

ناممکن روحانی مشکلات لا علاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

41 ماہنامہ
عبقری®
نومبر 2009 بمطابق ذوالقعدة 1430 ہجری
بازوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

- * نومبر میں تندرست رہنے کے سنہری اصول
- * قرآنی آیت سے ضدی مشکلات سے چھٹکارا
- * جلد کے چار دشمن..... ہوشیار رہیں
- * شاہ قطب الدین گوالیاریؒ کے وظائف
- * پیٹ کے کینسر کا تیر بہدف علاج
- * درود شریف سے دنیا و آخرت سنواریں
- * اجوائن... درجنوں بیماریوں کا علاج
- * سنت کی توہین سے گھرا جڑ گیا
- * پاؤں دھوئیں ٹینشن سے نجات پائیں
- * اللہ کے واسطے خط کا جواب دیجئے گا
- * سکھ حکیم کا نایاب طبی اور سائنسی تحفہ
- * ذی الحجہ میں حصولِ ولایت کی کوشش
- * خوش و خرم خاندانوں کی نمایاں خوبیاں

فہرست مضامین

صفحہ نمبر	عنوان	صفحہ نمبر	عنوان
(26)	ترب کریم کی پیاسی مرگی	(2)	لاعلاج مریضوں کے کان میں پڑھیں حال دل
(27)	نفسانی خواہش سے بچنے کا انعام	(3)	درسی ہدایت
(28)	طعنہ مذاق اور مکافات عمل	(4)	سوفیہ کا میاب روحانی مجید
(29)	قارئین کے سوال قارئین کے جواب	(5)	بچوں کو لوری سنائیں صحت مندی کیلئے
(30)	آپ کا خواب اور تعبیر	(6)	قرآنی آیت سے ضدی مشکلات سے چھٹکارا
(31)	سنت کی توہین سے گھرا جڑ گیا	(7)	نفسانی مریض اور جناتی روگ
(32)	پاؤں دھوئیں ٹینشن سے نجات پائیں	(8)	نومبر میں تندرست رہنے کے سنہری اصول
(33)	سبزیاں..... جو آپ کو کینسر سے بچاتی ہیں	(9)	ذی الحجہ میں حصول ولایت کی کوشش
(34)	قارئین کی خصوصی تحریریں	(10)	شاہ قطب الدین گوالیار کی کے وظائف
(36)	اجوائن... درجنوں بیماریوں کا علاج	(11)	گنٹا..... پودوں کی سلطنت کا ایک اہم رکن
(37)	نعتوں کی قدر روانی کا احساس	(12)	طبی مشورے
(38)	جنات کا پیدائشی دوست	(14)	جلد کے چاروشن..... ہوشیار رہیں
(39)	بچوں کے انوکھے راز پائیں	(15)	غماز مبرا اور صدقہ کی کرامات
(40)	اللہ کے واسطے خط کا جواب دیجئے گا	(16)	نوجوانوں کے جنسی روگ کیوں بڑھے
(41)	سبزیاں اور پھل فائدے سے بچاتے ہیں	(17)	خواتین پوچھتی ہیں؟
(42)	راز کو امانت بنانے کا شرہ	(18)	خوش و خرم خاندانوں کی نمایاں خوبیاں
(43)	ورزش سے دن کا آغاز کیجئے	(19)	درد و شریف سے دنیا و آخرت سنواریں
(44)	ایڈیٹر کی ڈاک	(20)	روحانی بیماریوں کا روحانی علاج
(45)	حروف مقطعات کے ہوشربا کمالات	(22)	پیٹ کے کینسر کا تیر بہدف علاج
(46)	عبادات کا گاہوں کے سائنسی فائدے	(23)	سکھ حکیم کا نایاب طبی اور سائنسی تحفہ
(47)	ماپوں اور علاج مریضوں کیلئے	(24)	نفسانی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ قیمتی علاج
	آزمودہ اور پراثر دوائیں	(25)	ناموں کے عدد دکھانے اور مشکل ٹالنے

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ از رسالہ ختم ہونے کی اطلاع

ضروری اطلاع: حکیم صاحب سے ملاقات کیلئے آنے سے پہلے فون نمبر 042-37552384

یا موبائل نمبر 0322-4688313 پر وقت لیکر آئیں (وقت لینے کیلئے صبح دس بجے سے دوپہر بارہ بجے تک رابطہ کریں) ☆ حکیم صاحب صرف (پیر، منگل، بدھ، جمعرات) کو ملاقات کرتے ہیں۔ موسم سرما میں کلینک کے اوقات دوپہر اور موسم گرما میں تین بجے شروع ہوتے ہیں۔ ☆ روزانہ صرف تیس لوگوں سے ملاقات ہوگی۔ بغیر وقت لیے آنے والے حضرات سے معذرت ہے، بحث سے گریز کریں۔ ☆ یہ شیڈول اندرون اور بیرون شہر سے آنے والے تمام ملاقاتی حضرات کیلئے ہے۔ ☆ وقت پر نہ آنے والے حضرات کی باری کینسل ہو جائیگی۔ ☆ یہ شیڈول روحانی و جسمانی مسائل میں مبتلا افراد کے علاوہ تمام ملاقاتیوں کیلئے بھی ہے۔

کراچی اور راولپنڈی میں ادویات: حکیم صاحب کی تمام ادویات کراچی اور راولپنڈی سے بھی حاصل کر سکتے ہیں۔ رابطہ کیلئے موبائل نمبر: کراچی کیلئے رابطہ: 0300-3218560 راولپنڈی کیلئے رابطہ: 0333-5648351/051-5539815

عَبْقَرِي حَسَانٍ فِي أَيَّ الْآءِ رَبِّكُمَا تَكْذِبُنِ ۝ القرآن

حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوب، جناب حکیم محمد رمضان چغتائی

شاخ اللہ رب حضرت مولانا محمد عبداللہ اہلسنی، مولانا محمد سلیمان صدیقی مدظلہ (بہکت)

شمارہ نمبر 5 جلد نمبر 4 نومبر 2009ء برطانیہ ذیقعد 1430 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

عبقری

ماہنامہ

لاہور

نومبر

2009ء

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

بی۔ ایچ۔ ڈی (امریکہ)

مشاورت حکیم محمد خالد محمود چغتائی، قتل الہی شمس، حاجی میاں محمد طارق

قیمت فی شمارہ 30 روپے اندرون ملک سالانہ 360 روپے
بیرون ملک سالانہ 60 امریکی ڈالر

ٹھہریے پہلے اسے پڑھیے: اگر آپ "ماہنامہ" عبقری کا اجراء کروانا چاہتے ہیں تو اس کا رسالہ 360/- روپے ہے۔ اور ہر سالہ کے بیرونی لفافہ پر خریداری نمبر اور مدت خریداری کا اندراج ہوتا ہے اگر رسالہ ختم ہو چکا ہے تو ابھی 360/- روپے منی آرڈر کریں۔ یا فون (042-37552384) پر رابطہ کریں۔ رسالہ نہ ملنے کی صورت میں خریداری نمبر ضرور بتائیں تاکہ آپ کو مکمل معلومات دی جاسکیں۔ اور منی آرڈر کرتے وقت اپنا پتہ اردو میں، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔ جواب طلب امور کے لیے جوابی لفافہ آنا ضروری ہے ورنہ معذرت۔ ہر ماہ پوری فکر کے ساتھ آخری تاریخوں 26 تا 28 میں رسالہ خریداروں کے نام روانہ کر دیا جاتا ہے۔ تاکہ کم سے قبل آپ کو رسالہ مل جائے اسکے باوجود رسالہ محکمہ ڈاک کی غفلت کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں گزارش ہے کہ قارئین! چار پانچ روز انتظار کر لیا کریں۔ کیونکہ بعض دفعہ ٹھیک دوسرے دن یا پھر کئی روز تک پہنچ پاتا ہے اور بار بار ایسا اتفاق بھی ہوا ہے کہ یہ اطلاع دی گئی کہ رسالہ بروقت پہنچ گیا تھا لیکن کوئی اور صاحب پڑھنے کے لیے لے گئے تھے۔ اس لیے پوری تحقیق اور کم از کم ایک ہفتہ کے بعد بھی نہ ملے تو اطلاع کریں۔ آئندہ ماہ پیکل ڈاک سے رسالہ روانہ کیا جائیگا۔ اور یہ بھی خیال میں رہے کہ ادارہ کے ذمہ پوری فکر کے ساتھ رسالہ ڈاک خانہ کے حوالے کر دینا ہے نہ آپ کے ہاتھوں میں پہنچانا ہے۔ اس لیے ان وجوہات کی بنا پر اپنے قارئین کو اس طرف متوجہ کر رہے ہیں آپ اپنے اخبار فروش یا قریبی بک شال سے طلب کریں اور اگر وہ نفی میں جواب دیں تو اسکو پیار محبت سے ترغیب دیں کہ یہ ایک روحانی رسالہ ہے اس کو چلانے میں دین و دنیا کا فائدہ ہوگا اور اس کو تعاون کی یقین دہانی کرائیں اس طرح یہ رسالہ تھوڑی سی کاوش سے گھر گھر پہنچ سکتا ہے۔ تقسیم اور ایصال ثواب کے لیے خصوصی رعایت۔

نقشہ مزنگ چوگی چوک (قرطبہ چوک نزد عابد مارکیٹ) میں گوگا نیلام

گھر اور سابقہ یونائیٹڈ بیکری کے ساتھ گلی کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے

دفتر ماہنامہ "عبقری" مرکز روحانیت وامن 78/3 مزنگ چوگی، قرطبہ چوک، سابقہ یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ جیل روڈ لاہور

0322-4688313 ، 042-37552384

Website: www.ubqari.org
E-mail: ubqari@hotmail.com

معلقہ نوٹ: ہر ماہ نمبر 5 جلد نمبر 4 نومبر 2009ء برطانیہ ذیقعد 1430 ہجری

لا علاج مریضوں کے کان میں پڑھیں

حضرت بغویؒ اور حضرت نقابیؒ نے حضرت عبداللہ بن مسعودؓ سے روایت کیا ہے کہ ان کا گزر ایک ایسے بیمار کے پاس سے ہوا جو سخت امراض میں مبتلا تھا، حضرت عبداللہ بن مسعودؓ نے اس کے کان میں سورہ مومنون کی درج ذیل آیتیں پڑھیں، وہ اسی وقت اچھا ہو گیا۔

أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ ۝ فَتَعَلَىٰ اللَّهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ ۝ وَمَنْ يَدْعُ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا آخَرَ لَا بُرْهَانَ لَهُ بِهِ فَإِنَّهُ لَا يَفْلِحُ الْكَافِرُونَ ۝ وَقُلْ رَبِّ اغْفِرْ وَارْحَمْ وَأَنْتَ خَيْرُ الرَّحِيمِينَ ۝ (سورہ المومنون: آیت ۱۱۸ تا ۱۲۰)

ترجمہ:- ”ہاں تو کیا تم نے یہ خیال کیا تھا کہ ہم نے تم کو یوں ہی مہمل پیدا کر دیا ہے؟ اور تم ہمارے پاس لوٹ کر نہ آؤ گے؟ سو اللہ تعالیٰ بہت ہی عالی شان ہے جو حقیقی بادشاہ ہے۔ اس کے سوا کوئی بھی لائق عبادت نہیں (اور وہ) عرش عظیم کا مالک ہے اور جو شخص اللہ تعالیٰ کے ساتھ کسی اور معبود کی عبادت کرے کہ جس (کے معبود ہونے) پر اس کے پاس کوئی دلیل نہیں، سو اس کا حساب اس کے رب کے یہاں ہوگا، بے شک کافروں کا بھلا نہ ہوگا اور آپ یوں کہا کریں: اے میرے رب! (میری خطائیں) معاف فرما! اور مجھ پر رحم فرما! اور تو سب رحم کرنے والوں سے بڑھ کر رحم کرنے والا ہے۔“

رسول اللہؐ نے حضرت عبداللہ بن مسعودؓ سے دریافت کیا کہ آپ نے اس کے کان میں کیا پڑھا تھا؟ عبداللہ بن مسعودؓ نے عرض کیا یہ آیتیں پڑھی تھیں۔ رسول اللہؐ نے فرمایا کہ: قسم ہے اس ذات کی جس کے قبضہ میں میری جان ہے اگر کوئی آدمی جو یقین رکھنے والا ہو یہ آیتیں پہاڑ پر پڑھ دے تو پہاڑ اپنی جگہ سے ہٹ سکتا ہے۔

ایڈیٹر کے قلم سے

حال دل

جو میں نے دیکھا، سنا اور سوچا

مرنے کے بعد کیا ہوگا

ضمیر صاحب میرے دوست ہیں اور نیک اور متقی آدمی ہیں، کہنے لگے کہ گوجرانوالہ سے لاہور آنا تھا اور کوئی گاڑی نہیں مل رہی تھی۔ ایک ایسبویلنس آ رہی تھی اس کو اشارہ کیا اور وہ رُک گئی۔ لاہور تک اُجرت کے ساتھ لے آئی۔ دوران سفر ڈرائیور سے گفتگو ہوئی تو وہ بتانے لگا کہ عرصہ دراز کے تجربات کے بعد ہمیں محسوس ہو جاتا ہے کہ میتِ ثواب والی ہے یا عذاب والی۔ وہ ایسے کہ اگر میتِ ثواب والی ہو تو گاڑی خوب دوڑتی ہے کسی قسم کی کوئی رکاوٹ نہیں ہوتی ورنہ تو ایسے محسوس ہوتا ہے کہ گاڑی چل رہی ہے۔ قدم قدم رکاوٹیں پڑتی ہیں۔ بعض میتیں ایسی ہوتی ہیں کہ اٹھائے نہیں اٹھتیں بلکہ ایک خاتون کی میت کو اٹھانے کیلئے آٹھ آدمی ملے اور بڑی مشکل سے میت اٹھائی گئی۔ خود بندہ کی ساس صاحبہ نے بھی بتایا کہ ایک لڑکی جس نے خودکشی کی تھی اس کو نہلانے کیلئے کئی عورتوں اور قریبی مردوں نے چار پائی سے اٹھایا۔ خود بندہ کو کئی ایسبویلنس والوں نے بتایا کہ انہیں بے شمار تجربات ہو جاتے ہیں کہ یہ میت ہلکی ہے یا بھاری یعنی مقہود ہے یا مغفور۔ آپ کبھی قبر کھودنے والوں سے پوچھیں اور ان کے تجربات، مشاہدات سنیں حیران کن ہوتے ہیں کہ واقعی یہ انوکھی دنیا ہے۔ یہ ایک حقیقت ہے اور ایسی حقیقت ہے کہ جس سے انکار نہیں۔ قارئین مجھ سے وعدہ کریں کہ وہ قبرستان ضرور جایا کریں۔ وہاں قبروں کے حالات اور قبر کے اندر کے حالات گورکن سے پوچھا کریں۔ میں نے ایک گورکن سے پوچھا کہ آپ پہلے آدمی آئے ہیں ورنہ لوگ ہمارے پاس مردوں کی ہڈیاں قبر کی مٹی یا کفن کا ٹکڑاٹو نے جادو کیلئے لینے آتے ہیں۔ موت کے بعد کیا گزرتی ہے وہ تو کوئی پوچھنے نہیں آتا۔

ہفتہ وار درس سے اقتباس

حکیم مہاراج محمود مجبوبی چغتائی

درس ہدایت

جب تم اللہ کے تعلق سے منہ موڑو گے کائنات کی کوئی دوائی، کائنات کا کوئی طریقہ، کائنات کی کوئی جڑی بوٹی تمہیں کوئی فائدہ نہیں دے گی

میرے محترم دوستو! عجیب واقعہ سنیں! میرے ایک جاننے والے نے مٹھائی کی بہت بڑی دوکان کھولی، کاروبار کی طرف تو بہت توجہ دی مگر نماز، اعمال، تسبیحات، حلال حرام کا کبھی غم نہیں کیا۔ پھر انہوں نے شادی کی، اولاد ہوئی، ان کو تعلیم دلائی، تربیت کی اور ان کو دنیا کی ہر چیز دی۔ کبھی کچھ کرایا مگر انہوں نے ان کو ایمان نہیں سکھایا، ان کو اللہ کا تعلق نہیں سکھایا، ان کی آخرت نہیں سنواری۔ میں نے ایمان اور اعمال کی زندگی کو چھوڑ کے مال کمایا تھا۔ پھر کہنے لگے کہ سارے بیٹوں نے مل کر مجھے مارا گھر سے نکال دیا۔ پھر میں نے مقدمہ کیا عدالت میں گیا۔ پانچایت میں بیٹھ کے فیصلہ کیا۔ اب میرے بچے مجھے تھوڑا دودھ دے دیتے ہیں یادیں، میں روپے روزانہ دیتے ہیں اور ایک پرانی بوسیدہ کوٹھڑی جہاں کتاباں بندھتے تھے وہ مجھے دی ہے۔ میں وہاں زندگی کے دن رات گزار رہا ہوں، مجھ سے کہنے لگے ایمان اور اعمال کی زندگی کا ہمیشہ خیال کرنا۔ میں مثال دیا کرتا ہوں کہ اکثر دیہات میں اگر گاؤں کے چوہدری کو وٹ نہ دیے جائیں یا ایکشن میں اس کی مخالفت کی جائے تو وہ کسی نہ کسی کیس میں پھنسائے رکھتا ہے۔ چین سے نہیں بیٹھنے دے گا۔ یاد رکھیں کہ ساری کائنات کا مالک ساری کائنات کا بزرگ العالمین جو اس کے ساتھ بنا کے نہیں رکھے گا کیا وہ چین سے بیٹھے گا؟ سکون سے رہے گا؟ کیسے رہ سکتا ہے۔ پھر فرمایا کہ چیزیں تو ہوں گی مگر اللہ ان کے اندر سے آرام چھین لے گا۔ آپ ذرا سوچیں تو سہی جن لوگوں نے آسائش اور آرام کی چیزیں بنائی ہیں کہ ایک ٹن دبانے سے سارے کا سارا نظام جو پہلے محنت کرنے سے ہوتا تھا، ہو جاتا ہے۔ جاپان والے، یورپ والے آخر خود کشی کیوں کرتے ہیں؟ جنہوں نے اتنی سہولت کی چیزیں بنائی ہیں آخر کس بات سے پریشان ہیں؟ اصل میں اندر کا سکون لٹ چکا ہے۔ میرے محترم دوستو! اب تو ماہر نفسیات اور بڑے بڑے ڈاکٹر بھی کہتے ہیں کہ کچھ وقت ذکر کو دو۔ ایک دن ایک ماہر نفسیات کا میرے پاس خط آیا۔ اس کے پاس امریکہ سے لی ہوئی ڈگریاں تھیں مگر اندر کا سکون نہیں تھا اس نے لکھا کہ جب تم اللہ کے تعلق سے منہ

موڑو گے تو کائنات کی کوئی دوائی، کائنات کا کوئی طریقہ، کائنات کی کوئی جڑی بوٹی تمہیں کوئی فائدہ نہیں دے گی۔ فائدہ تو اللہ کے نام میں ہے۔ ہاں یہ چیزیں اختیار کرنی ہیں تو تدبیر کے طور پر اصل تو مسبب الاسباب اللہ ہے۔ اللہ چاہے گا تو چین دے گا، اللہ چاہے گا چین واپس لے لے گا۔ میرے محترم دوستو! ہر لمحہ، ہر ساعت، ہر گھڑی صرف اللہ جل شانہ کے تعلق کو حاصل کریں۔ بیٹھ بیٹھ کر اپنا حساب کیا کریں کہ تو آخرت کیلئے کتنا کارہا ہے؟ تیری زندگی کے باقی دن کتنے رہ گئے ہیں؟ مجھ سے ایک صاحب کہنے لگے کہ پچاس سال کے بعد بونس کی زندگی ہے۔ میرے دوستو! پچاس سال بھی کہاں!! اس امت کی عمریں تھوڑی ہیں۔ میرے دوستو! دنیا کی محنت کرتے کرتے کہیں آخرت کی محنت کو نہ بھول جانا۔ آخرت کی تیاری اللہ کے ساتھ ملنا اور آخرت کیلئے محنت کرنا اور قربانی کرنا۔ آپ یقین جانے دنیا کی محنت کو ہم کس سلیقے سے کرتے ہیں۔ پھل والا اپنے پھلوں کو کس سلیقے سے سجا کے رکھتا ہے، مٹھائی والا، منیاری والا، کپڑے والا اپنی چیزوں کو کس سلیقے سے رکھتا ہے، اخبار والا اخبارات کس سلیقے سے سجا کے رکھتا ہے۔ ہم اپنی عبادتوں کو کیسے سجاتے ہیں؟ ہماری عبادتوں کا ظاہر شاندار ہو، ہماری عبادتوں کا باطن جاندار ہو۔ اللہ کے سامنے انہیں سجا کے پیش کر لیکن ہم اپنے گلے سے اتارتے ہیں۔ میں اپنا موازنہ کروں اور آپ اپنا موازنہ کریں۔ اندر کا دھیان کیسا ہوتا ہے؟ باہر کی کیفیت کیسی ہوتی ہے؟ ششے کے سامنے کتنا وقت دیتے ہیں اور مصلے پہ کتنا وقت دیتے ہیں۔ دنیا والوں سے باتیں کرنے میں کتنا وقت دیتے ہیں؟ اخبار کو کتنا وقت دیتے ہیں اور قرآن کو کتنا وقت دیتے ہیں اور بتائیں اللہ سے باتیں کرنے میں کتنا وقت دیتے ہیں؟ نماز کے اندر تسبیحات کے اندر تلاوت کے اندر کتنا وقت دیتے ہیں۔ ٹھنڈے دل سے بیٹھ کے موازنہ کریں۔ ساری دنیا کی زبانیں بند ہو جائیں گی۔ داستانیں ختم ہو جائیں گی، کوئی یاد ہی نہیں کرے گا۔ اس لئے میرے دوستو! اس دنیا میں جتنا رہتا ہے اس کی تیاری اتنی کریں۔ آخرت میں جتنا

رہتا ہے اس کی تیاری اتنی کریں۔ موت حقیقت، آخرت حقیقت، اللہ جل شانہ کے سامنے حاضری حقیقت۔ یہ ساری کائنات حقائق ہیں، خدا کو نہ ماننے والے ملیں گے، سرور کو نہیں، خدا کو نہ ماننے والے ملیں گے، کبھی موت کو نہ ماننے والا نہیں ملے گا۔ یہ ساری حقیقتیں ہیں۔ میرے دوستو! سچی حقیقتیں ہیں۔ اگر کوئی نہ مانے تو تلخ حقیقتیں ہیں لیکن حقیقتیں ہیں۔ بیٹھ کے اپنا موازنہ کیا کریں کہ میری تسبیحات ہو رہی ہیں، اللہ کا نام میری زبان پہ ہے یا نہیں ہے۔ سوچیں تو اگر اللہ صحت چھین لے اور بستر پر لٹا دے۔ وہ قادر ہے، پل بھر میں کر سکتا ہے، کسی اور پریشانی میں ڈال دے وہ پل بھر میں کر سکتا ہے۔ ارے دوستو! جس رب نے ساری نعمتیں دی ہیں اس رب کیلئے بھی کوئی وقت ہے۔ ایک سخی زمیندار تھا، غریب آدمی اس کے پاس گیا اور کہنے لگا کہ دودھ تو دے دے۔ زمیندار موج میں کھڑا تھا کہنے لگا یہ بھی نہیں ہے اور ساتھ اس کا بچہ ہے بہت زیادہ دودھ دیتی ہے لے جاؤ مفت میں، اس نے کہا تیرا بھلا ہو میرے پاس گھاس بھوسہ کہاں سے آیا؟ کہنے لگا مجھ سے لے لیا کر۔ تیرے بچے پیئیں گے تو میرے لئے دعا کیا کرنا۔ خوش خوش بھیئیں لیے جا رہا تھا کہ اس زمیندار نے پیچھے سے بلایا اور کہنے لگا دیکھ بات سن میرا فلاں رشتہ دار تیرے گھر کے قریب رہتا ہے بڑا غریب ہے ایک پاؤ دودھ روز اس کو دے دیا کرنا اب یہ غریب آدمی فوراً کہتا ہے کہ میں اس کو ایک پاؤ دودھ تو نہیں دوں گا۔ بھیئیں کا سارا دودھ خود پیوں گا۔ زمیندار حیران ہوتا ہے کہ ابھی میں بھیئیں دے رہا ہوں بھوسہ دے رہا ہوں گھاس دے رہا ہوں اور یہ ایک پاؤ دودھ بھی نہیں دے سکتا۔ کہنے لگا میں تو نہیں دوں گا۔ ہے نا عجیب بات۔ (جاری ہے)

اسم اعظم کی روحانی محفل:

آئندہ درس ہدایت منگل کے بجائے جمعرات کو ہوا کرے گا لہذا (مرد و خواتین) جمعرات کو ہی تشریف لائیں۔ نماز مغرب کے بعد ”مرکز روحانیت دامن“ میں حکیم صاحب کا درس مسنون اور شرعی ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور دعا کی روحانی محفل ہوتی ہے۔ اس میں اپنی روحانی ترقی اور پریشانیوں سے نجات کیلئے شرکت فرمائیں۔ اپنی مشکلات، پریشانیوں کے حل اور دلی مرادوں کی تکمیل کیلئے خط لکھ کر دعاؤں میں شمولیت کر سکتے ہیں۔ درس کی سی ڈی اور کیسٹ بھی دستیاب ہے قیمت فی سی ڈی - 40 روپے۔ کیسٹ - 40 روپے ڈیمانڈ کے مطابق V.P.P کی سہولت بھی موجود ہے۔

سوفیصد کامیاب روحانی بھید

قارئین کرام! دنیا میں ابھی کچھ لوگ ایسے بھی بکھرے ہوئے ہیں جن کی وجہ سے یہ دنیا قائم ہے۔ ایسی ہی نایاب ایک شخصیت پرنسپل غلام قادر ہراج صاحب کی ہے۔ ان سے لیے ہوئے انٹرویو میں سے چند واقعات آپ کے پیش خدمت ہیں۔

میرے گاؤں کے ایک ڈاکٹے حاجی عبدالحمید کے مرشد مولانا فقیر اللہ صاحب کبھی کبھی وہاں تشریف لاتے تھے جو کہ شریعت کے پابند تھے۔ پانچ وقت کی نماز باجماعت کے علاوہ تہجد گزار تھے۔ پردہ کا بھی خاص خیال رکھتے تھے۔ ایک دفعہ میں نے ڈرتے ڈرتے ان سے درخواست کی کہ حضرت! مجھے کوئی ایسا وظیفہ عطا فرمائیں کہ اسے پڑھوں اور میری کلاس کے تمام بچے اچھے نمبروں سے پاس ہوں اور اعزازی کارکردگی کا مظاہرہ کریں۔ انہوں نے مجھے ایک دعا لکھ دی اور فرمایا کہ اس دعا کے اول و آخر درود پاک پڑھنا ہے۔ دعا کو سات دفعہ پڑھنا ہے اور آخری دفعہ آخر میں ”وَبَارِكْ وَسَلِّمْ“ کا اضافہ بھی کرنا ہے دعا یہ ہے۔ اَللّٰهُمَّ تَوَدَّ قَلْبِيْ بِعِلْمِكَ وَاسْتَعْمِلْ بَدَنِيْ بِطَاعَتِكَ۔ میں نے اس پر عمل شروع کر دیا۔ کلاس کے بچے یہ دعا پڑھنے کے بعد کلاس ورک شروع کرتے اور برکات کا نزول ہوتا رہا۔ 100% رزلٹ کے علاوہ اعزازی پوزیشنیں بھی آتی رہیں اور دیکھنے والے حیران رہ جاتے۔ میں خود بھی دعا پڑھ کر کلاس کو کام شروع کراتا۔ میں نے تجربہ کیا ہے کہ وہ بچے جو اللہ تعالیٰ کے 99 صفاتی نام روزانہ پڑھتے ہیں۔ اس میں نافع نہیں کرتے، انہیں بہت جلد علم حاصل ہوتا ہے۔ میں خود سابقہ 38 سالوں سے متواتر اور بلا ناغہ ان مبارک ناموں کو پڑھ رہا ہوں اور ان کے فیض سے دل و دماغ کو روشن پارہا ہوں۔

☆☆☆☆☆☆

میں گورنمنٹ ہائرسینڈری سکول وریام والا تحصیل شوروٹ ضلع جھنگ میں بطور پرنسپل کام کرتا رہا ہوں۔ وہاں میں نے اگست 1993 تا فروری 2002ء کام کیا ہے۔ اس دوران میں نے جھنگ صدر میں ایک مکان خریدا تاکہ شہر میں کبھی رہنا پڑے تو کسی کے ہاں محتاج نہ ہوں۔ ایک روز بندہ وریام والا سے جھنگ صدر آیا۔ مکان پر چونکہ کوئی رہائش پذیر نہ تھا اور نہ ہی پر دیا تھا مکان کھول کر اپنے سامان کو چیک کرنے لگا کہ کہیں دیمک وغیرہ نہ لگی ہو غلطی سے اپنے مین دروازہ کو اندر سے کھڑی لگانا بھول گیا۔ دروازہ ویسے ہی بند

مطلب ہے اسے حضور صلی اللہ علیہ وسلم کی صورت پسند نہیں۔ شعبہ فزکس کے ایک پروفیسر صاحب یہ ساری باتیں سن رہے تھے۔ درس کے بعد مجھے لیبارٹری میں لے گئے اور خوب برا بھلا کہا کہ ڈاڑھی رکھنے سے ثواب ہے اور منڈوانے سے کوئی گناہ نہیں۔ پھر وہ علامہ اقبال رحمۃ اللہ علیہ اور قائد اعظم رحمۃ اللہ علیہ کی بے تکی مثالیں پیش کرنے لگ گیا۔ میں نے اسے کہا کہ ہمارے لئے اسوۂ حسنہ علامہ اقبال رحمۃ اللہ علیہ یا قائد اعظم رحمۃ اللہ علیہ نہیں ہیں۔ وہ ہمارے قومی ہیرو ہیں۔ ان کا از حد احترام ہے۔ ان کے احسانات بھلائے نہیں جاسکتے مگر وہ ہمارے لئے نمونہ نہیں۔ اس نے ایک نہ سنی اور خوب بے عزتی کی۔ میری رہائش ہاسٹل کے ایک کمرے میں تھی۔ رات کو میں نے اکیلے رونا شروع کر دیا کہ یا اللہ! میں نے بات تو سچی کی ہے مگر میری بے عزتی کیوں کی گئی ہے۔ بار بار اللہ تعالیٰ سے عرض کی یا اللہ! میں نے بات سچی کی ہے مگر مجھے اس قدر ذلیل کیوں کیا گیا۔ دوسری رات پھر اللہ تعالیٰ سے میرا یہ مکالمہ تیسری رات پھر یہی حالت۔

تیسری رات خواب میں کیا دیکھتا ہوں کہ سرور کو نبین صلی اللہ علیہ وسلم نے مجھے اپنے سینہ مبارک سے لگایا ہوا ہے اور میری تشفی فرما رہے ہیں۔ میں آنسوؤں سے شرابور کہیں کہاں اور یہ مقام کہاں۔ جن کی خاطر دنیا زمین آسمان پیدا کئے گئے ہیں اس ہستی نے مجھے اپنے سینہ مبارک سے لگایا ہوا ہے۔ جب نیند کھلی تو واقعی میرے آنسوؤں کی لڑی جاری تھی۔ خیال آیا کہ میں نے کوئی مار نہیں کھائی صرف زبان سے پروفیسر صاحب نے میری بے عزتی کی تھی وہ حضرات جنہوں نے اسلام کی خاطر اپنے جسم کے ٹکڑے کر دئے، جلاوطنی اختیار کی، ہجرت کی، مال اولاد اللہ کی راہ میں قربان کئے، اللہ تعالیٰ کے نزدیک ان کا کتنا مقام ہوگا اور کتنے انعامات سے وہ مالا مال ہوں گے۔

☆☆☆☆☆☆

1983-84 میں بندہ گورنمنٹ ڈگری کالج سمندری فیصل آباد میں بطور ٹیچر اور اسلامیات کام کرتا رہا ہے۔ وہاں ہفتے میں تین دن میری اور تین دن پروفیسر اے نذر محمد صاحب کی ڈیوٹی تھی کہ اسبلی میں درس قرآن دیں۔ ایک دن میں نے ڈاڑھی کی شرعی اہمیت کے بارے میں درس دیا۔ اس کے تمام پہلوؤں پر روشنی ڈالی۔ جب میں نے کہا کہ ڈاڑھی کا منڈوانا اللہ من الزنا ہے کیونکہ زنا کا فعل عارضی ہے لیکن آدمی ڈاڑھی منڈواتا ہے اور نماز پڑھتا ہے ڈاڑھی منڈواتا ہے اور ذکر کرتا ہے۔ ڈاڑھی منڈواتا ہے اور روزہ رکھتا ہے۔ ڈاڑھی منڈواتا ہے اور حج کرتا ہے گویا یہ فعل اس کے ساتھ ساتھ رہتا ہے۔ ڈاڑھی منڈوانے کا

منہ کے چھالوں کیلئے ٹوٹکے

ایک درخت جس کا نام گوندی ہے، کے نرم پتے لے کر چپائیں اور چٹوں کی مدد سے بننے والا لیس دار مادہ چھالوں کی طرف لے جائیں، دن میں تین چار دفعہ یہ عمل کریں، انشاء اللہ بہت جلد شفاء ہوگی، گوندی کے پتے انسانی زبان جتنے لمبے ہوتے ہیں، سادوں کے ماہ میں پودا خوب بڑھتا ہے، اس کا قد کتنا لمبے کے پودے کے برابر ہوتا ہے، اس کا پھل بہت چھوٹا چھوٹا ہوتا ہے اور کھایا جاتا ہے۔ (پرنسپل غلام قادر ہراج، جھنگ)

بچوں کو لوری سنائیں صحت مندی کیلئے

راحیلہ رضوان

مختلف ہوتا ہے۔ کچھ ہی دنوں میں آپ یہ فرق محسوس کرنے لگیں گی۔ اگر بچہ بیماری کی وجہ سے رو رہا ہے تو فوری طور پر ڈاکٹر سے رجوع کرنا چاہیے۔

اگر ان میں سے کوئی وجہ نہ ہو تو پھر.....

آپ کا بچہ مذکورہ بالا تمام ترکیبیں آزمانے کے باوجود چپ نہ ہو رہا ہو تو یہ کریں کہ..... اسے لیٹیں، خود سے قریب کریں۔ نوزائیدہ بچوں کو وہی گرمی اور قربت پسند ہوتی ہے جو انہیں شکم مادر میں محسوس ہوتی تھی۔ اس لئے سردیوں میں اسے نرم چھوٹے کپڑے میں لپیٹ کر سینے سے لگائیں۔ کچھ بچوں کو لیٹنے سے بے چینی بھی ہو سکتی ہے۔ اس لئے انہیں ہولے ہولے حرکت دے کر خوش کریں۔

لوری سنائیں: آپ کا بچہ پیدائش سے پہلے آپ کے دل کی دھڑکن سننے کا عادی ہو چکا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ وہ آپ کے بہت قریب سینے پر کان رکھ کر زیادہ خوش ہوتا ہے۔ آپ اسے اپنی دھڑکن کے علاوہ خوش آہنگی کے ساتھ لوری سنا کر بھی محفوظ کر سکتی ہیں۔ ننھے یا ویکیم کلینری مدہم آوازیں بھی اس کی دلچسپی کا سامان بن سکتی ہیں۔

بچے کو حرکت دیں: بعض اوقات بچے کو گود میں لے کر ادھر ادھر چلنے سے بھی وہ رونا دھونا بھول کر خاموش ہو جاتے ہیں۔ کبھی کبھار چھوٹے والی کرسی پر اسے بٹھا کر آہستہ آہستہ ہلائیں یا جھولا جھولائیں یا کار میں کہیں جائیں تو مخصوص نشست میں سوار کر کے اسے بھی سیر کرائیں۔ یہ ترکیبیں بھی اسے رونے دھونے سے دور رکھیں گی۔

پیٹ سہلائیں: بچے کے پیٹ یا پیٹھ کو آہستہ آہستہ سہلانا اس کیلئے بہت طمانیت کا سبب بن سکتا ہے۔ بالخصوص اس صورت میں جب اس کے پیٹ میں گیس بن رہی ہو یا ریاحی درد کی شکایت ہو۔ اس حالت میں ڈاکٹر سے رجوع بھی کرنا چاہیے۔

چوسنے کیلئے کچھ دیں: بچے کو بھوک نہ لگی ہو تو بھی وہ کوئی چیز چوستا رہے تو اس سے اس کے دل کی رفتار مستحکم رہتی ہے۔ چوٹی یا اپنی صاف ستھری انگلی اگر چوسنے کیلئے اس کے منہ میں دیں تو اس سے بھی اس کو قناریا سکتا ہے۔

اپنا بھی خیال رکھیں: یاد رکھیں کہ نوزائیدہ بچے کے صرف رونے سے خدا نخواستہ کوئی خوفناک صورتحال پیدا نہیں ہوتی۔ البتہ اس میں ضرورت سے زیادہ ہلکان ہو کر آپ اپنی صحت برباد کر سکتی ہیں۔ اس وقت آپ کے جسم میں ہارمون کی سطح میں تبدیلیاں بھی ہو رہی ہوں گی اور آپ کی نیند بھی اچاٹ ہوتی ہوگی۔ اس لئے اپنا خیال بھی رکھیں تاکہ بچے پر اچھی توجہ دے سکیں۔ جان لیں کہ جب آپ کا بچہ 8 سے 12 ماہ کا ہو جائے گا اس وقت اس کا یہ رونا دھونا بہت حد تک کم ہو جائے گا اور وہ آپ کو زیادہ پریشان نہیں کرے گا۔

وہ رو دھو کر اپنی حالت زار سے آپ کو آگاہ کرتے ہیں اور یہ رونا ان کے احساسات و کیفیات کے اظہار کا ایک ذریعہ ہے۔ شروع شروع میں ممکن ہے دشواری ہو لیکن رفتہ رفتہ آپ سب کچھ سیکھ اور سمجھ لیں گی کہ اس کی ضرورت کیا ہے؟ شیر خوار بچوں کا رونا تو ایک معمول کی بات ہے، لیکن وہ کیوں رو رہے ہیں یہ سمجھنا بہر حال بہت دشوار ہوتا ہے۔ اصل میں وہ رو دھو کر ایک طرح سے اپنی حالت زار سے آپ کو آگاہ کرتے ہیں اور یہ رونا ان کے احساسات و کیفیات کے اظہار کا ایک ذریعہ بھی ہے۔ چونکہ آپ کا بچہ ابھی کچھ بولنے یا بتانے کے قابل نہیں ہوتا اس لئے آپ فکر مند ہو سکتی ہیں کہ آخر مجھے کس طرح معلوم ہو کہ وہ کیا چاہتا یا چاہتی ہے۔ شروع شروع میں ممکن ہے دشواری ہو لیکن رفتہ رفتہ آپ سب کچھ سیکھ اور سمجھ لیں گی کہ اس کی ضرورت کیا ہے اور یوں اس کی اشک شونی ہو جائے گی۔ شیر خواروں کے رونے کی سب سے عام وجوہات حسب ذیل ہو سکتی ہیں۔ ذرا ان پر نظر ڈالیں شاید آپ کو اپنے مسئلے کا کوئی حل مل جائے۔

میں بھوکا ہوں: اگر آپ کا بچہ بھوکا ہے تو وہ ایک ہنگامہ برپا کر دے گا، رو کر ہلکان ہوگا اور اگر آپ اسے گود میں اٹھالیں تو وہ چھاتی کی طرف لپکے گا یا منہ مارے گا۔ اس لئے قبل اس کے کہ وہ دوبارہ حقیقی منٹوں میں رونا شروع کر دے آپ کی اس طلب پوری کر دیں۔ تاہم بچہ اگر رو رہا ہو تو پہلے یہ دیکھ لیں کہ اسے واقعی بھوک لگی ہے یا نہیں۔ غذا ملنے ہی ضروری نہیں کہ وہ فوری طور پر چپ ہو جائے۔ کچھ بچے دودھ پیتے ہیں ایسی صورت میں بھی آپ اپنا کام جاری رکھتے ہیں جب ان کا پیٹ بھر جائے گا تو وہ از خود چپ ہو جائیں گے۔

میرا ڈاٹر تبدیل کر دیں: بعض بچوں کے ڈاٹر جیسے ہی گیلے ہوتے ہیں وہ رو کر آپ کو اس کی اطلاع دے دیتے ہیں۔ لیکن کچھ ایسے بھی ہوتے ہیں جن کو اس کی پرواہ نہیں ہوتی بلکہ النادہ اس کی گرمی سے خود کو زیادہ آرام میں محسوس کرتے ہیں۔ بعض اوقات والدین کو اس وقت بڑی حیرت ہوتی ہے جب وہ اپنے شیر خوار کو گود میں اٹھاتے ہیں اور یہ دیکھتے ہیں کہ ڈاٹر گندا ہونے کے باوجود سننے نے اس پر کوئی رد عمل ظاہر نہیں کیا۔ دونوں صورت میں اس صورتحال کو چیک کرنا اور اسے درست کرنا آسان ہوتا ہے۔

مجھے ٹھنڈا گرمی لگ رہی ہے: نوزائیدہ بچوں کو اگر کپڑوں میں لیٹ کر گرم رکھا جائے تو وہ اس میں فرحت محسوس کرتے ہیں۔ (ایک ضابطے کے تحت آپ کے جسم پر کپڑے کی جتنی تہہ موجود ہو اس میں سے ایک تہہ زیادہ کی انہیں ضرورت ہوتی ہے) یہی

جو شخص علم رکھے اور اس پر عمل نہ کرے، وہ ایک بیمار ہے، جس کے پاس دوا تو ہے مگر علاج نہیں کرتا۔ (حکیم اقلیدس)

قرآنی آیت سے ضدی مشکلات سے چھٹکارا

اللہ کے کلام کی برکت سے اللہ نے ہر کام کو خوش اسلوبی سے سرانجام دینے کی ہمت دی اور جو کھانا بنایا تھا اس قدر اس میں برکت دی اور تمام افراد میں پورا ہوا۔ جہاں شاید 4 سے 5 دیکیں بھی کم پڑ جاتیں مگر اللہ پاک نے اس میں برکت دے دی

ہماری ایک عزیزہ ہیں، آنٹی فہیدہ۔ انہوں نے کچھ روز قبل اپنی بیٹی کا نکاح کیا ہے۔ پہلے بات چکی کی ہوئی تھی۔ نکاح سے ایک روز قبل آنٹی فہیدہ کی دوسری بہن آئی اور کہنے لگی کہ کل سمعیہ اور طیبہ کا نکاح کر دیں طیبہ دوہی جا رہا ہے۔ صرف دو دن باقی ہیں طیبہ کے جانے میں اتنی جلدی میں کیا تیاری ہو سکتی تھی۔ نہ کوئی کھانے کا انتظام نہ مہمانوں کو دعوت دینے کا ٹائم نہ زیور نہ کپڑا۔ بہر حال اگلے دن سمعیہ کا نکاح تھا اور ان کی برادری کے جتنے لوگوں کو بھی اس مختصر اوقات میں کہہ سکی وہ تمام نکاح میں شامل ہونے کیلئے آ گئے۔ آنٹی کے گھر میں کوئی کیش نہ تھا۔ بس اسی طرح کسی سے کچھ پیسے ادھار لئے اور گوشت خریدا چاولوں کی پوری گھر پر موجود تھی، محلے میں سے ایک گھر نے دی بھجوا دیا۔ بس آنٹی نے 300 افراد کیلئے جو کچھ گھر میں موجود تھا اللہ کا نام لے کر خود کھانا بنانا شروع کیا کیونکہ اتنی جلدی کوئی کھانا پکانے کیلئے بھی نہیں مل سکتا تھا۔ بہر حال انہوں نے کھانا پکانے کے دوران مندرجہ ذیل وظیفہ نہ چھوڑا پڑھتی رہیں اور کھانا پکاتی رہیں۔ بس اللہ کے کلام کی برکت سے اللہ نے ہر کام کو خوش اسلوبی سے سرانجام دینے کی ہمت دی اور ادھار لئے ہوئے پیسوں سے جو کھانا بنایا تھا اس قدر اس میں برکت دی اور تمام افراد میں پورا ہوا۔ جہاں شاید 4 سے 5 دیکیں بھی کم پڑ جاتیں مگر اللہ پاک نے اس میں برکت دے دی۔ کپڑے اور زیور کا بھی اللہ ہی کے کلام کے پڑھنے سے اچھا انتظام ہو گیا۔ جہاں آنٹی سمعیہ کا نکاح کر رہی تھیں وہاں پر نکاح کے بعد بیٹی کو گھر سے رخصت بھی کر دیا۔ بس یوں کہیے ”جھٹ منگی پٹ بیاہ“ والا معاملہ ہوا۔ وہ وظیفہ جو آنٹی نے پڑھا وہ یہ ہے۔

حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ (التوبہ: ۱۲۹)

ویسے تو انہوں نے اس وظیفہ کو صبح و شام 7 مرتبہ پڑھنے کو بتایا ہے مگر سمعیہ کے نکاح کے دن وہ تمام دن اس کا ورد

کرتی رہیں اللہ نے ہر کام سے بڑی ہی اچھی طرح بری الذمہ کر دیا ساتھ میں انہوں نے درود پاک اور استغفار کی تسبیحات کیلئے بھی کہا تھا۔

وظیفہ نمبر 1۔ دو رکعت نفل صلوٰۃ الحاجت بمعہ سورہ یٰسین ترتیب:- دو رکعت نفل صلوٰۃ الحاجت، کسی بھی کام کیلئے کسی بھی مقصد کیلئے پڑھیں۔ نفل پڑھنے کے بعد تین مرتبہ درود ابراہیم اول و آخر پڑھیں اور تین مرتبہ سورہ یٰسین پڑھیں اور بعد میں دعا کریں۔ نہایت عاجزی و انکساری کے ساتھ اللہ کے حضور بھکاری بن کر گڑ گڑائیں انشاء اللہ ہر مراد پوری ہوگی۔

میں خود یہ وظیفہ پڑھ رہی ہوں اور نماز تہجد کے بعد یہ نفل بمعہ سورہ یٰسین کے پڑھے ہیں جو کامیابی و کامرانی ملی ہے وہ بیان سے باہر ہے۔ نماز تہجد کے بعد یہ وظیفہ تین دن کرنے سے ہی بہت اچھا نتیجہ ملے گا۔ میں نے اس وظیفہ کو جس کام کیلئے بھی آزمایا ہے میرا وہ کام ہوا ہے لیکن یقین شرط ہے۔ اگر کوئی بھی عمل بے یقینی اور بددلی سے کریں گے تو فائدہ نہ ہوگا۔

جسم کی کمزوری اور خون بننے کیلئے

جسم کی کمزوری دور کرنے کیلئے اور جسم میں خون بننے کیلئے منقح سیاہ آلو بخارہ انجیر، مصری۔ یہ سب چیزیں دس دس تولہ لیکر سب کو پیس کر آٹھ خوراکیں بنالیں اور ایک خوراک رات کو پانی میں بھگو دس صبح نتھار کر خالی پیٹ پی لیں۔ (عبدالصبور بڑا نہ کلاں)

پھوڑے پھنسی داد چنبیل وغیرہ کیلئے

کافور اور لوبان کوڑیا، لوبان کو سفوف بنالیں اور کافور توڑ کر اس میں ڈال دیں اور جب کریم بن جائے تو دھوپ میں رکھ دیں پھوڑے پھنسی داد چنبیل، کچرالی وغیرہ پر چند دن لگا میں نیست و نابود کرے گا، ایک رقی پانی سے ڈیڑھ گھنٹہ قبل استعمال کرانے سے مسک ہے اوپر سے کچھ نہ کھایا، پیا جائے۔ (محمد یونس قادری ٹنڈو آدم ساکٹر)

پیغمبر اسلام کا غیر مسلموں سے

حسن سلوک (نمبر 41) (ابن زب بھکاری)

چڑیا اور چیونٹی پر ظلم کرنے کی ناگواری

عبداللہ نامی ایک صحابی کا بیان ہے کہ ہم ایک سفر میں پیغمبر خدا صلی اللہ علیہ وسلم کے ہم رکاب تھے۔ ایک پڑاؤ پر آپ کی کام کیلئے تشریف لے گئے۔ ہم نے سرخ رنگ کی چڑیا دیکھی جس کے ساتھ دو بچے تھے۔ ہم نے اس کے بچے پکڑ لئے۔ چڑیا آ کر ہمارے سامنے پڑ بھانے لگی۔ اتنے میں سرور و جہان صلی اللہ علیہ وسلم تشریف لے آئے اور چڑیا کو دیکھ کر فرمایا کہ اس نے اس کے بچے پکڑ کر اس کو غم زدہ کیا ہے؟ اس کے بچے واپس دو۔ اس کے بعد آپ نے چیونٹیوں کا سوراخ دیکھا جسے ہم نے چیونٹیوں کی ایذا رسانی کے باعث جلا دیا تھا۔ فرمایا اس سوراخ کو کس نے جلایا؟ ہم عرض پیرا ہوئے یا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم ہم نے جلایا ہے۔ فرمایا خالق نازکے سوا کسی کیلئے یہ روانہ نہیں کہ کسی ذی روح کو آگ کا عذاب دے (ابوداؤد) اور فرمایا اللہ کے سوا کوئی کسی کو آگ کا عذاب نہ دے (بخاری)۔

دشمن کو عذاب دے دے کر مارنا

غیر مسلموں میں ہمیشہ سے معمول چلایا آیا ہے کہ حریف معرکہ یا دشمن مذہب کو ایسی بری طرح عذاب دے دے کر مارتے ہیں کہ جذبات غضب و انتقام کو پوری طرح تسکین ہو لیکن اسلام ایسی بہیمانہ انتقام جوئی کو قطعاً گوارا نہیں کرتا۔ ایک معرکہ میں ”سیف اللہ“ خالد بن ولید کے صاحبزادے عبدالرحمن سپہ سالار کے سامنے چار واجب القتل اعدائے دین پیش کئے گئے اور ان سے دریافت کیا گیا کہ ان کو کس طرح ہلاک کیا جائے؟ عبدالرحمن نے حکم دیا کہ ان کو باندھ کر تیروں سے بے جان کر دو۔ اس حکم کی تعمیل کی گئی۔

جب پیغمبر خدا صلی اللہ علیہ وسلم کے صحابی حضرت ابوالیوب انصاریؓ کو اس واقعہ کا علم ہوا تو انہوں نے عبدالرحمن کے پاس جا کر کہا رسول خدا صلی اللہ علیہ وسلم نے اس طرح مارنے کی ممانعت فرمائی ہے۔ اس کے بعد حضرت ابوالیوب انصاریؓ کہنے لگے کہ مجھے اسی خالق پروردگار کی قسم جسکے قبضہ قدرت میں میری جان ہے کہ یہ تو انسان تھے اگر مرغی بھی ہوتی تو اس کا اس طرح بے رحمی سے مارا جاتا مجھے گوارا نہ ہوتا۔ عبدالرحمن کو اپنی فردگزاشت پر سخت ندامت ہوئی اور کفارہ کے طور پر چار غلام خرید کر آزاد کئے (ابوداؤد)۔

نفسیاتی مریض اور جناتی روگ

نفسیاتی مریض جنات کو ان تین مراحل میں محسوس کرتا ہے۔ 1- نیند میں جانے سے پہلے۔ 2- نیند میں۔ 3- نیند سے فوراً اٹھنے کے بعد۔ ان تین مراحل میں جنات کا وجود محسوس ہوتا ہے بلکہ ایسی صورت حال ہوتی ہے کہ گھبراہٹ سے نیند ٹوٹ جاتی ہے

نفسیاتی مریض کی تین قسمیں ہیں

1- نفسیاتی مریض بذریعہ یادداشت۔ 2- نفسیاتی مریض بذریعہ دل۔ 3- نفسیاتی مریض بذریعہ جنات

1- نفسیاتی مریض بذریعہ یادداشت:۔ حساس طبیعت کی بنا پر انسان اپنی یادداشت آہستہ آہستہ متاثر کرتا ہے ایک ہی قصے یا بات کا ذکر بار بار دہراتا رہتا ہے جس سے یادداشت متاثر ہوتی ہے اور وہ نارمل طریقے کے بجائے ان نارمل طریقے سے کام کرنے لگتی ہے۔ یعنی کام نارمل لہروں سے نکل کر ان نارمل لہروں میں تبدیل ہو جاتا ہے۔ پھر یادداشت خود بخود اس واقعہ کو دہراتی رہتی ہے۔ جس سے انسان بہت تنگ ہوتا ہے۔

2- نفسیاتی مریض بذریعہ دل:۔ حساس طبیعت رکھنے والے کو کوئی مسئلہ صدمہ یا حادثہ پیش آ سکتا ہے جو وہ دل سے محسوس کرتا ہے یا مسئلہ اس کے دل پر اثر کرتا ہے۔ جس سے دل میں گھٹن، بے چینی یا اضطراب پیدا ہوتا ہے۔ اس طرح کے مریض کو سونے پر جھٹکے لگ سکتے ہیں۔ نیند متاثر ہو سکتی ہے، پھر آ سکتے ہیں جنات کا وجود محسوس ہو سکتا ہے۔ بعض دفعہ ایسا بھی ہوتا ہے کہ خواتین دبلا ہونے کیلئے خطرناک دوائیں کھاتی ہیں جس سے جسم تو کمزور نہیں ہوتا البتہ دل کمزور ہو جاتا ہے۔ ایسے میں کوئی صدمہ بھی دل کو متاثر کر سکتا ہے۔

علاج:۔ یکسوئی سے پہلے مطالعہ کریں اور پھر صرف لا الہ الا اللہ کا ورد اتنی دیر کریں کہ اگر یادداشت متاثر ہے تو چھتکیں آنے سے لہریں بحال ہو جائیں گی اور اگر دل میں عجیب و غریب گھٹن ہے تو یکسوئی کی مشقوں سے ابکیاں آئیں گی جس سے دل اپنی نارمل حالت میں آجائے گا اور گھٹن ختم ہو جائے گی جب تک دل کی حالت مکمل نارمل نہیں ہو جاتی، یکسوئی کی مشق جاری رکھیں۔ تے بھی آ سکتی ہے مزید ابکیاں آئیں گی اور مریض مکمل نارمل حالت میں آجائے گا۔ (انشاء اللہ)

3- نفسیاتی مریض بذریعہ جنات:۔ نفسیاتی مریض جنات کا وجود کس طرح محسوس کرتے ہیں کیوں محسوس کرتے

ہیں اس کی وجوہات کیا ہیں؟ اور اس کا علاج کیا ہے؟

نفسیاتی مریض جنات کو ان تین مراحل میں محسوس کرتا ہے۔ 1- نیند میں جانے سے پہلے۔ 2- نیند میں۔ 3- نیند سے فوراً اٹھنے کے بعد۔ ان تین مراحل میں جنات کا وجود محسوس ہوتا ہے بلکہ ہمارے ساتھ ایسی صورت حال ہوتی ہے کہ گھبراہٹ سے نیند ٹوٹ جاتی ہے متاثرہ شخص حیران، پریشان اور خوفزدہ ہو جاتا ہے۔ سونا محال ہوتا ہے۔ ایسے حالات میں ہمارا ذہن فوراً جنات کی طرف چلا جاتا ہے اور ہم ہر بات اور ہر واقعے کو جنات، تعویذ، جادو سے تعبیر کرتے چلے جاتے ہیں۔ ایسے حالات میں مریض جنات کا وجود یا وزن صاف محسوس کرتا ہے یا آنکھ کھلنے یعنی بیدار ہونے پر بت وغیرہ نظر آتے ہیں اس کے علاوہ ہم مختلف چیزوں کی صرف آوازیں سن سکتے ہیں۔

وجوہات:۔ جب نفسیاتی مریض کی یادداشت کسی بات سے متاثر ہوتی ہے تو اس کی نیند بھی متاثر ہوتی ہے۔ ہر انسان جانتا ہے کہ نیند کسے کہتے ہیں اور ہر انسان یہ بھی جانتا ہے کہ خواب کسے کہتے ہیں۔ ہر پرسکون ذہن خواب دیکھتا ہے کم و بیش، لیکن کبھی خواب سے پریشان نہیں ہوتا۔

خواب کیا ہے:۔ خواب کبھی ایک پوری فلم کی طرح ہوتا ہے۔ کبھی اس میں اختتام ہوتا ہے اور کبھی ادھور اور کبھی کبھی ایسا ہی ہوتا ہے کہ ہم خواب سے اس قدر خوفزدہ ہو جاتے ہیں کہ گھبرا کر اور خوف زدہ ہو کر اٹھ بیٹھتے ہیں۔ ہمارے دل کی دھڑکن تیز ہوتی ہے، ہم کانپ رہے ہوتے ہیں، چیختے ہوئے اٹھ بیٹھتے ہیں۔ خواب میں ہم باتیں کرتے ہیں اور دوسروں کی باتیں سنتے ہیں۔ میں یہاں ایک بات کی وضاحت کرنا چاہوں گی کہ ہمارا جسمانی نظام جو ایک مشین کی طرح تو ہے لیکن اس میں ایک جذباتی نظام بھی موجود ہے مثلاً ہم پیاس محسوس کرتے ہیں تو پانی کے علاوہ اگر ہمارے سامنے ڈھیر سارے جوس، شربت لائے جائیں تو ہمارا ذہن سب کے بارے میں ادراک رکھتا ہے۔ سب کے بارے میں ایک رویہ رکھتا ہے۔ سب شربتوں کے بارے میں جذبہ مختلف ہوتا ہے۔ اس ننھی سی مثال سے آپ نے جانا کہ صرف اس پیاس سے تعلق رکھنے والی اشیاء کے

بارے میں ہمارا کتنا علم ہوتا ہے۔ بیش بہا، یعنی بہت زیادہ۔ اسی طرح یہ علم پانی سے لے کر ہر چیز پر محیط ہے۔ اسی طرح ہر انسان کے بارے میں ہمارا رویہ جذباتی ہوتا ہے۔ مثلاً خواب کے بارے میں ہمارا رویہ ہے کہ گھری نیند سونے پر کسی ادھوری یا پوری فلم کے چلنے کو خواب کہتے ہیں۔ لیکن اگر یہی خواب ڈراؤنا ہو تو اس میں ہمارا جذباتی رویہ بھی شامل ہو جاتا ہے اور بندہ ہلکا کر اٹھ بیٹھتا ہے۔ اسے پسینہ آتا ہے۔ حقیقت تو یہ ہے کہ ہم خواب کو بہت عام سے انداز میں اور مسکرا کر لیتے ہیں بلکہ بعض دفعہ اللہ کا شکر ادا کرتے ہیں کیونکہ خواب ہماری مرضی کے عین مطابق ہوتا ہے لیکن یہی حالت جو ہمارے معمولات کے ذرا خلاف ہو، ہم اسے جادو، جنات، تعویذ سے تعبیر کر دیتے ہیں۔ آپ نے بھی سوچا ہے کہ آپ کو جو خواب نظر آتے ہیں کس طرح اس سسٹم کو ختم کر دیا جائے۔ حالانکہ آپ سالہا سال سے خواب دیکھتے ہیں۔ کیا آپ نے کبھی سوچا ہے کہ دوائی کھائی جائے اور یہ خواب کا سسٹم خراب ہو کر بند ہو جائے تاکہ خواب نظر نہ آئے۔ ہم جب خواب دیکھتے ہیں تو کوئی بھی نہیں جانتا کہ ہم خواب دیکھ رہے ہیں بلکہ ہم اس خواب کا ایک کردار ہوتے ہیں اس لئے جب ہماری آنکھ کھلتی ہے تو ہم اللہ کا شکر ادا کرتے ہیں کہ یا اللہ تیرا شکر ہے کہ یہ خواب ہی تھا۔ سچ سچ نہ تھا۔ اس کا مطلب ہے کہ خواب دیکھتے ہوئے ہم مکمل اس دنیا کا ایک حصہ ہوتے ہیں۔ اس طرح جب ہم عام زندگی میں پریشان ہوتے ہیں اور ہمارے شعور کو نقصان پہنچتا ہے اور ہم میں جذباتی تبدیلی آتی ہے یا جذباتی تغیر کا شکار ہوتے ہیں تو خواب کا ایک پورا نظام جو نیند کے نظام میں پایا جاتا ہے جب نیند متاثر ہوتی ہے تو خواب دیکھنے والی مشین کی لہریں بھی متاثر ہو جاتی ہیں تو چونکہ ہمارے پاس خواب دیکھنے والی مشین کے بارے میں ہماری معلومات صفر ہیں ہم خیالی چیزوں کو ان لوگوں سے حل کروانے کی کوشش کرتے ہیں جو خیالی باتوں کا دعویٰ کرتے ہیں۔

درج ذیل چیزیں حافظے کیلئے مفید ہیں

شہد کا استعمال..... منٹھی چیز کھانا..... گوشت کھانا..... روزہ رکھنا..... قیلولہ کرنا..... قبلہ رخ بیٹھنا..... آیت الکرسی کا پڑھنا..... ہمیشہ با وضو رہنا..... والدین کے حکم کی تعمیل کرنا..... قرآن مجید کی تلاوت کرنا..... شب بیداری اور عبادت کرنا..... علماء کرام کے چہرے کی زیارت کرنا..... (سمعیہ کلثوم، چھٹی تاجہ ریحان)

نومبر میں سندرست رہنے کے سنہری اصول

سردیوں میں جب خواتین بے احتیاطی سے اپنے شب خوابی کے کمروں سے باہر نکلتی ہیں تو باہر دو فضاؤں میں نامناسب فرق کی وجہ سے مختلف بیماریوں کا شکار ہوتی ہیں جس میں سرد درجہ حرارت کا دروازہ زلزلہ زکام وغیرہ شامل ہے

صورت میں علاج کروانا ضروری ہے۔

جسمانی صحت کی حفاظت کے ساتھ ساتھ ہمیں نامناسب غذاؤں سے بھی پرہیز کرنا چاہیے۔ یہ محض مفروضہ ہے کہ چائے اور کافی سے کوئی فرق نہیں پڑتا۔ بعض خواتین میں یہ خیال پایا جاتا ہے کہ موسم سرما میں گرم تاثیر والی خوراک کا استعمال زیادہ کرنا چاہیے یا بات کسی حد تک دوسرے ہو سکتی ہے مگر چیز کو استعمال میں ہی رکھ کر استعمال کرنا صحت کیلئے مفید ہے۔ سردیوں میں اچارے خاص طور پر پرہیز کرنا چاہیے کیونکہ اچارہ کھنی چیزیں گلے کی رگوں کو پکڑ لیتی ہیں اور بیمار ہونے کا خدشہ بڑھ جاتا ہے۔ سبزیوں اور دالوں میں حیاتین کی مقدار کافی ہوتی ہے اس کا زیادہ استعمال صحت کیلئے مفید ہے۔ بعض خواتین اپنے بچوں کو نہلانے اور خود بھی نہانے سے گھبراتی ہیں اور تین چار دن کے بعد صرف سردھوکام چلا لیتی ہیں یہ طریقہ بھی صحت کیلئے نقصان دہ ثابت ہوتا ہے۔ نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ سر تو گیلیا ہو جاتا ہے جب کہ جسم کا باقی حصہ نم آلود نہیں ہوتا اس تفریق سے جسم کی حرارت یکساں نہیں رہتی۔ صفائی تھرائی تو ہر موسم میں صحت کیلئے مفید ہے کہ سردھونے کی بجائے ہنسنے میں کم از کم دو تین بار ضرور نہالیا جائے۔ حالانکہ ماہرین سردیوں میں بھی روزانہ دو پہر کے وقت نہانے کو صحت کی علامت قرار دیتے ہیں۔

بعض خواتین مختلف بیماریوں خصوصاً درد وغیرہ اور زلزلہ زکام کا علاج گھر پر ہی کر لیتی ہیں۔ سرد درجہ حرارت زلزلہ زکام میں عام فروخت ہونے والی ادویات استعمال کی جاتی ہیں۔ یہ طریقہ بھی مناسب نہیں ہے۔ نمونیہ یا اس جیسے دوسرے امراض جو سردی کے موسم میں وباء کی صورت میں پھوٹ سکتے ہیں اسے بچنے کیلئے حیاتین (وٹامن) کا استعمال کرتے رہنا مفید ہے۔ تاہم بیماری کی شدت کی صورت میں اپنے معالج کے مشورے کے بغیر کوئی بھی دوائی استعمال کرنا نقصان دہ ہو سکتا ہے۔ کیونکہ بعض اوقات گھریلو علاج بیماریوں میں طوالت پیدا کر سکتے ہیں۔ اگر گھر پر علاج ضروری کرنا ہے تو زلزلہ زکام کیلئے جوشاندہ ہر لحاظ سے فائدہ پہنچاتا ہے اور اس کے کوئی مابعد اثرات بھی نہیں ہیں۔ اس کے علاوہ زیتون بہت محفوظ اور صحت بخش غذا ہے۔ اس میں بہت مقوی اجزاء پائے جاتے ہیں۔ عربوں کے بہت سے کھانوں میں زیتون کا استعمال کیا جاتا ہے۔ اس کا تیل سلاڈ اور چشموں میں بھی ڈالتے ہیں جو انہیں خوشبودار بنا

صحت کو برقرار رکھنے کیلئے ہوں تو ہر موسم میں مختلف اقدامات کرنے کی ضرورت ہوتی ہے مگر ہمارے پیش نظر چونکہ موسم سرما ہے اس لئے دیکھنا ہے کہ خواتین کن اصولوں کو اپنا کر اپنی صحت بحال رکھ سکتی ہیں۔ سردیوں کی سب سے زیادہ پیش آنے والی بیماری زلزلہ اور زکام ہے جو ذرا سی حرارت میں تبدیلی کے باعث لاحق ہو سکتی ہے۔ اس لئے ضروری ہے کہ حرارت میں تبدیلی سے بچا جائے۔ سردیوں میں دھند کی وجہ سے فضا نم آلود ہو جاتی ہے اور خواتین صبح سویرے گھریلو کام کیلئے حفاظتی تدابیر کے بغیر ہی دن کا آغاز کر دیتی ہیں۔ اس کے علاوہ دھوئیں اور گرد کے ذرات بھی ہوا کو پراگندہ کرتے ہیں اور اس فضا میں بچے بھی سانس لیتے ہیں۔ باورچی خانوں اور دوسرے کمروں میں باریک جالیوں کا مناسب انتظام بہر حال کرنا چاہیے۔ سردیوں میں عموماً کمروں کا درجہ حرارت کھلی فضا کی نسبت بہتر ہوتا ہے جبکہ کمروں سے باہر سردی زیادہ ہوتی ہے۔ سردیوں میں جب خواتین بے احتیاطی سے اپنے کمروں سے باہر نکلتی ہیں تو باہر دو فضاؤں میں نامناسب فرق کی وجہ سے مختلف بیماریوں کا شکار ہوتی ہیں جس میں سرد درجہ حرارت کا دروازہ زلزلہ زکام وغیرہ شامل ہے۔ اس کے علاوہ پھیپھڑے اس فوری تبدیلی سے متاثر ہوتے ہیں جس سے سانس کی بیماری پیدا ہونے کا خدشہ بھی ہو سکتا ہے۔ علاوہ ازیں نمونیہ کی شکایت بھی پیدا ہو جاتی ہے۔ دمہ کے مریضوں کا مرض شدت اختیار کر سکتا ہے۔ بچوں کو صبح سکول کی تیاری کے سلسلے میں بے احتیاطی کی جانی ہے۔ بچے بستر سے نکلنے ہی ہاتھ روم میں گھس جاتے ہیں یا بغیر جوتوں اور جرابوں کے چلتے پھرتے ہیں یا پھر انہیں نہلا کر فوری تولیے سے خشک کر کے مناسب لباس نہیں پہنایا جاتا۔ شہروں میں خواتین بجلی گیس کے ہیٹروں اور دیہاتوں میں کوکلوں کی ٹنگیٹھی کے سامنے بیٹھ کر کام کاج کرتی ہیں سوئٹر بٹنی ہیں سبزیاں بناتی ہیں پھر اچانک کسی ضروری کام کے یاد آنے پر درجہ حرارت کی پروا کئے بغیر کھلی فضا میں چلی جاتی ہیں جو صحت کیلئے بے حد مضر ہے یا پھر ننگے پاؤں گھریلو کام کاج میں لگ جاتی ہیں۔ مثال یا سوئٹر استعمال نہیں کرتی ہیں جس سے ہوا لگ سکتی ہے۔ نامکمل گرم لباس (خواہ آپ کو سردی نہ لگ رہی ہو) آپ کو بیمار کر سکتا ہے۔ جن خواتین کو شدید سردیوں میں بھی گرمی کا احساس ہوتا ہے انہیں اپنا بلڈ پریشر چیک کروانا چاہیے اور بلڈ پریشر زیادہ ہونے کی

دیتا ہے اور ڈاکٹر بھی دوبالا کر دیتا ہے۔ جبکہ ہمارے ہاں اسے صرف مالش کیلئے استعمال کیا جاتا ہے۔ بعض لوگ سردیوں میں انڈوں کا استعمال بڑھا دیتے ہیں یا بعض انڈے کا استعمال بالکل نہیں کرتے۔ ایک لاکھ افراد پر ہونے والی تحقیق سے پتہ چلا ہے کہ روزانہ ایک انڈہ صحت کیلئے نہایت مفید ہے۔ بہر حال حد سے زیادہ انڈوں کا استعمال مناسب نہیں ہے۔ زیادہ سبزیاں یا صرف دالیں استعمال کرنا اور گوشت کا استعمال ترک کر دینا بھی نقصان دہ ہے۔ انسان فطری طور پر گوشت کھانا پسند کرتا ہے۔ اس طرح سنگتروں مالٹوں کا استعمال بھی اس موسم میں مفید ہے۔ کینیڈا اور برطانیہ میں کی گئی تحقیق کے مطابق ماہرین نے بتایا کہ اورنج جس جسم میں ایچ ڈی ایل کو بڑھاتا ہے جو کہ انسان کیلئے مفید ہے۔ خاص طور پر دل کے مریضوں کیلئے تو بہت مفید ہے۔ جسم میں ایل ڈی ایل کو لیڈرول کو کنٹرول بھی کرتا ہے۔ بعض لوگ سردیوں میں وٹامن کا زیادہ استعمال کرتے ہیں۔ امریکی ماہرین کا کہنا ہے کہ وٹامن کی بہت زیادہ مقدار استعمال کرنے سے صحت کے مسائل پیدا ہو سکتے ہیں۔ امریکہ کے انسٹیٹیوٹ آف میڈیکل سائنس نے لوگوں کو مشورہ دیا ہے کہ وہ وٹامن کی گولیوں کے استعمال میں کمی لائیں۔ رپورٹ میں کہا گیا ہے کہ روزانہ جتنے وٹامن کی ضرورت ہوتی ہے صحت مند افراد کو اپنی روزمرہ غذا میں اتنے وٹامن مل جاتے ہیں۔ لوگوں کو روزانہ ایسی چیزیں کھانی چاہئیں جن میں قدرتی طور پر وٹامن کی کافی مقدار ہو۔

وٹامن سی سنگترہ مالٹا، آلو سٹرابری اور سبزیتوں والی ترکاریوں میں وافر مقدار میں موجود ہوتا ہے۔ البتہ بیمار لوگوں کو اپنے معالج کے مشورے سے وٹامن کی گولیاں استعمال کرنی چاہئیں یا پھر کمزور افراد کو یہ بھی کہا گیا ہے کہ روزانہ دو ہزار ٹی گرام سے زیادہ وٹامن نہیں لینا چاہیے کیونکہ بہت زیادہ وٹامن سی اسہال کا سبب بن سکتا ہے۔ لوگوں کو وٹامن ای کیلئے مناسب مقدار میں مونگ پھلی یا دام اور خشک میوہ جات استعمال کرنے چاہئیں لیکن گولیوں کی صورت میں وٹامن ای روزانہ ایک ہزار ٹی گرام سے زیادہ نہیں لینا چاہیے۔ گولیوں کی صورت میں بہت زیادہ وٹامن ای لینے سے جسم کے اندر زائد خون بننے کے امکانات بڑھ سکتے ہیں۔ بعض لوگ سردیوں میں پانی کا استعمال بہت کم کر دیتے ہیں۔ بہت کم افراد کو یہ علم ہوتا ہے کہ جسم پانی کی کمی کا شکار ہو رہا ہے۔ پیاس میں انسان کی ذہنی کارکردگی متاثر ہوتی ہے اس لئے سردیوں میں پانی کا استعمال کم یا ترک کر کے خود کو تنہی بیماریوں سے بچانا آپ کے اپنے ہاتھ میں ہے۔ پانی کے کم استعمال سے خون کی نالیاں تنگ ہو جاتی ہیں اور دل کو جسم میں خون پہنچانے کیلئے زیادہ محنت کرنا پڑتی ہے اس لئے سردیوں میں مناسب مقدار میں پانی کا استعمال آپ کی اچھی صحت کیلئے ضروری ہے۔ خاص طور پر جوڑوں کے دروازہ بلڈ پریشر کے مریض پانی کا استعمال ترک نہ کریں۔

ذی الحجہ میں حصول ولایت کی کوشش

ماہانہ روحانی محفل

ناممکن روحانی مشکلات اور لاعلاج جسمانی بیماریوں سے نجات

اس ماہ کی روحانی محفل 9 نومبر بروز پیر 1 نومبر بروز جمعرات 2

نومبر بروز اتوار شام کو ہوگی اس کے دوران یا حسی یا قیومی حسبتنا

اللہ و نعم الوکیل نماز مغرب سے عشاء تک 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 سونے صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا

گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کے ساتھ 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، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کے لیے دعا کریں۔

پورے یقین کے ساتھ 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۔ انشاء اللہ آپ کی تمام جائز مرادیں

ضرور پوری ہوگی۔ ہر محفل کے بعد 1 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۔ 2) خواتین ناپاکی کے ایام میں بغیر مصلے کے بھی با وضو

ہو کر روحانی محفل میں شرکت کر سکتی ہیں۔ 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۔ روحانی

محفل مرکز روحانیت و امن میں اجتماعی نہیں ہوتی۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے گھریلو الجھنوں کا خاتمہ

روحانی محفل اور قدرتی نظارے

بچپن سے لیلیٰ القدر کا تذکرہ سنتی تھی اور ہمارے خاندان کے

بزرگوں کو اس کا دیدار بھی نصیب ہوا۔ میری بھی ہمیشہ آرزو

ہوتی جب رمضان المبارک کا چاند نظر آتا تو اول روزے

سے خصوصی دعا کرتی کہ یا اللہ لیلیٰ القدر کا دیدار نصیب ہو

جائے۔ راقمہ اپنے بچپن سے دعا مانگتی تھی اور اب میرے

اپنے بچوں کا بچپن بھی گزر چکا ہے۔ (باقی صفحہ نمبر 37 پر)

جو کوئی ذی الحجہ کی نو تاریخ کو چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد تین مرتبہ

سورۃ کافرون اور اکیس مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے تو انشاء اللہ تعالیٰ اس کی جو بھی جائز حاجت ہوگی وہ ضرور پوری ہوگی

تعالیٰ اس دعا کو پڑھنے والے کی طرف توجہ فرماتا ہے۔

حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ حضور نبی کریم

علیہ الصلوٰۃ والسلام عرفات میں قبلہ رو ہو کر دعا مانگنے والے کی

طرح دونوں دست مبارک پھیلا کر تین مرتبہ لیک فرماتے

پھر ایک سو مرتبہ یہ فرماتے لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ

لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ يُحْيِي وَيُمِيتُ بِيَدِهِ الْخَيْرُ

وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ۔ پھر ایک سو مرتبہ یہ (مبارک

کلمات ارشاد) فرماتے۔

لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ أَشْهَدُ أَنَّ

اللَّهَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ وَأَنَّ اللَّهَ قَدْ أَحَاطَ بِكُلِّ

شَيْءٍ عِلْمًا۔ اس کے بعد تین مرتبہ یہ فرماتے إِنَّ اللَّهَ هُوَ

السَّمِيعُ الْعَلِيمُ۔ پھر تین مرتبہ سورۃ فاتحہ پڑھتے۔ ہر مرتبہ

سورۃ فاتحہ بسم اللہ الرحمن الرحیم سے شروع فرماتے اور آمین

پر ختم کرتے اس کے بعد پھر ایک سو مرتبہ سورۃ اخلاص

پڑھتے۔ پھر ایک مرتبہ یہ پڑھتے۔ بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ

الرَّحِيمِ اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى النَّبِيِّ الْأُمِّيِّ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَ

بَرَكَاتُهُ۔ اس کے بعد آپ صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم جو چاہتے

دعا فرماتے۔ حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام ارشاد فرماتے

ہیں کہ جو شخص اس طرح دعا کرتا ہے فرشتوں سے اللہ تعالیٰ

فرماتا ہے میرے بندہ کو دیکھو اس نے میرے گھر کی طرف

رخ کیا۔ میری بزرگی بیان کی تسبیح و تہلیل میں مشغول ہوا

اور جو سورۃ مجھے سب سے زیادہ محبوب تھی وہی پڑھی اور

میرے رسول پر درود بھیجا۔ میں تم کو گواہ بناتا ہوں کہ میں

نے اس کے عمل کو قبول کیا اس کے اجر کو واجب کر دیا اس

کے گناہ بخش دیے اور اس نے جو کچھ مانگا میں نے اس کی

سفارش قبول کی۔ (غنیۃ الطالبین) عرفہ کے دن چاہیے کہ

نماز فجر کے بعد سات مرتبہ یہ دعا پڑھے اول و آخر درود

پاک پڑھے۔ یا ذَٰخِرِیْ یا ذَٰخِرِیْ یا مُمِدِّیْ عِنْدَ

شِدَّتِنَا رَجَائِنِیْ عِنْدَ مُصِیْبَتِیْ یا غِیَاثِیْ عِنْدَ فَاقَتِیْ یا

اُنِّیْسِیْ عِنْدَ وَحْدَتِیْ یا رَحْمَتِیْ فِیْ دَفْعِیْ یا ذَلِّیْلِیْ

فِیْ حَیْرَتِیْ بِكَ التَّوْفِیْقُ o پروردگار عالم عرفہ کے دن

اس دعا کو پڑھنے والے کے گناہوں کو معاف فرماتا ہے اس

کی نیک حاجت پوری فرماتا ہے اور (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

جو کوئی عرفہ کے دن دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ

ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد تین مرتبہ سورۃ کافرون اور

تین مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے تو انشاء اللہ تعالیٰ اسے ثواب

عظیم حاصل ہوگا۔

جو کوئی ذی الحجہ کی نو تاریخ کو چار رکعت نفل نماز اس طرح سے

پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد تین مرتبہ سورۃ

کافرون اور اکیس مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے تو انشاء اللہ تعالیٰ

اس کی جو بھی جائز حاجت ہوگی وہ ضرور پوری ہوگی۔

جو کوئی عرفہ کی شب نماز عشاء کے بعد دو رکعت نفل نماز اس

طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد پانچ

مرتبہ سورۃ قمر پڑھے تو بفضل باری تعالیٰ اس کے گناہ

معاف ہوں گے۔

جو کوئی ذی الحجہ کی نو تاریخ کو نماز عشاء کے بعد چار رکعت نفل

نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد

پچاس پچاس مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے اور سلام پھیرنے کے

بعد ایک ہزار مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے تو انشاء اللہ تعالیٰ اس کی جو

بھی جائز مراد ہوگی پوری ہوگی اور ثواب عظیم حاصل کرے گا۔

عرفہ کا داس قدر فضیلت و برکت والا دن ہے کہ اس دن اللہ

تعالیٰ بے شمار لوگوں کو اپنے فضل و کرم سے بخش دیتا ہے۔ حضور

نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام ارشاد فرماتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ کے

نزدیک عرفہ کا دن تمام دنوں سے زیادہ بہتر ہے۔ اس دن اللہ

تعالیٰ خصوصی طور پر آسمان دنیا پر متوجہ ہو کر فرشتوں کے سامنے

اپنے حاجی بندوں کی عاجزی اور در ماندگی کی حالت پر فخر کرتا

ہے فرشتوں سے فرماتا ہے کہ ”فرشتو! دیکھو میرے بندے

پریشان دھوپ میں میرے سامنے کھڑے ہیں یہ لوگ دُور دُور

سے یہاں آئے ہیں میری رحمت کی امید انہیں یہاں لائی

ہے حالانکہ انہوں نے میرے عذاب کو نہیں دیکھا“ اس فخر

کے بعد لوگوں کو جہنم کے عذاب سے آزاد کرنے کا حکم دیا جاتا

ہے اور عرفہ کے دن میں اتنے لوگ بخشے جاتے ہیں کہ اتنے

کسی دن بھی نہیں بخشے جاتے۔ (ابن جہان)

وظائف: حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ

حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام نے ارشاد فرمایا کہ موقف

عرفہ میں اس دعا سے افضل اور کوئی قول یا عمل نہیں ہے۔ اللہ

شاہ قطب الدین گوالیاریؒ کے وظائف

بعض مرتبہ کسی خوبصورت انسان حیوان یا اچھی چیز کو نظر بھر کر دیکھ لیا جائے اور اس وقت بَارَكَ اللَّهُ بِمَا شَاءَ اللَّهُ کہہ دیا جائے تو وہ چیز نظر بد سے محفوظ ہو جائیگی اور اگر یہ الفاظ نہ کہے اور اس پر گہری نظر ڈالی یا اس کی خوبی کا تذکرہ کر دیا تو نظر بد لگ جائیگی۔

براہ کسی ایک بزرگ کی زندگی کے آزمودہ روحانی نچوڑ آپ عبقری میں پڑھیں

غریبی اور تنگ دستی دور کرنا

جو شخص غریب ہو اور اس کا ہاتھ خرچ کے معاملے میں جک رہتا ہو تو اسے چاہیے کہ بعد نماز مغرب یا بعد نماز عشاء با وضو سورہ مزمل (پ ۲۹) گیارہ مرتبہ پڑھے۔ سورہ مزمل پڑھنے سے پہلے گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھے۔ سورہ مزمل پڑھتے وقت جب قُلْ تَتَّخِذُوهُ وَكِيلًا پر پہنچے تو بیچیں مرتبہ یہ کلمات پڑھے حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ اس عمل کی برکت سے گھر سے غربت اور تنگ دستی کا خاتمہ ہوگا اور روزی میں برکت پیدا ہوگی۔ شرط یہ ہے کہ یہ عمل روزانہ بلا ناغہ کرے اور پابندی سے کرے گا تو اس کا پھل پائے گا۔

ہر رنج و غم، مصیبت سے خلاصی

ہر رنج و غم کو دور کرنے، مصیبت سے نجات دینے کیلئے اور رزق کی تنگی کو دور کرنے کیلئے ایک تسبیح، صبح کو بعد نماز فجر اور ایک تسبیح شام کو بعد نماز مغرب یا عشاء پابندی سے پڑھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ کامیابی حاصل ہوگی۔ وہ کلمات استغفار یہ ہیں۔ اَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ وَآتُوبُ إِلَيْهِ ط

سرور کیلئے

مریض کے سر کو پکڑ کر سات بار یہ دعا پڑھ کر مریض کے سر پر دم کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس دعا کی برکت سے سر کا درد دور ہو جائے گا۔ وہ دعا یہ ہے۔

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ اَعُوْذُ بِاللّٰهِ الَّذِيْ سَكَنَ لَهٗ مَا فِي السَّمٰوٰتِ وَالْبَحْرِ وَمَا فِي الْأَرْضِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ۔

نظر بد کا علاج

بعض مرتبہ کسی خوبصورت انسان حیوان یا اچھی چیز کو نظر بھر کر دیکھ لیا جائے اور اس وقت بَارَكَ اللَّهُ بِمَا شَاءَ اللَّهُ کہہ دیا جائے تو وہ چیز نظر بد سے محفوظ ہو جائے گی اور اگر یہ الفاظ نہ کہے اور اس پر گہری نظر ڈالی یا اس کی خوبی کا تذکرہ کر دیا تو

رہے گا۔ اس سلسلے میں یہ مجرب عمل ہے۔ شرط یہ ہے کہ مسلسل روزانہ بلا ناغہ پڑھے۔ اس طرح نہ کرے کہ کبھی عمل کر لیا اور کبھی چھوڑ دیا۔ اس سے عمل کا میاب نہیں ہوتا۔ وہ آیت یہ ہے۔ اَللّٰهُ لَطِيفٌ بِعِبَادِهِ يَرْزُقُ مَنْ يَّشَاءُ وَهُوَ الْقَوِيُّ الْعَزِيزُ (الشوری: ۱۹)

کسی کے سامان کی جلد فروخت کیلئے

اگر کوئی شخص اپنی کوئی چیز جلد بیچنا چاہتا ہو لیکن وہ چیز جلد بقی نہ ہو تو اس کیلئے یہ عمل بہت مجرب ہے۔ مندرجہ ذیل آیت کو با وضو تین مرتبہ پڑھ کر اس سامان یا چیز پر پھونک دے۔ انشاء اللہ تعالیٰ جلد فروخت ہو جائے گی۔

وہ آیت یہ ہے: بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ اَلَمْ يَكُنْ اَنْزَلَ الْاَرْضَ حَتّٰى يَاْذُنَ لِنِ اٰسٰى اَوْ يَنْخَعُمْ اَللّٰهُ لِنِىْ وَهُوَ خَيْرُ الْحٰكِمِيْنَ۔ (یوسف: ۸۰)

استخارہ کرنا کا طریقہ

استخارہ کے بہت سے طریقے ہیں اور یہ استخارہ بہت مجرب ہے۔ عشاء کی نماز کے بعد دو رکعت نفل اس طرح پڑھے کہ پہلی رکعت میں الحمد شریف کے بعد قُلْ يٰٓاَيُّهَا الْكٰفِرُوْنَ (پوری سورہ) ایک مرتبہ اور دوسری رکعت میں الحمد شریف کے بعد قُلْ هُوَ اللّٰهُ اَحَدٌ (پوری سورہ) ایک مرتبہ پڑھے اور نماز پوری کر کے سلام پھیرنے کے بعد اول تین بار یہ درود شریف پڑھے۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى مُحَمَّدٍ وَعَلٰى اٰلِ مُحَمَّدٍ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ اس کے بعد سورہ اخلاص بارہ مرتبہ پڑھے اس کے بعد درود شریف تین مرتبہ پڑھ کر اپنے سیدھے (دائیں) ہاتھ پر پھونکے (دم کرے) وہی دایاں ہاتھ سر کے نیچے رکھ کر منہ قبلہ کی طرف کرے اور دائیں کروٹ سو جائے۔ یہ عمل تین دن یا سات دن کرے۔ ناغہ نہ کرے۔ اگر ایک دن میں معلوم ہو جائے تو پھر کرنے کی ضرورت نہیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس استخارہ سے صحیح جواب مل جائے گا۔

امراض قلب کیلئے

شہد کے ساتھ بیٹھا کیا گیا سگترے کا جوس دل کی بیماریوں میں انتہائی نافع ہے۔ دل کی شریانوں کی بندش میں جب صرف سیال غذا ہی مریض کو دی جاسکتی ہو تب سگترے کا جوس شہد کے ساتھ پلانا ایک محفوظ اور توانائی بخش غذا ہے۔

شاہد دھریچہ لاہور

نظر بد لگ جائے گی۔ اگر کسی کو نظر لگ جائے تو مندرجہ ذیل آیات اور ان سورتوں کو تین دن مسلسل بلا ناغہ صبح و شام کے وقت تین تین بار پڑھ کر مریض پر دم کرے۔ انشاء اللہ نظر بد کا اثر جاتا رہے گا۔ بچہ ہو یا بڑا ہر ایک کیلئے یہ عمل مفید ہے۔ جو آیات اور سورتیں پڑھی جائیں گی وہ یہ ہیں۔

- 1۔ سورہ الفاتحہ۔ 2۔ سورہ البقرۃ الم۔ سے مُفْلِحُونَ تک۔
- 3۔ آیت الکرسی۔ 4۔ سورہ اخلاص۔ 5۔ سورہ لقن۔ 6۔ سورہ الناس۔ 7۔ یہ آیت اِنْ يَّكَادُ الْكٰفِرِيْنَ اَلَّا يَذْكُرُوْا لِلْعٰلَمِيْنَ (القلم: ۵۲) تک

ان کے پڑھنے کا طریقہ ہے کہ پہلے ایک ایک مرتبہ سب آیتیں اور سورتیں پڑھ کر مریض پر دم کریں۔ پھر دوبارہ ایک ایک مرتبہ پڑھ کر مریض پر دم کریں آخر میں تیسری بار ایک ایک مرتبہ پڑھ کر مریض پر دم کریں۔ اس طرح تین مرتبہ صبح اور تین مرتبہ شام کو دم کریں اور مسلسل تین دن تک کریں۔

برا خواب دیکھنا

برا خواب دیکھتے تو تین مرتبہ شیطان اور برے خواب کے شر سے اللہ تعالیٰ کی پناہ مانگئے۔ مثلاً تین بار یوں کہے: اَعُوْذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّيْطٰنِ الرَّجِيْمِ وَمِنْ شَرِّ هٰذِهِ الرَّوْاِ۔ اس کے بعد تین مرتبہ بائیں جانب تھکا کر دے یعنی تھوٹھو کر دے اور جس کروٹ سو رہا ہو اس کروٹ کو بدل دے۔ بخاری شریف کی ایک روایت سے معلوم ہوتا ہے کہ اٹھ کر وضو کر کے نماز پڑھنے لگے۔ کسی سے اس خواب کا تذکرہ نہ کرے اس طرح انشاء اللہ تعالیٰ یہ خواب اس کو کسی قسم کا نقصان نہ پہنچائے گا۔

رزق کی تنگی دور کرنا

جو شخص رزق کی تنگی کا شکار ہو اور پریشان رہتا ہو اس کے لئے یہ عمل بہت کار آمد اور مفید ہے۔ جو شخص فجر کی نماز کے بعد با وضو اول گیارہ بار درود شریف اس کے بعد ستر (۷۰) مرتبہ یہ آیت پڑھے اور آخر میں گیارہ بار درود شریف پڑھ کر دعا مانگئے۔ انشاء اللہ تعالیٰ وہ شخص رزق کی تنگی سے محفوظ

مشکلات کے حل کیلئے پڑھیں

ظاہر منور فاروقی

گنا..... پودوں کی سلطنت کا ایک اہم رکن

تین روز تک سورۃ بقرہ پوری ختم کی جائے۔ انشاء اللہ تعالیٰ

آسیب دفع ہو جائے گا۔

گمشدہ چیز کیلئے: جس وقت چیز گم ہونے کی خبر ملے فوراً بلا تاخیر اِنَّا لِلّٰہِ وَاِنَّا اِلَیْہِ رَاجِعُونَ (البقرہ: ۱۵۲) گیارہ مرتبہ پڑھ لے۔ انشاء اللہ تعالیٰ گم شدہ چیز مل جائے گی۔ بحرب عمل ہے۔

مکان سے آسیب بھگانے کیلئے: مکان سے آسیب دفع کرنے کیلئے تین روز تک سورۃ بقرہ پوری ختم کی جائے۔ انشاء اللہ تعالیٰ آسیب دفع ہو جائے گا۔

اولاد دینے کیلئے: جس عورت کے لڑکیاں پیدا ہوتی ہوں لڑکا نہ ہو۔ جب حمل تین مہینہ کا ہو جائے اس وقت یہ آیت کاغذ پر لکھ کر موم جامہ کر کے پیٹ کی بائیں جانب باندھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اولاد دینے ہوگی۔ آیت یہ ہے: لَا یَسْرُونَ فِیْہَا شَمْسًا وَّ لَا ظَہْرًا۔ (الدھر: ۱۳)

جو بچہ ماں کا دودھ نہ پئے اس کا علاج: یہ آیت لکھ کر اس کے گلے میں باندھیں: شَہِدَہَا اللّٰہُ اَنَّہٗ لَا اِلٰہَ اِلَّا ہُوَ وَالْمَلٰئِکَۃُ وَاُولُو الْعِلْمِ قَائِمًا بِالْقِسْطِ لَا اِلٰہَ اِلَّا ہُوَ الْعَزِیْزُ الْحَکِیْمُ اِنَّ الدِّیْنَ عِنْدَ اللّٰہِ الْاِسْلَامُ (البقرہ: ۱۷۹-۱۸۰) بِرَحْمَتِکَ یَا اَرْحَمَ الرَّحِیْمِ۔

سر درد کیلئے: یہ کلمات لکھ کر سر پر باندھے جائیں۔

کھینچنے ۵ ذکر رَحْمَتِکَ یَا اَرْحَمَ الرَّحِیْمِ۔ کھائش رزق کیلئے: طلوع صبح صادق کے بعد نماز فجر سے پہلے سورۃ سُبْحَانَ اللّٰہِ وَبِحَمْدِہٖ سُبْحَانَ اللّٰہِ الْعَظِیْمِ پڑھا جائے۔

برائے قضاء حاجات و مہمات: یَا بَدِیعَ الْعَجَائِبِ بِالْخَیْرِ یَا بَدِیعَ بَارِہِ سَمِیْعَہِ بَارِہِ رَازِکَہِ پڑھے۔ برائے دافع وساوس: لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰہِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ بکثرت پڑھا کرے۔ نیز موت اور حشر و اثر کا تصور و مراقبہ بھی قطع و سادس کیلئے بحرب ہے۔

(مزید ایسے بہترین روحانی نسخے حاصل کرنے کیلئے

”کالی دنیا کالا جادو و طائف اولیاء اور سائنسی

تحقیقات“ کا مطالعہ کریں۔ نوٹ: خاص نمبر میں

انقلابی تبدیلی اعلیٰ سفید کاغذ خوبصورت بہترین جلد

لا جواب پرنٹ تاکہ نسلوں تک استفادہ رہے۔)

گنے میں کیلشیم فاسفورس اور کاربوہائیڈریٹس وافر مقدار میں پائے جاتے ہیں۔ یہ دل و دماغ، معدے آنکھوں اور گردوں کو تقویت دیتا ہے۔ اس کے ایک سو گرام میں 39 کیلو یز پائی جاتی ہیں۔ گنا دبلے پن کو بھی دور کرتا ہے۔

بخار: متعدد قسم کے بخاروں میں گنے کا رس شفاء بخش ہے۔ اگر بخار کا سبب پروٹین کی کمی ہو تو وافر مقدار میں گنے کا رس پینے سے یہ کمی دور ہو جاتی ہے اور بخار کی حدت اور شدت کم ہوتے ہوئے ختم ہو جاتی ہے۔

پیشاب کی بیماریاں: قلت پیشاب میں گنے کا رس پینا، یہ تکلیف دور کر دیتا ہے۔ یہ پیشاب کا اخراج بڑھا کر گردوں کے فعل کو باقاعدہ بنانے میں مدد دیتا ہے۔ تیزابیت بڑھ جانے پر پیشاب جل کر آتا ہے۔ امراض خصوصاً پراسٹیٹ گلیڈنڈز کے بڑھ جانے مثلاً کی سوزش اور سوزاک میں بھی پیشاب جل کر آتا ہے اور یہ کیفیت اذیت ناک ہوتی ہے۔ گنے کا رس پینے سے یہ تکلیف کم ہو جاتی ہے۔ زیادہ بہتر نتائج کیلئے گنے کے رس میں لیموں کا رس اور کاجوں اور ناریل کا پانی شامل کر لینا چاہیے۔

یرقان: گنے کا رس لیموں کے جوس کے ساتھ ملا کر پینے سے یرقان کے مریض تیزی سے صحت یاب ہوتے ہیں لیکن ضروری بات یہ ہے کہ جوس بالکل صاف ہو چنانچہ بہتر یہی ہوتا ہے کہ بازار سے خریدنے کی بجائے گھر میں تیار کیا جائے۔ ہپاٹائٹس میں بدن کی قوت مزاحمت کم ہو جاتی ہے اگر جوس میں جراثیم ہوں تو صورت حال خراب ہو جاتی ہے۔

کمزور دانت: گنے سے براہ راست رس چوسنا کمزور دانتوں کیلئے بہت مفید رہتا ہے کیونکہ نرم غذا کا اضافی استعمال دانتوں کی مشق ختم کر دیتا ہے۔ گنا چبا کر چوسنے سے دانتوں کی مشق ہوتی ہے اور یہ انہیں مضبوط بنانے میں مدد دیتی ہے۔ یہ عمل دانتوں کو صاف کرتا ہے اور ان کی زندگی بڑھ جاتی ہے۔

دبلا پن: گنے کا رس فریہ کرتا ہے اس لئے دبلا پن دور کرنے کیلئے یہ موثر علاج بالغذا ہے۔ گنے کے رس کے باقاعدہ استعمال سے تیزی سے جسمانی وزن بڑھتا ہے۔

آنکھوں کے امراض: گنے کے پودے کے لمبے پتوں پر پڑنے والی شبیم کے قطرے جمع کر لئے جائیں تو یہ آنکھوں کی متعدد بیماریوں میں مفید ہیں۔ شبیم کے پانی کو آنکھوں میں ڈالنے سے بینائی کا غلغلہ موتا بند آشب چشم آنکھوں کا جلنا اور زیادہ مطالعہ سے آنکھوں کا دباؤ ختم ہو جاتا ہے۔

گنا پودوں کی سلطنت کا ایک اہم رکن ہے جس کا استعمال بدن میں سکروزی صورت میں شوگر فراہم کرتا ہے۔ نشوونما پانے کے دوران اس میں گلوکوز اور فروکٹوز موجود ہوتے ہیں۔ گنے کی فصل انتہائی سستی توانائی بخش غذا مہیا کرتی ہے۔ گنے کا تعلق گھاس کے خاندان سے ہے۔ یہ موٹی پودا ہے حالانکہ اس کی جڑیں سارا سال زندہ رہتی ہیں۔ گنا 2.5 سے 4.25 میٹر لمبا ہوتا ہے۔ گنے کا تنا مختلف محیط رکھتا ہے لیکن عام طور پر 2.5 سے 8 سینٹی میٹر تک گول ہوتا ہے۔ نئے پر بہت سی گرہیں ہوتی ہیں جو ہر چند سینٹی میٹر کے بعد بنی ہوتی ہیں۔ گنا ہندوستان کا مقامی پودا ہے۔ یہ برصغیر میں ویدوں کے دور سے کاشت کیا جا رہا ہے۔ اس کا تذکرہ قدیم تحریروں سے بھی ملتا ہے۔ سکندر اعظم اور اس کے فوجی 325 قبل مسیح میں گنے کے پودے ہندوستان سے مغرب میں لے گئے۔ آج کل گنا پوری دنیا میں کاشت کیا جاتا ہے۔ اس کی کاشت میں ہندوستان سرفہرست ہے۔ اس کے بعد برازیل، کیوبا، میکسیکو، پاکستان، شمالی امریکا، جنوبی افریقہ اور کولمبیا کا نمبر آتا ہے۔

غذائی صلاحیت: گنے کو چوڑا کر اس کا رس نکالا جاتا ہے۔ یہ مشروب غذا بیت بخش اور فرحت بخش ہوتا ہے۔ اس میں پندرہ فیصد قدرتی شکر ہوتی ہے جبکہ نامیاتی نمک اور وٹامنز بھی خوب پائے جاتے ہیں۔ ابتداء میں جنوب مشرقی ایشیا میں گنا صرف دانتوں سے چبا کر چوسنے کیلئے اگایا جاتا تھا۔ مگر اب گنے کا رس پینے اور شکر بنانے کیلئے بھی استعمال ہوتا ہے۔ شدید گرمیوں کے موسم میں یہ رس مفرح اور تسکین بخش ہوتا ہے۔ اس کا ذائقہ بہتر بنانے کیلئے تھوڑا سا لیموں کا رس بھی شامل کر لیا جاتا ہے۔ گنے کے ایک سو گرام میں 90.2 فیصد رطوبت، 0.1 فیصد پروٹین، 0.2 فیصد چکنائی، 0.4 فیصد معدنی اجزاء اور 9.1 فیصد کاربوہائیڈریٹس پائے جاتے ہیں۔ اس کے معدنی اور حیاتی اجزاء میں 10 ملی گرام کیلشیم، 10 ملی گرام فاسفورس اور 1.1 ملی گرام آئرن شامل ہیں۔ اس کے ایک سو گرام میں 39 کیلو یز پائی جاتی ہیں۔ قدرتی فائدے اور طبی استعمال: گنے کے رس میں بہت سی طبی خوبیاں پائی جاتی ہیں۔ یہ معدے گردوں دل آنکھوں دماغ اور جنسی اعضاء کو تقویت دیتا ہے۔

نظر کی حفاظت ❖ پتھری کا علاج ❖ بے جان ہاتھ ❖ بڑی عمر میں شادی ❖ مرگی کا مرض

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورے ملے گا تو جب طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی الفاظ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا نیپ نہ لگائیں۔ کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی الفاظ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ نوٹ: وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔

نظر کی حفاظت

☆ عمر 20 برس ہے اور میں ایک طالب علم ہوں۔ کچھ عرصے سے پڑھتے وقت ہلکی ہلکی کھجلی آنکھوں میں محسوس ہوتی ہے۔ میں چاہتا ہوں کہ ابھی سے ایسی تدابیر اختیار کر دوں کہ آنکھوں کا کوئی مسئلہ پیدا نہ ہو۔ (سید جاوید عالم کراچی) مشورہ:- ایک نکتہ تو یہ ہے کہ مطالعے کے وقت روشنی کافی ہونی چاہیے اندھیرے میں مطالعہ کرنے سے آنکھوں پر زور پڑتا ہے۔ اس بوجھ سے آنکھوں کو بچانا چاہیے۔ گھنٹوں مسلسل مطالعہ بھی آنکھوں کو تھکا دیتا ہے۔ مجھے ایسا لگتا ہے کہ آپ کی آنکھیں صاف نہیں ہیں۔ یعنی ہو سکتا ہے کہ ان میں کوئی مرضی کیفیت ہو۔ اس کا معائنہ کسی ماہر چشم سے کرالینا چاہیے۔

پتھری کا علاج

☆ عمر 25 برس، چند روز پیش میرے گردے میں پتھری کی تشخیص ہوئی ہے۔ میں اس کی وجہ سے تشویش میں مبتلا ہوں۔ ازراہ کرم کچھ مناسب احتیاطی تدابیر بتائیے۔ نیز کیا جڑی بوٹیوں کی مدد سے بغیر آپریشن یہ پتھری خارج ہو سکتی ہے؟ (قدرت اللہ لک) مشورہ:- اندازہ نہیں ہے کہ پتھری کس قدر بڑی ہے اور یہ بھی معلوم ہونا چاہیے کہ پتھری کس مادے سے بنی ہے۔ اوگزلیٹ، یوریش، فوسٹیس۔ علاج کا انحصار ان معلومات پر ہے۔ پتھر چرٹ ایک پودا ہے۔ ایک بڑا پتھر اور پانچ کالی مرچیں دونوں کو کھل میں بارک پیس لیں ذرا سا پانی کا اضافہ کر لیں یہ پانی روز صبح و شام پینے سے پتھری پر کالی کی تہہ جم جاتی ہے اور پتھری پھسل کر خارج ہو جاتی ہے۔ پانی ذرا زیادہ پینا چاہیے۔ پتھری کے مریض کو پالک ٹماٹر سے پرہیز کرنا چاہیے۔ چارٹ سے غذا نمبر 6 استعمال کریں۔

بے جان ہاتھ

☆ میری بیوی کے ساتھ مسئلہ یہ ہے کہ وہ جب بھی صبح کو سو کر اٹھتی ہے تو اس کے دونوں ہاتھ سن ہو چکے ہوتے ہیں۔ یوں

مرگی کا مرض

مشورہ:- عزیز من! میرے لئے یہ فیصلہ کرنا مشکل ہو رہا ہے کہ فقط حال سن کر آپ کو کوئی علاج بتا دوں۔ بظاہر یہ ناسور بن گیا ہے اور گہرا ہو گیا ہے۔ اب آپ نے زخم کی چار سال کی عمر تو لکھ دی ہے مگر اب آپ کی عمر کیا ہے؟ میری رائے یہ ہے فوراً کسی اچھے معالج سے رجوع کریں اور مناسب علاج کروائیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 5-6 استعمال کریں۔

وزن کم ہے

☆ موجودہ وزن 105 پونڈ ہے، قدر 5 فٹ 5 انچ ہے، کوئی ایسی غذا دو اور ورزش بتائیے کہ وزن میں 20 پونڈ اضافہ ہو جائے، نشاستے دار اشیاء سے بھنکیاں ہو جاتی ہیں۔ (یونس ریاض، کوٹ رادھا کشن)

مشورہ:- بلاشبہ آپ کا وزن کم ہے۔ آپ کا حساب غلط نہیں ہے 20 پونڈ کا اضافہ ہونا چاہیے۔ ورزشوں میں ایک بہترین ورزش صبح تیز قدمی کے ساتھ ٹھہلنا ہے۔ غذا میں اس کا خیال رکھئے کہ خالص اور سادہ غذا کھانے سے غذا صحیح طور پر جزو بدن ہوتی ہے۔ گوشت کا زیادہ استعمال کرنا چاہیے۔ ناشتہ میں مغز بادام شیریں 12 عدد کشمش، دو تولے رات بھگو دیں صبح کھائیں اور پرے دودھ پی لیں۔ ایک بہترین مقوی ناشتہ ہے۔ چارٹ سے غذا نمبر 1-15 استعمال کریں۔

مرگی کا مرض

☆ مرگی کا مرض کیا ہے؟ کیوں ہوتا ہے اور اس کا علاج کیا ہے؟ (حفیظ الرحمن، کراچی) محمد ممتاز عالم اسلام آباد

مشورہ:- مرگی (صرع) شاید اتنا ہی پرانا مرض ہے جتنا خود انسان ہے۔ اس کے بارے میں مختلف زمانوں میں مختلف روایات رہی ہیں۔ جادو اور جن بھوت کی بات بھی ہوتی تھی۔ حقیقت یہ ہے کہ یہ ایک دماغی بیماری ہے اور دماغ میں رسولی دماغ کی جھلیوں کے درم اور دماغ کی کٹروزی وغیرہ سے پیدا ہوتی ہے۔ چوٹ اور ضرب سے بھی دماغ پر اثر پڑ سکتا ہے اور

محسوس ہوتا ہے کہ گویا جان ہی نکل گئی ہے۔ ایسا کیوں ہوتا ہے اور اس کا کیا علاج کیا جائے؟ (جمیل الدین خاں کوٹری)

مشورہ:- جب انسان سوتا ہے تو جسم بھی سوتا ہے۔ جب انسان بیدار ہوتا ہے تو جسم بھی بیدار ہو جاتا ہے۔ ممکن ہے محترمہ کا وزن زیادہ ہو اور خون ہاتھ کی طرف کم ہو جاتا ہو۔ بظاہر کوئی مسئلہ نہیں ہے اگر یہ کوئی ورزش نہ کرتی ہوں تو ان کو ہاتھ پیر ہلانے کا مشورہ دینا چاہیے۔ اگر محترمہ کمزور ہیں تو ان کو غذا کو درست کرنا چاہیے۔ غذا اگر ضروری اجزاء سے مکمل نہ ہو تو جسم سو جانے کا مرض پیدا ہو جاتا ہے۔ چارٹ سے غذا نمبر 14 استعمال کریں۔

بڑی عمر میں شادی

☆ عمر تقریباً 48 برس ہے۔ میں نے اب تک اپنی شادی کے بارے میں نہیں سوچا تھا، لیکن اب شادی کرنے کا ارادہ کیا ہے۔ حکیم صاحب! آپ سے پوچھنا یہ ہے کہ آیا اس عمر میں شادی کرنا صحت کیلئے مفید نہیں؟ کیا احتیاطی تدابیر اختیار کی جانی چاہئیں؟ (ش'م' سرگودھا)

مشورہ:- بالکل مفید نہیں ہے۔ آپ نے خاصی دیر کر دی ہے مگر عمر رفتہ کو آواز دینے کی منزل دور نہیں گئی ہے۔ آپ تو کار خیر کر رہے ہیں۔ ہمارے ملک میں تو پچاس سال والے دولت سے کنواریاں خرید کر شادی رچا لیتے ہیں۔ اندرون سندھ گائے بھینس کا بھاد 35'40 ہزار ہے۔ کنواری بیٹی کا سودا پانچ ہزار میں ہو جاتا ہے۔ آپ تو جائز کام پر غور کر رہے ہیں۔ شکر ادا کریں۔ آپ احتیاطاً اکسیر البدن کا استعمال دو ماہ کریں۔ چارٹ سے غذا نمبر 6-17 استعمال کریں۔

پیر کا زخم

☆ چار سال پہلے میرے پیر میں چوٹ لگنے کی وجہ سے ایک زخم ہو گیا تھا جواب تک درست نہیں ہوا۔ اس زخم کی وجہ سے میں پریشان ہوں۔ الحمد للہ! تکلیف تو زیادہ نہیں ہوتی لیکن اس سے جو رطوبت نکلتی ہے وہ کپڑے خراب کر دیتی ہے، کیا

ہے؟ (محمد طاہر لاہور)

مشورہ:- معلوم نہیں آپ کی عمر کیا ہے۔ اگر آپ بچے نہیں ہیں، بڑی عمر کے ہیں تو شاید آپ کو ہائی بلڈ پریشر (فشارخون قوی) ہو اور اس کی وجہ سے نکسیر پھوٹتی ہو۔ دراصل ناک میں قدرت نے سینٹی والو لگایا ہے۔ آپ نے دیکھا ہوگا کہ پریشرنگلر (جن میں کھانا پکاتے ہیں) ان میں ایک سینٹی والو ہوتا ہے کہ اگر پریشر زیادہ ہو جائے تو وہ والو خود بخود کھل جاتا ہے اور برتن پھٹنے سے بچ جاتا ہے۔ جسم میں جب خون کا دباؤ بڑھ جاتا ہے تو خطرہ ہوتا ہے کہ دماغ کی کوئی رگ پھٹ کر فالج ہو جائے۔ ایسے حالات میں نکسیر پھوٹ جاتی ہے اور خود کا دباؤ کم ہو جاتا ہے۔ نکسیر کا پھوٹنا اچھی بات نہیں ہے۔ اس سے کمزوری لاحق ہو جاتی ہے۔ نکسیر عموماً ناک کے اندر درم وغیرہ سے ہوتی ہے۔ بہتر ہے کہ کسی اچھے معالج سے مشورہ کر لیا جائے۔ چارٹ سے غذا نمبر 5-16 استعمال کریں۔

کی وجہ سے یہ ناک کے راستے کو تنگ کر دیتی ہے جس کی وجہ سے سانس لینے میں دقت ہوا کرتی ہے۔ خود اس ہڈی میں بھی درم کی کیفیت پیدا ہو سکتی ہے درندہ چھلی (عشائے مخاطی) جو اس ہڈی پر استرکے ہوتی ہے اس پر تو درم آ ہی جاتا ہے۔ اس ٹیڑھے پن کو آپریشن کے ذریعہ سے بھی دور کیا جاتا ہے۔ خاص طور پر اگر یہ خرابی کسی چوٹ کی وجہ سے ہو۔ لیکن اگر یہ صورت حال صرف درم کی وجہ سے ہو تو پھر اس کو گرم سکاکی سے دور کرنا چاہیے۔ گرم پانی میں نمک ملا کر اس پانی سے ناک کو دھویا جائے۔ اس کے بعد روغن کدو شیریں یا کوئی بام انگلی سے اس ہڈی کے دونوں طرف لگا دی جائے۔ جو لوگ پانچوں وقت نماز ادا کرتے ہیں اور وضو کرتے ہیں ان کو ناک کی تکلیف نہیں ہوا کرتی اس لئے کہ وہ 24 گھنٹوں میں کم از کم پانچ بار اپنی ناک کو صاف کرتے ہیں۔ چارٹ سے غذا نمبر 2-15 استعمال کریں۔

نکسیر

☆ نکسیر کا مریض ہوں۔ یہ کن صورتوں میں مفید اور مضر

یہ مرض پیدا ہو سکتا ہے۔ اس مرض کا اب تک کوئی شافی علاج نہیں ہے۔ بس مسکن یعنی سکون بخش اور بے حس کرنے والی دواؤں سے دورہ رکارتا ہے۔ ویسے اکثر حالات میں ”حریرہ چہار مغز“ بھی ایک تدبیر ہے۔ مغز بادام شیریں 7 دانے تخم خشخاش 3 گرام ان کو دودھ میں خوب باریک پس لیں اور ذرا سے مکھن سے بگھار دیں۔ یہ حریرہ مغز ہے۔ یہ نسخہ دماغ کی کمزور کو رفع کرتا ہے۔ طالب علموں کے ذہن کو بھی تیز کرتا ہے۔ چارٹ سے غذا نمبر 1-17 استعمال کریں۔

ناک کی ہڈی کا بڑھنا

☆ ناک کی ہڈی کیسے بڑھ جاتی ہے اسے آپریشن کے علاوہ کسی طرح کم کیا جاسکتا ہے؟ (علی احمد کراچی)

مشورہ:- ہماری ناک کے دو حصے ہیں پوری ناک کے خلاء کو ایک درمیانی ہڈی نے دو میں تقسیم کر رکھا ہے۔ اس درمیانی ہڈی کو عظم قاسم الانف (ناک تقسیم کرنے والی ہڈی) کہا جاتا ہے۔ اکثر یہ ہوتا ہے کہ درم کی وجہ سے کسی چوٹ کی وجہ سے اور گندگی

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 2

انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی پیسن والی، پننے، کرلیے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قہمد اور اس کے کباب، پیاز، کڑی، پیسن کی روٹی، دار چینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، جھوہارے، پیستہ، بھنے ہوئے پننے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقہ)، پیسن کا حلوہ، عنب کا قہوہ

غذا نمبر 4

دال مونج، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مرہ آم، مرہ اورک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، اورک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، انڈی کا دودھ، دلی گھی، پپیتہ، کھجور تازہ، خرپوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقد دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ

غذا نمبر 6

کدو، کھیرا، شلجم سفید، کڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھجور، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجریلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الاچھی، ہی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، سسکی، پیٹھا، اپجی، کیلا، کیلے کا ملک ٹیک، آئس کریم، فالوہ، فروٹ، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔

غذا نمبر 8

آلو گوہی، خرفہ کا ساگ، کدو کا راستہ، بند گوہی اور اس کی سلاد، دی بھلے، آلو چھولے، مکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، پننے پلاؤ، مرہ سیب، مرہ ہی، خمیرہ مروارید، سبز پیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، انناس، رس بھری

غذا نمبر 1

مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کھنار، سبز مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مرہ، آملہ، مرہ ہریز، مرہ بھی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکینجین، جاسن، فالہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس

غذا نمبر 3

بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، بیگن، پکڑے، انڈے کا آملٹ، دال مسور، نمائو کچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا، لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشادری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیز پات، کلوٹھی، کھجور، خوبانی خشک۔

غذا نمبر 5

کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ پیٹھا، امروہ، گرما، سردا، خرپوزہ پیکا، مرہ گاجر، حلوہ گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خمیرہ گاؤ زبان، عرق گاؤ زبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، پیٹھا دلیہ، ہند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی، بنگلٹ کسٹرو، جلیبی، برنی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، خرپوزہ، شربت بزدوری، شربت بنفشہ

غذا نمبر 7

اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد کے پتے، لسوڑھے کا اچار، گو گوشت، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکر قندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الاچھی، شربت گوند، گوند تیز اور بانگو، سیب۔

جلد کے چار دشمن.... ہوشیار رہیں

امریکہ اور کینیڈا کے علاوہ آسٹریلیا اور دیگر ترقی یافتہ ملکوں کے ماہرین امراض جلد کی رائے کے مطابق ان شعاعوں سے جلد کے سرطان کے علاوہ بھی دیگر شدید قسم کے نقصانات لاحق ہو رہے ہیں جن کی ٹھیک نشاندہی میں ابھی کچھ وقت لگے گا

قدرت نے جانوروں کو کھال اور انسان کو جلد عطا کی ہے۔ جانوروں کی کھال ان کا لباس اور بستر بھی ہے جب کہ انسانی کھال جسم کا سب سے بڑا کارآمد اور بے حد حساس عضو ہے۔ اس میں پسینے کے غدود واقع ہیں جو گرمیوں میں پسینہ لا کر ہمیں گرمی کی شدت سے محفوظ رکھتے ہیں۔ اس میں روغنی غدود واقع ہیں جو جلد کو چمکا رکھتے ہیں اور اس طرح وہ جھریوں سے محفوظ رہتی ہے۔ انسانی جلد جسم کا ستور بھی ہے کہ اس کے نیچے زائد چربی، نمک اور شکر جمع رہتی ہے اور بوقت ضرورت وہیں سے یہ چیزیں جسم کو فراہم ہوتی ہیں۔

جلد اس اعتبار سے بہت اہم ہے اور اس کی حفاظت کا انتظام اس سے بھی زیادہ ضروری ہے۔ اسے جلنے، بھٹکنے سے بچانا ضروری ہوتا ہے تو اسے صاف ستھرا رکھنا اور بھی ضروری ہوتا ہے۔ صفائی نہ ہونے، گرد و غبار اور پسینے کی وجہ سے اس میں سرائی پیدا ہو جاتی ہے۔ دھوپ سے حفاظت نہ ہونے میں یہ جل کر سیاہ ہو جاتی ہے بلکہ سرد علاقوں میں دھوپ کی شدت سے جلد کا سرطان تک ہو جاتا ہے۔

پہلا دشمن تیز دھوپ:- دھوپ کے جلد پر پڑنے سے اس میں وٹامن ڈی کی تیاری کا عمل تیز ہو جاتا ہے لیکن اسی دھوپ کی کثرت سے جلد کو نقصان بھی پہنچتا ہے۔ دھوپ میں سب سے مضر بالائے بنفشی شعاعیں (الٹرا وائلٹ) ہوتی ہیں۔ سورج سے خارج ہونے والی یہ شعاعیں زمین کے گرد لپٹی اوزون کی چادر کی وجہ سے کم مقدار میں زمین پر پہنچتی تھیں لیکن فضائی آلودگی اور صنعتی گیسوں کے بکثرت اخراج کی وجہ سے اوزون کی چادر اب جگہ جگہ سے پھٹ گئی ہے جس کی وجہ سے یہ مضر شعاعیں زیادہ مقدار میں زمین تک پہنچنے لگی ہیں۔ ان کی وجہ سے سارے ماحول کو شدید نقصان پہنچ رہا ہے جن کی تفصیل کا ذکر یہاں مناسب نہیں۔ یہاں صرف ان سے جلد کو پہنچنے والے نقصان اور اس کے ازالے کی بات ہوگی۔

امریکہ اور کینیڈا کے علاوہ آسٹریلیا اور دیگر ترقی یافتہ ممالک کے ماہرین امراض جلد کی رائے کے مطابق ان شعاعوں سے جلد کے سرطان کے علاوہ بھی دیگر شدید قسم کے نقصانات لاحق ہو رہے ہیں جن کی ٹھیک نشاندہی میں ابھی کچھ وقت لگے گا۔

مناسب ہوتا ہے لیکن جسم کا دن میں کم از کم ایک بار دھونا ضروری ہے، ورنہ پاؤڈر کی تہہ جھنے کی وجہ سے اس میں بھی چھوت پیدا ہو سکتی ہے۔ گرمیوں میں جس اور رطوبت کی کثرت ہو تو جسم کو اچھی طرح دھو کر خشک کر لیجئے اور ہلکا پاؤڈر لگائیے لیکن شام کو اسے دھو کر ضرور صاف کر لیجئے۔

تیسرا دشمن خشکی:- جلد کیلئے خشکی سخت مضر ثابت ہوتی ہے۔ گرم و خشک ہواؤں کے علاوہ خشک برفانی ہواؤں سے بھی جلد کو نقصان پہنچتا ہے۔ ان ہواؤں میں صنعتی آلودگیوں اور گیسوں وغیرہ کے شامل ہونے سے جلدی شکایات لاحق ہوتی ہیں۔ کراچی اور لاہور جیسے بڑے شہروں میں سیسے کا ربن اور دیگر کیمیائی آلودگیوں کی وجہ سے خشکی کی مضر تین اور بھی بڑھ جاتی ہیں۔ اس سے بچنے کیلئے جلد کو نیم گرم پانی سے دھونے کے بعد اس پر کوئی ہلکی سے چکنائی لگانا چاہیے۔ سوتے وقت یا کم از کم دن میں ایک بار گلیسرین میں عرق گلاب ملا کر لگانا بھی ایک اچھی تدبیر ہے۔

چوتھا دشمن گرد اور آلودگی:- گرد و غبار سے جلد کو نقصان پہنچتا ہے۔ گرد میں دیگر مضر اشیاء کے شامل ہونے سے جلد مزید متاثر ہوتی ہے۔ اس کی ایک بہترین تدبیر پانچوں وقت دھو کا اہتمام ہے۔ اس طرح جسم کے کم از کم کھلے رہنے والے اعضا اچھی طرح دھلتے رہتے ہیں۔ گلیسرین صابن اس مقصد کیلئے بہترین ہوتا ہے۔

درود شریف برکت

حضرت پیران پیر فرماتے ہیں اور سب سے لذیذ اور شیریں خاصیت درود شریف کی یہ ہے کہ اس کی بدولت عشاق کو خواب میں حضور پر نور کی دولت زیارت میسر آتی ہے جو شخص جمعہ کی نماز میں 2 رکعت نماز نفل پڑھے اور ہر رکعت میں 11 بار آیت الکرسی اور 11 بار اخلاص بعد سلام کے 100 بار یہ درود شریف پڑھیں:- "اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ النَّبِيِّ وَالِہٖ وَصَحْبِہٖ وَسَلَّم" انشاء اللہ تین جمعہ نہ گزریں گے۔ زیارت نصیب ہوگی یہ عمل شروع کرنے سے پہلے کسی قادری بزرگ سے اجازت حاصل کرنا ضروری ہے۔

حل مشکلات: اگر کسی شخص کو کوئی معصیت پیش آئے تو اس کو چاہئے کہ نماز فجر کے بعد 100 بار ھُوَ الْحَیُّ الْقَیُّوْمُ نماز ظہر کے بعد 100 بار ھُوَ الْعَلِیُّ الْعَظِیْمُ نماز عصر کے بعد 100 بار ھُوَ الرَّحْمٰنُ الرَّحِیْمُ نماز مغرب کے بعد 100 بار ھُوَ الْغَنِیُّ الْحَمِیْدُ اور نماز عشاء کے بعد 100 بار ھُوَ اللَّطِیْفُ الْحَبِیْرُ 21 دن بلا ناغہ پڑھیں تمام مشکلات کم ہوں گی اور سب مصائب وآلام دور ہو گئے۔ (علی رضا)

نماز صبر اور صدقہ کی کرامات | تجارتی کامیابی

مولانا وحید الدین خان

امریکہ کے بڑے بڑے تاجر ہمہ وقت اس کوشش میں رہتے ہیں کہ وہ اپنے گاہک کو خوش کریں اور انہیں اپنے بارے میں مطمئن کر سکیں

امریکہ کے تاجر اپنی تجارت کو بڑھانے کیلئے ہر قابل قیاس اور ناقابل قیاس تدبیریں کرتے ہیں۔ مثلاً امریکہ میں ضرورت کی تمام چیزیں قسطوں پر حاصل کی جاسکتی ہیں۔ ویکیم کلینز ہو یا کئی ایکڑ اراضی پر پھیلی ہوئی عالی شان عمارت، موٹر کار ہو یا جیٹ طیارہ، ہر چیز آسان قسطوں پر حاصل کی جاسکتی ہے۔ حتیٰ کہ امریکیوں کے درمیان یہ کہات عام ہو گئی ہے کہ اگر آپ کے اندر اقساط ادا کرنے کی استطاعت ہو تو آپ امریکہ کو بھی خرید سکتے ہیں بشرطیکہ وہ بک رہا ہو۔

امریکہ کے تجارتی ادارہ کی ایک اہم ترین خصوصیت وہ ہے جس کو گاہک کو نوازی کہا جاتا ہے۔ امریکہ کے بڑے بڑے تاجر ہمہ وقت اس کوشش میں رہتے ہیں کہ وہ اپنے گاہک کو خوش کریں اور انہیں اپنے بارے میں مطمئن کر سکیں۔ اسی گاہک نوازی کے اصول کا ایک مظاہرہ یہ ہے کہ کسی تجارتی ادارہ کی ایک شاخ سے خرید ہوا مال ناقص ہونے یا پسند نہ آنے کی صورت میں ادارے کی کسی بھی شاخ کو کسی بھی شہر میں یہ کہہ کر لوٹایا جاسکتا ہے کہ خریدنے کے بعد پسند نہیں آیا۔ نہ جھنجھلاہٹ نہ استفسار بس رسید پاس ہونی چاہیے۔ قیمت فی الفور لوٹادی جاتی ہے۔ ”خرید ہوا مال واپس نہیں ہوگا“ کا لفظ امریکی کاروباری لغت کیلئے اجنبی ہے۔

اگر پاکستان میں کچھ لوگ ایسا کریں کہ وہ ایک لیڈ کمپنی یا کوآپریٹو سوسائٹی قائم کریں یا مشترکہ سرمایہ سے پاکستان کے تمام بڑے بڑے شہروں میں ڈیپارٹمنٹل اسٹور کھولیں جہاں ہر طرح کا سامان بکتا ہو اور یہ ضمانت دیں کہ کسی بھی اسٹور سے خرید ہوا سامان کسی بھی اسٹور پر واپس کیا جاسکتا ہے تو ایسے کاروبار کی سارے پاکستان میں دھوم مچ جائے گی اور وہ یقینی طور پر زبردست کامیابی حاصل کرے گا۔

یہ تجارتی میدان اس ملک میں مکمل طور پر خالی ہے۔ یہاں کسی کیلئے اجارہ داری کی حد تک کامیابی کے مواقع کھلے ہوئے ہیں تاہم اس امکان سے وہی لوگ فائدہ اٹھا سکتے ہیں جن کے اندر یہ ضروری صفات پائی جاتی ہوں محنت دیانتداری اور اشتراک عمل۔

اللہ تعالیٰ نے آدم علیہ السلام سے لیکر اب تک دنیا کی ہر قوم پر کسی نہ کسی وجہ سے اپنی ناراضگی کا اظہار اسی طرح کے عذاب اور آزمائش سے کیا ہے مگر اپنے ان نیک بندوں پر نہیں جو ایسے وقت میں نماز اور صبر سے کام لیتے ہیں اور صدقہ سے آنے والی بلاؤں کا رخ موڑتے ہیں

دنیا کے اکثر ممالک میں بے روزگاری کے سیلاب سے جو اثرات پوری دنیا پر ظاہر ہوئے ہیں اس کا اثر ہمارے ملک پاکستان پر بھی ہوا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے آدم علیہ السلام سے لیکر اب تک دنیا کی ہر قوم پر کسی نہ کسی وجہ سے اپنی ناراضگی کا اظہار اسی طرح کے عذاب اور آزمائش سے کیا ہے۔ مگر اپنے ان نیک بندوں پر نہیں جو ایسے وقت میں نماز اور صبر سے کام لیتے ہیں اور صدقہ سے آنے والی بلاؤں کا رخ موڑتے ہیں۔ قرآن وحدیث میں ہے کہ مشکل وقت میں نماز اور صبر سے کام لو۔ سورۃ العصر کا خلاصہ بھی یہی نوید دیتا ہے کہ جس نے اللہ پر بھروسہ کیا اور صبر کیا وہ خسارے والوں میں سے نہیں۔ میرا بیٹا تعلیم یافتہ ہوتے ہوئے بھی کئی مہینوں سے روزگاری تلاش میں تھا۔ وہ اپنی طرف سے پوری کوشش میں لگا ہوا تھا ادھر میں ایک ماں کی حیثیت سے صرف اللہ سے دعا کر سکتی تھی۔ ایک وقت ایسا بھی آیا کہ دل میں ناامیدی کا بوجھ بڑھنے لگا جو صرف شیطان کا پیدا کیا ہوا تھا۔ پھر ایک دن خیال آیا کہ اللہ نے تو انسان کے علاوہ تمام مخلوقات بے زبان جانور چرند پرند سب کی روزی اپنے ذمہ لی ہے جو شروع سے لیکر قیامت تک جاری رہے گی۔ اس کی رحمت اتنی وسیع ہے کہ غیر مسلموں کو بھی روزی دیتا ہے۔ اللہ نے ان پر ہوا پانی بند نہیں کیا۔ جب کہ وہ شرک کرتے ہیں اور اللہ اور اس کی نعمتوں کو جانتے تک نہیں۔ پھر ہم تو اشرف المخلوقات اور نبی ﷺ کے امتی ہیں۔ پھر یہ ناممکن ہے کہ وہ ہمارے حال سے بے خبر ہو۔ اس کے بعد سے میرے دل میں سکون اور صبر کا احساس ہوا اور عبادت کے طریقہ کو اپنا معمول بنانے کی کوشش کی جو مندرجہ ذیل لکھے ہیں۔ پابندی سے تہجد کی نماز کی ادائیگی جو حاجت ہو جو بے میں دعا کریں سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ سُبْحَانَ اللَّهِ الْعَظِيمِ کی تسبیح پڑھیں۔

نماز صبر اور صدقہ کی کرامات

1۔ ایک عورت کے شوہر نے دوسری شادی کر لی اور میں نے اس عورت کو صبر کی تاکید کی اور آپ سے ملنے کیلئے بھیجا تو آپ نے اِنَّكَ تَعْبُدُ وَرَبَّكَ تَسْتَعِينُ کثرت سے پڑھنے کو کہا اور دعا کا طریقہ یہ بتایا کہ ہر نماز کے بعد سورۃ فاتحہ ایک مرتبہ سورہ اخلاص 3 مرتبہ اور درود ابراہیمی 3 مرتبہ پھر ایک دعا پھر درود ابراہیمی ایک مرتبہ پھر دعا اس طرح تین دعائیں مانگنے کے بعد سورۃ فاتحہ ایک مرتبہ سورہ اخلاص تین مرتبہ اور درود پاک 3 مرتبہ پھر آمین تقریباً ایک کے بعد ایک تمام بگڑے ہوئے کام اللہ پاک نے درست فرمادیئے۔ (جو کہ تقریباً 15 تھے)

2۔ میری ایک بہن ایک عورت کو میرے پاس لے کر آئی۔ اس کے شوہر نے اس کا گھر چھوڑ دیا اس کی اولاد نہ تھی تقریباً 20 سال شادی کو گزر گئے تھے۔ میں نے اس عورت کو مٹھائی پر 1000 مرتبہ بِسْمِ اللّٰہِ اَوَّلُ آخِرُ درود پاک گیارہ مرتبہ پڑھ کر دیا اور صرف دونوں میاں بیوی کو مٹھائی کھانے کی تاکید کی اور تہجد کے وقت دو نفل صلوٰۃ الخا جات پڑھنے اور 121 مرتبہ بھکاری بن کر پڑھنے اور متذکرہ بالا طریقے سے دعا پڑھنے کو کہا۔ اس کا شوہر شدید غصے والا تھا۔ عورت لوگوں سے مانگ کر روٹی کھاتی تھی تقریباً 10 دن کے اندر اندر اس کا شوہر گھر واپس آ گیا اور دونوں میں عزت اور پیار ہو گیا۔ دعا یہ ہے اَللّٰهُمَّ اِنَّكَ مَلِكٌ مُّقْتَدِرٌ مَّا تَشَاءُ مِنْ اَمْرِ يَكُونُ (دعا بہت سبکی)

دنیا کے اکثر ممالک میں بے روزگاری کے سیلاب سے جو اثرات پوری دنیا پر ظاہر ہوئے ہیں اس کا اثر ہمارے ملک پاکستان پر بھی ہوا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے آدم علیہ السلام سے لیکر اب تک دنیا کی ہر قوم پر کسی نہ کسی وجہ سے اپنی ناراضگی کا اظہار اسی طرح کے عذاب اور آزمائش سے کیا ہے۔ مگر اپنے ان نیک بندوں پر نہیں جو ایسے وقت میں نماز اور صبر سے کام لیتے ہیں اور صدقہ سے آنے والی بلاؤں کا رخ موڑتے ہیں۔ قرآن وحدیث میں ہے کہ مشکل وقت میں نماز اور صبر سے کام لو۔ سورۃ العصر کا خلاصہ بھی یہی نوید دیتا ہے کہ جس نے اللہ پر بھروسہ کیا اور صبر کیا وہ خسارے والوں میں سے نہیں۔ میرا بیٹا تعلیم یافتہ ہوتے ہوئے بھی کئی مہینوں سے روزگاری تلاش میں تھا۔ وہ اپنی طرف سے پوری کوشش میں لگا ہوا تھا ادھر میں ایک ماں کی حیثیت سے صرف اللہ سے دعا کر سکتی تھی۔ ایک وقت ایسا بھی آیا کہ دل میں ناامیدی کا بوجھ بڑھنے لگا جو صرف شیطان کا پیدا کیا ہوا تھا۔ پھر ایک دن خیال آیا کہ اللہ نے تو انسان کے علاوہ تمام مخلوقات بے زبان جانور چرند پرند سب کی روزی اپنے ذمہ لی ہے جو شروع سے لیکر قیامت تک جاری رہے گی۔ اس کی رحمت اتنی وسیع ہے کہ غیر مسلموں کو بھی روزی دیتا ہے۔ اللہ نے ان پر ہوا پانی بند نہیں کیا۔ جب کہ وہ شرک کرتے ہیں اور اللہ اور اس کی نعمتوں کو جانتے تک نہیں۔ پھر ہم تو اشرف المخلوقات اور نبی ﷺ کے امتی ہیں۔ پھر یہ ناممکن ہے کہ وہ ہمارے حال سے بے خبر ہو۔ اس کے بعد سے میرے دل میں سکون اور صبر کا احساس ہوا اور عبادت کے طریقہ کو اپنا معمول بنانے کی کوشش کی جو مندرجہ ذیل لکھے ہیں۔ پابندی سے تہجد کی نماز کی ادائیگی جو حاجت ہو جو بے میں دعا کریں سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ سُبْحَانَ اللَّهِ الْعَظِيمِ کی تسبیح پڑھیں۔

نماز صبر اور صدقہ کی کرامات

عقربری 41

نوجوانوں کے جنسی روگ کیوں بڑھے

اوائل شب میں جنسی سرگرمیوں کے بڑے خراب نتائج برآمد ہوتے ہیں۔ اس کی وجہ سے غیر ضروری اور ناپسندیدہ حمل قرار پاتے ہیں، ولادت کی پیچیدگیاں پیدا ہوتی ہیں۔ اسقاطِ حمل کا سلسلہ جاری ہوتا ہے اور جنسی امراض پھیلنے لگتے ہیں

نوجوانوں کے جنسی مسائل روز افزوں ہیں۔ بات دراصل یہ ہے کہ آج کل کے نوجوان جس مسئلے سے دوچار ہیں وہ یہ ہے کہ ہمارے نوجوان نفسیاتی اعتبار سے جس عمر میں جنسی صلاحیتوں کو رو بہ کار لانے کے اہل ہو جاتے ہیں وہ صلاحیتیں اس عمر سے خاصی مختلف ہوتی ہیں جو ثقافتی اعتبار سے انہیں اس کی اجازت دیتی ہیں۔ جس عمر میں ان سے ان افعال کی توقع کی جاتی ہے۔

دوسری جانب یہ بھی امر واقعہ ہے کہ جسمانی اعتبار سے آج کل نوجوان سن بلوغ کو جلد پہنچ رہے ہیں۔ مثلاً صنعتی ملکوں کی لڑکیاں عموماً تیرہویں سال میں بالغ ہو جاتی ہیں جبکہ ان کی مائیں 14 سال میں اور نائیاں اور دادیاں 15 سال میں بالغ ہوتی تھیں۔ یہی کچھ حال ترقی پذیر ملکوں کا ہے کیونکہ یہاں بھی بہتر اقتصادی حالات انہیں جلد بالغ کر دیتے ہیں۔

اسی کے ساتھ یہ بات بھی قابل ذکر ہے کہ دنیا کے اکثر حصوں میں عورتیں زیادہ عرصہ تعلیم پر صرف کرنے کے بعد بڑی عمر میں رشتہ ازدواج میں بندھتی ہیں۔ اس سے انکار نہیں کہ آج بھی بعض ترقی پذیر ملکوں میں 14 اور 15 سالہ لہئیں بہت عام ہیں۔

نیپال کی دو تہائی لڑکیاں اسی عمر میں بیاہی جاتی ہیں۔ تاہم عام طور پر تعلیم اور ملازمت کی وجہ سے عورتوں کی شادی دیر سے ہونے لگی ہے۔ یہ الفاظ دیگر ان مجبور یوں کی وجہ سے لوگوں کو اپنی شادیاں کم از کم تین سال تک برف خانے میں رکھتی پڑتی ہیں۔ یہ صورتحال خاص طور پر ان معاشروں میں زیادہ عام ہے جہاں تعلیم کو بہت زیادہ اہمیت دی جاتی ہے۔

ان تمام اسباب اور وجوہ کے باوجود نوجوانی کے جنسی تقاضے آسانی سے قابو میں نہیں آتے۔ صنعتی اور ترقی پذیر ملکوں میں جنسی اختلاط کی عمر تیزی سے کم ہو رہی ہے۔ اس سلسلے میں بالکل ٹھیک اور قطعی معلومات کا حصول مشکل ہے کیونکہ لوگ بالعموم اپنے اصل کردار کی پردہ پوشی کرتے ہیں، لیکن اس کے باوجود یہ ضرور کہا جاسکتا ہے کہ دنیا بھر میں جنسی سرگرمیاں بڑی کم عمری میں شروع ہو جاتی ہیں۔ مثلاً امریکہ میں 1971ء میں پندرہ سال کی عمر میں جنسی اختلاط کا اعتراف کرنے والوں کی تعداد 27 فیصد تھی۔ 1976ء تک یہ تعداد

برخاست ہو جاتی ہیں۔ ترقی یافتہ ملکوں میں سوزاک کے دو تہائی مریض 25 سال سے کم عمر کے ہوتے ہیں۔ عالمی ادارہ صحت کے مطابق ترقی پذیر ملکوں میں بھی کم دبیش یہی صورتحال ہے۔ اس کے باوجود افسوس ناک پہلو یہ ہے کہ ایسے نوجوان علاج سے محروم رہتے ہیں کیونکہ یا تو انہیں اس کی سہولتیں دستیاب نہیں ہوتیں یا پھر وہ محض اپنے مرض سے قطعاً لاعلم ہوتے ہیں۔ عالمی ادارہ صحت کے مطابق ترقی پذیر ملکوں میں ایسے مریضوں کی اکثریت علاج سے محروم رہے گی اور ان میں سے اکثر مزید پیچیدگیوں کا شکار ہو جائیں گے۔ اس بات میں کوئی شک نہیں ہو نا چاہیے کہ وہ تمام متعدی جنسی امراض جن کا علاج نہیں کر دیا جاتا، انتہائی سنگین ہوتے ہیں۔ اندازہ یہ ہے کہ سوزاک کی 20 سے 21 فیصد مریض ایسی خواتین جن کا علاج نہیں کر دیا جاتا، بیض نالی کے درم میں جٹا ہو جاتی ہیں جس سے شدید قسم کی پیچیدگیاں پیدا ہو جاتی ہیں۔ اس کی وجہ سے حمل قرار پا کر چھٹے ہفتے میں اس ٹیوب کو پھاڑ دیتا ہے اور لینے کے دینے پڑ جاتے ہیں۔ بیض نالی میں رکاوٹیں پیدا ہو جاتی ہیں۔ جس کی وجہ سے عورت بانجھ ہو جاتی ہے۔

ان امراض کے علاوہ کم عمر ماؤں میں استقرارِ حمل اور ولادت اس صورتحال کا دوسرا خطرناک پہلو ہے۔ پندرہ سے انیس سال کی نوجواناں وضعِ حمل کے دوران مر سکتی ہے۔ اسی طرح 20 سال سے کم عمر میں ماں بننے والوں کے بچے 20 سے 29 سال کی ماں کے بچوں کے مقابلے میں شیر خوارگی کی عمر میں زیادہ مر سکتے ہیں۔ یہ صورتحال بنگلہ دیش، ملائیشیا اور تھائی لینڈ میں خاصی عام ہے۔ اس صورتحال کی بنیادی وجہ حمل اور زچگی کی پیچیدگیاں اور بچوں کے وزن کی کمی ہے۔

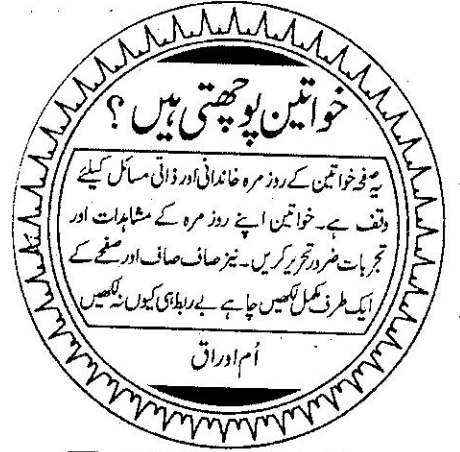
روایت پرست معاشروں میں نوجوانی میں بیاہی جانے والی ماؤں کو اگرچہ طبی خطرات کا سامنا ہوتا ہے تاہم انہیں اپنے بڑے بوزھوں کے مشورے اور سرپرستی حاصل رہتی ہے لیکن آج کے دور میں یہ سرپرستی ہدایت اور رعایت تیزی سے رخصت ہو رہی ہے اور جنہیں یہ مدد درکار ہے وہ اس سے محروم ہوتے جا رہے ہیں۔ اس کے نتیجے میں اسقاطِ حمل کی وجہ سے بھیا تک نتائج برآمد ہوتے ہیں۔

آج کے نوجوانوں کو کسی جواز کی ضرورت نہیں ہے بلکہ وہ معلومات اور اپنی ضروریات کے مطابق صحیح معلومات کے محتاج ہیں، ہمارے معاشروں کا یہ فرض ہے کہ وہ اس بات کو ملحوظ رکھیں کہ ہمارے نوجوان لاعلمی اور ضروری رہنمائی کے فقدان کی وجہ سے جنسی مسائل کے خارزار میں بھٹکنے کیلئے نہ چھوڑ دیے جائیں۔ معاشرے کے ہر فرد کا یہ فرض ہے کہ اس میں حقائق کا مقابلہ کرنے کی صلاحیت اور اہلیت موجود ہو۔

مثلاً کئی روایات پرست ملکوں میں جنسی تعلیم ممنوع ہے۔ جن ملکوں میں اس کی اجازت ہے وہاں اس کی نوعیت ”سوئی میں دھاگا“ پرونے کی ترکیب بتانے کی ہی ہوتی ہے۔ یعنی انہیں جنسی افعال اور تولیدی طریقوں کے بارے میں بتایا جاتا ہے۔ اس قسم کی تعلیم علمِ حیاتیاں سے تعلق رکھتی ہے۔ اس سے ذاتی یا شخصی تعلق کے سلسلے میں مدد نہیں ملتی۔ اس پر مزید تسمیہ ہوتا ہے کہ مختلف ذرائع ابلاغ بچوں کو جنسی بھول بھلیوں میں کھوجانے کی ترغیب دیتے رہتے ہیں۔

اگر جس کے بارے میں اسلام کا نظریہ اور مخصوص معلومات فراہم کی جائیں تو اس سے نوجوانوں میں جنسی دفاع کف کے بارے میں حقیقی شعور بیدار ہوتا ہے۔

سچ تو یہ ہے کہ اوائل شب میں جنسی سرگرمیوں کے بڑے خراب نتائج برآمد ہوتے ہیں۔ اس کی وجہ سے بعض اوقات ولادت کی پیچیدگیاں پیدا ہوتی ہیں۔ اسقاطِ حمل کا سلسلہ جاری ہوتا ہے اور جنسی امراض پھیلنے لگتے ہیں۔ یہ تمام باتیں نتیجہ ہوتی ہیں لاعلمی کا۔ اب جنسی متعدی امراض ہی کو لیجئے۔ عالمی ادارہ صحت کے مطابق سوزاک اور آتشک جیسے جنسی امراض نوجوانوں کا ایک اہم مسئلہ ہیں۔ یہ امراض خاص طور پر ان شہری علاقوں میں بہت عام ہیں جہاں معاشرتی یا سماجی تبدیلیاں بڑی تیزی سے جاری رہتی ہیں۔ شادیاں دیر سے ہوتی ہیں اور شادی سے قبل جنسی اختلاط پر روایتی پابندیاں



بال گرتے ہیں

میرے سر کے بال گرتے ہیں۔ ایک شمارے میں آپ نے کلونجی، میتھی کے بیج اور آٹے بھگو کر بالوں کی جڑوں میں لگانے کو لکھا ہے۔ میں وہ لگا سکتی ہوں؟ میرے سر میں خشکی نہیں صرف بال گرتے ہیں۔ (شرین۔ میرپور)

مشورہ:- دماغ کی کمزوری سے بھی بال گرنے شروع ہو جاتے ہیں۔ آپ زیتون کے تیل میں تھوڑا سا کسٹر اٹل ملائیے اور ہر تیسرے دن رات کے وقت بالوں کی جڑوں میں خوب لگائیے۔ صبح سر دھوئیے۔ کلونجی اور میتھی کے بیج کی بجائے آپ سیکا کاٹی آدھ پاؤ اور آٹے ایک پاؤ منگ کر رکھ لیجئے۔ دو پھلیاں سیکا کاٹی اور مٹھی بھر آٹے رات کو پانی میں بھگو دیجئے۔ صبح پیس کر اس سے اپنا سر دھو لیجئے۔ کسٹر اٹل لگانے کے بعد آپ شیمپو یا صابن سے سر دھوئیے تاکہ چکنائی نکل جائے۔ آپ کیلئے مفید ثابت ہوگا۔ کم از کم سات با دام صبح کھائیے۔ اس کے ساتھ دودھ کا ایک گلاس پی لیں تو اور بھی فائدہ ہوگا۔ بال عموماً کسی بیماری یا بخار کی وجہ سے گرنے لگتے ہیں۔ آپ پچھلے دنوں بیمار تو نہیں رہیں؟ براہ کرم آئندہ اپنے متعلق تفصیل سے خط لکھا کیجئے۔

پیلارنگ اور کمزوری

میرا رنگ بے حد پیلا ہے۔ لوگ مجھے بیمار سمجھتے ہیں۔ میں علاج کرا کے تھک چکی ہوں۔ فرسٹ ایئر کی طالبہ ہوں۔ دودھ موافق نہیں آتا۔ پیٹ خراب ہو جاتا ہے۔ ذرا سا کام کرتی ہوں تو سانس پھول جاتا ہے۔ ٹانگوں اور بازوؤں میں درد رہتا ہے۔ پیٹ کی خرابی کے باعث ٹھیک طرح کھا بھی نہیں سکتی اور کام بھی نہیں کر سکتی۔ مجھے مشورہ دیجئے میں کیا کھاؤں؟ (عائشہ پروین۔ فیصل آباد)

مشورہ:- آج کل آلود بخارے اور خوبانی کا موسم ہے۔ آپ صبح دو دنوں پھلوں میں سے کوئی ایک باقاعدگی سے کھائیے۔ رات کو با دام گیارہ عدد اور تھوڑی سی کشمش پانی میں بھگو صبح نہار منہ

کھائیے۔ دن کے دس بجے پھل لیجئے۔ ہفتے میں ایک بار بکرے کی کچلی مکئی سی بھون کر ضرور کھائیے۔ قلعے کا ساگ اور پالک آپ کیلئے اچھی غذا ہے۔ آلو پالک گوشت پالک اور قیرہ پالک ہفتے میں کم از کم دو بار کھائیے۔ صبح کی سیر ضرور کیجئے۔ سورج جب نکلتا ہے تو اس کی کرنوں کے سامنے کھڑے ہو کر گہرے گہرے سانس لیجئے۔ گہرا سانس لے کر ایک منٹ کیلئے روکیے پھر آہستہ آہستہ سانس باہر نکالے۔ ایسا کرنے سے آپ کا سانس پھولنا ختم ہو جائے گا۔ شام کا کھانا جلد کھا کر آپ گھر کے صحن میں کم از کم پندرہ منٹ ٹہلیے۔ کھانا کھا کر فوراً لیٹ جانے سے کھانا ہضم نہیں ہوتا۔ ایک ماہ اسی طرح کیجئے۔ پھر مجھے خط لکھئے۔ آپ ڈاکٹر سے پوچھ کر وٹامن تجویز کرا کے کھا سکتی ہیں۔ تازہ یا سوکھے پودینے کے پندرہ پتے لے کر آپ چائے کی طرح پانی میں دم دیجئے۔ ایک پیالی کافی ہوگا اسے ٹھنڈا کر کے پیجئے۔ اس سے آپ کا ہاضمہ درست ہوگا۔ اس میں آپ ایک چھوٹی الائچی بھی ڈال سکتی ہیں۔ اس کے پینے سے رنگت صاف ہو جائے گی۔

میں مرجاؤں گا

آپ کے خط سے میں بربادی اور موت سے بچ سکتا ہوں۔ کئی دفعہ نیند کی گولیاں کھا کر مرنے کی کوشش کی مگر ناکام رہا۔ میں بارہویں جماعت کا طالب علم ہوں۔ انیس سال عمر ہے۔ دوسروں کی شان و شوکت، خوبصورتی اور رعب داب سے متاثر ہونا میری عادت ہے۔ کچھ عرصہ پہلے مجھ سے دو سال چھوٹا ایک لڑکا پڑھنے کیلئے ہمارے گھر آیا جس کی شخصیت نے مجھے بہت متاثر کیا۔ سب سے بڑی بات یہ کہ وہ دو ماہ بعد کینیڈا چلا جائے گا۔ میرے ذہن پر یہ بات سوار ہو گئی ہے۔ ہنسنا، بولنا، کھیلنا، کھانا پینا سب ختم، گھر والے پریشان ہیں۔ پڑھائی بھی نہیں ہو رہی۔ میں ہر حال میں اس لڑکے کا مقابلہ کرنا بلکہ اس سے آگے نکلتا چاہتا ہوں۔ جس دن وہ لڑکا کینیڈا چلا گیا وہ دن میری زندگی کا آخری دن ہوگا، خدا را میری مدد کیجئے۔ (ف، ف۔ بہاولپور)

مشورہ:- ف، ف! آپ اتنے اچھے اور ذہین لڑکے ہو کہ اپنے آپ کو تباہ کرنے پر کیوں تل گئے ہیں؟ ذرا ٹھنڈے دل سے سوچو، اگر آپ کا کوئی رشتہ دار بھائی امریکہ یا لندن جانے تو کیا آپ بھی اس کے ساتھ جائیں گے؟ آپ اپنے گھر والوں سے کہیے کہ آپ کو اعلیٰ تعلیم حاصل کرنے کیلئے باہر جانا ہے۔ ساتھ ساتھ آپ پڑھائی پر خوب توجہ دیجئے اور سب سے زیادہ نمبر لے کر بورڈ کا ریکارڈ توڑنے کی کوشش کیجئے۔ آپ کے ساتھ، استاد اور گھر والے

خوش ہو جائیں گے اور آپ کو باہر جانے کا موقع بھی مل جائے گا۔ ہر انسان کی اپنی فطرت ہوتی ہے۔ آپ اس لڑکے سے مقابلہ ضرور کیجئے مگر مثبت انداز میں مثلاً اس بات پر کہ آپ بھی اعلیٰ تعلیم حاصل کرنے باہر جائیں گے۔ ابھی وقت ہے، اس سے ہار نہ مائیے، اپنے وقت کو برباد نہ کیجئے اور اپنی ساری توجہ صرف اس بات پر رکھیے کہ آپ نے امتیازی پوزیشن لے کر علم کی شمع روشن کرنی ہے۔ آپ خود حیران ہوں گے کہ پڑھائی میں آپ کا دل لگ جائیگا۔ اللہ تعالیٰ کسی کی محنت رائیگاں نہیں جانے دیتا، بس تھوڑی سے ہمت اور حوصلہ چاہیے۔ اور اپنی سوچ کا دھارا بدل دیجئے، خود کشی تو بزدل لوگ کیا کرتے ہیں، زندگی بھی خراب اور آخرت بھی خراب۔ آپ ہی کی طرح ایک لڑکی امتحان میں فیل ہونے کے خوف سے خود کشی کرنا چاہ رہی تھی حتیٰ کہ اس نے زہر کی گولیاں منگوا کر رکھ لیں۔ مجھے دو بار فون بھی کیا، میں نے اسے سمجھایا کہ سارا معاملہ خدا پر چھوڑ دو اور اپنی بھرپور کوشش کرتے ہوئے پڑھائی میں دل لگاؤ، انشاء اللہ تم کامیاب ہوگی۔ چار پانچ سال بعد اس کا خط آیا اس نے لکھا "میں ہمت ہار چکی تھی اور اپنی ساتھی لڑکیوں اور گھر والوں سے خوف زدہ تھی کہ فیل ہوگئی تو سب میرا مذاق اڑائیں گے۔ آپ کے خط نے مجھے حوصلہ دیا، میں نے مطالعہ کرنے کی کوشش کی اور کامیاب ہوتی چلی گئی۔ اب میں نفسیات کی اعلیٰ تعلیم حاصل کر رہی ہوں۔" تو بیٹے! آپ بھی پڑھائی پر توجہ دیجئے، مقابلہ کا خیال آتا ہی اس لیے ہے کہ انسان دوسروں سے آگے بڑھنے کی کوشش کرتا ہے۔

سوچی اور میوے کے کیڑے

تہینہ بہن نے خانیوال سے خط لکھا ہے کہ سوچی اور میوے میں بہت کیڑے پڑ جاتے ہیں۔

مشورہ:- سوچی ہمیشہ تازہ خریدیے اور اسے کڑا ہی میں بھون کر ٹھنڈا کر کے رکھ لیجئے، خراب نہیں ہوگی۔ میوے کے ڈبے میں آپ تیز پات کے تین چار پتے رکھ دیجئے، کیڑے پیدا نہیں ہوں گے، مینس آٹے اور چاول میں تیز پات کے بڑے پتے رکھ دیئے جائیں تو کیڑا نہیں لگتا۔

جلے کا نشان ختم کرنے کیلئے

اکثر جل جانے پر جلد پر نشان رہ جاتا ہے جو جلد کو بد نما کر دیتا ہے اس کیلئے ایک تازہ پتہ جاسن کا کھل کریں یا پھر پتھر پر باریک پیس کر جلے ہوئے سفید نشان پر لگانے سے نشان جاتا رہے گا۔ روزانہ نیلیپ تیار کریں۔

زادہ نعل صادق آباد

خوش و خرم خاندانوں کی نمایاں خوبیاں

خوش باش خاندانوں کی پہچان یہ ہے کہ وہ زندگی کے اتار چڑھاؤ کا مذہب و جزر کا ثابت قدمی سے مقابلہ کرتے ہیں۔ ہمت نہیں ہارتے۔ خوش رہتے ہیں اور خود غرض نہیں ہوتے۔ ان میں بچوں کے خیالات سنے جاتے ہیں اور ان کے احساسات کا خیال رکھا جاتا ہے۔

ہمارے ایک ماہر نفسیات دوست ڈاکٹر علی کبھی کبھی بتایا کرتے ہیں کہ نئے طرز احساس کے مطابق بچوں کو بھرپور آزادی اور اظہار رائے کے مواقع دینے والے خاندان بھی کئی مسائل کی زد میں آ جاتے ہیں۔ ڈاکٹر صاحب نے اس قسم کا ایک حالیہ واقعہ یوں سنایا۔ ”پرسوں جب میں اپنے کلینک پہنچا تو ایک خاندان میرا منتظر تھا۔ میاں بیوی دونوں اعلیٰ تعلیم یافتہ تھے۔ انہوں نے اپنے بچوں کی پال پوس جدید ترقی پسند انداز میں کی۔ انہوں نے بچوں کو کھلے انداز میں کسی ہچکچاہٹ کے بغیر اپنے جذباتوں کے اظہار کی آزادی دی۔ ان کو گھر میں مساوی درجہ دیا۔ بچے اپنے فیصلے خود کرتے۔ اپنے لباس خود چنتے۔ اپنے دوست اور ٹی وی پروگرام خود منتخب کرتے۔ کھیل کود میں کوئی روک نہ تھی، سکول میں جب کوئی مسئلہ پیدا ہوتا تو والدین بچوں کا ساتھ دیتے، گھر بیلو کام کاج سے انہوں نے بچوں کو پوری طرح آزاد رکھا۔“

”میرے کلینک میں اس جوڑے کے ساتھ ان کی اس سوچ اور محنت کے ”پھل“ بھی تشریف فرما تھے۔ یہ دو بچے تھے ایک پندرہ برس کا بیزار لڑکا اور دوسری تیرہ سالہ لڑکی جو گویا اپنے آپ میں گم تھی۔ یہ مختصر سا خاندان ویسا نہ تھا جیسا اس خاندان کے بنانے والوں نے چاہا تھا۔ والدین نے سوچا تھا کہ وہ گھر میں ترقی پسند ماحول بنائیں گے۔ بچوں کو آزادی دیں گے تو نتیجے میں ایک خوش باش اور محبت کرنے والا خاندان وجود میں آئے گا۔ مگر یوں نہ ہوا اب دونوں میاں بیوی بچوں کو ساتھ لے کر میرے منتظر تھے۔“

خیر یہ کہانی انوکھی نہیں میں نے پہلے بھی اس قسم کے قصے سن رکھے ہیں۔ ویسے سارے ترقی پسند خاندان اس انجام سے دوچار نہیں ہوتے۔ اس لئے محض ترقی پسند انداز کو اس کا ذمہ دار قرار دینا مناسب نہ ہوگا۔ بات یہ ہے کہ کہیں نہ کہیں کوئی خامی رہ جاتی ہے پھر وہ بڑھتی چلی جاتی ہے۔ پرانے خیال کے ماں باپ کو بھی اس قسم کے مسائل درپیش رہتے ہیں۔ خاندان کی نشوونما کے پرانے ماڈل میں والدین سخت گیر اور محتاط ہوا کرتے تھے۔ خاص طور پر باپ خوف اور سختی کی علامت ٹھہرتا تھا۔ والدین گھر میں سارے فیصلے خود کرتے۔ بچوں کیلئے ان کے فیصلے حتمی ہوتے۔ وہ شاذ و نادر ہی بچوں کی

بہت سے داناؤں نے اس سوال کا جواب دیا ہے۔ ہم یہاں جس جواب کو پیش کر رہے ہیں وہ کیلی فورنیا کے بچوں اور خاندانوں کے مرکزی کے ماہر جان ای او بڈنسکی نے دیا ہے۔ او بڈنسکی صاحب سان فرانسسکو کی یونیورسٹی آف کیلی فورنیا میں پڑھاتے بھی ہیں۔ ان کا کہنا ہے کہ خاندانوں کی پرورش کیلئے کسی ایک طے شدہ فلسفے سے رہنمائی حاصل نہیں کی جا سکتی۔ فلسفے ہمیں بنے بنائے رہنما اصول تہمادیتے ہیں مگر زندگی کا چلن یہ ہے کہ وہ کبھی ایک بات کا تقاضا کرتی ہے تو کبھی دوسری بات کا۔ وہ دونوں ایک دوسرے سے مختلف بلکہ کبھی کبھار متضاد بھی ہو سکتی ہیں۔ اسی طرح کبھی ہمیں ایسے فیصلے کرنے پڑتے ہیں جو روایتی دانش سے متصادم نظر آتے ہیں۔ مگر ہمارے حالات میں وہ مفید ثابت ہوتے ہیں۔ آئیے یہاں ہم قدرے تفصیل سے یہ دیکھیں کہ خوش باش خاندانوں کی خاص بات کیا ہوتی ہے وہ دوسروں سے عام خاندانوں سے کیوں اور کیسے مختلف ہوتے ہیں۔ کیا چیز ان کو مختلف بناتی ہے۔ بچے اپنا مقام پہچانتے ہیں۔ خوش و خرم خاندان کوئی جمہوری ریاست نہیں ہوتا جس میں سب کو مساوی حقوق حاصل ہوں۔ سب کا ایک جیسا ووٹ ہو اور جہاں بچوں کو وہ چیز حاصل ہو جس کو مکمل یا مادر پدر آزادی کا نام دیا جاتا ہے۔ حقیقی صورتحال اس سے مختلف ہے۔ بلاشبہ مساوی حقوق اور آزادی قابل قدر

اچھائیاں ہیں۔ مگر گھر میں ان کا مفہوم فلسفیانہ مفہوم سے تھوڑا بہت مختلف ہی ہوتا ہے۔ خوش باش خاندانوں میں صحت مند خاندانوں میں والدین کو شفقت آمیز قسم کی بالادستی حاصل ہوتی ہے۔ وہ بچوں کے خیالات سنتے ہیں ان کے احساسات کا خیال رکھتے ہیں۔ ان کی رائے لیتے ہیں۔ مگر حتمی فیصلے خود کرتے ہیں۔ یہ طرز عمل بچوں کو نہ صرف رہنمائی عطا کرتا ہے بلکہ ان کو تحفظ کا احساس بھی ہوتا ہے اور وہ جان جاتے ہیں کہ بالادست کون ہے۔

ہماری ایک عزیزہ یورپ سے ڈیزائننگ کی اعلیٰ تعلیم حاصل کر بی ہے۔ وہ ڈیزائننگ کی دلدادہ ہے اور اس شعبے میں اپنا نام پیدا کرنا چاہتی ہے۔ دس سال پہلے جب اس کی عمر سات آٹھ سال تھی ایک روز اچانک اس نے پڑھائی جاری رکھنے سے انکار کر دیا تھا۔ ماں نے سبب پوچھا تو کہنے لگی کہ وہ یورپ گئی ہے۔ ماں سیانی تھی اس نے کہا اچھا ٹھیک ہے تم اگر پڑھائی جاری نہیں رکھنا چاہتی تو چھوڑ دو مگر ابھی نہیں تین ماہ تک اپنا سبق جاری رکھو پھر اگر چھوڑنا چاہو تو ٹھیک ہے۔ بچی نے سبق جاری رکھا اب جیسا کہ میں نے بتایا وہ ڈیزائننگ کی اعلیٰ تعلیم حاصل کر رہی ہے۔

والدین بچوں کی زبان بولتے ہیں۔ ہم عام طور پر بھول جاتے ہیں کہ بچے ننھے، بالغ، نہیں ہوتے۔ وہ مختلف انداز میں بولتے ہیں۔ مختلف انداز میں سوچتے ہیں۔ مختلف انداز میں رد عمل ظاہر کرتے ہیں۔

بلاشبہ بعض بچے بال کی کھال اتار کر رہتے ہیں۔ ان کا انداز کچھ اس قسم کا ہوتا ہے۔ ”آپ نے مجھے ڈرائنگ روم میں بال پھینکنے سے منع کیا تھا یہ نہیں کہا تھا کہ ہارچی خانے میں بال نہ پھینکوں۔“ بچہ جب اس قسم کے حیلے کرتا ہے تو عموماً اس کو ماں یا باپ کے عمومی حکم کا مطلب پوری طرح معلوم ہوتا ہے۔ وہ جانتا ہے کہ اس کا مطلب یہ ہے کہ وہ گھر کے اندر گیند نہ پھینکے۔ چھوٹے بچوں کا معاملہ یہ ہے کہ ان کی دنیا ”اب اور یہاں“ تک محدود ہوتی ہے۔ (جاری ہے)

ولادت میں آسانی کے لئے

اگر کسی عورت کو ولادت آسانی سے نہ ہوتی ہو یعنی آپریشن کیس ہو تو اس کیلئے تیس یا چالیس گرام پرانا گڑ 100 (سو) گرام پانی میں ملا کر پکائیں، گڑ صل ہو جائے تو پلائیں انشاء اللہ تعالیٰ بچے کی ولادت میں آسانی ہوگی اور آپریشن کے بغیر ہی بچہ ہو جائے گا۔ تجرب ہے۔

(کاغذ، کوٹ رادھا کشن)

ایک چھیرے کا درد بھراقصہ

اس نے وعدہ کیا کہ اب میں اللہ کے حضور توبہ کرتا ہوں اور وعدہ کرتا ہوں کہ کسی پر ظلم نہیں کروں گا۔ (محمد اکرم کبوتر کراچی)

علامہ ابن حجر رحمۃ اللہ تعالیٰ نے اپنی کتاب البرذاز میں لکھا ہے کہ ایک شخص نے کہا میں نے ایک شخص کو دیکھا جس کا ہاتھ کاندھے سے کٹا ہوا تھا اور وہ چیخ چیخ کر کہہ رہا تھا ”مجھے دیکھ کر عبرت حاصل کرو اور کسی پر ہرگز ظلم نہ کرو“ میں نے آگے بڑھ کر اس سے پوچھا ”میرے بھائی تیرا کیا قصہ ہے؟“ اس شخص نے جواب دیا بھائی میرا قصہ عجیب و غریب ہے۔ دراصل میں ظلم کرنے والوں کا ساتھ دیا کرتا تھا۔ ایک دن کا ذکر ہے میں نے ایک چھیرے کو دیکھا جس نے کافی بڑی مچھلی پکڑ رکھی تھی۔ مچھلی مجھے پسند آئی۔ میں اس کے پاس پہنچا اور کہا مجھے یہ مچھلی دے دو اس نے جواب دیا میں یہ مچھلی تمہیں نہیں دوں گا کیونکہ اسے فروخت کر کے اس کی قیمت سے مجھے اپنے بال بچوں کا پیٹ پالنا ہے۔ میں نے اسے مارا پیٹا اور اس سے زبردستی مچھلی چھین لی اور اپنی راہ لی۔ جس وقت میں مچھلی کو اٹھائے جا رہا تھا، اچانک مچھلی نے میرے انگوٹھے پر زور سے کاٹ لیا۔ میں مچھلی لے کر گھر آیا اور اسے ایک طرف ڈال دیا۔ اب میرے انگوٹھے میں ٹیس اور درد اٹھا اور اتنی تکلیف ہونے لگی کہ اس کی شدت سے میری نیند اڑ گئی۔ پھر میرا پورا ہاتھ سوج گیا۔ جب صبح ہوئی تو میں طبیب کے پاس آیا اور اس سے درد کی شکایت کی۔ طبیب نے کہا یہ انگوٹھا سڑنا شروع ہو گیا ہے۔ لہذا بہتر ہے کہ اس کو کٹو اور نہ پورا ہاتھ سڑ جائے گا۔ میں نے انگوٹھا کٹوا کر نکال دیا۔ لیکن اس کے بعد سڑنا ہاتھ میں شروع ہوئی اور درد کی شدت سے میں سخت بے چین ہو گیا اور سو نہ سکا۔ لوگوں نے مجھ سے کہا کہ ہتھیلی کاٹ کر نکال دو اور میں نے ایسا ہی کیا، اب درد بڑھ کر کہنی تک پہنچ گیا۔ میرا چین اور نیند سب اڑ گئی اور میں درد کی شدت سے رونے اور فریاد کرنے لگا۔ ایک شخص نے مشورہ دیا کہ کہنی سے ہاتھ الگ کر دو۔ میں نے ایسا ہی کیا لیکن اب درد موٹہ سے تک پہنچ گیا اور سرائی وہاں تک پہنچ گئی۔ لوگوں نے کہا کہ اب تو پورا بازو کٹو دینا ہوگا ورنہ تکلیف پورے بدن میں پھیل جائے گی۔ اب لوگ مجھ سے پوچھنے لگے کہ آخر یہ تکلیف تمہیں کیوں کر شروع ہوئی۔ میں نے مچھلی کا قصہ انہیں سنایا۔ انہوں نے کہا کہ اگر تم ابتداء (بقیہ صفحہ نمبر 45 پر)

درد شریف سے دنیا و آخرت سنواریں

حضور سرور کونین ﷺ نے ایک مرتبہ فضائل حج بیان فرمائے کہ جو حج کرے جہاد کو جائے تو ایک جہاد کا ثواب 400 حج کے برابر پائیگا۔ وہ لوگ جن میں طاقت نہ تھی یہ سن کر مایوس اور دل شکستہ ہونے لگے۔ حضور ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جو شخص مجھ پر درود بھیجے گا وہ بھی ایسی ہی جزا پائیگا۔

اس مسجد میں سب فرشتے ہیں آپ کو آدمی نظر آرہے ہیں۔ میں نے عرض کیا مجھے جبرائیل دکھائیں جو ہمارے آقا و مولا محمد مصطفیٰ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے محبت کرنے والے ہیں۔ فوراً مسجد کے محراب سے آواز آئی کہ اے اللہ کے بندے میں یہاں ہوں۔ میں نے سلام عرض کیا اور کہا کہ مجھے نصیحت فرمائیے۔ فرمایا تیرے سامنے یہودی آئے گا اس سے بچے رہنا اور امانت کو ادا کرنا۔

پھر میں نے میکائیل علیہ السلام کو دیکھنے کی خواہش کی اور ان کو دیکھا اور عرض کیا مجھے کوئی نصیحت فرمائیے انہوں نے کہا عدل کرو اور عہد پورا کرو۔ پھر میں نے اسرافیل علیہ السلام کو دیکھنے کی تمنا کی۔ ایک صاحب رعنا کھڑے ہوئے اور کہا کہ میں اسرافیل ہوں۔ میں نے کہا مجھے نصیحت فرمائیے۔ بولے دنیا کو چھوڑ دو اللہ تعالیٰ کی رضا حاصل ہوگی۔ پھر میں نے عزرائیل علیہ السلام کی زیارت کرنا چاہی۔ اچانک ایک حسین و جمیل جوان اٹھے اور فرمایا میں عزرائیل ہوں۔ میں نے ان کی خدمت میں عرض کی کہ حضرت جان تو آپ ہی نے نکالنی ہے۔ لہذا اللہ اور اس کے پیارے رسول صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا واسطہ دیکر عرض کرتا ہوں کہ آپ میری روح قبض کرتے وقت مجھ پر نرمی کریں۔ حضرت عزرائیل نے فرمایا ہاں ایک شرط ہے وہ یہ کہ آپ حضور کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم پر کثرت سے درود شریف پڑھتے رہیں۔

درد کے قاری پر چار فرشتوں کا کرم
روایت ہے کہ ایک مرتبہ اللہ تعالیٰ کے چاروں مقرب فرشتے بارگاہ رسالت صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم میں حاضر ہوئے۔ جبرائیل علیہ السلام نے عرض کیا یا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم آپ پر جو درود پڑھے گا میں اسے پل صراط سے بجلی کی سی تیزی سے گزاریں گا۔ میکائیل علیہ السلام نے عرض کیا! میں بارگاہ رب العزت میں پہنچا کر سیراب کروں گا۔ اسرافیل علیہ السلام نے عرض کیا! میں بارگاہ رب العزت میں اس وقت تک پڑا رہوں گا جب تک کہ اس کی بخشش نہ ہو جائے۔ عزرائیل علیہ السلام نے عرض کیا! میں اس کی روح اس قدر آسانی سے قبض کروں گا جس طرح انبیاء کرام علیہ السلام کی روح نکالتا ہوں۔

درد کا اجر چار سو مرتبہ جہاد کے برابر

حضرت ابوسعید رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ حضور سرور کونین ﷺ نے ایک مرتبہ فضائل حج بیان فرمائے کہ جو حج کرے جہاد کو جائے تو ایک جہاد کا ثواب 400 حج کے برابر پائے گا۔ وہ لوگ جن میں طاقت نہ تھی اس بات کو سن کر مایوس اور دل شکستہ ہونے لگے۔ حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام نے ارشاد فرمایا کہ جو شخص مجھ پر درود بھیجے گا وہ ایسی جزا پائے گا جو چار سو مرتبہ جہاد کرنے والے کو ملتی ہے۔ اس روایت کو حضرت حسن بصری رحمۃ اللہ علیہ نے بھی نقل کیا ہے۔

منطوش فرشتہ

حضرت معاذ بن جبل رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے حدیث شریف نقل ہے کہ حضور انور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا کہ حق تعالیٰ نے مجھے وہ رتبہ دے دیا ہے جو کسی نبی کو نہیں ملے۔ مجھ کو سب نبیوں پر فضیلت دی اور اعلیٰ درجے مقرر کئے۔ میری امت کیلئے مجھ پر درود پڑھنے میں میری قبر کے پاس ایک فرشتہ مقرر فرمایا جس کا نام منطوش ہے۔ اس کا سر عرش کے نیچے اور پاؤں زمین کی تہ تک ہیں۔ اس کے اسی ہزار بازو اور ہر بازو میں اسی ہزار ہر ہر کے نیچے اسی ہزار روٹنگٹے اور ہر روٹنگٹے کے نیچے ایک زبان ہے جس سے وہ اللہ تعالیٰ کی تسبیح و تحمید بیان کرتا ہے اور اس شخص کیلئے دعائے مغفرت کیا کرتا ہے جو (میرا امتی) مجھ پر درود پڑھتا ہے۔ سبحان اللہ۔

حضرت عزرائیل علیہ السلام کی شرط

حضرت شیخ احمد بن ثابت مغربی فرماتے ہیں ایک دن درد شریف کے متعلق کتاب لکھ رہا تھا۔ دیوار کے ساتھ پشت لگا کر قلم ہاتھ میں اور کاغذ گود میں تھا کہ اچانک آنکھ لگ گئی اور اپنے آپ کو ایک جامع مسجد میں پایا، اندر گیا تو کوئی ذرہ بھر زمین بھی بیٹھے کو نہ ملی۔ ایک نوجوان نہایت ہی حسین و جمیل نظر آیا۔ اس کے چہرے کے نور اور اس کے حسن قامت کو دیکھ کر بہت تعجب ہوا۔ ان سے نام پوچھا۔ اس نے کہا میرا نام ”رومان“ ہے اور میں ملائک ہوں۔ میں نے پھر پوچھا کہ آپ ملائک ہیں تو آدمیوں میں کیوں آئے ہیں۔ فرمایا

شوہر کا رویہ ٹھیک نہیں

کیا دوسرا وظیفہ کر سکتی ہوں؟

کاروبار میں پریشانی

رشتے میں رکاوٹ

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن و سنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جسکا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لغائے میں کسی قسم کی نفی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لغافہ ہمراہ ارسال کریں صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولنے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

رشتے میں رکاوٹ ہے

☆ میری عمر اس وقت 24 برس ہے۔ نامعلوم وجوہات کی بناء پر ابھی تک شادی نہیں ہوئی۔ جس کسی نے جو وظیفہ جو عمل بتایا وہ کیا مگر کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ میری تعلیمی قابلیت ایم اے ایم ایڈ ہے۔ نہ صرف شادی بلکہ کسی کام میں بھی کامیابی نہیں ہوتی۔ زندگی رکاوٹوں اور بندشوں سے بھری پڑی ہے۔ کوئی کہتا ہے آسیب کالا جادو ہے۔ ذہن اس قدر منتشر ہو چکا ہے کہ عبادت میں بھی دل نہیں لگتا (نعموہ باللہ)۔ کسی کو میری ذات اور شخصیت میں کوئی دلچسپی نظر نہیں آتی۔ گزشتہ ایک برس سے کوئی رشتہ نہیں آیا۔ اگر بھولے سے کوئی آجائے تو وہ واپس نہیں پلٹتا۔ آپ نے اسی مسئلے کیلئے کسی کورسور والی نصیحت پڑھنے کو کہا تھا۔ دوسری بہن پیشہ کے لحاظ سے ڈاکٹر ہے اس کی بھی شادی کی راہ میں نہ جانے کیسی رکاوٹیں ہیں کہ کوئی رشتہ نہیں آتا۔ ایک دو اچھے رشتے آئے مگر وہ لوگ واپس پلٹ کر نہیں آئے۔ بڑا مسئلہ تنگی رزق کا ہے۔ والد صاحب عرصہ دراز تک ملک سے باہر رہے ہیں۔ گزشتہ گیارہ برسوں سے گھر واپس آ گئے ہیں کوئی کام نہیں کرنا چاہتے۔ نہ جانے کسی نے کیا کر دیا ہے۔ کام یا کاروبار کا کہیں تو غصے میں آ جاتے ہیں۔ گھر کا خرچ ہم دو بہنوں اور بھائی کی وجہ سے چل رہا ہے۔ (شائستہ کراچی) مشورہ:- آپ سورہ والضحیٰ کا عمل پڑھ سکتی ہیں اجازت ہے۔ میں نے آپ کے تمام کيس کور روحانی عمل سے دیکھا ہے۔ آپ پر سخت بندش ہے اور اس کیلئے آپ کو مستقل مزاجی سے کوئی عمل کرنا پڑے گا۔ اگر آپ نے غیر مستقل مزاجی سے کوئی عمل کیا تو پھر اور نئے وظائف پڑھنے پڑیں گے فائدہ ہرگز نہ ہوگا۔

رشتہ پر دل مطمئن نہیں

☆ میری بڑی بہن کی تنگی آج سے تین سال پہلے ہوئی تھی اور جن سے کی تھی وہ میرے پھوپھا کے بیٹے تھے۔ اس وقت تو یہ منگنی کر دی مگر اب کچھ اختلافات کی بناء پر یہ رشتہ قائم رکھنے پر دل مطمئن نہیں ہے اور لڑکی بھی اس رشتے پر راضی نہیں ہے۔

میری والدہ بھی یہی چاہتی ہیں اور یہ رشتہ ختم کر کے ایک اور جگہ رشتہ کرنا چاہتی ہیں۔ اب جن سے کرنا چاہتی ہیں وہ رشتے میں خالدہ زاد ہیں۔ میں یہ چاہتی ہوں کہ پھوپھی زاد سے جو منگنی کی ہے وہ ختم ہو جائے اور کوئی بگاڑ بھی پیدا نہ ہو۔ یعنی دونوں خاندانوں کے درمیان جھگڑا بھی نہ ہو تو آپ اس کیلئے کوئی وظیفہ بتا دیجئے۔ اگر انمول خزانے پڑھنے میں تو کیا کسی خاص تناسب سے پڑھنے پڑھتے ہیں۔ میرا دوسرا مسئلہ معاشی تنگی کا ہے۔ گھر میں بہت زیادہ تنگی آئی ہوئی ہے۔ کاروبار میں کوئی فائدہ نہیں ہو رہا۔ میرے ابو شوروں پر کام کرتے ہیں۔ گاڑیوں کا شوروم ہے اور پائز شپ پر کام کرتے ہیں۔ اس کے علاوہ دو گاڑیاں ہیں مگر لگا تار دونوں کے ایکسیڈنٹ ہو رہے ہیں اور بہت نقصان ہو رہا ہے۔ (نوشین لاہور)

مشورہ:- آپ کے گھر پہلا مسئلہ رشتوں کا اور دوسرا معاش کا ہے۔ آپ سے گزارش ہے آپ اگر مندرجہ ذیل نفل روزانہ پڑھ کر اپنے مسائل کیلئے دعا کریں تو جلد اثر ہوگا (انشاء اللہ)۔ دو رکعت نفل پہلی رکعت میں فاتحہ کے بعد سورہ فیل اکیس بار۔ دوسری رکعت میں فاتحہ کے بعد سورہ قریش اکیس بار۔ پھر سلام پھیر کر سجدے میں جا کر اللہ تعالیٰ سے خوب دھیان کے ساتھ دعا کریں۔ روزانہ کریں۔ سورہ فاتحہ اکیس بار۔ سورہ قریش اکیس بار۔ سورہ فیل اکیس بار پڑھ کر کاروبار گاڑیوں کا دھیان تصور کر کے پھونک ماریں۔ اگر صبح و شام یہ عمل کر لیں تو بہت زیادہ فائدہ مند ہوگا۔ انشاء اللہ۔

والد صاحب کا رو بار شروع نہیں کرتے

☆ میرے والد صاحب پہلے ملازم تھے۔ اب ریٹائرڈ ہوئے تین سال گزر چکے ہیں لیکن وہ کوئی کاروبار شروع نہیں کرتے جس کی وجہ سے ہمارے گھر میں کافی لڑائی جھگڑے ہوتے ہیں۔ لیکن اس کے باوجود کبھی میرے والد صاحب کوئی کاروبار شروع نہیں کرتے جس کی وجہ سے روز بروز پریشانی بڑھتی چلی جا رہی ہے۔ میرے چچا نے اٹلی جانا ہے اور چار سال ہو گئے ہیں ان لوگوں کو روپے دیئے ہوئے ہیں لیکن وہ کوئی بات صحیح

طرح نہیں بتاتے۔ نہ لے جاتے ہیں نہ روپے واپس کرتے ہیں۔ میں نے ایف۔ اے کے پیپرز دیئے ہوئے ہیں۔ میرے والد صاحب کا چونکہ کوئی کاروبار نہیں ہے جس کی وجہ سے وہ مجھے آگے پڑھا نہیں سکتے لیکن مجھے پڑھنے کا بہت شوق ہے۔ مہربانی فرما کر مجھے کوئی وظیفہ بتائیں جس سے میرے ابو کا کوئی کاروبار شروع ہو جائے اور میں اچھے نمبر لے کر پاس ہو جاؤں اور تعلیم بھی جاری رکھ سکوں۔ میری چھوٹی بہن فرسٹ ایئر میں پڑھتی ہے اس کا مسئلہ یہ ہے کہ وہ جب سبق یاد کرتی ہے تو وہ کچھ دیر کے بعد ہی بھول جاتی ہے اور پڑھنے کو بھی اتنا خاص دل نہیں کرتا اور غصہ کچھ جلدی آ جاتا ہے۔ میرا ایک بھائی ہے لیکن اس کی عادتیں اتنی زیادہ خراب ہو گئی ہیں کہ وہ بالکل نہیں پڑھتا اور وقت ضائع کرتا ہے۔ ابو وغیرہ کا کہنا نہیں مانتا جو بات کریں اس کا جواب منہ پدے دیتا ہے۔ امی وغیرہ کسی بات پر ڈانٹیں تو لڑائی شروع کر دیتا ہے اور نماز بھی باقاعدگی سے نہیں پڑھتا۔ (عبدالغفور راولپنڈی)

مشورہ:- آپ کے گھر اور خاندان کے مسائل کی اصل وجہ دراصل محنت کی کمی ہے۔ جب انسان ست اور کسل مند ہو جاتا ہے تو پھر ہر قسم کے مسائل جنم لیتے ہیں اور یہ مسائل روز بروز بڑھتے جا رہے ہیں۔ لہذا آپ محنت مستقل مزاجی سے کریں۔ خاندان کے بڑوں کو یا والد کے تعلق داروں کو درمیان میں لا کر والد کو کوئی کاروبار شروع کرائیں۔ آپ اگر گھر میں بچوں کو ٹیوشن پڑھائیں تو آپ کی تعلیم کے اخراجات بالکل نکل سکتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ کے کلام میں بہت تاثیر ہے لیکن اس کیساتھ ساتھ آپ سے درخواست ہے کہ آپ تمام مرد و عورتیں محنت اور کوشش کو اپنا شعار بنائیں۔ آپ یہ وظیفہ سب لوگ چند ماہ نہایت باقاعدگی سے پڑھئے۔ بِدْنِ الْعَجَائِبِ بِالْخَيْرِ يَا بَدِيعُ 313 بار صبح و شام اول و آخر درود شریف کے ساتھ پڑھیں۔

کیا دوسرا وظیفہ کر سکتی ہوں؟

☆ میں دو انمول خزانے والا وظیفہ کر رہی ہوں کیا دو انمول

خزانے والے وظیفہ کے ساتھ کوئی اور وظیفہ بھی کیا جاسکتا ہے؟ یا صرف ایک وقت میں ایک وظیفہ کیا جاسکتا ہے؟ میں نے کسی شارے میں آپ کا لکھا ہوا پڑھا تھا کہ کسی سخت سے سخت دل آدی کیلئے سورہ یٰسین والا وظیفہ سات مرتبہ روزانہ ایکس روز تک پڑھ کر اس کی روح کو ہدیہ کیا جائے تو وہ آدی ٹھیک ہو جاتا ہے۔ میں نے آپ سے یہ پوچھنا ہے کہ کیا میں وہ وظیفہ اپنے سخت مزاج شوہر کیلئے کر سکتی ہوں؟ اس کیلئے آپ کی اجازت کی ضرورت ہے۔ (مسز عرفان)

مشورہ:- آپ کو اجازت ہے۔ آپ دو انمول خزانے پڑھ لیں اور اگر اسی دوران کوئی دوسرا وظیفہ کر سکتی ہوں تو اجازت ہے بلکہ سورہ یٰسین والے وظیفے کی بھی اجازت ہے۔ لیکن ایک بات عرض کر دوں کہ زیادہ وظیفہ بھی کام بگاڑ دیتے ہیں کیونکہ ہر وظیفہ کی اپنی تاثیر ہوتی ہے اور بعض اوقات وہ آپس میں ٹکرا جاتی ہیں۔ لیکن آپ اگر سورہ یٰسین پڑھنا چاہتی ہیں تو پڑھ لیں۔

شوہر کا رویہ ٹھیک نہیں

☆ شادی شدہ عورت ہوں اور میں یورپ میں مقیم ہوں۔ میری شادی کو تقریباً 25 سال ہو گئے ہیں۔ شادی کے بعد تقریباً دس سال کا عرصہ تو شوہر میرے ساتھ ٹھیک رہے ہیں اس کے بعد کے حالات آہستہ آہستہ خراب ہی ہوتے جا رہے ہیں۔ اب تو حالت یہ ہے کہ وہ میرے خاندان کو بالکل پسند نہیں کرتے۔ ہمیشہ لڑائی جھگڑا رہتا ہے کہ وہ آتے ہیں تو کیوں آتے ہیں۔ اگر پاکستان سے میرے خاندان کا فون وغیرہ آجائے تو اس پر لڑائی کہ وہ کیوں فون کرتے ہیں اور کیوں ملنے ملاتے ہیں۔ میں نے جج بھی کیا ہوا ہے۔ میرے میاں بھی میرے ساتھ ہی تھے اور میں نمازی کی پابندی کرتی ہوں اور میرے بچے نماز کے پابند ہیں۔ میرے دو بیٹے اور تین بیٹیاں ہیں۔ دو بیٹیوں کی شادی کر چکی ہوں۔ مگر میاں نے جھوٹ بول بول کر ان کے گھروں میں بھی سکون نہیں رہنے دیا۔ کبھی کہتے ہیں کہ بڑی بیٹی طلاق لینے لگی ہے اور کبھی کہتے ہیں کہ چھوٹی بیٹی اجڑ کر کر بیٹھی ہوئی ہے۔ جتنا بھی وہ مجھے تنگ کر سکتے ہیں کرتے ہیں۔ مجھے کوئی ایسا وظیفہ بتائیں کہ جس سے میرے اور بچوں کے گھر میں سکون ہو جائے۔ وظیفہ اتنا لمبا نہ ہو کہ بہت سارا ٹائم لگے کیونکہ میں اپنے میاں کے ساتھ دکان پر جاتی ہوں۔ اگر کوئی وظیفہ کر رہی ہوتی ہوں تو کہتے ہیں کہ تم میرے اوپر جادو ٹونہ کرتی ہو۔ میرے دل میں کبھی یہ خیال نہیں آیا کہ میرے بچے اپنے دادا کے خاندان سے نہ ملیں مگر میرے میاں کو ہمیشہ یہ گلہ رہتا ہے کہ ملتے نہیں ہیں۔ مگر میں اپنے سسرال سے جتنا

اچھا ملتی ہوں اتنا میرے میاں بھی اپنے بھائیوں سے نہیں ملتے۔ حالانکہ ہم نے کبھی کبھار لندن سے آنا ہوتا ہے لیکن پھر بھی جھگڑا ختم نہیں ہوتا۔ آج کل میرا بیٹا وہاں باپ کے پاس اکیلا ہے تو اس کو بہت تنگ کر رہے ہیں۔ (عالیہ لندن)

مشورہ:- بہن! آپ جیسی دیگر تمام دھکی بہنوں کو صبر اور استقامت اور با حیا زندگی گزارنے پر سلام عرض کرتا ہوں۔ مجھے احساس ہے کہ میری آنے والے ڈھیروں ڈاک میں عورتوں پر ظلم اور ستم بہت زیادہ ہوتے ہیں جو یہ نازک کلیاں اور با حیا جسم برداشت کرتی ہیں۔ مجھے ایک جج بتانے لگا میری بیوی میکے گئی اور بچے صرف ایک رات کیلئے میرے پاس چھوڑ گئی۔ ساری رات کسی کو دودھ دے کسی کو پیشاب کرا میں پریشان ہو گیا اور مجھے احساس ہوا واقعی یہ عورت کا ہی کام ہے اور اسی کا صبر ہے۔ میرے بس میں یہ خدمت کرنا نہیں ہے۔ بہن! آپ پریشان ہیں اور مختصر وظیفہ مانگا ہے۔ آپ اعتماد اور یقین سے روزانہ ہر لمحہ ہر وقت ہر قدم ہر سانس دو انمول خزانے نمبر 2 پڑھیں تو بہت اچھے نتائج نکلیں گے۔

شوہر اور بیٹے کی نوکری کیلئے وظیفہ

☆ میرے چھ بچے ہیں مکان بھی کرایہ کا ہے اور شوہر مزدوری کرتے ہیں۔ آپ نے ایک بی بی کو سورہ قریش پڑھنے کی اجازت دی تھی۔ میرا بھی روزی کا مسئلہ ہے۔ میں آپ سے اس عمل کی اجازت چاہتی ہوں۔ اس کے علاوہ میرے بیٹے کو نوکری کیلئے بھی کوئی وظیفہ بتائیں۔ (سکینہ بی بی)

مشورہ:- بہن! اجازت ہے اور آپ جیسی ان تمام بہنوں اور بھائیوں کو اجازت ہے۔ فقر و فاقہ تنگ دتی افلاس غربت پریشانی کو دور کرنے میں سورہ قریش کا بڑا دخل ہے اور اللہ تعالیٰ کے اس کلام میں بہت تاثیر ہے۔ ایک شخص نے مجھے بتایا کہ وہ اتنا تنگ دست ہو گیا تھا کہ شہر کی سڑکوں سے کاغذ چنے لگا۔ اب اللہ نے اتنا دیا ہے کہ لوگوں کو بھی دیتا ہے۔ اعتماد کیسویں اور مستقل مزاجی شرط ہے۔

پڑھنے کو دل نہیں چاہتا

☆ میں دسویں جماعت کی طالبہ ہوں اور ایک گورنمنٹ سکول میں پڑھتی ہوں۔ ہمارے سکول میں پڑھائی برائے نام ہے اور دسویں میں پہنچنے کی وجہ بھی یہ ہے کہ ہماری استانیوں کو تو پتا ہے کہ ہم نے کچھ پڑھا یا تو ہے نہیں اور وہ ہمیں اگلی کلاسوں میں پاس کر کے لے جاتی ہیں۔ میرے گھر والوں نے بھی مجھ پر توجہ نہ دی کہ میں کیا پڑھتی ہوں۔ سکول سے کیا پڑھ کر آئی ہوں یا گھر میں سبق یاد کیا ہے یا نہیں۔ اس طرح مجھے محنت اور

پڑھنے کی بالکل عادت نہیں پڑی اور اب نہ تو میرا پڑھنے کو دل چاہتا ہے اور نہ سکول جانے کو۔ سکول کے نام سے ہی دل عجیب سے انداز میں دھڑکنے لگتا ہے۔ میرے گھر والوں کا کہنا ہے کہ تم نے جو سکول میں فیس دی ہے ان کا ہمیں یہ معاوضہ ملنا چاہیے کہ تم میٹرک کے پیپر دے دو میں چھ سو نمبر لوور نہ تو تمہیں آگے کالج میں داخل کرائیں گے اور سارا گھر تم سے ناراض ہو جائیگا۔ اور میرا حال یہ ہے کہ نہ پڑھنے کو دل چاہتا ہے اور نہ ہی سکول جانے کو۔ اس کے علاوہ میں جب بھی نماز شروع کرتی ہوں تو اگر مجھے کوئی نماز پڑھنا ہوا دیکھ لے تو میرے دل میں یہ خوف پیدا ہو جاتا ہے کہ اللہ تعالیٰ یہ سمجھیں گے کہ میں دکھاوے کی نماز ادا کر رہی ہوں اور میرا دل پھر نماز سے اچاٹ ہو جائے گا۔ ذہن اور دل میں عجیب قسم کے دوسے جنم لینے لگیں گے۔ جس کی وجہ سے میں پھر یا تو نماز ہی چھوڑ دوں گی اور یا پھر نماز میں باقاعدگی نہیں رہے گی۔ (زیبت)

مشورہ:- اگر انسان کسی چیز کو کرنے کا طے کرے اور اسکے لئے کوشش اور محنت، مستقل مزاجی سے شروع کر دے تو اللہ تعالیٰ کی مدد بھی شامل حال ہو جاتی ہے۔ مجھ سے ایک اللہ والے نے فرمایا کہ شرک کبھی نہ کرنا اور فرمایا یہ بھی شرک ہے کہ محنت کر کے کہو میری محنت سے ہوا ہے۔ بلکہ کو محنت اسباب ہیں جن کا استعمال اللہ تعالیٰ نے لازم قرار دیا ہے۔ کرنے والا صرف اللہ ہی ہے۔ آپ اسباب کو خوب توجہ سے اختیار کریں۔ اس میں کمی نہ کریں۔ سورہ الم نشرح صرف 21 بار پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیا کریں روزانہ۔ بہت زود اثر عمل ہے۔

احادیث مبارکہ

حضرت انسؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ جو کوئی چاہے کہ اس کے رزق میں فراخی اور کشادگی ہو اور دنیا میں اس کے آثار تادیر رہیں یعنی اس کی عمر دراز ہو تو وہ رشتہ داروں کے ساتھ صلہ رحمی کرے۔

حضرت عبداللہ ابن عمرؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا ہر مسلمان دوسرے مسلمان کا بھائی ہے اس لیے نہ تو خود اس پر ظلم و زیادتی کرے نہ دوسروں کا مظلوم بننے کیلئے اس کو بے یار و مددگار چھوڑے اور جو کوئی اپنے بھائی کی حاجت پوری کرے گا اللہ تعالیٰ اس کی حاجت روائی کرے گا اور جو کسی مسلمان کی تکلیف اور مصیبت کو دور کرے گا اللہ تعالیٰ قیامت کے دن کی مصیبتوں میں سے اس کی کسی مصیبت کو کم کرے گا۔ اور جو کسی مسلمان کی پردہ پوشی کرے گا اللہ تعالیٰ اس کی پردہ پوشی کرے گا۔ (محمد اسلمان اخفاق)

پیٹ کے کینسر کا تیر بہدف علاج

نیم کی کوئیل کی پیتاں لیں ان کو گھوٹ لیا اس کا پانی دن میں تین مرتبہ پلایا۔ بھینس کا خالص دودھ بالادور اس میں تین چمچ گائے کا گھی ڈال کر وہ بھی تین دن پلایا۔ چیک اپ کرانے کے بعد پورٹیں دیکھیں تو سرجن کی عقل دنگ رہ گئی۔ جیسے اس نوجوان کو تو کوئی مرض نہیں

(ذکیہ اقدار)

کرائی گئیں۔ تین دن گزر گئے اور ایک مرتبہ پھر والدین اور مریض چیک اپ کرانے نشتر ہسپتال جا رہے تھے اور ان بزرگ کی تلاش میں جنہوں نے یہ نسخہ دیا تھا۔ پہلے تو سرجن صاحب کے پاس گئے۔ مریض کا چیک اپ کرایا سرجن صاحب کے سامنے ایک صحت مند نوجوان کھڑا تھا۔ رپورٹیں دیکھیں تو سرجن کی عقل دنگ رہ گئی۔ جیسے اس نوجوان کو تو کوئی مرض نہیں۔ مگر وہ سرجن خود حیرت میں ڈوبے ہوئے تھے۔ یہ نوجوان کوئے علاج سے صرف تین دن میں صحت یاب ہو گیا۔ پھر سرجن نے سوالیہ انداز میں ان کے والدین سے پوچھا تو انہوں نے بتادیا۔ پھر تو وہ سرجن بھی ان بزرگ کی تلاش میں نکلے۔ لیکن وہ بزرگ وہاں سے جا چکے تھے۔ لیکن وہ پیٹ کے کینسر کا نسخہ ضرور دے گئے۔ اشیاء نیم کی کوئیل کی پیتاں تین تولے پانی ایک گلاس ڈالیں دودھ خالص بھینس کا ایک گلاس تین چمچ گائے کا گھی۔ نیم کی کوئیل کو ٹڈی ڈنڈے سے گھوٹ لیں۔ پانی میں ڈال کر چھان لیں چھتا ہوا پانی مریض کو پلا دیں۔ ایک گھنٹے بعد دودھ پلائیں یہ نسخہ دن میں تین بار استعمال کرنا ہے۔ دن بڑھائے جا سکتے ہیں اگر افادہ نہ ہو۔

راقمہ طویل عرصے سے جزی بوٹیوں پر ریسرچ کر رہی ہے ان جزی بوٹیوں میں اللہ نے جس قدر شفاء رکھی ہے راقمہ نے عمل کیا اور لوگوں کو کرایا تو ششدر رہ گئی۔ بچوں کو بیماری سے ترپتے ہوئے دیکھتی ہوں تو بہت غمگین ہوتی ہوں اس لئے جزی بوٹیوں کے ان فوائد کو عام کرنا چاہتی ہوں۔

نزلہ زکام دور کرنے کیلئے رتن جوت کی جزیں لے لیں ایک پاؤ جزیں لیں اس کو باریک پیس کر ایک کلو سروس میں ڈال کر دھوپ میں رکھ دیں۔ جب یہ تیل سرخ ہو جائے تو اسے نزلہ زکام کیلئے استعمال کریں۔ راقمہ نے ایک کلو تیل خرید لیا لیکن خج احمر بوٹی کی مقدار بڑھادی۔ وہ سروس کا تیل تیار کر لیا۔ اب اس پر ریسرچ شروع کی تو مندرجہ ذیل فوائد سامنے آئے۔

1- سر میں شدید درد ہوا اس تیل سے مالش کریں سر کا درد سیکندوں میں غائب ہو جاتا ہے۔ 2- راقمہ کے پیٹ پر بہت زیادہ دانے نکل آئے تھے۔ ایسے نوکدار اور تکلیف دہ بے حد خارش ہوتی تھی۔ اتنی شدید تکلیف کبھی نہ ہوئی تھی۔

ہمارے عزیزوں میں فورتحہ ایئر کے طالب علم کو عین امتحانات کے دوران پیٹ میں تکلیف ہو گئی۔ پہلے درد اٹھا پھر مسلسل ٹیسس اٹھنے لگیں اور در دایسی شدت اختیار کر گیا کہ والدین پہلے تو اپنے شہر میں علاج کراتے رہے۔ پھر آخر کار جب صحت بد سے بدتر ہوتی گئی اور ڈاکٹر حضرات نے مایوسی کا اظہار کیا کہ آپ کسی بڑے ہسپتال میں لے جائیں چونکہ والدین کا اکلوتا چشم و چراغ تھا اس لئے وہ نشتر ہسپتال ملتان لے گئے۔ وہاں بڑے سرجن کا علاج ہونے لگا۔ جوں جوں دوا کی مرض بڑھتا گیا۔ ایک ہفتے کے بعد اچھے علاج اور توجہی کے باوجود وہ نوجوان تکلیف کی شدت سے ہر وقت چیخا اور چلاتا۔ آخر اس ہسپتال میں میٹنگ ہوئی اور پھر ان لوگوں نے یہ کہہ دیا کہ ہمارے علاج سے یہ نوجوان ٹھیک نہیں ہو سکا۔ آپ لوگ اسے امریکہ لے جائیں شاید وہاں علاج ہو سکے۔ والدین نے جب یہ سنا تو ان کی تو امید ہی ختم ہو گئی۔ انہوں نے اپنے بیٹے کو اسٹچر پر ڈالا اور روتے دھوتے ہسپتال سے نکلے۔ ان کے عزیزو اقارب بھی ساتھ تھے۔ والدین کی آہ و بکا ایسی تھی کہ جتنے بھی لوگ تھے۔ وہ والدین سے پوچھتے کہ کیوں اس قدر دھاڑیں مار مار کر رو رہے ہیں؟ معلوم ہوتا تو وہ بھی ہمدردی کرنے ساتھ شامل ہو جاتے۔ آخر ہسپتال کے گیٹ پر ہجوم پہنچا تو وہاں پہ ایک بزرگ نے آگے بڑھ کر پوچھا کیا معاملہ ہے؟ جب انہیں اس نوجوان کی بیماری کی تفصیل بتائی تو انہوں نے ان کے والدین کو بلوایا۔ جب وہ آگے تو وہ بزرگ فرمانے لگے یہ نوجوان صرف تین دن میں ٹھیک ہو جائے گا اگر آپ علاج کر لیں تو بتا دیتا ہوں۔ بیمار بیٹے کے والدین نے حامی بھری کہ جو بھی علاج بتائیں گے وہ کریں گے۔ ان بزرگ نے علاج یہ بتایا۔ نیم کی کوئیل کی پیتاں لیں ان کو گھوٹ لیں اس کا پانی دن میں تین مرتبہ پلایا۔ بھینس کا خالص دودھ بالادور اس میں تین چمچ گائے کا گھی ڈالیں۔ دودھ بھی تین دن پلایا۔ شرط یہ تھی انہیں لباس نہ پہنا سکیں۔

ان دونوں دواؤں سے مریض کو بے حد مشوں ہوں گے جو کہ بیماری کو جڑ سے ختم کر دیں گے۔ اس مریض کو یہ چیزیں استعمال

راقمہ نے اس تیل کو خارش دانوں پر لگایا فوری سکون ہوا۔ خارش غائب ہو گئی نوکدار جودانے تھے وہ خود بخود جھڑ گئے۔ 3- ایک خاتون امریکہ میں تھیں ان کے اندرونی حصے میں دس سال سے خارش تھی روئی سے انہیں استعمال کا طریقہ بتایا ان کی خارش چند گھنٹوں میں غائب ہو گئی۔ یہی تیل استعمال کیا۔ 4- یہی تیل ہاتھوں اور چہرے پر لگایا ہاتھوں کی رنگت سفید ہو گئی شفاف ہو گئے اور چہرے پر لگایا تو رنگ نکھر آیا۔ 5- میرے ہمسفر کو نزلے کھانسی کا شدید ایک ہوا اس تیل سے مالش کی کانوں کے پیچھے اور سینے پر صرف دوسرے۔ اللہ کا خاص کرم ہے کہ نزلہ کھانسی بالکل ٹھیک ہو گیا اور سر کا درد بھی ور نہ ایک ہفتہ مستقل بیڈ ریسٹ کرتے اور ایک ہزار کی دوا آتی تھی۔ بیٹے کو بھی ہوا تو یہی تیل استعمال کیا ناک کے اوپر اور اندر لگایا اور اسی طرح مالش کی ماشاء اللہ ٹھیک ہوا اگر الرجی میں یہ تیل استعمال کیا جائے تو کیا ہی بات ہے الرجی ختم ہو جاتی ہے۔ 5- ایک مضمترہ کو طویل عرصے سے الرجی کی بیماری شروع ہوئی۔ پندرہ سال قبل الرجی ہوئی ناک بند نزلہ چھینکیں۔ انہوں نے پورے پاکستان میں علاج کروایا۔ کئی لاکھ روپے اس علاج پر خرچ ہوئے ایسی دواؤں کا استعمال ہوا کہ اس خاتون کے گردے سکڑ گئے ہر ڈاکٹر نے علاج سے انکار کر دیا۔ وہ میرے پاس آئیں۔ انہیں بھی تیل استعمال کرایا ان کا نمونیہ الرجی اور کھانسی تینوں مرض ٹھیک ہو گئے۔ 6- 25 دن کی بچی کو نمونیہ تھا ڈاکٹر نے کہا کہ اگر کچ جائے تو بڑی بات ہے۔ وہ بچی میرے پاس لائی گئی اس کو مالش کی گرم پٹی باندھی سیکائی کی گئی صبح بچی کو جگانا پڑا اتنے سکون سے سوئی اور صبح کو نارمل تھی۔ 7- اس کو حکیم صاحب نے روغن اکسیر اعظم کہا ہے۔ 8- ڈیٹنگی بخار کے مرض میں مبتلا بچوں بڑوں کو یہ تیل استعمال کرایا جائے۔ مزید تفصیل تو طویل ہو جائے گی برائے مہربانی میرے اور مخلوق خدا کے ساتھ تعاون فرمائیں۔ اللہ آپ کو اس کا اجر دے۔ آمین

کام ہو گا یا نہیں ہو گا

اگر کسی شخص کو معلوم کرنا ہو کہ یہ کام میرے لئے بہتر ہے کہ نہیں تو وہ دو پرچیوں پر مندرجہ ذیل الفاظ ابراہیم عارض 1/ اور حوالہ 2/ لکھ کر پڑے کے نیچے رکھ دے اور کسی اجنبی کو کہے کہ وہ پرچی اٹھا دے اگر ابراہیم عارض 1/ لکھا تو کام نہ ہوگا اور اگر حوالہ 2/ لکھا تو کام انشاء اللہ ہو جائے گا۔ (راؤ ابوذر اقدار)

سکھ حکیم کا نایاب طبی اور سائنسی تحفہ

لقوہ فالح کے جتنے مریضوں نے اس ماش کو استعمال کیا کبھی مایوس نہیں ہوئے کوئی جلدی کوئی دیر سے ضرورت یاب ہوئے۔ ایک انوکھا تجربہ یہ ہوا کہ وہ بچے جو سکھ گئے تھے ہڈیاں ہی ہڈیاں تھیں اور قریب المرگ تھے جب ان بچوں کو اس کی ماش کرائی گئی تو انہیں بہت نفع ہوا

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں آپ بھی بخیر نہیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود منڈولی چغتائی)

بہت عرصہ پہلے کی بات ہے کہ ایک اسلمہ مرمت کرنے والے بوڑھے بزرگ سے ملاقات ہوئی۔ چونکہ دل سے محسوس کر لیا تھا کہ اب زندگی کی شام ہے اس لئے آخرت کی تیاری میں بہت زور و شور سے مشغول ہو گئے۔ فرمانے لگے کہ مرمت کے کام میں وعدہ خلافی ہوتی ہے اس لئے مرمت چھوڑ کر طب و حکمت کی طرف مائل ہو گئے۔ چونکہ یہ ذوق پہلے سے تھا لیکن پریکٹس نہیں تھی۔ اس لئے پہلا کام بند ہو گیا اور دوسرے کام میں لوگ اعتماد نہیں کرتے تھے بلکہ یہ کہتے تھے کہ میری کاریگری تو رافٹل بند کو یا اسلمہ مرمت کرنے میں ہے یہ کام کیوں کرتا ہے یا پھر اسے یہ کام کیسے آتا ہے؟ یوں کہنا چاہیے نہ ادھر کے رہے نہ ادھر کے رہے۔ حتیٰ کہ نوبت فاتوں تک پہنچ گئی۔ زندگی کے شب و روز ایسے ہی گزر رہے تھے کہ انہیں کسی تقریب کی غرض سے کراچی جانا ہوا۔ وہاں تمام رشتہ داروں کو ان کے حالات سے آگاہی تھی ایک بوڑھی بلکہ بہت ہی زیادہ بوڑھی خاتون نے انہیں ایک شاہی نسخہ دیا اور ساتھ ہی اسکے حاصل کر نیکی کہانی بیان کی۔

میں تقریباً اٹھارہ سال کی تھی جب انگریز کی پورے ہندوستان پر حکومت تھی ہمارے پڑوس میں ایک سکھ حکیم رہتا تھا۔ میں جوان تھی تو اس وقت وہ اسی سال سے اوپر کی عمر رکھتا تھا۔ وہ ایک تیل بناتا تھا جو لوگ پورے برصغیر سے لینے آتے تھے۔ بس اس کی آمدنی کا ذریعہ وہی تیل تھا۔ لیکن وہ نسخہ کسی کو نہیں بتاتا تھا۔ تیل میں شفاء بہت تھی خود ہمارے گھر میں پڑوس میں دور دراز کے رشتہ داروں میں بے شمار لوگوں مریضوں نے آزمایا اور کلی شفاء پائی۔ ہمارے قریبی رشتہ داروں میں ایک میاں جی نے وہ نسخہ حاصل کرنے کی کوششیں کیں، ہمیں درمیان میں ڈالا حالانکہ ان کے گھر میں آپس میں آنا جانا بہت تھا لیکن سکھ حکیم نے وہ نسخہ نہ دیا۔ اس حکیم کی بوڑھی بیوی نے گھر بے تعلقی کی وجہ سے وعدہ کیا کہ مجھے تمام نسخہ کی خبر ہے بلکہ میں ہی سالہا سال سے بناتی ہوں۔ ان سے آکھ چرا کر آپ کو ضرور دوں گی۔ قدرت خدا کی کہ چند ماہ کے بعد سکھ حکیم فوت ہو گیا۔ اب ہمیں اوپر لکھا حق ہوئی کہ کسی طرح وہ نسخہ مل جائے۔ اس حکیم کی بیوی

بنائیں۔ پہلے نسخہ لیجئے پھر اس کے فوائد پر نظر ڈالیں۔
 ہوا لسانی: کھنکھ، تلخ، پھلکڑی سرخ، آئینہ ہلدی، اسی ہر ایک 100 گرام سب کو کوٹ کر 3 کلو پانی میں ابالیں ایک کلو پانی بچنے پر چھان کر اس میں ایک کلو خالص تیل کا تیل ڈال کر بالکل ہلکی بلکہ نہایت ہلکی آگ میں جلائیں۔ دو دن تک جلاتے رہیں۔ جب پانی جل جائے تو اتار کر اس میں 50 گرام رتن جوت ڈال کر 3 دن رکھ چھوڑیں۔ رتن جوت گرم گرم میں ڈالیں۔ 3 دن کے بعد چھان کر محفوظ کر لیں اب وہ کراماتی تیل تیار ہے۔ فوائد: پرانا جوڑوں کا درد جو کسی طرح درست نہ ہوتا ہو۔ چھوٹے جوڑوں کا ہوا یا بڑے جوڑوں کا، گھٹنوں کا ہوا یا پنڈلیوں کا نہایت لا جواب ہے۔ ماش صبح و شام بہت دیر تک کریں کہ جذب ہو جائے۔ چند ہفتے میں بے مثال فائدہ ہوگا۔ کمر پرانا پیچیدہ درد جو کسی دوا سے درست نہ ہوتا ہو جسے ڈاکٹر ڈسک پر ابلم کہتے ہیں جھکا نہ جاتا ہو حرکت سے عاجز ہوں، بس یہی تیل مستقل ماش کریں اور چند قطرے نیم گرم دودھ میں ڈال کر پیئیں۔ بواسیر کے مریضوں کو بواسیر کی جگہ تیل لگانے سے بہت جلد فائدہ ہوتا ہے۔ اگر چند قطرے بھی استعمال کریں تو بہت نفع ہوگا۔ پٹھوں کا درد، گردن کا درد، کندھوں کا درد، بس اس کی ماش کریں چاہیں تو اندرونی بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ انگلیوں کی جڑیں پھٹ جاتی ہیں خراب ہو جاتی ہیں انفیکشن ہو جاتا ہے ایسے تمام عوارضات کیلئے یہ تیل لا جواب ہے ہلکی ماش کریں۔ بے شمار لوگ جن کی ایزھیاں پھٹ جاتی تھیں یا کسی خاص موسم میں پھٹ کر چلا بھی نہ جاتا تھا انہیں یہ تیل لگانے کو دس پھر قدرت کا کرشمہ دیکھیں۔ خضیوں میں درد ہو اس سے بہت فائدہ پہنچتا ہے اکثر لوگوں کو اس کے استعمال سے فائدہ پہنچتا ہے۔ اس کی ماش کریں۔ ایسے لوگ جو اپنے آپ کو کسی طرح بھی ضائع کر کے اب خاص طاقت سے بالکل فارغ ہو گئے ہیں وہ اس تیل کی ماش کریں اور دودھ سے چند قطرے صبح و شام لیں پھر کمال اور فائدہ دیکھیں۔ جن کے ہاتھ پاؤں مڑ چکے تھے اور اگر ہاتھ کو حرکت دی جائے تو فوراً ہاتھ پاؤں میں ناقابل برداشت درد ہوتا تھا جب انہیں یہ ماش اور استعمال کیلئے دیا تو خوب فائدہ ہوا۔ نمونہ اور پرائی کھانسی سینے کی جکڑن کے لئے پولیو پر اس تیل کی ماش نہایت موثر ہے۔ چند دنوں میں اس کا رزلٹ ملتا ہے۔ جن لوگوں کی سوتے وقت پنڈلیاں دکھتی ہوں بے چینی شروع ہو جاتی ہو انہیں یہ تیل پنڈلیوں پر ماش کیلئے دیں بہت ہی زیادہ فائدہ ہوتا (باقی صفحہ نمبر 42 پر)



نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

موبائل فون، کمپیوٹر وغیرہ کا استعمال اس قدر عام ہے کہ ان چیزوں سے مستقل طور پر روکنا بچے کو سزا دینا ہے۔ بیٹے کو یونیورسٹی میں تعلیم حاصل کرینیکی اجازت دینی چاہیے۔ اب اسے ایک حد تک خود مختار ہونا چاہیے۔ بچوں کو دوست بنانا بھی ضروری ہوتا ہے۔ اس طرح رہنمائی آسان ہوتی ہے۔

گھر میں گھٹن ہے

☆ ہمارے بڑے بھائی نے تین سال تک ایک لڑکی کو پسند کیا اور پھر اب اس سے شادی کر لی۔ وہ ہماری ہم زبان بھی نہیں اس کے خاندان کا بھی ہمیں نہیں معلوم بلکہ ہم تو ان لوگوں سے ملتے بھی نہیں۔ بھابھی بھائی کے ساتھ اکیلی چلی جاتی ہیں۔ جب سے بھابھی آئی ہیں امی گم سمی ہو گئی ہیں ہر وقت صدمے سے نڈھال رہتی ہیں۔ گھر میں عجیب طرح کی گھٹن سی ہے۔ سب اپنے اپنے کاموں میں مصروف رہتے ہیں کوئی کسی سے نہیں بولتا۔ پچھلے دنوں میری دوست آئی تو وہ کہنے لگی کہ تم اپنی امی کو ماہر نفسیات کو دکھاؤ۔ (فریڈہ..... سیالکوٹ)

☆ آپ کی بھابھی کا تعلق خواہ کہیں سے بھی ہو اب وہ آپ کے گھر کی فرد ہیں آپ کے خاندان میں شامل ہیں ان کی عزت کریں۔ ایک لڑکی جب شادی کے بعد سرال آتی ہے تو وہ شوہر اور سرال والوں سے توقع رکھتی ہے کہ وہ اس کے ساتھ محبت اور خلوص سے پیش آئیں گے۔ آپ کو چاہیے کہ بھابھی سے دوستانہ تعلقات پیدا کریں۔ مختلف موضوعات پر گفتگو کریں اس طرح کہ ان کے دل میں آپ لوگوں کیلئے جگہ بن جائے گی اور وہ آپ کو اپنا سمجھیں گی۔ اپنی والدہ سے بھی مختلف معاملات پر بات کرتی رہیں تاکہ وہ زندگی میں دلچسپی لیں اور ان کی خاموشی میں کمی آئے۔ کسی ایک کی کوشش سے گھر کے ماحول میں خوشگوار تبدیلی آسکتی ہے۔ والدہ کے سلسلے میں آپ اپنے فیملی ڈاکٹر سے بھی مشورہ کر سکتی ہیں۔ ہو سکتا ہے گھر کا ماحول بہتر ہونے سے ان کے مزاج میں بہتری آجائے۔

بیو سزا ہوتی

☆ میرا ایک ہی بیٹا ہے اور وہ من مانی کرتا ہے۔ میں نے اس کے کمپیوٹر کے استعمال پر پابند لگا دی ہے ٹیلی فون میں تالا ہے موبائل فون تو دلویا ہی نہیں اس نے انٹرنیٹس کر لیا ہے اب یونیورسٹی میں داخلہ لینا چاہتا ہے لیکن میں کالج سے بی ایس سی کروانے کی کوشش میں ہوں۔ بچپن سے میں نے اسے کسی بھی طرح کی آزادی نہیں دی کہ کہیں وہ خود کو اکلوتا اور لاڈلا نہ سمجھ لے۔ میں اس کی بہتر تربیت کی کوشش کرتا رہا

مگر مجھے انفس ہوتا ہے جب وہ اپنے معاملات و مسائل پر اپنی ماں سے بات کرتا ہے اور مجھ سے سب کچھ چھپاتا ہے۔ یہاں تک کہ اس کا کوئی دوست اس وقت گھر پر نہیں آتا جب میں گھر میں ہوتا ہوں میرا نفسیاتی مسئلہ یہ ہے کہ مجھے اسے دیکھ کر غصہ آتا ہے۔ (محمد اقبال..... لاہور)

☆ اس حقیقت پر غور کریں کہ من مانی کون کر رہا ہے۔ آپ والد ہیں با اختیار ہیں بیٹے پر ہر چیز کا استعمال بند کیا ہوا ہے۔ آج کے دور میں موبائل فون، کمپیوٹر وغیرہ کا استعمال اس قدر عام ہے کہ ان چیزوں سے مستقل طور پر روکنا بچے کو سزا دینا ہے۔ بیٹا یونیورسٹی میں تعلیم حاصل کرنا چاہتا ہے تو اجازت دینی چاہیے۔ بچپن میں آزادی نہیں دی لیکن اب تو وہ عمر کے اس دور سے گزر رہا ہے کہ ایک حد تک خود مختار ہونا چاہیے۔ یوں لگتا ہے کہ بہتر تربیت کی کوشش نے اسے آپ سے دور کر دیا ہے اسی لئے وہ اپنے معاملات پر آپ سے بات نہیں کرتا۔ بچوں کو دوست بنانا بھی ضروری ہوتا ہے۔ اس طرح رہنمائی آسان ہوتی ہے۔

اپنی ہی پروا نہ نہیں

☆ چند ماہ قبل میری شادی ہوئی ہے۔ ایک روز ہم لوگ گھر والوں کے ساتھ پکنک پر جا رہے تھے کہ میری بیوی کی طبیعت بگڑ گئی اس نے رونا شروع کر دیا۔ گھر آ کر عجیب طرح باتیں کرنے لگی۔ میں نے سمجھا تو اور بگڑ گئی۔ اس قدر ناراض ہوئی کہ گھر کی چیزیں توڑنے لگی۔ میری امی اور بہنیں تو بہت غصے میں آ گئیں فوراً ہی مجھے بیوی کو میکے چھوڑ کر آنا پڑا۔ ایک ہفتے بعد اسکی طبیعت سنبھل گئی تو واپس لے آیا لیکن دوبارہ اس نے ویسی ہی حرکتیں شروع کر دیں۔ میرے دوست نے کہا کہ اسے ڈپریشن ہوا ہوگا لیکن بلا سبب شدید غصہ توڑ پھوڑ اور شوہر پر شک کرنا سمجھ میں نہیں آیا۔ گھر والے کہتے ہیں کہ وہ فریب کرتی ہیں طبیعت خراب نہیں ہے۔ ان ہتھکنڈوں سے علیحدہ رہنا چاہ رہی ہے مگر میری سمجھ میں یہ بات نہیں آئی کیونکہ اس دوران اسے اپنی بھی پروا نہیں ہوتی۔ نہ اپنے حلقے کا خیال رہتا ہے نہ کھانے پینے کا احساس لگتا ہے وہ کہیں کھو گئی ہے کہ اسے اپنا بھی ہوش نہیں ہے۔ (عبدالرزاق..... ملتان)

☆ عام طور پر ذہنی امراض کا شکار خواتین کے سرال والے اسی طرح کی غلط فہمیوں کا شکار ہو جاتے ہیں۔ یہ اچھی بات ہے کہ آپ اپنی بیوی کو سمجھنے کی کوشش کر رہے ہیں۔ اپنے سرال والوں سے بات کریں اگر انہوں نے کسی ڈاکٹر کو دکھایا ہے تو معلومات کیجئے اور پھر خود اس کے نفسیاتی علاج میں دلچسپی لیں۔ جس طرح بعض اوقات کسی ایک شخص کو کئی جسمانی امراض ہو جاتے ہیں اسی طرح ایک ہی وقت میں دو یا زیادہ ذہنی امراض بھی ہو سکتے ہیں۔ یہ تشخیص کے بعد ہی معلوم ہوگا۔

میں ہی متاثر ہوں

☆ میں بچپن ہی سے دوست بنانے میں ماہر ہوں۔ میٹرک تک تو محلے کی لڑکیاں جو ساتھ ہی اسکول میں بھی پڑھتی تھیں دوست رہیں اب کالج میں آ گئی ہوں۔ یہاں ایک آزاد خیال لڑکی سے دوستی ہو گئی اور اس کا رنگ میری شخصیت پر آنے لگا یعنی میں نے بال سیٹ کروا لئے میک اپ کرنے لگی کپڑوں کا انتخاب بھی جدید ہو گیا۔ اب گھر والے غصے میں آ گئے خاص طور پر بڑے بھائی اور امی ناراض ہیں کہ اس لڑکی سے دوستی ختم کر دوں جبکہ لڑکی کو میری پروا نہیں اس کے توڑ کے بھی دوست ہیں میں ہی اس سے متاثر ہوں۔ (شائستہ..... راولپنڈی)

☆ غیر جانبدار ہو کر سوچیں کہ والدہ اور بھائی آپ کی نئی دوستی پر کیوں ناراض ہیں ضرور کوئی وجہ ہوگی۔ جس لڑکی کے دوستوں میں لڑکے ہوں وہ آپ کیلئے مشکل بن سکتی ہے۔ جسے آپ کی پروا نہ نہیں وہ کس طرح کی دوست ہے۔ بہتر ہے اس یکطرفہ دوستی کو ختم کر دیا جائے۔ اچھی لڑکیوں کو دوست بنائیں۔ آپ کی عمر میں دوستوں کی بہت اہمیت ہوتی ہے کیونکہ اس عمر میں انسان پر صحبت کا بہت جلدی اثر ہوتا ہے اور ہم عمر لوگوں کا رنگ شخصیت پر لاشعوری طور پر ہی آ جاتا ہے۔ نہ چاہتے ہوئے بھی ہم جیسے لوگوں کے ساتھ رہتے ہیں دیسے بننے لگتے ہیں۔ والدین آپ کے بارے میں زیادہ بہتر سوچتے اور محسوس کرتے ہیں۔ اگر کسی کی دوستی آپ کو نقصان پہنچا سکتی ہے تو انہیں نصیحت کرنے اور ایسی دوستی کو ختم کروانے کا حق حاصل ہوتا ہے۔

مرکز روحانیت وامن میں اسم اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ناموں کے عدد نکالنے اور مشکل ٹالنے

ہر جمعرات کو مغرب سے عشاء تکیم صاحب کا درس، مسنون ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے جس میں اندرون اور بیرون ملک سے لوگ شامل ہوتے ہیں۔ اسم اعظم اور اسم اعظم لائقہ سے نجات کیلئے دعا کی جاتی ہے۔ دعائیں شامل ہونے کیلئے کاغذ پر مختصر اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف لکھ کر بھیجیں بعض لوگ ہر پختہ اپنا نام دعا کیلئے لکھواتے ہیں اس لیے ان کا نام بار بار بھی آسکتا ہے جن جمعرات کیلئے دعا کی گئی ان کے نام یہ ہیں۔

ساجدہ شاہین، خانیوال، علی عنایت اللہ، نازین ارشد، فیصل آباد۔ آصف اقبال، منڈی بہاؤ الدین۔ سید فراز فید شاہ۔ عزیز الرحمن۔ محمد اشرف برق، سیالکوٹ۔ امینہ بی بی، ساہیوال۔ عبیدہ مہ جبین، چین۔ مولانا شیرو لی خان، مردان۔ محمد آصف بشیر، حاصل پور۔ نعیم اختر خان، کراچی۔ یاسر شاہ، ماسرہ۔ افضل الزکاء، احمد پور شرقیہ۔ محمد طارق اقبال، واہ کینٹ۔ عنایت الرحمان، حسن ابدال۔ ایم ایس بٹ، لاہور۔ غلام قادر ہراج، جھنگ۔ رفعت شہزادی، چنیوٹ۔ محمد امتیاز، منڈی بہاؤ الدین۔ ثمنینہ ناز۔ محمد یوسف۔ ذوالفقار اقبال۔ ام ابوذر، بہاولنگر۔ حافظ نسیم جہاں، راولپنڈی۔ شکیلہ رانا، کراچی۔ ریاض احمد، ٹنڈو آدم۔ غلام رسول، پاکستان شریف۔ طلحہ طاہر، وہاڑی، عتیق الرحمان، میلسی۔ امجد عظیم، کراچی۔ اقبال، بکوروٹ۔ جام محمد قاسم، رحیم یار خان۔ عطیہ سعید احمد خان، کراچی۔ عذرا شاہ، پشاور۔ ذوالفقار علی شاہ، نواب شاہ۔ کول ارشد۔ عبید الرحمن، کراچی۔ عبدالغفور، ڈیرہ اسماعیل خان۔ علی راجہ، لاہور۔ سید احسن محمود گیلانی، انک۔ نیاز عباسی، راولپنڈی۔ صغیرہ بیگم، آزاد کشمیر۔ میاں بشیر احمد، لاہور۔ نویل مسعود، گجرات۔ سہج اللہ، لاہور۔ ڈاکٹر شاہین رشید۔ دوست محمد، سرگودھا۔ شائستہ، فاطمہ احمد، نصرت، ملتان۔ عطیہ رانا، محمد اجمل، ننکانہ صاحب۔ عبدالرحمان ملتانی، ملتان۔ نیاز احمد، رحیم یار خان۔ ثناء اللہ، رحیم یار خان۔ صائمہ اقبال، پشاور۔ طاہرہ اقبال۔ روبینہ مشتاق، لاہور۔ محمد اسرار، سکھر۔ محمد ابرار، فیصل آباد۔ سید محمد فرمان سعید، علی شان، حافظ آباد۔ محمد سراج، کراچی۔ غزالہ، لاہور۔ فیصل عمران، چکوال۔ جاوید اختر، نوشہرہ۔ محمد اکمل فاروق۔ آفتاب عالم شاہ، رحیم یار خان۔ ثمرین، لاہور۔ ساجدہ۔ محمد عاصم لاہور۔ ڈاکٹر ذوالفقار، لاہور۔ آفتاب احمد خان، قصور۔ علیجا جاوید، لاہور۔

تیز رفتار مادی ترقی نے انسان کو بے شمار آسائشیں تو فراہم کر دی ہیں لیکن اسے حقیقی خوشی اور دلی سکون مہیا نہیں کر سکی۔ لاکھوں ڈالر کمانے اور خرچ کر نیوالے افراد کی نجی زندگیوں میں جھانک کر دیکھئے آپ کو مطمئن لوگ کم اور مضطرب افراد زیادہ ملیں گے

(یا کسی بھی سائل کے نام) کے عدد نکالنے، اب ان اعداد کے برابر اللہ تعالیٰ کے جس نام (یا ناموں) کے عدد ہوں وہی نام آپ کے (یا سائل کے) موافق ہوگا۔ یعنی اسی نام کا ورد کرنے سے مطلوبہ مقاصد حاصل ہوں گے۔ ورد کرنے کا نہایت آسان طریقہ یہ ہے کہ ہر نماز کے بعد اس نام (یا ان ناموں) کی ایک ایک تسبیح پڑھی جائے جس پر مشکل سے ۳/۴ منٹ صرف ہوتے ہیں۔ اس ورد کے بعد اپنے جائز مقصد کیلئے خلوص دل سے اللہ تعالیٰ سے دعا مانگی جائے۔ مزید وضاحت کیلئے ذیل میں دو مثالیں درج کی جاتی ہیں انہیں ملاحظہ کریں۔

- 1- عبدالعزیز کے عدد ۲۰۱ ہیں۔ لہذا عبدالعزیز صاحب ”یکافاع“ کا ورد کریں۔
- 2- طارق محمود کے عدد ۴۰۸ ہیں اور اللہ تعالیٰ کے ناموں میں سے کسی مفرد نام کے عدد ۴۰۸ نہیں ہیں لہذا دو ایسے نام تلاش کریں جن کے اعداد کا مجموعہ ۴۰۸ ہو۔ ایسے نام ”مجید“ اور ”ذافع“ ہیں جن کے عدد بالترتیب ۵۷ اور ۳۵۱ ہیں ان کا مجموعہ ۴۰۸ بنتا ہے۔ لہذا طارق محمود صاحب ”یکامجید یا ذافع“ کا ورد کریں۔

(منظور احمد آفاقی ڈیرہ غازی خان)

شر کے بدلے خیر

ایک بار حضرت عیسیٰؑ چند لوگوں کے پاس سے گزرے تو انہوں نے بلا وجہ آپ کو گالیاں دینا شروع کر دیں لیکن آپ پہلے سے بھی زیادہ دعائیں دیتے ہوئے چل دیے۔ یہ دیکھ کر ایک حواری نے کہا اے اللہ کے نبی! آپ نے ان شریروں کے شر کے بدلے میں جس خیر اور رحمت کا مظاہرہ فرمایا ہے کہیں یہ انہیں غرور میں مبتلا نہ کر دے۔ یہ سن کر حضرت عیسیٰؑ نے فرمایا ”انسان کے پاس جو کچھ ہوتا ہے وہ وہی دوسرے کو دیتا ہے ان کے پاس شر ہی شر تھا اور ہمارے پاس خیر ہی خیر ہے۔“

(عابد محمود صادق آباد)

السلام علیکم ورحمۃ اللہ وبرکاتہ امید ہے کہ آپ الحمد للہ عافیت سے ہوں گے۔ گزشتہ سال آپ سے آپ کے ادارے میں ملاقات کا شرف حاصل ہوا تھا۔ آپ کے طریقہ کار اور نظم و ضبط سے میں بے حد متاثر ہوا تھا۔ آپ کی دوایاں میرے اہل و عیال نے استعمال کی ہیں جن سے خاطر خواہ نتائج نکلے ہیں۔ اللہ تعالیٰ آپ کو طبی اور روحانی دونوں محاذوں پر کامیابی عطا فرمائے آمین۔ فروری 2009ء کا ”عقربری“ نظر سے گزرا ہے۔ حق تعالیٰ اس پرچے کو دن دو گنی رات چو گنی ترقی عطا فرمائے۔ آپ کے پرچے کیلئے ایک مختصر سی تحریر اور کچھ سوالات کے جوابات بھیج رہا ہوں اگر مناسب سمجھیں تو انہیں کسی شمارے میں شامل کریں۔ آپ کی خیریت اور ترقی کیلئے ایک بار پھر دعا کرتا ہوں۔

موجودہ زمانے کی تیز رفتار مادی ترقی نے انسان کو بے شمار آسائشیں تو فراہم کر دی ہیں لیکن اسے حقیقی خوشی اور دلی سکون مہیا نہیں کر سکی۔ لاکھوں کروڑوں ڈالر کمانے اور خرچ کرنے والے افراد کی نجی زندگیوں میں جھانک کر دیکھئے آپ کو مطمئن لوگ کم اور مضطرب افراد زیادہ ملیں گے۔ ان سے ہٹ کر ذرا ان گوشہ نشین اور یاد خدا میں محو رہنے والوں پر نظر دوڑائیے۔ آپ کو ان کی اکثریت پر سکون زندگی سے لطف اندوز ہوتی ہوئی ملے گی۔ انسانی زندگی کا یہ ایک سرسری سامشاہدہ شہادت دے رہا ہے کہ اللہ تعالیٰ کی یاد میں جو سکون کی دولت پنہاں ہے اس سے قارون کے خزانے یکسر خالی ہیں۔ اللہ تعالیٰ کے اسماء حسنی میں سے جس نام کا بھی ورد کیا جائے وہی نام نافع اور مفید ثابت ہوتا ہے لیکن اہل اللہ نے علم اعداد کی روشنی میں جو طریقہ بتایا ہے اس سے مطلوبہ نتائج کہیں بہتر انداز میں نکلتے ہیں۔ یہ طریقہ پریشانیوں کے خاتمے مسائل کے حل اور حقیقی خوشی کے حصول کیلئے کسی اکسیر سے کم نہیں ہے۔ تجربہ کیجئے اور بندہ ناچیز کو دعائیں دیجئے اللہ تعالیٰ کے ناموں کو ترتیب وار لکھ کر ہر نام کے عدد نکالنے پھر اپنے نام

ترپ کر بھوکی پیاسی مرگئی



اس پر اس کا دوست اداس لہجے میں بولا میرے بھائی کہتے ہیں پرندے بس آزاد فضاؤں میں ہواؤں کے سنگ اڑتے لہراتے ہوئے ہی خوش رہتے ہیں۔ یہی ان کا فطری ماحول ہوتا ہے مگر وہ ان باتوں کو نہ مانتا۔

اگلے دن وہ پتھر اٹھا کر ایک دوسری جگہ رکھ رہا تھا کہ دھاگہ پتھر سے کھل گیا اور چڑیا اڑ گئی اور وہ بے بس دیکھتا ہی رہ گیا کہ یہ کیا ہوا۔ پہلے تو وہ دیکھتا ہی رہ گیا پھر ایک دم وہ اوپر کی طرف پرواز کرتی چڑیا کے پیچھے پیچھے بھاگنے کی کوشش کرنے لگا۔ وہ تو کب کی دوراڑ چکی ہوتی مگر اس کی ٹانگ سے بندھا دھاگہ اس کی اڑنے کی رفتار کو سست کر رہا تھا کیونکہ کبھی وہ کسی چیز سے الجھ جاتا تھا اور کبھی کسی چیز سے۔ وہ بھی اسی دھاگے کو پکڑنے کی کوشش ہی میں تو دوڑا چلا جاتا تھا۔ وہ اب کافی دور آ گیا تھا اور تیز بھاگتا بھاگتا تھک چکا تھا۔ کہاں پرندے کی اڑنے کی رفتار اور کہاں انسان کے چلنے کی! وہ پھر بھی ہمت نہ ہارا کہ اچانک اسے لگا کہ اس کے ہاتھ دھاگہ لگ ہی گیا ہے۔ اب کیا تھا اس کی خوشی کا کوئی ٹھکانہ نہ تھا مگر اگلے ہی لمحے ایک دل دوز چخ کے ساتھ وہ نیچے گر پڑا۔ اس کے بعد اسے کچھ ہوش نہ رہا۔ اس نے جب آنکھیں کھولیں تو اپنے گھر بستر پر لیٹا تھا اور سب اس کے گرد جمع تھے۔ اس کی امی نے اسے بتایا کہ وہ چڑیا کے پیچھے بھاگتا ایک نوکیلے پتھر سے پاؤں ٹکرا جانے کی وجہ سے کھڑ میں جا پڑا۔ وہ تو اس کی چیخ کی آواز سن کر اس کے دوست بھاگے وہاں پہنچے اور اس کو بے ہوشی کی حالت میں گھر لائے۔ کچھ دنوں بعد وہ لنگڑاٹا اپنے بھائی اور دوستوں کے ہمراہ کئی کے کھیتوں میں سے گزرا تو اسے وہ چڑیا وہاں مری پڑی ملی۔ وہ دیکھ کر بہت پشیمان ہوا وہ تو پہلے ہی دل ہی دل میں اللہ تعالیٰ سے کسی جانور پر ظلم نہ کرنے سے توبہ کر چکا تھا کیونکہ اب اس کی ٹانگ پر پلستر چڑھا ہوا تھا اور اسے پتہ تھا کہ ٹانگ کو باندھ دیا جائے یا اس میں تکلیف ہو تو چلنے میں کتنی رکاوٹ ہوتی ہے۔ اصل میں دھاگہ پودوں میں الجھنے کی وجہ سے چڑیا وہاں گر گئی تھی اور ترپ ترپ کر بھوکی پیاسی مر گئی۔ اس کی آنکھوں میں ایک دم آنسو آ گئے۔ اس نے گھر جا کر چڑیا کے بچے کو بڑے پیار سے تھام لیا اور اب تو وہ کچھ دنوں سے تھوڑا سا اڑنے لگا تھا۔ اسلئے اس نے باغ میں جا کر اسے آم اور آلوچے کے جھنڈ میں چھوڑ دیا جہاں وہ خوشی سے شور مچاتا اپنے جیسے ہی دوسرے پرندوں میں کہیں غائب ہو گیا۔

حامد ایک لائق اور ذہین بچہ تھا اس کا گھر ایک گاؤں میں واقع تھا اور اس کے ارد گرد لہلہاتے کھیت، فصلیں اور باغ تھے۔ اس لئے وہاں کئی جنگبوں پر پرندے بہت آتے تھے۔ وہ اکثر اپنی غلیل سے ننھے ننھے خوبصورت پرندوں کو نشانہ بنانے کی کوشش کرتا

تیزی سے بھاگتا۔ ادھر ادھر درختوں کے گھنے پتوں میں چھپ جاتا اور اس کی نظروں سے اوجھل ہو جاتا مگر وہ ہمت نہ ہارا اور آگے بڑھ کر ہاتھ آگے بڑھا کر اسے پکڑنے کی کوشش کرتا رہا۔ آخر چڑیا کا بچہ تھک گیا اور زیادہ بھاگ دوڑ نہ کر سکا تو اسے دبوچ لیا اور خوش ہو گیا۔ گھر آ کر اس نے اسے بنجرے میں بند نہیں کیا تھا کیونکہ وہ اتنا چھوٹا تھا کہ اڑ نہیں سکتا تھا اس کی خوشی کا کوئی ٹھکانہ نہ تھا۔ وہ کبھی اس کو پانی پلانے کی کوشش کرتا کبھی کھانا کھلانے کی لیکن اسے تو اپنی ماں چڑیا سے کھانا کھانے کی عادت تھی وہ دیکھا بیٹھا رہتا۔ اس کے چڑیا جیسے پر نہیں تھے جواز سکتا۔ یونہی اڑنے کی کوشش کرتا پھر ناکام بیٹھا رہتا۔ اگلے دن اس نے دیکھا چڑیا آئی اور اس نے چونچ میں کچھ دبا رکھا تھا۔ وہ ڈری ڈری سی صحن کی دیوار پر بیٹھی ادھر ادھر دیکھ رہی تھی کہ ایک دم اپنے بچے کو دیکھ کر اس کی آنکھوں میں چمک سی لہرائی۔ وہ جلدی سے اڑتی ہوئی اس کے پاس آئی اور اسے دانہ کھلانے لگی۔ یہ دیکھ کر حامد مطمئن ہو گیا کہ چلو اس طرح چڑیا کے بچے کی طرف سے بے فکری ہو گئی کہ وہ اب بھوکا پیاسا تو نہیں رہے گا۔

یہ سوچتے ہی اس کے ذہن میں ایک ترکیب آئی وہ کچھ سوچ کر مسکراتا چڑیا کو پکڑنے آگے بڑھا چڑیا تو اپنے بچے کو دانہ کھلانے میں مگن تھی اس لئے حامد نے اسے پیچھے سے دبے پاؤں آ کر پکڑ لیا۔ وہ شور مچاتی رہ گئی اور اس کا بچہ بھی دبک کر بیٹھ گیا اسے ڈر تھا کہ چڑیا کہیں اڑ نہ جائے اس لئے دھاگہ باندھ کر دوسرا ایک پتھر سے لپیٹ دیا۔ اس نے مٹی کے پیالوں میں پانی اور دانہ ڈالا۔ مگر چڑیا انہیں منہ نہ لگاتی کیونکہ وہ تواب قیدی تھی۔ آزاد نہ تھی اس کے ابو تو کہیں باہر گئے ہوئے تھے۔ امی کے منع کرنے پر وہ ان پرندوں پر ظلم کرنے سے باز نہ آیا اور ان کو آزاد کرنے پر راضی نہ ہوا۔ دوستوں کے سمجھانے پر بھی وہ باز نہ آیا۔ اس کے پیارے دوست فواد نے سمجھایا دیکھو حامد یہ پرندے آزاد فضاؤں میں رہنے والے ہیں انہیں اڑادو۔ انہیں قید کر کے رکھنا ان سے پیار جتنا نہیں مگر وہ ٹس سے مس نہ ہوا اور مسکرا کر بولا فواد تمہیں نہیں پتہ وہ میرے پاس بہت خوش ہیں۔

حامد ایک لائق اور ذہین بچہ تھا۔ دیکھنے میں بھولا بھالا اور پیارا سا مگر اس میں ایک بری عادت یہ تھی کہ وہ بہت شریر تھا۔ وہ ذہین تھا مگر اپنے ذہن کو نئی شرارتیں سوچنے میں مصروف رکھتا اور پھر ایسی ترکیبوں سے شرارتیں کر کے دوسروں کو جکھم کرتا۔ کبھی کبھی اس کی شرارتوں سے اس کے گھر والے اور دوست پریشان ہو جاتے مگر اس کیلئے یہ معمولی بات ہوتی۔ وہ کبھی اپنی بہن کی کتاب چھپا دیتا تو کبھی بھائی کی کاپیوں کو چھپا لیتا۔ بھائی بیچارہ کام کرنے کیلئے سارے گھر میں ڈھونڈتا پھرتا اور وہ تو اس نے نیچے کے نیچے چھپائی ہوتی تھیں۔ اکثر خود ہی انہیں نکال کر دیتا مگر اس دوران ان کا پڑھائی کا وقت ضائع ہو چکا ہوتا تھا۔ اس کا گھر ایک گاؤں میں واقع تھا اور اس کے ارد گرد لہلہاتے کھیت، فصلیں اور باغ تھے۔ اس لئے وہاں پرندے بہت آتے تھے۔ وہ اکثر اپنی غلیل سے ننھے ننھے خوبصورت پرندوں کو نشانہ بنانے کی کوشش کرتا۔ کئی دفعہ وہ زخمی بھی ہو جاتے۔ اس کے ابو نے اس کی حرکتوں سے تنگ آ کر اس کی غلیل توڑ کر پھینک دی تھی اور اس پر وہ بہت تملایا مگر بے سود۔ اس کی امی اکثر اسے جانوروں سے پیار کرنے اور ان پر ظلم نہ کرنے کی تاکید کرتیں۔

ایک دن حامد اپنے دوستوں کے ساتھ باغ میں گھوم رہا تھا۔ اس نے اچانک آم کے درخت پر بیٹھی چڑیا کو دیکھا جو اڑتی چوں چوں کرتی شور مچاتی بار بار اس درخت پر آ بیٹھتی اور پھر اس کی گھنی شاخوں میں کہیں غائب ہو جاتی۔ وہ دل ہی دل میں اسے پکڑنے کا سوچنے لگا مگر وہ کبھی اس ڈال پر جا بیٹھتی کبھی اس ڈال پر اور پھر کہیں دوراڑ گئی۔ تھوڑی دیر بعد اس نے دیکھا وہی چڑیا منہ میں دانہ دنگا لے کر اس درخت پر آ بیٹھی۔ ساتھ ہی کچھ ننھی مٹی سی چوں چوں کی آوازیں سنائی دیں وہ ان آوازوں کی کوج لگانے لگا جو آگے بڑھا تو دیکھا کہ چڑیا اپنے بچے کے منہ میں دانہ ڈال رہی ہے۔ اس نے منصوبہ بنایا کہ چڑیا اڑے تو اس کے بچے پکڑ لے۔ آخر وہ اپنے اس مقصد میں کامیاب ہو گیا۔ ادھر چڑیا اڑی ادھر یہ دبے پاؤں آگے بڑھا۔ جونہی یہ ہاتھ آگے بڑھا تا چڑیا کا بچہ اچھل کود کرتا

نفسانی خواہش سے بچنے کا انعام | رزق کی فراوانی پائیے

فجر کے وقت جب فرشتے رب کائنات کے آگے مخلوق کے رزق کی دعا کر رہے ہوتے ہیں اور مخلوق خوابِ خرگوش کے مزے لے رہی ہوتی ہے۔ (خواجہ انیس اقبال لاہور)

ٹھیک بارہ بجے ایک خوبصورت لڑکی نے آکر مجھے جگایا اور اشارے سے اپنے پیچھے چلنے کو کہا۔ میں بغیر کچھ سوچے اس کے ساتھ چل دیا۔ تھوڑی دور جا کر اس نے مجھے پکڑ لیا اور شکل بدلنے لگی اس نے مجھ پر منتر پڑھنا شروع کر دیا اور میں بے ہوش ہو گیا

لڑکی غائب ہو گئی

جاویداقبال بھٹ

ایک سال پہلے کی بات ہے کہ ہم سب دوستوں نے پروگرام بنایا کہ کیوں نہ اس بار عید پر دریا پر پکنک منائیں اور اس کے لئے ہم نے عید کے دوسرے دن کا انتخاب کیا۔ میرے ایک دوست جاوید جسے ہم جے اے کہتے ہیں کی اپنی ہائی ایس گاڑی ہے۔ ہم سب دوستوں نے اس گاڑی کو پسند کیا۔ عید کے دوسرے دن ہم نے کچھ ضروری سامان گاڑی میں رکھا، برتن، کولر وغیرہ پھر رفیق احمد بھٹ کی دکان سے مرغی کا گوشت لیا اور چل پڑے۔ راستے سے مشروبات خریدے، کیونکہ ہم اٹھارہ دوست تھے۔ راستے میں ہلہ گلہ کرتے میوزک سنتے رواں دواں تھے۔ دریا کا پل پار کر کے آگے صحرا آ جاتا ہے۔ کچھ آگے چل کر ہم نے ایک جگہ پسند کی کیونکہ وہاں درخت تھے۔ کچھ قدرتی پھول تھے اور ساتھ ہی ایک جمیل بنی ہوئی تھی اور چاروں طرف درخت تھے اور زیادہ تر ریت ہی ریت تھی۔ خیر جے اے نے ڈرائیور سے کہا شام چھ بجے آ جانا اور ہمیں لے جانا گاڑی چلی گئی۔ ہم نے اچھل کود شروع کر دی، یعنی کہ ہم نے ہر پور سیر کی۔ جب باورچی نے کھانا تیار کر لیا تو ہمیں آواز دی کہ کھانا تیار ہے اور ہم نے دو بجے کھانا کھایا۔ کھانے کے دور سے فارغ ہو کر لٹو کھیل، پانچ بجے چھل قدمی پر نکل گئے۔ چھ بجے واپس آ گئے کیونکہ گاڑی آنے والی تھی۔ سب دوستوں نے سامان پیک کیا اور انتظار میں بیٹھ گئے۔ سات بج گئے مگر گاڑی نہیں آئی۔ سورج غروب ہو چکا تھا اندھیرا پھیل چکا تھا۔ سناٹا چھا گیا تھا اور ہمارے دلوں میں وسوسے آنے لگے۔ ٹارچ لائٹ ہمارے پاس موجود نہیں تھی کیونکہ ہمارا پروگرام تو دن کا تھا۔ گیارہ بجے تک ہم نے تو انتظار کیا لیکن گاڑی نہ آئی اور ڈرتے ڈرتے سو گئے۔ ٹھیک بارہ بجے ایک خوبصورت لڑکی نے آکر مجھے جگایا۔ میں سمجھا کہ آس پاس کی بستی کی لڑکی ہوگی۔ مجھے اشارے سے اپنے پیچھے چلنے کو کہا۔ میں بغیر کچھ سوچے اس کے ساتھ چل دیا۔ تھوڑی دور جا کر اس نے مجھے پکڑ لیا اور شکل بدلنے لگی۔ میری ٹانگیں بھاگنے میں ساتھ دینے کو انکار کر گئی

تھیں۔ منہ سے ایک لفظ نکل نہیں پارہا تھا۔ پھر اس نے مجھ پر منتر پڑھنا شروع کر دیا اور میں بے ہوش ہو گیا۔ جب مجھے ہوش آیا تو میں اپنے گھر میں موجود تھا۔ ہوش آنے پر پتہ چلا کہ میرے دوست مجھے وہاں سے لے آئے تھے کیونکہ وہاں لڑکی موجود نہیں تھی۔ نہ جانے وہ لڑکی کیسے غائب ہوئی تھی۔ اگر وہ غائب نہ ہوتی یا میرے دوست مجھے وہاں سے نہ لے آتے تو جانے آج میرے ساتھ کیا ہوتا۔ جب بھی مجھے یہ واقعہ یاد آتا ہے تو میرے اوسان خطا ہو جاتے ہیں۔

خوبصورت دلہن

نامر حسین شامی لہ

جو واقعہ میں لکھ رہا ہوں یہ میرے استاد کے ساتھ پیش آیا اور انہوں نے یہ واقعہ پوری کلاس کو سنایا۔ ان ہی کی زبانی سنئے۔ یہ اس وقت کی بات ہے جب میں کالج سے فارغ التحصیل تھا اور میرا گاؤں لیہ شہر کے نواح میں واقع تھا اور میں یہ بھی بتاتا چلوں کہ میں جنوں، بھوتوں کی کہانیوں پر یقین نہیں رکھتا تھا۔ ایک دن مجھے میرے والد صاحب نے نو یا دس بجے کے قریب گھر سے باہر بھیجا تا کہ میں اپنی زمینوں پر دیکھ بھال کروں اور ساتھ ہی مجھے یہ بھی تاکید کی کہ میں تھوڑی دیر بعد وہاں جاؤں۔ میں آہستہ روی سے چلتا ہوا اپنی زمینوں کی طرف جا رہا تھا کہ اچانک مجھے ایک لڑکی کی چیخ سنائی دی۔ میں چیخ سن کر لڑکی کی طرف دوڑ پڑا تا کہ اس کی مدد کر سکوں۔ جب میں مطلوبہ جگہ پر پہنچا تو واقعی میں حیران رہ گیا کہ ایک خوبصورت عورت جس نے بناؤ سنگھار کیا ہے اور دلہنوں والا لباس پہنے کھڑی ہے۔ میں نے بے اختیار ہو کر پوچھا! کیا چیخ آپ نے ماری تھی تو میرے اس سوال پر وہ ہنس پڑی اور ایسی ہنسی جیسے فضا میں جلتی رنگ بج اٹھے ہیں۔ میں جھنجھلا گیا اور ذرا غصے بھرے لہجے میں بولا میں نے کوئی لطیفہ سنایا ہے جو تم میری بات پر ہنس رہی ہو تو وہ بولی سرور (استاد محترم) میں تمہارے انتظار میں کب کی یہاں کھڑی ہوں۔ آؤ نا! میرے قریب آؤ۔ میں نے اس عورت سے پوچھا کہ تم کیسے میرا نام جانتی ہو اور دوسری بات کہ تمہارے قریب آؤں تو میں یہ تمہاری خواہش پوری (بقیہ صفحہ نمبر 42 پر)

سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ سُبْحَانَ اللَّهِ الْعَظِيمِ اکثر اخبارات رسائل اور کتب میں اس تسبیح کے بارے میں بہت کچھ لکھا جاتا ہے اور یہ کلمہ مخلوق خدا کا وردِ زبان رہتا ہے۔ اصل میں یہ نسخہ کتاب مواہب لدنیہ سے حاصل ہوا۔ اس کے فیض رقم کئے جائیں تو ہر پڑھنے والا یقیناً مختلف مشاہدہ سے گزرا ہوگا۔ میں نے اپنی کتاب فقیر کی دنیا میں اپنے چند مشاہدات درج کئے ہیں۔ حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کا بتایا ہوا وظیفہ ہے پھر اس کے فیض سے انسان کیسے خالی رہ سکتا ہے۔ کچھ وظائف ایسے ہوتے ہیں جن کی تعداد مقرر ہوتی ہے اور وقت بھی مگر کچھ وظائف ایسے ہوتے ہیں جن کی کوئی تعداد نہیں ہوتی مگر دیکھنے میں ہمیشہ یہی آیا ہے کہ وقت مقررہ پر پڑھائی کی جائے تو اس کے اثرات فوراً سامنے آ جاتے ہیں۔ ہمارے معاشرے کا اصل مسئلہ بے دینی ہے۔ جنہیں ہم بے راہ و محسوس نہیں کر رہے اور تماثلوں میں مست ہیں۔ رحمان سے دوری کا آخر یہی نتیجہ ہے۔ یہ وقت ہے کہ ہم انفرادی سوچ کو بالائے طاق رکھ کر اجتماعی دلیلے سے اپنے رب کو منائیں اور مغفرت طلب کریں۔ اب اپنی بات کی طرف آتا ہوں۔ جہاں تک میرا ذاتی مشاہدہ ہے اور میں نے ان پیارے کلمات کا فیض پایا ہے تو اس کا درست وقت کا ذب اور صادق کا درمیانی وقفہ ہے جو فجر کی اذان سے تین منٹ پہلے آتا ہے۔ یہ وہ وقت ہے جب فرشتے رب کائنات کے آگے مخلوق کے رزق کی دعا کر رہے ہوتے ہیں اور مخلوق خوابِ خرگوش کے مزے لے رہی ہوتی ہے۔ اس تسبیح سے آپ کو رزق کے وسائل مہیا ہو سکتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ اپنے غیب کے خزانے سے عطا کرتا ہے۔ روحانیت کی طرف دل مائل ہو جاتا ہے اور مخلوق کا رخ آپ کی جانب ہو جاتا ہے۔ جس سے مسائل کے حل ہونے میں بہت مدد ملتی ہے۔ روئے ہوئے لوگ بھی آپ کے قریب آ جاتے ہیں۔ 100 مرتبہ کاذب اور صادق کے درمیانی وقفہ میں اللہ تعالیٰ کی یہ تسبیح بیان کریں۔ پھر اس کے فوائد ملاحظہ کریں۔ یہ ورد اجتماعی طور پر کیا جائے تو ہمارے ملک کے حالات تھوڑے وقت میں بہت اچھے ہو جائیں اور اللہ تعالیٰ کی رحمتیں نازل ہونے لگیں (انشاء اللہ)

طعنہ مذاق اور مکافاتِ عمل

شرفِ ملیسی

کہتے ہیں کہ جو چیز اللہ کے اختیار میں ہے اور انسان اس معاملے میں بے اختیار ہو ایسی کسی بات کا مذاق اڑانا یا طعنہ دینا دراصل قدرتِ الہی کا مذاق اڑانا ہے۔ اس لئے قدرتِ الہی جوش میں آتی ہے۔ بندے کو اس کی سزا دنیا میں ہی مل جاتی ہے۔

یہ واقعہ جو میں آپ کو سنانے جا رہی ہوں ایک سچا واقعہ ہے۔ یہ میری امی کی لگی خالہ کے ساتھ پیش آیا۔

یہ آج سے 40 سال پہلے کی بات ہے۔ امی کی خالہ جن کا نام حمیدہ ہے۔ ان کی شادی ہوئی۔ ان کے سسرالی گھر کے نزدیک ایک گھر تھا۔ وہاں ان کے سسرال والوں کا بہت آنا جانا تھا۔ ان کے چار بچے تھے۔ ان کا ایک بچہ کسی وجہ سے تو تلا بولتا تھا اور تھوڑا سا ہکلاتا بھی تھا۔ کبھی بھی بات کرنے میں بہت دیر لگاتا تھا۔ خالہ جب بھی اپنے بچے آتی اس بچے کی نقل کر کے سب کو ہنساتی۔

شادی کے دو سال کے بعد اللہ نے ان کو بیٹا عطا کیا۔ اس کا نام انہوں نے شفیق رکھا۔ اللہ کا کرنا ایسا ہوا کہ جب وہ بیٹا بڑا ہوا تو وہ ویسے ہی تو تلا اور ہکلا کر بولتا جیسا کہ ان کے ہمسایوں کا بچہ بولتا تھا۔ حالانکہ خالہ کے سسرال اور میکہ دونوں میں کوئی بھی ایسا نہیں تھا۔ نہ ہی بزرگوں اور نہ ہی اس سے پہلے والی نسلوں میں کہ بندہ کہے کہ ان کے اثرات اس بچے میں منتقل ہو گئے ہیں۔ بڑے بیٹے کے دو سال بعد ایک اور بیٹا اور اس کے 3 سال بعد ایک بیٹی اللہ نے عطا کی۔ خالہ کے تینوں بچے دو بیٹے اور ایک بیٹی اسی طرح تو تلے اور ہکلا کر بولتے ہیں۔

یہ دوسرا واقعہ بھی ہمارے جاننے والوں میں پیش آیا۔

30 سال پہلے ارم اور فاخرہ کو دئے سنے کی شادی ہوئی۔ دونوں چچا زاد بہنیں بھی تھیں۔ فاخرہ جب بھی میکے آتی تو ارم کے ساتھ لڑائی کرتی۔ اس کے ہر کام میں نقص نکالتی۔ اس کو ہر وقت زچ کئے رکھتی۔ جواب میں ارم بھی اسے خوب سناتی۔ فاخرہ کو اللہ تعالیٰ نے اولاد عطا نہیں کی۔ ارم کو اللہ نے 3 بیٹیاں اور 2 بیٹے عطا کئے۔ ایک دن فاخرہ اپنے میکے آئی ہوئی تھی کہ دونوں میں لڑائی ہو گئی۔ لڑائی کے دوران دونوں ایک دوسرے کو طعنے دینے لگیں۔ فاخرہ کہتی کہ تم پھوہڑ ہو۔ بدسلوک ہو ارم کہنے لگی تم ہو گی پھوہڑ بدسلوک بے اولاد میرے گھر کا سکون برباد کرنے کیلئے آ جاتی ہے۔

فاخرہ کو بے اولادی کا طعنہ دل کو بہت لگا۔ وہ اپنی ماں کے پاس بیٹھ کر رونے لگی اور کہنے لگی کہ آئندہ میں اس گھر میں نہیں آؤں گی۔ میری بھابھی مجھے بے اولادی کے طعنے دیتی ہے۔ فاخرہ کا

بھائی اور ارم کا شوہر سعودی عرب میں روزگار کے سلسلے میں ہوتا تھا۔ اسے ان جھگڑوں کا علم نہ تھا۔ ارم نے اپنے سب بچوں کی شادیاں کر دی ہیں۔ اس کے دونوں بیٹوں کی اولاد ہے لیکن بیٹیوں کی اولاد نہیں۔ جہاں کہیں بھی وہ ڈاکٹروں یا حکیموں کے پاس جاتے ہیں وہ کہتے ہیں کہ لڑکیوں میں نقص ہے۔ ان کی اولاد نہیں ہو سکتی۔ شوہر بالکل ٹھیک ہیں۔ بڑی بیٹی کے شوہر نے دوسری شادی کر لی ہے اور دوسری بیوی میں سے اولاد ہے۔ اب ارم ہر وقت روتی رہتی ہے اور کہتی ہے کہ میں نے فاخرہ کو بے اولادی کے طعنے دئے تھے اور میرا بول میرے آگے آیا ہے۔ فاخرہ سے بھی معافیاں مانگتی ہے اور رورور کر اللہ سے بھی معافیاں مانگتی ہے۔ راتوں کو اٹھ کر تہجد پڑھتی ہے۔ کبھی بھی بڑا بول نہیں بولنا چاہیے۔ نہ غصے میں اور نہ ہی مذاق میں۔ کہتے ہیں کہ جو چیز اللہ کے اختیار میں ہے اور انسان اس معاملے میں بے اختیار ہو ایسی کسی بات کا مذاق اڑانا یا طعنہ دینا دراصل قدرتِ الہیہ کا مذاق اڑانا ہے۔ اس لئے قدرتِ الہیہ جوش میں آتی ہے۔ بندے کو اس کی سزا دنیا میں ہی مل جاتی ہے۔ کبھی کسی کا دل نہیں دکھانا چاہیے کیونکہ دلوں میں خدار ہوتا ہے۔ بابا بھیس شاہ کا کلام ہے۔

مسجد ڈھادے مندر ڈھا دے

پر کسے دا دل نہ ڈھائیں

اللہ تعالیٰ ہم سب کو بڑا بول بولنے سے بچائے اور زبان کو سوچ سمجھ کر استعمال کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔ (آمین) ہمارے والدین نے ہماری تربیت میں یہ بات سختی سے شامل کی ہے کہ کبھی کسی کا مذاق نہیں اڑانا۔ نہ کسی کا دل دکھانا ہے کسی کا لے یا کسی چھوٹے قد والے کا کسی لنگڑے کا کسی بھی خامی والے شخص کا مذاق نہیں اڑانا چاہیے۔ میری امی کہتی ہیں اگر اللہ نے تمہیں بے عیب بنایا ہے تو اس کا شکر ادا کرو کیونکہ اس میں تمہارا کوئی کمال نہیں۔ اگر وہ کوئی خامی رکھ دیتا تو تم کیا کر لیتے۔ ایک دن میں نے امی سے پوچھا کہ آپ کی اتنی سختی کی وجہ کیا ہے۔ میری باقی سہیلیوں کی والدہ تو اتنی سختی نہیں کرتیں۔ وہ تو دوسروں کا مذاق اڑاتی ہیں تو میری امی نے عبرت کیلئے یہ دو سچے واقعات بیان کئے۔

تھکی آنکھیں

چہرے کے عوارض میں پھولی اور تھکی آنکھیں، جھریاں، کیلیں، مہاسے، خشک اور چکنی جلد قابل ذکر ہیں۔ ان کے لئے کھیرا، لیموں، پیسہ، بادام اور گاجریں مفید ہوتی ہیں مثلاً آنکھیں تھکی اور سوچی ہوئی ہوں تو اطمینان سے لیٹ کر کھیرے کے قلعے ان پر جمادیں یا پھر تازہ پیسے کی قاشیں یا آلو کے کٹڑے اس مقصد کے لئے استعمال کریں۔ آدھے گھنٹے بعد صاف پانی سے آنکھیں دھولیں۔

(فرح ندیم لاہور)

نسخہ برائے دردِ رتخ

مجھے بچپن سے ہی دل کے قریب اوپر کی جانب درد تھا مطالعہ اور تکرار کے دوران دفعتاً ہلکی سی ٹیس اٹھتی لیکن میں نے اس پر کوئی توجہ نہ دی۔ وقت اپنی رفتار کے ساتھ چلتا رہا اور یہ ہلکی سی ٹیس بڑھتی رہی اور مجھے یہ فکر لاحق ہوئی کہ کہیں یہ دل کا درد ہی نہ ہو۔ گزشتہ سال میرے ساتھ یہ کیفیت دامن گیر ہوئی کہ اچانک جب میں سانس لیتا تو ایسے محسوس ہوتا کہ دل کے آس پاس ہی کسی ہڈی میں کرج کی آواز آتی ہو۔ کبھی صرف سانس لینے سے کبھی زور سے سانس لینے سے اور کبھی زور سے ہنسنے سے اور کبھی کھانسنے سے یہ کیفیت پیدا ہوتی۔ جس کی وجہ سے مجھے اس بات کا پختہ یقین ہو گیا کہ یہ دل کا ہی درد ہے۔ بہر کیف ہمارے مدرسے (جامعہ مفتاح العلوم کھروڑیکا) کے ناظم صاحب جن کو حکیم محمد محسن کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے جو کہ ایک عرصہ تک حکمت سے وابستہ رہے ہیں اور نامی گرامی حکیموں میں ان کا شمار ہوتا ہے میں ان کے پاس حاضر ہوا۔ ابھی تھوڑی سی کیفیت کو ہی ظاہر کیا تھا کہ حکیم صاحب نے فوراً کہا جو کہ ان کا مخصوص لہجہ ہے مجھے اب بھی وہ منظر اور الفاظ اچھی طرح یاد ہیں (اوکے آئے دل دادر کا نئی بلکہ رتخ دی وجہ کرتے ہے) اور درج ذیل نسخہ تجویز فرمایا۔ اللہ پاک ان کو جزائے خیر عطا فرمائے۔ الحمد للہ آج تک وہ کیفیت محسوس نہیں ہوئی۔ اس نسخہ کو استفادہ عام کیلئے زیب قرطاس کرتا ہوں نسخہ یہ ہے۔

بادیان انار دانہ کچوڑ نجیل صمغ عربی ہلید سیاہ گیر و دھنیا دود و تولہ لے کر سب کو کوٹ کر سفوف بنالیں اور جس وقت آپ محسوس کریں کہ پیٹ خالی ہے اسی وقت ایک چمچ (چائے والا) کی مقدار استعمال کریں اور ساتھ ہی مرہہ بیلگری صبح شام استعمال کریں۔ (محمد ناصر نواز کھروڑیکا)

گلٹیاں ختم ہو گئیں

ہر نماز کے بعد سورہ فاتحہ معہ تسبیہ آمین تین بار پڑھ کر اپنے ہاتھوں پر پھونک مار کر گلٹی والی جگہ پر پھیر لیتی تھی

محترم ایڈیٹر صاحب!

السلام علیکم ورحمۃ اللہ وبرکاتہ۔ اللہ تعالیٰ آپ کو اور سب مسلمانوں کو اپنی حفظ و امان میں رکھے (آمین) فردری کا عبقری پڑھا ہر رسالہ دوسرے سے زیادہ اچھا لگتا ہے ملنے ساتھ ہی پڑھنا شروع کر دیتی ہوں اس مہینے محترمہ عاصمہ منظور کا مسئلہ پڑھا تو اپنا مسئلہ بھی یاد آ گیا تقریباً دو سال پہلے میرے دائیں بریسٹ میں گلٹی ہو گئی تھی جو کہ درد نہیں کرتی تھی مگر سنا تھا جو درد نہ کرے وہ بھی خطرناک ہوتی ہے۔ میں نے کوئی دوا نہیں لی تھی مگر ہر نماز کے بعد سورہ فاتحہ معہ تسبیہ آمین تین بار پڑھ کر اپنے ہاتھوں پر پھونک مار کر گلٹی والی جگہ پر پھیر لیتی تھی ایک ہفتے بعد وہ گلٹی بالکل ختم ہو چکی تھی اللہ کا شکر ہے اس کے علاوہ میں نے اپنے زکام کے بارے میں لکھا تھا جواب میں آپ نے کہا تھا تین ماہ کا کورس کریں نفی قہور اور حیرت سیرپ کا وہ کورس مکمل ہو چکا ہے تقریباً نوے فیصد ٹھیک ہوں مزید کیا کروں۔

(روپینہ اسلام آباد)

ایڑھی میں درد

ایک عورت کی ایڑھی میں بہت درد تھا اس نے ہڈی کے ڈاکٹر کو دکھایا تو اس نے کہا کہ یہ درد آپ کو ساری عمر نہیں جائے گا اس کے لئے جو تے کراچی سے بنیں گے اور درد کی گولی لینی پڑے گی وہ میرے پاس آئی میں نے اس کی ایڑھی کا گند خون نکالا شکر ہے مالک کا دودن میں بالکل صحیح ہو گئی۔ میں ہو میو پیٹھک ڈاکٹر ہوں اور اللہ کا شکر ہے یہ کام بھی شروع کیا ہے ہر مرض کے لئے ہے اور درد کی جگہ سے خون نکالا جاتا ہے۔ سنت کے مطابق آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا جس کا مفہوم یہ ہے شفاء کا نئے والے بلڈ کی دھار میں ہے۔ آپ سے التجا ہے اپنی دعا میں مجھ کو شامل کریں اور اس کام میں ترقی دیں۔ آمین۔

(ڈاکٹر محمد صادق)

قارئین کے سوال

قارئین از 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۔

سے ایک سوال پوچھنا چاہتا ہوں براہ مہربانی مجھے کوئی ایسا روحانی عمل بتایا جائے جس کے ذریعے میں جب چاہوں اور جہاں چاہوں پہنچ جاؤں۔ (اختر سرگودھا)

سوال:- ہمارے گھر میں بہت زیادہ چیونٹیاں ہیں جس کی وجہ سے ہم بہت زیادہ پریشان ہیں اگر کسی کو ان کو ختم کرنے کا حل معلوم ہو تو ضرور تحریر کریں۔ (فاخرہ خان شاداب کالونی)

سوال:- مجھے اوائل عمر میں ایک پریشانی لاحق ہو گئی تھی۔ جس کی وجہ سے ہر وقت پریشان رہتا تھا۔ رات کو نیند نہیں آتی تھی۔ جو تھوڑی بہت نیند آتی وہ خوابوں میں گزر جاتی اور صبح کو تھکا ہارا بستر سے اٹھتا۔ یہ پریشانی کافی دیر رہی اور اس سے میری صحت بری طرح متاثر ہوئی ہے۔ پریشانی رفع ہونے کے بعد اب نیند تو آ جاتی ہے لیکن ساری نیند خواب لگا تار آتے رہتے ہیں مجھے کسی ایسی دوا یا خوراک کوئی مہربان عطا فرمائے جس سے مجھے گہری نیند آئے اور خوابوں سے چھٹکارا حاصل ہو۔ (ایک قاری)

سوال:- میں اپنے بیٹے کا مسئلہ لے کر حاضر ہو رہی ہوں میرے بیٹے سجاد کی عمر 25 سال ہے۔ وہ رات کو سوتے میں دانت پٹتا ہے کوئی اس کے پاس سو نہیں سکتا بلکہ دوسرے کمرے میں بھی آواز آتی ہے۔ براہ مہربانی کوئی حل بتائیں شکر گزار ہوگی۔ (مشرقیہ سلیمان لاہور)

سوال:- مجھے تقریباً 3 ماہ سے شدید خارش ہے ہر قسم کا علاج کر دیا ہے دم تعویذ جھاڑ وغیرہ بہت پریشان ہوں کوئی حل فرمائیں۔ (عطیہ نور فیصل آباد)

سوال:- میرے شوہر 5 سال قبل فوت ہو گئے تھے کمانے والا کوئی نہیں دو بچیاں ہیں جن کی شادی کی فکر ہے سلائی کڑھائی سکھا رکھی ہے اس سے کچھ گزر بسر ہو رہی ہے اور ایک چھوٹی سی دکان کا 2000 کرایا آتا ہے جو گزارے کیلئے ناکافی ہے۔ کوئی وظیفہ بتائیں کہ اللہ پاک کوئی ذریعہ وسیلہ پیدا کر دے نوازش ہوگی۔ (یاسمین ظہور چیچہ وطنی)

(مسی میں خالص دیسی گھی کے بارے میں ایک شخص نے جواب دیا تھا میں نے آزمایا واقعی گھی خالص اور کم قیمت تھا بلکہ اپنے بیٹا دوستوں کو دیا ہے عبقری اور لکھنے والے کا مشکور ہوں۔ گھی والے صاحب کا نمبر یہ ہے 0334-7870827 (پروفیسر ڈاکٹر عبدالقیوم کراچی میڈیکل کالج)

اکتوبر کے جوابات

جواب:- بھائی آپ نماز کا اہتمام کریں۔ گھر میں کوئی بے نمازی نہ ہو سب کو نماز پر لگائیں۔ آپ ایک جگہ اور وقت مقرر کر کے 121 بار روزانہ ”سورۃ الفریش“ نہایت توجہ سے پڑھیں اور اس کا ثواب تمام صحابہ کرام کو پہنچائیں۔ یہ عمل بلا ناغہ 40‘70 اور حد 90 روز کریں۔ چند دنوں میں ہی کام ملنا شروع ہو جائے گا۔ نہایت مجرب ہے۔ (محمد افضل صدیقی صادق آباد)

جواب:- بہن ثریا! آپ ہر فرض نماز کے بعد سانس روک کر بسم اللہ مکمل یعنی بار پڑھ سکتی ہیں پڑھیں۔ آپ 19 بار سانس روک کر جب پڑھنا شروع کر دیں گی تب 40 دن تک یہ عمل کریں اور پھر اس کا کمال دیکھیں۔ (محمد ضیاء لاہور)

جواب:- محترم بھائی احمد صاحب آپ کیلئے ایک عمل پیش خدمت ہے اگر آپ نے توجہ دھیان سے اس کو پڑھ لیا تو دنوں میں نہ سہی ہفتوں‘ عشروں میں آپ کو عزت و وقار دوبارہ مل جائے گا۔ عمل درج ذیل ہے۔ یا بَدِیْعُ الْعَجَائِبِ یا الْخَبِیْرُ یا بَدِیْعُ یا بَدِیْعُ یا بَدِیْعُ 313 بار روزانہ اول و آخر درد پاک۔ 40‘70 یا 90 دن کریں۔ روز 3 روپے صدقہ ضرور دیں۔ زیادہ دے سکتے ہیں تو بہتر ہے۔ (حاکم علی رحیم یار خان)

جواب:- بہن ضرور شروع میں کوئی غلطی ہوئی ہے۔ آپ کوشش کریں کہ شوہر کی ہاں میں ہاں ملائیں۔ غصہ کے وقت چپ رہیں۔ غلطی کا اعتراف کریں۔ کسی نماز کے بعد یاد ان میں کسی وقت اَللّٰهُمَّ اِنَّا نَجْعَلُکَ فِیْ نُحُوْرِهِمْ وَ نَعُوْذُ بِکَ مِنْ شُرُوْرِهِمْ 101 بار پڑھ کر شوہر کا تصور کر کے پھونک دیا کریں۔ خیال رہے دل میں عزت ہونا ضروری ہے۔ (ریحانہ لاہور)

جواب:- بہن آپ دن میں کئی مرتبہ ایک بار الحمد شریف اور 3 بار سورۃ اخلاص معہ بسم اللہ اول و آخر درد پاک پڑھ کر اپنے شوہر کو اس کا ثواب پہنچائیں یہ معمول ان کے ٹھیک ہو جانے تک رکھیں۔ (آسیہ راو پلندی)

نومبر کے سوالات

سوال:- محترم حکیم صاحب میں عبقری کا پرانا قاری ہوں رسالے کی جتنی تعریف کی جائے کم ہے میں قارئین کرام

آپ کا خواب اور تعبیر

کاشٹے والا طوطا

میں نے دیکھا کہ میری بڑی بہن بیرون ملک سے پاکستان ملنے آئی ہے۔ وہ ہمارے گھر اپنی بیٹی اور اپنے خاوند کے خالہ زاد بھائی کے ساتھ آئی ہے جسے ہم نے ڈرائنگ روم میں بٹھایا ہے۔ وہ وہاں اکیلا بیٹھا ہے جب بھی میں ڈرائنگ روم جاتی ہوں تو وہ میری طرف متوجہ ہو جاتا ہے۔ میری بھانجی جو کہ میری بہن کے ساتھ آئی ہے۔ اس کا پیٹ خراب ہوتا ہے وہ بار بار فرش گندا کر دیتی ہے۔ میں فرش صاف کر دیتی ہوں لیکن بڑی مشکل سے صاف ہوتا ہے اور بھانجی کو صاف کرنے کیلئے واش روم میں لے جاتی ہوں وہ لڑکا وہاں بھی مجھے دیکھتا ہے پھر کچھ لینے ڈرائنگ روم جاتی ہوں تو وہ پھر مجھے دیکھنے لگتا ہے تو میں گھبرا جاتی ہوں اور سوچتی ہوں کہ میں تو بہت خوبصورت نہیں ہوں پھر یہ کیوں میری طرف متوجہ ہے۔ واش روم جا کر آئینہ دیکھتی ہوں تو سوچتی ہوں کہ آج تو بالکل بھی اچھی نہیں لگ رہی۔ ہونٹ بھی بہت گلابی اور سوجے سے لگتے ہیں۔ پھر شاید شام ہو جاتی ہے، مہمان گھر جانے کیلئے تیار ہو کر صحن میں کھڑے ہوتے ہیں اور ہمارے گھر میں بنجرے میں ایک طوطا ہوتا ہے جسے میں دانہ ڈالنے لگتی ہوں پتا نہیں کون بنجرے کا دروازہ کھول دیتا ہے اور طوطا باہر نکلنے کی کوشش کرتا ہے تو میں لوہے کے راڈ سے اسے اندر دھکا دیتی ہوں کہ باہر نکلے گا تو سب کو کانٹے کا اور اس لڑکے کے سامنے اس کو پکڑنے کیلئے پیچھے پیچھے بھاگنا پڑے گا۔ (حقیقت میں ہمارے گھر کوئی طوطا نہیں ہے)۔ (ریحانہ قابل سیالکوٹ)

تعبیر:- آپ کے خواب کے مطابق آپ کی دلی مراد پوری ہوگی اور نیک قدردان شریک حیات نصیب ہوگا۔ آپ کے دوسرے خواب کے مطابق آپ کے کسی قریبی عزیز کے شدید بیمار ہونے کا اندیشہ ہے آپ "یا لطف" کثرت سے پڑھا کریں۔

سلائی مشین

میں نے استخارہ کیا تھا خواب میں کیا دیکھتی ہوں کہ میری باجی پکڑے سلائی کر رہی ہیں۔ جو فیض وہ سلائی کرتی ہیں ہرے رنگ کی ہے اچانک وہ مشین میں پھنس جاتی ہے تو میں کہتی ہوں اور جلدی کریں۔ اتنے میں میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ پھر میں وضو کر کے دوبارہ سوتی ہوں تو کیا دیکھتی ہوں

کہ ایک پرانا سامی کا گھر بنا ہوا ہے۔ میں ایک چار پائی پر لیٹی ہوں باقی دو پر میری امی اور ایک عورت سوئی ہوئی ہیں میرے پاس میری بھتیجی ہوتی ہے میں روتے روتے آسمان کی طرف دیکھتی ہوں۔ چاند بہت زیادہ چمک رہا ہوتا ہے اور اس کے پاس ایک ستارہ اس سے بھی زیادہ۔ میں دعا کرتی ہوں کہ اسے میرے پروردگار یہ میرے ساتھ کیا ہو رہا ہے۔ پھر میں جلدی سے اٹھتی ہوں اور کہتی ہوں کہ میں یہ گھر چھوڑ کر چلی جاؤں۔ دروازے کے پاس پہنچتی ہوں کہ کیا دیکھتی ہوں کہ سامنے ایک بھورے رنگ کا کتا ہوتا ہے اور باہر میلہ لگا ہوتا ہے۔ میں کہتی ہوں اب کیسے جاؤں گی پھر امی کے پاس واپس آ کر رونے لگتی ہوں اور کہتی ہوں امی میں اس وڈیرے سے شادی نہیں کروں گی۔ میں صرف (الف) سے شادی کروں گی۔ میں بہت روتی ہوں۔ میری امی تھوڑی دیر بعد مان جاتی ہیں اور وہ کہتی ہیں تم جیسے ہوگی ویسا ہی ہوگا۔ پھر میں کیا دیکھتی ہوں کہ ایک نرسری میں جاتی ہوں جہاں بہت خوبصورت پودے اور پھول ہوتے ہیں۔ پھر میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ (ر۔۔۔۔۔ لاہور)

تعبیر:- آپ کے خواب کے مطابق آپ کے بعض کاموں میں رکاوٹیں حائل ہیں جو کہ انشاء اللہ جلد دور ہونے کا امکان ہے اور آپ کے بعض رکے ہوئے کام پورے ہوں گے۔ آپ ہر نماز کے بعد سورہ بقرہ 1 بار پڑھا کریں۔

کھیل

میں نے دیکھا کہ چند لڑکیاں ایک کھیل کھیل رہی ہیں میں کہتی ہوں کہ میں بھی کھیلوں گی تو وہ ایک لڑکی کو نکال کر مجھے کھیل میں شامل کر لیتی ہیں۔ جب ایک لڑکی مجھے پکڑ رہی ہوتی ہے تو وہ کھیل میں لائیں پار کر کے مجھے پکڑنا چاہتی ہے (جبکہ حقیقت میں اس کھیل میں لائیں نہیں ہوتیں) جب وہ لائیں پار کرتی ہے تو میں اسے کہتی ہوں کہ لائوں کے باہر سے کھیلتے ہیں۔ ٹھیک اسی وقت ایک عورت بھی کہتی ہے کہ ہاں یہ ٹھیک کہہ رہی ہے۔ پھر وہ مجھے دوبارہ ٹھیک طریقہ سے پکڑنے لگتی ہے لیکن میں اس کے ہاتھ نہیں آتی۔ میں بھاگتی ہوئی ایک کمرے میں آ جاتی ہوں جہاں چار پائیاں بچھی ہوئی ہیں۔ مجھے لگتا ہے کہ اب میں پکڑی جاؤں گی لیکن جیسے ہی وہ لڑکی چار پائی پر بیٹھتی ہے تو میں جلدی سے باہر نکل جاتی ہوں اور پکڑی نہیں جاتی۔ (ہادیہ لاہور)

تعبیر:- آپ جس مقصد کیلئے استخارہ کرنا چاہتی ہیں آپ کے خواب کے مطابق اس کام سے بچنے کا اشارہ ہے لہذا اگر وہ کام ابھی شروع نہیں کیا ہے تو اس سے اجتناب کریں۔

مردہ سانپ

☆ جبکہ معلوم نہیں کوئی تھی اور نہ ہی یہ معلوم ہے کہ کس کا انتقال ہو گیا ہے وہاں کسی مرد کی میت پڑی ہوئی ہے اس پر سفید کپڑا ڈالا ہوا ہے اور ایک لڑکی میت کے ایک طرف کھڑی ہے۔ دوسری طرف بہت سارے مرد بیٹھے رو رہے ہیں ان سب کی بیٹھیمیت کی طرف ہے ان میں کوئی بھی عورت نہیں ہوتی سب نے منہ نیچے کئے ہوئے ہیں اور کچھ تو اپنے سر پیٹ رہے ہیں۔ ان میں ایک چھوٹے قد کا آدمی بہت رو رہا ہے اور اپنا سر پیٹ رہا ہے۔ میرے پاس کھڑی لڑکی کہتی ہے بیچارا مزار ہے اس لئے رو رہا ہے۔ پھر تھوڑی دیر بعد میت کی چار پائی کے نیچے معلوم نہیں کہاں سے سانپ آیا۔ چھوٹے قد کا مزار اٹھتا ہے اور سانپ پر ڈنڈے مارتا ہے سانپ کی لہباں تین بالشت ہوتی ہے اور اس کا پھن بڑا ہوتا ہے۔ سانپ مر جاتا ہے مگر اس کے ٹکڑے نہیں ہوتے اس کی کھال سے لیس دار مادہ نکلتا ہے۔ مزار سے وہ مادہ اپنی انگلیوں سے لگاتا ہے اور کہتا ہے جس کے بھی یہ مادہ زیادہ چپکے گا اس کی دلی مراد پوری ہوگی۔ پہلے وہ مزار میرے پاس کھڑی لڑکی کے منہ پر وہ مادہ لگاتا ہے مگر لڑکی کے منہ پر وہ مادہ نہیں لگتا۔ مزار کی انگلیوں پر ہی لگا رہتا ہے۔ پھر مزار سے وہ مادہ میرے منہ پر لگاتا ہے جو میرے منہ پر بھی لگتا ہے اور میرے بالوں میں بھی چپک جاتا ہے میں اسے اپنے بالوں سے اتارتی ہوں مگر وہ نہیں اترتا۔ میرے پیچھے کوئی کھڑا ہوتا ہے اس نے میری کمر کیساتھ اپنی کمر کی ہوتی ہے۔ میں ویسے ہی کھڑی ہوتی ہوں اور پیچھے ہاتھ کر کے اس کو ہاتھ لگا کر پوچھتی ہوں (اس کا نام لے کر) کہ تم کھڑے ہو تو وہ کہتا ہے ہاں میں کھڑا ہوں۔ اس کے بعد میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ (ام۔ ا۔ تھر پارکر)

تعبیر:- آپ کے خواب کے مطابق آپ کی دلی مراد جلد پوری ہوگی اور جس جگہ آپ کے گھر والے آپ کی شادی آپ کی رضا کے مطابق کرنے کا ارادہ رکھتے ہیں۔ اگر مناسب طریقے سے معاملہ آگے بڑھایا جائے تو مخالفین انشاء اللہ موافق ہو جائیں گے۔ آپ روزانہ "یا لطف" 129 بار پڑھا کریں۔

خاموشی کی تاثیر:- اکثر اوقات خاموشی کی تاثیر بات کی تاثیر سے زیادہ قوی ہوتی ہے اور خاموش رہنا بولنے سے بہتر ہوتا ہے۔

عبری آپ کے شہر میں

کراچی: رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-2168390۔ پشاور: اٹلس نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-9595273۔ راولپنڈی: کبائٹ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 051-5505194۔ لاہور: شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 042-7236688۔ سیالکوٹ: ملک اینڈ سنز ریلوے روڈ، 0524-598189۔ ملتان: ادارہ اشاعت الخیر ملتان، 0322-6748121۔ رحیم یار خان: امانت علی اینڈ سنز، 068-5872626۔ خانیوال: طاہر شیشیری مارٹ، علی پور: ملک نیوز ایجنسی، 0333-7684684۔ ڈیرہ غازی خان: عمران نیوز ایجنسی، 064-2017622۔ جھنگ: حافظ طلحہ اسلام صاحب، جامعہ عثمانیہ سلاٹ ٹاؤن، 0334-6307057۔ حاصل پور: مختار ساجد صاحب نیوز ایجنٹ، 062-2449565۔ دوگاہ پاکپتن: مہر آباد نیوز ایجنسی، ساہیوال روڈ پاکپتن، 0333-6954044۔ گلور کوٹ: محمد اقبال صاحب، حذیفہ اسلامی کیسٹ ہاؤس۔ مظفر گڑھ: مولانا محمد یوسف الحبیب نیوز ایجنسی، 0333-6031077۔ گجرات: خالد بک سنٹر مسلم بازار، 0333-8421027۔ چشتیاں: حافظ محمد اظہر، اکبر بوٹ ہاؤس، 0632-508841۔ شوگر کوٹ کینٹ: حبیب اللہ ندیم مکتبہ اسلامیہ والے، 0302-7296211۔ بہاولپور: ابو حوادہ، قاضی نیوز ایجنسی، 0333-6367755۔ یو ایف ایف، سید احمد شہید تحصیل والی گلی، 0300-7591190۔ واہڑی: فاروق نیوز ایجنسی ٹھیک موڑ، 0333-6005921۔ بھیمہ شریف: شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ، 0301-6799177۔ ٹوبہ ٹیک سنگھ: حاجی محمد سلیمان جنگ نیوز ایجنسی، 0462-511845۔ وزیر آباد: شاہد نیوز ایجنسی، 0345-6892591۔ ڈسٹرکٹ: تاب نیوز ایجنسی، 0300-6430315۔ حیدر آباد: الحبیب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-3037026۔ سکھر: ناظم نیوز ایجنسی مہران مرکز، 071-5613548۔ کوئٹہ: خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-7812805۔ حضرو: فہم پندار سنور محرو منسلک ایک، 0301-5514113۔ انک شہر: مظہر اقبال مکتبہ مفقود احمد شہید، 0321-5247893۔ میٹلی: امتیاز احمد صاحب نیوز شوکت کلاہ ہاؤس، 0321-7982550۔ خان پور: چوہدری فقیر محمد صاحب، انیس بک ڈپو، 068-5572654۔ واہ کینٹ: حبیب لاہیری اینڈ بک ڈپو لیاقت علی چوک، 0514-543384۔ فیصل آباد: ملک کاشف صاحب، نیوز ایجنٹ اخبار مارکیٹ، 0300-6698022۔ بہاولنگر: الدینہ بکڈ پو تحصیل بازار بہاولنگر، 0333-6320766۔ صادق آباد: عاصم منیر صاحب، چوہدری نیوز ایجنسی، 068-5705624۔ قلعہ دیدار سنگھ: عطاء الرحمن مکتبہ میل سنور، سول ہسپتال تلحد دیدار سنگھ، 0300-7451933۔ مکر: ممتاز احمد، نیوز ایجنٹ چشتی چوک، 0300-7781693۔ کوٹ ادو: عبدالملک صاحب، اسلامی نیوز ایجنسی، 0333-6008515۔ منڈی بہاؤ الدین: آصف میگزین اینڈ فریم سنٹر، 0345-5861514۔ احمد پور شرقیہ: بخاری نیوز ایجنسی، 0302-8674075۔ مول: امیر احمد جان، 0333-9748847۔ نارووال: محمد اشفاق صاحب، ہاؤس نیوز ایجنسی ضیاء شہید چوک ظفر وال، 0333-7646085۔ حافظ نذیر احمد، جمال کالونی نزد قنات، 0300-6422516۔ سرگودھا: احمد حسن، مدنی کیسٹ اینڈ جنرل سنور مدنی مہر سرگودھا، 0301-6762480۔ پکوال: عمران فاروق، 0333-5778810۔ لیاقت پور، بدر نیوز ایجنسی تین بازار، 0345-8709947۔ قیوم صاحب لندن، 00442084724146

شمالی علاقہ جات

گلگت: نارتھ نیوز ایجنسی مدینہ مارکیٹ گلگت۔ گلوچ، غدر: جاوید اقبال ہیلپ لائن نیوز ایجنسی تین روڈ گلوچ، غدر: ہنزہ: ہنزہ: نیوز ایجنسی علی آباد ہنزہ: سکرو: سووے بکس سنور، لک روڈ سکرو۔ سکرو: بلستان نیوز ایجنسی نیابا بازار سکرو۔

خالد محمود انوان 'کراچی'

سنت کی توہین سے گھرا جڑ گیا

قاری صاحب کی نظر جیسے ہی افتخار پر پڑی قاری صاحب غصے میں آ گئے۔ غصہ ان کی آنکھوں اور چہرے سے ظاہر ہو رہا تھا اور قاری صاحب نے غصے سے کہا کہ ڈاڑھی صاف کر لی اب لڑکی بھی گئی۔ کچھ دن بعد اس کی بیوی لڑائی کر کے گھر چھوڑ کر چلی گئی الفاظ آج بھی مجھے اچھی طرح یاد ہیں اور ان کا غصہ بھی۔ پھر افتخار کی دوبارہ بیوی سے لڑائی ہوئی اور وہ اپنی ماں کے گھر چلی گئی پھر واپس نہ آئی بلکہ اس کی طرف سے کورٹ کا نوٹس آیا۔ جو یور لڑکی کو لکھ کر دیئے وہ بھی اس نے لئے، حق مہر بھی پورا لیا اور جو ماہانہ خرچ لکھا تھا وہ بھی پورے پیسے کورٹ کے ذریعے لئے اور طلاق بھی لی۔ قاری صاحب نے کہا کہ اس نے سنت رسول صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی توہین کی ہے اس کو یہ سزا ملنی تھی، سنت کی توہین کی اور گھرا جڑ گیا ہمیشہ کیلئے اور اب بھی وہ دوسری شادی نہ کر سکا۔

کباب خراب نہ ہوئے

مولانا زکریا رحمۃ اللہ علیہ کو سب کباب بہت پسند تھے ایک مرتبہ فتن دان جو کھانے کا برتن ہوتا ہے اس میں کباب بھرا لئے، جہاز لیٹ ہونے کی وجہ سے کباب خراب ہونے شروع ہو گئے، جہاز پر سوار ہوئے تو کباب کی بدبو شروع ہو گئی، ایئر ہوسٹس سے کہا کہ اس برتن میں جو کباب ہیں اس کو پھینک دے، اس نے برتن ایسے ہی رکھ دیا۔ جب اترنے لگے تو اس نے برتن بھرا ہوا ویسے ہی دے دیا، جہاز سے اترتے ہی ساتھیوں سے کہا کہ اس کو پھینک دیں وہ پھینکا بھول گئے، کباب جب مکہ پہنچے تو وہ برتن وہاں پر ساتھیوں سے کہا کہ اس کو پھینک دو، ہم چاروں ساتھی عمرہ کرنے چلے گئے واپس آئے تو کھانے کا وقت ہو گیا تھا، کھانے پر شیخ صاحب رحمۃ اللہ علیہ بھی تھے دیکھ کر حیرت کی انتہا ہو گئی شیخ کباب برتنوں میں رکھے ہوئے اور بالکل صحیح بدبو بھی نہیں تھی، سب نے خوب شوق سے کھایا۔ یہی شیخ صاحب رحمۃ اللہ علیہ کی کرامت کہ ایئر ہوسٹس نے نہیں پھینکا، جدہ ایئر پورٹ پر بھی نہیں پھینکا اور پھر بھی کباب تازہ تھے۔ بے شک اللہ والوں کی بہت برکت ہوتی ہے جو ہم نے کھلی آنکھوں سے دیکھی۔ میرے حالات کیلئے دعا کریں۔

(محمد اقبال، دہلی کالونی، کراچی)

ایجنسی کے خواہشمند توجہ فرمائیں

"عبری" کی ایجنسی اور اس سے متعلق معاملات کیلئے اس پتہ پر رابطہ فرمائیں۔ نیز حکیم صاحب کی تمام کتب ادارہ اشاعت الخیر پر دستیاب ہیں۔ ادارہ اشاعت الخیر اردو بازار۔ بیرون بوہڑ گیٹ، ملتان۔ فون: 061-4514929-0300-7301239

محترم حکیم صاحب ہمارے گارڈن (چڑیا گھر) کراچی میں ایک آفیسر کا لونی ہے وہاں بچوں کا حفظ کا مدرسہ ہے۔ اس مدرسے میں ہمارے استاد محترم جناب قاری عبدالرشید بچوں کو پڑھاتے تھے اور ہمارے گھر بھی تشریف لاتے تھے۔ قاری عبدالرشید صاحب کے پاس میرا دوست افتخار بھی کبھی کبھی ملنے جاتا تھا اور اس نے سورۃ الملک بھی یاد کر لی کہ عشاء کے بعد پڑھوں گا اور عذاب قبر سے محفوظ رہوں گا۔ افتخار کی شادی ہونے والی تھی اور چھوٹی چھوٹی ڈاڑھی تھی جس کے بارے میں قاری عبدالرشید صاحب فرماتے بھی تھے کہ اس کو نہ چھیڑنا یہ سنت رسول صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم ہے۔ پھر افتخار کی شادی ہو گئی اور سسرال والوں نے کہا کہ ڈاڑھی چھوٹی کرو ورنہ لوگ مٹا کہیں گے اور افتخار نے ڈاڑھی چھوٹی کر دی۔ جب قاری صاحب نے دیکھا تو بہت ناراض ہوئے اور پھر ترغیب دیتے رہے مگر افتخار اپنی بیوی اور سسرال والوں کی بات سنتا تھا اس لئے قاری صاحب کی بات کو زیادہ اہمیت نہ دیتا تھا۔ پھر اسی طرح افتخار کی روزانہ بیوی کے ساتھ بات بات پر لڑائی ہوتی اور وہ افتخار سے بدظن ہوتی رہی اور افتخار آ کر بتاتا بھی تھا اور ایک دن افتخار نے اس کی پناہ کر دی اور وہ ناراض ہو کر اپنی ماں کے گھر چلی گئی اور پھر افتخار دوبارہ قاری صاحب کے پاس آتا اور قاری صاحب اس کو یہی کہتے کہ ڈاڑھی کٹوانا چھوڑ دو یہ سنت رسول صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی توہین ہے مگر افتخار کی سمجھ میں یہ بات نہ آتی اور آئے دن افتخار اپنے سسرال جاتا بیوی کو لینے کیلئے مگر وہ روزانہ نئی باتیں کرتے مگر اس کی بیوی کو نہ چھوڑتے اور آئے دن افتخار کو تنگ کرتے۔ قاری صاحب نے افتخار کو کہا بھی تھا کہ اللہ و رسول صلی اللہ علیہ وسلم کی مان کر جلوس تہناری بات مانیں گے مگر یہ بات افتخار نے نہیں مانی۔ پھر ایک دن افتخار مکتبہ کی کو بھی اپنے سسرال لے گیا مگر اس کے سسرال والوں نے پتہ نہیں کیا باتیں کیں اس میں ایک یہ بھی تھی کہ یہ ڈاڑھی منڈوا دے اور پھر افتخار نے یہ بات بھی مان لی اور اپنی بیوی کو ساتھ لے آیا اور پھر ڈاڑھی منڈوا دی۔ اس کے کچھ دنوں بعد قاری صاحب مجھ سے ملنے کیلئے آئے پیچھے سے افتخار بھی آ گیا۔ قاری صاحب کی جیسے ہی افتخار پر نظر پڑی قاری صاحب بہت غصے میں آ گئے اور غصہ ان کی آنکھوں اور چہرے سے ظاہر ہو رہا تھا اور قاری صاحب نے غصے سے کہا کہ ڈاڑھی صاف کر لی اب لڑکی بھی گئی۔ بس یہ

پاؤں دھوئیں ٹینشن سے نجات پائیں

اس کیمیکل کا استعمال بڑے پیمانے پر لبلبہ کو ناکارہ کرنے اور ذیابیطس کا موجب ہے۔ اس کی معلومات سائنسدانوں کو کئی سالوں سے ہے یہاں تک کہ اس کا استعمال لیبارٹری میں چوہوں اور Gunierplys میں ذیابیطس پیدا کرنے کیلئے کیا جاتا ہے

غیر ضروری کیمیائی مواد کا استعمال مضر اثرات اور بیماریوں کی جڑ ہے۔ یہ بنی نوع انسان کیلئے ایک عذاب اور لمحہ فکریہ بن گیا ہے۔ سفید آنا جس کیلئے اتنا بڑا بحران وجود میں آیا ہے اس میں سفید کرنے والا کیمیکل ملایا جاتا ہے جسے ایلوکسن (alloxan) کہا جاتا ہے۔ یہ جز انسانوں میں ذیابیطس کا موجب ہے۔ یہ انسانوں کیلئے تباہ کن ہے۔ سفید آٹے کی روٹی کھانے سے ذیابیطس کی بیماری لاحق ہونے کے خطرات بہت زیادہ بڑھ جاتے ہیں۔ روٹی، چٹائی، نان، ڈبل روٹی اور بن ہماری غذا کا جز ہیں سفید اور خوبصورت بنانے کے طریقے میں اس کیمیکل کا استعمال بڑے پیمانے پر لبلبہ کو ناکارہ کرنے اور ذیابیطس کا موجب ہے۔ اس کی معلومات سائنسدانوں کو کئی سالوں سے ہے یہاں تک کہ اس کا استعمال لیبارٹری میں چوہوں میں ذیابیطس پیدا کرنے کیلئے کیا جاتا ہے۔ آنا جو کہ ایک بنیادی غذا اور ضرورت ہے اسے سفید کرنے والے ایلوکسن سے پوری انسانیت کا نقصان ہو رہا ہے۔ یہ عمومی طور پر زبردستی کے برابر ہے۔

ایلوکسن یورک ایسڈ کا Derivative ہے۔ یہ لبلبہ میں Blood-Cells کو Damage کرتا ہے۔ یہ ٹھوس طور پر ثابت ہو جاتا ہے کہ ایلوکسن ذیابیطس کرتا ہے جیسا کہ کولیسٹرول دل کی شریانوں کو تنگ کرتا ہے اور عارضہ قلب کا موجب ہوتا ہے۔

ذیابیطس دنیا میں ایک وباء کی طرح پھیل رہی ہے۔ اس میں کثرت سے کھانا، مرغن غذا کا استعمال، موٹاپا، ورزش کا نہ ہونا بھی وجوہات میں شامل ہیں۔ یہ انسانیت پر کیمیائی جنگ ہے۔ یہ بیماری اکثر گھرانوں میں سرایت کر گئی ہے۔ انتہائی ضروری ہے کہ اس کا نوٹس لیا جائے۔ ڈاکٹر حضرات سائنسدان خاص طور پر ارباب عقل و شعور اس معاملے کو سلجھائیں اور اس کا سدباب کریں۔ آٹے کی خوبصورتی ایک سفید موت بن گئی ہے۔ ذیابیطس سے بینائی دوران خون گردے، قلب اور جگر متاثر ہوتا ہے۔ لوگ ذیابیطس پر آ جاتے ہیں بازو اور خاص طور پر ٹانگیں کٹ جاتی ہیں۔ یہ حس رکھنے والے حضرات کیلئے ایک امتحان ہے۔ آئیے ہم سب مل کر اس چیز سے سب انسانوں کو آگاہ کریں۔

پاؤں دھوئیں ٹینشن سے نجات پائیں

عید کی خریداری کا موقع ہو یا شادی بیاہ کی تیاریاں ہو رہی ہوں۔ بازاروں میں پسند کی چیزیں ڈھونڈتے ڈھونڈتے دکانداروں سے مول بھاؤ کرتے کرتے جب ہم گھر واپس آتے ہیں تو تھک کر نڈھال ہو جاتے ہیں۔ کبھی سر درد کی شکایت ہوتی ہے اور کبھی شدید اضمحلال طاری ہو جاتا ہے۔ اس صورتحال سے نجات کیلئے ہم سوائے اسپرین کی گولیاں نگلنے کے اور کبھی کیا سکتے ہیں لیکن چین میں ایسا نہیں ہوتا وہاں کے لوگ خواہ وہ امیر ہوں یا غریب جب زندگی کے ہنگاموں اور بھاگ دوڑ سے بہت زیادہ تھک جاتے ہیں اور سکون کے تلاشی ہوتی ہیں تو وہ ”پاؤں دھونے والوں“ کے پاس چلے جاتے ہیں۔ چین میں ذہنی یا جسمانی دباؤ سے نجات کا یہ تیر بہدف علاج سمجھا جاتا ہے۔

اگر آپ کبھی چین جائیں اور وہاں کی مصروفیات سے اسٹریس محسوس کرنے لگیں تو ”فٹ واش“ (Foot Wash) کی کوئی دکان یا پارلر تلاش کریں۔ یہاں پاؤں دھونے والا نوجوان آپ کے پاؤں کو ہاتھوں میں لے کر ہولے ہولے مساج کرے گا۔ گاہے بگاہے چھوٹی بادامی آنکھوں سے آپ کی طرف دیکھتے ہوئے آپ سے یہ بھی پوچھے گا کہ ”میری ماش سے آپ آرام محسوس کر رہے ہیں؟ زیادہ بھاری تو نہیں لگ رہا؟ بہت ہلکا تو نہیں ہے؟“ پاؤں دھونے کے بعد جب وہ اس پر مساج کے ساتھ مرہم ملتے ہوئے ہلکے ہاتھوں سے پاؤں کو تھپتھپائے گا تو آپ کو ایسا لگے گا جیسے آپ ہر قسم کی ٹینشن سے نجات پا چکے ہیں۔ مساج کے دوران پاؤں کے

ایک حصے کو دبا کر وہ آپ کو یہ بھی بتا سکتا ہے کہ یہ پیٹ ہے اور ایڑی کی طرف دباؤ ڈال کر اسے گردے کی جگہ قرار دے گا۔ غرضیکہ جسم کے تمام حصوں میں درد اور بے آراہی کا مداوا پاؤں کی اس مالش میں پنہاں ہے۔ ایک ڈیڑھ گھنٹہ کے اس پر کیف تجربے سے آپ کے جسم کو اتنی راحت محسوس ہوگی کہ شاید وہاں سے اٹھنا بھی نہ چاہیں۔

پاؤں دھونے کا یہ فن چین میں ایک انتہائی مقبول تفریحی سرگرمی سمجھی جاتی ہے۔ دوسرے لوگوں کے پاؤں دھو کر اور مساج کر کے روزی کمانے والے فٹ ہاتھوں پر بھی مل جائیں گے اور فائو اسٹار لکچرری ہوٹلوں کے پارلر میں بھی وہ دستیاب ہوتے ہیں لیکن چار جز میں اسی طرح کا فرق ہوتا ہے جس طرح ہمارے ہاں کے فٹ ہاتھ پر بیٹھے جاموں اور ایئر کنڈیشنر سیلون کے خوش پوش، مہذب میز ڈریسرز کے معاوضے میں ہوتا ہے۔ ہوٹلوں میں ”فٹ واشنگ“ کے مخصوص کمرے ہوتے ہیں۔ چینی خاتون لکڑی کے ایک تسلے میں گرم پانی لے کر آتی ہیں۔ جس میں خوشبودار جڑی بوٹیاں بھی پڑی ہوتی ہیں اور کمرہ اس کی خوشبو سے معطر ہو رہا ہوتا ہے۔ پہلے وہ پاؤں کو تسلے میں بھگوکتی ہیں اسے آہستہ آہستہ رگڑ کر صاف کرتی ہیں مختلف زاویے سے ہاتھوں میں لے کر دباتی ہیں اور اتنی کیسانیت کے ساتھ تھپتھپاتی اور سہلائی ہیں کہ پاؤں دھلوانے والے کو نیند آنے لگتی ہے۔ اس کمرے میں آنے والے مہمانوں کی جڑی بوٹیوں والی چائے سے تواضع بھی کی جاتی ہے۔

آج آپ کو چین کے ہر شہر میں YU'XI کے اشتہارات والے نیون سائز نظر آئیں گے جو ”پاؤں کی دھلائی“ کے چینی متبادل الفاظ ہیں۔ یہ نیون سائن اور بورڈز بوسیدہ تہہ خانوں کی کوٹھڑیوں اور کھوکھوں کے علاوہ پرائیویٹ میڈیکل کلینک کے اوپر بھی جگمگاتے نظر آتے ہیں۔ فٹ واشنگ کیلئے سینما گھروں کی طرح وسیع ہال بھی موجود ہیں جہاں آپ پاؤں پر مساج کے ساتھ آرام کرسی پر بیٹھ کر تازہ ترین فلم سے محفوظ ہو سکتے ہیں۔ پر تکلف جگہوں پر ڈیڑھ گھنٹہ پاؤں کی مالش اور دھلائی کیلئے پانچ سے دس پاؤنڈ تک معاوضہ وصول کیا جاتا ہے اور سستی جگہوں پر ایک سے دو پاؤنڈ میں کام ہو جاتا ہے۔

چین میں پاؤں دھو کر گزر بسر کرنیوالوں کی اکثریت ان لوگوں پر مشتمل ہے جو درد راز کے پسماندہ دیہی علاقوں سے ہجرت کر کے شہروں میں اس امید کیساتھ آئے ہیں کہ یہاں اپنا معیار زندگی بلند کرینگے یا جن لوگوں کو اپنے پیچھے گھر چھوڑ کر آئے ہیں ان کیلئے پیٹ بھرنے کا سامان مہیا کر سکیں گے۔

سبزیاں..... جو آپ کو کینسر سے بچاتی ہیں

نعمان شاہ سرگودھا

وظیفے کی نوازشیں

بھائی کہتے ہیں کہ ایک بزرگ مجھے کہہ رہے تھے کہ تمہاری بہن بہت خوش نصیب ہے۔ وہ اپنی زندگی میں مسجد بنوائے گی

محترم حکیم صاحب

السلام علیکم۔ آپ کے دیئے ہوئے وظیفے کی بدولت مجھ پر اللہ تعالیٰ کی جونوازشیں ہو رہی ہیں ان کیلئے میں پروردگار کے بعد آپ کی شکر گزار ہوں۔ رمضان کے مہینے میں متعدد مرتبہ میں نے رات کو ڈیڑھ بجے کے درمیان آسمان پر پرندے اڑتے دیکھے کبھی تین اور کبھی چھ کی تعداد میں اتنی دور سے بھی وہ شفاف، سفید اور مرغابی جتنے بڑے تھے۔ ایک دن میں نے امی سے پوچھا تھا کہ کیا پرندے رات کو پرواز کرتے ہیں انہوں نے حیرت سے مجھے دیکھا تو میں خاموش ہو گئی اور اصل بات گول کر گئی۔ میں نے آپ کو پہلے بھی لکھا تھا کہ ہمارے برآمدے کی دیوار پر ”محمد“ لکھا گیا تھا اب اس لفظ ”محمد“ سے اوپر ”رسول“ اور سب سے اوپر ”اللہ“ کا لفظ لکھ دیا گیا ہے۔ عید کے تیسرے روز میں نے خواب میں دیکھا کہ میرے بڑے بھائی مجھے آواز دے کر کہتے ہیں کہ ادھر آؤ میں ان کے پاس چلی جاتی ہوں تو کہتے ہیں کہ ایک بزرگ مجھے ملے تھے کہہ رہے تھے کہ تمہاری بہن بہت ہی خوش نصیب ہے۔ وہ اپنی آئندہ زندگی میں ایک مسجد بنوائے گی مگر اس کامیاب ذرا خشک طبیعت کا ہوگا۔ میں بھائی کے سامنے تو کچھ نہ بول سکی سوائے اس کے کہ اللہ کرے مسجد میں نمازیوں کی تعداد بھی زیادہ ہو۔ پھر میری آنکھ کھل گئی شام تک طبیعت بے چین رہی یہ خواب کسی کو سنا بھی نہیں سکتی تھی۔ اس دن سے طبیعت مضطرب اور خراب ہے۔ کبھی سو جتی ہوں کہ اگر خواب کا پہلا حصہ سچ ہے تو میں واقعی خوش قسمت ہوں مگر دوسری بات سے خوفزدہ ہوں کیونکہ گھر کی لاڈلی ہونے کے باعث کسی نے کبھی مجھ سے اونچی آواز میں آج تک بات نہیں کی۔ اگر ایسا ہوا تو میں یہ سب کیسے برداشت کر پاؤں گی۔ مجھے عموماً جو خواب دکھائی دیتا ہے وہ سچا ہوتا ہے مگر میری آپ سے درخواست ہے کہ میرے لئے دعا کر دیجئے گا کہ یہ دوسری بات غلط ثابت ہو جائے کیونکہ میں ایسی باتوں کی عادی نہیں ہوں۔ خدا کیلئے حکیم صاحب میرے لئے ضرور دعا کیجئے گا اور میرے دونوں خوابوں کی تعبیر بتا دیجئے گا میں نہایت مشکور ہوں گی۔

ہر عمر کی خواتین کو گوہی پالک، بندگوہی اور شاخ گوہی خوب کھانی چاہیے۔ جاپان میں ہرے پتوں والی سبزیاں ہمیشہ سے خوب کھائی جاتی ہیں اور وہاں مغربی ملکوں کی نسبت چھاتی کے سرطان کا مرض ہمیشہ کم رہا ہے۔

متعددیاتی کیمیکلز بھی پائے جاتے ہیں۔ پالک میں بیٹا کیروٹین کی مقدار شاخ گوہی کی نسبت چار گنا ہوتی ہے اور حیاتین ج کے حصول کا بھی یہ اچھا ذریعہ ہے لیکن اس میں ترشک کا تیزاب بھی پایا جاتا ہے جو جسم میں فولاد اور کیلشیم کے جذب ہونے میں رکاوٹ ڈالتا ہے۔

ہر عمر کی خواتین کو گوہی پالک، بندگوہی اور شاخ گوہی خوب کھانی چاہیے۔ جاپان میں ہرے پتوں والی سبزیاں ہمیشہ سے خوب کھائی جاتی ہیں اور وہاں مغربی ملکوں کی نسبت چھاتی کے سرطان کا مرض ہمیشہ کم رہا ہے۔ تاہم کچھ دنوں سے جاپان میں چھاتی کے سرطان کے مریضوں کی تعداد بڑھ رہی ہے، مثال کے طور پر 1975ء سے 1985ء کی دہائی میں یہ تعداد بہت بڑھی، بعض تحقیق کاروں کی رائے میں اس کی وجہ یہ ہے کہ جاپان کے لوگوں نے مغربی طرز زندگی کا اثر قبول کرنا شروع کر دیا اور ان کی خوراک میں زیادہ چکنائی شامل ہونے لگی ہے۔

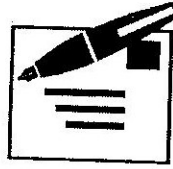
لہسن، درد کی دوا بھی.....

لہسن، ہائی بلڈ پریشر، کو لیسٹرول کم کرنے اور دل کی مختلف بیماریوں کے لئے اکسیر کی حیثیت سے جانا جاتا ہے لیکن حال ہی میں کیلیفورنیا یونیورسٹی کے ڈیوڈ جولیز نے اپنی تازہ ترین تحقیق میں انکشاف کیا ہے کہ لہسن جسم کے مختلف حصوں میں درد کا شافی علاج بھی ہے۔ اپنی تحقیق میں انہوں نے بتایا کہ لہسن میں موجود سلفر کی بنیادی خصوصیت کا حامل کیمیکل انسانی اعصاب اور درد والے حصوں کا ایک شافی علاج بھی ہے۔ وہ درد کشا دواؤں کے کیمیائی اثرات پر تحقیق کر رہے تھے۔ انہوں نے بتایا کہ لہسن کے استعمال سے ایک سیل میمبرین چینل جسے (TRPA1) کہا جاتا ہے کام شروع کر دیتا ہے جو دماغ سے ایک ایسا کیمیکل خارج کرنے کا باعث بنتا ہے جو خون کی شریانوں سے ہوتا ہو اور درد کے حصوں میں پہنچ کر اسے آرام دیتا ہے۔ لہذا موجودہ سائنسی تحقیق نے لہسن کی افادیت اور اہمیت کو اور بڑھا دیا ہے۔

تحقیق سے یہ بات ثابت ہو گئی ہے کہ بعض غذائی اشیاء میں خاص مقویات، کیمیائی مرکبات اور بیکٹیریا ہوتے ہیں جو اکثر بیماریوں کو دور کتے اور اکثر کو دور کرتے ہیں۔ نیز ان سے توانائی میں اضافہ ہوتا ہے۔ سینکڑوں تحقیقی مطالعوں سے معلوم ہوا ہے کہ سبزیاں اور پھل بیماریوں کا بڑا موثر دفاع کرتے ہیں۔ یہ بات بھی مشاہدے میں آئی ہے کہ سبزیوں میں بندگوہی، پھول گوہی، شاخ گوہی (بروکی) اور پالک وغیرہ سرطان اور بعض دیگر امراض سے محفوظ رکھنے میں اہم کردار ادا کرتی ہے کیونکہ ان میں مانع تکسید (اینٹی اوکسیڈنٹ) عنصر خوب ہوتا ہے۔

کروسیفرس سبزیاں مثلاً پھول گوہی کے نوع یا فیملی کی یہ سبزیاں غذا کا ایک اہم جز بن جائیں تو ہم اپنی صحت کو متعدد خرابیوں سے محفوظ رکھ سکتے ہیں۔ انہیں کچا بھی کھائیے اور پکا کر بھی لیکن کوشش کیجئے کہ روزانہ ان میں سے ایک سبزی ضرور کھالیں۔ البتہ یہ نہ کیجئے کہ روزانہ بس ایک ہی سبزی کھاتے رہیں۔ سبزیاں بدل کر کھائیے کیونکہ ان میں سے ہر ایک کی اپنی اپنی مقویات ہیں اور اپنے اپنے فائدے۔ آئیے ایک نظر ڈالتے ہیں کہ یہ مقویات کیا ہیں۔ شاخ گوہی (بروکی) خصوصیات کے لحاظ سے اس نوع میں سب سے آگے ہے۔ گہرے سبز رنگ کی یہ پھول گوہی ہمارے ملک میں دستیاب نہیں تھی، لیکن اکثر بڑے شہروں میں مل جاتی ہے۔ بروکی یا شاخ گوہی میں بیٹا کیروٹین، حیاتین ج، پوناٹیم، کیلشیم، فلوک ایسڈ اور متعدد نباتی کیمیکلز ہوتے ہیں۔

برسلز اسپراؤٹ ان میں سلفورافین اور دیگر نباتی کیمیکلز خوب ہوتے ہیں اور مانع تکسید اجزاء بھی پائے جاتے ہیں۔ غذائی ریشے کے حصول کیلئے یہ سبزی بہت اچھی ہے۔ بندگوہی کی مختلف اقسام ہیں متعدد مانع تکسید مرکبات پائے جاتے ہیں۔ چائنا کی بندگوہی میں بیٹا کیروٹین، حیاتین ج، پوناٹیم اور کیلشیم کی مقدار خصوصی طور پر زیادہ ہوتی ہے۔ پھول گوہی میں حیاتین ج، پوناٹیم اور ریشے کے علاوہ



قارئین کی خصوصی تحریریں

قارئین آپ بھی بھل شکنی کریں۔ اپنے روحانی اور طبی مشاہدات لکھیں نیز عبقری کے آزمائے ہوئے تجربات سے قارئین کو ضرور مستفید کریں اور صفحے کے ایک طرف لکھیں چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہو۔ نوک پلک ہم خود سنوار لیں گے۔

درد و شریف کے خواص

بعد از سلام عرض ہے کہ اللہ پاک آپ کو اپنے حفظ و امان میں رکھیں اور صحت و تندرستی کے ساتھ عمر خضر عطا فرمائیں۔ (آمین ثم آمین) حسب وعدہ حاضر خدمت ہوں۔ اس بار میں چند درد و شریف کے خواص لے کر حاضر خدمت ہوں جو کہ میرے خود کے آزمودہ اور تجربہ شدہ ہیں۔

درد و نور: اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ نُوْرُ الْاَنْوَارِ وَ سِرِّ الْاَسْرَارِ

1- ایک دوست روزگار کے ہاتھوں پریشان تھامیں نے 313 بار روزانہ پڑھنا بتایا کچھ ہی دن میں برسر روزگار ہو گیا۔

2- ایک دوست کسی پوشیدہ راز کو معلوم کرنے کیلئے بہت پریشان تھے۔ میں نے 1100 مرتبہ پڑھنا بتایا اس کو ایک ہفتے میں راز معلوم ہو گیا ہے۔ اس کے علاوہ جس کسی کو بھی کوئی مسئلہ ہوتا ہے میں نے یہ درد و شریف پڑھنے کو کہا تو مسئلہ حل ہو گیا۔ بہت سے دوست حضور ﷺ کے دیدار سے بھی شرف ہوئے۔

درد و تسخیر: بدیعنی پورے چاند کا تصور کر کے کامل تنہائی میں گیارہ سو بار روزانہ اکیس روز تک مسلسل پڑھنے کو تسخیر کی عظیم طاقت حاصل ہوتی ہے۔ اکیس روز کامل پرہیز کے ساتھ پڑھیں اس کے بعد اسی تصور سے سات سو بار روزانہ بطور درد پڑھا کریں۔ محبوب خاص و عام ہو جائیں گے عام و خاص تمہارے حکم کی تعمیل فرمیں گے۔ دین و دنیا کی مشکلات سے بچے رہیں گے۔ دعائیں مقبول ہونے لگیں گی۔ یاد رکھئے ذہن میں سوائے خیر کے کچھ نہ رہے۔ یہ عمل میں نے کچھ عرصہ پہلے کیا تھا۔ تسخیر عام و خاص اتنی ہو گئی تھیں کہ وہاں جان بن گئی مجبوراً عمل چھوڑنا پڑا درد و تسخیر یہ ہے۔

صَلِّی اللّٰہُ عَلٰی النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ

تیسرے عمل سورہ قریش کا ہے جو کہ میں نے کئی بار آزمایا ہے اور مجھے زلزلہ سو فیصد ملا ہے۔ ایک دفعہ خالہ کے گھر بیٹھا تھا باتوں باتوں میں خالہ نے کہا کہ بارش کیلئے دعا کرو تو میرے ذہن میں سورہ قریش کا عمل آیا کہ چلو آج سورہ قریش کا عمل کا کرشمہ دیکھتا ہوں۔ میں نے 13 مرتبہ سورہ قریش اول و آخر

کھانے کا بندوبست ہو گیا

آپ کا ماہنامہ عبقری خریدنا پڑھا بہت اچھا لگا بہت خوشی ہوئی پڑھ کر۔ مضمون بہت اچھے ہوتے ہیں اور قیمت بھی بہت مناسب ہے، غریب آدمی بھی آسانی سے خرید سکتا ہے۔ آپ نے لکھا تھا کہ کوئی ٹونکہ یا کسی بھی طریقہ علاج کو آزمایا اور تندرست ہوئے یا کسی مشکل کیلئے کوئی روحانی عمل آزمایا اور کامیاب ہوئے تو ہمیں بتائیں۔ میں نے فیصل آباد مدرسہ میں قرآن مجید حفظ کیا بعد میں ایک دفعہ ایسا ہوا مدرسہ میں میں اکیلا اور استاد محترم ہی تھے۔ استاد محترم کو میرا معلوم نہ تھا۔ شام کا وقت قریب ہوا تو مجھے کھانے کی طلب ہوئی تو سوچ میں پڑ گیا کہ استاد محترم کو معلوم نہیں میرے کھانے کا بندوبست کیسے کرتے، اچانک دل میں خیال آیا اللہ کے فضل سے قرآن مجید حفظ کر لیا ہے۔ نبی پاک ﷺ کا فرمان ہے سورہ یسین قرآن مجید کا دل ہے جو سورہ یسین کی تلاوت کرے اللہ کریم اس کی حاجتیں پوری کرتا ہے تو مدرسہ کی چھت پر چڑھ گیا۔ سورہ یسین کی تلاوت شروع کی۔ پانچ یا سات ہی آیتیں پڑھی ہوں گی، دل میں خیال آیا مغرب کی نماز کا وقت ہو رہا ہے نماز فرض ہے۔ اللہ کریم چند ہی آیات مبارکہ کی برکت سے مدد فرما دے گا۔ چھت سے نیچے اترنا شروع کیا۔ استاد محترم نے آواز دی کون؟ میں نے جواباً عرض کی جی محمد یوسف ہوں فرمایا جلدی پلیٹ لیکر نماز کا وقت ہونے والا ہے۔ زردہ چاول دیئے۔ ایک پلیٹ چاول کھانے کے بعد دوسری بھروی جب کھالی فرمایا تیسری مرتبہ پلیٹ دوتا کہ دوبارہ دوں میں نے عرض کی استاد جی پیٹ بھر گیا اور کھانے کی پیٹ میں جگہ نہیں۔ استاد محترم نے فرمایا لو پتیلہ لو کرے میں رکھ لو نماز کے بعد سب چاول تو نے ختم کرنے ہیں۔ میرے دل میں خیال آیا اللہ کریم سے مانگا کہ اللہ پاک اب کھانا نہیں جاتا تو نے اتنا زیادہ دے دیا میں ہنسنے لگ گیا۔ استاد محترم دیکھ کر حیران ہو رہے تھے کہ بچا اتنا زیادہ کیوں کھاتا رہا ہے۔

(حافظ محمد یوسف نقشبندی فیصل آباد)

3 مرتبہ درد و شریف پڑھ کر دل کی گہرائیوں سے دعا کی۔ دعا کرنے کی دیر تھی کہ تھوڑی دیر میں بادل آئے اور خوب زرد و شور کی بارش برسی حالانکہ بادل کی گرج چمک کا درد و رستک کوئی نشان نہ تھا۔ تین چار مہینے پہلے کی بات ہے لوڈ شیڈنگ نے جینا حرام کر دیا تھا۔ ایک دن گرمی نے بہت برا حال کر دیا تھا اور پھر صردوں نے بہت تنگ کر دیا تھا۔ اہلیہ نے کہا دعا کرو کہ لائٹ آجائے۔ مجھے سورہ قریش کا عمل یاد آیا اور 13 مرتبہ سورہ قریش اول و آخر تین مرتبہ درد و شریف پڑھ کر دعا کی ابھی دعا پوری بھی نہیں ہوئی تھی کہ لائٹ آگئی اور ساری رات پھر لائٹ نہیں گئی۔ ویسے اور دنوں ایک گھنٹہ لائٹ آتی تو چار گھنٹہ لائٹ نہ ہوتی۔ ایک دوست کے ساتھ کچھ غلط فہمی ہو گئی تو پھر ایک دن میں ان کے گھر جانے لگا تو ڈر رہا تھا کہ ایسا نہ ہو کہ کہیں وہ میری بے عزتی کر دے یا برا بھلا کہے۔ میں نے سورہ قریش کا عمل پڑھا اور دعا کی۔ اس نے اور دنوں کی نسبت بہت عزت کی اور عزت کے ساتھ پیش آیا اس کے علاوہ میں نے بہت سی جگہوں پر اس عمل کو آزمایا ہمیشہ کامیابی نصیب ہوئی۔ آپ بھی کریں اور فائدہ اٹھائیں۔

(سید نور عالم شاہ ضلع کوہاٹ)

چڑیا کے بچے اور پیسے

میرا نام محمد اکبر مغل ہے میرا تعلق میانوالی شہر سے ہے میرے

ایڈیٹر عبقری کی اپیل

ایڈیٹر عبقری نے سابقہ ریاست بہاولپور کا انسٹیٹو پیڈیا تیار کرنے کا عزم کیا ہے جس کے تقریباً چالیس والیم تک ہو سکتے ہیں۔ قارئین سے التماس ہے کہ ریاست بہاولپور کے حوالے سے کوئی تحریر مثلاً ریاست بہاولپور کی تاریخی حیثیت، بہاولپور کے آثار قدیمہ، شاہی مساجد، صحرائے چولستان، خاص طور پر عباسی خاندان کی خدمات کہ انہوں نے ریاست کیسے آباد کی۔ رعایا کے ساتھ ان کا حسن سلوک کیا تھا۔ ان کی دینی خدمات کیا تھیں۔ ریاست بہاولپور کے اولیاء کرام شاہی قلعہ و محلات کی معلومات، ریاست بہاولپور میں صحابہ کرام ہیں ان کے بارے میں معلومات نیز نواب آف ریاست بہاولپور سر صادق محمد خان عباسی کے لوگوں کے ساتھ بیٹے واقعات جو ہم بڑے بزرگوں سے سنتے چلے آ رہے ہیں وہ تحریر کی شکل میں لکھ کر بھیجیں یا ریاست بہاولپور جو بہاولنگر سے شروع ہو کر تقریباً جیم یار خان تک ہے کہ بارے میں جو معلومات دے سکتے ہیں مثلاً کوئی کتاب، رسالہ یا کسی کتاب کا حوالہ جس میں یہ معلومات ملیں نام وغیرہ بتا دیں، قیمت دے کر ہم خود منگوا لیں گے۔ جو حضرات ایسی معلومات کی کتابیں وغیرہ بدیہ کرنا چاہیں وہ بھی ماہنامہ عبقری کے پتہ پر ارسال فرمائیں۔

(ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود دہلی چغتائی)

دو بیٹے اور ایک بیٹی چھٹیاں گزارنے کی غرض سے لاہور اپنی نانی کے ہاں گئے ہوئے تھے۔ بچے ابھی چھوٹی کلاسز میں ہی تھے۔ یہ جو واقعہ میں آپ کو سنانے جا رہا ہوں یہ واقعہ لاہور راجگڑھ کا ہے۔ میرے بچوں کو چڑیا کے بچے پکڑنے کا بڑا شوق تھا۔ میرا بڑا بیٹا فجر کے وقت چڑیا کا بچہ پکڑنے کیلئے کچن کی چھت پر گیا تو کیا دیکھتا ہے کہ وہاں بہت سارے پیسے پڑے ہوئے ہیں جو تہہ کی صورت میں اکٹھے پڑے ہیں۔ میرا بیٹا وہ پیسے اٹھا کر نیچے لے آیا اور باقی بہن بھائیوں کو بتایا۔ انہوں نے یہ پیسے اپنے بیگ کی جیب میں رکھ لئے۔ اگلے دن وہ پھر فجر کے وقت چڑیا پکڑنے گیا۔ (کچن کی چھت کے ساتھ ہی پڑوسیوں کا درخت تھا) وہاں پھر اس نے بہت سارے پیسے دیکھے وہ پھر اٹھا لایا وہ روزانہ فجر کے وقت جاتا اور اسے روز پیسے ملتے یہ پیسے صرف فجر کے وقت ہی ہوتے تھے۔ باقی دن وہاں کچھ نہیں ہوتا تھا۔ خیر یہ سلسلہ کافی دن جاری رہا اور انہیں پیسے ملتے رہے۔ آخر ایک دن ان کے بیگ کی جیب اتنے سارے پیسوں سے بھر گئی کہ انہیں پیسے نکال کر بیگ میں رکھنا پڑے۔ جب یہ صورتحال درپیش ہوئی تو بچے ڈر گئے کہ کہیں ماموں اور باقی گھر والے یہ نہ سمجھیں کہ ہم نے پیسے چرا لئے ہیں۔ انہوں نے آپس میں مشورہ کیا اور اپنی چھوٹی خال کو بتا دیا۔ ان کی خالہ نے کہا ٹھیک ہے کل جب تم جاؤ گے تو مجھے بھی اٹھا دینا۔ اگلے دن صبح فجر کے وقت میرے تینوں بچے اور خالہ اٹھے اور میرا بڑا بیٹا چھت پر گیا باقی بچے اور ان کی خالہ سامنے برابر والی چھت پر کھڑے دیکھ رہے تھے۔ ان کی آنکھوں کے سامنے وہ وہاں سے پھر پیسے اٹھا کر لایا۔ نوٹ صرف 10 کے اور 5 کے ہوتے تھے جو اکٹھے تہہ کئے ہوئے ہوتے تھے۔ یہ سب دیکھ کر ان کی خالہ کو یقین آ گیا۔ اس کے بعد صرف دو تین دن مزید انہیں چھت سے پیسے ملے اس کے بعد وہ کافی دن چھت پر گیا لیکن اسے پیسے نہیں ملے۔ پیسے کافی زیادہ تھے۔ انہوں نے سارے پیسے اکٹھے کئے اور یہ تمام پیسے مسجد میں بھجوا دیئے۔ ان کے ماموں دے آئے بچوں کا خیال تھا کہ شاید اگر ہم خالہ کو نہ بتاتے تو ہمیں اور بھی زیادہ دنوں تک پیسے ملتے تھے لیکن وہ ڈرتے تھے۔ اس لئے انہوں نے اپنی خالہ کو بتا دیا۔ اس کے بعد صرف دو تین دن ہی انہوں نے اپنی خالہ کی موجودگی میں پیسے اٹھائے لیکن اس کے بعد آج تک انہیں وہاں سے پیسے نہیں ملے۔ ایک کتاب اعمال قرآنی میں اس عمل کے بارے میں پڑھا تھا کہنے والا لکھتا ہے کہ میں نے یہ عمل کیا ہے دین

اور دنیا دونوں ملے ہیں کسی اور سے بھی اس عمل کے بارے میں سنا تو پھر میں نے عمل کیا۔ گیارہ بار درود شریف گیارہ تسبیح یا مغنیٰ اور گیارہ بار سورہ مزمل پھر گیارہ بار درود شریف۔ 40 دن عشاء کی نماز کے پڑھا اسی کی برکت سے میں حج بھی کر آیا اور رزق بھی مل رہا ہے۔ یہ نوٹوں والا سلسلہ بھی اسی عمل کی ایک کڑی ہے لیکن اس کیلئے اجازت شرط ہے۔ (محمد اکبر مغل میا نوالی)

قرآنی آیات سے صحت یابی

سورۃ الکافرون 1001 بمعہ تسبیہ پڑھی گئی اس کی برکت سے معذور بچہ صحت یاب ہو رہا ہے۔ پہلے وہ کھانا اگر ڈیرہ گھنٹے میں کھاتا تھا اور پانی پیتے وقت سانس نہ بہہ جاتا تھا۔ اب وہ ماشاء اللہ جلدی کھا لیتا ہے اور پانی بھی آسانی سے پی سکتا ہے۔ اس بچے پر جو بڑھائی کی وہ منزل ہے اور سورہ یونس کی آیت 81، 82 تھی۔ اس کے علاوہ ایک اور مریض جو کہ کینسر کی مریضہ ہے اس پر تین دن کثرت سے اِنَّ اللّٰهَ مَعَ الَّذِيْنَ اتَّقَوْا وَالَّذِيْنَ هُمْ مُحْسِنُوْنَ اور منزل پڑھی گئی۔ اس کے علاوہ تقریباً سات دن سورہ طہ کی آیت قُلْنَا لَا تَخَفْ اِنَّكَ اَنْتَ الْاَعْلٰی ۝ وَاَلْقٰی مَا فِیْ سَمٰوٰتِکَ تَلْقَفُ (سورہ طہ: ۶۸-۶۹) پڑھی گئی وہ مریضہ بھی اپنے آپ کو بہت بہتر محسوس کرتی ہیں۔ اس کے علاوہ میرے بڑے بھائی جو کہ کالے ریتان کے مریض ہیں ان پر بھی تین دن سورہ النحل روزانہ 101 بار پڑھ کر دم کی ہے۔ اسی ترتیب کے ساتھ ایک ہفتہ سورہ یونس والی اور ایک ہفتہ سورہ طہ کی 80، 81 آیت اور کانوں میں ڈالنے کیلئے انہی آیات کا دم کیا ہوا تیل دیا گیا ہے وہ بھی ماشاء اللہ کافی بہتر ہیں۔ ایک مریضہ جو عمرہ پانچ سال سے ابرو کے سوجنے اور سر کی تکلیف میں مبتلا تھیں وہ بھی کالے ریتان کی مریض ہیں۔ انہیں بھی الحمد للہ کافی فائدہ ہے۔ ایک بچی جو کہ گردے کی تکلیف کیلئے ہومیو پیتھک دوائی تقریباً چھ ماہ سے استعمال کر رہی تھی ڈاکٹری علاج بھی کافی کر دیا لیکن آرام نہیں آیا۔ اس پر جب منزل پڑھی گئی اور سورہ بقرہ کی وَاِنَّ مِنْہَا لَمَآ یَنْفَعُکُمْ مِنْہُ والی آیت (۷۳) پڑھی گئی تو اللہ تعالیٰ نے اس بچی کو بھی شفا یاب کر دیا۔ (زاہدہ کوٹ رادھا کشن)

الرجی اور چھینکوں کیلئے

الرجی اور چھینکوں کے علاج کیلئے ایک نسخہ اپنے بہن بھائیوں کی خدمت میں پیش کر رہی ہوں۔ یہ نسخہ میں نے

اپنے بیٹے پر آزمایا جس کا ہومیو پیتھک حکمت اور ایلو پیتھک علاج کروا کر دوا کر تھک گئی تھی۔ دودھ اسلام آباد کی NIH لیبارٹری سے ٹیسٹ کروا کر انجکشن بھی لگوائے۔ اس علاج سے مزید سائز انفیکٹ ہوئے یعنی زبان میں کلسٹ بننا شروع ہو گئی۔ بیماری اس قدر شدید تھی کہ صبح اٹھتے ہی واش روم میں جاتے وقت بیس بیس چھینکیں مارتا ایسی چھینکیں کہ چھت پھاڑ دے اسے بدلتے ہوئے موسم مٹی سے خشک آئے سے پینٹ سے الرجی تھی حتیٰ کہ کلاس سے بریک ٹائم باہر نہیں نکل سکتا تھا۔ اچانک کسی ملنے والی سے ملاقات ہوئی۔ ان کے سامنے ذکر کیا۔ اس نے یہ نسخہ بتایا۔ اس دوائی کو کھانے سے ہمیشہ کیلئے مکمل آرام آ گیا۔ اللہ کا شکر ادا کیا۔ پھر میں نے یہ نسخہ کئی ایسے مریضوں کو بتایا جو بیماری سے عاجز آ گئے تھے اللہ کے فضل و کرم سے ٹھیک ہو گئے۔ ایک ڈاکٹر طالب علم جو میری دوست کا بیٹا تھا اسے بھی سخت الرجی تھی جو نبی پڑھنے بیٹھتا آنکھوں اور ناک سے پانی بہنے لگتا اور چھینکوں سے برا حال ہو جاتا۔ الرجی کی دوا بیسوں سے چند گھنٹے آفاقہ رہتا پھر یہی حشر ہوتا۔ اس نے اس دوائی کو نہ چاہتے ہوئے کھایا اور دو تین خوراک کھانے سے بہت بہتر ہو گیا اور ایک ہفتہ کھانے سے بالکل ٹھیک ہو گیا۔ نسخہ مندرجہ ذیل ہے۔

حوالہ: قط شیریں، ایک چھٹانک، کلونجی ایک چھوٹوں چیزوں کو اچھی طرح صاف کر کے اچھی طرح بیس لیں۔ قط شیریں کو دھونا نہیں، دونوں دوا بیسوں کو مکس کر لیں۔ صبح و شام ہمراہ پانی دیجئے۔ انشاء اللہ مکمل آرام آ جائے گا۔

(مسز ادریس راولپنڈی)

صرف رازوں کے متلاشی پڑھیں

کون عبقری کے گزشتہ رسائل سے سو فی صد فائدہ لینا چاہتا ہے اسکے روحانی انکشافات، سینے کے راز اور طبی معلومات ہر صفحہ پر موتیوں کی طرح بکھرے ہوئے ہیں یہ رسالہ نسلوں کا معالجہ اور ہمدرد ہے۔ روحانی، طبی اور نفسیاتی عمر بھر کی محنتوں کا انمول نچوڑ ہے۔ گزشتہ سال کے رسالہ کی مکمل فائل بارہ رسالوں پر مشتمل خوبصورت جلد کا صاف روحانی جسمانی معالجہ ثابت ہوگی قیمت 500 روپے علاوہ ڈاک خرچ۔

منی آڈر پر پتہ مکمل لکھیں اور رقم کس مقصد کے لئے بھیجی گئی ہے، وضاحت کریں۔ جوابی لفافے یا منی آڈر پر یہ خوشخط اور اردو میں لکھیں فون نمبر ضرور لکھیں مکمل پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ اگر نہ بھیجا تو جواب نالگہ ملے گا۔ نیز انفسوناک پہلو یہ ہے کہ VP منگوانے کے بعد اکثر وصول نہیں کرتے اور واپس کر دیتے ہیں۔

فشاری سے صحت یابی

شام کو ڈاکٹر صاحب راؤنڈ پر آئے تو کہنے لگے کہ اگر آپ کے پاس یہ نسخہ تھا تو ٹیکوں سے پہلے کیوں نہ کھایا۔ (چوہدری نیاز احمد جہانیاں)

فشاری کے بارے میں عبقری میں پڑھا تو میں دو ڈیاں لے گیا۔ میرے والد صاحب کا بلڈ پریشر کم ہو جاتا تھا۔ میں نے ان کو صرف دو گولیاں رات کو اور صبح کو دیں تو انہوں نے کہا کہ میں اب بالکل نارمل ہوں۔ بلڈ پریشر کم ہونے کی وجہ سے جو غنودگی تھی وہ اب بالکل ختم ہو گئی ہے۔ اب تو ان کیلئے یہ نسخہ استعمال کرنا معمول بن گیا ہے۔ (2) میری والدہ کے گردہ میں پتھری تھی۔ اس کا آپریشن ملتان سے کروایا۔ آپریشن کے بعد ان کا بلڈ پریشر ہائی ہو گیا۔ انجکشن وغیرہ سے کنٹرول نہیں ہو رہا تھا تو میں نے سرجن ڈاکٹر سے کہا کہ اگر آپ اجازت دیں تو میں اپنا نسخہ استعمال کر لوں۔ دیسی دوائی کا نام سن کر ڈاکٹر صاحب کے چہرے پر ناگواری محسوس ہوئی مگر انہوں نے اجازت دے دی۔ میں نے گھر سے منگوا کر تین گولیاں کھلائیں، تین چار گھنٹے بعد دوسری خوراک دی۔ بلڈ پریشر نارمل ہو گیا۔ شام کو ڈاکٹر صاحب راؤنڈ پر آئے تو کہنے لگے کہ اگر آپ کے پاس یہ نسخہ تھا تو ٹیکوں سے پہلے کیوں نہ کھایا۔ اس صورتحال کو دیکھ کر وہاں موجود سٹاف نرس کہنے لگی کہ میں بھی بلڈ پریشر کی مریضہ ہوں۔ اگر کچھ فالتو ہوں تو مجھے بھی دے دیں۔ اس طرح وہ بھی فشاری استعمال کرنے لگی۔ (3) میری اہلیہ گورنمنٹ ملازمہ ہے ان کے دفتر میں کلرک (محمد اسحاق) نے اس دوائی کے بارے میں سنا تو کہنے لگا کہ میں تو اپنی بیوی کیلئے انگریزی ادویات لے کر تھک گیا ہوں۔ آپ مجھے بھی چند گولیاں دیں اگر موافق آگئیں تو میں اور لے لوں گا۔ اب اس کی بیوی نے جو یہ گولیاں کھائیں تو وہ افادہ محسوس کرنے لگی۔ ان کی طرف سے بھی ڈیمانڈ آگئی کہ ہمیں تو دو ڈیاں منگوا کر دیں۔ اس طرح اب وہ بھی فشاری استعمال کرتی ہے بلکہ اس سے آگے ان کے کئی اور عزیز بھی اس کو استعمال کر کے اس موذی مرض سے نجات پا رہے ہیں۔ (4) ایک معتمد ہائی بلڈ پریشر کی مریضہ تھی۔ ایک دن بتانے لگی کہ میں بلڈ پریشر کی وجہ سے رات کو سو بھی نہیں سکتی۔ رات جاگ کر گزار دیتی ہوں۔ سر درد بہت ہوتا ہے۔ اس کو فشاری کے بارے میں بتایا تو اس نے انکپاتے ہوئے چند گولیاں لیں۔ جب کچھ افادہ ہوا تو پھر اور ڈیمانڈ کی اب وہ اس دوائی کے استعمال سے الحمد للہ ٹھیک ہے۔ اس کے بھائی کا بلڈ پریشر بھی بہت ہائی ہو جاتا ہے۔ یہاں تک کہ اس کو دل کی طرف سخت درد بھی ہونے لگتا ہے جو کہ ناقابل برداشت ہوتی ہے۔ اس نے بھی باقی ادویات کو چھوڑ کر فشاری شروع کی ہے۔ اس کا کہنا ہے کہ مجھے جب بھی تکلیف ہوتی ہے تو میں فشاری استعمال کرتا ہوں۔ مجھے فوراً آرام آ جاتا ہے ان بہن بھائیوں کو فشاری نے نارمل زندگی گزارنے کی طرف گامزن کیا ہے۔

اجوائن... درجنوں بیماریوں کا علاج

اجوائن ایک مفرد ہے اس کے پودے کا رنگ سفیدی مائل اور بیج سونف کی طرح حجم میں چھوٹے اور ذائقہ میں تلخ ہوتے ہیں اس کا پودا ہندوستان، ایران، مصر اور پاکستان میں عام پایا جاتا ہے۔ یہ کاشت بھی کیا جاتا ہے اور خورد و بھی ہے۔

اجوائن کا استعمال بطور دوا زمانہ قدیم بلکہ قبل از مسیح سے ہو رہا ہے۔ اس کا نباتی نام ptuotic\ Ajowan ہے اور انگریزی میں omum seed کہتے ہیں۔ جبکہ زبان طب (فارسی) میں ناخواہ کے نام سے پکارا جاتا ہے۔ اجوائن ایک مفرد ہے۔ اس کے پودے کا رنگ سفیدی مائل اور بیج سونف کی طرح حجم میں چھوٹے اور ذائقہ میں تلخ ہوتے ہیں۔ اس کا پودا ہندوستان، ایران، مصر اور پاکستان میں عام پایا جاتا ہے۔ یہ کاشت بھی کیا جاتا ہے اور خورد و بھی ہے۔ اطباء نے اس کا مزاج تیسرے درجے میں گرم خشک بتایا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ سرد مزاج کے لوگوں میں مفید ہے اور بلغمی مزاج اور بلغمی امراض میں بہت فائدہ دیتا ہے۔ اجوائن دو قسم کی ہوتی ہے جس اجوائن کا ذکر کیا جا رہا ہے اسے دیسی اجوائن کا نام دیا جاتا ہے۔ دوسری قسم اجوائن خراسانی ہے۔ یہ ایک مختلف چیز ہے۔ یہ تخم بھگ کا نام ہے جس کے افعال و معالجاتی اثرات قطعی مختلف ہیں۔ تخم بھگ جو خراسان سے ہندوستان آتے تھے اجوائن سے مشابہہ ہونے کے باعث اجوائن خراسانی کا نام دے دیا گیا ہے حالانکہ ان دونوں میں بہت تضاد ہے۔

اجوائن کے کیمیائی تجزیے سے اس میں سے ایک جوہرست اجوائن یا تھامول کا ربالک ایسڈ سے پچیس گنا زیادہ انٹی سپٹک ہے اور جسم پر اس کے مضر اثرات کا ربالک ایسڈ کی نسبت نصف ہیں۔ طب میں اجوائن سے عجون ناخواہ، عرق ناخواہ اور شربت ناخواہ تیار کئے جاتے ہیں اجوائن پیٹ کے مختلف امراض جن میں درد معدہ، ریاخ معدہ، بھوک کم لگنا، پیٹ کے کیڑے اور قوچ میں مفید ہے۔

اجوائن نہ صرف کھانے کو لذیذ بناتی ہے بلکہ ہاضم بھی ہے۔ ایفون کے مضر اثرات زائل کرتی ہے اسی لئے اسے ایفون کا مصلح قرار دیا گیا ہے۔ اجوائن جگر کے سدے کھولتی ہے۔ گردہ و مثانہ کی پتھری توڑتی ہے پیشاب اور حوض کو جاری کرتی ہے۔ خوراک :- ۵ تا ۱۰ گرام حسب ضرورت۔

پیٹ کے کیڑے :- اگر پیٹ میں کیڑے ہوں تو اجوائن میں شہد ملا کر چاٹنے سے کیڑے ختم ہو جاتے ہیں۔ پیٹ درد :- پیٹ درد کی صورت میں اجوائن ۳ گرام - کالا نمک

ہائی بلڈ پریشر کے لیے "فشاری" پر اعتماد

مشینی اور میکینالوجی کے جدید دور نے انسانوں کو بظاہر سہولت، لیکن دراصل ایسے بھیاک عذاب میں مبتلا کر دیا ہے جو زندگی کی تمام سہولیات کے باوجود انسان کو عاجز کر دیتا ہے۔ ان عاجز کردینے والی بیماریوں میں ہائی بلڈ پریشر بھی ہے۔ اچھا خاصا انسان سرچکرانے، نیند نہ آنے اور وقت بے وقت ماحول سے پریشان ہو کر اپنے حواس کھو بیٹھتا ہے یا پھر کسی سے الجھ کر بعد کے مستقل پیچھا دوے اور ندامت کے عذاب میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ ایسے انسان کو کہتے ہیں کہ آپ اپنے بلڈ پریشر کا علاج کریں یا پھر انسان خود کہتا ہے کہ بے بس ہوں۔ کیا کروں ہائی بلڈ پریشر نے عاجز کر دیا اور مجبور کر دیا ہے روزانہ جب تک یہ ادویات نہ کھاؤں، بلڈ پریشر کنٹرول نہیں ہوتا۔ ایسے مجبور اور بے بس لوگوں کے لئے خوشخبری ہے کہ وہ جزی بوٹیوں سے استفادہ کریں اور ہائی بلڈ پریشر سے انشاء اللہ تعالیٰ ہمیشہ کے لئے نجات پائیں۔ قیمت :- 100 روپے علاوہ ڈاک خرچ (دوائی برائے دس یوم)

نعمتوں کی قدردانی کا احساس

صحت مند آدمی اپنے رب کی مدد سے اپنی تدبیر اور محنت سے مشکلات کو شکست دے سکتا ہے وہ اپنے ہر تعلق کو خوش اسلوبی کے ساتھ نبھاتا ہے۔ صحت کے ساتھ وہ اپنے رب کی عبادت میں ایک لذت و سرور محسوس کرتا ہے۔

اللہ تعالیٰ نے انسان کو بے شمار نعمتیں عطا کی ہیں جن کا شکر انسان ادا نہیں کر سکتا۔ اگر انسان ساری زندگی اللہ کی عبادت کرتا رہے اور ایک لمحہ کیلئے بھی غافل نہ ہو تب بھی وہ اس رب کریم کا شکر ادا نہیں کر سکتا۔

میں یہاں پر اللہ تعالیٰ کی کچھ نعمتوں کا ذکر کرنا چاہوں گی جو اگر کسی انسان کو حاصل ہیں تو وہ دنیا کا خوش قسمت ترین انسان ہے۔

1- ایمان: وہ انسان جسے اللہ تعالیٰ نے مسلمان پیدا کیا اور پھر اس نے اپنی ساری زندگی اللہ اور اس کے رسول ﷺ کے احکامات کی پیروی کرتے ہوئے گزاری۔ اس کا عقیدہ درست ہے اور اپنے رب پر اس کا پختہ ایمان ہے۔ آزمائشوں، تکلیفوں اور دکھوں میں وہ ثابت قدم رہتا ہے اور صبر کرتا ہے اور اپنے رب پر توکل کرتا ہے۔ خوشی، راحت اور آرام میں اللہ کا کثرت سے ذکر کرتا ہے اور اس کا ہر دم شکر ادا کرتا ہے۔ خوشی اور غم دونوں صورتوں میں اللہ کو بھولتا نہیں۔ پس اس نے فلاح پائی۔ دنیا اور آخرت میں کامران ہوا۔ اس سے بڑھ کر خوش قسمتی اور کیا ہو سکتی ہے۔

2- عقل و شعور: عقل اللہ تعالیٰ کی ایک اور بہت بڑی نعمت ہے عقل و شعور کی بدولت ہم نے اللہ کو پہچانا اس کی کتاب قرآن پاک کو سمجھا آج اسی عقل کی بدولت قرآن پاک کی ہزاروں تفاسیر ہمیں ملتی ہیں۔ اسی عقل کی بدولت اس دنیا کی ترقی ہے۔ اسی عقل کی بدولت ہمیں اچھے برے کی پہچان ہوتی ہے۔ بیوقوف شخص نہ دنیا میں کامیاب رہتا ہے اور نہ وہ اپنی آخرت سنوار سکتا ہے اور نہ دوسروں کیلئے فائدہ مند ثابت ہوتا ہے۔ ایک عقلمند شخص دنیا میں بھی بہترین زندگی گزارتا ہے اور آخرت کے بارے میں بھی فکر مند رہتا ہے۔ وہ مخلوق کو بھی خوش رکھتا ہے اور خالق کو بھی۔ وہ مخلوق خدا کیلئے بھی فائدہ مند ہوتا ہے اور اپنی ذات کیلئے بھی۔ ایک عقلمند شخص قوم کی زندگی بدل سکتا ہے تاریخ کا رخ موڑ سکتا ہے۔ تاریخ گواہ ہے کہ سپہ سالاروں اور بادشاہوں کے بروقت دانشمندانہ فیصلوں نے قوم کی زندگی بدل دی۔

3- صحت و تندرستی: ایمان و عقل کے بعد صحت بھی اللہ کی بہت بڑی نعمت ہے۔ صحت نہ ہو تو ایمان و یقین ہونے کے

بغیر کھانسی کیلئے بہترین نسخہ

آٹے کو نمیر سے بچانے کیلئے: آٹے کو نمیر سے بچانے کیلئے گوندھے ہوئے آٹے پر گھی کی تہہ چڑھا دیں اس سے آٹا کافی دیر تک محفوظ رہے گا۔

(بقیہ: روحانی محفل سے گھر بلوا بھنوں کا خاتمہ)

اب کے رمضان آیا تو بھی یہی دعا تھی۔ یا اللہ لیتہ القدر نصیب ہو جائے۔ عبقری والوں کو اللہ جزا دے آخرت دنیا میں بہترین درجات عطا فرمائے روحانی محفل کی اطلاع قبل از وقت دیتے ہیں۔ یوں بہت سکون ہے سارے افراد گھر میں روحانی محفل کا اہتمام کرتے ہیں۔ راقمہ بھی بہت شوق سے روحانی محفل کی سعادت حاصل کرتی ہے۔ بس یہ روحانی محفل کمال ہے۔ اب کے بھی رمضان شروع ہوا۔ تو اللہ کی یہ فقیرنی بھکاریوں والی جھولی پھیلائے۔ اپنے رب سے رب کے نور کی سوال تھی۔ کھانے کے اہتمام سے بے نیاز زیادہ وقت اللہ کا ذکر اپنے تمام دکھ تمام رنج و غم اللہ کے حوالے کر کے اللہ کے ذکر سے قلب کو منور کیا۔ اللہ سے یہی عرض تھی کہ یا اللہ تیری فقیرنی اتنی گناہگار ہے کیسا دنیا میں لیتہ القدر کا جلوہ نظر نہیں آئے گا۔ اسی دکھ و کرب میں وہ مبارک شب آگئی۔ رمضان میں راقمہ بھی بھی بیڑ روم میں نہیں سوتی۔ کیونکہ آسانی نظارے ایسے حسین ہوتے ہیں کہ وہ تو دیکھ کر ہی محسوس کیا جا سکتا ہے۔ عشاء کے بعد چار پائی پر لیٹ کر دائیں ہاتھ میں تسبیح لے کر پڑھنے لگی اور گاہیں آسمان پر گڑھ دیں۔ اللہ کے نام درود شریف غرض جو آیات زبانی یاد تھیں اللہ کے رسول ﷺ کے نام پڑھتی رہی۔ تین بجے شب اٹھ آگئی۔ تین بج کر پینتالیس منٹ پر راقمہ نے محسوس کیا کہ کوئی اس کا نام پکار رہا ہے اور کہہ رہا ہے کہ جنوب کی جانب نگاہ ڈالو دیکھو رب جلوہ گر ہے۔ واقعی جب راقمہ نے جنوب کی طرف دیکھا تو نور کا ہال تھا۔ مخصوص مقام پر دیکھا جلدی سے بنی کو اٹھایا اس نے بھی جلدی سے آسمان کو دیکھا اور دعا کیلئے ہاتھ اٹھا دیئے۔ راقمہ نے تو وہی دعا مانگی جو حضرت عائشہؓ مانگا کرتی تھیں۔ وہ لمحات جو تجھے اس کی کیفیات بیان سے باہر ہیں۔ وہ رب کا جلوہ جو دیکھا چند سینکڑی رب کا نور نظر آیا۔ میں نے تو یہی محسوس کیا کہ آسمان سے نظر ہٹا کر جب اپنے گھر پر نگاہ ڈالی تو یہ پوری دنیا اور گھر صرف ایک کھنڈر نظر آیا۔ رب کا جلوہ جو نظر آیا تو صرف روحانی محفل کرنے کی وجہ سے۔ اب تو یہی دل چاہتا ہے کہ ہر پیاری عزیز چیز اللہ کی راہ میں دے دوں۔ پھر تو آسمان کے نظاروں کا حذر آنے لگا۔ راقمہ نے مستقل رمضان کے بعد بھی صحن میں سونا پند کیا۔ کسی کسی شب تو آسمان بہت حسین ہوتا۔ عجیب و غریب ہی نظارے نظر آتے۔ چھ شوال کو آسمان پر کیا دیکھتی ہوں کہ ایک ایک ترتیب سے بارے فائوس ہیں اور ان میں نور کے تقے ہیں اور وہ شال کی جانب سے جنوب کی طرف جا رہے ہیں اور دیکھتے ہی دیکھتے میری نگاہوں سے غائب ہو گئے۔ اسی طرح آٹھ شوال کو آسمان پر دیکھا کہ بہت ہی خوبصورت اور نازک دیے ہیں یا قد ملیں ہیں۔ وہ بھی شال کی جانب سے تیزی سے آتی ہیں اور جنوب کی جانب چلی جاتی ہیں۔ خاصی دیر یہ سلسلہ رہا۔ یہ نظارے دیکھ کر مجھے قلبی سکون ملا پھر تو سارا شوال ہی صحن میں سوتی اور آسانی نظارے دیکھتی۔ یہ سب کچھ مجھے محترم حکیم صاحب کی دعاؤں اور روحانی محفلوں کے سبب نصیب ہوا۔ میری گزارش ہے کہ جو نہیں کر سکے روحانی محفل کی سعادت ضرور حاصل کریں۔ خصوصی طور پر بچوں کو شریک کریں۔ بارہ تیرہ سال کے بچے بچیاں بہت معصوم ہوتے ہیں انہیں پھر اچھی عادت ہو جائے گی۔ (ام ابو ذر بھانڈو)

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ ابوبہی پراسماری

باورچی جن نے کہا کہ نیک صالح اور متقی جنات کا اصول ہے کہ جس گھر میں قیام ہوتا ہے اگر وہ گھروالے نیکی، قرآن، نماز، ذکر، صدقات، خیرات اور گھر میں نیک صالح لوگوں کو بلانا وغیرہ کی ترتیب پر قائم رہتے ہیں تو ہم ان کی معاونت کرتے ہیں

جس طرح باورچی جن کو فائدہ ہوا مجھے بھی ہوا اور کئی بار ہوا۔ انہوں نے مجھے یہ عمل بخش دیا کہ جب کبھی بے موسم کی چیز کھانے کو دل چاہے یا لباس سفر مختصر کرنے کو دل چاہے یا تم چاہو کہ میں اپنے بستر پر لیٹے لیٹے دنیا کے کسی ملک یا کسی شہر کی سیر کر لوں یا تم چاہو کہ کسی باکمال درویش جو اس دنیا سے رخصت ہو گیا ہو اس کی ملاقات ہو جائے یا اس سے باقاعدہ علم حاصل کروں تو بس یہ اس مخصوص طریقے سے پڑھو اسی وقت نظارے دیکھو۔ باورچی جن کہنے لگے یہ انہوں نے مجھے ساہا سال خدمت پر دیا تھا۔ انہیں ماش کی دال کالی مرچ اور بکری کے گوشت میں پکی بہت پسند تھی۔ میں نے باورچی جن سے پوچھا اپنی زندگی کا کوئی ناقابل فراموش واقعہ سنائیں۔ کہنے لگے بے شمار واقعات ہیں لیکن ان میں چند واقعات سناتا ہوں۔

کہنے لگے کہ ہمارے جنات کا اصول ہے یعنی نیک صالح اور متقی جنات کا کہ جس گھر میں قیام ہوتا ہے اگر وہ گھروالے نیکی، قرآن، نماز، ذکر، صدقات، خیرات اور گھر میں نیک صالح لوگوں کو بلانا وغیرہ کی ترتیب پر قائم رہتے ہیں تو ہم ان کی معاونت کرتے ہیں۔ ہاتھ بٹاتے ہیں۔ ہر کام میں مدد کرتے ہیں، ان کے دشمن کے وار کو خورد و کتے ہیں۔ حتیٰ کہ اگر جادو ہو جائے تو اس کو ختم کرتے ہیں۔ گھروالوں کو اطلاع کرتے ہیں۔ بعض اوقات خود ہماری نسل جنات سے ایسے شریر جنات کسی بچے کو دکھا دیتے ہیں۔ جسے عام طور پر گھروالے لگتا رہتا اور چوٹ لگنا کہتے ہیں۔ ہم ان کی حفاظت کرتے ہیں۔ باورچی جن نے اپنے ہاتھوں سے اپنی لنگی بھنوں کو پکڑا ہوا تھا۔ انہیں چھوڑ کر پتھر کا سہارے کر تسلی سے بیٹھے اور پھر بولے کہ چونکہ میرا کثرت وقت شہروں اور درویشوں کی خانقاہوں اور آستانوں پر گزرتا ہے موجودہ صدی کے ایک مشہور درویش (میں ان کا نام دانستہ نہیں لکھ رہا) کے گھریلو مزاج میں تقویٰ اور استغناء تھا، کسی قسم کا لالچ نہیں تھا۔ ہم اس درویش کی ہر طرح مدد کرتے تھے حتیٰ کہ ایک بار کچھ شریر لوگ ان کی بہت نیک لیکن نہایت حسین بیٹی کیساتھ شرارت کا پروگرام بنا چکے تھے انہیں اس چیز کی

کیونکہ جب سورج گرہن ہوتا ہے تو اس وقت اس کی آنکھیں کچھ دیر کیلئے بند ہو جاتی ہیں اور یہ انہیں سکتا پھر یہ چھپ کر بیٹھ جاتا ہے۔ اگر موت لکھی ہو تو پھر شاہین کی اگر نظر پڑ جائے تو اس کا شکار ممکن ہو سکتا ہے۔ اس کی خوراک سونے اور جواہرات کے ذرات ہیں اور یہ اسی پرندے کا سوپ ہے۔ یہ ایک گھونٹ آپ کی سردی کو فوراً ختم کر دے گا اور اگر دوسرا گھونٹ پی لیں گے تو آپ کو کبھی سردی نہیں لگے گی حتیٰ کہ آپ کے علاقے کی سخت سردی میں بھی آپ کو گرمی لگے گی اور سخت سردی میں آپ صحن میں یا چھت پر بستر بچھا کر سوئیں گے اور گرمی میں پھر آپ کا کیا حال ہوگا میں نے صرف ایک گھونٹ پیا واقعی دوسرے گھونٹ کی نوبت ہی نہیں آئی۔ گرم ترین لباس میں مجھے پہلے سردی لگ رہی تھی اب گرمی لگنے لگ گئی۔ پھر جنات کے ایک بڑے بوڑھے باورچی سے صحابی بابا نے میری ملاقات کرائی۔ نہایت بوڑھے بزرگ تھے۔ صدیوں ان کی عمر تھی۔ آنکھوں کی بھنویں ڈھلک کر آگے آگئی تھیں اور انہوں نے آنکھوں کو بند کر دیا تھا۔ اب وہ خود پکارتے نہیں بلکہ گرائی کرتے ہیں۔ ان کے بارے میں حاجی صاحب نے بتایا کہ یہ وہ بزرگ ہیں جنہوں نے بڑے بڑے اولیاء کرام کے دست خوانوں کی خدمت کی ہے۔ ان میں حضرت شیخ عبدالقادر جیلانی رحمۃ اللہ علیہ، شیخ ابوالحسن خرقانی رحمۃ اللہ علیہ، شیخ فاتحہ شیبانی رحمۃ اللہ علیہ، حضرت علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ لاہور والے، حضرت معین الدین چشتی اجیری، عبداللہ شاہ غازی کراچی والے، اس طرح بے شمار نام پکارے کہ مجھے یاد نہیں۔ ان کے جسم پر بڑے بڑے بال تھے، موٹے کپڑے کا پرانا ہلکے پیلے رنگ کا کرتا پہنا ہوا تھا۔ میں نے اس بوڑھے باورچی جن سے سوال کیا کہ تلم اولیاء کی مرغوب غذا کیا چیزیں تھیں۔ فرمانے لگے ہر درویش کا اپنا ذوق تھا جیسے حضرت علی ہجویری ہریہ اور تازہ انگور دیسی گھی میں بنی چوری اور بعض دفعہ سوکھی روٹی کے ٹکڑے بھی مزے لے لے کر کھاتے۔ حضرت بابا فرید شکر گنج کا واقعہ سنایا کہ ایک دفعہ مجھے سورۃ جنس کی آیت ”فَبَاقِيَ الْآءِ رَبِّكَ مَا تَكْذِبُ“ کا ورد بتایا (واقعہ میں نے بھی کیا۔

خبر نہیں تھی، ہم نے ان شریر لوگوں کے پروگرام کو ختم کر دیا اور ان کے منصوبوں کو انہی پر پلٹ دیا اور صرف اس بزرگ کو خبر کی۔ اس طرح کے بی شمار معاملات میں ان کی مدد کرتے رہتے تھے۔ لیکن ان کے وصال کے بعد ان کی اولاد پیر تو بن گئی لیکن وہ نیکی والی زندگی چھوڑ کر خالص دنیا داری میں پڑ گئے۔ پھر ہم نے خواب کے ذریعے انہیں اس بزرگ کی نسبت سے سمجھانے کی کوشش کی، کئی بار سائل یا درویش کے روپ میں انہیں نصیحت کر آیا لیکن مریدین کی کثرت اور مال کی آمد نے انہیں آخرت سے غافل کر دیا۔ پھر ان کی عورتوں کے سر سے دوپٹے اتر گئے، پھر انہیں سزا یہ دی کہ ان کے گھر میں بے چینی، بیماری، پریشانی، ایک مشکل سے نکلیں دوسری میں پڑ جائیں، دوسری سے نکلیں تیسری میں پڑ جائیں، نفسیاتی الجھنیں، حالاکہ وہ نفسیاتی الجھنیں نہیں تھیں وہ سزا تھی۔ (جاری ہے)

بے شمار فوائد

یا حَکِیْمُ یا حَنَّانُ یا عَزِیْزُ جب سے یہ ورد پڑھنا شروع کیا ہے اس سے مجھے بے شمار فوائد ہوئے ہیں۔ سب سے پہلے تو یہ کہ میرے شوہر نے عرصہ 5 سال سے چھپ کر شادی کی تھی اور تقریباً دو سال پہلے اس کو طلاق بھی دے چکا تھا لیکن ماننا نہیں تھا۔ اس ورد کو پڑھنے کے دوران وہ سب کچھ مان گیا اور اس سے کنارہ بھی تقریباً کر چکا ہے۔ میں خود پانچ وقت کی نماز کے ساتھ باقاعدہ قرآن پاک کی تلاوت بھی کرنے لگی ہوں۔ میرے شوہر بھی پہلے نماز نہیں پڑھتے تھے لیکن اب وہ بھی نماز پڑھنے لگے ہیں۔ میرے بچے جو کہ ابھی چھوٹے ہیں ایک بیٹا ساڑھے آٹھ سال کا ہے اور دوسرا ساڑھے سات سال کا ہے اللہ کے فضل سے دونوں نے قرآن پاک پڑھ لیا ہے اور فجر کی نماز باقاعدگی سے ادا کرتے ہیں۔ میرا اللہ تعالیٰ پر یقین بہت زیادہ مستحکم ہو گیا ہے۔ میں خود جو کہ پہلے بھی جھوٹ سے نفرت کرتی تھی لیکن اب جھوٹ بولنا بھی چاہوں تو نہیں بولا جاتا۔ میرے اندر بہت زیادہ اعتماد آ گیا ہے۔ پہلے اگر کسی برائی کو دیکھ کر دل میں برا محسوس کرتی تھی لیکن اب میں اس کا اظہار بھی کر سکتی ہوں۔ اسی طرح بہت سے چھوٹے بڑے فائدے ہیں جو کہ میں جانتی بھی ہوں اور نہیں بھی۔ اللہ تعالیٰ سے دعا گو ہوں کہ مجھے روحانی فیض حاصل ہو جائے اور حکیم صاحب کی شکر گزار ہوں کہ مجھے راہ حق پر چلنے کا سیدھا راستہ بتایا۔ (رخسانہ شاہد)

قوت ارادی کی مدد پائیں

اگر آپ اپنی قوت ارادی کی کمزوری کی بناء پر پریشان ہیں تو اس کے واسطے اپنے انداز میں تبدیلی پیدا کرنے کی کوشش کیجئے۔

محمد سلطان کراچی

دوسروں میں دلچسپی لینے رہئے۔ لوگوں سے محبت کریں۔ آپ کو محبت ملے گی۔ نفسیاتی علاج میں یہ سبق دوائی کی حیثیت رکھتا ہے۔ اپنے آپ پر جتنی توجہ مرکوز کریں گے۔ آپ نفسیاتی لحاظ سے اتنے ہی مریض ہوتے جائیں گے۔ ہر کسی سے یہ توقع نہ رکھیں کہ وہ آپ ہی کی خوشنودی اور آپ ہی کے مفاد کو اولیت دے، بلکہ ایسا رویہ اختیار کر لیں جیسے آپ دوسروں کے مسئلے حل کرنے کیلئے پیدا ہوئے ہیں۔ اپنی مزاحمتی کیفیت تبدیل کیجئے۔ اگر آپ اپنی قوت ارادی کی کمزوری کی بناء پر پریشان ہیں تو اس کے واسطے اپنے انداز میں تبدیلی پیدا کرنے کی کوشش کیجئے۔ محض خواہشات کر لینے سے کوئی فائدہ نہ ہوگا۔ خواہش کی بناء پر سمجھ بوجھ کی طاقت پیدا نہیں ہوتی۔ یہ الفاظ دیگر خواہش بغیر عمل کے بالکل بیکار شے ہے۔ اٹھئے ہمت سے کام لیجئے۔ اچانک یہ اعلان ہرگز نہ کر دیجئے کہ بس آج سے مجھے کبھی غصہ نہ آئے گا یا میں طیش میں آ کر کبھی بھی کچھ نہیں کہوں گا۔ اس کے بجائے اپنے دل میں اپنے آپ سے کچھ ملے کر لیجئے کہ اگلے روز اگر مشکلات درپیش ہوں گی تو میں پرسکون رہوں گا۔ اس کے بعد اگلے روز اس فیصلے پر عمل کرنے کی کوشش کیجئے اور اس عزم کو پھر دہرائیے۔ آج کا کام کل پر نہ چھوڑیے۔ یہ تو عموماً بہت آسان کام ہے کہ پچاس سگریٹیں پینے کے بعد اداسی سے یہ کہہ دیا کہ بس اب آئندہ سگریٹ نہ پیوں گا۔ آپ نے دیکھا کہ یہاں سگریٹ چھوڑنے کا صحیح معنوں میں کوئی ارادہ نہیں۔ ارادہ تو اس وقت صحیح مانا جائے گا جب آدمی کل سے بھی کم سگریٹ پینے کا تہیہ کرے۔ اس سے یہ اندازہ ہو سکتا ہے کہ ہاں یہ واقعی کوشش کر رہا ہے۔ اگر کوئی کام بہت مشکل ہے تو اسے رفتہ رفتہ چھوڑنے کی عادت ڈالنی چاہیے۔ زندگی کو اس طور سے مرتب کیجئے کہ قوت ارادی کو مدد ملے۔ جب آپ کو یہ معلوم ہو جائے کہ آپ کا اصل مقصد کیا ہے تو پھر جہاں تک ہو سکے اپنی زندگی کو اس طرح مرتب کیجئے کہ آپ کا مقصد حاصل ہو جائے اگر آپ اپنی کسی کمزوری پر قابو حاصل کرنا چاہتے ہیں تو ترغیب و تحریص کی تمام چیزوں سے حتی الامکان دوری رہئے۔

بچھو کے انوکھے راز پائیں

کبھی کبھار بچھوؤں کا ایک دوسرے سے آنا سامنا ہو جائے تو لڑنا شروع کر دیتے ہیں۔ لڑائی کے بعد فاتح اپنے مفتوح کو ہڑپ کر جاتا ہے لیکن اگر ان میں دوستانہ روابط پائے جاتے ہوں تو وہ جب بے ڈھنگے پن سے ایک دوسرے کو ”ہیلو“ کہہ کر ہاتھ بھی ملاتے ہیں۔

دشوار اور اکثر اوقات موت واقع ہو جاتی ہے۔ بچھو دھوپ اور گرمی سے بہت گھبراتے ہیں اور اگر کبھی ایسے ڈبے میں انہیں بند کر دیا جائے جس میں گرمی زیادہ ہو تو یہ فوری طور پر مر جائیں گے۔ چلچلاتی دھوپ میں اسے چند منٹ رکھنے سے اس کی موت واقع ہو جاتی ہے۔ اکثر اوقات یہ دیکھنے میں آیا ہے کہ جب اسے دھوپ میں رکھیں تو پہلے پہل وہ ادھر ادھر بھاگنے کی کوشش کرے گا تاکہ کوئی سایہ مل جائے مگر تھک ہار کر وہ دیوانہ وار اپنے آپ پر ڈنک مارنا شروع کر دیتا ہے اور ہمیشہ ہمیشہ کیلئے ختم ہو جاتا ہے۔

اگرچہ بچھو انسان اور بعض جانوروں کا دشمن ہے مگر قدرت نے اس کے بھی بہت سے دشمن پیدا کر رکھے ہیں جو اس کو جان سے مار ڈالتے ہیں۔ میکسیکو کے گرم جنگلات اور وسطی امریکہ میں چوہنیوں کی فوج کی فوج ان پر پل پڑتی ہے اور ان کی آن میں بچھو تتر بتر ہو جاتے ہیں۔ افریقہ کے بندران کی ڈم کو علیحدہ کر کے بقیہ جسم کو مڑے لے کر ہڑپ کر لیتے ہیں۔ ٹرانسکو کیزیا میں ایک چھچھلی کے پیٹے بچھو کے جسکے کچھ حصے ملے تھے۔ الجیریا میں کچھ لوگ زندہ بچھو بڑی رغبت سے کھاتے ہیں۔ ایریزونا میں مرغی کے چوزے اپنی چونچوں سے بچھوؤں کو مار ڈالتے ہیں۔ سیاہ چوہنی اس کی سب سے بڑی دشمن ہے۔ اگرچہ بچھو کبھی اس کے قابو میں نہیں آتا مگر بھولے سے اگر وہ اس کے ہتھے چڑھ جائے تو پھر اس کا بچ نکلتا مشکل ہو جاتا ہے۔ بچھو کے زہر کے علاج کیلئے تیر بہدف نسخہ یہ ہے کہ چند زندہ یا مردہ بچھوؤں کو سرسوں کے تیل میں ڈال کر ایک بوتل میں بند کر رکھیں اور جس جگہ بچھو نے کاٹا ہو وہاں پر یہ تیل لگا دیں۔ فوری طور پر یوں محسوس ہوگا گویا کسی نے برف کی پٹی لگا دی ہے۔ یہی عمل دہرانے سے درد میں خاطر خواہ کمی واقع ہو جائے گی۔ اس کے علاوہ لیموں کا ست پانی میں حل کر کے بچھو کی کاٹی ہوئی جگہ پر لگانے سے بھی کافی افادہ ہو جاتا ہے۔ اس کا بہترین علاج تمباکو کی راکھ مائع حالت میں امونیا یا خشک حالت میں نوشادر، پگھلی ہوئی چربی، لیموں کا ست یا پوناشیم پر میکینٹ ہے۔ ان تمام اشیاء میں سے جو بھی دستیاب ہو اسے بچھو کے ڈسے ہوئے مقام پر لگانے سے ٹھنڈ پڑ جاتی ہے۔ بچھو کے ڈسے ہوئے زخم سے زہر نکالنے کیلئے لوہے کی بڑی سی چابی یا پستول کی نالی کو اس جگہ پر زور سے ملنا چاہیے۔ اس سے بھی زہر کی شدت کم ہو جاتی ہے۔ بچھو کے کھانے کی رفتار چوہنیوں کی طرح بہت سست ہوتی ہے اور یہ چھوٹے سے کیزے کو کھانے کیلئے ایک گھنٹے سے زیادہ وقت لیتا ہے۔

ایک مثل مشہور ہے: سانپ سلائے بچھوڑ لائے (یعنی سانپ کے کانٹے ہوئے شخص پر غنودگی طاری ہوتی ہے اور بچھو کا ڈسا ہوا ردنا اور چلاتا رہتا ہے)۔

جانوروں کے زمرے میں بچھو کرہ ارض کا سب سے قدیم باسی ہے۔ بچھو کا تعلق چوہنیوں، چھوٹے چھوٹے کیزے، کوزوں اور دوسرے اٹھ ٹانگوں والے حشرات الارض کے خاندان سے ہے۔ پوری دنیا میں اس کی پانچ سو سے زائد مختلف اقسام پائی جاتی ہیں۔ جسامت کے لحاظ سے ان میں اختلاف پایا جاتا ہے مگر شکل و شباہت ان کی یکساں ہوتی ہے۔ بعض بچھو تو جھینگا پھلی سے گہری مشابہت رکھتے ہیں۔ بچھو بڑا ہی موذی اور خطرناک ہوتا ہے۔ اگرچہ اس کے ڈسنے سے موت تو واقع نہیں ہوتی، مگر ناقابل برداشت تکلیف اٹھانی پڑتی ہے۔ ایک کمزور آدمی شاید اس کے ڈنک سے مر بھی جائے۔ بچھو کی مختلف اقسام میں سب سے خطرناک زہریلا اور موذی ”کالا بچھو“ ہوتا ہے جس کی لمبائی 6 اور 8 سے 10 انچ تک ہوتی ہے اور رنگت بہت سیاہ۔ کہا جاتا ہے کہ یہ بچھو اگر سانپ کو کاٹ لے تو وہ بھی اس کے زہر سے مر جائیگا۔

شکم کا اگلا حصہ اس کے سر اور بڑے ہوئے سینے پر مشتمل ہوتا ہے اور اس میں سات حلقہ نما حصے ہوتے ہیں۔ شکم سے پچھلا حصہ پانچ حلقہ نما ٹکڑوں میں بنا ہوا اور دبلا پتلا سا ہوتا ہے۔ شکم کے پچھلے حصے میں اس کی دم ہوتی ہے جس کے آخری سرے پر ایک چھوٹی سی زہر کی پھٹی ہوتی ہے۔ اس پھٹی کے منہ پر ایک سخت خم دار اور نوکیلا کاٹنا ہوتا ہے اسے ڈنک کہتے ہیں۔ ڈنک کا خم اس نوعیت کا ہوتا ہے کہ جب تک بچھو اپنے شکم کے پچھلے حصے کو اوپر نہ اٹھائے ڈنک کام نہیں دے گا۔ ڈنک مارنے کیلئے اسے اپنے جسم کے پچھلے حصے کو اوپر اٹھا کر آگے کو بھینکنا پڑتا ہے۔ اس کے ڈنک میں ایک چھوٹا سا سوراخ ہوتا ہے جس کے ذریعے وہ اپنے شکار کے جسم میں زہر داخل کرتا ہے۔ زہر کا ذخیرہ دم کے آخری حصے میں جمع ہوتا ہے۔

عام بچھو کے ڈس لینے کا اثر یہ ہوتا ہے کہ ڈسی ہوئی جگہ پر تیز درد ہوتا ہے اور وہ جگہ بالکل سن ہو جاتی ہے اور وہ جگہ پتھر کی طرح سخت ہو جاتی ہے۔ اس کا درد بھنور کی صورت میں ہوتا ہے۔ یہ با ت بھی عام ہے کہ ڈسنے کے بعد جب تک بچھو زندہ رہے گا یہ درد بڑھتا جائے گا۔ کالے بچھو کے زہر کے اثرات ”کچلے“ سے مشابہ ہوتے ہیں۔ اس کے ڈنک سے سخت درد ہوتا ہے اور قوت گویائی سلب ہو جاتی ہے۔ منہ سے کثیر تعداد میں لعاب خارج ہوتا ہے۔ مریض سخت بے چین ہو جاتا ہے۔ سانس لینا

اللہ کے واسطے خط کا جواب دیجئے گا

(اس ماہ کا دھکی خط)

ایڈیٹر کی ڈیروں ذاک سے صرف ایک خط کا انتخاب۔ نام اور جگہ مکمل تبدیل کر دیئے ہیں تاکہ رازداری رہے۔ کسی واقعہ سے مماثلت محض اتفاقی ہوگی۔ اگر آپ اپنا خط شائع نہیں کرانا چاہتے تو اعتماد اور تسلی سے لکھیں آپ کا خط شائع نہیں ہوگا۔ وضاحت ضرور لکھیں۔

محترم حکیم طارق محمود صاحب! السلام علیکم
میں نے آپ کا ماہنامہ عبقری لکھ لیا ہوا ہے اور بہت شوق سے اس کا مطالعہ کرتی ہوں۔ آج آپ کی خدمت میں اپنا ایک مسئلہ لے کر حاضر ہوئی ہوں۔ حکیم صاحب میرے اس خط کو نظر انداز مت کیجئے گا اس کو توجہ سے پڑھئے گا اور میرے لئے بہت دعا کیجئے گا۔

ہم دونوں بہنوں کی شادی ایک ہی گھر میں ہوئی ہے۔ میری بہن کی شادی کو اٹھارہ سال گزر چکے ہیں اور ان کے تین بیٹے ہیں۔ میرے بہنوئی میری بہن کے ساتھ بہت اچھے ہیں اور وہ لوگ بہترین ازدواجی زندگی گزار رہے ہیں اور میری شادی کو چھ سال گزر چکے ہیں اور میری ایک بیٹی ہے جو کہ ساڑھے تین سال کی ہے۔ میرے بہنوئی جو کہ میرے جیٹھ بھی ہیں وہ پنڈی میں مقیم ہیں اور وہاں ان کا اپنا گھر ہے۔ میرے سر کی وفات ہو چکی ہے اور میری ساس حیات ہیں۔ جب میری شادی ہوئی تو میں شادی کے بعد پنڈی میں رہنے لگی یعنی ہم دونوں بہنیں ایک ہی گھر میں رہتی تھیں۔ ہم نے چار سال وہاں پر گزارے۔ ہم لوگ اکٹھے بہت خوش تھے اور سب ایک دوسرے کے کام آتے اور ہمارے گھر میں کوئی لڑائی جھگڑا نہ تھا۔ ہماری ساس ہمارے کہنے کے باوجود پنڈی نہ آتی تھیں۔ میری ساس اور مندی ہمارا اتنا سلوک اور اتفاق دیکھ کر جل جاتیں اور میرے شوہر کو اپنی بھابھی اور بھائی کی خلاف کرتیں اور میرے شوہر مجھے کہتے کہ تم کوئی کام نہ کیا کرو۔ صرف بھابھی کام کریں گی۔ جب کہ میری بہن سکول ٹیچر ہے اور میں گھر پر ہی ہوتی تھی اور میرے بہنوئی اور بہن میرے میاں سے کوئی خرچہ بھی نہ لیتے تھے اور ہم تینوں کا خرچہ بھی وہی کرتے تھے تو میں اپنے میاں سے کہتی تھی کہ آپ کوئی خرچہ بھی نہیں دیتے تو میں گھر کا کام بھی نہ کروں یہ مناسب نہیں لگتا ہے۔ خیر میری ساس اور مندیوں نے میرے شوہر کو میرے 'میری بہن' بہنوئی اور میری امی 'میرے بہن' بھائیوں کے اتنا خلاف کر دیا ہے کہ وہ پنڈی چھوڑ کر چیچہ وطنی آ گئے۔ میرا ایک بھی پنڈی میں ہے۔ جب ہم یہاں پر آ گئے تو میں نے اپنے شوہر سے کہا کہ آپ کی جو بہنیں بیاہی ہوئی

رہی ہے مگر میرے شوہر کوئی بات نہیں سنتے ہیں۔ میرے ماں باپ اور بہن بھائیوں کے ساتھ اتنی نفرت کرتے ہیں کہ ان کو بلانا تک گوارا نہیں کرتے ہیں۔ حالانکہ پہلے جب ہم پنڈی میں رہتے تھے تو میرے ماں باپ اور بہن بھائیوں کا اتنا خیال کرتے تھے اور بہت پیار و محبت سے پیش آتے تھے۔ مجھ سے میرے شوہر اتنی نفرت کرتے ہیں کہ مجھ سے بولتے بھی نہیں ہیں۔ صرف ضرورت کی بات کرتے ہیں اور اگر کبھی میں کوئی بات کرتی ہوں یعنی ضرورت کے علاوہ تو جواب نہیں دیتے ہیں۔ میں زندہ ہوتے ہوئے بھی مر گئی ہوں۔ مجھے میرے شوہر کہیں آنے جانے نہیں دیتے ہیں۔ خود بھی مجھ سے بولتے نہیں ہیں۔ گاؤں میں کوئی ہمارے گھر نہیں آتا اور نہ ہی مجھے کسی کے گھر جانے کی اجازت ہے۔ میں قید میں رہتی ہوں۔ میری بچی اپنی خالہ اور ان کے بیٹوں کے ساتھ بہت اچھے ہیں وہ ہر وقت روتی رہتی ہے اور کہتی ہے کہ میں نے یہاں پر نہیں رہنا ہے۔ میں نے پنڈی جانا ہے۔ حکیم صاحب میرے شوہر نے اپنی ماں 'بہنوں کے کہنے میں آ کر مجھے ایک سال کے اندر دو طلاقیں دے دی ہیں اور اگر اب میں ذرا سی بھی کوئی بات کروں تو کہتے ہیں کہ ایک طلاق رہ گئی ہے وہ لے لو اور یہاں سے چل جاؤ۔ میں بہت پریشان ہوں میں کیا کروں ایک آخری امید پر آپ کو خط لکھ رہی ہوں۔ اللہ کے واسطے خط کا جواب دیجئے گا۔

(لفظاً ایک بیٹی)

فالتو کتابیں، رسالے صدقہ جاریہ ہیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع کے ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں، مخلوق خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخروئی ہو، مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسائل و کتب ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائیں گی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوگی۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرمادیں۔

نوٹ: درسی اور سلیبس کی کتابیں ارسال نہ کریں۔

ادارہ

مراقبے سے علاج

مراقبے 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 کیلئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر با وضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر درنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلا تعاد یا گسٹریٹم کا درد اور دل 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 سنہرے 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 دُغیے 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 اس کے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دے گا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات نو اند اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مہذوبی چغتائی)

عملیات اور طب سیکھنے کے خواہش مند

کیا علم چھپانا ثوابِ عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر آخر لوگ علم کو چھپا کر قبر میں کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں، مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف، عملیات یا طب و حکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں، بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کر کے ملاقات کریں، پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط و کتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ اکثر بہت جلدی سب کچھ پانا چاہتے ہیں حالانکہ یہ علم مسلسل محنت اور کوشش سے حاصل ہوتا ہے۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مہذوبی چغتائی)

سبزیاں اور پھل فالج سے بچاتے ہیں

جرنل آف میڈیکل کی رپورٹ کے مطابق دن میں پانچ مرتبہ پھل اور سبزیاں کھانے سے خون کی رکاوٹ سے لاحق ہونے والے فالج کے خطرے میں ۲۵ فیصد اور دس مرتبہ ان کے استعمال سے اس خطرے میں ۳۱ فیصد کمی ہو جاتی ہے

طرح بعض بچوں میں مونگ پھلی کی وجہ سے الرجی پیدا ہو جاتی ہے۔ ایسے بچوں کے والدین کو مشورہ دیا گیا ہے کہ وہ اپنے بچوں کا الرجی کے ماہر سے معائنہ کرائیں کیونکہ ابتداء میں علاج اور پرہیز سے اس الرجی سے نجات آسان ہوتی ہے۔ واضح رہے کہ برصغیر پاک و ہند میں بھی خاص طور پر کچی مونگ پھلی کے بارے میں مشہور ہے کہ اسے کھانے کے بعد پانی پینے سے سخت قسم کی خارش اور فساد خون ہوتا ہے اس کے برخلاف بھنی ہوئی مونگ پھلی کا استعمال مضر ثابت نہیں ہوتا۔

سبزیاں اور پھل فالج سے بچاتے ہیں

یقیناً یہ بات آپ کے علم میں کئی بار آ چکی ہے کہ اچھی صحت کیلئے سبزیاں اور پھل زیادہ کھانے چاہئیں، کیونکہ ان کے استعمال سے سرطان اور بلڈ پریشر سے تحفظ حاصل رہتا ہے۔ جرنل آف میڈیکل کی رپورٹ کے مطابق اب یہ بات بھی ثابت ہو گئی ہے کہ دن میں پانچ مرتبہ پھل اور سبزیاں کھانے سے خون کی رکاوٹ سے لاحق ہونے والے فالج کے خطرے میں ۲۵ فیصد اور دس مرتبہ ان کے استعمال سے اس خطرے میں ۳۱ فیصد کمی ہو جاتی ہے۔ ایسا محسوس ہوتا ہے کہ پھلوں اور سبزیوں کے استعمال سے خون کی گھٹلیاں نہیں بنتیں جو فالج کا سبب ہوتی ہیں۔ اس لحاظ سے بہترین سبزیاں اور پھل گوہی، پالک اور ترش پھل ہوتے ہیں۔

ایک آیت کا کمال

میرے ایک قریبی ساتھی جو ابھی جوان ہیں مگر گونا گو عوارض کا شکار ہیں۔ اس میں سب سے زیادہ خطرناک بیماری وہم تھا۔ وہ تقریباً 20 منٹ میں وضو کرتے تھے۔ 2 رکعت نماز کی نیت باندھتے تو کم از کم آدھا گھنٹہ لگتا۔ عشاء کی نماز تو وہ گھر پر ہی پڑھتے تھے۔ میں نے توجہ سے اِنَّكَ نَعْبُدُكَ وَ اِيَّاكَ نَسْتَعِيْنُ پڑھنے کو کہا۔ انہوں نے توجہ سے پڑھا۔ الحمد للہ ان کے وضو کرنے کا وقت 20 منٹ سے 5 منٹ پر آ گیا اور دو رکعت نماز بھی آدھے گھنٹے کی بجائے 7'8 منٹ میں ادا کرنے لگے، صحت کے لحاظ سے بھی کافی افادہ ہوا اب اللہ کے فضل سے وہ دن بدن بہتر ہو رہے ہیں۔ (فیصل شعی)

ناشتے کی اہمیت

حضور نبی اکرم ﷺ نے صبح ناشتے کی اہمیت پر توجہ دلائی ہے۔ طب اسلامی نے اس روشنی میں ناشتا کر کے نیا دن شروع کرنے پر اصرار کیا ہے۔ اب جدید سائنس بھی اس قول و فعل سے روشنی حاصل کر رہی ہے۔ حال ہی میں امریکن میڈیکل ایسوسی ایشن کے رسالے میں یہ بتایا گیا ہے کہ اگر آپ اپنا وزن کم کرنے کیلئے صرف ایک ہی وقت کھانا کھاتے ہیں تو پھر آپ کیلئے صرف ناشتے پر اکتفا کرنا بہتر ہوگا۔ تین مریضوں کو روزانہ چار سو حراروں کی خوراک دن بھر میں صرف ایک بار دی گئی۔ ان میں سے دو مریض جو صرف صبح کو کھاتے تھے ان کا وزن زیادہ کم ہوا۔ ممکن ہے اس انگریزی کھاوت میں صداقت ہو کہ ناشتا کیجئے بادشاہ کی طرح، دوپہر کا کھانا کھائیے شہزادے کی طرح اور رات کا کھانا کھائیے فقیر کی طرح۔

بچپن میں افسردگی

دس سال قبل مغلین اس بات پر ہنستے تھے کہ بچپن میں بھی افسردگی ہو سکتی ہے۔ بچپن تو ہنسنے کھیلنے کا زمانہ ہوتا ہے۔ فرانڈ کے معتقدین کہا کرتے تھے کہ افسردگی کے لئے آپ کی ”انا“ یا ”خودی“ بہت قوی ہونے چاہیے۔ ظاہر ہے بچوں میں یہ بات نہیں ہوتی، لیکن اب بچوں میں افسردگی نہایت وسیع پیمانے پر پائی جا رہی ہے۔ لہذا محققین اس پر سنجیدگی سے غور کر رہے ہیں۔ بڑوں کی طرح جو بچے اس کیفیت میں مبتلا ہو جاتے ہیں وہ کھیل کود میں دلچسپی نہیں لیتے اور انہیں سونے میں بھی دشواری ہوتی ہے۔ یہ شکایت اکثر دماغ کی غیر معمولی حالت سے اور ان کی کمیائی اجزاء سے ہوتی ہے جو اسے درست رکھنے میں مدد دیتے ہیں۔ ایسی صورت میں نفسیاتی علاج کے ساتھ ساتھ ہمدردانہ اور شفقانہ بات چیت مفید ہو سکتی ہے۔

مونگ پھلی سے الرجی

برطانیہ میں لوگ سبزی خوری کی جانب زیادہ متوجہ ہو رہے ہیں لیکن اسی کے ساتھ ان میں الرجی کی شکایت بھی بڑھ رہی ہے اور معالجین کی رائے میں اس کا ایک اہم سبب مونگ پھلی کا زیادہ استعمال ہے۔ ماہرین کے مطابق دودھ یا انڈوں کی

راز کو امانت بنانے کا ثمرہ

ایڈیٹر ہفت روزہ ریاست دہلی (تقسیم ہند سے قبل) دیوان سنگھ مفتون برصغیر کا ایک مشہور اور انقلابی نام ہے۔ انہوں نے جیل میں زندگی کے جو سچے مشاہدات اور تجربات بیان کیے وہ قارئین کی نذر ہیں۔ آپ بھی اپنے تجربات لکھئے۔

اعتماد کی جرم ہے

پنجاب کے مارشل لاء کے بعد لاہور میں کانگریس کی جانب سے تحقیقاتی کمیٹی قائم ہوئی۔ پنڈت موتی لعل نہرو اور پنڈت مالویہ جیسے بڑے بڑے لیڈروں کے علاوہ مہاتما گاندھی بھی تشریف لائے اور شہادتیں شروع ہوئیں۔ سردار سردول سنگھ کو بیشتر شہادتیں جمع کر رہے تھے۔ خالصہ کالج کے ایک لڑکے نے سردار سردول سنگھ کو بتایا کہ امرتسر کے واقعے جلیانوالہ کے بعد جب خالصہ کالج کے طلباء نے ہڑتال کر دی اور غم و غصہ کا اظہار کرنے کیلئے مجمع کی شکل اختیار کی تو اس شور کو سن کر مسٹر داؤن (انگریز پولیس) لڑکوں کے پاس آئے اور ان کو تسلی دیتے ہوئے اپنی بے بسی کا اظہار کیا اور کہا کہ وہ ہندوستانیوں کے خیر خواہ ہیں اور جرنل ڈائر نے گولی چلانے سے پہلے جب امرتسر کے تمام پولیس کو جمع کر کے فائر کرنے کے متعلق رائے لی تھی تو میں (یعنی مسٹر داؤن) نے جرنل ڈائر سے صاف الفاظ میں کہا تھا کہ اس انڈسکریمینٹڈ شوٹنگ (اندھا دھند گولی چلانے) کو میں نے پسند نہیں کیا۔

سردار سردول سنگھ کو بیشتر نے جب یہ سنا تو وہ بہت خوش ہوئے۔ فوراً پنڈت مالویہ کے پاس پہنچے اور کہا کہ مسٹر داؤن انگریز ہیں۔ انگریزوں کا کریکٹر ہے کہ وہ جھوٹ نہیں بولتے۔ اگر مسٹر داؤن کو تحقیقاتی کمیٹی میں طلب کیا جائے تو وہ یقیناً یہ کہہ دیں گے کہ وہ اس وقت بھی اس خونریزی کو اندھا دھند سمجھتے تھے اور جائز قرار نہ دیتے تھے اور انہوں نے یہ الفاظ طلباء کے سامنے کہے تھے۔

سردار دول سنگھ سے مسٹر داؤن کے الفاظ سن کر پنڈت مالویہ بھی بہت خوش ہوئے اور یہ فیصلہ کیا گیا کہ راقم الحروف (ایڈیٹر "ریاست") جو اس وقت سردار سردول سنگھ کے ساتھ بطور پریس کے نمائندہ کے (کیونکہ اس زمانہ میں ایڈیٹر "ریاست" لاہور کے ایک اخبار میں کام کرتا تھا) امرتسر جائے اور مسٹر داؤن سے انٹرویو کر کے بیان لے اور وہ بیان اخبارات میں شائع کیا جائے تاکہ بطور شہادت کام میں لایا جاسکے۔

اس مشورہ کے بعد پنڈت مالویہ اور سردار سردول سنگھ مہاتما

گاندھی کے پاس گئے۔ تمام واقعات بیان کئے اور چاہا کہ مہاتما گاندھی جی اس سکیم کے ساتھ متفق ہوں۔ پنڈت مالویہ اور سردار سردول سنگھ کا بیان سن کر مہاتما گاندھی نے جو الفاظ کہے وہ یہ تھے:

”مسٹر داؤن نے اگر پرائیویٹ طور پر لڑکوں سے یہ بات کہی تو یہ ایک قسم کا ان پر اعتماد کیا۔ مسٹر داؤن کے اس اعتماد کے ساتھ ہمارا غداری کرنا اور اس سے ناجائز فائدہ اٹھانا بری بات ہے۔ اس لئے میں اس سکیم کے ساتھ متفق نہیں ہوں اور میں کسی قیمت پر بھی مسٹر داؤن کے اس اعتماد کا ناجائز فائدہ نہ اٹھانے دوں گا جو انہوں نے لڑکوں پر کیا۔“

مہاتما گاندھی کے یہ الفاظ سن کر پنڈت مالویہ اور سردار سردول سنگھ دونوں سن ہو گئے اور کچھ نہ کہہ سکے۔ چنانچہ اس سکیم کو یوں ہی چھوڑ دیا گیا اور مسٹر داؤن کے بیان لینے کا خیال ترک کر دیا گیا۔

اس واقعہ اور مہاتما گاندھی کے کریکٹر کا راقم الحروف پر یہ اثر ہوا کہ جب کسی نے راز کی بات کہی اس کو ہمیشہ ایک امانت کے طور پر چھپائے رکھا۔ جس کا نتیجہ یہ ہوا کہ درجنوں مہارانیوں اور بیگمات نے اپنے شہروں اور عزیزوں کی خلاف اطلاعات دیں اور خطوط لکھے۔ ”ریاست“ کے ناظرین اور نامہ نگاروں نے بھی ہمیشہ اطلاعات دیں۔ مگر ان خطوط اور اطلاعات کو ناجائز استعمال کرنے کا کبھی خیال تک نہیں آیا اور اس مسئلہ پر سوچنے کو کبھی ہمیشہ کمینہ پن سمجھا۔

مجھے مت پڑھیں

آپ کی نظر سے بندہ کی کتب اور رسالہ گزرا۔ کوشش کی جاتی ہے کہ کسی بھی قسم کی غلطی سے بچا جائے۔ بحیثیت انسان غلطی کا احتمال ہے۔ آپ کی نظر سے کوئی غلطی گزرے تو اطلاع دیں ہم اس کی اصلاح کریں گے۔

(معذرت)۔ اشد معروفات کی وجہ سے حکیم صاحب سے کچھ عرصہ فون پر رابطہ ممکن نہ ہو گا لہذا قارئین نوٹ فرمائیں جیسے ہی دوبارہ سلسلہ بنے گا قارئین کو اطلاع کر دی جائے گی جس کیلئے قارئین سے معذرت ہے۔

(بقیہ: سکھ حکیم کا تائب تہذیب)

ہے۔ کتنے معذور بچے، مرد عورت جن کی ٹانگیں اور بازو سوکھ گئے تھے جب انہیں یہ مالش کیلئے دیا گیا تو انہیں انتہائی فائدہ ہوا چند ماہ میں بے شمار لوگ چلنے پھرنے کے قابل ہو گئے۔ ایسے لوگ جو سردیوں، گرمیوں میں سر باندھ کر سوتے ہیں۔ انہیں سر میں سردی لگتی ہے۔ اس تیل کی سر پر مالش کریں اور پھر قدرت ربی کا مشاہدہ کریں۔ ٹوٹی ہڈی کا درد، چوٹ کا درد، روڈ ایکسیڈنٹ ہو یا کوئی اور حادثہ ہوا ایسے تمام درد اور چوٹ کیلئے یہ مالش اور اس کا استعمال بہت مفید ہے ہزاروں تجربات ہو چکے ہیں۔ رعشہ کیلئے نہایت کارآمد دوائی ہے جب ہاتھ پاؤں یا سر کا پتا ہو تو اس تیل سے مالش کریں اور رکھانے کو دیں۔ واضح رہے جو حضرات صرف مالش کرنا چاہتے ہیں انہیں مالش سے بھی خوب فائدہ ہوگا۔ لقوہ فالج کے جتنے بھی مریضوں نے اس کو استعمال کیا کبھی مایوس نہیں ہوئے کوئی جلدی کوئی دیر سے ضرورت یاب ہوئے۔ ایک انوکھا تجربہ یہ ہوا کہ وہ بچے جو سوکھ گئے تھے ہڈیاں ہی ہڈیاں تھیں اور تریب المرگ تھے جب ان بچوں کو اس کی مالش کرائی گئی تو انہیں بہت نفع ہوا۔ مستقل مزاجی شرط ہے جلدی نہ کریں۔

(بقیہ: لڑکی غائب کیوں ہوئی، خوبصورت دلہن)

نہیں کر سکتا کیونکہ تم میرے لئے ناخبر ہو۔ وہ عورت پھر بس کر بولی چلو تم نہیں آتے تو میں تمہارے پاس آتی ہوں یہ کہہ کر میری طرف بڑھی تو میری نظر اس کے ہنکے پاؤں پر پڑی یہ دیکھ کر میرے ادا سان خطا ہو گئے کیونکہ اس عورت کے پاؤں اٹلے تھے۔ یہ دیکھنا تھا کہ مجھے پسینہ آگیا اور میں وہاں سے دوڑ پڑا اور اتنی تیز رفتاری سے بھاگا کہ مجھے کچھ ہوش نہ رہا۔ شکر ہے میں اس عورت کی جانب بڑھا نہیں تھا۔ جب میں دوڑ رہا تھا تو میرے کانوں میں اس عورت کے یہ الفاظ سنائی دیئے کہ تم خوش قسمت ہو کیونکہ تم نے میری طرف آنے کی غلطی نہیں کی۔ اگر تم میرے پاس آ جاتے تو جگ کر نہیں جاسکتے تھے۔ اس واقعہ کو کافی عرصہ گزر چکا ہے مگر جب بھی یہ واقعہ یاد آتا ہے تو میرے روٹنے کھڑے ہو جاتے ہیں۔ اب میں نے سنسان اور اندھیری جگہوں پر جانا بالکل چھوڑ دیا ہے۔ اب ہمارے استاد جب بھی ملتے ہیں تو ہمیں آیت الکرسی یاد کرنے کو ضرور کہتے ہیں۔

پڑھیں اور ڈیڑھ روٹاؤں پائیں

آپ نے کوئی روحانی یا جسمانی نسخہ، ٹونک، آزما یا ہو اور آپ کے مشاہدے میں اس کے فوائد آئے ہوں یا آپ نے کسی سے کوئی حیرت انگیز یا پراسرار واقعہ سنا ہو یا خود آپ کے ساتھ بیٹا ہو تو عبقری کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں۔ اپنے معمولی سے معمولی تجربے کو بھی بیکار نہ سمجھئے۔ یہ کسی دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہو اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ بن جائے۔ چاہے بے رابطہ ہی لکھیں، صفحے کے ایک طرف اور صاف صاف لکھیں۔ نوک پلک ہم خود سنوا لیں گے۔

ایڈیٹر

ورزش سے دن کا آغاز کیجئے

جنگل دھنیا چوستے رہنے سے دور ہو جاتے ہیں۔

ورزش ضروری ہے۔

ورزش نمبر 3:- یہ گویا اوپر سے نیچے خیالی رسی کو کھینچنا ہے ہاتھوں کی مٹھیاں بنا کر ایک دوسرے پر رکھ لیجئے۔ نیچے کا ہاتھ اوپر کے ہاتھ کو اوپر لے جائے اور اوپر کا ہاتھ نیچے کے ہاتھ کو نیچے ڈالے۔ اس زور کے ساتھ دونوں ہاتھ سر کے اوپر تک لے جائے اور اسی کشش کے ساتھ نیچے ناف تک لے آئے۔ بار بار یہی ”رسمہ کشی“ کیجئے۔ یہاں تک کہ بازو تھک جائیں۔

ورزش نمبر 4:- دونوں ہاتھوں کی انگلیاں ایک دوسرے میں پھنسا لیجئے جیسا کہ تصویر میں ہے اور ایک دوسرے کے مقابل کیجئے اور اس طرح کھینچتے ہوئے دونوں ہاتھوں کو سر کے اوپر تک لے جائے اور اسی طرح کھینچتے ہوئے نیچے ناف تک لے آئے۔ سینے کیلئے بہترین ورزش ہے بار بار کیجئے یہاں تک کہ تھک جائیں۔

ورزش نمبر 5:- سینے کیلئے ایک اور بہترین ورزش جو ورزش نمبر 4 کی تکمیل کیلئے ہے سیدھے کھڑے ہو جائے ایک ہاتھ کی مٹھی دوسرے ہاتھ کی تھیلی میں فٹ کر دیں اور پوری قوت کے ساتھ مٹھی والے ہاتھ سے تھیلی والے ہاتھ کو دھکیل دیں اور نیچے تک لے آئیں۔ اسی طرح دوسرے ہاتھ سے کریں۔

ورزش نمبر 6:- سیدھے کھڑے ہو جائیں۔ دونوں پیروں کے درمیان ۱۲۳ انچ کا فاصلہ رکھ لیجئے۔ دونوں ہاتھ پہلوؤں پر رکھ لیجئے۔ نیچے بھٹکانا شروع کیجئے گھٹنے نہ مڑنے پائیں اور دایاں ہاتھ زمین کو چھوئے اس کے بعد دایاں ہاتھ زمین تک لائے۔ اسی طرح باری باری کرتے رہیں یہاں تک کہ تھک جائیں پیٹ کیلئے ایک بہترین ورزش ہے۔

ورزش نمبر 7:- بالکل سیدھے کھڑے ہو جائے۔ دونوں ہاتھ کھول کر پھیلائے اس کے بعد ہاتھ بالکل اس طرح قائم رکھتے ہوئے جسم کو دائیں جانب پوری طرح موڑ لیجئے۔ پھر اپنی جگہ قائم رہیں پھر جسم کو بائیں طرف موڑیے بار بار کیجئے یہاں تک کہ تھک جائیں۔

ہر موسم کیلئے بہترین مشروب

دنیا کے ہر مشروب سے اعلیٰ اور بہترین ٹانک جو جسم کی رگ رگ میں طاقت اور قوت بخشنے چھوٹے، بڑے، بوڑھے، جوان ایک بڑا چمچ دن میں 3 سے 5 بار تازہ موسم سرما میں نیم گرم پانی میں گھول کر استعمال کریں۔ باغات کا خالص شہد بہترین پیکنگ میں، اعتماد کے ساتھ ماہنامہ عبقری کے دفتر سے حاصل کریں۔ سہولت کیلئے شہد و طرح کی پیکنگ میں دستیاب ہے۔ ایک کلو کی پیکنگ قیمت -/600 روپے علاوہ ڈاک خرچ، 330 گرام کی پیکنگ قیمت -/200 روپے علاوہ ڈاک خرچ۔ زیادہ فائدے کیلئے ”شہد کی کرامات“ کتاب ضرور پڑھیں۔

آج کی مصروف زندگی نے انسان کو اس قدر مشکل میں مبتلا کر دیا ہے کہ وہ اپنی حیات و صحت سے بھی غافل ہو گیا ہے۔ غفلت کی یہ بڑی عجیب قسم ہے مگر یہ غفلت بڑی خطرناک ہے۔ ہمیں جاگنا چاہیے حرکت میں آنا چاہیے

”حرکت میں برکت ہے“ مجھے معلوم نہیں کہ یہ مقولہ کس کا ہے مگر میں نے یہ بات اپنے بچپن سے اپنی والدہ سے سنی ہے وہ اپنی عمر کے بہتر سال تک یہ مقولہ دہرائی رہیں۔ میں سمجھ نہیں سکتا کہ ایک انسان کیلئے جو اپنے مقصد پیدائش کو پورا کرنے کا عزم رکھتا ہو اور جو دنیا میں ایک مفید انسان بننا چاہتا ہو اور جو صحت مند اور کارآمد زندگی گزارنے کا ارادہ رکھتا ہو۔ اس سے بہتر کوئی مقولہ ہو سکتا ہے۔ اتنا پڑھنے کے بعد اور اتنا سمجھنے کے بعد آپ انتہائی سکون و تسلی کے ساتھ غور کیجئے کہ کیا حرکت کے بغیر آپ کوئی بھی کام کر سکتے ہیں؟ جسم انسانی ایک ایسی حیاتیاتی مشین ہے کہ جس میں تبدل و تغیر کا سلسلہ ابتدائے حیات سے انتہائے حیات تک جاری رہتا ہے مختصر یہ جسم غلیات (سیلز) کا مرکب ہے اور یہ غلیات مرتے رہتے ہیں اور ان کی جگہ نئے غلیات لیتے رہتے ہیں اور حیات و صحت کا سلسلہ اسی طرح باقی و جاری رہتا ہے۔ یہ ایک فطری عمل (پروسس) ہے جسے جاری رہنا چاہیے اور خوبی کے ساتھ یہ عمل فطری اسی صورت میں جاری رہ سکتا ہے کہ جسم میں حرکت ہو۔ کیونکہ حرکت ہی وہ شے ہے جو پرانے غلیوں کو ختم کرتی ہے اور نئے غلیے ان کی جگہ لیتے ہیں اور جسم پھر تازہ ہو جاتا ہے۔ اگر حرکت نہ ہو اور انسان سستی کا پلندہ ہو کر پڑا رہے تو فطری عمل سست ہو جائیگا اور صحت و تازگی نہیں بڑھ پاؤں گی۔

”حرکت میں برکت ہے“ مقولے کے معنی اب بالکل واضح ہو گئے۔ لہذا ہر صبح کا آغاز آپ حرکت سے کیجئے۔ اگر آپ کے پاس اتنا زیادہ وقت نہیں ہے تو پھر آپ اپنے گھر ہی میں ورزش کیجئے۔ میں آپ کو صرف دس منٹ کی ورزشیں بتاتا ہوں میں تو اپنی صحت کیلئے ٹینس بھی کھیلتا ہوں دوڑتا بھی ہوں اور حسب موقع یہ ورزشیں بھی کرتا رہا ہوں۔ مصروف تو میں بھی بہت ہوں مگر اپنی صحت کیلئے ورزش ضرور کرتا ہوں۔ ورزش نمبر 1:- دو کرسیاں لیجئے ان پر ہاتھ رکھ کر بازو موڑ کر نیچے گہرائی میں آہستہ آہستہ جائے۔ جہاں تک جا سکیں پھر سابق پوزیشن میں آجائے۔ تھکنے پر غور جائیں پھر شروع کر دیں یہاں تک کہ تھک جائیں یہ ایک بہترین ورزش ہے اسے تمام عمر ترک نہیں کرنا چاہیے۔

ورزش نمبر 2:- یہ خوب گہرے سانس لینے کی ورزش ہے۔ سیدھے کھڑے ہو جائے۔ ہاتھ اوپر لے جائیں اور اوپر لے جاتے ہوئے خوب گہرا سانس اندر لیجئے اس کے بعد ہاتھ نیچے لائے ہاتھ نیچے لاتے لاتے سانس باہر نکالنے اس طرح کہ گویا پھپھروں میں اب ہوا بالکل باقی نہیں رہی ہے۔ اسی طرح چند منٹ کیجئے ورزش نمبر 1 کے بعد یہ

ایک حق ہے۔ مگر ایک پہلو اور بھی ہے جس پر آپ کو غور کرنا چاہیے اور وہ یہ ہے کہ آپ کی صحت آپ کے ملک کیلئے بھی ضروری ہے۔ قوم و ملت کا ہر فرد اگر تندرست و توانا اور متحرک ہے تو اس کا واضح مطلب یہی ہو سکتا ہے کہ پاکستان توانا و تندرست ہے۔ اس کے معنی یہ ہوئے کہ صحت مند رہنا ایک حق بھی ہے اور آپ کا فرض بھی ہے۔ اس طرح نصب العین صحت ملی ٹھہرا۔ میری رائے میں اس سے زیادہ اچھا نصب العین دوسرا کوئی نہیں ہو سکتا۔

ایک موٹر کار کو مثال بنانا چاہیے۔ اس میں انسان جیسے سارے ہی پرزے موجود ہیں۔ اس موٹر کی غذا پٹرول ہے یا ڈیزل ہے، موٹر کو یہ غذا ملتی ہے تو وہ چلتی ہے۔ یہ غذا نہ دیتے موٹر چلتی بند ہو جائے گی، موٹر کو کھڑا رکھنے حرکت نہ دیتے اس کے کل پرزوں کو زنگ لگ جائے گا۔ تار وغیرہ تو گل کر رہ جائیں گے ایسی موٹر سستی کا پلندہ ہوگی۔ اب سستی کے اس پلندے کیلئے پیٹ یعنی ٹینک میں پٹرول یا ڈیزل ڈالے جائینگے تو اس کا انجام آپ خوب جانتے ہیں کہ کیا ہو سکتا ہے۔

زندگی تو بس یہ ہے کہ انسان متحرک ہو ہر شعبہ زندگی میں ایک روح رواں ہو اور ہر فعل و عمل میں شعلہ جواں ہو اور ماہ تاباں ہو۔ اچھا انسان وہی ہے جو حرکت میں رہے اور حیات کی ساری برکت حاصل کر لے۔ برکت حرکت کرنیوالے کی ملکیت ہے۔

ایڈیٹر کی ڈاک

ایڈیٹر کو شب و روز تنقیدیں ڈھیروں ڈاک موصول ہوتی ہے چند خطوط آپ کی نذر ہیں۔

جناب محترم طارق محمود چغتائی صاحب

بعد سلام عرض ہے کہ آپ کا رسالہ ”عقربری“ بہت ذوق و شوق سے پڑھتی ہوں۔ تمام سلسلے ہی بہترین ہیں۔ اتنا اچھا اور بہترین ماہنامہ شاید ہی میری نظروں سے گزرا ہو۔ میری والدہ پڑھتی تھیں تو انہوں نے ہی مجھے پڑھنے کیلئے دیا اور میں دیوانی ہو گئی۔ آپ کا ہفتہ وار درس ہدایت پڑھ کر آنسو رواں ہو جاتے ہیں اور ایمان پختہ ہو جاتا ہے۔ خدا آپ کو نیکیوں کا اجر دے (آمین)۔ اس رسالے میں چھوٹے چھوٹے ٹوٹکے اور کچھ پڑھنے کا عمل کسی مقصد کیلئے جو کہ قارئین حضرات سمجھتے ہیں۔ صدقہ جاریہ ہی ہے۔ ان میں سے کچھ عمل میں نے کئے بہت فائدہ ہوا جو بھیجتے ہیں ان کو ثواب اور آپ کو زیادہ ثواب کہ آپ شائع کرتے ہیں۔ قارئین کی تحریروں آپ کا خواب اور تعبیر قارئین کے سوال قارئین کے جواب روحانی بیماریوں کا روحانی علاج نفسیاتی گھریلو الجھنیں جسمانی بیماریوں کا شافی علاج خواتین پوچھتی ہیں وغیرہ تمام سلسلے ہی لا جواب ہیں۔ حکیم صاحب مجھے لکھنے کا شوق ہے ابھی نووارد ہی ہوں۔ آپ کی حوصلہ افزائی درکار ہے۔ ایک مضمون لکھ کر بھیج رہی ہوں کہ شاید اس رسالے کی زینت بن سکے۔

(فریحہ اعجاز لاہور)

محترم حکیم محمد طارق محمود چغتائی صاحب

السلام علیکم! ایک مرتبہ اپنے عزیز کے گھر جانا ہوا تو وہاں مجھے انہوں نے عقربری رسالہ دکھایا۔ میں نے اسے پڑھا مجھے بہت پسند آیا اور گھر آ کر اپنے اخبار فروش سے اس رسالہ کا ذکر کیا اور عقربری کا اجراء کروالیا۔ اب میں اسے باقاعدگی سے پڑھتی ہوں۔ بہت سے لوگوں کے مسئلہ مسائل حل ہوتے دیکھے۔ (سلسلی شاہین)

محترم ایڈیٹر صاحب

السلام علیکم! سب سے پہلے تو آپ کے اس ماہنامے اور اس کوشش کے بارے میں کہنا چاہوں گی۔ جس سے آپ لوگوں کی خدمت کر رہے ہیں۔ آپ کی خدمت بے مثال

محترم حکیم صاحب

السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ میں ایک ادنیٰ سی قاری ہوں آپ کے عقربری شمارے کی دلدادہ ہوں اور ہر مہینے اس کے آنے کا انتظار رہتا ہے۔ بہت بہترین شمارہ ہے اور اس میں سب واقعات اور وظیفے سب ایک دوسرے سے بڑھ چڑھ کر ہیں۔ جو وظیفے آتے ہیں ان کی میں پابندی کرتی ہوں نماز کی پابند ہوں۔ حکیم صاحب آپ سے ملنے کی بڑی خواہش ہے۔ آپ مجھے اپنے والد کی طرح محترم ہیں۔ حکیم صاحب! میرے پاس کچھ شمارے مس ہو گئے ہیں وہ اگر آپ کے پاس ہوں تو بڑی مہربانی ہوگی کہ وہ مجھے بذریعہ ڈاک بھجوادیں۔ میں آپ کی مشکور ہوگی۔ اتنی اچھی باتیں اقوال زریں واقعات وظائف گہر بیٹھے ہم پڑھ کر عمل کر کے اپنے بہت سے مسائل حل کر سکتے ہیں جو صرف عقربری میں ہی مل سکتا ہے۔ میں تو تاحیات اس کو ہر قیمت پر خریدنے کیلئے تیار ہوں (انشاء اللہ)۔ روحانی محفل میں خصوصی دعا میں شامل کریں ہر مہینے کے شمارے کی روحانی محفل میں شامل ہوتی ہوں۔ آپ کی دعاؤں کی طالب۔

(سرور بیگم)

محترم ایڈیٹر صاحب

مجھے مطالعہ کا جنون کی حد تک شوق ہے اس لئے میں اکثر کتابوں کی تلاش میں پھرتا رہتا ہوں۔ جب عقربری شائع ہونا شروع ہوا تو میں نے خرید اور یہ مجھے موجودہ وقت کے تمام رسالوں اور ڈائجسٹوں سے بالکل جدا لگا۔ تب سے اب تک شاید ہی کوئی شمارہ ہو جو میں نے نہ پڑھا ہو اور اس عرصے میں میری زندگی میں بہت زیادہ تبدیلی آئی ہے اور میں نے اس رسالے سے جسمانی اور روحانی دونوں طرح کا فیض حاصل کیا ہے۔ خصوصاً درس ہدایت قارئین کی خصوصی تحریروں اور رسالے میں موجود باکس بہت لا جواب اور بے مثال ہوتے ہیں اور جو واقعی دلوں کے راز ہوتے ہیں اور میں نے اکثر ان کو آزمایا بھی ہے۔ اس شاندار رسالے کو پھیلانے پر میں آپ کو مبارکباد پیش کرتا ہوں اور آپ کے لئے اور آپ کے معاونین کیلئے دعا گو رہتا ہوں اور اس رسالے کو پھیلانے کی ہر ممکن کوشش کرتا رہتا ہوں تاکہ زیادہ سے زیادہ مخلوق خدا کو نفع پہنچے اللہ اس صدقہ جاریہ کو تاقیامت جاری و ساری رکھے اور اسے تمام امت کے لئے نفع اور ہدایت کا ذریعہ بنائے۔ (آمین) دعاؤں کا محتاج

(محمد ابو بکر کراچی)

ہے۔ میری نظروں سے عقربری کے چند ایک شمارے گزرے جو واقعی لا جواب ہیں۔ جس میں آپ لوگوں کی روحانی جسمانی نفسیاتی غرضیکہ ہر بیماری کا علاج بلا معاوضہ کر رہے ہیں۔ جس کی جتنی تعریف کی جائے کم ہے۔ حکیم صاحب میرے کچھ مسائل ہیں جن کے معاملے میں آپ کی رہنمائی چاہتی ہوں۔ میں اپنی زندگی کو بدلنا چاہتی ہوں۔ اپنے مذہب کے مطابق اپنے اللہ کی چاہت کے مطابق اور اس راہ میں میرے لئے عقربری شعل راہ ثابت ہو رہا ہے۔

(پاکیزہ وزیر آباد)

محترم حکیم محمد طارق محمود چغتائی صاحب

السلام علیکم ورحمۃ اللہ وبرکاتہ

محترم حکیم صاحب تقریباً 10 ماہ سے میرے ایک عزیز مجھ کو بہت مجبور کر رہے تھے کہ آپ ”ماہنامہ عقربری“ لیں۔ بس کچھ مصروفیات اور لا پرواہی کی وجہ سے میں لیٹ ہو گیا اور بالآخر اب آخر عقربری کا مطالعہ کیا تو بہت خوشی ہوئی کہ آپ دین کا کام کر رہے ہیں اور ساتھ ساتھ لوگوں کی تکالیف اور بیماریوں کا علاج کر رہے ہیں اور لاکھوں لوگوں کو فیض یاب کر رہے ہیں۔ یہ اللہ تعالیٰ کی آپ پر خاص مہربانی ہے کہ آپ کے ہاتھوں سے لوگ شفا یاب ہو رہے ہیں۔ اللہ تعالیٰ آپ کو آپ کی محنت کا پھل دے۔ عقربری رسالہ کے آخر میں مختلف کورس کے بارے میں پڑھا اور پھر میری سوچ تھوڑی سی متغی ہوئی جیسا کہ ہمارے معاشرے میں حکماء صاحبان اکثر فراڈ بازی کر رہے ہیں۔ پہلی اور مختلف طریقوں کے ذریعہ لوگوں کو لوٹ رہے ہیں۔ خاص کر مردانہ امراض خاص ہیں اور پھر کچھ منٹوں کے بعد میری سوچ واپس اپنی جگہ پر آئی کیونکہ میں نے اس رسالے کے اندر کہیں بھی کوئی اشتہار نہیں دیکھا جبکہ کسی بھی رسالے کو چلانے کیلئے اشتہار سب سے بڑی ضرورت ہوتی ہے۔ حالانکہ میں پہلی دفعہ عقربری کا مطالعہ کر رہا ہوں اور مجھے یقین ہے کہ آپ دیکھی انسانیت کی خدمت کر رہے ہیں اور اسلام کو پھیلانے میں ہیں۔ مختلف وظائف کے ذریعے اور دواؤں کے ذریعے لوگ فیض یاب ہو رہے ہیں۔ (غلام سلیم آفیسر زکالونی ملتان)

حادثہ سے بچ گیا

قارئین! سارا قرآن الف سے ی تک حروفِ ابجد ہی کے مجموعے کا نام ہے ہر حرف پر تاثیر ہے۔

حروف مقطعات نورانیات یہ ہیں جس کی ان کو سمجھ آگئی سمجھو
ہدایت مل گئی اَلَمْ اَلْوَ کَہِیَلْعَص طہ طسّ یسّ صّ ق ن جو
فحّصّ ان کو ترتیب الہی کے ساتھ یعنی اس طرح سے اَلَمْ
اَلْوَ کَہِیَلْعَص طہ طسّ حمّ ق س ن چاندی کی انگوٹھی پر
نقش کرے اور اعمال صالحہ اختیار کرے اس کی تمام حاجتیں
پوری ہوں گی اور عجائب لطف الہی جو بیان سے باہر ہے ملاحظہ
کرے گا۔ اللہ تعالیٰ توفیق دینے والا ہے۔ شیخ ابوالحسن حرابی
رحمۃ اللہ فرماتے ہیں ان حروف کے خواص بارہا ہم نے دیکھے
ہیں۔ بعض اہل علم فرماتے ہیں کہ ہم نے حضرت امام عبدالرحمن
بن عوف زہری رحمۃ اللہ علیہ کے ہاتھ کی لکھی ہوئی چند سطریں
دیکھی ہیں کہ وہ ان حروف کو ہر ایک مال و اسباب کی حفاظت
کے واسطے لکھا کرتے تھے۔ ”اے اللہ حفاظت کر آل محمد کے
وہیلے سے اور ساتھ اَلْعَصّ اور کَہِیَلْعَصّ اور حَمِصّ ق ن
وَالْقُرْآنِ الْمَجِیدِ وَالْقَلَمِ وَمَا یَسْطُرُوْنَ“ حضرت امام
کمال رحمۃ اللہ علیہ جب دریا دجلہ میں سوار ہوتے تو ان حروف
کو جو اوائل سطور میں ہیں پڑھتے کسی نے ان سے اس کا سبب
دریافت کیا تو فرمایا ”میں جس چیز پر ان کو پڑھتا ہوں یا لکھتا
ہوں خشکی یا تری میں وہ محفوظ رہتی ہے اور غرق یا تلف ہونے
سے بچ جاتی ہے۔“ بعض علماء جب دریا کے سفر کا ارادہ کرتے تو
ٹھیکری یا کاغذ پر ان حروف کو لکھ کر اپنے ساتھ رکھ لیتے۔ جب
دریا کا طوفان شروع ہوتا اس کاغذ کو اس میں ڈال دیتے طوفان
ختم ہو جاتا اور بعض صالحین سفر میں ان کو اپنے ساتھ رکھا کرتے
تھے کسی نے ان سے اس کا سبب دریافت کیا تو فرمایا کہ ان کی
برکت ہم پر ظاہر ہوگئی ہے۔

حفاظت کا عمل :- ان کے سبب سے جان و مال محفوظ رہتی ہے اور رزق کشادہ ہوتا ہے اور چور و دشمن و رندوں اور شرارت سے میری حفاظت رہتی ہے یہاں تک کہ میں مکان کو واپس ہوتا ہوں ذکر ہے کہ کسی بزرگ کی لڑکی نے سوتے سوتے اٹھ کر کسی جگہ پیشاب کر دیا جو پیشاب کی جگہ تھی اس وقت ایک جن اس کو چمٹ گیا اور لڑکی بیہوش ہو گئی۔ ان بزرگ نے اٹھ کر یہ الفاظ پکار کر پڑھے **لَحْمَ عَسَقٍ نَّ وَالْقَلَمِ وَمَا يَسْطُرُوْنَ** ان کے پڑھتے ہی وہ جن بھاگ گیا اور پھر نہ آیا۔ جو شخص ان حروف نورانیہ کو چاندی کی گول تختی برج ثور کے طالع میں جب کہ قمر بھی اس میں نقش کر کے اسے ماس رکھے بہت نفع حاصل ہو۔

حضرت امیر المؤمنین امام علی کرم اللہ وجہہ فرماتے ہیں واقعہ بدر سے ایک روز پہلے میری حضرت خضر علیہ السلام سے ملاقات ہوئی میں نے ان سے کہا مجھ کو کوئی ایسی دعا فرمائیے جس سے میں دشمنوں پر غالب ہوں۔ حضرت خضر علیہ السلام نے فرمایا یہ دعا پڑھو۔

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِطَلُّهُمَّ اِنِّیْ اَسْئَلُکَ بِحَقِّ
اَلْمِ وَالْمِ وَالْمَصِّ وَالرَّوْمِ وَالْمَرِّ وَكَهَيْصِ وَ طِهْ وَطَسْمَ
وَلِیسَ وَصَ وَلِحْمَ وَلِحْمَ وَلِحْمَ وَلِحْمَ عَسَقِ وَلِحْمَ وَلِحْمَ وَلِحْمَ
وَقَ وَنَ یَاصَّنْ هُوَ هُوَ یَاصَّنْ لَا اِلٰهَ اِلَّا هُوَ اَغْفِرْ لِّیْ
وَاصْرِ رُبِّیْ اِنَّکَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ

کھیلنے والے ۵ بار لکھتے ہیں پھر دعا پڑھی جاتی ہے۔
 اَللّٰهُمَّ يَا هَادِيْ يَا كَارِيْمُ يَا عَلِيْمُ يَا بَاقِيُ يَا اَلْهٰی اَفْضٰ
 حَاجَتِیْ اُوْر اِنِّیْ حَاجْتُكَ اَنَامَ لَے دُنیاوی ہو یا دینی پوری ہوگی
 لیکن کھیلنے میں ایک راز پوشیدہ ہے کاف کافی ہے اور ہادی
 اور باری سے اور عین علیم اور صادق سے اسی طرح عبد اللہ
 بن عمرؓ اور عبد اللہ بن عباسؓ اس طرح دعا کیا کرتے تھے۔
 يَا كَارِيْمُ يَا بَارِيْ يَا هَادِيْ يَا عَلِيْمُ يَا صَادِقُ اِفْعَلْ لِيْ كَذَا
 وَتَكْذَلْ اَوْ بَعْضُ كَيْتے ہیں اسمِ اعظم یہی ہے۔

(بقیہ: پچھیرے کا قصہ)

میں پھٹی والے کے پاس جا کر اس سے معافی مانگتے، اسے کہہ کن راضی کر لیتے اور کسی صورت میں پھٹی کو اپنے لئے حلال کر لیتے تو تمہارا ہاتھ یوں کاٹا نہ جاتا۔ اس لئے اب بھی جاؤ اور اس کو ڈھونڈ کر اسے خوش کر دو۔ نہ تکلف پورے بدن میں پھیل جائے گی۔ اس شخص نے کہا میں نے یہ سنا تو پھٹی والے کو پورے شہر میں ڈھونڈنے کا آخرا یک جگہ اس کو پایا۔ میں اس کے بہرہ پر گر پڑا اور انہیں جو کم کر دو کر کہا میرے آقا تمہیں اللہ کا واسطہ مجھے معاف کر دو۔ اس نے مجھ سے پوچھا تم کون ہو؟ میں نے بتایا میں وہ شخص ہوں جس نے تم سے پھٹی چھین لی تھی۔ پھر میں نے اس سے اپنی کہانی بیان کی اور اسے اپنا ہاتھ دکھایا۔ وہ دیکھ کر رو پڑا اور کہا میرے بھائی میں نے اس پھٹی کو تمہارے لئے حلال کیا کیوں کہ تمہارا حشر میں نے دیکھ لیا۔ میں نے اس سے کہا میرے آقا خدا کا واسطہ دے کر میں تم سے پوچھتا ہوں کہ جب میں نے تمہاری پھٹی چھین لی تو تم نے مجھے کوئی بدلہ عطا ہی نہیں کیا۔ اس شخص نے کہا ہاں میں نے اس وقت یہ دعا مانگی کہ اسے اللہ! یہ اپنی توت اور زر کے ٹکھنڈ ملے۔ مجھ پر غالب آیا اور تو نے جو زر دیا اس نے مجھ سے چھین لیا اور مجھ پر غلظ کیا اس لئے تو اس پر زور کا کر شہر دکھا۔ میرے مالک اللہ نے اپنا زور تمہیں دکھا دیا۔ اب میں اللہ کے حضور توبہ کرتا ہوں اور وعدہ کرتا ہوں کہ کسی پر ظلم کروں گا اور نہ ہی کسی غلام کی مدد کروں گا۔ انشاء اللہ جب تک زندہ رہوں گا اسے وعدہ سے پرتاؤں رہوں گا۔

اللہ تعالیٰ کے کرم سے گاڑی بحفاظت دونوں جانب سے بچ بھی گئی اور معجزانہ طور پر کسی کو ذرا بھر چھوئی بھی نہیں یہ 2006ء کی گرمیوں کا واقعہ ہے کہ میں اپنے دفتری کام سے رات کو دیر سے فارغ ہوا۔ رات اندھری تھی۔ تیز ہوا کے ساتھ بارش بھی زور سے ہو رہی تھی۔ میں گاڑی پر ڈرائیور کے ہمراہ جہانیاں کو جا رہا تھا۔ راستے میں حسب معمول میں بیا حَافِظُ۔ یا حَفِیْظُ۔ یا رَقِیْبُ یا وَکِیْلُ۔ یا سَلَامُ کا درود کرتا جا رہا تھا کہ اچانک راستے میں سڑک کے بیچ میں ایک موٹر سائیکل والا کھڑا موٹر سائیکل سٹارٹ کر رہا ہے۔ غالباً وہ اشارت نہیں ہو رہا تھا۔ اس کے ساتھ ایک عورت عین سڑک کے بیچ میں کھڑی تھی اور ایک موٹر سائیکل کے پچھلی طرف کھڑی تھی۔ ہمارا اور ان کا فاصلہ تقریباً 100 فٹ رہ گیا اور سامنے سے ٹک بھی آ رہا تھا۔ اب کوئی سبیل بچنے کی نظر نہیں رہی تھی۔ اگر سیدھے جاتے تو موٹر سائیکل والوں پر گاڑی چڑھ جاتی تھی۔ اگر دائیں جانب کرتے تو ٹرک سے ٹکراتا تھا۔ بائیں جانب گہری کھائیوں میں پانی بھرا کھڑا تھا۔ اچانک میرے منہ سے زور زور سے یہی ذکر لگنا شروع ہو گیا۔ کہ اچانک ڈرائیور نے گاڑی دائیں جانب کاٹی۔ اللہ تعالیٰ کے کرم سے گاڑی بحفاظت دونوں جانب سے بچ بھی گئی اور معجزانہ طور پر کسی کو ذرا بھر چھوئی بھی نہیں ڈرائیور اچانک گاڑی کھڑی کر کے کافی دیر سوچتا رہا اور کہنے لگا کہ میں نے گاڑی دائیں جانب کاٹنے کا سوچا بھی نہیں تھا۔ مجھے نہیں معلوم کہ کیسے گاڑی اس طرف گئی ایسے لگے جیسے گاڑی کسی نے اٹھا کر ادھر رکھ دی۔ ورنہ میں تو بائیں جانب کاٹنے کا سوچ رہا تھا۔ تو میں نے ڈرائیور سے کہا کہ جس ذات کا ذکر کرنے کی میں آپ کو بار بار یاد دہانی کرواتا ہوں اسی کے ذکر کی بدولت آج یہ بچت ہوئی ہے۔ راستے بھر میں جس کو بیا حَافِظُ۔ یا حَفِیْظُ۔ یا رَقِیْبُ یا وَکِیْلُ۔ یا سَلَامُ کہتا آیا ہوں۔ اسی نے اپنے مقدس ناموں کی وجہ سے ہماری حفاظت کی ہے۔ اس دن سے میرا معمول اور بھی زیادہ پختہ ہو گیا ہے کہ سفر میں اس ذکر کو کثرت سے کرتا ہوں اور میرا اللہ میری حفاظت فرماتا ہے۔

(بحوالہ ”مجھے شفا کیسے ملی“ اور وظائف اولیاء)
لا علاج روحانی اور جسمانی بیماریوں میں مبتلا
اس کتاب کا مطالعہ کریں)

واصف رضا

عبادات گاہوں کے سائنسی فائدے

یورپ کے مشہور تحقیق دان سو سن پار کر کہتے ہیں کہ یورپ میں جاری مختلف تحقیقات کے بعد یہ بات سامنے آئی ہے کہ باقاعدگی سے عبادت کرنے والے لوگوں میں دل کی بیماریوں کی شرح بہت کم ہے۔ یہ نسبت ان لوگوں کے جو عبادت نہیں کرتے

کے دوران کسی جملے یا لفظ کو بطور وظیفہ استعمال کی علامات دوسرے مریضوں کی نسبت ذرا مختلف ہوتی ہیں۔ ایسے افراد سانس کی بیماریوں، دل کی بیماریوں اور خون کے دباؤ جیسے امراض سے بچے رہتے ہیں۔ ڈاکٹر پینسن سے علاج کرانے والے مریض بتاتے ہیں کہ وہ زیادہ مذہبی ہو گئے ہیں۔ بعض کا خیال ہے کہ وہ زیادہ روحانی ہو گئے ہیں۔ ان مریضوں کے مطابق وہ اپنے اندر طاقت اور توانائی محسوس کرتے ہیں۔ ڈاکٹر صاحب کے مطابق 60 سے 90 فیصد افراد کچھ اور تباہی سے متعلق امراض میں مبتلا ہیں اور ایسی علامات میں مراقبہ بہتر عمل ہے اور اس طرح صحت یابی کے ٹھوس ثبوت ملتے ہیں۔ ایک ادارہ The National Institute of Health and Research

Rockcille اس سلسلے میں خاصا سرگرم عمل ہے۔ ادارے کے صدر ڈاکٹر ڈیوٹ بتاتے ہیں کہ 75 فیصد تحقیق مذہب اور صحت یابی کے درمیان گہرا رشتہ بتاتی ہے۔ 9200 افراد پر انفرادی طور پر کی جانے والی تحقیق اور سروے کے مطابق ایسے افراد جو باقاعدگی سے چرچ جاتے ہیں ان میں غیبتی موت کا تناسب 50 فیصد ہے۔ اس طرح 232 افراد کے گروپ پر اس طرح تحقیق کی گئی کہ آدھے افراد پر لازم کیا گیا کہ وہ مذہب سے گہرا رشتہ استوار کریں۔ تحقیق نے بتایا کہ جن افراد کا مذہب سے گہرا رشتہ استوار ہوا تھا وہ دوسروں کی یہ نسبت زیادہ دیر زندہ رہے۔ اسی طرح 400 افراد کے ایک اور گروپ پر تحقیق کی گئی۔ ان میں ایسے افراد بھی شامل تھے جو باقاعدگی سے عبادت کرتے تھے۔ تحقیق کے دوران معلوم ہوا کہ ان افراد کے دل کے کام کرنے کی صلاحیت میں کمی کا رجحان بہت کم تھا ایسے مریضوں نمونہ نہیں ہوا اور یہ کہ یہ مریض ایٹنی بائیونک ادویات کا بھی کام استعمال کرتے ہیں۔

عبادت گاہوں میں جا کر ایک نئی قوت ملتی ہے۔ میرا ایک دوست جو جسمانی طور پر بڑا چاق و چوبند اور کاروبار میں بڑا تیز ہے اس کا کہنا ہے کہ عبادت گاہوں میں جا کر اسے ایک نئی تعمیری قوت ملتی ہے۔ اس کی بات بڑی معنی خیز ہے۔ اللہ کی ذات تمام قوتوں کا سرچشمہ ہے۔ اللہ سے ناٹھ جوڑنے پر ہمارے اندر وہی تخلیقی قوت آجاتی ہے جس نے دنیا پیدا کی یا جو ہر سال موسم بہار کو تازہ کرتی ہے جب اللہ کی ذات سے روحانی تعلق بن جائے تو انسان کے دل و دماغ میں تعمیری جتنے پھوٹ پڑتے ہیں۔ مگر جب یہ پاک اور مقدس رشتہ ٹوٹ جاتا ہے تو یہ جتنے آہستہ آہستہ سوکھنے شروع ہو جاتے ہیں اور ہم خود کو بے بس و لاچار محسوس کرنے لگتے ہیں۔

جسمانی صحت کے ماہرین کا کہنا ہے کہ انسان جب تک روحانی طور پر صحت مند نہ ہو وہ جسمانی طور پر بھی صحت مند نہیں رہ سکتا۔ امریکہ کے ایک مشہور ہیلتھ کلب میں ایک بڑے سے بورڈ پر یہ حروف لکھے تھے ”پراعق ک آوہ ج ک ذت ن ح ک ج سہ“۔ ایک شخص نے ان کا مطلب پوچھا تو اس کلب کے منیجر نے اس کی یوں تشریح کی ”پرا اعتماد بات ایسی تو توں کی آماجگاہ ہوتی ہے جن کے ذریعے تیسری نتائج حاصل کئے جاسکتے ہیں“۔ وہ شخص حیران ہو کر بولا ”ایک ہیلتھ کلب میں مجھے اس قسم کی چیز کی بالکل توقع نہیں تھی“۔ منیجر نے جواب دیا ”میں ایسے طریقے استعمال کرتا ہوں۔ میرا ان پر بھرپور اعتقاد ہے۔ پر اعتماد عبادت آپ کی تخلیق تو توں کو بڑھاتی ہے۔“

موجودہ دور میں لوگ ایک مرتبہ پھر مذہب کی طرف رجوع کرنے لگے ہیں کیونکہ انہیں محسوس ہوا ہے کہ عبادت ان کی تعمیرِ طاقوت کو بڑھانے میں بڑی مددگار ثابت ہو سکتی ہے۔ ایک مشہور ماہر نفسیات کہتا ہے ”انسان میں ذاتی مسائل کا حل تلاش کرنے کیلئے عبادات سے بڑھ کر کوئی اور طاقت نہیں۔ یہ طاقت مجھے حیران کر دیتی ہے۔“

صحت، مذہب، عبادت اور جدید سائنسی تحقیق :- یورپ کے مشہور تحقیق دان سوسن پا کر کہتے ہیں کہ یورپ میں جاری مختلف تحقیقات کے بعد یہ بات سامنے آئی ہے کہ باقاعدگی سے عبادت کرنے والے لوگوں میں دل کی بیماریوں کی شرح بہت کم ہے۔ بہ نسبت ان لوگوں کے جو عبادت نہیں کرتے۔ باقاعدگی سے عبادت کرنے والے لوگوں میں خودکشی کار، حجام اور ذہنی تناؤ کی شرح بہت کم ہے۔ ایسے لوگ زیادہ عمر باتے ہیں۔ اسی طرح وہ افراد جو باقاعدگی سے مراقبہ یعنی (Meditation) کرتے ہیں ان کے دائمی دوروں میں کمی واقع ہوتی ہے۔ ایسے افراد دل کی بیماریوں، مختلف اقسام کے تناؤ، کینسر اور ایڈز جیسے موزی امراض سے بھی بچے رہتے ہیں۔ ڈاکٹروں کی رائے کے مطابق روحانیت (Spirituality) اور مذہب (Religion) ایسے خاموش ذرائع ہیں جو علاج میں سہولت فراہم کرتے ہیں اور فزیشن کو موقع فراہم کرتے ہیں کہ وہ اپنے مریض کو صحت یاب ہونے میں مدد دے۔ آج مریض ڈاکٹر سے روحانیت کے متعلق پوچھتا ہے۔ اسی لئے ماہر ڈاکٹر روحانیت اور صحت مندی کے درمیان گمشدہ کڑیوں کی تلاش میں ہیں۔ ڈاکٹر ہینس پچھلے 25 سالوں سے ایسی ہی تحقیق میں سرگرداں ہیں۔ انہوں نے ایک The Relaxation-Response نامی کتاب بھی تحریر کی ہے۔ ڈاکٹر صاحب کے مطابق باقاعدگی سے مراقبہ اور اس عمل

(بقیہ ذی الحجہ) نیکی کے کاموں کے کرنے کی توفیق مرحمت فرماتا ہے۔ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ حضور نبی کریمؐ نے ارشاد فرمایا کہ عرف میں میری اور مجھ سے پہلے پیغمبروں کی دعا ہے۔ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْخَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ اَللّٰهُمَّ اجْعَلْ فِيْ قَلْبِيْ نُوْرًا وَّ فِيْ سَمْعِيْ نُورًا وَّ فِيْ بَصَرِيْ نُوْرًا اَللّٰهُمَّ اشْرِحْ لِيْ صُدْرِيْ وَيَسِّرْ لِيْ امْرِيَ اَللّٰهُمَّ ابْنِ اعْوْذِكَ مِنْ شَرِّ وَسَاوِسِ الصُّدُرِ وَقَبْطَةِ الْقُبْرِ وَشَتَاتِ الْأُمْرِ اَللّٰهُمَّ ابْنِ اعْوْذِكَ مِنْ شَرِّ مَا يَلْحَقُ فِي اللَّيْلِ وَمِنْ شَرِّ مَا يَلْحَقُ فِي النَّهَارِ وَمِنْ شَرِّ مَا تَهْبِ بِهِ الرِّيَّاخُ وَمِنْ شَرِّ بَوَائِقِ الدَّاهِيَةِ

حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے فرماتے ہیں حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام عرفہ کی شام کو اکثر دعا کرتے اور فرماتے تھے اَللّٰهُمَّ لَكَ الْحَمْدُ كَمَا تَقُولُ وَ خَيْرًا مِمَّا تَقُولُ اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَ تَخَيَّرْ مِنَ الْعَذَابِ الْغَيْرِ وَفِتْنَةِ الصُّدْرِ وَ شَتَاتِ الْأُمْرِ اَللّٰهُمَّ ابْنِ اسْأَلُكَ مِنْ خَيْرِ مَا تُجِبُ بِهِ الرَّيْحَ عَزَّةً كَدُنِ نَازِعَةٍ عَنِ الْبَعْدِ غَرْبِ آفتاب سے پہلے جو کوئی یہ دعائیں کلمات اس طرح سے پڑھے گا دل اور خرابک مرید درود شریف پڑھے۔ بِسْمِ اللَّهِ مَا شَاءَ اللَّهُ لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ۔ بِسْمِ اللَّهِ مَا شَاءَ اللَّهُ لَا يَسُوءُ الْخَيْرُ إِلَّا اللَّهُ يُسَبِّحُ اللَّهَ مَا شَاءَ اللَّهُ كُلُّ نِعْمَةٍ مِنَ اللَّهِ بِسْمِ اللَّهِ مَا شَاءَ اللَّهُ وَالْخَيْرُ كُلُّهُ بِاللَّهِ بِسْمِ اللَّهِ مَا شَاءَ اللَّهُ لَا يُضِرُّ السُّوءُ إِلَّا اللَّهُ بِسْمِ اللَّهِ مَا شَاءَ اللَّهُ وَ مَا كَانَ مِنْ نِعْمَةٍ فِيمَنْ اللَّهُ عَزَّمَتْ الْأُمَّةُ كَيْ شَبَّ۔ جو کوئی عید الاضحیٰ کی شب چار رکعت نفل نماز اس طرز سے پڑھے کہ ہر رکعت کے بعد ستر مرتبہ درود پاک پڑھے تو اللہ تعالیٰ اس کے گناہوں کی معافی عطا فرمائے گا۔ جو کوئی عید الاضحیٰ نماز عشاء کے بعد دس رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد دس مرتبہ سورۃ الفتحیٰ اور تین مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے اور نماز سے فارغ ہونے کے بعد ایک سو مرتبہ استغفار اور ایک مرتبہ درود پاک پڑھے تو انشاء اللہ تعالیٰ ثواب عظیم حاصل ہو۔ جو کوئی عید الفصحیٰ کی شب بارہ رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر مرتبہ پہلی رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ آیہ الکرسی اور دوسری رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد تین مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے سلام کے بعد ایک مرتبہ سُبْحَانَ اللَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ پڑھے پھر دس مرتبہ سورۃ اخلاص ایک مرتبہ سورۃ الاناس پڑھے تو انشاء اللہ اس کو دس شہیدوں کا ثواب عطا ہوگا اور اللہ تعالیٰ اپنے فضل و کرم سے اسے جنت الفردوس جگہ عنایت فرمائے گا۔ عید الاضحیٰ کے دن:- جو کوئی عید الاضحیٰ کے دن عید کی ادائیگی کے بعد دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد پانچ پانچ مرتبہ سورۃ الفتحیٰ پڑھے تو بفضل تعالیٰ اس کو حج کا ثواب عطا ہوگا۔ جو کوئی عید الاضحیٰ کی نماز کے بعد رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ پہلی رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد سورۃ اطلیٰ ایک مرتبہ پڑھے دوسری رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد مرتبہ سورۃ الفتحیٰ تیسری رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ سورۃ الفصحیٰ اور چوتھی رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ سورۃ الفصحیٰ پڑھے۔ نماز پڑھنے کے بعد اللہ تعالیٰ سے دعا مانگئے تو پروردگار عالمیٰ کے گناہوں کی معافی فرمائے گا۔ پھر جب میدان گاہ سے نماز پڑھ کر کھڑے آئے تو دو رکعت نفل نماز پڑھے ہر رکعت میں سورۄ فاتحہ کے بعد تین مرتبہ سورۃ الکوش پڑھے اگر مفلس ہے تو انشاء اللہ تعالیٰ قربانی کر کر ثواب حاصل ہوگا۔ عید الاضحیٰ کے دن جو کوئی ظہر کی نماز کے بعد رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ آیہ الکرسی گیارہ گیارہ مرتبہ سورۃ الفصحیٰ گیارہ گیارہ مرتبہ سورۃ الفتحیٰ اور گیارہ گیارہ مرتبہ سورۃ والناس پڑھے اور نماز سے فارغ ہونے کے بعد گیارہ مرتبہ درود پاک پڑھے اور اللہ تعالیٰ سے دعا مانگئے تو بفضل باری تعالیٰ اس کو قیامت کے دن آن کی اللہ تعالیٰ گناہوں کو معاف فرما دیگا اور ناما اعمال میں یکپایاں لکھا جائے گی۔ برائی سے بچنے اور نیکی کے کاموں کے کرنے کی توفیق عطا فرمائے گا۔



سردیوں کا لا جواب تحفہ

دائمی ریشہ، بلغم، کیرا، نزلہ، زکام اور کھانسی مکمل علاج

بنفشی قہوہ

یوں تو نزلہ زکام پوری دنیا کا عالمگیر مرض ہے لیکن پاکستان میں خصوصاً یہ مرض عام ہے اس مرض کیلئے آزمودہ یہ قہوہ اپنے افعال کے لحاظ سے بہت مؤثر ثابت ہوا ہے۔ نزلہ، الرجی، کھانسی، بلغم، ناک بہنا، ناک بند ہونا اور ناک ابھری ہوئی رہتی ہے۔ ساتھ ساتھ ناک کی ہڈی یا تو میڑھی ہو جاتی ہے یا گوشت بڑھ جاتا ہے۔ ناک کے اوپر پیشانی پر بوجھ اور دباؤ رہتا ہے۔ چھینکیں بھی آتی ہیں۔ سارے جسم میں درد اور ٹوٹن کا احساس رہتا ہے۔ کبھی ناک سے بد بو آتی ہے اور بدبودار مادہ کا اخراج بھی ہوتا ہے، بعض اوقات موسم کی تبدیلی کے ساتھ مرض میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ پھر انسان دائمی نزلہ اور زکام کا مریض بن جاتا ہے۔ اسی مرض کی بناء پر دوسرے امراض جنم لیتے ہیں۔ جیسے ناک کی ہڈی کا بڑھ جانا، گلے کی خراش، نسیان، منہ میں چھالے پڑنا، آنسوؤں کے امراض، جسم کا کمزور اور لاغر ہونا، نظر کی کمزوری، سستی اور کابلی پیدا ہونا، جسم ٹوٹنا، خون کا نہ بننا، خناق، ٹی بی، تنفس کی تنگی، بے خوابی، بالوں کا قبل از وقت سفید ہونا، چہرے کی شادابی کا ختم ہونا یہ سب امراض نزلہ و زکام کی بدولت ہی جسم پر حملہ آور ہوتے ہیں۔ بنفشی قہوہ ہی ان تمام امراض کا آزمودہ شافی علاج ہے۔ ایک معالج نے بنفشی قہوہ کے بارے میں اپنے تجربات بیان کئے کہ اب تک بے شمار ایسے مریضوں کو استعمال کرایا جو ہر وقت مسلسل چھینکوں میں مبتلا رہتے تھے۔ چھینکوں کی بو چھاڑ جسم کو نڈھال اور کھوکھلا کر دیتی تھی اور اینٹی بائیوٹک کھا کھا کر تھکے بارے میرے پاس پہنچے میں نے جب بھی ایسے مریضوں کو یہ قہوہ استعمال کرایا سو فیصد فائدہ ہوا۔ ایک مریض کی آنکھوں سے مسلسل پانی پانی تھتا جس کی وجہ سے آنکھیں سرخ ہو جاتیں۔ ڈراپر، گولیاں، ویکسین استعمال کرتے کرتے تھک گئے۔ ایک ریڈیولمکنک جو طب کا شوق رکھتے ہیں نے لکھا ہے کہ بے خوابی، ٹینشن اور ڈپریشن کے مریضوں پر خوب آزمایا۔ ایسے مریض جو بے شمار گولیاں کھاتے ہیں اور سکون کی نیند نہیں آتی یا اینٹی ڈپریشن گولیاں کھا کھا کر تھک گئے تھے کچھ عرصہ کے استعمال سے بالکل تندرست ہو گئے اور پرسکون زندگی ملی۔ وہ لوگ جنہیں الرجی یعنی پورا جسم سوج جاتا ہو دھچک پڑ جاتے ہوں، خارش، جلن سے برا حال ہوتا ہو ایسے مریضوں کیلئے بنفشی قہوہ لا جواب اور بے مثال ہے۔ نزلہ کی ایک قسم جس کو "شیققہ" کہتے ہیں اس مرض میں آدھے سر میں درد ہوتا ہے۔ درد صبح سورج طلوع ہونے سے شروع ہوتا ہے اور آہستہ آہستہ بڑھتا جاتا ہے۔ مریض تڑپتا ہے، اندھیرے میں ہی کچھ سکون پاتا ہے۔ بارہ بجے کے بعد جب سورج ڈھلنا شروع ہوتا ہے تو درد میں تخفیف ہونے لگتی ہے۔ جب سورج غروب ہوتا ہے تو مریض بالکل ٹھیک ہوتا ہے۔ یہ بہت خطرناک قسم کا درد ہوتا ہے۔ مریض کچھ کام نہیں کر سکتا۔ ایسے بے شمار مریضوں کو بنفشی قہوہ کے استعمال نے بالکل تندرست کر دیا۔ ہر موسم میں ہر عمر میں استعمال کر سکتے ہیں گھر میں ہر وقت رکھنے کی چیز ہے۔ بد ذائقہ نہیں خوشگوار ذائقہ ہے۔ شفاء حیرت کا استعمال قیمت فی ڈبلی: -/100 روپیہ علاوہ ڈاک خرچ اس کے ساتھ سونے پر سہاگہ ہے۔

حیرت کا ایک نیا جہاں

ہر قسم کی کھانسی، دمہ اور الرجی کے لیے خوش ذائقہ اور پراثر سیرپ

شفاء حیرت

ہر قسم کی کھانسی، الرجی، دمہ، سانس کا پھولنا، مسلسل ریشہ، بلغم، موجودہ دور کی آلودہ زندگی، آلودہ فضا اور آلودہ غذا، ان امراض کی وجہ ہیں۔ سانس کا دوسرا نام زندگی ہے اور پھیپھڑے (Lungs) سانس کے نہایت اہم اور مخصوص آلات ہیں۔ پھیپھڑوں کی ذرا سی خرابی سانس کے سارے نظام کو رہم برہم کر ڈالتی ہے۔ پھیپھڑے کھانسی سے متاثر ہونا شروع ہوتے ہیں کیونکہ کھانسی ہی ہوا پرانی جان لیوا ہوتی ہے۔ کھانسی کا جب دورہ پڑتا ہے تو کھانستے کھانستے مریض کا سانس الٹ جاتا ہے۔ مریض نے اگر کچھ کھایا ہو تو قے کے ذریعے نکل جاتا ہے اگر مریض لیٹا ہوا ہو تو اٹھ کر بیٹھ جاتا ہے، چہرہ سرخ ہو جاتا ہے، آنکھوں میں آنسو آ جاتے ہیں۔ مرض بڑھتے بڑھتے دمہ یا ٹی بی کی شکل اختیار کر لیتا ہے۔ شفاء حیرت سیرپ کھانسی کی ہر قسم مثلاً خشک کھانسی، دورے والی کھانسی، کالی کھانسی، بلغمی کھانسی، موسم سرما اور گرمی کی کھانسی زبان اور حلق میں خشکی، سوجن اور کانٹے چھیننا، گلے کی خراش، گلے کا بیٹھ جانا کیلئے اسیر ہے۔ ماہنامہ "عقرب" کا اعتماد سیرپ ہے۔ شفاء حیرت سیرپ پھیپھڑوں کی کمزوری، پھیپھڑوں کے ختم، نظام تنفس کی تمام خرابیوں، سانس کی خشکی، ہوائی نالیوں کی خشکی اور خشونت، نزلہ و زکام، تپ دق اور بخار کو دور کرنے کیلئے بہترین ٹانک ہے جو پھیپھڑوں کو طاقت دیتا ہے۔ پھیپھڑوں کے زخم بھرتا ہے، نظام تنفس کے حملہ امراض کا شافی علاج ہے۔ دوران کلینک ایک بچہ لایا گیا جس کے بارے میں فیصلہ ہو چکا تھا کہ اسے ٹی بی ہو گئی ہے وہ ہڈیوں کا ڈھانچہ بن گیا تھا۔ رنگ سیاہ اور کمزور رات بھر کھانستے اور تھوڑا سا بلغم نکلتا، مایوس ہو کر آٹھ ماہ کا ٹی بی کا کورس کرایا گیا لیکن فائدہ نہ ہوا۔ بچے کے والدین سے گزارش کی کہ شفاء حیرت اس بچہ کو اعتماد یقین کے ساتھ کچھ عرصہ پلائیں، ایک چھج آدھے کپ گرم پانی میں گھول کر دن میں 4 بار چند ہفتے استعمال کرایا گیا چند ہفتے کے استعمال سے ہی بچہ تندرست ہو گیا۔ دمہ دم کے ساتھ جانے گا: اس بات کو شفاء حیرت سیرپ نے جھوٹا کر دیا۔ پاکستان میں موسمی تغیرات اور محل وقوع کی بناء پر کھانسی کا مرض عام ہے، موسم کے بدلتے ہی امراض سینہ اور کھانسی کے مریضوں کی تعداد میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ مریض کے پھیپھڑوں کے اندر ہوا کی نالیاں تنگ ہو جاتی ہیں دل کی تکلیف اور دمہ کی شکایت ہو جاتی ہے سانس کی نالی میں سوزش، چھاتی میں دم گھٹنے یا تشجی کیفیت اس وقت شروع ہوتی ہے جب ہوا میں معلق گرد و غبار، پھیپھوندی، پودوں کے ریشے، پرندوں کے پر اور اسی طرح کی سینکڑوں چیزیں سانس کے ذریعہ جسم میں داخل ہو جاتی ہیں اور الرجی والے دمہ کا باعث بنتی ہیں۔ جس سے دمہ کا مریض کھانسی کھانسی کھانسی کھانسی کا دورہ پڑنا شروع ہو جاتا ہے۔ بلغم کا اخراج آسانی سے نہیں ہوتا۔ گلے میں ریشہ دم کشی کے دورے پڑتے ہیں۔ شفاء حیرت ایسے سینکڑوں مریضوں کیلئے مفید اور اسیر ثابت ہوا ہے ایسے کئی مریض اللہ نے ٹھیک کر دیئے ہیں۔ شفاء حیرت چھاتی میں موجود بلغم کو ختم کرتا ہے اس کے استعمال سے دورے والا دمہ ختم ہوتا ہے۔ بیماری کے جراثیم ختم ہوتے ہیں۔ گلے کی سوزش، ریشہ اور دیگر علامات کو جڑ سے ختم کرتا ہے۔ شفاء حیرت میں ایسے اجزاء شامل ہیں جو جراثیم کا کرکرو کو لے کر اڑھاتے ہیں۔ ایک مریض تو چند قدم نہیں اٹھا سکتا تھا، قدم اٹھاتے ہی سانس پھول جاتا تھا نہ جانے کتنی دوائیں استعمال کر چکا، حتیٰ کہ (Inhaler) بھی استعمال ہوتا تھا اب تو وہ بھی کام کرنا چھو گیا۔ مریض ادویات سے الگ ہو گیا تھا اسے شفاء حیرت کے ساتھ بنفشی قہوہ استعمال کرایا، تھوڑے عرصہ میں ہی تندرست ہو گیا۔

قیمت فی بوتل -/100 روپیہ علاوہ ڈاک خرچ