رہتے اور ہر سال گرمیوں میں مجھے یرقان ہو جاتا تھا لیکن اس بار نہیں ہوا۔ گرمیوں میں میرے ہاتھ پاؤں بہت جلتے تھے، گھر والے پاؤں پر کدو یا کپڑا رگڑتے تو کچھ آرام آتا۔ پاؤں کی گرمی اور یرقان کی وجہ سے گرمیوں میں رات کو تھم کا ہو پانچ گرام اور چوائس شیریں پانچ گرام آدھا کلو پانی میں بھگو دیتا ہوں اور صبح نہار منہ یہ پانی پی لیتا ہوں جس کی وجہ سے مجھے اس گرمی کے مرض سے نجات مل گئی۔ (محمد عمران اکبر اولہندی)

شہزادی شیریں الیاس لاہور

## اب کوئی گھریلو صفائی سے جان نہیں چھڑائے گا!

اس کیلئے ضروری ہے کہ مینے کا ایک خاص دن مقرر کر لیا جائے جب دیگر کاموں کا بوجھ ذرا کم ہو اس دن گھر کی تمام کھڑکیوں کے پردے صوفوں اور کرسیوں کے کٹن اور کورز جبکہ بیڈ شیٹس، دھولیں اور دیواروں سے جالے صاف کرنے کے علاوہ پنکھوں سے دھول مٹی بھی اتار دیں۔

ہے جس کیلئے یا تو میچنگ کلرز کا انتخاب کریں یا پھر کنٹر اسٹ کلرز استعمال کریں جبکہ کمرے میں موجود بیڈ شیٹس، کٹن، تیکے اور میز پوش وغیرہ بھی رنگوں کے لحاظ سے ہی منتخب کریں تاکہ صفائی کے اس عمل میں نفاست پیدا ہو سکے۔ سالانہ صفائی کیلئے رمضان المبارک سے پہلے کا مہینہ بہتر رہتا ہے کیونکہ عید اور بقر عید جیسے تہوار اس صفائی کے بعد آسانی سے گزر جاتے ہیں اور گھر آنے والے مہمانوں کے سامنے سبکی کا سامنا نہیں کرنا پڑتا ہے۔ ویسے بھی گھر رمضان المبارک کے مینے میں صاف ستھرا ہی اچھا لگتا ہے جس میں دیگر مصروفیات کے باعث صفائی سترائی کیلئے زیادہ وقت نہیں بچتا۔

**ماہانہ صفائی:** اس کیلئے ضروری ہے کہ مینے کا ایک خاص دن مقرر کر لیا جائے جب دیگر کاموں کا بوجھ ذرا کم ہو اس دن گھر کی تمام کھڑکیوں کے پردے صوفوں اور کرسیوں کے کٹن اور کورز جبکہ بیڈ شیٹس، دھولیں اور دیواروں سے جالے صاف کرنے کے علاوہ پنکھوں سے دھول مٹی بھی اتار دیں۔

**ہفتہ وار صفائی:** اس کیلئے زیادہ سوچ بچار کی ضرورت نہیں کہ ہفتے میں ایک دفعہ پردہ کھڑکیوں اور دروازوں کے پردوں کو اچھی طرح جھاڑنا، ڈرائنگ روم کے قالین کی صفائی، کرسیوں اور صوفوں کے کٹن وغیرہ کی صفائی کوئی بڑا مسئلہ نہیں ہے، بستر وں کی چادریں بھی اسی دوران تبدیل کی جاسکتی ہیں۔ بہت سی خواتین ہفتے میں ایک مرتبہ تمام کپڑے دھونے کیلئے بیوٹھ جاتی ہیں جس سے انہیں کافی ٹھکن کا شکار ہونا پڑتا ہے لہذا وہ کپڑے دھونے کے اس عمل کو تین حصوں میں تقسیم کر لیں، یعنی ایک مرتبہ میں صرف وہ کپڑے دھوئیں جن کی گھر میں ضرورت رہتی ہے جبکہ اگلے کسی دن ان کپڑوں کا انتخاب کریں جو کہ مرد حضرات دفتر کیلئے اور بچے کہیں آنے جانے کیلئے استعمال کرتے ہیں۔ پھر کسی دن گھر کے استعمال ہونے والے کپڑوں کے ساتھ بستر وں کی چادریں، تولیہ، کھڑکی اور دروازوں کے پردے بھی ان کے ساتھ شامل کر لیں۔ عام طور پر گھر کی یومیہ صفائی میں ڈسٹنگ ضروری ہوتی ہے لیکن ہفتے وار صفائی کے دوران نم کپڑے سے ڈسٹنگ کر لی جائے تو اگلے ہفتے تک سامنے رہنے والی بیشتر اشیاء صاف ستھری رہتی ہیں۔

گھر کی صفائی روزمرہ کا ایک ایسا کام ہے جس سے نگاہ نہیں چرائی جاسکتی لیکن اکثر خواتین گھر کی صفائی کرتے ہوئے پریشان ہی رہتی ہیں ان کا سارا دن گھر کے کام کاج اور صفائی میں گزر جاتا ہے لیکن صفائی ہے کہ ختم ہونے کو ہی نہیں آتی اور انہیں سب کچھ کرنے کے بعد بھی گھر گندا ہی محسوس ہوتا ہے اور ایک مستقل ٹینشن دماغ پر سوار رہتی ہے۔ خواتین اکثر یہ سوچتی رہتی ہیں کہ آخر وہ کون سا طریقہ ہو جس سے گھر صاف ستھرا بھی لگے اور گھریلو کام کاج میں بھی پورے دن جتے نہ رہنا پڑے۔ ہمارا خیال ہے کہ اس میں بہت زیادہ پریشان اور فکر مند ہونے کی قطعی ضرورت نہیں ہے کیونکہ ایسے بہت سارے طریقے ہیں جن سے ہر روز صفائی سے نجات مل سکتی ہے، گھر صاف ستھرا لگ سکتا ہے اور بہت زیادہ محنت بھی نہیں کرنا پڑتی۔ اس حوالے سے ایک اہم بات یہ بھی ہے کہ بعض گھروں میں سالانہ ماہانہ یا ہفتے وار صفائی کا خیال ہی نہیں رکھا جاتا اور نہ ہی تہواروں یا خصوصی مواقع پر اس کا اہتمام کیا جاتا ہے بلکہ صرف شکوہ اور شکایت ہی کی جاتی ہے کہ سارا دن صفائیاں کرتے کرتے تھکاوٹ ہو جاتی ہے، جوڑ جوڑ مل جاتا ہے اگر ذرا سی دیکھ بھال اور تو جہ کہ ساتھ صفائی کی جائے تو اس نوعیت کی تمام شکایات دور ہو سکتی ہیں۔

**سالانہ صفائی:** ہر ایک کی اتنی استطاعت نہیں ہوتی کہ وہ سال بھر میں دو سے تین مرتبہ پیٹ یا ڈسٹمپر کرائے اور نہ ہی کوئی اتنا امیر کہ وہ ہر سال کے دوران گھر کی چیزیں تبدیل کر دے لیکن سال میں کم از کم ایک مرتبہ گھر کے اندر اور دو سال کے عرصے میں باہر کی جانب رنگ و روغن ضرور کرانا چاہیے کہ گھر اس سے خود بخود چمکیلا بلکہ صاف ستھرا محسوس ہوتا ہے۔ بعض گھروں میں جہاں بچے زیادہ ہوں دیواریں جلد ہی میل کی چلی ہو جاتی ہیں جبکہ دیواروں سے ٹیک لگا کر بیٹھنے سے بھی رنگ اتر جاتا ہے لہذا ایسے گھروں میں رنگ و روغن کی ضرورت بڑھ جاتی ہے۔ ضروری نہیں کہ پرانے وقتوں کی طرح یہ ساری ذمہ داریاں مردوں کے کاندھوں پر ڈال دی جائیں بلکہ خواتین خود بھی یہ کام کر سکتی ہیں۔ ایک بات کا مزید خیال رہے کہ پیٹ کرتے وقت رنگوں کا امتزاج بہت زیادہ اہمیت کا حامل ہوتا

**روزمرہ صفائی:** اس کا آسان طریقہ یہ ہے کہ ناشتے سے فارغ ہونے کے فوری بعد برتن وغیرہ اور شیلف دھولیا جائے۔ کوشش کریں جب بھی کوئی برتن گندا ہو اسے فوری طور پر دھولیا جائے اور واش بیسن میں گندے برتنوں کا ڈھیر نہ لگنے دیں۔ بہت سارے برتنوں کا ایک وقت میں دھونا کوئی خوشگوار عمل نہیں ہوتا جبکہ کیڑے مکوڑوں کے جنم لینے کا امکان بھی ہوتا ہے۔ ماہانہ صفائی کرتے وقت اس بات کا دھیان رکھیں کہ کچن سے تمام سامان نکال کر کیڑے مار دو اور سپرے کریں تاکہ لال بیگ اور اس نوعیت کے دوسرے حشرات الارض کی تعداد بڑھنے نہ پائے بلکہ کچن ان سے پوری طرح پاک ہو۔ کچن میں ایک بڑا ڈسٹ بن ضرور رکھیں جس پر ڈھکن بھی موجود ہو۔ کچن کی صفائی کے بعد جھاڑو لگائیں اور پھر ڈسٹنگ کرنے کے ساتھ ہی فرش پر گیلے کپڑے سے پونچھا لگادیں تاکہ فرش صاف ستھرا رہے اور چھوٹے بچے کو کڑا کھیلنے کودتے ہیں بیمار یوں کی گرفت میں نہ آسکیں۔ بہتر ہوگا کہ فرش پر جوتے اور چپلیں نہ لائے جائیں اور باہر سے آنے والے ننگے پاؤں کمروں میں داخل نہ ہوں اس طرح گھر کے باہر سے آنے والی مٹی یا کچڑ سے بھی حفاظت رہے گی۔ گھروں میں صفائی سترائی ایک مشقت ہو سکتی ہے اگر اس حوالے سے باقاعدہ منصوبہ بندی نہ کی جائے لیکن شیڈول کے تحت کام کرنے سے بہت ساری آسانیاں مل جاتی ہیں۔ صاف ستھرا گھر نہ صرف آنے جانے والوں پر ایک اچھا تاثر چھوڑتا ہے جو آپ کے سلیقے اور طریقے سے متاثر ہوئے بغیر نہیں رہتے بلکہ گھر میں رہنے والے بھی بہت اچھا محسوس کرتے ہیں۔ گھر کی صفائی کے حوالے سے ملازم رکھنے کا مشورہ کسی کیلئے بھی سب سے آسان ہو سکتا ہے لیکن تجربے سے یہ بات واضح ہو چکی ہے کہ اپنی مرضی سے کام کرانے کیلئے ملازمہ کے ساتھ لگنا پڑتا ہے ورنہ وہ جس طرح گھریلو امور کو قیمتی پیسے کے عوض نمٹاتی ہے اس پر دیکھ ہی ہوتا رہتا ہے لہذا اس کو فٹ سے بچاؤ کا بہترین طریقہ یہی ہے کہ اپنے کام خود انجام دیں اور پرسکون زندگی گزاریں۔

### (روحانی محفل سے فیض پانے والے)

میں جب بھی روحانی محفل کرتی ہوں میرے ذہن میں کوئی خاص مقصد نہیں ہوتا مگر جب تھوڑا وقت گزرتا ہے تو دل سے خود بخود کسی اپنے کیلئے کسی مریض کیلئے دعا عین لکھی ہیں اور ماشاء اللہ میں نے جس کیلئے بھی دعا کی مجھے محسوس ہوا جاتا تھا کہ دعا قبول ہوئی ہے یا نہیں اب تو میں دن بھر ہوں کہ کوئی تاریخ ہوگی جب میں اپنے موبے رب سے اپنے دل کی باتیں کروں گی۔ میرے بہت سے مسائل روحانی محفل سے حل ہوئے ہیں میں اپنے عبقری کے تمام ساتھیوں کو مشورہ دوں گی کہ روحانی محفل ضرور کریں، ٹھنڈوں میں مسائل ہوتے ہیں اور مسائل جلدی حل نہ بھی ہوں تو اک عجیب سا سکون ضرور ملتا ہے طاقت ملتی ہے۔ (ماہرہ ظفر)



زیر، چیچہ وطنی

محمد رضوان خٹک، کربوغہ شریف

# ناحق مقدمہ اور قید سے خلاصی کا کامیاب عمل

## پانچ خطرناک

### خصلتیں

جس قوم میں بے حیائی کھلم کھلا پھیل جائے تو اس قوم میں طاعون اور وہ بیماریاں پھیلتی ہیں کہ جو پہلے کبھی ظاہر نہ ہوئی تھیں عبداللہ بن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ راوی ہیں کہ رسول اللہ ﷺ مسجد میں تشریف فرما تھے۔ حضرت ابوبکر عثمان غنیؓ، عمرؓ، علیؓ، عبدالرحمن بن عوفؓ، عبداللہ بن مسعودؓ، معاذ بن جبلؓ، خذیفہ بن ایمانؓ، ابوسعید حدادیؓ اور میں رضوان اللہ علیہم اجمعین سب آپ ﷺ کی بارگاہ میں حاضر تھے کہ ایک انصاری نوجوان آیا اور سلام کر کے بیٹھ گیا اور عرض کیا کہ یا رسول اللہ ﷺ سب سے بہتر مسلمان کون ہے؟ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا جس کے اخلاق سب سے بہتر ہیں۔ بعد ازاں اس نے سوال کیا ”کون مسلمان سب سے زیادہ ہوشیار ہے؟“ آپ ﷺ نے فرمایا جو سب سے زیادہ موت کو یاد کرنے اور موت آنے سے پہلے سب سے زیادہ موت کی تیاری کرنے والا ہو، ایسے ہی لوگ سب سے زیادہ ہوشیار ہیں۔ انصاری نوجوان تو ساکت ہو گیا اور آپ ﷺ مجلس کی طرف متوجہ ہوئے اور فرمایا: پانچ خصلتیں نہایت خطرناک ہیں اللہ تعالیٰ تم کو ان سے پناہ دے اور ان کے دیکھنے سے محروم رکھے۔

- 1- جس قوم میں بے حیائی کھلم کھلا پھیل جائے تو اس قوم میں طاعون اور وہ بیماریاں پھیلتی ہیں کہ جو پہلے کبھی ظاہر نہ ہوئی تھیں۔
- 2- جو قوم ناپ تول میں کمی کرتی ہے وہ قحط سالی اور مشقتوں میں مبتلا ہوتی ہے اور ظالم بادشاہ ان پر مسلط کیا جاتا ہے۔
- 3- جو قوم اپنے مال کی زکوٰۃ نہیں نکالتی اس سے بارش روک لی جاتی ہے اگر جانور نہ ہوتے تو بالکل بارش سے محروم کر دیئے جاتے۔
- 4- اور جو قوم اللہ عزوجل اور اس کے رسول ﷺ کا عہد توڑتی ہے تو اللہ تعالیٰ اجنبی دشمنوں کو ان پر مسلط کر دیتا ہے اور وہ غیر قوم کے لوگ ان کے ہاتھ میں جو کچھ ہوتا ہے وہ سب لے لیتے ہیں۔
- 5- اور جب پیشوا اور حکام کتاب اللہ کے

اگر کوئی طالب علم یہ چاہتا ہو تو اسے ہر امتحان میں کامیابی ہو اور ایسے ہی کوئی مفکر یا انجینئر یہ خواہش کرے کہ اس سے نئی نئی ایجاد ہو یا یہ خواہش ہو کہ زندگی کے ہر شعبہ میں فتح و نصرت حاصل رہے تو اسے چاہیے کہ اس کم کو روزانہ 289 مرتبہ پڑھنے کا معمول بنالے۔ مفید ہے لہذا اگر کوئی شخص دشمن کی قید یا مقدمہ میں ناحب گیا ہو تو اس کے لیے چند افراد مل کر اکیس ہزار مرتبہ روزانہ سات دن تک پڑھیں۔ انشاء اللہ وہ قید سے رہائی پائے گا۔

**فتح و نصرت کا عمل:** اگر کوئی طالب علم یہ چاہتا ہو تو اسے ہر امتحان میں کامیابی ہو اور ایسے ہی کوئی مفکر یا انجینئر یہ خواہش کرے کہ اس سے نئی نئی ایجاد ہو یا یہ خواہش ہو کہ زندگی کے ہر شعبہ میں فتح و نصرت حاصل رہے تو اسے چاہیے کہ اس کم کو روزانہ 289 مرتبہ پڑھنے کا معمول بنالے۔

### حضرت حکیم صاحب کے نام پر دھوکہ

بارہا یہ شکایات موصول ہو رہی ہیں کہ آن لائن لوگ حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (دامت برکاتہم) سے یا علامہ لاہوتی پر اسرار دامت برکاتہم اور ماہنامہ عبقری سے اپنا تعلق ظاہر کرتے ہیں اور دھوکہ انسانیت کو اپنے عالمین اور غیر شرعی معاملات میں پھنساتے ہیں۔ عبقری کی طرف سے اعلان ہے کہ ان دھوکہ بازوں سے بچنے کی کوشش کریں اور صرف مندرجہ ذیل رابطے ہی استعمال کریں۔

www.ubqari.org

facebook.com/ubqari

پتہ: دفتر ”عبقری“ مرکز روحانیت واسن 78/3 عبقری اسٹریٹ نزد قریب مسجد منگ چوگی لاہور۔

فون: (04237597605, 37552384)

حکیم صاحب سے موبائل پر رابطہ (صرف بیرون ممالک)

ہر ہفتے کی شام 7 سے 9 بجے تک 0343-8710009

نوٹ: عبقری کی طرف سے روحانی و جسمانی علاج کے لیے کسی شہر میں کوئی اور نمائندہ مقرر نہیں ہے۔

ضروری نوٹ: تمام تحریریں خیر خواہی کے جذبے سے شائع کی جاتی ہیں، ایڈیٹر کا مضمون نگار سے متفق ہونا ضروری نہیں۔

### سمندر کی جھاگ کے برابر بھی گناہ ختم

حضور نبی اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا: جس نے روزانہ سو مرتبہ کہا سبحان اللہ و بحمدہ اس کے گناہ معاف کر دیئے جائیں گے اگرچہ کثرت سمندر کی جھاگ کے برابر ہو۔ (بخاری) (یونس قادری، ٹنڈو آدم کھر)

اللہ تعالیٰ کی ذات اقدس فتاح ہے کیونکہ اس کی نظر عنایت سے ہر مصیبت آفت اور بادور ہو جاتی ہے اور اس کی مہربانی سے ہر مشکل آسان ہو جاتی ہے اور سختی ختم ہو جاتی ہے اور راحت میں بدل جاتی ہے اس کی مدد سے دشمنوں پر فتح کے دروازے کھل جاتے ہیں۔ غرضیکہ وہ ہر قسم کی تکلیف دینے والی چیز کو دور فرما کر راحت و رحمت کا باب کھولنے والا ہے پہلے اس نے اپنے انبیاء کرام کے ذریعے انسانوں کیلئے رشد و ہدایت کے دروازے کھولے پھر سب سے بڑھ کر اللہ تعالیٰ نے حضور نبی کریم ﷺ کے ذریعے اپنی رحمت کو اور کشادہ کیا اس سے معلوم ہوا کہ اللہ تعالیٰ اپنی مخلوق پر اپنی رحمت کے خزانے کھولنے والا ہے اس لیے اسے الفتاح کہا جاتا ہے۔ یہ اسم بھالی ہے اور اس کے اعداد 289 ہیں۔

امام قشیری رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا ہے کہ جس شخص نے یہ جان لیا کہ اللہ تعالیٰ رزق اور رحمت کے دروازے کھولنے والا اسباب میسر کرنے والا اور تمام چیزوں کو درست کرنے والا ہے تو اب وہ اللہ کے علاوہ کسی اور میں دل نہیں لگائے گا۔ اس اسم کے فوائد اور خواص مندرجہ ذیل ہیں۔

**ہر کام میں آسانی کا عمل:** یہ اسم ہر کام میں آسانی پیدا کرنے کیلئے بہت مفید ہے۔ لہذا جو شخص اسم یا کھاج صبح یا رات کو سوتے وقت گیارہ سو مرتبہ روزانہ پڑھنے کا معمول بنالے اس کا ہر مشکل کام خود بخود حل ہو جائے گا کیونکہ اس اسم کی برکت سے راستے کی رکاوٹیں ہٹ جاتی ہیں۔ امام بوئی رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا ہے کہ اس اسم کے ذکر پر اللہ تعالیٰ اپنی راہ کھول دیتا ہے۔

**رکی ہوئی شادی کا حل:** جن لڑکوں یا لڑکیوں کی شادیاں رک جاتی ہیں اور والدین کے لیے پریشانی کا سبب بنتی ہیں۔ ایسی رکی ہوئی شادیوں کی راہ کھولنے کیلئے اس اسم کو روزانہ 1156 مرتبہ بعد نماز عصر 40 روز تک پڑھیں اگر وہ خود نہ پڑھ سکیں تو ان کے والد یا والدہ میں سے کوئی ایک اس وظیفہ کو پڑھ لیں۔ انشاء اللہ شادی کی راہیں کھل جائیں گی۔

**قید سے خلاصی کا عمل:** یہ عمل قید سے خلاصی کیلئے بھی بہت

## شاہ ارشاد سیستانی کے لاجواب وظائف

بعض مرتبہ گھر کا کنیز زیادہ اور آمدنی کم ہوتی ہے اس کے سبب گھر میں ہر وقت پریشانی رہتی ہے، خرچ کی طرح پورا نہیں ہوتا۔ صبح کھالیا تو شام کو فاقہ اور شام کو کھالیا تو صبح کو فاقہ۔ ایسی صورت میں یہ عمل بہت مفید اور کارآمد ہے۔

سے اور کچھ دیر سانس روکنے سے بھی بچائیں، بند ہو جائیں ہیں۔

### احتلام سے حفاظت

بعض مرتبہ احتلام کی کثرت سے صحت برباد ہوتی ہے اور نماز کا معاملہ بھی گڑبڑ ہو جاتا ہے اور گرم اشیاء کھانے سے تو یہ مرض بہت تکلیف دہ ہوتا ہے۔ اس کا علاج یہ ہے کہ سورہ معارج (پارہ 29) با وضو عرق گلاب میں زعفران گھول کر اس سے لکھ کر سوتے وقت اپنے تکیے کے نیچے رکھ لیا کرے اور سونے سے پہلے وضو کرے اور ایک مرتبہ سورہ الساما والطارق (پ 30) پوری پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے دونوں ہاتھ اپنے پورے جسم پر پھیر لے۔ چالیس دن یہ عمل کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ جلد ہی یہ مرض جاتا رہے گا اور اگر اس عمل کو معمول بنالے تو بہت بہتر ہے۔

### ماں کے دودھ میں اضافہ کیلئے

بعض عورتوں کے پستانوں میں دودھ بہت کم ہوتا ہے اس کے سبب بچہ بھوکا رہتا ہے اور ہر وقت روتا رہتا ہے۔ روتے روتے چڑچڑاہو جاتا ہے اور سوکتا جاتا ہے۔ ماں کے دودھ میں اضافہ کیلئے یہ عمل بہت کارآمد ہے۔ اول گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھیں اس کے بعد یہ دو آیتیں ایک سو ایک مرتبہ با وضو پڑھیں۔ آخر میں پھر گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھیں اور بارش کی ایک بوتل پانی پر دم کر کے رکھ لیں اور اس پانی کو ایک گھونٹ بعد نماز فجر اور ایک گھونٹ بعد نماز مغرب پی لیا کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ دودھ خوب پیدا ہوگا۔ تنبیہ: اگر بارش کا پانی نہ ملے تو دریا، تالاب، جھیل، چشمہ، نہر کا پانی لے لیں ورنہ سات کنویں کا پانی یا سات ٹلکوں کا پانی لے لیں۔ وہ آیات یہ ہیں: وَهِيَ تَجْرِي فِيهِمْ فِي مَوْجٍ كَالْجِبَالِ (سود 42) فَيَهْبِطُ فِيهَا تُجَارِيَانِ (الرحمن 50)

### زہریلے جانور کے کاٹے کا علاج

گاؤں دیہات میں اکثر زہریلے جانور ہوتے ہیں اور وہاں سے ڈاکٹر بہت دور ہوتے ہیں یا وقت پر نہیں ملتے۔ ایسی صورت میں مریض کی ہلاکت کا خطرہ ہوتا ہے۔ اس

### گھر میں آبی اور جناتی اثر دور کرنا

اگر کسی گھر میں آسیب یا جن کا اثر ہو اور کسی طرح دور نہ ہوتا ہو تو اس کیلئے یہ عمل بہت ہی مجرب اور فائدہ مند ہے، روزانہ ایک مقررہ وقت پر ایک ہی پیچک (نشست) میں پوری سورہ بقرہ بلند آواز سے تلاوت کریں اور ایک کورے منکے میں پانی بھر کر اس پر دم کریں اور وہ پانی غسل خانے، پاخانے والی جگہ کو چھوڑ کر تمام گھر کے کونوں میں ہلکا ہلکا چھڑکیں پانی ان چار اوقات میں چھڑکا جائے: 1۔ صبح سات بجے (بعد نماز فجر)۔ 2۔ دن کے گیارہ بجے۔ 3۔ بعد نماز عصر۔ 4۔ بعد نماز عشاء۔ اور رات کو بعد نماز عشاء اتنی اونچی آواز میں کہ آواز گھر سے باہر نہ نکلے، چاروں طرف منہ کر کے اذان دیں۔ یہ عمل اکتالیس دن کریں انشاء اللہ تعالیٰ گھر میں سے جنات اور آسیب کے اثرات ختم ہو جائیں گے اور گھر رہنے کے قابل ہو جائے گا۔ برکت ہی برکت پیدا ہوگی۔

### درد سر کی جھاڑ

اگر کسی کے سر میں درد ہوتا ہو اور کسی علاج سے نہ جاتا ہو اس کے لیے یہ عمل بہت کارآمد ہے۔ مریض کے سر پر اپنا دایاں ہاتھ رکھ کر اس آیت کو گیارہ مرتبہ پڑھ کر مریض پر دم کریں۔ انشاء اللہ تعالیٰ اسی وقت مریض کو درد سے آرام ملے گا۔ وہ آیت یہ ہے: لَا يَصْدَقُونَ عَنْهَا وَلَا يُؤْفُونَ۔

### کان کے درد کا علاج

اگر کسی شخص کے کان میں اکثر درد رہتا ہو تو اس کیلئے با وضو اکیس مرتبہ یا تسبیح پڑھ کر مریض کے کان میں پھونک دیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ درد ٹھیک ہو جائے گا۔

### بچگی کا علاج

بعض مرتبہ بچیاں اس قدر آتی ہیں کہ آدمی کے سینے میں درد ہونے لگتا ہے اور وہ حد سے زیادہ پریشان ہو جاتا ہے۔ بچگی بند کرنے کیلئے ایک گلاس پانی تین سانس میں پیئیں اور ہر سانس میں سات مرتبہ یا تحفیظ پڑھیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ بچگی آتا بند ہو جائے گی۔ نیز یہ کہ گنے کی گندیری کھانے

کیلئے یہ عمل ہر زہریلے جانور کیلئے بہت فائدہ مند ہے۔ قرآن پاک کی یہ آیت ایک سانس میں سات مرتبہ پڑھ کر زخم کی جگہ ہاتھ پھیرتے ہوئے دم کر دیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ فوراً زہر کے اثرات زائل ہو جائیں گے اور مریض کو سکون ملے گا۔ وہ آیت یہ ہے: وَإِذَا بَطِشْتُمْ بَطِشْتُمْ جَبَّارِينَ (الشعراء 130)

### رزق میں ترقی اور زیادتی کیلئے

بعض مرتبہ گھر کا کنیز زیادہ اور آمدنی کم ہوتی ہے اس کے سبب گھر میں ہر وقت پریشانی رہتی ہے، خرچ کی طرح پورا نہیں ہوتا۔ صبح کھالیا تو شام کو فاقہ اور شام کو کھالیا تو صبح کو فاقہ۔ ایسی صورت میں یہ عمل بہت مفید اور کارآمد ہے۔ ہر فرض نماز کے بعد تین مرتبہ سورہ الم نشرح مکمل تین مرتبہ سورہ فاتحہ مکمل ایک مرتبہ سورہ قدر مکمل تین مرتبہ پڑھا کریں۔ عشاء کی نماز کے بعد تین سو مرتبہ یا زَارِقُ يَا زَارِقُ یا وَاَسِيعُ پڑھیں۔ اول و آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف پڑھیں۔ نماز کی ہر حال میں پابندی کریں اور با جماعت نماز پڑھنے کی عادت ڈالیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ رزق میں ترقی ہوگی اور بے گمان جگہ سے رزق کے دروازے کھل جائیں گے۔ عمل شرط ہے، یہ عمل تین چلے تک یعنی ایک سو بیس دن مسلسل کریں۔ ناغہ نہ کریں۔

### آسیب و جن سے نجات

اگر کسی شخص کو جن یا آسیب ستاتا ہو اور اسے جن یا آسیب کا اثر محسوس ہوتا ہو تو صبح و شام یعنی بعد نماز فجر اور بعد نماز مغرب یہ عمل پڑھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ آسیب یا جن چلے جائیں گے اور مریض صحت یاب ہو جائے گا۔ وہ پڑھنے کا عمل یہ ہے: اَعُوذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ۔ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيمِ۔ وَقُلْ رَبِّ اَعُوذُ بِكَ مِنْ هَٰذِهِ السَّيْطٰنِ وَاعُوذُ بِكَ رَبِّ اَنْ يَّخْضَعُوْنِ ہ اس کے بعد ایک مرتبہ سورہ فلق اور سورہ ناس۔

### اپنی گاڑیوں پر ضرور لگائیں

عبقری کی ویب سائٹ کا سٹیکر اپنی گاڑیوں پر لگا کر دیکھی انسانیت کو پریشانیوں کے حل اور دکھوں کے مداوے کی طرف متوجہ کریں۔ نوٹ: ایسے سٹیکر جو رات کو اندھیرے میں لائٹ پڑنے پر چمکے گا، لائف ٹائم گاڑی بارش سردی گرمی سے خراب نہ والے گاڑی کی زینت اور خوبصورتی کو بڑھائے والا۔ اپنی گاڑیوں پر ضرور لگائیں۔ (قیمت 200/- روپے علاوہ ڈاک خرچ) (چھوٹا سٹیکر اب صرف 20 روپے میں دستیاب ہے۔)



## ماہنامہ روحانی محفل

روحانی محفل مرکز روحانیت دامن میں اجتماعی نہیں  
ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 11 مئی بروز اتوار صبح 11 بجے سے لیکر 12 بجہ 21 منٹ تک 19 مئی بروز پیر عصر تا مغرب 31 مئی بروز ہفتہ دوپہر 2 بجہ 35 منٹ سے لیکر 4 بجہ 19 منٹ تک یا کوئی یا قصیدہ پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سنی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پھلکی روشنی آپ کے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام اور غیر مسلموں کے ایمان کیلئے پوری دنیا میں امن کی دعا اپنے لیے اور اپنے عزیز واقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کیساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پیئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ: 1۔ روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کر لیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔)

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

### روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں کچھ ماہ سے روحانی محفل کر رہی ہوں شروع میں جب روحانی محفل کی تو شروع میں جب روحانی محفل کی تو ایک وقت میں دو چیزیں (یعنی تصور کرنا اور پہلی لائٹ کی آپ کے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور ساتھ ہی یہ کہ آپ بھکاری بن کر اپنے رب سے گڑگڑا کر مغفرت طلب کر رہے ہیں) تھوڑا مشکل لگتا تھا کیونکہ بیک وقت دو تصور تھے جب دل پرتو جہ کرتی سکون ملتا اور جب اپنی اوقات کو دیکھتی تو بے چینی ہوتی، بہر حال بہت لطف آیا۔ روحانی محفل تو گویا بندے اور رب کی محفل ہوتی ہے مجھے بہت اچھا لگتا ہے۔ (باقی صفحہ نمبر 40 پر)

## آم کچا ہو یا پکا، جڑ ہو یا پھول صحت ہی صحت

حکیم محمد صادق مظفر گڑھ

اللہ تعالیٰ نے آم کے پھل کے علاوہ اس کے پتوں، چھال، پھولوں اور اس کی گھٹلی میں بڑے شفا فی اثرات پیدا فرمائے ہیں۔ پرانے حکماء اب بھی نسل در نسل اس کے پتوں، پھولوں، جڑوں، چھال اور گھٹلی سے نسخہ جات تیار کرتے ہیں

### آم کے نسخہ جات اور فوائد

1۔ آم بلغم کو پتلا کر کے اسے آسانی سے خارج کرتا ہے۔  
2۔ مادہ منویہ کو گاڑھا کرتا ہے۔  
3۔ صالح خون پیدا کرتا ہے۔  
4۔ قوت باہ میں بے پناہ اضافہ کرتا ہے۔  
5۔ دے اور کھانسی کے مریضوں کیلئے پتلے رس کا آم نہایت مفید ہے۔  
6۔ بدن کو مونا کرتا ہے۔  
7۔ قدر کو بڑھاتا ہے۔  
8۔ کچا اور گاڑھا آم دیر سے ہضم ہوتا ہے، آم کھانے کے بعد دودھ کی کچی نمکین لسی یا چائے کی لسی پینی چاہیے اس سے کھل کر پیشاب جاری ہو جائے گا، طبیعت ہلکی بھلکی ہو جائے گی۔  
9۔ بعض لوگ آم کے کھانے کے بعد ایک قسم کا بو جھڑکھوس کرتے ہیں، آم کھانے کے بعد چھ سات دانے جامن کے کھالیں تو بوجھ ختم ہو جائے گا۔  
10۔ جسے کچھونے یا زہریلے جانور نے ڈس لیا ہو اسے آم کی گھٹلی کو پانی میں رگڑ کر نیم گرم کر کے متاثرہ جگہ پر لپ کر دیں۔ زہر اور درد دونوں دور ہو جائیں گے۔  
11۔ بعض لوگ کچے آم کھانے کے شوقین ہوتے ہیں اکثر حاملہ خواتین کچے اور کھٹے آم کھاتی ہیں، کچے آم کھانے سے حمل ضائع ہونے کا اندیشہ ہوتا ہے اور اکثر عورتوں کا حمل ضائع بھی ہو جاتا ہے، کچے آم کچے آم کی نسبت زیادہ گرم ہوتے ہیں۔  
12۔ گرمیوں میں دوپہر کے کھانے میں دو عدد پیاز کاٹ لیں، پیاز میں ایک چمچ چائے والا دیسی گھی ڈال دیں، حسب ضرورت نمک اور آدھا لیٹوں کا رس ڈال لیں اور دو چمچ آم کا اچار کس کر دیں، ایک خاص قسم کا سالن تیار ہو جائے گا۔ روزانہ دوپہر کو روٹی کے ساتھ کھائیں۔ قوت باہ میں حیرت انگیز اضافہ ہو جائے گا۔ جسم میں پانی کی کمی دور ہو جائے گی، رت خارج ہو جائے گی، گیس، بد بوی ختم ہو جائے گی۔  
13۔ آم کے بور یا پھول ہم وزن سفید شکر، دونوں کا سفوف کر لیں، صبح وشام ایک ایک پانی یا دودھ سے کھائیں۔ جریان احتلام ختم ہو جائے گا۔ محترم قارئین! یہ نسخہ مردانہ قوت کیلئے بے حد مفید ہے۔ منی کو گاڑھا کرتا ہے، مجرب ہے۔  
14۔ آم کی تازہ جڑ بخار کے مریض کے ہاتھ پر پٹی سے باندھ دیں۔ (باقی صفحہ نمبر 43)

جس طرح تمام جانوروں کا بادشاہ شیر کو کہا جاتا ہے اسی طرح تمام پھولوں کا بادشاہ آم کو کہا جاتا ہے۔ کچھ آم ذائقہ میں کھٹے اور نمکین ہوتے ہیں، کچھ کھٹے میٹھے ہوتے ہیں اور کچھ بہت زیادہ میٹھے ہوتے ہیں۔ یہ ایک ایسا پھل ہے جسے چھوٹے بڑے، غریب امیر سبھی بڑے شوق سے کھاتے ہیں۔ اس کا پتلا رس اور ریشہ معدے پر بوجھ نہیں ڈالتے، اس کے ریشہ دانتوں کی میل کچیل صاف کرتے ہیں اور دانتوں کے مسوڑھوں کو مضبوط بناتے ہیں، یہ چہرے کا رنگ نکھارتا ہے اور عمدہ خون پیدا کرتا ہے، اس کا مربہ اور اچار بھی بنایا جاتا ہے۔ مربہ کھانے سے دل و دماغ اور معدے کو طاقت ملتی ہے اور اچار بطور سالن استعمال کیا جاتا ہے۔ گرم مزاج والے مریض اس کا اچار نہ کھائیں ورنہ نکسیر پھوٹنے کا خطرہ ہوتا ہے۔ اللہ پاک نے آم کی تہہ پر پتلے اجزاء کو مضبوط رکھنے کیلئے اس کے اوپر ایک مضبوط غلاف بنایا ہے اس کے غلاف سے گوند نما رس رستارہتا ہے جو اس کے ارد گرد جم جاتا ہے اس رس میں تیزابیت کا اثر ہوتا ہے۔ اس لیے دیہات کے آدمی آم کو بڑے برتن میں تازہ پانی بھر کر آدھا گھٹنے کے لیے پانی میں رکھتے ہیں پھر اسی پانی سے اچھی طرح دھو کر کھاتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ نے آم کے پھل کے علاوہ اس کے پتوں، چھال، پھولوں اور اس کی گھٹلی میں بڑے شفا فی اثرات پیدا فرمائے ہیں۔ پرانے حکماء اب بھی نسل در نسل اس کے پتوں، پھولوں، جڑوں، چھال اور گھٹلی سے نسخہ جات تیار کرتے ہیں چند نسخہ جات قارئین کی خدمت میں پیش کرتا ہوں۔ مریض فائدہ اٹھائیں اور بندہ کو دعاؤں میں ہمیشہ یاد رکھیں۔ ایک ضروری بات دیسی ادویات استعمال کرنے سے فوری آرام نہیں ہوتا ہاں چند چیزیں ایسی ضرور ہیں جن کے استعمال سے فوری آرام آ جاتا ہے۔ دیسی دوائی کے استعمال سے اگر بظاہر مرض بڑھ رہا ہو تو یہ ہرگز نہ سوجھیں کہ فائدہ نہیں ہو رہا ہے اصل میں بیماری وجود سے باہر نکل رہی ہوتی ہے اور چند دنوں، ہفتوں یا مہینوں کے بعد بیماری جسم سے نکل جاتی ہے اور مریض کو شفا مل جاتی ہے۔ اب آم کے نسخہ جات اور فوائد کی طرف آتے ہیں۔



بنت مشتاق احمد کنڈیاریو

## بیٹی کی پیدائش پر افسردہ متوجہ ہوں!

جواپنے آپ کو باشعور خیال کرتے ہیں دینی علم رکھنے والے بھی دندناتے ہوئے کہتے ہیں ہمارے دل کی تمنا ہے کہ اللہ تعالیٰ بیٹیوں سے نوازے کوئی ایسا گھر انہیں جس میں بچی کی پیدائش پر اس طرح فرحت محسوس کی جائے جیسے بیٹی کی پیدائش پر ہوتی ہے۔

گھر میں کیا بیٹی کی پیدائش ہوگئی اس گھر سے خوشیاں روٹھ گئیں ہر چہرے پر پریشانی اور افسوس کے تاثرات ظاہر ہونے لگے آڑے دنوں کے دروازے کھل گئے شرمندگی اور ندامت سے گردنیں جھک گئیں غم سائے کی طرح ساتھ ساتھ رہنے لگے لہ لہ گناہ یاد آنے لگے بے بسی اور بیچارگی رونما ہونے لگی نہ ملنے والی مصیبت آن پڑی مزید یہ کہ اس طوفان سے کیسے نجات ہو؟؟؟ اس کے برعکس گھر میں اگر لڑکے کی پیدائش ہو تو یوں سمجھا جاتا ہے کہ موسلا دھار بارشوں کی طرح برکتوں کا نزول ہونے لگا وہ خیر جس کے سننے کے لیے دو خاندانوں کے کان منتظر تھے وہ حقیقت کے روپ میں چھائی خوشی کے مارے دماغ کے تار بچنے لگے دل کے سارے داغ دھل گئے باد صبا کا آنے والا ہر جھونکائی تروتازگی کا پیغام لایا جیسے قسمت کی کشتی خیریت سے پار لگ گئی جس کے نتیجے میں بذریعہ فون بذریعہ خطوط ہر چھوٹے بڑے کو تروخٹک کو لکڑ پتھر کو سبز و جلے سڑے کو یہ پیغام پہنچاتا ہے کہ فلاں کے گھر گلاب کھل اٹھا ہے اندھیوں کو خیر باد کہا جا چکا ہے اس پیغام کے ملتے ہی ماجرہ یہ ہوتا ہے کہ ہر طرف سے مبارک باد بڑے اور تھانف کی بھر مار دیکھنے کو ملتی ہے اور تو اور دانیہ بھی اپنے آپ کو بڑا خوش قسمت تصور کرتی ہے۔ اب آپ دونوں منظر ذہن میں نقش کر کے دل پر ہاتھ رکھ کر عقل کی آنکھ سے دیکھیں اور تدبر کریں کہ معصوم بچی کے پیدا ہوتے ہی اس کے ساتھ یہ رویہ ہو تو وہ بڑی ہو کر خوش رکھنے کیلئے کون سے جوہر دکھا سکتی ہے جو ہاتھ اٹھنے کے قابل نہیں جو پاؤں چلنے کی سکت نہیں رکھتے جو زبان بولنے کی طاقت سے محروم ہے جو دماغ اور سوچوں اور فکروں کی گہرائیوں سے کہیں دور ہے ان تمام اعضاء پر منحوس کی لیل چسپاں ہو چکا ہے جس کی پیدائش پر مایوسی کے گیت گنگائے جا چکے ہیں بھلا وہ انتھک محنت اور کاوش کے باوجود بھی کیونکر مسرتوں کا سبب بن سکتی ہے۔

ذرا سوچیے۔۔۔ یہ کم عقلی کا مظاہرہ ان خاندانوں میں ہوتا جو دینی اور دنیوی علم سے کوسوں دور رہتے ہوں تو یہ دل کو گرما دینے والی بات نہ ہوتی اس وقت باشعور انسان اپنے دل و دماغ کو یہ سبق پڑھانا کہ۔

علم کے بغیر ہے بشر اے دوست مانند جانور کہ لوگوں نے لاعلمی کے تحت بے اصول چیزوں کو تہذیب اور تمدن بنا رکھا ہے لیکن یہ طرز عمل ان گھرانوں میں بھی ہوتا ہے اور ہور ہا اور مزید مزید ہو رہا ہے جواپنے آپ کو باشعور خیال کرتے ہیں دینی علم رکھنے والے بھی دندناتے ہوئے کہتے ہیں ہمارے دل کی تمنا ہے کہ اللہ تعالیٰ بیٹیوں سے نوازے کوئی ایسا گھر انہیں جس میں بچی کی پیدائش پر اس طرح فرحت محسوس کی جائے جیسے بیٹی کی پیدائش پر ہوتی ہے۔ حضرت مریم علیہا السلام نے بیٹی کی تمنا کی تو ان کی تمنا دنیا کی عظمت و جاہ کیلئے نہیں تھی بلکہ ان کا مقصد تو یہی تھا کہ لڑکا ہوگا تو ذکر یا علیہ السلام کے بعد مسجد کی خدمت کا کام سرانجام دے گا لیکن اللہ تعالیٰ نے ان کو سمجھایا یعنی لڑکا لڑکی کے مثل نہیں ہو سکتا آج بھی اگر کوئی دینی خدمت کیلئے یا جہاد کیلئے بیٹی کی تمنا کرتا ہے اور پیدائش کے بعد وہ کام سرانجام دیتا ہے تو یہ محسن ہے۔ حضرت ابراہیم علیہ السلام اور دوسرے بعض انبیاء کرام علیہم السلام نے بھی اگر بیٹی کی تمنا کی تو محض اس لیے کہ فریضہ نبوت ان کی اولاد میں ہی رہے کیوں کہ عورت تو نبی بن نہیں سکتی یہی وجہ ہے کہ امام الانبیاء خاتم الانبیاء صلی اللہ علیہ وسلم نے اپنی پوری سیرت طیبہ میں ایک بار بھی بیٹی کی تمنا نہیں کی نہ ہی کبھی دعا فرمائی کیونکہ نبوت کا دروازہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے بعد بند کر دیا گیا۔ آج کے دور میں کون سی نبوت کی میراث چل رہی ہے جو نرینہ اولاد کیلئے تمناؤں اور آرزوؤں سے کیچے پھٹ رہے ہیں۔

بیٹی کی پیدائش اجر سے خالی نہیں: حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا کے پاس ایک عورت آئی اور کھانے کیلئے کچھ مانگا اس عورت کے ہمراہ اس کی دو بیٹیاں بھی تھیں۔ ام المومنین کے پاس تین کھجوریں تھیں جو انہوں نے اس عورت کو دے دیں اس نے ایک ایک کھجور اپنی بیٹیوں میں تقسیم کی اور ایک خود کھانے کے ارادے سے منہ کے قریب لائی تو بیٹیوں نے اس کھجور کا مطالبہ کیا لہذا وہ بھی اپنی بیٹیوں میں تقسیم کر دی یہ سب کچھ ام المومنین رضی اللہ تعالیٰ عنہا اپنی آنکھوں سے دیکھتی رہیں۔ اتنے میں وہ عورت چلی گئی کچھ

دی دیر بعد آپ صلی اللہ علیہ وسلم گھر میں تشریف لائے تو حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے پورا واقعہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو سنایا تو نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے اپنی زبان نبوت سے ارشاد فرمایا کہ اُس عورت کا یہ طرز عمل اسے جنت میں لے جائے گا۔

اس کے علاوہ ایک دوسری روایت میں آیا ہے کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا جس نے اپنی بیٹیوں کی اچھی تربیت کی تعلیم دلوائی پھر اچھے گھرانے میں ان کا رشتہ طے کیا وہ جنت میں جائے گا پوچھا گیا جس کی دو بیٹیاں ہوں آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے اس کیلئے بھی جنت کی بشارت دی پوچھا گیا جس کی ایک بیٹی ہو تو نبی علیہ الصلوٰۃ والسلام نے اس کیلئے بھی وہی ارشاد فرمایا۔

آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا گھر میں کوئی چیز تقسیم کرو تو ابتداء لڑکی سے کرو۔ ذرا غور فکر کیجئے! جس کیلئے نبوت کی زبان سے اتنی بشارتیں۔۔۔ اس کو میں منجوس اور قابلِ نفرت سمجھنا اپنے گھنٹیا ذہن اور کم فہمی کی علامت ہے۔ لہذا باشعور اور عقل مند انسان کا کام یہی ہے کہ بیٹی کی پیدائش کو اللہ تعالیٰ کی طرف سے نعمتِ عظمیٰ سمجھے اور کسی قدم پر بیٹی کو بیٹے سے کم نہ سمجھے اور دونوں کے حقوق مساوی رکھے تو اجر و ثواب کا مستحق ہوگا۔

بیٹی کی پیدائش پر خوشی کا اظہار کرنا چاہیے کیونکہ حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے اپنی امت کو بیٹی کی پیدائش کی مبارک باد پیش کی ہے۔ بیٹی کی پیدائش پر غم کا اظہار کفار کا شعار: اللہ تعالیٰ نے اپنے کلام قرآن مجید فرقانِ حمید میں ارشاد فرمایا: **وَإِذَا بُشِّرَ أَحَدُهُم بِمَا ضَرَبَ لِلرَّحْمَنِ مَقْلاً ظَلَّ وَجْهُهُ مُسْوِداً وَهُوَ كَظِيمٌ** (الزخرف، ۱۴)

ترجمہ: ”اور جب ان میں کسی کو خوشخبری دی جائے اس چیز کی، جس کا وصفِ رحمن کے لئے ہوتا ہے تو دن بھر اس کا منہ کالا رہے اور غم کھایا کرے۔“ یعنی جب اللہ تعالیٰ کی طرف سے کسی کو بیٹی سے نوازا جاتا ہے تو اس کا منہ کالا ہو جاتا ہے اور غم سے بھر جاتا ہے۔ اس آیت سے معلوم ہو رہا ہے کہ بیٹی کی پیدائش خوشخبری ہے۔ رب کریم سے دعا ہے کہ ہمارے معاشرے سے فضول چیزوں کا زوال ہو اور پاکیزہ اور سازگار ماحول پیدا ہو۔

(تقریب: آم کچا ہو یا کچڑ ہو یا پھول صحت ہی صحت)

کسی قسم کا بخار ہواڑ جاتا ہے۔ 15۔ اگر کسی کو ہر پلے سبب نے ڈس لیا ہو تو آم کی گٹھلیاں دو عدد صبح سیاہ تین دانہ دونوں کو پانی میں رگڑ کر مرلیض کو پلا دیں۔ تھوڑی دیر بعد سردی محسوس ہوگی اور زہر ختم ہو جائے گا اور ساتھ ساتھ تین دن تک پیاز کا ت کر بھی کھاتے رہیں۔ 16۔ جو مرلیض بے ہوش ہو جائے اُسے ہوش میں لانے کیلئے آم کی گٹھلی، بیلگری ہم وزن لے کر مناسب مقدار پانی میں جوش دیں جب پانی کا ایک حصہ رہ جائے اتار کر کھنڈا کر لیں۔ حسب ضرورت پیننی ملا کر مرلیض کو پلا دیں انشاء اللہ کچھ دیر بعد مرلیض ہوش میں آجائے گا۔



ذکیہ اقتدار بہاولنگر

## لوکی! ہائی بلڈ پریشر اور ٹی بی کا آخری علاج

## دل کی گھبراہٹ کا علاج

بسم اللہ مکمل پڑھ کر کے پہلے دائیں آنکھ اور پھر بائیں آنکھ میں ڈالیں عمل مذکورہ کی برکت سے بینائی بحال ہو کر عینک اتر جائے گی

دل کی گھبراہٹ ٹھنڈے سپینے بے چینی ہائی بلڈ پریشر معدہ کی خرابی گیس وغیرہ کئی مریضوں پر تجربہ شدہ ہے۔

**حوالہ:** مرہ پاؤ مرہ بغیر گٹھلی ایک پاؤ مرہ ہڑ ایک پاؤ مرہ گاجریک پاؤ مرہ بھی ایک پاؤ مرہ گل قند ایک پاؤ مرہ سیب ایک پاؤ مرہ سفید دو تولہ زرشک شریں پانچ تولہ چھوٹی الائچی دو تولہ خشک دھنیا دو تولہ سو ف دو تولہ زیرہ سفید دو تولہ گل گاؤ زبان دو تولہ گل بنفشہ دو تولہ گل گلاب دو تولہ سناکی تین تولہ اندر جو شیریں تین تولہ مغز بادام قندھاری ایک پاؤ تمام ادویات کو کوٹ پیس کر سفوف بنالیں اور مرہ جات کی گٹھلی دور کر کے کوٹ کر کمس کر کے گرائنڈ کر لیں اور شربت انار ایک بوتل لے کر ملک شیک والے جگ میں گرائنڈ کر لیں۔ تھوڑا سا پکالیں اور حفاظت کیلئے بیس گرام سوڈیم بیسزویٹ ڈال کر اتار لیں اور ڈبیوں میں محفوظ کر لیں۔ مقدار خوراک: ایک تا دو چمچ صبح نہار منہ ہمراہ عرق گلاب دیں اور یہی خوراک رات کو سوتے وقت ہمراہ عرق بادیان دیں۔ اسیر ہے۔ مجرب ہے کئی مریضوں پر تجربہ شدہ ہے۔ (ص 81)

### عمل عینک توڑ

اَذْهَبُوا اِقْبَمِيصِي هَذَا اَلْقَوْهُ عَلَى وَجْهِ اَيِّ نَيَاتٍ

بَصِيرًا وَاَنْتُونِي بِاَهْلِكُمْ اَجْمَعِينَ ﴿يوسف ۴۳﴾

125 بار پڑھ کر اول و آخر درود شریف گیارہ گیارہ بار بعد نماز عشاء 25 تا 27 راتیں بغیر کسی سے ہم کلام ہوئے سرمہ پر دم کر کے رکھ لیں اور سرمہ کو آب زمزم سے کھل کر لیں۔ رات کو سوتے وقت بسم اللہ مکمل پڑھ کر کے پہلے دائیں آنکھ اور پھر بائیں آنکھ میں ڈالیں عمل مذکورہ کی برکت سے بینائی بحال ہو کر عینک اتر جائے گی۔ (ص 84)

مزید کمالات جاننے کیلئے درج ذیل کتاب کا مطالعہ کریں:-

”گھریلو الجھنوں سے چھٹکارا پانے

والے“

(بندشوں کا توڑ اور روحانی ایٹم بم)

اب طبیعت تقریباً ٹھیک تھی ڈاکٹر کے پاس گئے تو ڈاکٹر نے چیک کیا اور ڈاکٹر بہت خوش ہوئیں کہنے لگیں مریضہ آپ تو بالکل نارمل ہیں ٹی بی کا تو نام و نشان بھی نہیں پچھچھڑے بہت صحت مند ہیں۔ اتنی قلیل مدت میں ایسی صحت ڈاکٹر حیران رہ گیا

کوئی بی تھی بے حد غریب گھرانے کی تھیں ڈاکٹر کے پاس جاتی دوا لے آتیں مگر افاق نہ ہوتا دوا کھاتی رہیں پچھچھڑے ختم ہونے لگے برسوں علاج کروایا مگر مرض بڑھتا رہا ان کو مشورہ دیا کہ وہ لوکی کا جوس جوس میں نکالیں اور پی لیں۔ یہ عمل دن میں چار مرتبہ کریں اور 90 دن یہ نسخہ استعمال کریں۔ جس خاتون کو ٹی بی تھی انہوں نے اپنا چیک اپ کرایا تو انہیں بہت مایوسی ہوئی کیونکہ اس خاتون کے پچھچھڑے ختم ہو چکے تھے ٹی بی آخری اسٹیج پر تھی۔ اس خاتون کو امید کی کرن نظر آئی۔ وہ روزانہ دو کلو لوکی کا جوس نکال لیتیں تھی اس میں شہد ملا لیتیں اور درود شفاء پڑھ کر اس پر دم کرتیں اور پی لیتیں۔ تیسرے دن ان کی طبیعت بہتر ہونے لگی کھانسی کم ہوئی سانس کنٹرول ہوا آکٹالین دن ہوئے ان کے شوہر نے کہا کہ ڈاکٹر کو چیک اپ کروالیتے ہیں اب طبیعت تقریباً ٹھیک تھی ڈاکٹر کے پاس گئے تو ڈاکٹر نے چیک کیا اور ڈاکٹر بہت خوش ہوئیں کہنے لگیں مریضہ آپ تو بالکل نارمل ہیں ٹی بی کا تو نام و نشان بھی نہیں پچھچھڑے بہت صحت مند ہیں۔ اتنی قلیل مدت میں ایسی صحت ڈاکٹر حیران رہ گیا۔ اگر بال کرتے ہیں تو ایک کلو لوکی کا جوس نکالیں اور آدھ کلوٹوں کا تیل لیں لوکی کے جوس میں تیل ملا لیں اب کڑا ہی میں ڈال کر چولہے پر دھبی آنچ پر پکنے رکھ دیں۔ بالوں میں لگا میں بال مضبوط چمکدار لمبے ہوں گے۔ اگر معدہ کا مسئلہ ہو تو جلن ہو تو بھی لوکی کا جوس روزانہ گیارہ دن ایک پیالی پی لیں۔

### ایسی دعا کہ فرشتے پوچھتے ہیں کتنا اجر لکھیں؟

جب کوئی شخص اس دعا کو شروع کرتا ہے تو فرشتے پریشان ہو جاتے ہیں اور اللہ پاک سے پوچھتے ہیں کہ یا اللہ اس کا ہم کتنا اجر لکھیں اللہ پاک فرشتوں سے فرماتے ہیں کہ تم اس کا ثواب نہیں لکھ سکتے تم صرف ان الفاظ کو لکھ لو اس کا ثواب میں خود دوں گا۔ وہ دعا یہ ہے:- اَللّٰهُمَّ لَكَ الْحَمْدُ كَمَا يَنْبَغِي لِحَلَالٍ وَجْهِكَ وَعَظِيمٍ سُلْطَانِكَ۔ (تفسیر ابن کثیر جلد 1 صفحہ 46، بکھرے موتی جلد سوم ص 265) (رد۔ ایک)

لوکی سبزیوں میں بہترین اللہ کا دیا ہوا تحفہ ہے جب لوکی پکاتے ہیں تو یقیناً ہم حضرت یونس علیہ السلام کا قصہ دہراتے ہیں ان سے غلطی ہوئی اور انہوں نے توبہ کی اللہ نے اپنے بندے کی توبہ قبول کی پھر ان کو انعام سے نوازا۔ آیت کریمہ عطا فرمائی یہی آیت کریمہ قیامت تک ہر فرد کو پڑھنے کی اجازت ہے کسی بھی مصیبت میں پڑ جائے سو لاکھ یا اس سے بھی زیادہ اس کا ورد کریں مشکل حل ہو جاتی ہے۔ جب حضرت یونس علیہ السلام کو شستی سے باہر گرایا گیا تو اللہ نے مچھلی کو حکم دیا کہ میرے بندے کو نگل جا اور حفاظت سے تین دن اپنے پیٹ میں رکھ۔ اس کال کوٹھڑی میں مچھلی کی گرمی کی شدت نہ خوراک نہ پانی چالیس دن بعد اللہ نے مچھلی کو حکم دیا۔ میرے بندے کو دریا کے کنارے اگل دے مچھلی نے حکم کی تعمیل کی اور حضرت یونس علیہ السلام کو دریا کے کنارے پر اگل دیا۔ اب نہ خوراک نہ پانی نہ کوئی تیماردار اب اللہ نے دریا کا پانی میٹھا بنا دیا اور دریا کے کنارے پر ایک تیل اگادی یہ اپنے بندے کی خوراک کا انتظام تھا جو اللہ نے کر دیا۔ تیل پر بہت لذیذ لوکیاں لگنے لگیں جو بطور خوراک حضرت یونس علیہ السلام کھاتے اور دریا کا ٹھنڈا پانی پیتے جس سے جسم کی نقابہ ختم ہو گئی اور جسم فربہ ہونے لگا۔۔۔ یہ لوکی اللہ نے ہمارے لیے محفوظ کر دی۔ لوکی کے کم و بیش ایک سو تیرا فوائد ہیں۔ چند کا تذکرہ کروں گی۔

**ہائی بلڈ پریشر:** اگر ہائی بلڈ پریشر ہو تو ایک کلو لوکی لے لیں جو سر لیں اس کا جوس نکالیں جتنا جوس ہو اس کو پیالی میں ڈالیں اور تین مرتبہ دن میں پی لی چند دنوں میں بلڈ پریشر ختم ہو جائے گا ہمیشہ لوکی کا جوس پیئیں بے شمار بیماریاں ختم ہوں گی۔ ایک خاتون جن کے سر میں شدید درد ہوتا ایسا درد جس سے دماغ کی نس پھٹنے کا اندیشہ ہوتا ہر ڈاکٹر کے پاس ہر شہر میں گئیں یہ خاتون جب ادویات پر ادویات کھاتی رہیں تو ان کے سر کا درد مزید بڑھ گیا۔ ان کو کسی نے بتایا کہ لوکی کا جوس نکال کر پیئیں گیارہ دن لوکی کا جوس پیاتو اس خاتون کا سر کا درد غائب ہو گیا۔ کبھی بھی اگر سر میں درد ہو تو لوکی کا جوس پیئیں سر درد کا خاتمہ ہو جائے گا۔ اگر کمر میں درد ہے تو بھی نسخہ اسی طرح استعمال کریں کمر کا درد ٹھیک ہو جائیگا۔ ایک خاتون

شیرا شمر لاہور

سرسوں کے تیل کی مالش کر کے سوئیں۔

## شدید گرمی سے بچنے کی سادہ مگر مؤثر تدبیریں

دوپہر اور رات کے کھانوں میں سبز چٹوں والی سبزیاں اور دالیں زیادہ استعمال کریں۔ کھانے کے ہمراہ انار دانہ پودینہ یا دھنیا کی چٹنی پیاز اور سلا بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ سوڈا واٹر چائے کافی، قہوہ وغیرہ سے حتیٰ الوسع پرہیز کریں تو آپ کی صحت کیلئے زیادہ بہتر ہوگا۔

کہ وہ سکون محسوس کرے۔ گھٹنے سے ٹخنے تک ٹانگوں کی ہلکی ہلکی مالش کرنی چاہیے۔ مریض کو وقفے وقفے سے نمک ملا پانی پلانا چاہیے۔

### سن سٹروک سے بچاؤ کی تدابیر

یہ عارضہ شدت کی دھوپ یا گرمی کے باعث لاحق ہوتا ہے۔ لوگنا جسم کے پیش کی باقاعدگی کے میکا کی نظام میں خلل کے باعث وقوع پذیر ہوتا ہے گرمی کا یہ دھکا بعض اوقات انتہائی خطرناک اور گھمبیر ثابت ہوتا ہے۔

علامات اچانک ظاہر ہوتی ہیں جو نبی جسم کا درجہ حرارت ڈرامائی انداز میں بڑھ جاتا ہے تو مریض فوراً نڈھال ہو جاتا ہے جلد گرم، سرخ اور عموماً خشک ہو جاتی ہے۔ جسم کا بڑھتا ہوا درجہ حرارت اعضائے ریئہ کیلئے خطرناک ثابت ہو سکتا ہے۔ مریض کے کپڑے اتار کر کسی ٹھنڈی جگہ افقی حالت میں لٹایا جائے۔ کمرہ ہوا دار ہو تو زیادہ بہتر ہے۔ مریض کو چٹ لٹا کر اس کی ٹھوڑی کو اونچا کر دینا چاہیے۔ مریض کو ٹھنڈک آہستہ آہستہ پہنچانی چاہیے۔ اس مقصد کیلئے بڑی احتیاط کے ساتھ ساری جلد کو پانی یا سپرٹ کے ساتھ گیلہ کر کے تیز پچکا لایا جائے۔ لوگنا ایک

جان لیوا اور مہلک عارضہ ہے جس میں بعض اوقات بے ہوشی طاری ہو جاتی ہے۔ اس حالت میں نمک ملا پانی منہ کے راستے اس وقت تک استعمال نہ کیا جائے جب تک مریض ہوش میں نہ آجائے۔ ورنہ پانی پچھچھڑوں کی نالی میں جانے کا خطرہ ہو سکتا ہے۔

اس ماہ میں لباس عام سوتی کپڑے کا پہنیں تاکہ بدن تک سورج کی شعاعیں پہنچنے میں مناسب رکاوٹ رہے۔ ویسے بھی اس قسم کے لباس میں آکر جسم ٹھنڈا رہتا ہے۔ بالکل باریک لمبل یا وائل کے کپڑے نقصان دہ ہوتے ہیں اور ریشمی کپڑے پہننا تو اپنے جسم پر ظلم کرنا ہے۔

رات کھلی ہوا میں پلنگ پر چھردانی لگا کر سوئیں تاکہ چھروں سے محفوظ رہ سکیں ورنہ ملیریا بخار کا خطرہ ہے جن لوگوں کے پاس چھردانی نہ ہو بدن کے کھلے حصوں پر چھس مار کر یم یا

ماہ مئی کی شروعات ہیں گرمی اپنے جون پر آنے والی ہے۔ گرم موسم اور آب و ہوا میں پسینہ تیزی سے خارج ہوتا ہے۔ سخت ترین گرم موسم میں جسمانی محنت و مشقت اور ورزش کے دوران جب پانی زیادہ مقدار میں پیا جائے تو پسینہ کی یہ مقدار بڑھ بھی جاتی ہے۔ یہ دیکھا گیا ہے کہ ابتداء میں پسینے کے ذریعے جسم سے نمکیات ضائع ہونے کی رفتار قدرے تیز ہوتی ہے۔ لیکن ایک ماہ بعد آب و ہوا سے موافقت ہو جانے پر نمکیات کے ضیاع کی رفتار یومیہ بہت کم رہ جاتی ہے۔

اس ماہ میں صبح کی ابتداء چائے کی بجائے کسی ٹھنڈے مشروب سے کرنی چاہیے جیسے شربت صندل، شربت کیوڑہ، شربت بزوری یا بادام سے تیار شدہ سردابی وغیرہ۔ ناشتہ میں مچھلی، گوشت اور انڈوں کی بجائے دودھ، دہی، مکھن اور لسی زیادہ مفید ہے۔

اسی طرح دوپہر اور رات کے کھانوں میں سبز چٹوں والی سبزیاں اور دالیں زیادہ استعمال کریں۔ کھانے کے ہمراہ انار دانہ پودینہ یا دھنیا کی چٹنی پیاز اور سلا بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ سوڈا واٹر چائے کافی، قہوہ وغیرہ سے حتیٰ الوسع پرہیز کریں تو آپ کی صحت کیلئے زیادہ بہتر ہوگا۔

### تمازت آفتاب سے دوسر

شدید گرمی یا جس میں بعض اوقات سرد ہونے لگتا ہے۔ تمازت آفتاب سے لاحق ہونے والا دوسر شدید اور چھن دار ہوتا ہے اس میں مریض بے چینی و بے قراری محسوس کرتا ہے۔ ایسی حالت میں نمک ملے پانی کا استعمال کرنا چاہیے۔ مریض کو ٹھنڈی اور تار یک جگہ رکھیں تاکہ اسے سکون حاصل ہو۔

### گرمی کے باعث نڈھال ہونا

زیادہ دیگر سخت دھوپ میں گھومنے پھرنے سے کئی لوگ نڈھال ہو جاتے ہیں۔ ایسی کیفیت میں مریض کی جلد زرد، ٹھنڈی اور نمدار ہو جاتی ہے۔ اہم علامات میں اسرار ذہنی پریشانی، کمزوری، سستی، سرچکنا، مدہوشی اور مختلف اعضاء کا تشنج اکڑاؤ شامل ہے۔ گرمی سے نڈھال مریض کو ٹھنڈی جگہ افقی حالت میں لٹائیں اور سراونچا رکھنا چاہیے

### ماہ مئی کی چند احتیاطی تدابیر

گرم موسم میں حسب ذیل احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں

☆ زیادہ دیر دھوپ میں پھرنے سے پرہیز کریں۔

☆ مناسب سوتی لباس زیب تن کیا جائے۔ گرمیوں میں سفید رنگ موزوں ہوتا ہے۔ سر اور گردن کو ڈھانپ کر رکھا جائے۔ لو کے موسم میں باریک کپڑے نہ پہنے جائیں۔

☆ گرم موسم میں کافی مقدار میں پانی اور نمک کا استعمال کرنا چاہیے۔ کسی دوسری جگہ نقل مکانی کی صورت میں آب و ہوا سے موافقت پیدا کرنے کا دورانیہ آہستہ آہستہ بڑھایا جائے۔

☆ سگریٹ، چائے، کافی اور الکحل کا استعمال ترک کر دیا جائے۔ دھوپ میں رنگ دار عینک، سر پر کپڑا یا چھتری استعمال میں لائی جائے۔ بچوں کو ٹنگے پاؤں باہر نہ جانے دیا جائے۔

☆ تمازت آفتاب کے اثرات سب سے زیادہ رخسار محسوس کرتے ہیں۔ لہذا سائیکل یا موٹر سائیکل پر سفر کرتے ہوئے رومال سے چہرے اور سر کو لپیٹ لیا جائے یہ لو سے بچنے کا ذریعہ ضرور ہے تاہم لو لگنے کے نقصانات بہر حال زیادہ ہیں۔

☆ گوشت، چکنائی اور گرم سبزیوں کا استعمال کم سے کم کیا جائے۔

☆ تربوز، آلو بخارا اور فالسہ جیسے پھل اور سردابی، لسی، ستوا و مشروبات کا استعمال باقاعدگی سے کیا جائے۔

☆ شربت بادام، شربت بزوری، شربت آلو بخارا، شربت مفرح، شربت فالسہ اور شربت انار ان تمام عوارضات میں مفید ہیں۔

### پرانابخار، معدے کی گرمی ٹائیفائیڈ کا علاج

پرانے بخار، معدے کی گرمی، معدے کا السر اور جن کو جھوک نہ لگتی ہو جس کو ہر سال ٹائیفائیڈ ہو یا ہر سہ پندرہ دن بعد بخار ہو یہ نسخہ ہمارا خاندانی آزمودہ ہے۔

نسخہ ہوائانی: آدھ پاؤ اجوائن پانی میں بھگو کر صبح گرانڈر میں پانی سمیت پیئیں کر کپڑے سے اچھی طرح چھان کر پانی نکالیں

انتہائی نکالیں کہ ڈیڑھ لیٹر والی بوتل بھر جائے اس میں ایک پاؤ شکر ملا کر فرنیج میں رکھیں اور صبح نہار منہ آدھ کپ استعمال کریں۔

محترم حکیم صاحب! میرا جسم بہت بھاری ہے آپ نے مجھے مونٹا پا کورس استعمال کرنے کیلئے کہا تھا۔ اس کا ایک فوری فائدہ یہ ہوا کہ جب میں چلتی تھی تو میری پسلی کے نیچے بہت درد ہوتا تھا وہ بالکل ختم ہو گیا ہے۔ اب بھی کھاری ہوں اور اس کا فائدہ محسوس ہو رہا ہے۔ (س۔ع، کامرہ انک)



فهرست ادویات بمعه نرخانه

ممبر شمار	نام ادویات	قیمت	ممبر شمار	نام ادویات	قیمت
1	آکنہ شفاء	70/-	36	شوگر کورس	800/-
2	اکسیر البدن	300/-	37	حاشقی گولیاں	1200/-
3	الرجی نزل کورس	600/-	38	طب نبوی حسن و جمال کریم	300/-
4	اصلاح معدہ پیکیج	440/-	39	طب نبوی میر آئل	300/-
5	السرکورس	400/-	40	طب نبوی انمول میر پاؤڈر	120/-
6	بو اسیر کورس	500/-	41	عروسی سہاگ کورس	5000/-
7	برص پیملسہری کورس	500/-	42	قناری گولیاں	200/-
8	بے اولادی کورس	2500/-	43	فنفس پیکیج	600/-
9	بے اولادی پاؤڈر	500/-	44	فنفس فولاد نانک	120/-
10	بہشتی تھوہ	120/-	45	کراماتی تیل	200/-
11	پیشاب کنٹرول کورس	400/-	46	کان شفاء	70/-
12	پتھری ڈائیالائسز کورس	800/-	47	کولیسٹرول سے نجات (کورس)	600/-
13	پوشیدہ کورس	600/-	48	کرنٹ ماش	500/-
14	ٹھنڈی مراد	120/-	49	کم ہوزوں اور بچوں کا درد کورس	800/-
15	ٹھنڈک پیکیج	500/-	50	گھیس بندھنی بتئیر کورس	600/-
16	جوہر شفاء مدینہ	150/-	51	گلگیاں رولیاں نیمہ سے نجات کورس	500/-
17	چلڈرن سیرپ	120/-	52	قدر دراز کورس	500/-
18	خون صفاء پاؤڈر	120/-	53	قبض کشا	120/-
19	خاتون شفاء (سیرپ)	120/-	54	معجون شفاء یابی	500/-
20	خون افزاء نانک	120/-	55	مرہم سکون	70/-
21	دلیسی کریم	500/-	56	موناپا کورس	600/-
22	دردی ہریل سیرپ	80/-	57	مشروب عبقری افزاء	180/-
23	دم والا شہد دوانی	900/-	58	مردی جو اہراتی	1100/-
24	ڈیپریشن پیکیج	490/-	59	معجون مراد	1100/-
25	روحانی چکی	20/-	60	نوجوانوں کے روگ کورس	700/-
26	روحانی عطر	240/-	61	ناک شفاء	100/-
27	روشن دماغ نانک	250/-	62	نشا ٹٹی گولیاں	1000/-
28	زغوانی نقرانی	2200/-	63	نوجوان شفاء	120/-
29	ستر شفا میں	250/-	64	ہیپاٹائٹس کورس	800/-
30	سکون افزاء شوگر فری سیرپ	120/-	65	ہارمونز شفاء	300/-
31	سچا پنجن	70/-	66	ہائی بلڈ پریشر کورس	600/-
32	سدا بہار حسن و خوبصورتی پیکیج	840/-	67	ہیپاٹائٹس نجات سیرپ	120/-
33	شفاء حیرت سیرپ	120/-	68	ہاضم خاص پاؤڈر	200/-
34	شہد ایک کلو گرام	600/-	69	یورک ایڈنجات کورس	600/-
35	شہد 330 گرام	200/-			

ج ک کل کا غذا و دیگر سامان طباعت کی گرانی کی وجہ سے کتابوں کی قیمتیں تبدیل ہوتی رہتی ہیں۔  
لے لے ترسیل کے وقت جو قیمت ہوگی اسی کا اعتبار ہوگا، اس سلسلے میں ادارہ برا اعتماد فرمائیں۔

کراچی کیلئے پرمسرت اعلان

20 جنوری 2014 بروز اتوار کو کراچی میں حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم پر کراچی میں ہر تین ماہ میں ایک مرتبہ کراچی میں جو حضرات درس کروانے کے وغیرہ کا انتظام کریں جہاں مرد و خواتین کا رانسپورٹ آسانی سے میسر ہوا اپنے مکمل 0343 صرف میج کریں۔

[illegible]

# رمضان المبارک کا خاص نمبر پڑھنا نہ بھولیں!

رمضان کی آمد آمد ہے۔ رحمتوں کی برسات، نیکیوں کی بہار، ایمان و یقین اور اللہ کے خزانوں سے جھولیاں بھرنے، جنت کی بنگلہ کروانے اور جہنم سے چھٹکارے کیلئے اللہ کریم ایک بار پھر رمضان کی صورت میں موقع دے رہے ہیں۔ رمضان کا مہینہ جب بھی آتا ہے ایمان والوں پر بہار آجاتی ہے اور ان کے چہرے رحمت الہی سے کھل اٹھتے ہیں۔ ماہنامہ عبقری کا ہمیشہ سے یہ منشور رہا ہے کہ امت محمدیہ ﷺ کو فلاح، سہولت، بیماریوں اور دکھوں سے نجات اور دنیا و آخرت کا سکون و راحت کے نبوی پیکیج پیش کیے جائیں۔ ماہنامہ عبقری کی پسندیدگی اور مقبولیت کی وجہ بھی یہی ہے کہ اس میں بخل شکنی کی جاتی ہے اور ہر وہ چیز دینے کی کوشش کی جاتی ہے جس سے کسی کا بھلا ہو۔ خصوصاً رمضان المبارک کے ہر سال کے شمارے کو قارئین بے پناہ پسند کرتے ہیں اس میں موجود آزمودہ طبی اور روحانی ٹونکوں اور مجربات سے جسمانی اور ایمانی صحت پاتے ہیں۔ بلاشبہ ہر رمضان کا خاص نمبر منفرد اور پہلے سے زیادہ بہترین ہوتا ہے اسی وجہ سے معمول کی اشاعت سے کہیں زیادہ شائع کیا جاتا ہے۔ جون 2014ء کا شمارہ رمضان کے بہترین ٹونکوں، گرمی اور لو میں روزے کی شدت سے بچاؤ اور نجات کیلئے آزمودہ طبی تحریریں اور ایسے روحانی اجرو ثواب سے بھرپور اور اولیاء و صالحین سے منقول شدہ روحانی و اصلاحی تحریریں جو روح کو غلاتوں اور کٹافوں سے پاک کر کے ایمانی تازگی عطا کریں۔ تحریروں کا ایسا حسین مجموعہ جو گھر بھر کی روحانی و جسمانی صحت کے ساتھ امن و سکون اور معرفت الہی کا ذریعہ بھی بنے گا۔ انشاء اللہ یہ شمارہ بھی پہلے کی طرح آپ کی امیدوں سے بڑھ کر ہوگا اور تسکین قلب کا ذریعہ بنے گا۔ خود بھی پڑھیں اور دوست احباب کو بھی گفٹ کریں۔ رمضان میں جب ایک عمل کا ثواب ستر گنا اور اس سے بھی زیادہ کر دیا جاتا ہے، ماہنامہ عبقری سے بڑا روحانی اور جسمانی تحفہ دوسروں کیلئے اور کوئی نہیں ہو سکتا۔ بہترین صدقہ جاریہ بھی اور معاشرے میں امن و سکون کی شمع روشن کرنے میں آپ کا حصہ بھی۔ یقیناً آپ کے تحفے کی پذیرائی کی جائے گی۔ ابھی سے اپنی ڈیمانڈ سے مطلع کریں۔

## رمضان المبارک کے روحانی و جسمانی ٹونکے

رمضان الکریم کی مبارک ساعتیں۔۔۔ نور کی بارشیں۔۔۔ اعمال صالحہ کی بہاریں اور سعادت کے دن رحمتوں کی راتیں۔۔۔! سب سے بڑھ کر جسمانی و روحانی زنجیروں میں جکڑے سرکش شیاطین و جنات کی چنجی، چنگھاڑتی آہیں۔۔۔! جی ہاں! ایک ایسے ہی موقع پر عبقری کی نئی شاندار پیش کش ”رمضان المبارک کے روحانی و جسمانی ٹونکے“ اس کتاب میں بیک وقت مولف دامت برکاتہم العالی نے کئی نئے اہم موضوعات کو یکجا کیا ہے۔ اس ماہ مبارک کے فضائل بھی بیان کئے ہیں تاکہ روزہ دار مکمل اخلاص قلبی کے ساتھ اس ماہ مبارک سے بھرپور فائدہ اٹھا سکے اور صرف یہی نہیں بلکہ مقام ولایت کے متلاشی اور اللہ تعالیٰ کے قرب کی خواہش رکھنے والوں کیلئے اولیاء کرام اور رجال و الغیب سے منقول ایسے اعمال اور ایسی عبادات کا بھی تذکرہ ہے۔ جس کے ذریعے آپ روح کی دنیا کے سکندر اعظم بن جائیں۔ چند اہم عنوانات ملاحظہ ہوں۔ ☆ سعادت کے دن عبادت کی راتیں ☆ رمضان کی مشقت اور انعام ☆ ہر حاجت کیلئے آزمودہ لیلۃ القدر کا عمل ☆ اولیاء اللہ کا رمضان ☆ برکت والی تھیلی کا عمل ☆ تین سکنینڈ میں 14 کروڑ نیکیاں ☆ روزے کے فضائل اور مزدوری ☆ جادو بندش کا توڑ۔ اگر آپ چاہتے ہیں رمضان المبارک کا ایک ایک پل اور ہر ہر لمحہ کو قیمتی بنالیں تو یہ کتاب آپ کیلئے مددگار ثابت ہوگی۔ انشاء اللہ۔ رمضان الکریم کے مبارک مہینے کی وجہ سے یہ کتاب 50% ڈسکاؤنٹ پر دستیاب ہے۔ (صرف دفتر عبقری لاہور)

حضرت حکیم صاحب کی آمد (صرف درس)

قرب الہی، عشق مصطفیٰ ﷺ، روحانی ترقی، گھریلو الجھنیں، جادو و جنات، بندشوں اور الجھے حالات کے موضوعات پر ان شاء اللہ درج ذیل ترتیب پر درس ہو گئے۔ حضرت حکیم صاحب حیرت انگیز و طائفہ انوکھے روحانی بیدوں کا انکشاف کریں گے۔ کاپی قلم ہمراہ لانا نہ بھولیں۔ انفرادی ملاقات سے پیشگی معذرت۔۔۔!!!

ایبٹ آباد: 20 جون بروز جمعہ المبارک صبح 9 بجے 0300-2753463

مانسہرہ: 20 جون بروز جمعہ المبارک بعد نماز مغرب 0300-2753463

قیمت۔ 200/- روپے علاوہ ڈاک خرچ۔

اپنی لسوں کے تحفظ، مشکلات سے بچنے، گھر کیلوا، جھنوں سے غلبہ، روحانی اور طبی فوری امداد کیلئے عبقری کی پرانی فائیلیں پڑھیں اور گفٹ کریں۔



# موسم گرما کے امراض کا "طبی باکس" کیا آپ کے گھر میں ہے؟

گرمیوں کی چھٹیوں میں بچوں کے ساتھ ملک بھر کا یا پہاڑی علاقوں کا سفر اس باکس کے بغیر نہ کریں۔

کیونکہ بیماری اور صحت زندگی کے ساتھ ساتھ چلتی ہے گھر میں کوئی فرد بھی بیمار ہو آپ کسی معالج کی مہنگی دوائیں اور اپنی پہنچ سے باہر ٹیسٹوں میں کیوں پریشان ہوتے ہیں۔ عبقری دوا خانہ کی لاکھوں انسانوں پر آزمودہ ادویات بھروسے اور اعتماد سے استعمال کریں۔ یہ طبی باکس آپ کے گھر بھر میں ہونا ضروری ہے۔ موسم گرما کے امراض مثلاً ہیضہ، ابکائی، الٹی، موئن، دست، بخار، گرمی کا نزلہ اور فلو، لو لگنا، سن سٹروک، بدن پر چھالے، پھوڑے، پھنسی، خارش، الرجی، معدہ کی گیس، تبخیر بادی، گرمی اور لو سے جھلس جانا، پیشاب اور مثانے کی جلن، خواتین اور مردوں میں گرمی سے پیدا ہونے والے پوشیدہ امراض اسی طرح گرمی کے موسم میں بچوں، عورتوں، مردوں اور بوڑھوں کی تمام بیماریوں کیلئے ایک "طبی باکس" ہر گھر میں موجود ہونا ضروری ہے جو آپ کو بے شمار بیماریوں سے محفوظ رکھتا ہے۔ **ٹھنڈی مراد** **ستر شنائیں، مشروب عبقری، خون صفا، مرہم سکون، جوہر شفاء، مدینہ پیپا ٹائٹس نجات سیرپ**۔ یہ وہ ادویات ہیں جو آپ کی موسم گرما میں ہر قدم قدم پر ہمد اور سائھی ہیں اور ایک کامیاب معالج کا ساتھ دیں گی۔ ادھر خدا خواستہ کوئی تکلیف ہوئی بس طبی باکس کھولا اور لکھی ترکیب کے مطابق دوائی دی، فوراً طبیعت بحال، صحت تندرستی اور جسم فٹ۔ نوٹ: رمضان المبارک میں گرمی کے روزے طبی باکس کے ساتھ آپ کو سدا بہار اور مطمئن رکھیں گے۔

042-37425801

042-37425802

042-37425803

0332-7552384

دفتر ماہنامہ عبقری کے ٹیلی فون نمبرز

تبدیل ہو گئے ہیں۔ آئندہ ان نمبروں

پر رابطہ کیجئے۔ شکریہ!

عبقری براہ راست لاہور سے پائیں:

طبی

باکس کے ساتھ آپ کو سدا بہار

اور مطمئن رکھیں گے۔

خون صفا: خون کی خرابی سے پیدا ہونے والی ہر قسم کی بیماری کا شافی اور آسان علاج، نگرہی نگرہی بے داغ جلد کیلئے

صرف علماء اور قراء حضرات کیلئے

صبح 7 بجے 15 جون بڑا بازار (عوام الناس کا اجازت نہیں)

روحانی کلاس



3 6 7

نوجوان شفاء: نایاب قیمتی جڑی بوٹیوں کے قدرتی تھیمس کا انمول خزانہ نوجوانوں کی تمام پوشیدہ بیماریوں کیلئے کامیاب دوا۔