ٿيو.

(١) اوّل تہ لقمون حلال جو کپي لقمون حرام جو هوندو تہ دعائون مستجاب نہ ٿينديون.

حديث شريف ۾ آهي تہ هڪڙو مسافر شخص آهي جنهن جا وار ڪنڊريل، منهن مٽيءَ سان ميرو ٿيل يعني تمام خستہ حال هوندو ٻئي هٿ کڻي دعا گهرندو يا اللهُ هينئن ڪر، يا اللهُ هونئن ڪر، حالانڪ کاڌو اُن جو حرام، پيتو حرام، لباس ان جو حرام هوندو (جئين اڄ ڪلهہ عام سوالين جو حال ڪسب حرام آهي) پوءِ ڪيئن ان جي دعا مستجاب ٿيندي؟ خاص طرح مسافر کي ذڪر ڪيو ويو آهي جو تہ مسافر اڪثر ڪري خستہ حال، عاجز، قابل رحم هوندو آهي، ورنہ هي حڪم عام آهي، گهر ۾ مقيم آسوده حال تہ بطريق اوليٰ هن حڪم ۾ داخل آهن.

(٢) ٻيو تہ دُعا جي قبول ٿيڻ ۾ تڪڙ نہ ڪري ۽ دير پوڻ ڪري مايوس نہ ٿئي.

حديث شريف ۾ آهي تہ الله تعاليٰ بنده جي دعا قبول تو ڪري جيسين بندو تڪڙ نہ ڪري، گهڻا ماڻهو اهڙا آهن جي چوندا آهن اسان هيترا ڏينهن يا هيترا سال دعائون ڪيون يا وظيفا پڙهيا مگر اسانجو اجان مطلب حاصل ڪونہ ٿيو اسانجون دعائون تہ قبول نہ ٿيون ٿيون.

بزرگن چيو آهي تہ الله تعاليٰ دعائن جي قبول ڪرڻ جو بيشڪ وعدو ڪيو آهي. مگر ڪو وقت مقرر ڪونہ ڪيو آهيس، دعا قبول ڪري ٿو مگر جنهن وقت پاڻ ٿو گهري نہ جنهن وقت بندو ٿو گهري ۽ جنهن نمونہ سان پاڻ پسند ٿو ڪري اجابت ٿو ڪري، نہ

جنهن نموني سان بندو پسند ٿو ڪري.

ڪتابن لکيو آهي ته دعا جي اجابت جا ٽي نمونا آهن. يا ته اُهو ساڳيو مطلب حاصل ٿئي جيڪو بندو گهري ٿو. يا ته ان کان بهترين صورت ۾ اجابت ٿئي ٿي. يعني جيڪا شي گهري ٿو تنهن جو نعم البدل کيس حاصل ٿئي ٿو. يا ته دعا جي برڪت سان ڪا وڏي آفت يا بلا هن جي مٿان ٽري ٿي وڃي.

(٣) دعائن جي اجابت ۾ حسن ظن رکڻ ضروري آهي "اَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِيْ بِيْ" صحيح حديث آهي، يعني يقين رکو ۽ اعتقاد ڪريو ته اسانجون دعائون مستجاب ٿينديون ۽ اسانجا مطلب پورا ٿيندا خواه انهيءَ ساڳي صورت ۾ يا ان کان بهترين صورت ۾. انهيءَ ساڳيءَ صورت ۾ جو سوال قبول نه ٿو ٿئي تنهنجا سبب گهڻا آهن هڪ ته انسان کي پنهنجي خير، شر، نفع، نقصان جي خبر نه ٿي پوي، بسا اوقات اهڙا سوال ڪندو آهي ۽ دعائون گهرندو آهي، جنهن ۾ هن جي تباهي ۽ خرابي هوندي آهي. پوءِ خدا تعاليٰ ان جي عيوض هن کي بهترين شيءِ عطا فرمائيندو آهي. مثلاً هڪڙو غريب ڪڙمي ماڻهو هجي جنهن نه ڪڏهن گهوڙو ڏاريو هجي نه گهوڙي ڏارڻ جي طاقت هجيس، هڪڙي رحمدل سخي بادشاه کان سوال ٿو ڪري ته مونکي پلو گهوڙو چڙهڻ لاءِ ڏيو. باڏشاه هجي دانا، عقل وارو ماڻهو، هو ڏسي ٿو ته هي هڪڙو اڻ واقف، ناتجربه ڪار ماڻهو آهي، پلي گهوڙي تي چڙهندو ته هن کي ڊوڙائي ماريندو، تنهن ڪانسواءِ هي غريب ماڻهو گاه ڏاتو، ٽويو آنُ جو روز هن کي ڪارائي، جنهن مان هن جو سڄو عيال پلي، سو حڪم ڪري ته هن شخص کي پلو جوڙو

ڏاندن جو ڏيو، جنهن سان هو هر ڪاهي، هرلو وهائي ۽ ٻني آباد ڪري، ٻارن ٻچن سان آسودو خوشحال ٿي گذاري. هائي اگرچه بظاهر هن جو اصلي سوال ۾ مطلب پورو نه ٿيو، مگر ان ڪان بهترين صورت ۾ هن جو سوال قبول ڪيو ويو، يا مثلاً اوهانجي هٿ ۾ تکي ڪاتي چمڪندڙ ڇري آهي اوهانجو اڻ ڄاڻ پيارو پٽ ضد ٿو ڪري، روئي ٿو، رسي ٿو، اوهين هن کي ڪاتي نه ٿا ڏيو، جي هو ڪٽي ٿو ته اوهين ڇنبو هٽي هن کان کسي ٿا وٺو. ڇو ته پاڻ کي قتي وجهندو اوهين هن کي ٻيو راند يکو ڏيو ٿا مگر هو نه ٿو وٺي نه ٿو پرچي، هائي ٻڌايو ته اُن اڻ سمجهه ٻار جو خيال صحيح آهي يا هن جي پدر مهربان جو؟

علي هٰذالقياس اڪثر ماڻهن جا سوال ۾ دعائون زال ملڻ لاءِ پٽ ملڻ لاءِ، زمين ملڻ لاءِ ازين قسم آهن، انهي مطلب تي حضرت مولانا رومي رحمة الله عليه فرمايو آهي.

بس دعا ها کاں زیاں است و وبال

از کرم می نشنود آں ذوالجلال (١)

يعني هي الله تعاليٰ جو وڏو فضل آهي جو سڀ گهرون ۾ دعائون اوهانجيون قبول نه ٿو ڪري، ڇو ته اهي گهرون اوهانجون ۾ دعائون اوهانجون نيڪ نه آهن بلڪ اوهانجي پنهنجي حق ۾ اهي بددعائون ۾ پٽون آهن جن کي پنهنجي غلط فهميءَ ڪري اوهين نيڪ دعائون ڪري سمجهو وينا آهيو.

ٻيو سبب هي آهي ته انسان بعضي اُهي دعائون گهرندو آهي جي

(١) گهڻيون دعائون اهڙيون به آهن جو بندو حقيقت ۾ پنهنجو نقصان ۽ تباهي ٿو گهري ۽ رب پنهنجي ڪرم سان اهي نٿو قبولي (قبول ڪري ته بندو تباهه ٿي وڃي)

برخلاف قانون قدرت ۽ خلاف تدبير و حڪمت هونديون آهن. خدا تعاليٰ ته پنهنجي قانون قدرت ۽ مشّيت ازلي تي هلي ٿو نه انسان جي مختلف خيالن ۽ خواهش تي، جي مشيت الاهي جي سراسر برخلاف هجن.

خيال ڪري ڏسو ته دنيا ۾ هر ڪنهن انسان جا پنج دوست آهن ته پنج دشمن به آهن مثلاً اوهانجو ڪو سخت جاني دشمن آهي، اوهين پائيندا ۽ دعائون گهرندا ته فلاڻو ذليل ٿئي، نابود ٿئي، خوار و خراب ٿئي، مري، ٻري وڃي هو وري اوهانکي ائين خوار و خراب ٿيڻ گهرندو. وري هن جا پڻ ڇه چار دوست هوندا ۽ چار دشمن، دوست هن جا دعا گو هوندا، خير خواه هوندا، ۽ چوندا هوندا ته خدا تعاليٰ هن کي سدائين شاد و آباد رکي ويران وير وڏ هجي ۽ دشمن ان جا هر طرح بدخواه هوندا ۽ ڪيس بددعائون ڪندا رهندا. اهو سلسلو دوستي دشمني جو بيحد ڏٺو ٿي، بي انتها حد تائين هليو تو وڃي، هاڻي جيڪڏهن سيني جا مطلب پورا ٿين ۽ سيني جون متضاد دعائون قبول ٿين ته جيڪر دنيا هڪڙو ڏينهن به هلي نه سگهي ۽ سڀ ماڻهو هڪ ڏينهن ۾ فنا. فاني ٿي وڃن بلڪ ناممڪن ۽ محال ڳالهيون درپيش اچن، ان ڪري خدا تعاليٰ فرمايو آهي. "وَلَوِ اتَّبَعَ الْحَقُّ اَهْوَآءَ هُمْ لَفَسَدَتِ السَّمٰوٰتُ وَالْاَرْضُ وَمَنْ فِيْهِنَّ ط (سورة المؤمنون رڪوع نمبر۴ پاره نمبر۱۸)

جيڪڏهن امر الٰهيٰ هنن جي خواهش ۽ سڌن جي تابعداري ڪري ته آسمان زمينون سڀ خراب ٿي وڃن ۽ نظام عالم جو درهم برهم ٿي وڃي، مثلاً مينهن باران رحمت جو آهي. جنهن ۾ وحوش، طيور، ٻرَ، ٻٽَ، باغَ، بستان، وڻ ٽڻ، سڀ شاد، سر سبز آباد ٿين ٿا مگر مهاجرن جهوپڙين وارن ڪان پڇندا ته چوندا شال هڪڙي ڦڙي به

نہ وسي، ڪڙمن ۽ هارن نارن کان پڇندا تہ چوندا پيج پٽارا پيج. سڄ تمام عالم کي روشنائي ڏيندڙ آهي. هڪڙا چوندا اُڀري پيا چوندا شال قيامت تائين نہ اُڀري.

من شنيدم يار من فردا رود راه شتاب
يا الہٰی تاقيامت بر نيارى آفتاب (١)

خلق جون مختلف خواهشون ۽ متضاد دعائون ۽ گهرون (اوهين پاڻ خيال ڪري ڏسو) ڪيتري قدر نہ خلافِ عقل و تدبير، ناممڪن ۽ محال ڳالهيون آهن. ڇا اوهين ڀانيو ٿا تہ خدا تعاليٰ فقط اوهانجي دعا ٻڌي اوهانجي دشمن جي نہ ٻڌي اوهانجي دوست جي دعا قبول ڪري اوهانجي دشمن جي دعا قبول نہ ڪري،ڇا؟ هو خدا تعاليٰ جو خلقيل بندو نہ آهي يا هن جو ڪو ٻيو پالڻهار پروردگار آهي جو انهي کان دعا گهري يا ان وٽ وڃي پناه وٺي آخر هو بہ خدا کي سڏيندو جنهن کي اوهين ٿا سڏيو. اوهان جو دشمن اوهانجي نظر ۾ بڇڙي کان بڇڙو آهي. مگر اهو ساڳيو ماڻهو ٻين جو نور نظر راحت جان آهي. ماکي اوهانجي وات ۾ ڪڙي آهي. ٻين لاءِ مٺي مصري آهي. نانگ جو زهر ٻين لاءِ موت آهي. هن لاءِ آبِ حيات آهي.

قادياني اوهانجي نظر ۾ ڪافر مطلق آهي، پنهنجن مريدن لاءِ رسول برحق. مطلب تہ دنيا ۾ ڪا بہ بدي مطلق نہ آهي. خدا تعاليٰ جي مخلوقات ڪانہ ڪا حڪمت ڪانہ ڪا خوبي کان خالي نہ آهي.

---

(١) ٻڌو اٿم منهنجو محبوب سڀاڻي هتان کان روانو ٿي ويندو يا الاهي قيامت تائين سڀاڻي جو سج نہ اڀار (نہ سج اڀري نہ سڀاڻي ٿئي نہ محبوب وڃي).

پس بد مطلق نباشد در جهان
بد بود نسبت بفعل مردمان (١)
کفرهم نسبت بخالق حکمت است
ورکنی نسبت به مایان آفت است (٢)

(٣) تيون سبب دعائن جي قبوليت ۾ دير پوڻ جو هڪ خاص محبّانه راز و انداز هي آهي ته مولىٰ تبارڪ وتعالىٰ کي پنهنجي بنده جو راز و نياز، آه ۽ زاري، عجز و انڪساري تمام وڻندڙ ۽ پياري آهي تڏهن هن جي اجابت ۾ دير ڪرڻ تو فرمائي ته پلي هو مونکي سڏيندو ۽ ٻاڏائيندو رهي جيئن ته مجنون کي درگاه الاهي مان اهو الهام تيو ۽ اهو راز کيس پڌايو ويو.

یک شبے مجنون بخلو تہائے راز
گفت کای پروردگار بے نیاز
از چه نام من تو مجنون کرده
عشق لیلیٰ در دلم چون کرده
من بری شب با بگردون نالشم
کرده خار مغیلاں بالشم
توچه خواهی زین گرفتاری من
اے خدائے من ازین زاری من
ہاتفش گفتا کہ اے ہرد غریب
در محبت کرده ام عمہا نصیب

(١) پوءِ مطلق بڇڙو يعني شرمحض دنيا ۾ آهي ڪونه، ماڻهن جي بدفعلن جي نسبت سان ماڻهن کي بڇڙو چيو ويو ٿو.
(٢) ڪفر نسبت خالق جي حڪمت آهي يعني رب ڪنهن حڪمت سبب ڪفر خلقيو آهي ۽ ڪفر بنسبت اسان انسانن جي لاءِ آفت آهي.

عشق ليليٰ نيست اين كار من است
حسن ليليٰ عكس رخسار من است
خوش نمايد گريه شبهائے تو
گوش دارم من بيار بهائے تو (١)

ان تي مثنوي نقل آندو آهي تہ هڪڙو بادشاه سخي مرد، صاحبِ جود و عطا جو هيو، هميشہ جمعہ جي ڏينهن روپين جي ڳوٿري پري فقيرن ۽ مسڪينن کي پنهنجي هٿ سان ورهائي ڏيندو هو، اڪثر فقراء، هر قسم مرد، زالون، ٻار ٻچا قطار اندر قطار ڪري اچي وهندا هوا، هڪڙي هڪڙي کي واري واري سان مُٺ پري ڏيندو هو، هڪڙي ڏينهن زالن جي ٽولي مان هڪ نوجوان حسين عورت مگر نهايت خستہ حال ميرن ڪپڙن ۾ اُٺي آئي بادشاه جو هن جي منهن ڏانهن نهاري تہ چوڏهين جو چنڊ ميرن ڪپڙن ۾ لڪل آهي، بادشاه هن کي چيو تہ هن دفعي وڃ وري ٻئي دفعي اچجان، ٻئي دفعي آئي وري بہ هن کي ڪجهہ ڪونہ ڏنائين چيائين وري اچي خيرات وٺي وڃجان، ٽئين دفعي بہ هن کي خشڪ جواب ڏئي خالي موٽائي ڇڏيائين، هن ويچاري کي ارمان ٿيو پنهنجي قسمت ۽ ڪم نصيبيءَ تي هنجون هاري روئي موٽي وڃڻ لڳي، تڏهن وزير عرض ڪيو تہ سائين هي ڇا؟ سيني کي پتي ياگُو، خيرات جو ڏيو ٿا، هن

(١) هڪ رات مجنون پنهنجي خلوت راز ۾ چيو تہ اي خالق بي نياز منهنجو نالو مجنون ڇورڪيو اٿيئ ليليٰ جو عشق ڇو منهنجي دل ۾ پيدا ڪيو اٿئي رات جو منهنجيون دالهون آسمان تائين ٿو پهچائين ۽ ٻير جا ڪندا منهنجو وهاٿو ڪيو آٿئي تون منهنجي انهيءَ گرفتاريءَ مان ڇاٿو طلبين اي منهنجا خدا منهنجي انهيءَ زاريءَ ۽ عاجزيءَ مان تنهنجو ڇا مطلب آهي هاتف غيبي جواب ڏنس تہ اي مسڪين محبت وارن کي مون غم ٿي نصيب ۾ ڪيا آهن اهو عشق ليليٰ جو نہ آهي في الحقيقت اهو عشق منهنجو عشق آهي ليليٰ جو حسن منهنجي حسن جو هڪڙو عڪس (تجلي) آهي مون کي تنهنجي رات جاروڻ پٽڻ وڻن ٿا آئون تنهنجي محبتن جا آواز ڪن ڏيئي ٻڌان ٿو.

غريب کي بار بار خالي موٽائي ڇڏيو ٿا. ڪهڙو گناه ڪيو آهي ڇيائين توکي خبر نہ آهي، هن عورت جي حسن جمال مونکي موهي ودو آهي، آءٌ ياڻيان تہ هميشہ مون وٽ ايندي رهي ۽ هن جي ديدار مطلع الانوار سان پنهنجون اکيون روشن ۽ پنهنجي دل خوش ڪندو رهان جيڪڏهن هڪڙي پيري سان هن کي ڏيو، ڏيندس تہ وري هيڏاهن ايندي بہ ڪانہ ۽ مون ڏانهن نهاريندي بہ ڪانہ.

دعا خضوع ۽ خشوع سان گهرڻ گهرجي

خضوع جي معنيٰ آهي نوڙت ۽ عاجزي ظاهري جسم سان نيازمندي ڪرڻ، ڪنڌ نمائڻ خشوع جي معني آهي دل سان ڏپ ڪرڻ، حيا ۽ ادب رکڻ، مخاطب جي شان شوڪت ۽ عزت جو خيال رکڻ آهن.

ٻئي معنائون هڪ ٻي سان لازم ملزوم. ڇو تہ دل ۾ جيڪو حيا ۽ ادب رکندو تنهنجا آثار صورت ۾ بہ ضرور ظاهر ٿيندا ۽ ظاهر ۾ جيڪو نوڙت ۽ عاجزي ڪندو تنهن جو ضرور اثر دل تي ٿيندو.

اوهان کي گهرجي تہ دعائن ۾ عبادتن ۾ ٻئي صفتون خضوع ۽ خشوع جون ظاهري خواه باطني حاصل ڪريو ۽ انهي طريقہ سان عمل عبادت ۽ دعا ڪريو، ڇو تہ سيني عملن. عبادتن ۽ دعائن جو روح آهي اخلاص ۽ حضور قلب جو اخلاص نہ هوندو تہ اهو جسم بي جان آهي، يا چراغ بي نور يا شجر بي ثمر آهي يا دعائي اثر، زبان سان دعائون گهرندو، حضور قلب جو نہ هوندو تہ ڪهڙو فائدو آهي.

اوهين دعاء عاجزي سان، زاري سان، انڪساري سان، ادب سان، خضوع ۽ خشوع سان، حضور قلب جي سان گهرو تہ مستجاب ۽ تير بهدف ثابت ٿئي جئين خدا تعاليٰ قرآن شريف ۾ فرمايو آهي.

اَمَّنْ يُّجِيْبُ الْمُضْطَرَّ اِذَا دَعَاهُ۝ (سورة نمل رکوع نمبر۵ پاره نمبر۲۰) يعني خدا تعاليٰ کان سواءِ ٻيو کير آهي، جو مضطر جي دعا قبول کري. مضطر انهي کي چئبو آهي جو بالکل لاچاري، اضطراري حالت ۾ هجي، جنهن جو ٻيو نه حيلو وسيلو هجي نه کو اوهي نه کو واهي، جيکڏهن بي پروائي سان، بي خيالي سان، بي ادبي سان، تحکمانه لهجه سان دعا گهرندو، گويا خدا تعاليٰ تي حکم ٿو هلائي يا جنگ ٿو کري ته اها دعا ڪٿان قبول يا قابل التفات ٿيندي، جنهن جو مثال حديث شريف ۾ آيو آهي ته بعضي ماڻهو ڏندو کلهي تي رکي دعا گهرندا آهن. يعني مغروري ۽ بي پروائي نموني سان دعا ڪندا جو گويا خدا تعاليٰ هنن جو تابع ۽ فرمان بردار آهي.

مرحوم مخدوم محمد (۱) سيوهاڻي (جو وڏو عالم ۽ مجذوب الحال درويش هو) اهڙي نموني دعا گهرڻ تي ڏاڍو ڪاوڙبو هو ۽ ماڻهن کي چوندو هو خدا تعاليٰ کو اوهانجي بابي جو نوکر آهي ڇا؟ جو خدا تعاليٰ تي پنهنجو حکم ٿا هلايو، يا خدا هيئن کر، يا خدا هوئن کر، نه اوهانجو نوکر نه اوهانجي حکم جو تابعدار.

هتي اسين پنهنجي والد قدس سره جو هڪڙو مڪتوب شريف نقل ڪريون ٿا، جو ڪنهن مخلص ڏانهن "هدايت نامون" لکيو هوائون سو سيني مريدن لاءِ صحيح اعتقاد رکڻ جو پيغام آهي.

---

(۱) هي بزرگ عالم فاضل معتبر ۽ مجذوب الحال هو سندس ڪرامتون خوارق عادات ماڻهن ۾ مشهور آهن مخدوم قاضي نصرالدين جو ڏاڏو هو منهنجو ڏٺل هو. ۽ حضرت قبله قدس سره پنهنجي ڪتاب تذڪرة الصلحاء ۾ سندس ذڪر خيرڻ ڪيو آهي. سن ۱۳۱۹هه ۾ وفات ڪري ويو.

مکرمی ملا شکور اللہ صاحب سلمہ

بعد ام دعای خیر ، خط ایشان رسید ، شکایت عدم جواب مرقوم بود مرکما فقیر برائے جواب دہی جملہ خطوط مریدان بستہ نیست مگر کسے کہ لفافہ واپسی ملفوف میکند آن رادو حروف جواب دادنی می شود اگر مقصود مریدان دعاء است ، در آن قصور نیست و قبول آن باختیار مالک الملک است حالا باز در حق شما دعاء نعم البدل و برائے تبدیل بگندا (٢) وہ از درگاہ او تعالیٰ دعای خیر خواستہ می شود اللہ تعالیٰ قبول فرماید۔ کار بندہ ہمیں دعا است قبولیت کار مالک است۔ مملوک رابکار مالک تنگ گرفتن سفاہت است ۔ والسلام ۔ ٨ ربیع الثانی سنہ ١٣٢٦ ھ

(ترجمہ سنڌي)

منهنجو مخلص مکرم مُلا شکورالله صاحب شال سلامت هجي دعائن کان بعد معلوم هجي تہ اوهانجو خط پهتو، جواب نہ لکڻ جي شکايت لکيل هئي. مهربان هي فقير سيني خطن جي جواب لکڻ لاءِ ٻڌل نہ آهي، البتہ جيڪو جوابي لفافو موڪلي تو (لاچار) تنهن کي ٻہ اکر جواب جا لکجن ٿا. جيڪڏهن مريدن جو مطلب دعا آهي تہ اسين ان ۾ قصور ڪونہ ٿا ڪريون، باقي قبول ڪرڻ يا نہ ڪرڻ وس مالڪ جي آهي. هاڻي وري بہ اوهانجي حق ۾ دعا نعم البدل جي (شايد ان جو ڪو اولاد مري ويو هو) ۽ "گنداواه" (١) ڏانهن اوهانجي بدلي ٿيڻ واسطي دعا گهرون ٿا شال الله سبحانہ و تعاليٰ قبول فرمائي. بنده جو ڪم آهي دعا گهرڻ قبول ڪرڻ ڪم آهي مالڪ جو، بنده کي سائين جي ڪم ۾ تنگ ڪري جهلڻ بيوقوفي آهي.٨ ربيع الثاني سنہ ١٣٢٦ هہ

دستخط حضرت صاحب از ڪوئٽہ

(١) "گنداواه" نام شهري از علاقہ بلوچستان يعني بلوچستان جي علاقہ ۾ هڪ شهر جو نالو "گنداواه" آهي.

دعا ٻئي شخص کان گهرائڻ حق آهي

قرآن ۽ حديث سان ثابت آهي روز ازل کان اهو دستور هليو اچي. الله تعاليٰ جي عادت هن تي جاري ٿيل آهي ته پنهنجن دوستن ۽ خاص بندن جي شفاعت ۽ دعائون ٻين جي حق ۾ قبول ڪري ٿو.

حديث شريف ۾ آيو آهي ته مسلمان جي دعا پنهنجي ڀاء مسلمان جي واسطي پرپٺ قبول آهي ڇو ته پرپٺ دعا اخلاص سان، حضور قلب سان ٿيندي تنهن ۾ رياء جو ۽ خوشامد جو، يا لالچ ۽ طمع جو، خراب مادو گڏيل نه هوندو آهي ۽ دعا مقبول به اها آهي جا خضوع، خشوع، سان دل جي اخلاص سان ڪجي جا دل جي تهه مان نڪري نه ڪ تڪلف سان، تصنع سان، فقط ظاهري زبان سان جئين اڄ ڪلهه مطلبي ماڻهو اميرن کي، حاڪمن کي انهن جي ظلم، ايذا کان منهن تي دعائون ڪندا آهن ۽ پرپٺ پٽيندا رهندا آهن. اوهين ڪنهن سان احسان ڪريو، نيڪي ڪريو، تبرع ڪريو، خدمت ڪريو، خيرات ڏيو، هن جي دل خوش ڪريو ته هن جي دل مان دعا نڪري ۽ اوهان کي هن جي دعا لڳي، پر جي هو زبان سان ظاهري دعا نه به ڪري ته به اوهانجي خدمت، اوهانجو احسان اوهانجو حسن ظن اوهان لاءِ ڪافي و شافي دعا آهي، هن جي دل جي خوشنودي في الحقيقت دعا آهي.

مثنوي شريف ۾ نقل آهي ته هڪڙي دفعي حضرت موسيٰ عليٰ نبينا و عليه الصلواة والسلام (جو گهڻي وقت کان ڪا دعا گهرندو رهيو ۽ قبول نه ٿي ٿي) درگاه الهيءَ ۾ عرض ڪيو ته يارب العلمين هن جو ڪهڙو سبب آهي، درگاه الهيءَ مان الهام ٿيو ته تون اهڙي

زبان سان دعا گهر جنهن سان تو ڪڏهن گناه نہ ڪيو هجي. عرض ڪيائين تہ يا الله اهڙي زبان آءُ ڪٿان آڻيان تڏهن الهام ٿيو اها زبان ٻئي شخص جي آهي. تو جي گناه ڪيو آهي تہ پنهنجي زبان سان ڪيو اٿئي نہ ٻئي جي زبان سان.

پس تو مارا از زبانِ غير خواه
با زبانِ غير ڪے ڪردي گناه (١)

مگر ياد رکڻ گهرجي تہ ٻئي ڪان دعا گهرائڻ جو مطلب هي نہ آهي تہ اوهين پاڻ پنهنجي واسطي اصل دعا نہ ڪريو، رڳو ٻين ڪان دعائون گهرايو، بعضي ماڻهو چوندا آهن، سائين اسين تہ گنهگار آهيون اسين تہ دعا ڪرڻ جا لائق ئي نہ آهيون۔ اسين ڪهڙي دعا ڪنداسين حالانڪ بلائن ۽ بيمارين جو تہ راز ئي اهو آهي تہ اوهين پاڻ خدا تعاليٰ ڏانهن رجوع ڪريو ۽ پنهنجي رب کي ياد ڪريو گنهگارن جي دعا خدا تعاليٰ قبول نہ ڪندو تہ گنهگار ويچارا ڪيڏاهن ويندا، ڪو ٻيو خدا انهن جو آهي؟ ڪو ٻيو ڏٺي ڏوٺي انهن جو آهي؟ رحمت جا دروازا تہ سيني لاءِ کليل آهن رڳو در تي اچڻ جي دير آهي.

باز آ باز بر آنچہ ہستی باز آ
گر کافر و گبر و بت پرستی باز (٢)
اين درگہ مادرگہ نومیدی نیست
صد بار اگر توبہ شکستی باز (٢)

(١) پوءِ تون مونکي ٻي ڪنهن زبان سان سوال ڪر يعني ٻي ڪنهن کي چئو تہ تولاءِ دعا گهري چوتہ انهي ٻي جي زبان سان تولاءِ سوال ٿيندو تہ اهو قبول پوندو جو تہ انهي ٻي زبان سان تہ تو گناهہ ڪونہ ڪيو آهي. (٢) موٽي آ، موٽي آ، جهڙو بہ آهين موٽي آ. جيڪڏهن ڪافر ۽ گبر ۽ بت پرست آهين تہ بہ موٽي آ.
(٣) هي اسانجي بارگاهہ نا اميدي جي جاءِ نہ آهي. جيڪڏهن سو ڀيرا توبہ کي ٽوڙيو اٿئي تہ بہ موٽي آ.

حديث شريف ۾ آهي تہ قسم آهي خدا تعاليٰ جو جيڪڏهن (بالفرض والتقدير) اوهين گناه نہ ڪريو تہ خدا تعاليٰ اهڙي قوم خلقي جا گناه ڪري ۽ خدا تعاليٰ هنن کي مغفرت ڪري وري گناه ڪن ۽ وري مغفرت ڪرين.

مطلب تہ اوهين ڪهڙا بہ بدڪار گنهگار هجو مگر نااميد نہ ٿيو اوهين پاڻ بہ دعائون گهرو وظيفا پڙهو ٻين کان بہ دعائون ڪرايو تہ دروازا رحمت جا کلي پوندا ۽ دعائون مستجاب ٿينديون دروازا رحمت جا تہ هميشہ کليل آهن فقط اوهانجي اچڻ جي دير آهي.

حلقه چه زند "کمال" بردر

دائم در رحمت تو باز است (١)

غمن جو علاج قرآن شريف سان

قرآن شريف ۾ سيني روحاني، جسماني بيمارين لاءِ شفا آهي ۽ ديني خواه دُنيوي مصيبتن لاءِ رحمت، الله تعاليٰ فرمايو آهي.

" وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْاٰنِ مَا هُوَ شِفَاۗءٌ وَّرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِيْنَ "

مشڪلات لاءِ قرآن شريف پڙهڻ جي ترتيب هي آهي تہ هفتہ ۾ هڪ ختمون ڪيجي هر روز هڪ هڪ منزل پڙهي، قرآن شريف ۾ ست (٧) منزلون آهن. پهرين منزل فاتح کان شروع ڪري نِسَآءِ پڙهي پوري ڪري. ٻي مَائِده کان شروع ڪري يُوْنس تائين، ٽين يُوْنس کان شروع ڪري بَنِيْ اِسْرَائِيْل تائين. چوٿين بَنِيْ اِسْرَائِيْل کان

---

(١) ڪمال تنهنجي در کي ڪنڊو ڇو لڳائي (ڇو پوري) تنهنجي رحمت جو دروازو هميشه کليل آهي.

شُعراۤء تائين. پنجين شعراۤء کان والصّٰفّٰتِ تائين. ڇهين والصّٰفّٰتِ کان قٓ تائين. ستين ق کان آخر تائين انهي کي ڇوندا آهن. "فمي بشوق".

هي ترتيب هي آهي ته ست ڄڻا گڏجي وهن هر هڪ، هڪ منزل پڙهي، ڏهاڙي هڪڙو ختمون پورو ڪن ۽ ستن ڏينهن ۾ ست ختما پورا ڪن ته بهتر آهي، اميد ته خدا تعاليٰ جي فضل سان هفتي ۾ مشڪل آسان ٿي ويندو.

(٢) قرآن شريف ۾ ١٤ آيتون سجده تلاوت جون آهن، ڪنهن کي ڪو مشڪل پوي لاچار ٿئي ته وضو ڪري ٻه رڪعتون نماز نفل پڙهي. پوءِ هڪڙي مجلس ۾ ١٤ آيتون پڙهي، هر هڪ آيت سان سجده تلاوت جو ڪندو رهي، پوءِ درگاه الاهي مان دعا گهري، انشاءالله تعاليٰ اهو مشڪل آسان ٿي ويندو. اُهي آيتون هتي اوهانجي سولائي لاءِ لکجن ٿيون.

(١) اِنَّ الَّذِيْنَ عِنْدَ رَبِّكَ لَا يَسْتَكْبِرُوْنَ عَنْ عِبَادَتِهٖ وَيُسَبِّحُوْنَهٗ وَلَهٗ يَسْجُدُوْنَ۝ (پاره قَالَ الْمَلَاُ نمبر٩ سورة الاعراف رکوع نمبر٢٤)

(٢) وَلِلّٰهِ يَسْجُدُ مَنْ فِي السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ طَوْعًا وَّ كَرْهًا وَّ ظِلٰلُهُمْ بِالْغُدُوِّ وَالْاٰصَالِ۝ (پاره وَمَآ اُبَرِّئُ نمبر١٣ سورة الرعد رکوع نمبر٢)

(٣) وَلِلّٰهِ يَسْجُدُ مَا فِي السَّمٰوٰتِ وَمَا فِي الْاَرْضِ مِنْ دَآبَّةٍ وَّ الْمَلٰٓئِكَةُ وَهُمْ لَا يَسْتَكْبِرُوْنَ ۝ يَخَافُوْنَ رَبَّهُمْ مِّنْ فَوْقِهِمْ وَيَفْعَلُوْنَ مَا يُؤْمَرُوْنَ ۝ (پاره رُبَمَا نمبر١٤ سورة النحل رکوع نمبر٦)

(٤) قُلْ اٰمِنُوْا بِهٖٓ اَوْ لَا تُؤْمِنُوْا اِنَّ الَّذِيْنَ اُوْتُوا الْعِلْمَ مِنْ قَبْلِهٖٓ اِذَا يُتْلٰى عَلَيْهِمْ يَخِرُّوْنَ لِلْاَذْقَانِ سُجَّدًا۝ وَّيَقُوْلُوْنَ سُبْحٰنَ رَبِّنَآ اِنْ كَانَ وَعْدُ رَبِّنَا لَمَفْعُوْلًا۝ وَيَخِرُّوْنَ لِلْاَذْقَانِ يَبْكُوْنَ وَيَزِيْدُهُمْ خُشُوْعًا۝ (پاره

سُبْحٰنَ الَّذِي نمبر۱۵ ع سورة بني اسرائيل)

(۵) اُولٰئِكَ الَّذِيْنَ اَنْعَمَ اللهُ عَلَيْهِمْ مِّنَ النَّبِيّٖنَ مِنْ ذُرِّيَّةِ اٰدَمَ ق وَمِمَّنْ حَمَلْنَا مَعَ نُوْحٍ ز وَّمِنْ ذُرِّيَّةِ اِبْرٰهِيْمَ وَاِسْرَآءِيْلَ ز وَمِمَّنْ هَدَيْنَا وَاجْتَبَيْنَا ط اِذَا تُتْلٰى عَلَيْهِمْ اٰيٰتُ الرَّحْمٰنِ خَرُّوْا سُجَّدًا وَّبُكِيًّا ۝ (پاره قَالَ اَلَمْ اَقُلْ نمبر۱٦ سوره مريم ع ۴)

(٦) اَلَمْ تَرَ اَنَّ اللهَ يَسْجُدُ لَهٗ مَنْ فِي السَّمٰوٰتِ وَمَنْ فِي الْاَرْضِ وَالشَّمْسُ وَالْقَمَرُ وَالنُّجُوْمُ وَالْجِبَالُ وَالشَّجَرُ وَالدَّوَآبُّ وَكَثِيْرٌ مِّنَ النَّاسِ ط وَكَثِيْرٌ حَقَّ عَلَيْهِ الْعَذَابُ ط وَمَنْ يُّهِنِ اللهُ فَمَالَهٗ مِنْ مُّكْرِمٍ ط اِنَّ اللهَ يَفْعَلُ مَايَشَآءُ ۝ (پاره اِقْتَرَبَ نمبر۱۷ سورة الحج ركوع نمبر۲)

(۷) وَاِذَا قِيْلَ لَهُمُ اسْجُدُوْا لِلرَّحْمٰنِ ج قَالُوْا وَمَاالرَّحْمٰنُ ق اَنَسْجُدُ لِمَا تَاْمُرُنَا وَزَادَهُمْ نُفُوْرًا ۝ (پاره وَقَالَ الَّذِيْنَ نمبر۱۹ سورة الفرقان ع نمبر۵)

(۸) وَجَدْتُّهَا وَقَوْمَهَا يَسْجُدُوْنَ لِلشَّمْسِ مِنْ دُوْنِ اللهِ وَزَيَّنَ لَهُمُ الشَّيْطٰنُ اَعْمَالَهُمْ فَصَدَّهُمْ عَنِ السَّبِيْلِ فَهُمْ لَايَهْتَدُوْنَ ۝ لا اَلَّا يَسْجُدُوْا لِلّٰهِ الَّذِيْ يُخْرِجُ الْخَبْءَ فِي السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ وَيَعْلَمُ مَاتُخْفُوْنَ وَمَا تُعْلِنُوْنَ ۝ اَللهُ لَآاِلٰهَ اِلَّا هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ ۝ (پاره وَقَالَ الَّذِيْنَ نمبر۱۹ سورة النّمل ع ۲)

(۹) اِنَّمَا يُؤْمِنُ بِاٰيٰتِنَا الَّذِيْنَ اِذَا ذُكِّرُوْا بِهَا خَرُّوْا سُجَّدًا وَّسَبَّحُوْا بِحَمْدِ رَبِّهِمْ وَهُمْ لَايَسْتَكْبِرُوْنَ ۝ (پاره اُتْلُ مَآ اُوْحِيَ نمبر۲۱ سوره اَلسَّجدة ع۲)

(۱۰) قَالَ لَقَدْ ظَلَمَكَ بِسُؤَالِ نَعْجَتِكَ اِلٰى نِعَاجِهٖ ط وَاِنَّ كَثِيْرًا مِّنَ الْخُلَطَآءِ لَيَبْغِيْ بَعْضُهُمْ عَلٰى بَعْضٍ اِلَّا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا وَعَمِلُوا الصّٰلِحٰتِ وَقَلِيْلٌ مَّاهُمْ ط وَظَنَّ دَاوٗدُ اَنَّمَا فَتَنّٰهُ فَاسْتَغْفَرَ رَبَّهٗ وَخَرَّ رَاكِعًا وَّ اَنَابَ ۝ فَغَفَرْنَا لَهٗ ذٰلِكَ ط وَاِنَّ لَهٗ عِنْدَنَا لَزُلْفٰى وَحُسْنَ مَاٰبٍ ۝ (پاره و

مَالِيَ نمبر٢٣ سوره صٓ ع ٢)
(١١) وَمِنْ اٰيٰتِهِ الَّيْلُ وَالنَّهَارُ وَالشَّمْسُ وَالْقَمَرُ ط لَاتَسْجُدُوْا لِلشَّمْسِ وَلَالِلْقَمَرِ وَاسْجُدُوْالِلّٰهِ الَّذِيْ خَلَقَهُنَّ اِنْ كُنْتُمْ اِيَّاهُ تَعْبُدُوْنَ○ فَاِنِ اسْتَكْبَرُوْا فَالَّذِيْنَ عِنْدَ رَبِّكَ يُسَبِّحُوْنَ لَهٗ بِالَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَهُمْ لَايَسْئَمُوْنَ○ (پاره فَمَنْ اَظْلَمُ نمبر٢٤ سوره حٰمٓ السَّجْدَة ع ٥)
(١٢) اَفَمِنْ هٰذَا الْحَدِيْثِ تَعْجَبُوْنَ○ وَتَضْحَكُوْنَ وَلَا تَبْكُوْنَ○ وَاَنْتُمْ سٰمِدُوْنَ○ فَاسْجُدُوْا لِلّٰهِ وَاعْبُدُوْا○ (پاره قَالَ فَما خطبُكُمْ نمبر٢٧ سوره النجم ع ٣)
(١٣) فَمَالَهُمْ لَايُؤْمِنُوْنَ وَاِذَا قُرِئَ عَلَيْهِمُ الْقُرْاٰنُ لَا يَسْجُدُوْنَ○ (پاره عَمَّ نمبر٣٠ سُوْرَةُ الْاِنْشِقَاقِ ع ١)
(١٤) فَلْيَدْعُ نَادِيَهٗ○ سَنَدْعُ الزَّبَانِيَةَ○ كَلَّا ط لَا تُطِعْهُ وَاسْجُدْوَاقْتَرِبْ○ (پاره عَمَّ نمبر٣٠ سُوْرَةُ الْعَلَقِ ع١)

فائده: سجده تلاوت ڪرڻ جي ترتيب هي آهي ته جيڪو ماڻهو آيت سجده جي پڙهي يا ٻڌي ڪنهن ڪان ٻڌي، اهو اٿي قبلھ ڪي سامهون بيهي اَللّٰهُ اَكْبَرُ چوي، تڪبير چوڻ وقت هٿ مٿي نه ڪٽي پوءِ سنئون وڃي سجدو ڪري (جٿين نماز ۾ سجده ڪبو آهي) سجده ڪان بعد الله اڪبر چئي مٿو مٿي ڪٽي ۽ پنهنجي ڪم سان مشغول ٿئي فقط هڪ سجده هڪ آيت لاءِ ڪبو، ٻيا مسئلا سجده تلاوت جا فقه جي ڪتابن ۾ ڏسو. ويٺي ويٺي اتي سجده ڪيائين ته به جائز آهي.

مسئله: جيڪو ماڻهو هن ڪتاب ۾ اهيءَ آيتون پڙهندو ته انهي تي به سجدا واجب ٿيندا پر جيڪو زبان سان نه پڙهندو فقط مطالعه ڪندو ته انهي تي واجب نه ٿيندا.

بِسۡمِ اللّٰهِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِيۡمِ پڙهڻ جي ترتيب

ابجد جي حساب سان ان جو عدد (٧٨٦) آهي جيڪو شخص اهو عدد ست ڏينهن لاڳيتا ڪنهن به مطلب لاءِ پڙهندو، مال متاع ۾ برڪت پوڻ لاءِ، يا حصول خير و خوبي لاءِ اميد ته مقصود حاصل ٿيندو.

هي ترتيب محنتي ماڻهو لاءِ قضا حاجات واسطي ٻارهن هزار ڀيرا "بِسۡمِ اللّٰهِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِيۡمِ" پڙهي هر هڪ هزار ڪان بعد ٻه رڪعتون نفل پڙهي ۽ درود شريف پڙهي پوءِ الله تعاليٰ کان دعا گهري، اهڙي طرح عدد مذڪور يعني ١٢ هزار پورا ڪري انشاءالله تعاليٰ ڪهڙي به حاجت هوندي سرانجام ٿيندي.

سُوۡرَةُ الفَاتِحَةِ

هن سورة سڳوريءَ جا نالو "سُوۡرَةُ الشِفَا" آهي. حديث شريف ۾ آيو آهي ته اَلۡفَاتِحَةُ شِفَاءٌ مِّنۡ كُلِّ دَاءٍ هر ڪنهن بيمار تي پڙهي جوڪارجي يا پاڻيءَ تي دم ڪري پيارجي. جيڪڏهن ڪو شخص پراڻي بيماريءَ ۾ مبتلا هجي ۽ ڪو علاج فائدو نه ڪري تنهن لاءِ فاتح پڙهڻ جي ترتيب شاه عبدالعزيز پنهنجي تفسير ۾ هن طرح لکي آهي ته سنت فجر ۽ فرض نماز جي وچ ۾ ايڪيتاليهه ڀيرا پڙهي چاليهن ڏينهن تائين ڪهڙو به لاعلاج مُهلڪ مرض هوندو يا مشڪل ڪم هوندو انشاءالله تعاليٰ چڱو ڀلو ٿيندو ۽ مشڪل آسان ٿيندو.

فائده: پاڻ پڙهي نه سگهي ته ٻئي شخص کان پڙهائي پاڻ تي ڦيٽو وجهائي.

ٻي ترتيب ٿيٺي وڃهڻ جي، مٿي ۾ سور، اکين ۾ سور، ڏندن ۾ سور يا ڪوبہ بدن ۾ سخت سور هجي يا پيٽون ۽ نانگ جو ڏنگيل هجي تہ هڪڙي فرحيءَ تي يا وڻ جي ٽڙ تي اَبجد هَوَّز حَطي جدا جدا ڏهہ اکر لکي هن طرح اَ، بَ، جَ، دَ، هَ، وَ، زَ، حَ، طَ، يَ پوءِ ٿيٺي وجهڻ وارو ماڻهو، ڪوڪو (لوہ جي ڪِلّي) پهرين اکر تي رکي ۽ بيمار کي چوي تہ سور جي جاءِ تي هٿ رکي سورة فاتح هڪڙي ڀيري پڙهي هن تي دم ڪري ۽ هن کان پڇي سور ڇڏي ويو يا نہ جي چئي تہ نہ، ڪوڪو ڪڍي ٻئي اکر تي رکي ۽ ٻہ ڀيرا فاتح پڙهي ڇوڪاري ۽ پڇي تہ سور آهي يا نہ. جي چوي تہ نہ، وري ٽئين اکر تي رکي ۽ ٽي ڀيرا فاتح پڙهي ڇوڪاري ۽ سور جو پڇي اميد تہ ڏهن اکرن کان اڳي سور ڇڏي ويندو جنهن اکر تي سور ڇڏي وڃي ان اکر تي سموري ڪِلّي ان وڻ ۾ يا فرحيءَ ۾ نوڪي ڇڏي.

سورة يٰسٓ جون فضيلتون

صحيح حديث سان ثابت آهن، حديث شريف ۾ آيو آهي تہ "يٰسٓ قلب القرآن" يعني سورة يٰسٓ ڪلام الله شريف جي دل آهي ۽ بزرگن جو چوڻ آهي تہ ٽي دليون گڏ ٿينديون تہ دعا قبول ٿيندي (١) دل مؤمن جي (٢) دل قرآن، يعني سورة يٰسٓ (٣) دل رات جي يعني پوئين رات اوهان کي گهرجي تہ الله تعاليٰ جي رضامندي واسطي، هميشہ انهيءَ مبارڪ وقت ۾ سورة يٰسٓ پڙهو ۽ خدا تعاليٰ کان دعائون گهرو، پوئين رات پڙهي نہ سگهو تہ صبح جو نماز کان اڳي يا پوءِ پڙهندا رهو.

هي فائدو ٻہ ياد رکو تہ هميشہ عبادت لاءِ عمل ۽ وظيفو ايترو مقرر ڪجي جو ماڻهو هميشہ اهو ڪري سگهي ٻہ ٽي ڏينهن گهڻو وظيفو ڪري وري ڇڏي ڏجي تنهن کان بهتر آهي ٿورو ڪجي. خدا تعاليٰ وٽ اهو طريقو پسنديده آهي. "اَحَبُّ الْاَعْمَالِ اِلَي اللهِ اَدْ وَمُهَا" تهنڪري بهتر آهي تہ اوهين هميشہ هڪ دفعو جيئن قرآن ۾ سورة آهي تئين پڙهو.

ڪن مشائخن وٽ هي ترتيب پڙهڻ جي مجرب آهي تہ سورة يٰسٓ ۾ ست مبينون آهن. سورة شروع ڪري پهرين مبين تي بيهي وري ٻئي دفعي سورة مٿان شروع ڪري ٻئي مبين تائين پڙهي. اهڙي طرح ٽئين دفعي، ستن دفعن تائين پڙهي پوري ڪري.

ٽين ترتيب مشڪلات جي وقت پڙهڻ لاءِ مشائخن وٽ مجرب آهي تہ نماز عشاء کان بعد ٻہ رڪعتون نفل پڙهي پوءِ سورة يٰسٓ ٤١ ڀيرا پڙهي، سڀ ڪنهن ڀيري کان بعد دعا گهري ۽ چوي تہ "يَا مَنْ اَمْرُهٗ اِذَا اَرَادَ شَيْئًا اَنْ يَّقُوْلَ لَهٗ كُنْ فَيَكُوْنُ" (مونکي بيماري کان شفا ڏي، يا شر ظالم کان پناه ڏي يا تنگدستي دفع ڪر) جهڙو مطلب هجيس تہ جلد حاصل ٿيندو. انشاءالله تعاليٰ.

سُوْرَةُ الْوَاقِعَةِ

هن سورة سڳوري جو، دفع فقر و فاقہ جي واسطي تاثير عجيب آهي، اصحابن سڳورن جي زماني کان وٺي هي وظيفہ سندن مجرب ۽ معمول آهي. حضرت امير عثمان رضي الله عنہ ڪجهہ مال ۽ پئسا، عبدالله بن مسعود کي ڏنا، هن وٽڻ کان انڪار ڪيو، چيائين مونکي ضرورت نہ آهي، چيائين توکي ضرورت نہ آهي تہ وجي پنهنجي نياڻن

ڪي ڏي. چيائين، ڇا؟ تون منهنجي نيائين تي فقر ۽ تنگدستيءَ جو خوف ٿو ڪرين؟ حالانڪ مون هڻ کي "سورة واقعه" پڙهڻ لاءِ ڏسي ڇڏي آهي ۽ مون رسولِ خدا ﷺ کان ٻڌو آهي ته جيڪو هر رات سورة واقعه پڙهندو تنهن کي هرگز تنگدستي ڪانه ٿيندي.

پائرو ڏسو هڻ جو اعتقاد ڪامل ۽ يقين جازم. اهڙي اعتقاد ۽ يقين سان ته ماڻهن کي فائدا رسن ٿا ۽ ڪامياب ٿين ٿا اسان ماڻهن جو نه اهڙو اعتقاد نه اهڙو يقين پوءِ فائدا به اهڙا ملندا "جهڙا ختما تهڙا ثواب".

هتي هڪڙو نقل ياد آيو آهي. چون ٿا ته هڪڙي مولوي صاحب وعظ پئي ڪيو. هڪڙو ٻهراڙي جو ماڻهو مسجد کان ٻاهر ڪن جهلي بيٺو، سو مولوي صاحب چيو بِسْمِ اللهِ شريف جي اهڙي برڪت آهي، جيڪو بِسْمِ اللهِ ڪري ڪم ڪندو اهو ڪامياب ٿيندو، ڪهڙو به مشڪل ڪم هوندو لنگهي وڃي پار پوندو. سو غريب هميشه ڇاڏي ڪير جي مٽي تي ڪٽي درياه پراڙ ڪير ڏئي ايندو هو. پئسو پتڻ جو ايندي پئسو ويندي ڏيندو هو. هڪ رات جو ڪير ڪٽي ويو، مولوي صاحب جي ڳالهه ياد هيس سوچيائين ڇا لاءِ آءٌ غريب ماڻهو روز به پئسا پتڻ جا ڀريان هو بِسْمِ اللهِ ڪري درياه مٿان هليو ويو، وري اهڙي طرح موٽي آيو جيئن زمين تي ماڻهو هلي ڪن ڏينهن کان پوءِ مولوي صاحب پاڻ درياه تي آيو ته پتڻ ڪونه هيو. خطابين چيس ته سائين فلاڻون ماڻهو اوهان کان ٻڌي روز بِسْمِ اللهِ ڪري اچي وڃي ٿو، اوهان به ائين ڪري وڃو، چيائين چڱو آبا پر

هڪڙو پٽڪو منهنجي چيلهہ ۾ ٻڌو اتفاق آهي هيڏانهن ڪي هوڏانهن تہ اوهين مونکي ڇڪي ڪڍجو. مولوي صاحب جو بِسۡمِ اللهِ ڪري درياہ ۾ گهڙيو تہ غوطا کائڻ لڳو. خطابين ويچارن ڇڪي مس مس مولوي صاحب کي ٻاهر ڪڍيو.

مطلب تہ هن زماني ۾ مفلسيءَ جو غم و الم ۽ تندستي جي شڪايت عام آهي ڇو تہ هڪ طرف کان خلق ۾ فيشن جو شوق ۽ فضول خرچي زياده ٿي وئي آهي تہ ٻئي طرف کان وري شين جي مهانگائي ۽ بليڪ مارڪيٽ حد درجي کي پهچي وئي آهي.

دوگونہ رنج و عذاب است جان مجنون را
بلائی صحبت لیلیٰ و فرقت لیلیٰ را

اڄ ڪلهہ متوسط طبقہ جي حالت واقعي قابل رحم آهي. سفيد پوش عيال دار ماڻهوءَ جو گذران سؤَ سوا سؤ ماهوار مان بالڪل مشڪل ۽ لاچار آهي، سو رات ڏينهن ڳڻتن ۾ گرفتار آهي اوهانکي گهرجي تہ يقين ڪامل رکو ۽ سورة "واقعہ" جا ۲۷ سپاره ۾ اَلرَّحۡمٰن کان پوءِ آهي ياد ڪري هر روز مغرب کان بعد هڪ ڀيرو يا ٽي ڀيرا پڙهندا وڃو. جيڪڏهن ڪجهہ وقت هفتو ٻہ هفتہ يا نهايت چاليهہ ڏينهن رات جو مغرب يا عشاء کان بعد ايڪيتاليهہ ڀيرا پڙهندا اميد تہ جلد ڪشائش رزق جي ٿي ويندي، ٻن ڪلاڪن ۾ چاليهہ ڀيرا پڙهي سگهجي ٿي. ٻيو بہ بعضي دعائون ڪشائش رزق لاءِ اڳتي لکنداسين.

(۱) مجنون جي جان کي ٻن قسمن جو عذاب ۽ رنج آهي هڪ آزمائش ليليٰ جي محبت جي ۽ ٻيو جدائي ليليٰ جي.

فضائل سُوْرَةُ الْمُلْكِ يعني سورة تبارک

هن سورة مبارک جي خاصيت دفع عذاب قبر لاءِ ۽ قيامت جي ڏينهن محشر ۾ شفاعت ڪرڻ لاءِ صحيح حديثن سان ثابت آهي.

پاڻ سڳورن ﷺ فرمايو آهي،

آئون دوست ٿو رکان پنهنجي اُمّت مان انهيءَ شخص کي جنهن جي دل ۾ هي سورة هجي يعني ياد رکي ۽ پڙهي ان کي. حضرت ابن عباس رضہ هڪڙي ڏينهن پنهنجي دوست کي چيو، آئون توکي هڪڙي حديث تحفو نہ ڏيان جنهن سان تنهنجي دل خوش ٿئي. چيائين چو نہ؟ فرمايائين سورة تبارک تون پڙھہ ۽ پنهنجن ٻارن ٻچن کي سيکار چو تہ هي سورة عذاب قبر کان پناه ڏيندڙ آهي ۽ قيامت جي ڏينهن پڙهندڙ لاءِ الله تعاليٰ وٽ شفاعت ڪرڻ واري تانجو عذاب دوزخ کان هن کي نجات ڏياريندي.

منهنجي صلاح آهي تہ اوهين دنيا ۾ خوش رهڻ ۽ آسوده حالي لاءِ هميشہ مغرب کان بعد "سورة واقعہ" پڙهندا رهو ۽ آخرت جي سهنج سولائي لاءِ عشاء کان بعد "سورة تبارک" پڙهندا رهو ۽ صبح جو خاص خدا تعاليٰ جي رضامندي ۽ بندگي لاءِ "سورة يس" پڙهندا رهو. اهي ٽئي سورتون مقرر ڪري مداماً پڙهو تہ ٻئي جهان اوهانجا موچارا ٿين.

سُوْرَةُ الْمُزَمِّلِ

هي سورة سڳوري بہ ڪشائش رزق جي واسطي ۽ حصول غنا ظاهري و باطني جي واسطي نهايت مفيد آهي، مشائخن وٽ مجرب ۽ معمول آهي.

پڙهڻ جي ترتيب هي آهي ته سورة سگوري بِسۡمِ اللهِ سان شروع ڪري جڏهن هن آيت. "لَآ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ فَاتَّخِذۡهُ وَكِيۡلًا ۝ تي پهچي تڏهن حَسۡبُنَا اللهُ وَنِعۡمَ الۡوَكِيۡلُ ۲۵ ڀيرا پڙهي وري ٻئي ڀيري متان شروع ڪري جڏهن "لا اله الا هو فاتخده وكيلا ط تي اچي تڏهن حسبنا الله ونعم الوكيل" ۲۵ ڀيرا پڙهي. وري سورة متان شروع ڪري اهڙي طرح ٽي دفعا سورة پڙهي.

ٻيو وظيفو ڪشائش رزق لاءِ: جو بزرگن جي تجربه ۾ آيل آهي، هن طرح آهي چاليهه ڏينهن هر روز ڪو وقت پڙهڻ لاءِ مقرر ڪري، خلاصو ويهي اوّل (۱۱) ڀيرا درود شريف پڙهي پوءِ (۱۱۱۱) يارنهن سويارهن ڀيرا "يَامُغۡنِيُ" تسبيح تي پڙهي. يارنهن تسبيحون پڙهندو ته (۱۱۱۱) ڀيرا ٿيندا پوءِ (۱۱) ڀيرا ٿيندا پوءِ (۱۱) ڀيرا آخر ۾ درود شريف پڙهي، جيڪو اهو عمل ڪندو الله تعاليٰ غيب مان هن کي رزق روزيءَ جو دروازو کولي ڏيندو.

مسئلو: ڪلام الله شريف جي وچ ۾ يا ان کانسواءِ ٻين وظيفن ۾ بعضي نامعلوم اسماء مثلاً يا دردائيل يا طمطائيل يا مثلاً بمهموب، بسهسهوب يا ٻيا الفاظ جن جي معنيٰ معلوم نه آهي، خبر ناهي جنن جا نالا آهن يا ملائڪن جا آهن خبر ناهي شيطانن جا نالا آهن، سي پڙهڻ درست نه آهن، اگرچه آهي نالا امام بوني يا شيخ سنوسي پنهنجن ڪتابن ۾ ذڪر ڪيا آهن ان سان مغرور نه ٿيو. خدا تعاليٰ کان فقط اسماءُ الحسنيٰ سان دعا گهرجي جيڪي قرآن ۽ حديث ۾ آيا آهن يا جن جي معنيٰ معلوم هجي نه مجهول المعنيٰ سان.

مسئلو: ڪلام الله شريف جون آيتون ڪاغذ تي لکڻ يا چيني جي ٿانوءَ ۾ لکڻ بي وضو ماڻهوءَ کي درست نه آهن انهيءَ ٿانءَ کي، انهيءَ تعويذ کي بي وضو هٿ لائڻ به درست نه آهي مگر غلاف ۽ پرده سان يعني پاڪ ڪپڙن جي، يا چم جي ڳوٿري ناهي ان ۾ تعويذ وجهي ڌاڳي سان سبي، پهرياڻ اندران ڳچيءَ ۾ يا ٻانهن تي ٻڌجي جيڪي رنگين ڪانچ جا تعويذ نهيل اچن ٿا انهن تي سونهري اکرن سان "لَآ اِلٰهَ اِلَّا اللهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ الْمُبِيْنُ يَا حَسْبِيَ اللهُ" لکيل هوندو آهي. اڪثر زالون ٻارن کي پارائينديون آهن انهن سان ڪاڳوس ۾ وجڻ درست نه آهي نه بي وضو هٿ لائڻ.

مسئلو: مراد آبادي وٽا، جن تي آيت الڪرسي ڇپيل هوندي آهي انهن جو به حڪم اهوئي آهي ته بي وضو ماڻهو هن کي هٿ نه لائي بلڪ وضوءَ وارو ماڻهو پاڻيءَ سان ڌوئي ٻئي ٿانءَ ۾ وجهي بيمار کي پياري.

مسئلو: تعويذ لکڻ تي يا ڦيٽي وجهڻ تي اجورو وٺڻ درست آهي تنهنجو دليل اهو قصو آهي جو صحيح حديثن ۾ مذڪور آهي جنهن اصحابي سڳوري فاتح سان نانگ يا ٽپون ڏنگيل رئيس ماڻهوءَ کي جهاڙ وڌي ۽ شرط ڪري ڏهه ٻڪرين جو هن کان ورتائين پوءِ پاڻ سڳورن عليه الصلوٰة والسلام کان پڇيائين. آنحضرت ﷺ نه فقط هن کي جواز جي فتويٰ ڏني بلڪ فرمايائون: "اِنَّ اَوْلٰي مَا اَخَذْتُمْ عَلَيْهِ الْاُجْرَةَ كِتَابُ اللهِ." يعني بهترين شئي جنهن تي اوهين اجورو ورتو سو ڪلام الله آهي.

مسئلو: حب ۽ بغض جو غير شرعي مطلب لاءِ عمل ڪرڻ درست نہ آهي اگرچہ آيات قرآني ۽ اسماء الاهي سان هجي، ظالم جي فقط دفع شر لاءِ وظيفو پڙهجي، زياده هن جي هلاڪي يا تباهيءَ لاءِ عمل ڪرڻ نہ گهرجي اهڙي طرح زال مڙس جي جدائيءَ واسطي يا مردن کي زالن کان ٻڌڻ جي واسطي عمل ڪرڻ وڏو گناه آهي، شيطاني ڪم آهي. جيئن اڄ ڪلهہ هن ملڪ بلوچستان ۾ اهو فساد گهڻو آهي. آخوند ۽ مُلا نوجوان شادي شده مرد کي سحر ۽ جادو سان سڪ ٻڌيو ڇڏيندا آهن. چڱا ڏنا وانا ماڻهو اهي ڪم ڪندا آهن.

مڪتوبات شريف ۾ امام رباني نقل لکيو آهي تہ هڪڙي بزرگ شيطان کي ڏٺو، موڙهيو سوڙهيو هڪڙي ڪنڊ ۾ پيو هو چيائين اي خبيث تون ڇا لاءِ هن ڪنڊ ۾ بيڪار سجو ڏينهن ويٺو آهين چيائين سائين آءٌ ڇا ڪريان منهنجو ڪم تہ هن زمانہ ۾ مُلا مولوي ڪري رهيا آهن آءٌ ڇا وجي ڪريان؟

مسئلو: سحر ۽ جادو جو تاثير حق تعاليٰ جي حڪم ۽ قدرت سان حق آهي ۽ صحيح و ثابت آهي خود آنحضرت ﷺ تي جادو ڪيو ويو هو ۽ ان جو خراب اثر پيدا ٿي پيو هو جنهن جو قصو شانِ نزول "قُلْ اَعُوْذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ" و "قُلْ اَعُوْذُ بِرَبِّ النَّاسِ" ۾ مذڪور آهي. اسان وٽ اسلامي علاج ۽ عمليات بہ سحر ۽ جادو باطل ڪرڻ لاءِ يا جنن ۽ شيطانن دفع ڪرڻ لاءِ موجود آهن پوءِ ڪهڙو ضرور آهي جو اسين غير مسلمن کان ڪامڻ ڪرايون، ڪولين ۽ ٻانيڻ کان سرندا وڄارايون ۽ جهمر لڳايون جهولا ڪرايون.

مسئلو: غير مسلمن کي دوا دارو ڏيڻ يا کو اعتقاد ۽ محبت رکي اچي ان تي ڦيٽو وجهڻ يا ڪنڌ ۽ پاڻي پڙهي ڏيڻ درست آهي. مگر ڪلام الله شريف جي آيت تعويذ ڪري لکي ڏيڻ درست نہ آهي چو تہ هو هميشہ بي وضو ۽ گهڻو ڪري جنب رهندا آهن.

هڪڙي دفعي پيرن جي ڳوٺ ملير ۾ ويٺا هواسون تہ هڪڙو هندو حضرت صاحب ملير واري وٽ آيو ۽ تعويذ گهريائين ۽ پاڻ هن کي ڪجھ لکي ڏنائون مون پڇيو سائين ڇا لکيو اٿو؟ پاڻ فرمايائون اسين غير مسلمن کي فقط "اعتقادكُمْ يَنْفَعُكُمْ" لکي تعويذ ڪري ڏيندا آهيون اسان جي والد صاحب مرحوم تہ پڇاڙيءَ ۾ تعويذ لکڻ بي ادبيءَ جي خوف ﷺ ڇڏي ڏنو ۽ صفا بند ڪري ڇڏيو فقط پاڻي يا ڌاڳو دم ڪري ڏيندا هوا ۽ چوندا هوا تہ اسان پنهنجا لکيل تعويذ ڏنا آهن جي ماڻهن بي خيالي ڪري وڃائي ڇڏيا آهن ۽ اهي اسان پاڻ اروڙين تان ڏسي ڪنيان آهن.

هن فقير کي حضرت صاحب ملير واري هي رباعي تعويذ لکڻ لاءِ اجازت ڏني هُئي.

اي در صفت ذات تو حيران کہ و مہ
و زجملہ جہاں خدمت درگاہ تو بہ (١)
علت تو فرستي د شفاہم تو دہي
مرا و فضل خويش تو بستان واين بدہ (٢)

آءٌ بہ گهڻو ڪري عام طور بيمارين لاءِ اها رباعي لکي ڏيندو آهيان ۽ مشڪلات واسطي هي دعا منظوم لکي ڏيندو آهيان.

---

(١) اي رب تنهنجي صفت ۾ خسيس ۽ عزت وارا حيران آهن تنهنجي درگاھ جي خدمت سڀني جهان جي نعمتن کان وڌيک ڀلي آهي. (٢) بيماري موڪلڻ وارو بہ تون آهين شفا ڏيڻ وارو بہ پوءِ اي رب پنهنجي فضل سان تون وٺ بيماري ۽ تون ڏي (يعني شفا ۽ صحت).

اي آنکه بذات خويش پاينده توئی
از دامن شب صبح بر آرنده توئی (١)
کار من بيچاره قوی بسته شده
بکشاي درے که در کشاينده توئی (٢)

اوهين به اهي مقبول دعائون رباعيون لکي ڏيندا وڃو عام اجازت آهي.

سُوْرَةُ الْاِخْلَاصِ يعني قُلْ هُوَاللّٰهُ اَحَدُ

هي اها مبارڪ سورت سڳوري آهي جا خدا تعاليٰ وٽ محبوب ترين سورتن جي آهي.

حديث شريف ۾ ايو آهي ته قُلْ هُوَاللّٰه اَحَدُ جو ثواب ٽين پتي قرآن شريف پڙهڻ جيترو آهي يعني جيڪو ٽي ڀيرا پڙهندو گويا سڄي قرآن شريف جو ختم ڪيائين ۽ جيڪو مسلمانن جي مقام ۾ وڃي يارنهن ڀيرا پڙهي ثواب ان جو اهل مقبره کي بخشيندو ته ميتن کي به مغفرت ٿيندي ۽ پڙهندڙ کي به سڀني ميتن جيترو ثواب پهچندو.

هونئن ته ٽي دفعا صُبح، شام پڙهڻ ڪافي آهي پر جيڪڏهن ڪو مشڪل درپيش اچي يا ڪنهن مقصد جي سرانجامي لاءِ عمل ڪرڻو هجي ته هر روز هزار ڀيرا چاليهن ڏينهن تائين پڙهي اميد ته هر مشڪل آسان ٿي ويندو ۽ دين دنيا جي مقصدن ۾ ڪامياب ٿيندو.

---

(١) اي رب تون قائم بالذات آهين ۽ رات جي دامن مان صبح ڏيکاريندڙ به تون آهين
(٢) منهنجو ڪم تمام مضبوط طرح سان بند ٿيل آهي. تون ڪو در کول جو در کوليندڙ تون ئي آهين.

مُعَوِّذَتَين

يعني قُلۡ اَعُوۡذُ بِرَبِّ الۡفَلَقِ ۽ قُلۡ اَعُوۡذُ بِرَبِّ النَّاسِ، هنن سورتن جو تاثير سحر ۽ جادو باطل ڪرڻ لاءِ جنن ۽ شيطانن جي شرارت کان بچڻ لاءِ ۽ انسان صورت شيطان صفت جاسدن ۽ دشمن کان محفوظ رهڻ لاءِ تمام مجرب آهي هن جو شان نزول جو قصو صحيح روايتن ۾ هن طرح مذڪور آهي ته لبيدا بن اعصم يهودي پنهنجي ڌيئرن کان آنحضرت عليه الصلوٰة والسّلام تي جادو ڪرايو سندن ڪي وار مبارڪ ۽ ڦڻيءَ جا ڏندا هٿ ڪري انهن تي ڪجهه پڙهي وارن ڪي يارهن ڳنڍيون ڏئي مديني شريف جي هڪڙي کوه ۾ وجهي ڇڏيون حضرت جن جي طبيعت مبارڪ تي ان جو اهڙو اثر ٿيو جو تي ڏينهن تمام تڪليف ۾ رهيا پوءِ هي ٻئي سورتون نازل ٿيون ۽ حضور جن کي ڄاڻايو ويو ته جادو فلاڻي کوه ۾ پوريل آهي سو وڃي ڪڍرايائون ته يارهن ڳنڍيون ڏنل هيون هڪ هڪ آيت سان هڪ هڪ ڳنڍ کلندي وئي ۽ جادو جو اثر زائل ٿيو. مسحور ۽ آسيب زده (يعني جادو ڪيل ۽ غيب جي ورتل) ماڻهوءَ کي گهرجي ته صبح شام ٽي ٽي دفعا پڙهي پاڻ تي ڦيٽو وجهي ۽ جي زياده پڙهي سگهي ته هر روز سؤ سؤ ڀيرا پڙهي ڇوڪاري ته جن يا جادو جو اثر دفع ٿي ويندو بدنظر ڪنهن ٻار کي يا حيوان کي لڳل هجي ته انهي لاءِ اهي سورتون پڙهي ڦيٽون وجهي پاڻي دم ڪري ڏجي.

ٻيو علاج سحر جي باطل ڪرڻ لاءِ

ڪنهن تي جادو يا ڌوهه ڪيو ويو هجي ته ڪڪڙ جا آنا ٣ عدد ونِي پاڻي ۾ ٺهڪائجن پوءِ مٿين کل لاهي اڃاڻ تي مسَ قلم سان هي

آيت لکي. "قَالَ مُوسىٰ مَا جِئْتُمْ بِهِ السِّحْرُ ط اِنَّ اللهَ سَيُبْطِلُهٗ ط اِنَّ اللهَ لَا يُصْلِحُ عَمَلَ الْمُفْسِدِيْنَ" (پاره نمبر ۱۱ سورة يونس ع ۸). ٻي آني تي لکي "اَوَلَمْ يَرَ الَّذِيْنَ كَفَرُوْٓا اَنَّ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضَ كَانَتَا رَتْقًا فَفَتَقْنٰهُمَا ط وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَآءِ كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ ط اَفَلَا يُؤْمِنُوْنَ ○ (پاره نمبر ۱۷ سورة الانبياء ع ۳) ٽي آني تي لکي. "وَقَدِمْنَآ اِلٰى مَا عَمِلُوْا مِنْ عَمَلٍ فَجَعَلْنٰهُ هَبَآءً مَّنْثُوْرًا ○" (پاره نمبر ۱۹ سُوْرَةُ الْفُرْقَانِ ع ۳)

ٽيون علاج

ڪنهن شخص کي جن ورتو هجي يا مرگهي ۾ بي هوش ٿي ڪري پيو هجي ته "اَفَحَسِبْتُمْ اَنَّمَا خَلَقْنٰكُمْ عَبَثًا وَّاَنَّكُمْ اِلَيْنَا لَا تُرْجَعُوْنَ ○ فَتَعٰلَى اللهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ ج لَآ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيْمِ ○ وَمَنْ يَّدْعُ مَعَ اللهِ اِلٰهًا اٰخَرَ لَا بُرْهَانَ لَهٗ بِهٖ فَاِنَّمَا حِسَابُهٗ عِنْدَ رَبِّهٖ اِنَّهٗ لَا يُفْلِحُ الْكٰفِرُوْنَ ○ وَقُلْ رَّبِّ اغْفِرْ وَارْحَمْ وَاَنْتَ خَيْرُ الرّٰحِمِيْنَ ○
(پاره نمبر ۱۸ سورة المؤمنون ع ۶)

ٽي ڀيرا پڙهي هن جي ڪَنَّ ۾ ڇوڪارجي. جيڪڏهن غير محرم عورت هجي ته ڪو محرم هن جي ڪن جي پاپڙي ۾ جهلي ۽ پري ڪان پڙهندڙ ڦيٽو وجهي.

چوٿون علاج حرزابي دجانه

هن دعا جو نالو حرزابي دجانه آهي. هي دعا هر قسم جِنّيات ۽ غيبيات جي واسطي مشهور معروف آهي، مکان ۾ سندن شرارت هجي ته انهيءَ مکان ۾ پڙهي ڦيٽون وجهجي يا لکي متي ديوار تي ٻنهي جي پاسي تختي کلي ۾ ٽنگجي. ماڻهوءَ کي غيب لڳل هجي ته ان تي پڙهي ڇوڪارجي يا تعويذ لکي ڳچيءَ ۾ ٻڌائجي يا پاڻيءَ تي

پڙھي ڏجي. اھا دُعا ھي آھي؛

بسم الله الرحمن الرحيم●

مِنْ مُحَمَّدٍ رَسُوْلِ رَبِّ الْعٰلَمِيْنَ اِلٰي مَنْ طَرَقَ الدَّارَ مِنَ الْعُمَّارِ وَالزُّوَّارِ اِلَّا طَارِقًا يَّطْرُقُ بِخَيْرٍ يَارَحْمٰنُ اَمَّا بَعْدُ فَاِنَّ لَنَا وَلَكُمْ فِي الْحَلْقِ سَعَةً فَاِنْ تَكُ عَاشِقًا مُوْلِعًا اَوْ فَاجِرًا مُوْذِيًا فَهٰذَا كِتَابُ اللهِ يَنْطِقُ عَلَيْنَا وَعَلَيْكُمْ بِالْحَقِّ اِنَّا كُنَّا نَسْتَنْسِخُ مَا كُنْتُمْ تَعْمَلُوْنَ وَرُسُلُنَا يَكْتُبُوْنَ مَاتَمْكُرُوْنَ اُتْرُكُوْا صَاحِبَ كِتَابِيْ هٰذَا (جيڪڏھن جاءِ ۾ غيب ھجي تہ چوي يا لکي) اُتْرُكُوْا هٰذَا الْمَكَانَ وَانْطَلِقُوْا اِلٰي عَبَدَةِ الْاَوْثَانِ وَ اِلٰي مَنْ يَّزْعَمُ اَنَّ مَعَ اللهِ اِلٰهًا اٰخَرَ لَا اِلٰهَ اِلَّا هُوَ كُلُّ شَيْءٍ هَالِكٌ اِلَّا وَجْهَهٗ لَهُ الْحُكْمُ وَاِلَيْهِ تُرْجَعُوْنَ حٰمٓ لَا يُنْصَرُوْنَ حٰمٓ تَفَرَّقَ اَعْدَاءُ اللهِ وَبَلَغَتْ حُجَّةُ اللهِ وَلَاحَوْلَ وَلَاقُوَّةَ اِلَّا بِاللهِ فَسَيَكْفِيْكَهُمُ اللهُ وَهُوَ السَّمِيْعُ الْعَلِيْمُ وَصَلَّي اللهُ تَعَالٰي عَلٰي سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّاٰلِهٖ وَسَلَّمْ-

اھا دعا ياد ڪري ڇڏيو تہ ھر جاءِ تي اوھانکي ڪم اچي.

پنجون علاج غيبات جو

(١) جيڪڏھن ڪنھن جي گھر ۾ غيبات جي شرارت ھجي، پٿر ماريندا ھجن يا باھيون ٻاريندا ھجن يا خوفناڪ آواز ڪندا ھجن تہ چار ڪليون (ميخون لوھ جون) وٺي ھر ھڪ تي آيت سڳوري، اِنَّهُمْ يَكِيْدُوْنَ كَيْدًا ۙ وَّاَكِيْدُ كَيْدًا ۚ فَمَهِّلِ الْكٰفِرِيْنَ اَمْهِلْهُمْ رُوَيْدًا ○ ھر ھڪ ميخ تي پنجويھ پنجويھ ڀيرا پڙھي، جاءِ جي چئني ڪنڊن تي متي ديوار ۾ نوڪي ڇڏي تہ انھن جي شرارت دفع ٿيندي.

(٢) ٻيو نہ شامر جو سج لهڻ کان بعد اهڙي جاءِ جي چئني طرفن بانگ گهر ۾ ڏيارجي تہ جن ۽ شيطان ڀڄي ويندا.

(٣) اهڙي جاءِ ۾ آية الڪرسي هر روز و شب ٽي دفعا پڙهي چوڪارجي ۽ هر بار جڏهن وَلَايَؤُدُهٗ حِفْظُهُمَاجَ وَهُوَالْعَلِيُّ الْعَظِيْمُ○ پڙهي، انهي کي ٽي ٽي دفعا تڪرار ڪري.

آيات شفا :- قرآن شريف ۾ ڇهہ آيتون آهن، جن ۾ شفايابي جي بشارت آيل آهي، سي هر قسم بيمار کي جنهن جي علاج مان ڊاڪٽر ۽ حڪماء عاجز ٿيا هجن، چيني جي ٿانءَ ۾ لکي ڌوئي پيارجن تہ انشاءالله تعاليٰ، الله سُبْحَانہ وتعاليٰ شفا بخشيندو. اُهي آيتون هي آهن. وَيَشْفِ صُدُوْرَ قَوْمٍ مُّؤْمِنِيْنَ ○ (٢) وَشِفَآءٌ لِّمَا فِي الصُّدُوْرِ (٣) يَخْرُجُ مِنْ بُطُوْنِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ اَلْوَانُهٗ فِيْهِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ (٤) وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْاٰنِ مَاهُوَ شِفَآءٌ وَّرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِيْنَ (٥) وَاِذَامَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِيْنِ ○ (٦) قُلْ هُوَلِلَّذِيْنَ اٰمَنُوْا هُدًي وَّ شِفَآءٌ ط.

پهرين بِسْمِ اللهِ لکي پوءِ آيتون لکي پڇاڙيءَ ۾ درود شريف "وَصَلَّي اللهُ تَعَالٰي عَلٰي سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّاٰلِهٖوَسَلَّمَ" لکي ۽ وضو وارو ماڻهو ڌوئي ان کي پياري ۽ ٿانوَ ۾ ڪجهہ رهيل پاڻي مان هٿ پسائي هن جي اکين تي ۽ نرڙ تي مسح ڪري. جيڪڏهن زمزم جو پاڻي هجي ۽ توري خاڪ شفا پڻ ان ۾ ملائجي پوءِ پيارجي تہ بهتر آهي.

شيخ عبدالحق محدث دهلوي شرح مشڪواة ۾ شيخ ابوالقاسم قشيري رحہ کان نقل لکيو آهي تہ منهنجو پٽ ڪنهن سخت بيماريءَ ۾ گرفتار ٿيو، طبيب ان جي علاج کان عاجز ٿيا ۽ سخت مشڪل درپيش آيو آءٌ غم ۽ فڪر ۾ سمهي رهيس تہ رسولِ خدا ﷺ کي

خواب ۾ ڏنم پاڻ مونکي فرمايائون (اي ابوالقاسم. تون ڇو غافل ٿيو آهين شفا جي آيتن کان) صبح جو ڪلام الله شريف کولي آيتون ڳوليم ته اهي ڇهه آيتون هٿ آيم، پوءِ لکيم، اهي آيتون ۽ دوئي پياريم پنهنجي پٽ کي پوءِ في الحال منهنجو پٽ شفاياب ٿيو، گويا هن جي پيرن مان بند ڪنهن کولي ڇڏيو. پوءِ شيخ عبدالحق مذڪور لکيو آهي ته هي عمل گهڻن مشائخن کان مذڪور ۽ مروي آهي. بيمار تي پڙهڻ ۽ دوئي پيارڻ صحيح تجربہ سان ثابت ٿيل آهي.

اسانجن حضراتن وٽ بہ اهو عمل هميشہ معمول ۽ مجّرب آهي. اوهين بہ ان تي عمل ڪريو ته خدا تعاليٰ مريضن کي عافيت بخشيندو. انشاءالله سبحانہ و تعاليٰ.

حَسْبُنا اللهُ وَنِعْمَ الْوَكِيْلُ

هن آيت سڳوري جو ورڻينو سمر مشڪلات ديني خواه دنيوي لاءِ ڪافي ۽ شافي آهي. خصوصاً جيڪو شخص ناحق ڪيس ۾ گرفتار ٿيو هجي يا حاڪمن جي زيرعتاب آيو هجي يا دشمن جي خوف خطره کان پريشان هجي يا رزق جي تنگي هجيس ته هن وظيفہ کان غفلت نہ ڪرڻ گهرجي.

اسانجا وڏا اهڙين حالتن ۾ پنهنجن مريدن کي اهو وظيفو ڏسيندا هوا ۽ پڙهائيندا هوا.

هتي مرحوم آخوند يار محمد متعلوي جا اهي بيت ياد آيا جيڪي هن پنهنجي منظوم خط ۾ حضرت صاحب ٽکهڙ شريف واري ڏانهن لکي ڏکهو فارسي قصيدو نهايت فصيح ۽ بليغ ٺاهي عربستان موڪليو هو تنهن ۾ چوي ٿو.

اے صبا گر بوئے مکہ روی
از تو برمن ہزار احسان است (١)

آں دیارے کہ ہرخس و خارش
بہتر از یاسمین و ریحان است (٢)

اندر آنجا است پیرو مرشد من
نام نامیش عبد رحمان است (٣)

ہست آل امام ربانی
قدوة اہل علم و عرفان است (۴)

برسانش زمن سلام و دعا
ادبے کن ادا کہ شایان است (٥)

بعد ام آن گو بصد خضوع و خشوع
کہ مرید تو بس پریشان است (٦)

از غم روزگار فکر عیال
در شب و روز سبحہ گردان است (٧)

حسب ارشاد تو وظیفہ او
حسبنا اللہ الخ زنص قرآن است (٨)

---

(١) اي صبا (ٿڌي هوا) جيڪڏهن مڪي شريف وڃين ته تنهنجا مون تي هزار ٿورا ٿيندا.
(٢) ٿهو ملڪ جنهنجا ڪک ۽ ڪنڊا ياسمين ۽ ناز بوءِ (گلن ڪان) وڌيڪ ڀلا آهن.
(٣) اتي منهنجو پير ۽ مرشد آهي جنهن جو پاڪ نالو عبدالرحمن آهي.
(۴) جو حضرت امام رباني جو اولاد، اهل علم ۽ اهل معرفت جو پيشوا آهي.
(٥) انهيءَ کي منهنجا سلام پهچاءِ ۽ سندس ايڏو ادب ڪرجانءِ سندس لائق شان هجي.
(٦) پوءِ وڏي نياز ۽ ادب مان عرض ڪر ته تنهنجو مريد گهڻو پريشان آهي.
(٧) زماني جي غمن ۽ عيال جي ڳڻتين ڪان رات ڏينهن تسبيح وانگر ڦرندڙ آهي.
(٨) تنهنجي حڪم مطابق سندس وظيفو حسبنا الله ونعم الوڪيل" پڙهندڙ آهي.
اها قران شريف جي آيت آهي.

حضرت امام جعفر صادق فرمايو آهي، مونکي عجب آهي ان شخص جو، جو دشمن جي چنبي ۾ آيو هجي سو ڪيئن غافل رهي تو قول خدا تعاليٰ جي کان يعني حَسْبُنَااللهُ وَ نِعْمَ الْوَكِيْلُ، کان حالانڪ خدا تعاليٰ پاڻ قرآن شريف ۾ فرمايو آهي، "فَانْقَلَبُوْ ابِنِعْمَةٍ مِّنَ اللهِ وَ فَضْلٍ لَّمْ يَمْسَسْهُمْ سُوْٓءٌ"

حضرت ابن عباس رضي الله عنه کان منقول آهي ته جنهن وقت سيدنا ابراهيم عليه السّلام کي باه ۾ اڇلايون تنهن وقت چيائين حَسْبُنَااللهُ وَ نِعْمَ الْوَكِيْلُ- ته اها باه هن تي باغ و بهار ٿي وئي ۽ جنگ بدر ۾ جڏهن رسول ڪريم ﷺ کي چيائون ته دشمن اڪابر قريش جا تمام زور شور سان اوهان تي ڪاه ڪرڻ لاءِ گڏجي آيا آهن تڏهن پاڻ فرمايائون حَسْبُنَا اللهُ وَ نِعْمَ الْوَكِيْلُ- يعني الله تعاليٰ اسانجو مددگار ڪافي آهي. پوءِ خدا تعاليٰ دشمن دفع ڪيا ۽ ڪين فتح مبين نصيب ڪئي.

ڪوبہ وقت فرصت جو رات جو هجي يا ڏينهن جو مقرر ڪري، ٻهرين سؤ ڀيرا درود شريف پڙهي پوءِ پنج سؤ ڀيرا "حَسْبُنَا اللهُ وَنِعْمَ الْوَكِيْلُ" پڙهي ۽ هر هڪ سؤ جي آخر ۾ چوي "نِعْمَ الْمَوْليٰ وَ نِعْمَ النَّصِيْرُ" وري آخر ۾ سؤ ڀيرا درود شريف پڙهي.

فقير(١) گويد جيڪڏهن ايترو وقت فرصت نہ هجي يا پڙهي نہ سگهي ته فقط هڪ سؤ ڀيرا آيت سڳوري ۽ درود شريف اوّل ۽ آخر ۾ ست ست ڀيرا پڙهي ته بہ ڪافي آهي. ثواب هن ختم جو بروحانيت حضرت خواجہ محمد معصوم رحہ سرهندي جي بخشي ۽ خدا تعاليٰ کان پنهنجي مقصد لاءِ دعا گهري.

---

(١) حضرت مصنف قدس سره فرمائن ٿا.

ٻي آيت سڳوري: فَاِنۡ تَوَلَّوۡا فَقُلۡ حَسۡبِيَ اللّٰهُ لَاۤ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ ؕ عَلَيۡهِ تَوَكَّلۡتُ وَ هُوَ رَبُّ الۡعَرۡشِ الۡعَظِيۡمِ•

پڻ تمام مُهِمّات ۽ مشڪلات لاءِ هر روز ست دفعه پڙهڻ تمام نافع ۽ برڪت واري آهي. هر مؤمن مسلمان ڪي هي دعا هميشه پڙهڻ گهرجي جو نه پڙهڻ ۾ ٻه آسان آهي ۽ سڀني مشڪلن لاءِ ڪافي و شافي آهي.

بعضي عالمن لکيو آهي ته هن آيت پڙهڻ لاءِ حديث شريف ۾ هڪڙي وڏي عجيب و غريب بشارت آيل آهي يعني جيڪو هي آيت پڙهي خواه صادق هجي يا ڪاذب ته انهن جا مهمات آخرت جا خواه دنيا جو پورا ٿيندا، حالانڪ اڪثر دعائون موقوف آهن مٿي صدق ۽ صحت نيت جي مگر هن آيت ۾ رحمت واسع ۽ بشارت عام آهي خواه پڙهندڙ پنهنجي قول ۾ صادق ۽ توڪل ۾ ثابت قدم هجي يا نه هجي. هي اهڙي وڏي نعمت آهي جنهن جو قدر سڃاڻڻ گهرجي ۽ جنهن جو شڪر ادا ڪري نٿو سگهي.

لَاۤ اِلٰهَ اِلَّاۤ اَنۡتَ سُبۡحٰنَكَ اِنِّيۡ كُنۡتُ مِنَ الظّٰلِمِيۡنَ

هي آيت سڳوري نه غمن ۽ همن جي علاج لاءِ اڪسيراعظم آهي، مشهور و معروف "دعا يونس" علي نبيّنا و عليہ الصلوٰة والسّلام سان آهي جنهن قرآن شريف ۾ خدا تعاليٰ فرمايو آهي "فَنَادٰى فِي الظُّلُمٰتِ اَنۡ لَّاۤ اِلٰهَ اِلَّاۤ اَنۡتَ سُبۡحٰنَكَ اِنِّيۡ كُنۡتُ مِنَ الظّٰلِمِيۡنَ ۚۖ فَاسۡتَجَبۡنَا لَهٗ ۙ وَنَجَّيۡنٰهُ مِنَ الۡغَمِّ ؕ وَكَذٰلِكَ نُـنۡجِي الۡمُؤۡمِنِيۡنَ○ ۽ حديث شريف ۾ آيو آهي ته جيڪو ڏک وارو هن آيت سان دعا گهرندو ته تنهنجي دعا قبول ڪئي ويندي. حضرت امام جعفر

صادق رضي الله تعاليٰ عنه فرمايو آهي، مونکي عجب آهي، مغموم يعني ڏک وارو ماڻهو ڇو غافل رهي ٿو ڪنا "لَآ اِلٰهَ اِلَّآ اَنْتَ سُبْحٰنَكَ اِنِّيْ كُنْتُ مِنَ الظّٰلِمِيْنَ" حالانک خدا تعاليٰ فرمايو آهي فَاسْتَجَبْنَا لَهٗ وَنَجَّيْنٰهُ مِنَ الْغَمِّ ط وَكَذٰلِكَ نُنْجِي الْمُؤْمِنِيْنَ○ ۽ مشائخ نقشبنديه رڻ هن جي پڙهڻ ۽ ختم ڪرڻ جي ترتيب هي آهي (۽ ختم خواجگان ۾ پڙهندا آهن) ته سؤ دفعا اول درود شريف پڙهي پوءِ پنج سؤ ڀيرا لَآ اِلٰهَ اِلَّآ اَنْتَ سُبْحٰنَكَ اِنِّيْ كُنْتُ مِنَ الظّٰلِمِيْنَ پڙهي ۽ وري آخر ۾ درود شريف سؤ ڀيرا پڙهي، ثواب ان جو بروحانيت حضرت دستگير سيدنا الشيخ عبدالقادر جيلاني جي بخشي، انشاءالله تعاليٰ ڪهڙو به مشڪل هوندو ته آسان ٿيندو.

غمن جو علاج ڪلمهٔ ترجيع سان

يعني اِنَّا لِلّٰهِ وَاِنَّا اِلَيْهِ رَاجِعُوْنَ چوڻ سان: ڪائي مصيبت ڪنهن کي پهچي وڃي مثلاً ڪنهن جو عزيز مري وڃي يا ڪو مال تلف ٿئي ڪا پياري شئي ضائع ٿي وڃي ته ان کي بروقت هي آيت پڙهڻ گهرجي. "اِنَّا لِلّٰهِ وَاِنَّا اِلَيْهِ رَاجِعُوْنَ● پوءِ چوي اَللّٰهُمَّ اٰجِرْنِيْ فِيْ مُصِيْبَتِيْ وَاخْلُفْ لِيْ خَيْرًا مِّنْهَا- يعني اي الله مونکي هن مصيبت جو (آخرت ۾) اجر ڏي ۽ (دنيا ۾) هن جو بهترين عوض مونکي عطا فرما.

ام المؤمنين بي بي ام سلمه کان روايت آهي ته جڏهن منهنجو مرد ابو سلمه (جو اصحابي سڳورو هو ۽ مٿس نهايت مهربان هو) مري ويو، مون آنحضرت ﷺ کان ٻڌو هو ته جيڪو مصيبت جي وقت مٿين آيت ۽ دعا پڙهندو تنهن کي خدا تعاليٰ بهترين عيوض عطا فرمائيندو، سا آءٌ پڙهندي هيس مگر دل ۾ خيال ايندو هو ته ابو

سلم کان بهترين شخص مون لاءِ ڪير پيدا ٿيندو. تانجو آنحضرت ﷺ خود پنهنجي نڪاح جو پيغام مون ڏي چوراڻي موڪليو، مون پنهنجي سعادت سمجهي پيغام قبول ڪيو ۽ بهترين اعيوض مونکي مليو.

غمن جو علاج وظائف ۽ دعائن سان

جيئن يوناني حڪيمن سڀ ڪنهن بيماري لاءِ مختلف دوائون ۽ نسخا لکيا آهن، ڪنهن کي معجون کارائن ڪنهن کي شربت پيارين ڪنهن کي خاڪو ڏين اهڙي طرح روحاني حڪيمن روحاني بيمارين لاءِ مختلف وظيفا ٻڌايا آهن ۽ قسم قسم دعائون تجويز ڪيون آهن. ڪنهن جي واسطي نماز، ڪنهن جي واسطي سورة، ڪنهن جي واسطي دعا، ڪنهن جي واسطي درود شريف. اوهان کي جيڪا دعا، جيڪو وظيفو موافق حال ۽ موافق مزاج جي هجي سو انتخاب ڪري پڙهو انشاء الله تعالىٰ ضرور فائدو ٿيندو.

جنهن بزرگ جنهن اولياء کي جيڪو وظيفو جيڪا دعا عمل ۽ تجربه ۾ آئي آهي سائي ٻڌائي آهيس ۽ ان جي ئي تعريف ڪئي آهيس مگر فائده کان ۽ ثواب کان ڪا خالي ڪانه آهي.

غمن جو علاج حوقله سان

حوقله جي معنىٰ لَاحَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللهِ پڙهڻ. :حديث شريف ۾ آيو آهي تہ لَاحَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللهِ نوان نوي بيمارين جي دوا آهي جن مان سَوَلي ۽ آسان ترهمّ يعني ڳڻتي آهي.

بيون تہ اجا غم ۽ هم کان بہ زوردار آهن جي لَاحَوْلَ سان دفع ٿين ٿيون.

شيطاني وسوسن لاءِ، ٻُرن خيالن لاءِ، برن ڪمن کان بچڻ لاءِ مشائخن جي معمول ۽ مجرب آهي. اڪثر مريدن کي وسوسن جي

دفع ڪرڻ لاءِ ۽ عبادتن ۾ طاقت وٺڻ لاءِ ذڪر فڪر ۽ مراقبه ۾ چستي و چالاڪي لاءِ اهو وظيفو ڏسيندا آهن.

خواجگان نقشبنديه وٽ هن جي پڙهڻ جي ترتيب هي آهي ته پهريائين سو دفعه درود شريف پڙهي پوءِ پنج سو ڀيرا لَاحَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ پڙهي ۽ سو جي آخر ۾ اَلْعَلِيُّ الْعَظِيْمُ پڻ چوي وري آخر ۾ هڪ سو دفعه درود شريف پڙهي ۽ ثواب ان جو بروحانيت حضرت امام رباني مجدد الف ثاني شيخ احمد فاروقي سرهندي جي بخش ڪري. جيڪڏهن اهو ختمون سڄو پڙهي نه سگهي ته فقط ست ڀيرا درود شريف اول ۽ آخر ۾ ۽ سو ڀيرا لَاحَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ هميشه پڙهندو رهندو ته مذڪور فائدا حاصل ٿيندا. سستي ۽ وسوسا عبادت ۾ دفع ٿيندا. اطمينان قلبي ۽ قوت نيڪ عملن تي حاصل ٿيندي.

غمن جو علاج مأثور دعائن سان

(١) صحيح حديثن ۾ آيو آهي ته جنهن شخص تي ڪو غم يا ڏک يا ڳري ڳالهه نازل ٿئي ته اهو هن طرح چوي لَآ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ الْعَظِيْمُ الْحَلِيْمُ ط لَآ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ لَآ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ رَبُّ السَّمٰوٰتِ ط وَالْاَرْضِ وَرَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيْمِ ط هي سَوَلا ۽ آسان مگر عظيم القدر جليل الشان ڪلما ياد ڪري هر وقت پڙهندا وڃو.

(٢) ٻي دعا جيڪا پاڻ سڳورن ﷺ پنهنجي اُمّت کي ڏسي آهي ۽ فرمايو اٿن ته جنهن شخص کي ڪو غم يا ڏک رسي ته هي دعا پڙهي: اَللّٰهُمَّ اِنِّیْ عَبْدُكَ وَابْنُ عَبْدِكَ وَابْنُ اَمَتِكَ نَاصِيَتِیْ بِيَدِكَ مَاضٍ فِیَّ حُكْمُكَ. عَدْلٌ فِیَّ قَضَائُكَ اَسْئَلُكَ بِكُلِّ اِسْمٍ هُوَلَكَ سَمَّيْتَ بِهٖ نَفْسَكَ اَوْ اَنْزَلْتَهٗ فِیْ كِتَابِكَ اَوْ عَلَّمْتَهٗ اَحَدًا مِّنْ خَلْقِكَ

اَوِ اسۡتَاۡثَرۡتَ بِهٖ فِیۡ عِلۡمِ الۡغَيۡبِ عِنۡدَكَ اَنۡ تَجۡعَلَ الۡقُرۡاٰنَ الۡعَظِيۡمَ رَبِيۡعَ قَلۡبِيۡ وَنُوۡرَ بَصَرِيۡ وَجِلَاۤءَ حُزۡنِيۡ وَ ذَهَابَ هَمِّيۡ- تہ خدا تعالیٰ ان جو غم دفع ڪندو ۽ ان ڏک جي بجاءِ هن کي فرحت عطا فرمائيندو. ڏسو حضرت جن عليه الصلوٰة والسلام ڪهڙو نہ عظيم الشان وعدو ڏنو آهي. اوهين بہ هن دعا جي آخر ۾ چئجو (وَصَلَّي اللهُ تَعَالٰي عَلٰي سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّاٰلِهٖ وَسَلَّمَ).

(٣) بي بي اسما بنت عميس کي رسول ڪريم ﷺ ڏک جي وقت هي ڪلما ڏسيا اَللّٰهُ اَللّٰهُ رَبِّيۡ لَا اُشۡرِكُ بِهٖ شَيۡئًا-

(۴) ڏک واري ماڻهو کي ڏک جي وقت هي دعا پڙهڻ گهرجي اَللّٰهُمَّ رَحۡمَتَكَ اَرۡجُوۡ فَلَا تَكِلۡنِيۡ اِلٰي نَفۡسِيۡ طَرۡفَةَ عَيۡنٍ وَّاَصۡلِحۡ لِيۡ شَاۡنِيۡ كُلَّهٗ، لَآ اِلٰهَ اِلَّا اَنۡتَ-

(۵) رسول ڪريم ﷺ ڏک جي وقت هي دعا پاڻ پڙهندا هوا يَا حَيُّ يَا قَيُّوۡمُ بِرَحۡمَتِكَ اَسۡتَغِيۡثُ- هي ٽئي مختصر دعائون قابل قدر ۽ تمام آسان آهن. حديثن ۾ هنن جي تعريف آئي آهي، تن کي غنيمت سمجهو ۽ ياد ڪري پڙهندا وڃو.

غمن جو علاج درود شريف سان

ز حادثات زمانہ نجات اگر طلبی
برو درود بخوان بر محمد عربی (١)

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ طِبِّ الۡقُلُوۡبِ وَدَوَائِهَا وَجَلَاءِ الۡعُيُوۡنِ وَشِفَاءِ هَا وَعَلٰی اٰلِهٖ وَبَارِكۡ وَسَلِّمۡ - أبی بن کعب کان روايت آهي تہ هڪڙي ڏينهن مون پنهنجي محبوب مدني حضور پرنور سرورڪائنات مفخر موجودات عليہ الصلوٰة والسّلام جي

(١) زمانہ جي حادثن کان نجات جو طالبو آهين تہ وڃ محبوب ڪريم تي صلواة پڙهہ.

خدمت ۾ عرض ڪيو حضرتا! آءٌ پنهنجي ورد وظيفي جو ٽيون حصو اوهان تي درود پڙهڻ ۾ صرف ڪريان ٿو اوهان جي ڪهڙي مرضي آهي؟ پاڻ فرمايائون "اِنْ زِدْتَ فَهُوَ خَيْرٌ لَّكَ" يعني جيڪڏهن زياده ڪندين ته تنهنجي واسطي بهتر آهي. مون عرض ڪيو ته اڌ حصو ڪريان؟ پاڻ فرمايائون "اِنْ زِدْتَّ فَهُوَ خَيْرٌ لَّكَ" اجا زياده ڪندين ته تنهنجي واسطي بهتر آهي. مون عرض ڪيو ته سمورو وقت تنهنجي درود پڙهڻ ۾ صرف ڪريان پاڻ فرمايائون: "اِذًا يَكْفِيْ هَمَّكَ وَ يُغْفَرُ ذَنْبُكَ-تڏهن ته تنهنجا سڀ غم لهي ويندا ۽ تنهنجا گناه معاف ڪيا ويندا.

هي ڪا ٿوري ڀلائي آهي جو هڪڙي دفعي صلواة پڙهڻ سان الله تعاليٰ ڏهه رحمتون پڙهندڙ تي نازل ڪري ٿو ۽ ڏهه ڀيرا پڙهڻ سان سو رحمتون نازل ڪري. ڀلا الله تعاليٰ جي رحمت کان مٿي ڪا شيءِ آهي ڇا؟ باقي ڇا گهرجي.

سڀ ڪان بهتر ۽ افضل صيغو درود جو اهو آهي جو پاڻ رسول مقبول ﷺ پسند ڪيو آهي ۽ امت کي ٻڌايو آهي جيڪو التحيات کان بعد پنج وقت نماز ۾ پڙهندا آهيو. يعني اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى مُحَمَّدٍ وَّعَلٰى اٰلِ مُحَمَّدٍ كَمَا صَلَّيْتَ عَلٰى اِبْرَاهِيْمَ وَعَلٰى اٰلِ اِبْرَاهِيْمَ اِنَّكَ حَمِيْدٌ مَّجِيْدٌ-اَللّٰهُمَّ بَارِكْ عَلٰى مُحَمَّدٍ وَّعَلٰى اٰلِ مُحَمَّدٍ كَمَا بَارَكْتَ عَلٰى اِبْرَاهِيْمَ وَعَلٰى اٰلِ اِبْرَاهِيْمَ اِنَّكَ حَمِيْدٌ مَّجِيْدٌ ط چونڪ اسان تي سندين تعظيم و تڪريم پڻ واجب آهي تنهنڪري سندن نالي مبارڪ سان ۽ حضرت ابراهيم جي نالي سان سيّدنا جو لفظ چوڻ ضرور آهي.

ٻين اوليائن عاشقان جمالِ محمّدي ۽ مقبولان درگاه صمدي، جيڪي پنهنجي عشق و محبت مان پنهنجي ذوق وشوق سان صلواتون ٺاهيون ۽ چيون آهن. سي ته لاتعد ولا تحصيٰ (بي شمار ۽ بي حساب آهن) خاص ڪتاب هن باب ۾ نهيل آهي سي ته هتي

ذڪر ڪري ٿا سگهجن باقي هڪڙو صيغو مشهور معروف "صَلوٰةٌ تُنَجِّيْنَا" جو اسين هتي ذڪر ڪريون ٿا جو حلّ مشڪلات، دفع بليات ۽ قضا حاجات جي واسطي تمام مجرّب آهي ۽ سيني عالمن بزرگن مشائخن جو معلوم آهي، سوهي آهي

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰٓى اٰلِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ صَلوٰةً تُنَجِّيْنَا بِهَا مِنْ جَمِيْعِ الْاَهْوَالِ وَالْاٰفَاتِ وَتَقْضِىْ لَنَا بِهَا جَمِيْعَ الْحَاجَاتِ وَتُطَهِّرُنَا بِهَا مِنْ جَمِيْعِ السَّيِّئَاتِ وَتَرْفَعُنَا بِهَا اَعْلَى الدَّرَجَاتِ وَتُبَلِّغُنَا بِهَا اَقْصَى الْغَايَاتِ مِنْ جَمِيْعِ الْخَيْرَاتِ فِى الْحَيٰوةِ وَبَعْدَ الْمَمَاتِ اِنَّكَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ ط

شيخ عبدالحق محدث دهلوي پنهنجي ڪتاب "جَذْبُ الْقُلُوْبِ" جي پوئين باب ۾ گهڻا صيغا صلواتن جا فائدن ۽ فضيلت سميت ذڪر ڪيا آهن. صلوٰة تنجينا جي باره ۾ لکي ٿو:

و اين درود کافل جميع مهمات و مقاصد دنيا و آخرت است و قطب قضاى حاجات و مهمات کاتب حروف است و خواندن آن جهت نجات از آفات کشتی و دريا منقول و مجرب است و اقل آن سه صدبار است. آورده اند که مردے بخواندن اين صيغه هزار بار براے مهمی که داشت مامور گشت سه صدبار خوانده بود که آن مهم منقضی گشت بعد از آن وظيفه در خواندن سه صد بار تعين يافت کذا ذکره بعض العلماء انتهیٰ. (۱)

---

(۱) يعني: هي درود، دنيا ۽ آخرت جي سيني مشڪلن ۽ مقصدن آسان ڪرڻ لاءِ ضامن آهي، ڪاتب الحروف (شيخ عبدالحق محدث دهلوي) جي قضائي حاجتن ۽ آسان ٿيڻ مشڪلات جي لاءِ اصل آهي. هن درود جو پڙهڻ ٻيڙي ۽ درياءَ جي آفتن جي ڇوٽڪاري لاءِ مشائخن کان منقول ۽ مجرب آهي، گهٽ ۾ گهٽ ٣سو ڀيرا آهي. نقل ڪيو اٿن ته هڪڙي ماڻهو مشڪل واري ڪي هن درود جي هزار ڀيري پڙهڻ جو امر ڪيو ويو. ٣ سو ڀيرا پڙهيائين ته ان جو مشڪل پورو ٿيو ان کان پوءِ هي وظيفو ٣ سو ڀيرا پڙهڻ مقرر ٿيو. اهڙي طرح بعض عالمن ذڪر ڪيو آهي.

دلائل الخيرات پڙهڻ جي ترتيب

دلائل الخيرات پڙهڻ جون ٻه ترتيبون آهن هڪ ته سومر جي ڏينهن شروع ڪجي ۽ آچر جي ڏينهن ختم ڪجي. اها ترتيب اڪثر ڇاپي دلائلن ۾ لکيل آهي ۽ عربستان ۾ معمول آهي.

مدينه شريف ۾ شيخ الدلائل کان انهي ترتيب جي مونکي اجازت مليل آهي. ٻي ترتيب جيڪا اسانجيُ آباءِ واجداد جي معمول آهي ۽ حضرت قبله گاهي قدس سره انهي ترتيب سان اجازت ڏيندا هوا ساهي آهي ته جمعه جي ڏينهن شروع ڪجي. پهرين "اسماءالحسنيٰ" يعني خدا تعاليٰ جا(نوا نوي نالا) پڙهي ۽ هر هڪ نالي سان جَلَّ جَلاَلَهٗ چوي. پوءِ اسماءالرسول صلي الله عليه وسلم پڙهي ۽ هر اسم سان سيّدنا اوّل ۾ ۽ صلي الله تعاليٰ عليه وسلم آخر ۾ چوي مثلاً سيّدنا محمد صلي الله تعاليٰ عليه وسلم سيدنا احمد صلّي الله تعاليٰ عليه وسلم. پوءِ پهريون حزب"صَلَّي اللهُ عَليٰ سَيِّدِنَا وَمَوْلنَا مُحَمَّدٍ وَّعَليٰ اٰلِهٖ وَصَحْبِهٖ وَسَلَّمْ" کان شروع ڪري "حَتّٰي لَايَكُوْنَ لَهٗ عَلَيَّ سُلْطَانٌ" تي ختم ڪري. ڇنڇر ڏينهن "اَللّٰهُمَّ اِنِّيْٓ اَسْئَلُكَ مِنْ خَيْرِ مَاتَعْلَمُ" کان شروع ڪري ۽ "كَمَا تُحِبُّ وَ تَرْضٰي لَهٗ" تي ختم ڪري. آچر ڏينهن "اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَليٰ رُوْحِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ" کان شروع ڪري ۽ "اَظْهِرْهُمْ سُلْطَانًا" تي ختم ڪري. سومر جي ڏينهن "اللهم صل علي سيدنا محمد عبدک کان شروع ڪري ۽ "اَللّٰهُمَّ اسْتُرْنَا بِسَتْرِكَ الْجَمِيْلِ ثَلٰثًا" تي ختم ڪري. اڱاري جي ڏينهن" اَللّٰهُمَّ اِنِّيْٓ اَسْئَلُكَ بِحَقِّكَ الْعَظِيْمِ" کان شروع ڪري "لَاقُوَّةَ اِلاَّ بِاللهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيْمِ" تي ختم

(١) هن ڪتاب جو سنڌي ۾ ترجمون صاحبزاده عبدالوحيد جان سرهندي ڪيو آهي. جنهن ڪي گهرجي اهو درگاه ٽنڊو سائينداد مان هي ڪتاب روبرو مفت حاصل ڪري سگهي ٿو.

ڪري اربع جي ڏينهن "اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰي سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰي اٰلِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّاَعْطِهِ الْوَسِيْلَةَ" کان شروع ڪري "فِيْ كُلِّ يَوْمٍ اَلْفَ مَرَّةٍ" تي ختم ڪري. خميس جي ڏينهن "وَاَنْ تُصَلِّيَ عَلَيْهِ وَعَلٰي اٰلِهٖ عَدَدَمَنْ سَبَّحَكَ" کان شروع ڪري ۽ ستون ۽ اٺون حزب ٻئي پڙهي دلائل الخيرات پورو ڪري ۽ جيڪڏهن ڪو نيڪ بخت سڄو دلائل الخيرات هر روز پڙهي پورو ڪري ته نور علي نور آهي.

دلائل الخيرات جي نموني سان ٻين بزرگن به ڪتاب صلواتن جا ناهيا آهن. مگر شيخ محمد بن سليمان جزولي مصنف دلائل جي خوش نصيبي سان ڪنهنجي ريس آهي؟ هن جو ڪلام ۽ ڪتاب تمام دنيا ۾ شرقاً وغرباً. جنوباً وشمالاً اهڙو مقبول ۽ مشهور تي ويو آهي جو روزانه لکين ڪروڙين ماڻهو پڙهن ٿا ۽ قيامت تائين ان جو ثواب مصنف عليه الرحمة جي نامهء اعمال ۾ داخل ٿيندورهي ٿو.

فائده:- علامه مخدوم محمد هاشم ٺٽوي لکيو آهي ته دلائل الخيرات ۾ جتي "يا محمد" آهي اتي "يا رسول الله" چوڻ گهرجي جو ته خدا تعاليٰ پنهنجي حبيب صلي الله تعاليٰ عليه وسلم جي اُمت کي ادب سيکاريو آهي ۽ فرمايو آهيس " لَا تَجْعَلُوْا دُعَآءَ الرَّسُوْلِ بَيْنَكُمْ كَدُعَآءِ بَعْضِكُمْ بَعْضًا.ط يعني رسول ڪريم عليه الصلواة والسلام کي ٻين ماڻهن وانگي نالووٺي نه پڪاريندا وڃو.

صلوٰة الحاجة

ڪا به سخت ضرورت يا حاجت درپيش اچي يا ڪنهن ماڻهو ۾ ضروري ڪم پوي ته خدا تعاليٰ کان حاجت روائي ۽ مشڪل ڪشائي لاءِ هي نماز ۽ دعا پڙهي:- پهريائين چڱي طرح (يعني آداب

۽ سنت سان وضو ڪري) ۽ ٻہ رڪعتون نفل نماز پڙهي خدا تعاليٰ جي حمد ۽ ثنا ڪري (سُبْحَانَ اللهِ وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ وَلَا اِلٰهَ اِلَّا اللهُ وَاللهُ اَكْبَرُ ٽي ڀيرا پڙهي) ۽ درود شريف رسول عليه الصلوٰة والسلام تي پڙهي پوءِ چوي. لَا اِلٰهَ اِلَّا اللهُ الْحَلِيْمُ الْكَرِيْمُ. سُبْحَانَ اللهِ رَبِّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعَالَمِيْنَ. اَسْئَلُكَ مُوْجِبَاتِ رَحْمَتِكَ وَعَزَائِمَ مَغْفِرَتِكَ وَالْعِصْمَةَ مِنْ كُلِّ ذَنْبٍ وَّ الْغَنِيْمَةَ مِنْ كُلِّ بِرٍّ وَّ السَّلَامَةَ مِنْ كُلِّ اِثْمٍ. لَا تَدَعْ لِيْ ذَنْبًا اِلَّا غَفَرْتَهٗ وَلَا هَمًّا اِلَّا فَرَّجْتَهٗ وَلَا حَاجَةً هِيَ لَكَ رِضًا اِلَّا قَضَيْتَهَا يَا اَرْحَمَ الرَّاحِمِيْنَ.

صلوٰة الاستخارة

ڪا نئين ڳالھ، ڪونئون ڪم درپيش اچي ۽ ماڻهو حيران ٿئي تہ هي ڪم ڪجي يا نہ ڪجي، جي ڪجي تہ ڪهڙي طرح ڪجي. مسنون طريقہ سان استخاره ڪري ۽ دعا خير جي گهري، پوءِ پريشاني يا مونجهارو نہ ڪري جنهن نمونہ سان جهڙي طرح سندس خير هوندو اهو درپيش ايندو.

استخاره جي ترتيب تمام سولي آهي هر ڪو ماڻهو هر وقت ڪري سگهي ٿو، خاص ڪنهن مولوي صاحب يا پير صاحب کان ڪرائڻ جي ضرورت نہ آهي. ڪنهن بہ وقت ڏينهن جو يا رات جو (گهڻو ڪري رات جو سمهڻ مهل ڪبو آهي) ٻہ رڪعتون نفل خدا ڪارڻ پڙهي پوءِ هي دعا پڙهي:-

اَللّٰهُمَّ اِنِّيْ اَسْتَخِيْرُكَ بِعِلْمِكَ، وَاسْتَقْدِرُكَ بِقُدْرَتِكَ وَاَسْئَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ الْعَظِيْمِ ط فَاِنَّكَ تَقْدِرُ وَلَا اَقْدِرُ. وَتَعْلَمُ وَلَا اَعْلَمُ. وَاَنْتَ

عَلَّامُ الْغُيُوبِ ۔ اَللّٰهُمَّ اِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ اَنَّ هٰذَا الْاَمْرَ خَيْرٌ لِّيْ فِيْ دِيْنِيْ وَمَعَاشِيْ وَعَاقِبَةِ اَمْرِيْ وَعَاجِلِهٖ وَاٰجِلِهٖ فَاقْدِرْهُ لِيْ وَيَسِّرْهُ لِيْ ثُمَّ بَارِكْ لِيْ فِيْهِ، وَاِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ اَنَّ هٰذَا الْاَمْرَ شَرٌّ لِّيْ فِيْ دِيْنِيْ وَمَعَاشِيْ وَعَاقِبَةِ اَمْرِيْ وَعَاجِلِهٖ وَاٰجِلِهٖ فَاصْرِفْهُ عَنِّيْ وَاصْرِفْنِيْ عَنْهُ وَاقْدِرْ لِيَ الْخَيْرَ حَيْثُ كَانَ ثُمَّ اَرْضِنِيْ بِهٖ يَا اَرْحَمَ الرَّاحِمِيْنَ ۔

هڪڙوڏينهن ياتي ڏينهن نهايت ستن ڏينهن تائين اها دعا ۽ نفل پڙهي پوءِ جنهن پاسي سندس خيال ۽ دل جو رايو ڪم ڪرڻ يا نه ڪرڻ لاءِ غالب ٿئي اهو ڪم ڪري يا نه ڪري، جيڪڏهن هر روز ماڻهو اها دعا پڙهندو رهندو ته پاڻ چڱون، ڇو ته انسان هميشه خير جو محتاج آهي ۽ دنيا دار الفتن و الفساد ۾ رهندڙ هميشه خدا تعاليٰ کان خير گهرجي ۽ شر کان پناه، تڏهن دعا مذڪور ۾ بجاءِ "هٰذَا الْاَمْرَ" (١) جي "جَمِيْعَ مَا اُرِيْدُهٗ" چوي ته سيني ڪمن مطلبن کي عام شامل ٿئي.

فائده:- استخاره جي صحيح معنيٰ ۽ اصل مطلب مٿي ذڪر ڪري آياسين، استخاره جي معني اها نه آهي ته غيب جون خبرون معلوم ڪجن يا ٻڌائجن ته فلاڻي زال يا زمين مونکي ملندي يا نه فلاڻو ماڻهو هن مقدمه ۾ يا امتحان ۾ ڪامياب ٿيندو يا نه؟ هڪڙي شخص کي وهم پيدا ٿيو ته اسانجي پراڻي ماڻٺائي جاءِ ۾ خزانو پوريل آهي، ڪو ماڻهو استخاره ڪري ٻڌائي ته آهي يا نه اسين جاءِ ڪوٽايون يا نه؟ مون ڇيو ڇر يا نه ٿيو. آتي باقي گهر پنهنجو نه ڍهرايو اهو ڪو ٻڌائي نه سگهندو اجايو پاڻ کي خراب نه ڪريو.

---

(١) هٰذا الامر ۾ اشارو پنهنجي مقصد ڏانهن دل ۾ ڪري مثلاً هٰذاالسفر هذا نڪاح هذا تجارة يعني هي سفر هي نڪاح ۽ هي واپار.

تسبيح نماز

اوهانکي خبر آهي تہ دنيا ۾ اکثر غم ۽ مصيبتون ۽ بلائون بدعملن جا نتيجا آهن ۽ گناهن جي شامت ڪري پيدا ٿين ٿيون.

ابرنايد از پئے منع زکات = وززناخيز دوبا الد جهات (١)

هتي خيال آيو تہ هر قسم گناهن جي مغفرت لاءِ اوهانکي اهو علاج ڏسيون جو حضرت رسول ڪريم عليہ الصلوٰة والسلام پاڻ اهو تحفو پنهنجي پياري چاچي حضرت عباس کي قرب ڪري عطا فرمايو هو ۽ تمام قرب ۽ پيار وارن الفاظن ۾ پنهنجي چاچي کي خطاب ڪري چيائون اي عباس! اي چاچا منهنجا! تو کي عطا نہ ڪريان؟ ايا توکي سوکڙي نہ ڏيان؟ ايا توتي عنايت نہ ڪريان ايا توکي اِهو ڪم نہ ڏسيان؟ جنهن جي ڪرڻ سان خدا تعاليٰ تنهنجا ڏهہ گناہ بخش ڪري. پهريان ۽ پويان ۽ نوان. خطا سان ڪيل هجن يا جاڻي واڻي. صغيرا هجن يا ڪبيرا، ڳجها هجن يا ظاهر.

اسين ڪيتري قدر گناهن ۾ مبتلا آهيون تنهن جو بيان ڪري نٿو سگهجي ("اسان" مان مطلب خاص طبقو معزز ۽ محترم مولوي صاحب ۽ پيرن صاحبن جو آهي جيڪي قوم جا پيشوا ۽ ڪشتي ملت جا نا خدا آهن).

سچ پچ اسانجا گناہ تہ گناہ آهن پر اسانجون عبادتون بہ گناهن سان ڀريل آهن. هي واقعي حقيقت آهي هن ۾ ڪو مبالغو يا ڪسرنفسي ڪا نہ آهي مثلاً اسين وضو ڪري نهي جڙي مسجد ۾ وڃون ٿا ۽ وضو ۾ جيڪي خاميون ۽ قصورڪريون ٿا سي تہ بجاءِ

(١) زکوات نہ ڏيڻ سبب مينهن بند ٿو ٿئي يعني ڏکار ٿو پوي ۽ زناڪاريءَ سبب ملڪ ۾ وبا (ڪالرا) ٿي ٿئي.

خود پر مسجد ۾ ڪي ماڻهو ڏسون ٿا ته نماز جي وقت سُتا پيا آهن ڪي ڳالهيون ويٺا ڪن، ڪي وضو برابر نٿا ڪن، ڪي اهڙي تڪڙي نماز پڙهن ٿا جو نه قومون نه جلسو نه رڪوع نه سجدو برابر ڪن ٿا. اسان هنن کي نه هدايت ڪريون ٿا نه سمجهايون ٿا نه شرعي مسئلو ٻڌايون ٿا. حالانڪ اسان پيرن، مولوين تي حق آهي، فرض آهي ته عام خلق کي هدايت ڪريون، نرمي سان نصيحت ڪريون، شرعي مسئلو ٻڌايون، هاڻي ٻڌايو انهن جا گناه اسانجي ڳچي ۾ پيا، نه پيا؟ وياهواسين هڪڙو ثواب ڪٺن، پرجي آياسين ويهن گناهن مان عَليٰ هٰذَالقِيَاس حج وجون ٿا. حَجّ ۾ سَفر ۾، عرفات ۾ طوَاف ۾ احَرام ۾ جيڪي هزارين گناه ۽ بي ادبيون ڪريون ٿا تنهن جو بيان هتي ڪري نٿو سگهجي.

"اسانجا گناه شريف خاندان ماڻهن جا ڏوهه ٻين عام ماڻهن جهڙا نه آهن، معتبر ۽ پڙهيلن ماڻهن جو گناه سخت معيوب ۽ نهايت بڇڙو آهي، هنن جا صغيرا گناه ٻين جي ڪبيرن جهڙا آهن ۽ عذاب انهن جو ٻيڻون، سزا سخت آهي، ڏسو ڪلام الله شريف ۾ خاص ٻانهن نبين سڳورن کان توري چڱي تور و قصور ٿيو آهي تنهن تي به هنن کي سخت عتاب خطاب، سخت تنبيه ڪئي وئي آهي ۽ صاف صريح رسول ڪريم عليہ الصّلوٰة والسلام جي اهل بيت کي حڪم ٿيو آهي. مَنۡ يَّأۡتِ مِنۡكُنَّ بِفَاحِشَةٍ مُّبَيِّنَةٍ يُّضٰعَفۡ لَهَاالۡعَذَابُ ضِعۡفَيۡنِ ط خبردار! جيڪڏهن اوهان (اهل بيتن مان) ڪو گناه ڪو ناشائسته ڪم ڪندو ته انهن کي ٻيڻون عذاب ڪيو ويندو. ميدان محشر ۾ جيڪڏهن ڪنهن جاهل عاصي ماڻهون کي موچڙا پيا ته عجب جهڙي

ڳالھ نہ آهي. جيڪڏهن ڪنهن معزز، معتبر ماڻهو کي برسر بازار موچڙا پيا تہ وڏي خواري وڏي شرمساري ٿيندي ۽ نهايت ارمان جي ڳالھ آهي عاصي ماڻهو جيڪي علانيہ گناه ڪن ٿا، ڏاڙهي ڪوڙائين ٿا شراب پيئن ٿا يا مثلاً مردار جانور جو گوشت کائين ٿا تہ پاڻ کي بيڙو بدڪار گنهگار ڪري سمجهن ٿا خواص ماڻهو جيڪي گناه ڪن ٿا سي تہ گناهن جو احساس ئي نٿا ڪن نہ ڪي پشيمان ۽ شرمسار ٿين ٿا معمولي ۽ رواجي ڳالهيون ڪري سمجهن ٿا حالانڪ اهي گناه هنن کان وبال ۾ اشد ۽ خباثت ۾ بدترين آهن. مثلاً ڪنهن جي گلا ۽ غيبت ڪرڻ مردار جانور جي گوشت کائڻ کان بدتر ۽ مسلمانن جي وچ ۾ شرارت پيدا ڪرڻ خون ريزي کان.

قرآن شريف ۾ آيو آهي "وَالْفِتْنَةُ اَشَدُّ مِنَ الْقَتْلِ" فتنہ انگيزي ۽ شرارت ڪرڻ، مارڻ ۽ خون ريزي ڪرڻ کان سخت تر آهي ۽ فرمايو ويو آهي "اَيُحِبُّ اَحَدُ كُمْ اَنْ يَّاْكُلَ لَحْمَ اَخِيْهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوْهُ" يعني پنهنجي ڀاءُ مسلمان جي گلا غيبت ڪرڻ اهڙي آهي جئين پنهنجي مئل ڀاءُ جو ماس کائجي.

هاڻي ٻڌايو اهي معمولي گناه هنن کان بدتر آهن يا نہ؟ مطلب تہ خواص عوام الناس کان زياده محتاج استغفار جا آهن، جيڪي مصلن تي ويهي تسبيح هٿ ۾ کڻي ماڻهن جون گلائون ڪن ۽ مسلمان ڀائرن جو ماس کائين اگر چہ ماه صيام ۾ روزن سان بہ هجن تنکي بالضرور خاص طور اهي نيڪ عمل ڪرڻ گهرجن جن ۾ بشارت گناهن جي مغفرت جي آيل هجي

متي ذڪر ڪيل تسبيح نماز پڙهڻ جي ترتيب هي آهي

۽ چار رڪعتون هڪڙي سلام سان نفل نماز تسبيح جي نيّت ڪري، رات جو ياڏينهن جو ڪو خاص وقت هن نماز لاءِ مقرر ڪو نہ آهي، هر وقت پڙهي سگهي ٿو "بغير اوقات(١) ممنوعہ جي بعض بزرگن بعد زوال قبل از ظهر وقت پسند ڪيو آهي. پهرين رڪعت ۾ فاتحہ کان بعد ڪائي سورة پڙهي. ڪن بزرگن لکيو آهي تہ پهرين رڪعت ۾ فاتحہ کان بعد "اَلْهٰكُمُ التَّكَاثُرُ" ● ٻي رڪعت ۾ فاتحہ کان بعد "والعصر" ● پڙهي ٽي رڪعت ۾ فاتحہ کان بعد "قُلْ يٰاَيُّهَا الْكٰفِرُوْنَ" ● چوٿين رڪعت ۾ فاتحہ کان بعد "قُلْ هُوَاللّٰهُ اَحَدٌ" ● پڙهي، سورة پڙهڻ کان بعد بيٺي بيٺي قيامؔ ۾ چوي سُبْحَانَ اللّٰهِ وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ وَلَااِلٰهَ اِلَّااللّٰهُ وَاللّٰهُ اَكْبَرُ ط پندرهن ڀيرا پوءِ رڪوع ڪري ۽ رڪوع جون تسبيحون پڙهي، رڪوع ۾ ڏهہ ڀيرا پڙهي پوءِ رڪوع کان مٿي بيهي قومه ۾ ڏهہ ڀيرا پوءِ سجدوڪري سجده جي تسبيحن کان پوءِ سجده ۾ ڏه ڀيرا پوءِ سجده کان مٿو مٿي ڪري جلسہ ۾ ڏهہ ڀيرا پڙهي ٻيو سجدوڪري ان ۾ بہ ڏهہ ڀيرا اها تسبيح پڙهي، سجده کان مٿو مٿي ڪري وهي ۽ ڏهہ ڀيرا تسبيح مذڪور پڙهي، پوءِ ٻي رڪعت ڏانهن اٿي وڃي ۽ باقي ٽي رڪعتون اهڙي طرح تسبيحن سان پڙهي پوريون ڪري تہ هر رڪعت ۾ ٧٥ تسبيحون ٿينديون ۽ چئن رڪعتن ۾ جملہ ٽي سو تسبيحون ٿينديون.

(١) اوقات ممنوعہ ٽي وقت جن ۾ نماز پڙهڻ منع آهي.(١) سج اڀرڻ (٢) سج لهڻ مهل (٣) سج برابر چوٽي تي اچي.

ٻي ترتيب:- جا عبدالله بن مبارڪ کان مروي آهي ۽ مذهب حنفيه سان موافق تر آهي تہ هر رڪعت جي قيام ۾ فاتحہ کان اڳي پندرهن ڀيرا تسبيحون پڙهي ۽ پڻ قيام ۾ سورة کان بعد ڏہ ڀيرا تسبيحون پڙهي انهي صورت سان بہ هر رڪعت ۾ ٧٥ تسبيحون ٿينديون ۽ رڪعت جي آخر ۾ ٻئي سجده کان مٿو ڪڍي وهي نہ سڌو وڃي قيام ڪري ۽ قيام ۾ فاتحہ کان اڳي ١٥ ڀيرا ۽ ضم سورة کان پوءِ ڏهہ ڀيرا پڙهندو وڃي. هر هڪ ڏهي جي پڄاڙي ۾ لَاحَوْلَ وَلَاقُوَّةَ اِلَّابِاللهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيْمِ پڻ چوي تہ بهتر آهي.

اڌڪلاڪ ۾ اها نماز پڙهي سگهجي ٿي ان ۾ ڪا دير يا تڪليف ڪا نہ آهي، جي ٿي سگهي تہ هرروز پڙهي نہ تہ جمعه، جمعه جي ڏينهن نہ تہ مهيني مهيني ۾ نہ تہ سال ۾ نہ تہ سڄي عمر ۾ ڪم از ڪم هڪ دفعو تہ ضرور پڙهي اها سعادت حاصل ڪري ۽ بشارت مغفرت ذنوب ۾ داخل ٿئي.

(٢) حديث شريف ۾ نقل آهي تہ هڪڙو شخص (فريادي) حضرت سرور ڪائنات عليہ الصلوٰة والسّلام جي حضور ۾ آيو ۽ چيائين "هاءِهاءِ" مونکي گناه وڪوڙي ريا آهن پوءِ آنحضرت عليہ الصلوٰة وَالسَّلَامُ هن کي فرمايو "چئو اَللّٰهُمَّ مَغْفِرَ تُک اَوْسَعُ مِنْ ذُنُوْبِيْ وَرَحْمَتُک اَرْجيٰ عِنْدِيْ مِنْ عَمَلِيْ" هن ائين چيو پوءِ فرمايائون وري چئو هن چيو ٽي ڀيرا. هن کي اها دعا پڙهائي، فرمايائون. هاڻي وڃ تحقيق الله تعاليٰ تهنجا گناه بخش ڪيا.

(٣) حديث شريف ۾ آيو آهي، جيڪو هروقت فرض نماز کان بعد ٽي ٽيهہ ڀيرا "سُبْحَانَ اللهِ" چوندو ۽ ٣٣ ڀيرا "اَلْحَمْدُلِلّٰهِ" چوندو

۽ ٣٣ ڀيرا "اَللهُ اَكبَرُ" چوندو ۽ پوروڪندو سوڪي ساڻ "لَا اِلٰهَ اِلَّا اللهُ وَحدَهٗ لَا شَرِيکَ لَهٗ لَهُ المُلکُ وَلَهُ الحَمدُ وَهُوَ عَلىٰ كُلِّ شَيءٍ قَدِيرٌ" ته انهن جون خطائون بخش ڪيون ويندون اگر چه سمنڊ جي گجي جيترڀون گهڻيون هونديون.

گهرجي ته اول آيت الڪرسي پڙهي پوءِ اهي تسبيحون پڙهي ڇو ته حديث شريف ۾ آيو آهي ته جيڪو هر فرض نماز کان بعد آيت الڪرسي پڙهندو تنهنکي جنّت ۾ وڃڻ کان ڪاشيءِ نٿي روڪي مگر موت.

غمن جو علاج استغفار سان

درمندان گنه را روز شب
شربتے بهتر ز استغفار نيست (١)

آرزو مندان وصل يا را
جاده غير از ناله هاى زار نيست (٢)

روايت آهي ته حضرت حسن بصري وٽ هڪڙو شخص آيو، چيائين آئون تنگدست ۽ سخت محتاج ٿيو آهيان، مونکي ڪو وظيفو ڏسيو، چيائين وڃي استغفار پڙه. وري ٻيو آيو تنهن عرض ڪيو ته مونکي اولاد ڪو نه ٿو ٿئي. اولاد لاءِ ڏاڍا سڪايل آهيون. چيائين وڃي استغفار پڙه، وري ٽيون شخص آيو چيائين سائين اسانجي ملڪ ۾ ڏاڍو ڏڪار آهي، مينهن ڪو نه ٿو وسي، چيائين وڃي استغفار پڙهو ته مينهن وسي ۽ سڪار ٿئي، هڪڙو شخص جواتي ويٺو هو تنهن حسن بصري کان پڇو سائين هي ڪهڙو سبب آهي،

(١) گنهگارن کي رات ڏينهن استغفار جي شربت کان وڌيڪ ڪاشيءِ ناهي.
(٢) يارجي وصل جي خواهشمندن کي عاجز جي رڙين ڌاران ڪوبه رستو ناهي.

جو اوهان سيني ماڻهن کي مختلف مطالبن ۽ ڪمن لاءِ استغفار ڏسيو آهي ڇيائين توکي خبر نہ آهي، قرآن شريف ۾ خدا تعاليٰ پاڻ اهي فائدا استغفار جا بيان فرمايا آهن.

"فَقُلْتُ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ط اِنَّهُ كَانَ غَفَّارًا ○ يُرْسِلِ السَّمَاءَ عَلَيْكُمْ مِدْرَارًا ○ وَيُمْدِدْكُمْ بِاَمْوَالٍ وَبَنِيْنَ وَيَجْعَلْ لَكُمْ جَنّٰتٍ وَيَجْعَلْ لَكُمْ اَنْهَارًا ○"

تنهن ڪري استغفار پڙهڻ جا ہہ ٽي مبارڪ ۽ ماثور صيغا هتي ذڪر ڪجن ٿا.

(١) اَسْتَغْفِرُاللهَ رَبِّيْ مِنْ كُلِّ ذَنْبٍ وَ اَتُوْبُ اِلَيْهِ" هي سهڻون سولو مختصر صيغو استغفار جو آهي، جوهر وقت هر حال ۾ پڙهي سگهجي ٿو جيڪڏهن ورد وظيفہ ۾ ڪثرت سان سون هزارن جي تعداد ۾ پڙهڻو هجي تہ آساني سان پڙهي سگهجي ٿو.

(٢) "اَسْتَغْفِرُاللهَ الْعَظِيْمَ الَّذِيْ لَآ اِلٰهَ اِلَّا هُوَالْحَيُّ الْقَيُّوْمُ وَاَتُوْبُ اِلَيْهِ". حديث شريف ۾ آيو آهي تہ جيڪو هي استغفار ٽي ڀيرا ۽ ڪن روايتن ۾ پنج ڀيرا پڙهندو تہ انهن جا گناه معاف ڪيا ويندا اگرچہ سمونڊ جي گجي جيترا هوندا.

(٣) اَللّٰهُمَّ اَنْتَ رَبِّيْ، لَآ اِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ. خَلَقْتَنِيْ وَاَنَا عَبْدُكَ. وَاَنَا عَلٰي عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ. اَعُوْذُبِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ اَبُوْءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ وَاَبُوْءُ بِذَنْبِيْ، فَاغْفِرْلِيْ، فَاِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوْبَ اِلَّا اَنْتَ.

هن جا نالو "سيد الاستغفار" آهي، يعني سيني صيغن ۾ ڀلوزور آهي، جيڪو ماڻهو صبح جو ۽ شام جو هي استغفار سچي دل سان پڙهندو پوءِ ان ڏينهن يا رات مرندو تہ ان کي اجر شهيد جو ملندو.

فائده:- استغفار جي اصل معنيٰ آهي معافي گهرڻ توبه ڪرڻ، طلب بخشش جي ڪرڻ گناهن کان باز اچڻ، جيئن شڪر فقط زبان سان به ٿئي ٿو ۽ عمل سان به، تيئن استغفار به ٻه قسم آهي زبان سان ۽ عمل سان، اصل مقصود ۽ معتبر، عمل آهي، رڳو زبان سان اَسۡتَغۡفِرُالله، اَسۡتَغۡفِرُالله چوڻ ۽ عمل ساڳيا ڪرڻ هڪڙي قسم جو ڪوڙيا منافقي آهي، جابجاءِ خود پيو مستقل گناه ۽ ڏوه آهي نه قابل رحم ۽ معافي جو انهي سبب ڪري بزرگن ڪاملن چيو آهي "اِسۡتِغۡفَارُ نَايَحۡتَاجُ اِلَي اِسۡتِغۡفَارٍ ڪَثِيۡرٍ" ط مگر چونڪ قول جو اثر قلب تي پوي ٿو. تنهنڪري قول ۾ به قصور نه ڪريو. اعترافِ قصور سان ۽ نهايت ندامت سان هميشه استغفار پڙهندا ۽ معافي گهرندا رهو شايد آخر انهن مان نيڪ نتيجو ظاهر ٿي پوي

گفت پیغمبر اگر کوبی درے
عاقبت زان در برون آید سرے (١) (مثنوی)

باب چوٿون

غمن جو علاج صحت ۽ تندرستي سان

قدر صحت مریض سے پوچھو
تندرستی ہزار نعمت ہے

سچ پچو ته مونکي ان مضمون تي ڪجهه لکڻ جو خيال ڪو نه هو، ڇو ته هي مضمون طب جسماني سان تعلق رکي ٿو ۽ هن باب ۾ گهڻان ئي ڪتاب ۽ رسالا سنڌي ۾ خواه اردو ۾ عام جام شائع ٿي چڪا آهن، هتي "شيخ مانده" ۾ مون وٽ نه ڪتاب آهن نه ايتري

(١) پاڪ پيغمبر فرمايو ته جڏهن ڪو در لوڪهنڊين (وڄائيندين) ته آخر ڪو نه ڪو مٿو (ماڻهو) ٻاهر نڪرندو يعني تنهنجو سڏ اونائيندو (اهڙيطرح رب پاڪ به)

فرصت آهي مگر پوءِ ڏنهن ته اهڙي وڏي نعمت کان ۽ اهم مهم ضروري ڳالهه کان جنهن تي تمام خوشين ۽ راحتن جو دارومدار آهي اکيون بوٽي پاسو ڏئي وڃڻ به مناسب نه آهي جهڙو حال حبيبان تهڙو پيش پريان ڪرڻ گهرجي.

حديث شريف ۾ آهي "نِعْمَتَانِ مَغْبُوْنٌ فِيهِمَا كَثِيْرٌ مِنَ النَّاسِ الصِّحَّةُ وَالْفِرَاغُ" وڏيون نعمتون آهن جن جي قدر وقيمت جي ماڻهن کي خبر نه آهي. هڪڙي صحت يعني تندرستي ٻي فراغ يعني فرصت جو وقت. "صَدَقَ اللّٰهُ الْعَظِيْمُ وَصَدَقَ رَسُوْلُهُ النَّبِيُّ الْكَرِيْمُ"

بيشڪ تندرستي اها عظيم الشان نعمت آهي جنهن تي سيني نعمتن ۽ دين دنيا جي راحتن جو دارومدار آهي، اوهان وٽ هزارين لکين رپيا هوندا مال ۽ دولت بي شمار هوندي باغ بنگلا هوندا، پارچا هوندا، کاڌا پيتا، ميوا ۽ مٺايون هونديون ليڪن اوهين پنهنجي جان کان بيزار هوندا، طبيعت ۾ بيمارسورن ۾ گرفتار هوندا ته اوهان لاءِ اهي سڀ نعمتون زهر آهن ڦليار آهن، اوهين سيني خوشين کان شادين ۽ راحتن کان محروم هوندا سدائين هموم ۽ مغموم رهندا نه اوهانکي پنهنجي اهل وعيال سان الفت. نه مال ۽ دولت مان راحت، نه کاڌي پيتي جي لذت. ٻي آهي فراغ يعني فرصت، اوهانجي عمر عزيز جي هڪ گهڙي هڪ ساعت اهابي بها نعمت آهي جي اوهين لکين ڪروڙين روپيا خرچ ڪريو ته اها گذريل گهڙي اوهانجي عمرجي وري موٽي نه ملندي نه ڪنهن ولايت مان نه ڪنهن بازار مان حياتي جو هڪڙو ڪلاڪ خريد ڪري سگهوٿا نه ڪو دوست آشنا اوهانکي اڌاري ڏئي سگهي ٿو تڏهن اوهان هن جو قد سڃاڻو، اهڙي

بي بهايي بدل شي بيڪار بي فائده پنهنجي هٿان نہ وڃايو. هڪڙو ڏينهن هڪڙو ڪلاڪ هڪڙو منٽ بہ پنهنجو بيڪار نہ گذاريو يا دين جي ڪم ۾ يا دنيا جي ڪم ۾ مشغول رهو آرس ڪري سڄو ڏينهن گهر ۾ وينا نہ هجو. دنيا جا ڪم جيڪي ڪسب حلال رزق، عيال جي واسطي اوهين ڪريو ٿا سي دنيا جا نہ آهن سي اوهانجي دين جا آهن اوهان جا اهي ڪم اوهانجي آخرت ۾ محسوب آهن اوهان جي نيڪ نامہ اعمال ۾ لکيل آهن بلڪ مسجد ۾ ويهي سڄو ڏينهن وظيفن پڙهڻ کان بهتر آهي تہ اوهين محنت ڪريو، مشقت ڪريو حلال جي روزي ڪمايو تہ اها اوهانجي عبادت آهي. اها حقيقت آهي ۽ اها ولايت آهي.

در توکل از سبب غافل مشو

رمزالکاسب حبیب اللہ شنو (۱)

طب جي تعريف ۽ معنيٰ

"حِفْظُ الصِّحَّةِ الْحَاصِلَةِ وَاسْتِرْ دَادُ الزَّائِلَةِ":- يعني پنهنجي موجوده صحت جي حفاظت ڪرڻ ۽ زائل ٿي ويل کي موٽائي آڻڻ. بس انهن ٻن مطلبن تي هزارين ڪتاب ٺاهجي ويا آهن ۽ هزارين دفتر لکجي ويا آهن. پرهن ڳالهہ تي سيني حڪيمن ۽ ڊاڪٽرن جو اتفاق آهي تہ موجوده صحت کي قائم رکڻ علاج ڪرائڻ کان زياده ضروري ۽ اهم ڪم آهي ۽ اوهانجي وس ۾ اوهانجي هٿ ۾ آهي

(۱) توڪل جي سبب کان (ڪوشش کان) غافل نہ ٿي الڪاسب حبيب الله يعني ڪمائيندڙ الله جو دوست آهي انهيءَ رَمز کان واقف ٿي.

بر خلاف انجي گھڻ تيل کي موٽائي اُٺ تمام مشڪل ۽ موهوم امر آهي اوهانجي صحت بيش بها دولت ۽ قيمتي خزانو آهي اوهين پنهنجي خزاني جي پاڻ حفاظت ۽ نگهباني ڪندا ته چورن چڪارن کان محفوظ رهندو ۽ جيڪڏهن بي خيالي بي پروائي ڪندا ۽ چوندا ته فڪر نه آهي، ڪاٿ لڳو مال ويو ته اسين پوليس ۾ رپورٽ ڪندا سين فلاڻو ڪامورو يا صوبيدار اسانجو تمام دوست آهي سو ڪوشش ڪري اسانجو مال وراڻي ڏيندو ته اهو خيال اوهانجو غلط ۽ زعم اوهانجو باطل آهي. اهڙيطرح اوهانجو هي خيال ته فلاڻو حڪيم يا ڊاڪٽر تمام هوشيار آهي اسانجو مهربان دوست آهي اسانکي اڪسيرالاثر دوا ڏيندو ته اسين چڱا ڀلا ٿي وينداسين. ته اها خوش فهمي اوهانجي غلط ۽ اهو گمان اوهانجو باطل آهي. اوهان تي لازم آهي ته اوهين پنهنجي صحت جي پاڻ حفاظت ڪريو پنهنجو پاڻ لاءِ دشمن نه ٿيو ٻين ماڻهن تي ڀروسو نه رکو نه اجايا خرچ ڪريو نه ڊاڪٽرن ۽ حڪيمن جي ڪاڻ ڪڍيو.

حفظ صحت لاءِ جيڪي اصول حڪيمن مقرر ڪيا آهن سي ڪجهه هتي اوهانکي ٻڌايون ٿا سڀ کان وڏو ڪم ۽ صحت جو اصل الاصول آهي کائڻ پيئڻ باقاعده ڪرڻ ۽ حد اعتدال تي قائم رکڻ.

گهڻي کائڻ جا نقصان

سيني بيمارين جو بنياد آهي کاڌي پيتي ۾ بي اعتدالي ڪرڻ اڪثر ماڻهو جيڪي مرن ٿاسي پنهنجي پيٽ کان مرن ٿا. حڪيمن چيو آهي ته ڪو ماڻهو شهر خموشان يعني قبرستان ۾ وڃي ۽ مئلن کان پڇي ته اوهين هيترا آدمي جوان ۽ پوڙها زالون ۽ مرد، ٻار ٻچا قبل

از وقت مري ويا آهيو تنهن جو سبب ڇا آهي؟ تہ سيئي پنهنجي پيٽ تي هٿ رکندا ۽ چوندا تہ هن يعني پنهنجي پيٽ اسانکي ماريو آهي. نہ چڙوحکيمن وٽ پر شريعت ۾ ۽ طريقت ۾ پڻ گهڻون کائڻ مذموم ۽ ممنوع آهي.

حديث شريف ۾ آهي " مَا مَلَأَابْنُ اٰدَمَ وِعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنِهٖ" يعني نٿو پري انسان ڪو بہ ٿانوُ بچڙو زور پنهنجي پيٽ کان شيخ سعدي چيو آهي.

اندرون از طعام خالی دار - تادرآن نور معرفت بینی (١)

تہی از حکمتے بعلت آن - کہ پری از طعام تا بینی (٢)

اڪثر زميندارن ۽ دولتمندن جو حال ڏسندا تہ بدهاضم جو هار گلي ۾ هوندو منن پيشابن جا نار وهندا هوندا، کنگهہ ۽ دمکشي جو سرندو ڇاتي ۾ وڄندو هوندو، منهن مثل ماٿهو جهڙو، بدن ڦيڦو ۽ پيٽ وڏيل ڏهين مهيني جهڙو، اهيو ڇو؟ تنهن جو سبب ظاهر آهي، ڪوفتا ۽ ڪباب ڪائيندا مُرَغَّنْ ۽ مُڪَلَّف طعام واپرائيندا، وري غضب جي مٿان غضب بہ ٽي گلاس برف جو ٿڌو پاڻي يا بہ ٽي باٽليون رنگين مٿان پيندا تہ معده جو خانو خراب ٿي ويندو ۽ اڳتي لطيف غذا هلڪو ڪاڌو بہ هضم ڪري نہ سگهندو.

نقل آهي تہ خليفہ مامون عباسي جي دربار ۾ چئن ملڪن جا وڏا حڪيم گڏ ٿيا هوا (١) عرب جو (٢) چين جو (٣) يونان جو (۴) هندستان جو - بادشاه هنن کي امرڪيوتہ بقاءِ صحت ۽ درازي عمر

---

(١) اندر کي طعام کان خالي رک تہ اندر ۾ معرفت جونور نظر اچنئي.

(٢) حڪمت کان خالي ان ڪري آهين جو نڪ تائين پيٽ ان سان پريل اٿئي

لاءِ ڪو علاج يا ڪو عمل يا ڪا دوا ڳولهي ڪيو، ڪنهن ڪا دوا ٻڌائي، ڪنهن ڪو نسخو تجويز ڪيو مگر ڪنهن ڳالهه تي اتفاق نہ ٿو، آخر سيني جو هن ڳالهہ تي اتفاق ٿيو تہ قرآني حڪم "ڪلواواشربو ولاتسرفوا" (١) جهڙو پيو ڪو نسخو يا ڪا دوا ڪا نہ آهي انهن تي عمل ڪرڻ سان انسان هميشہ تندرست رهندو ۽ عمر طبعي تي پهچي سگهندو.

جاڻڻ گهرجي تہ اسراف ٻن قسمن تي آهي (١) اسراف ڪيفيت ۾ يعني مڪلف مرغن ۽ مختلف طعام هڪڙي دسترخوان تي کائڻ (٢) اسراف ڪميت ۾ يعني ڪو بہ طعام اندازي کان وڌيڪ کائڻ اهي ٻئي قسم ممانعت ۾ داخل آهن ۽ فعلن جي مفعول حذف ڪرڻ ۾ تعميم آهي، تنهن ۾ اشارو تہ هر حلال چيز کائو پيو، کاڌي پاڻ تي حرام نہ ڪريو. تندرستي ۾ خواه مخواه سخت پرهيز ۽ ڪري نہ ڪريو. جيئن بعضي ماڻهو دال ماني يا ريڊو ۽ وڏو گوشت يا مڇي، پلو عمرڪو نہ کائيندا آهن. جنهن ميوه يا ڀاڄي جي موسم هجي اها بيشڪ کائو پيئو انهن ۾ تندرستي ۽ تنومندي جو راز مضمر آهي، ڪري خاص بيمارن لاءِ آهي نہ چڱن ڀلن لاءِ چڱن ڀلن لاءِ ڪري ڪرڻ اهڙي آهي جهڙي بيمارن لاءِ ڪري نہ ڪرڻ ڏکين بيمارين ۾ ۽ ضعف تيل مريضن کي تہ ڪري نہ ڪرائڻ گهرجي بلڪ جيڪڏهن طبيعت سنديس ڪنهن طعام ڏانهن رغبت ڪري ۽ اها سنديس مرض جي موافق نہ هجي تڏهن بہ اجازت ڏجي جو تہ انهن جي کائڻ سان سنديس طبيعت طاقت وٺندي ۽ دفع مرض تي قادر ٿيندي. اهڙا تجربا گهڻا ڏٺا ويا آهن.

---

(١) ترجمو: کائو پيئو ۽ اسراف نہ ڪريو.

آئون پنهنجي ڳالھ تو ٻڌايان، هڪڙي سال مونکي مُدي جو بخار ٿيو، تنهن سان گڏ سخت کنگھ ٻہ هجي سياري جي موسم هجي ٻہ ٽي هفتا گذري ويا مونکي ضعف گھڻون ٿي ويو ۽ مرڻ جو ڳالهيون ڪرڻ ۾ آيون. هڪڙي ڏينهن منهنجي پيڻ آئي چيائين ادا چا ڪائيندس مون چيو ٻيو تہ ڪجھ ڪو نہ تو وڻي ڏڌ ۽ يت جي ڏيو تہ ڪائيندس. جهٽ پٽ ۾ لڪائي راتو ڪو پاروٽو يت ۽ ڏڌ جو پيالو ٺئي ائي مون يت ڏڌ ۾ ربوڙي ربوڙي ڏوھ سان ڪاڌو ۽ ڏڌ پئي سوڙورجهي سمهي رهيس. ٻين ڪي جاخبر پئي تہ منهنجي محترم پيڻ تي ڏاڍي ڪاوڙ ڪيائون تون ياءُ جي دشمن آهين. پاروٽو يت ۽ جهڻ ڪارائي ائٽي. مونکي چڱو آرام آيو ۽ پگهر جو هيترا ڏينهن نٽي آيو جام اچي ويو، پسينہ مان ڪپڙا تر بتر ٿي ويا، انهي ڏينهن مونکي تپ بہ چڏي ويو ۽ کنگھ بہ ڪافور ٿي وئي.

مونکي سياري اونهاري ڏڌ ۽ ڏونري ڪائڻ جي عادت آهي ۽ حڪيمن چيو آهي تہ بيمار جي اشتها پيدا ٿٽي جيڪا غذا هن جي مالوف ۽ مرغوب هجي ساهن کان نہ جهلڻ گهرجي. چو تہ طبيب خادم طبيعت جو آهي نہ حاڪم طبيعت جو، هن تي هميشہ طبيعت جي تائيد ۽ موافقت ڪرڻ فرض آهي نہ مخالف ڪرڻ، طبيعت ئي آهي جا بيماري کي تڙي ڪيڍي ٿي نہ طبيب، طبيعت ئي آهي جا پنهنجي احوال کي طبيب کان زياده جاڻندڙ ۽ سوچيندڙ آهي، طبيب ۽ دوائون مثال سپاهي ۽ هٿيارن جي. فقط هن جا حامي ۽ مددگار آهن.

معده جي حفاظت

اسانجي جسماني مملڪت جو ناظم اعليٰ معدو آهي. مونکي عجب آهي ته حڪيمن معده کي اعضاء رئيسه مان ڇونه ڳڻيو آهي. حالانڪ سيني عضون ۽ اعضاء رئيسن جو دارومدار معده جي صحت وسلامتي تي آهي، سيني عضون کي پاڻي اتان توملي جيڪڏهن معدو نيڪ آهي ته سڀ عضوا نيڪ آهن معدوخراب آهي ته سڀ عضوا خراب آهن.

فائده:- پيٽ ۾ اندر عضون جون جايون هي آهن. چانئٺ گهرجي ته پکين ۾ گجي حيوانن ۾ اوجهري انسانن ۾ معده طعام رڌڻ پچائڻ جي ڪني آهي نڙي کان هيٺ فم معده يعني ڪني جي ڳچي آهي دن وٽ قعر معده يعني ڪُني جو ترو آهي تنهن کان هيٺ نانگن وانگي ٢٢ فوٽ ڊگهاور وڪڙ ڪري مقعد تائين آنڊا آهن، ساڄي پاسي پاسرا ٽن ۾ لڪل جگر يعني جيرو آهي کاٻي پاسي پاسرائن اندر لڪل طحال يعني تلي، ٻرهل آهي. بعضي بيمارين جي ڪري اهي عضوا سڄي پوندا آهن ته پاسرائن کان نڪري وڏي ايندا آهن ۽ حجم سندن محسوس ٿيندو آهي. مٿي سينه ۾ يعني ڇاتي جي اندر پاسرائن هيٺان متصل ڦڦڙ آهن پکي جي پرن وانگر مخروطي صورت سان ٻه ڀاڱا تي ساڄي ۽ کاٻي پاسي کان هيٺ آنڊن تائين لهي آيا آهن. دل جي جاءِ کاٻي ٻبي کان هيٺان ٻه آڱر آهي جا هميشه ٽپندڙ آهي. انب وانگي تلهو پاسو مٿي تنگيل ۽ سنهو پاسو هيٺ لڙڪيل آهي. ٻه گردا يعني ٻُڪيون ڪکين ۾ هڪڙو ساڄي پاسي ٻيو کاٻي پاسي چيلهه وٽ جتي پاسرائيون ختم ٿين ٿيون چيلهه جي طرف پٺ

ڏي مائل آهن. مثانہ يعني پيشاب جي ڳوٿري سامهون نهائين ۾ آهي. جڏهن پيشاب مان پرجي ٿي تڏهن ناڙا چوڙ ڪرڻ جو خيال ٿئي ٿو. رحم هي عضوو زالن جو يعني ٻارجي پيدائش جي ڳوٿري آهي، نهائين ۾ مثانہ کان هيٺ آنڊن جي مٿان وچ ۾ آهي، هوئڻ تہ ننڍوتي چار انچ آهي مگر حمل جي حالت ۾ وڌندو وڌندو ڏن تائين پهچي ٿو ۽ سڄو پيٽ ڀري ٿو تنهن ۾ ٻار جو مٿو مٿي ۽ پير هيٺ. منهن ماءُ جي پٺ ڏانهن ۽ پٺ ماءُ جي منهن ڏانهن ڪونگڙو ٿيو ويٺو هوندو آهي ڄمڻ جي وقت نڪرڻ لاءِ ڦُرڪ ڪري ڦهرين مٿو ڪڍندو آهي. پوءِ دنيا دارالفنا ۾ قدم رکندو آهي، روڄ سان حياتي شروع ۽ روڄ سان ختم ڪندو آهي "**ذَالِكَ تَقْدِيْرُ الْعَزِيْزِ الْعَلِيْمِ**"

معده جي اصلاح لاءِ سولو سنئون سڌو رستو اوهانکي ٻڌايون ٿا ان تي عمل ڪرڻ سان اوهانجو معدو صحيح سالم رهندو ۽ دوائن جي خساره کان آزاد رهندا.

منهنجي نيڪ صلاح آهي تہ معده جو علاج اوهين پاڻ پنهنجو ڪريو، حڪيمن ۽ ڊاڪٽرن وٽ نہ وڃو فقط اوهين هيٺ ڏنل هدايتن تي هلو تہ اوهانکي دوائن جي ضرورت ئي ڪانہ ٿيندي.

(١) اول تہ اوهان کي جڏهن سچي بک لڳي سچي اشتها پيدا ٿئي پوءِ طعام کائو. سچي بک جي نشاني هي آهي تہ رکي ماني کائڻ لاءِ اوهانجي رغبت ۽ خواهش پيدا ٿئي ۽ شوق سان رکي ماني کائي وڃو چو تہ حلوه سان يا ٻوڙ سان اوهانکي بک نہ هوندي تہ بہ فقط وات جي لذت خاطر سچي ماني کائي ويندؤ.

(٢) ٻيو تہ اجان اوهانکي اشتها باقي هجي بہ ٿي گراه اجان

کائڻان هجن ته هٿ جهليو کائڻ بند ڪريو، اها ٻن ٽن ڳراهن جي اشتهاجيڪا اوهانکي باقي آهي سايڪدم ڇهن پنجن منٽن ۾ بند ٿي ويندي ڇو ته معده ۾ طعام پهچڻ کان پوءِ ڪاڏو پيٽو اُيامي ٿو ۽ اٿرڪي ٿو جيئن ديگڙي ۾ ڪير وجهي ڪاڙهجي جيڪڏهن معدو ماني سان پريل هوندو ته پاڻي کي ڪٿان جاءِ ٿيندي ۽ ساه کڻڻ کي ڪٿان جاءِ ٿيندي، ضرور بد هاضمو ٿيندو ۽ پيٽ ۾ پرتي يا سور ياقيءِ يا دست ۽ ٻيون بيماريون پيدا ٿينديون.

(٣) هڪڙي وقت ۾ هڪڙي دسترخوان تي مختلف طعام نه کائو انهي دسترخوان تي ڪڪڙ به کائو، بيضابه کائو، مڃي پلو به کائو، ڪير به پيو پوءِ معده جو خانوخراب نه ٿيندو ته ڇا ٿيندو.

بعضي شيون اهڙيون آهن جو هڪ ٻي جي گڏجڻ سان ڦري زهر ٿيون وڃن. مثلاً ڪير ڪهڙي سٺي شيءِ آهي مگر مڃي پلي سان ڪڪڙ ۽ بيضه سان، چانهي ۽ گدري سان کائيندا ته تمام خراب ۽ خوفناڪ بيماريون پيدا ٿينديون. ممڪن آهن ته قولنج پيدا ڪري يڪدم ماري وجهي اهڙي طرح موري ڏونري سان ڪير بصر سان يا آچار سان ۽ لسي کان پوءِ انگور کائڻ يا هريسه کائڻ کان پوءِ ڏاڙهون کائڻ منع ڪيا اٿن.

(٤) ماني کائڻ کان بعد خصوصاً مڪلف مرغن غذائن کان بعد گهڻو پاڻي يا برف وارو پاڻي پيئڻ هاضمه کي خراب ڪندڙ آهي ڇو ته معده ۾ طعام حرارت سان پچي ٿو ۽ پيٽ جي گرمي سان هضم ٿئي ٿو جيئن ديگڙي ۾ طعام رڌجي ديگڙي هيٺان چُلهه ۾ باه نه هوندي ته طعام ڪيئن رڌبو، سڄو ڏينهن گذري ويندو ته به اهڙو ڪچو

رکيو هوندو هائو گرم چاءِ هڪ ٻه ڪوپ پيڻ هضم کي مدد ڏيندڙ ۽ ڪوڙي اڄ کي دفع ڪندڙ آهي.

اکين جي حفاظت

اوهانجي چهره جو سيئي حسن وجمال هڪڙي پاسي ته اکين جي دلربائي ۽ خوش نمائي ٻي پاسي، وري تمام عالم جي حسن وجمال جو نظارو ۽ محبوبن جي سهڻي صورت جو آب وتاب ۽ خال وخط سو ٻه اکين سان ڏسڻ ۾ اچي ٿو. هندستاني ۾ چوڻي آهي

"دانت نہیں تو جان نہیں آنکھ نہیں تو جہان نہیں" مونکي ياد آهي، زلزلہ کان اڳي ڪوئيٽہ شهر ۾ گهمڻ لاءِ شام جو خان بهادر مرحوم درمحمد خان جو بنگلو جنهن جي تعريف ٻڌڻ ۾ آئي هُئي، ڏسڻ وياسين خان بهادر مرحوم پاڻ ڪو نہ هو سندس نوڪر اسانکي بنگلو ڏيکاريو، جنهن ۾ رواج موجب اندر هر قسم جو فرنيچر، ڪٻاٽ، ڪرسيون، صحن ۾ ڪوهي ۽ رنگارنگي گلن جون ڪونڊيون باقرينہ رکيون هيون، گهمي ڦري، هڪڙي پلنگ تي وڃي ويٺس پلنگ جي سامهون وڏي گول ميز رکيل هجي ۽ ميز تي شڪار جون اعليٰ قسم بندوقون ۽ سامهون ڪٻاٽ ۾ قد آدم وڏو آئينو لڳل هجي جنهن ۾ پلنگ تي ويٺل سڄو ماٿهون ميز ۽ بندوقن سميت ڏسڻ ۾ پيو اچي، مونکي ڏاڍو تعجب ٿيو. (چونڪ خان صاحب مرحوم خود معذور يعني اکين کان نابين هو) ۽ چيم اکيون نہ آهن تہ هي سارو ساز سامان هي بنگلو، باغيچو، هي رنگا رنگي گُل ڦل هي شڪار جون بندوقون هي وڏا آئينا سڀ هيچ درهيچ آهن. جنهن کي اکيون نہ آهن سو آئينہ ۾ ڇا ڏسندو ۽ بندوقن سان ڪهڙو شڪار

ڪندو؟ جيڪڏهن اڪيون قيمت سان ملن ها تہ خان بهادر لک ڏئي خريد ڪري ها. اسانکي پروردگار عالم جو شڪر ڪرڻ گهرجي جنهن اهڙيون بي بها نعمتون اسانکي مفت ڏنيون. بعضي پنڙيات فقير پنندا آهن چوندا آهن. سائين اسين غريب مفلس ڪنگال آهيون. اسان وٽ ڪجهہ ڪونهي، نہ آهي پائي پيسو، نہ آهي ڪپڙو لٽوتڏهن سوال ٿاڪريون. تن کي چئبو آهي فقير صاحب! اوهانکي خدا تعاليٰ هٿ پيرڏنا آهن. اڪيون ڏنيون آهن اوهان جي هڪڙي هڪڙي اک لک رپيا لهي خدا تعاليٰ اوهان کي انساني عظمت ۾ ميرغلام علي کان گهٽ ڪو نہ خلقيو آهي بلڪ هٿن پيرن ۾ هن کان بہ ڏاڍا مڙس آهيو اوهين شڪر ڪريو هٿ پير هلايو ڪمائي ڪري کائو. سوال ڪري پاڻ کي چو ٿا ذليل بنايو لاچار چوندا هائو سائين شڪر آهي هر حال ۾ سندس شڪر آهي، زبان سان شين ڪاف ري چوندا مگر دل ۾ ناراض ۽ عمل سندن ڪفران نعمت جو هوندو.

فائده:- هتي شڪر جي ڳالهہ آئي تڏهن شڪر ڪرڻ جي صحيح معنيٰ ٻڌائڻ ۽ عام غلط فهمي دورڪرڻ ضروري سمجهو سون، جاڻڻ گهرجي تہ فقط زبان سان شڪر شڪر جو لفظ دهرائڻ شڪر ادا ئي نہ آهي، شڪر دل سان، زبان سان ۽ عمل سان ڪرڻ گهرجي، ڏسو خداتعاليٰ فرمايو آهي. اِعۡمَلُوۡۤا اٰلَ دَاوٗدَ شُكۡرًا ؕ يعني عمل ڪريو اي اولاد داؤد جا شڪر جو ائين نہ فرمايو آهي تہ قُوۡلُوۡا اٰلَ دَاوٗدَ شُكۡرًا- چئو اي اولاد داؤد جا زبان سان شڪر.

شڪر جي صحيح معنيٰ ۽ تعريف جيڪا عالمن ڪئي آهي هي آهي. "صَرۡفُ الۡعَبۡدِ جَمِيۡعَ مَا اَنۡعَمَ اللهُ عَلَيۡهِ فِيۡ مَاخُلِقَ لِاَجۡلِهٖ"

يعني جيڪي نعمتون الله تعاليٰ پنهنجي بنده کي عطا ڪيون آهن سي جنهن ڪم جنهن فائده لاءِ خلقيون ويون آهن انهن ۾ انهن کي استعمال ڪري مثلاً ڪنهن کي علم جي نعمت عطا ڪئي وئي آهي ته انجو شڪر آهي، علم پڙهڻ پڙهائڻ وعظ، تحرير، تقرير ۽ تبليغ ڪرڻ. ڪنهن کي طب ۽ حڪمت جو فن آهي ته ماڻهن کي دوائون ڏئي علاج معالجو ڪري، نسخا ڏسي خلق کي فائدو رسائي، ڪنهن کي حڪومت ۽ امارت سان سرفراز ڪيو ويو آهي ته عدل ڪري انصاف ڪري غريبن جو فرياد سڻي، مظلومن جي داد رسي ڪري ظالمن جي سخت گوشمالي ۽ بيخ ڪني ڪري. ڪنهن کي مال ۽ دولت آهي ته ڪائي ڪارائي محتاجن، مسڪينن فقيرن کي زڪواة ڏئي، خير خيرات ڪري قومي ۽ ملي ڪمن ۾ صرف ڪري ته انهن عملن سان شڪر بجا آوري ٿيندي، نعمت زيادتي ۽ روز افزون ترقي ڪندي. تڏهن اهو "لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ" جو مصداق ٿيندو، برخلاف ان جي جيڪڏهن عالم نه پڙهندو نه پڙهائيندو حڪيم نه دوائون ڏيندو نه علاج معالجو ڪندو، حاڪم ۽ امير نه عدل ۽ انصاف ڪندو نه غريبن جي فرياد رسي ڪندو، رئيس ۽ دولتمند نه پاڻ کائيندو پيئندو نه ٻين کي ڏيندو ته يقين ڄاڻو اهي نعمتون زائل برباد ٿي وينديون، اهو ڪفران نعمت جو آهي جو موجب زوال نعمت جو آهي.

هي ٻه چار ڳالهيون ته اسان مثال طور ٻڌايون آهن. اوهين هزارين اهڙا مثال شڪرڪرڻ جا پنهنجي فڪر ۽ خيال سان پيدا ڪريو ۽ ان تي عمل ڪريو ته اوهانکي دنيا ۾ به ترقي حاصل ٿيندي ۽ آخرت

۾ اعليٰ مقامات شاڪرن جا اوھانکي نصيب ٿيندا.

بعض سياڻن وري ناشڪري جا ٻيا غلط طريقا اختيار ڪيا آھن. جيڪي نعمتون ۽ فضيلتون ديني خواه دنيوي خدا تعاليٰ کين عطا ڪيون آھن انھن جو خواه مخواه اظھار نہ ڪندا اقرار نہ ڪندا بلڪ انڪار ڪندا اھا عين ناشڪري نہ شڪر گذاري. حديث شريف ۾ آھي تہ خدا تعاليٰ دوست ٿو رکي جو پنھنجي ٻانھي تي پنھنجن نعمتن جو اثر ظاھر ڏسي حالانڪ انھن ۾ بہ نقصان آھن کھڙي نا شڪري ٻي طرف رياء ۽ خودنمائي يعني ماڻھن کي پنھنجي بزرگي ۽ ڪسر نفسي ڏيکارڻ اھو خود ريا آھي. رياء جي معنيٰ آھي "نفس کي ٿنڌائڻ" دنيا جي نامونمود لاءِ بغير غرض شرعي جي پاڻ کي ظاھر ڪرڻ جنھن مان غرور ۽ فوقيت پيدا ٿئي جيڪڏھن انھن مان ديني فائدا سندس ذات لاءِ يا ٻين ماڻھن لاءِ ملحوظ ھجن تہ اھا رياء نہ آھي. چنانچہ علم فضيلت پنھنجي ظاھر ڪرڻ تہ سندس فيصلہ ۽ فتويٰ تي ماڻھون عمل ڪن يا پنھنجي بزرگي ۽ تقويٰ ظاھر ڪرڻ تہ ٻيا ماڻھو ڪيس ڏسي اھڙا نيڪ عمل ڪن اھڙين جاين تي اخفاء کان اظھار بھتر آھي جيئن بعض بزرگن چيو آھي. "رِيَاءُ الْاَخْيَارِ خَيْرٌ مِّنْ اِخْلَاصِ الْمُرِيْدِيْنَ"

ڏسو حضرت پيردستگير قدس سره قصيده غوثيہ ۾ ڪيتري قدر شان شوڪت سان پنھنجي ولايت ۽ ڪرامت جو اظھار ڪيو آھي.

حقيقت جا آھي تہ رياء جو تعلق دل سان آھي، نيت تي موقوف آھي بعضي نيڪ عمل ڪرڻ ۾ رياء ٿئي ٿو، بعضي نيڪ عملن جي ترڪ ڪرڻ ۾ رياء ٿئي ٿو، مختلف حالتن، مختلف موقعن مختلف

شخصن جي ڪري حڪم مختلف ٿئي ٿو، هڪڙن جي نند عبادت ته ٻين جو جاڳڻ به گناه "إِنَّمَا الْأَعْمَالُ بِالنِّيَّاتِ وَإِنَّمَا لِكُلِّ امْرِءٍ مَانَوىٰ" خدا تعاليٰ جي نظر اوهانجن قلبن تي آهي نه اوهانجي صورت تي ۽ عملن تي. هي باريڪ نڪتو چڱي طرح سمجهڻ گهرجي جو ته شيطان کي انسان جي گمراهي لاءِ گهڻا طريقا ياد آهن.

مسئله: نفلن ۽ نيڪ عملن ۾ ڪنهن کي رياء جو خطرو پوي ته اهو دفع ڪرڻ گهرجي ۽ نيڪ عمل ترڪ ڪرڻ نه گهرجي نه ته اهو وسوسو ۽ سلسلو ڏگهو ٿيندو ويندو ۽ شيطان پنهنجي مڪر ۾ ڪامياب ٿيندو. "نَعُوذُ بِاللهِ مِنْ شَرِّ ذَالِكَ".

الغرض اوهان تي فرض آهي ته پنهنجن اکين جو قدر سڃاڻو پنهنجي نورجي حفاظت ڪريو، جيڪي شيون اکين کي نقصان رسائين ٿيون تن کان ڪين محفوظ رکو ۽ جيڪي فائده واريون آهن سي استعمال ڪريو اول ته مٽي، دونهون لٽ، دز يا ڪنهن به موذي شيءِ جو اکين ۾ پوڻ کان بچايو. بعضي ماڻهو ريل گاڏي جي دري مان منهن ٻاهر ڪڍي هواءِ جي پاسي نهار يندا آهن تنهن مان ڪي موذي شيون اُڏامي اکين ۾ پونديون آهن ۽ اکين کي نقصان رسائينديون آهن.

(٢) سج جي ٽڪي ۾ نهارڻ يا بجلي جي تيز روشنائي ڏانهن ڏسڻ يا ڪا به چمڪندڙ شيءِ جنهن جو چمڪاٽ اکين کي ڪيرو ڪري نقصان رسان آهي.

(٣) سنها نقش چٽڻ، سنها اکر لکڻ، سنها اکر پڙهڻ خصوصاً رات جو شمعدان تي سنهيون اخبارون يا ڪتابن جون حاشيون مطالعه ڪرڻ يا زالن کي سنهو پرت سبڻ مطلب ته جيڪا شيءِ ڏسڻ سان

اکين کي تڪليف ڏي. بصارت کي نقصان ڪار آهي.

(۴) گهڻو روئڻ، گهڻو اوجاڳوڪرڻ ، گهڻو جماع ڪرڻ، گهڻو ڪائي پٺي پيٽ پري سمهڻ، مبخرات، مغلظات مثلاً ڳائو گوشت ڪارڪون واڱڻ، ماهيو ڪير، ڪچي تور ۽ بصر ڪائڻ اکين لاءِ چڱا نہ آهن. صاف پاڻي ۾ ٽبي ڏئي اکيون کولڻ، اکين کي روشن ڪري ٿو. (۲) ساوڪن تي نظر ڪرڻ ۽ صبح وشام باغيچن ۾ يا ساين پوکن ۾ گهمڻ، وهندڙ چشمن ۽ موچارن مونهن ڏانهن نظر ڪرڻ نور کي روشن ڪندڙ ۽ دل کي فرحت ڏيندڙ آهي (۳) صبح جو وضو ڪرڻ مهل هر روز اکين کي مهٽي اندران ٻاهران چڱي طرح پچين ۽ غليظ پاڻي کان ڌوئي صاف ڪريو ۽ تڏي پاڻي جا ڇنڊا اندر اکين ۾ هڻون تہ اکيون گهڻين بيمارين کان محفوظ رهنديون هي گويا اکين جو غسل آهي جيئن بدن جو غُسل وهنجڻ آهي. (۴) رات جو سمهڻ مهل سرمون اکين ۾ پائڻ تہ بهترين شيءِ آهي سڄي دنيا ۾ مقبول ۽ معمول آهي، علاوه برآن تنهن ۾ ثواب ۽ متابعت سنت جو بہ آهي ۽ اکين جي زينت بہ آهي.

ڪاروسرمون گلاب ۾ يا عرق باديان ۾ چڱي طرح بہ ٽي ڏينهن پيهين پوءِ استعمال ڪريو جيتري قدر سنهو پيهبو اوترو چڱون آهي. جيڪڏهن ٿي سگهي تہ في تولہ سرمہ پنيان بہ ٽي ماساسچن موتين جا ۽ بہ ٽي رتيون مشڪ خالص وجهي سرمون ٺاهيو تہ ڪائي ڪحل الجواهر ۽ نهايت مقوي بصارت ٿيندو، موتي وجهي نہ سگهو تہ سِپُ سڄي چمڪندڙ جنهن جي مٿان ڪاري ڪل ڪرڙي لاٿل هجي. سرمہ سان پيهين استعمال ڪريو.

چيو اٿن تہ جيڪو ماڻهو هميشہ سونفن جي ڦڪي رات جو سمهڻ

مهل ڪائيندو تهن جو نور هميشہ قائم رهندو ۽ نظر تکي ٿيندي، سونفن جي کائڻ ۾ ٻيا بہ فائدا آهن، پيٽ جي سور قبض، بادي ۽ هاضمہ لاءِ پڻ اها شيءِ سني آهي تنهنجي استعمال ڪرڻ لاءِ اسين اوهانکي سفارش ڪريون ٿا.

ڏندن جي حفاظت

(ڏند) اوهانجا دُرَ دندان نہ فقط اوهانجي مُنهن جا زيب وزينت يا گفتگوئي ۾ فصاحت ۽ نوبهار جواني جي علامت آهن بلڪ اوهانجي کائڻ جي مشين ۽ اوهانجي صحت جا ضامن آهي

لذت دنيا زن و دندان بود
بے زن و دندان جہان زندان بود (١)

سيني طعامن جي لذت ۽ مقوي لذيذ غذائن جي هضم ڪرڻ جو دارو مدار انهن تي آهي ڏندن جي خراب ٿيڻ ۽ مالهين جي سڄي پوڻ ڪري ڪيتريون خراب مهلڪ بيماريون مثلاً، سل دق، ذيابيطس، نقرس، بدهضمي، اوجاع مفاصل وغيره وغيره پيدا ٿين ٿيون جو تہ مالهين جي پوڻ ۽ روڳ هردم اوهانجي ٽڪ گهڻ سان يا پاڻي پيڻ سان ياماني ڪائڻ سان گڏجي معده ۾ وڃي ٿي تنهن سان معده خراب، هاضمہ خراب، ققڙ خراب، جگر خراب گردا خراب ٿيو وڃن، مطلب تہ اوهانجو سني ۾ سنو ڪاڌو بدبوء ڪنو زهرآلود ٿيو وڃي پيٽ ۾ پوي ٿو پوء ڀلا اندريان شريف عضوا انهن مان ڪهڙو فائدو وٺندا؟

(١) دنيا جي لذت زال ۽ ڏندن سان ٿي هجي سواء ڏندن جي ۽ زال جي جهان جڻ قيد ٿو هجي.

ڏندڻ جي حفاظت لاءِ صاف صحيح رکڻ لاءِ سڀ کان بهترين علاج ۽ تدبير ڏندڻ ڪرڻ آهي. ڏندڻ ڪرڻ ۾ ڪيترا جسماني ۽ روحاني فائدا آهن. ڏندڻ ڏيڻ سان ڏند صاف سهڻان ۽ چمڪندار ٿين ٿا. پاڙون مضبوط ٿين ٿيون. مالهين جي گندگي ۽ وات جي بدبوءِ دفع ٿي وڃي ٿي. تارون ۽ نڙي ۾ ڇهڻل بلغم نڪري وڃي ٿو. نزلہ ۽ زڪام کي فائدو ٿئي ٿو. هاضموقوي ٿئي ٿو. اشتهاپيدا ٿئي ٿي. ڪوڙي بک ۽ اڄَ لهي وڃي ٿي. اکين کي روشنائي ملي ٿي. اکين ۾ نزول الماء کي فائدوڪري ٿو. چو تہ ٻي پاسي موتي پاڻي جو امالو يعني رجوع ٿئي ٿو. ڪتابن ۾ انڪل ٽيهہ فائدا جسماني ۽ روحاني انهن جا ذڪر ڪيل آهن پاڻ سڳورن عليہ الصلوٰة والسلام فرمايو آهي جيڪڏهن اسانکي پنهنجي اُمت تي تڪليف جو خيال نہ هجي ها تہ جيڪر هر وقت نماز تي ڏندڻ ڏيڻ مٿن فرض ڪريون ها. ۽ حديث شريف ۾ آهي تہ هڪڙي نماز ڏندڻ سان پڙهڻ ستر درجا افضل آهي بغير ڏندڻ جي نماز کان وڏو روحاني فائدوهي تہ انهن شخصن کي موت جي وقت ڪلمون ياد ايندو ۽ ايمان سان لڏيندو ۽ حديث شريف ۾ ايو آهي تہ "**اَلسِّوَاكُ مُطَهِّرَةٌ لِلْفَمِّ وَمَرْضَاةٌ لِلرَّبِّ**" يعني ڏندڻ ڏيڻ وات کي پاڪ ڪندڙ الله تعاليٰ کي راضي ڪندڙ آهي. ڀلا ٻڌايو تہ الله تعاليٰ جي رضا مندي کان ٻي ڪهڙي شيءِ وڏي آهي؟ **رَزَقَنَا سُبْحَانَهٗ وَتَعَالٰى وَاِيَّاكُمْ**

ڏندڻ لاءِ بهترين ڪاني ڪبر جي پاڙ آهي جا اسانجي ملڪ ۾عام جام آهي يا ٻير جي يا نم جي ٽاري يا ٻيو ڪو سرهو ذائقہ وارو وڻ هجي. جيتري قدر ٿي سگهي تازو تازو ڏندڻ استعمال ڪجي تہ بهتر

آهي ہیر جي ٽاري ڏندن کي مضبوط ڪندڙ ۽ نم جي ٽاري ڪيڻن کي ماريندڙ آهي مگر خبردار رهو، ولائتي برش هرگز استعمال نہ ڪريو انهيءَ ۾ ڪو فائدو ڪو نہ آهي رڳو فيشن آهي ۽ نئين روشني جو انڌو فن.

ڏندڻ ڏيڻ وقت سعيو ڪريو تہ ڏندڻ اندران ٻاهران سيني ڏندن تي گهمائجي زبان کي ۽ تارون کي پڻ مهٽجي تہ سڀ وات اندران ٻاهران ڌوبي صاف ٿي وڃي. حلق مان هُڪ هُڪ جو آواز نڪري يا پيٽ مان اوڳرائي اچي اکين مان گرم گرم لڙڪ نڪري وڃن ۽ نَڪ مان پاڻي نڪري تڏهن اوهانکي ڏندڻ جا پورا فائدا حاصل ٿيندا نہ رڳو چپن وٺان ٻہ ٽي پيرا ڏندڻ ڦيرائي خوش ٿي وهو تہ اسان ڏندڻ ڪيو.

جيڪڏهن گاهي گاهي ڪڙي تيل سان يا ڪارا مرچ ڪٽيل گڏي ڏندڻ ڪريو تہ ڏندن جي بيمارين لاءِ زياده مفيد ٿيندو جيڪڏهن مالهين مان گند ايندو هجي تہ ڦٽڪي ڦليل ۾ ڪجھ ڪافور ملائي ڏندن کي هڻو ۽ مالهين تي ٻرڪيو تہ جلد فائدو ٿيندو. نم جا سڪل پن ڪٽي چاٽي وات ۾ وجهو تہ بہ چڱان آهن، ٻيا علاج طب جي ڪتابن مان هر هڪ بيماري جا ڳولي ڪڍو. خلال ڪرڻ يعني ماني کائڻ کان بعد ڏندن مان بند تيل جزا غذا جا ڪوڻي ڪڍڻ ۽ ڀاڙون صفا ڪرڻ بہ ڏندن جي صحت لاءِ ضروري آهي نہ تہ غذا جا جزا مالهين ۾ رهجي ويندا سي ڪنا بدبوءِ تي ڏندن کي خراب ڪندا. خلال جي واسطي جيڪي چاندي يا پيتل جا ڏندڪوٽڻا ٺاهيندا آهن أهي خراب آهن أهي استعمال نہ ڪريو بهتر آهي تہ نم جي سنهين تيلين سان ڏندڪوڻي صاف ڪريو. يا ڪا

بي ڪاني ڪوٽري سنهي مثلاً ماچس جي تيلي يا ڪو ڪک پاڪ صاف هجي تہ اهو استعمال ڪريو. نشاستہ دار مٺايون ڪائڻ خصوصاً چنبڙ واريون شيون مثلاً ڪوئٽر واريون ريوڙيون، ڪاري مٺائي يا سڪل انجير ۽ ڪارڪون ڪائڻ ڏندن ڪي مضر آهن (٢) سخت شيون ڏندن سان ڀڃڻ مثلاً بادام جون ڪلون يا سوپاري جون ٽڙون يا ٻير جا تڏڙا زور ڏئي ڏندن سان ڀڃي ڪائڻ ڏندن لاءِ نقصان ڪار آهن حافظ صحت ڪي انهن ڪان پرهيز ڪرڻ گهرجي. تنباڪودار، چونہ دار، پان سجو ڏينهن وات ۾ وجهي ڪائڻ ڏندن ۽ مهارين جي پاڙ پٽيندڙ آهن، خير وقتي هڪ بہ پان وات جي صفائي لاءِ يا هاضمہ لاءِ ڪاڌو تہ حرڪت نہ آهي.

سرمائہ حيات جي حفاظت

جيئن فرداً فرداً شخصي بقا لاءِ طعام ۽ غذا جي ضرورت آهي تيئن بني نوع بشرجي قومي بقا لاءِ توالد ۽ تناسل جي ضرورت آهي. جيئن شخصي بقا لاءِ قدرت انسانن ۽ حيوانن ۾ احساس بک جو پيدا ڪيو آهي تيئن نسلي بقالاءِ بہ احساس ٻُک جو پيدا ڪيو آهي، جيئن صحيح سالم پاڻ تندرست ۽ قوي رهي تيئن هُن بک ۾ اعتدال رکڻ ضروري آهي تہ بلڪ هن ڪان بہ اشد ضروري آهي تاڪِ قومي بقالاءِ صحيح سالم تندرست ۽ طاقت وارو نسل پيدا ٿئي. جيڪڏهن ٻج ڪمزور هوندو زمين بہ خراب ۽ ڪمزور هوندي تہ سلو بہ ضرور ڪمزور خراب بي ثمر پيدا ٿيندو. هُن ۾ نقصان فقط هن جو ذاتي آهي هن ۾ ڪيس بہ نقصان تہ آئنده نسل جو بہ نقصان هن جو ضرر متعدي آهي تنهن ڪري هن ۾ احتياط رکڻ اشد ضروري آهي بي

اعتدالي جي معنيٰ آهي خواهشات نفسانيہ جي متابعت ڪري خواه مخواه پنهنجي صحت جو سرمايو ۽ جسماني قوتن جو خزانو ضائع ڪرڻ. اوهانکي خبر آهي تہ هي جوهر حيات کهڙي قيمتي شي ۽ بي بهاخزانو آهي ڪن حڪيمن چيو آهي تہ سؤ لقما طعام جا تنهن مان هڪڙو قطرو خون جو پيدا ٿئي ٿو ۽ سو قطرن خون مان هڪڙو قطرو سرمايہ حيات جو پيدا ٿئي ٿو.

عربي ۾ چوڻي آهي "هُوَ نُوْرُ عَيْنَيْكَ وَمُخُّ سَاقَيْكَ وَقُوَّةُ يَدَيْكَ وَرِجْلَيْكَ وَالْاَمْرُ اِلَيْكَ"

يعني سرمايہ حيات تنهنجي اکين جو نور آهي ٻکين جو مغز آهي هٿن پيرن جي طاقت آهي اڳتي تنهنجي مرضي چاهي تنهنجي تون حفاظت ڪرين يا بي فائده ضايع ڪرين.

حفظ صحت ۽ سرمايہ حيات جي حفاظت لاءِ بو علي سينا جو هي مقولو آب زرسان لکڻ جي لائق آهي.

اِجْعَلْ طَعَامَكَ كُلَّ يَوْمٍ مَرَّةً وَاحْذَرْطَعَامَ قَبْلَ هَضْمِ طَعَامٍ (١)
وَاحْفِظْ مَنِيَّكَ مَااسْتَطَعْتَ فَاِنَّهُ مَاءُالْحَيَاتِ يُصَبُّ فِى الْاَرْحَامِ (٢)

سرمايہ حيات جو ضايع ٿيڻ بعضي بي اختياري بيماري جي سبب ڪري بہ پيدا ٿئي ٿو جنهن کي جريان يا احتلام چئبو آهي احتلام ننڊ ۾ ٿئي پون ٿا ۽ جريان پيشاب سان جا ڳندي سرمائيہ حيات وهي ٿي. انهن جا بہ اهڙا خراب نتيجا آهن جهڙا ڪثرت جماع جا مثلاً اکين تي اونداهي، مٿي ۾ ڦيري، دل جو ڌڪو، ٿوري ڳهٽي ڪم

(١) طعام ڏينهن ۾ هڪ ڀيرو کاءُ ۽ هضم ٿيڻ کان اڳ کاڌو هرگز نہ کاءُ.
(٢) پنهنجي مني جي خوب حفاظت ڪريجو تہ اهو پاڻي حياتيءَ جو پاڻي آهي جيڪو زال جي پيٽ ۾ هڪ نئين حياتي پيدا ٿيڻ جو سبب بڻجي ٿو.

ڪرڻ سان يا هلڻ چلڻ سان ساه مان پرجي پوڻ، منهن زردو، اشتهاگهٽ، شهوت معدوم آخر ۾ ذيابيطس يا سله ۽ دق جهڙين مهلڪ بيمارين ۾ گرفتار تي خلاص ٿيندو. هي موذي بيماري به اڄ ڪلهه عام آهي تنهن ڪري انهن جا ڪي سولا ۽ ڪي مجرب نسخا لکون ٿا ته اوهين بغير محتاجي حڪيمن جي پاڻهي پنهنجو علاج ڪريو.

(١) اسپنگر جي تهي وني هم وزن کنڊ سان ملائي رکو ڪير سان يا پاڻي سان هر روز صبح وشام کائو هڪ ڦڪي قدر، قبض ۽ بواسير کي پڻ فائدو ٿيندو.

(٢) ٻير جو ڪنؤنر وني گيهه ۾ ٿانٿاريوڪجهه الاچي داڻا به وجهي ڪٽيو هم وزن کنڊ ۾ گڏي رکو تنهن مان هڪ ڦڪي صبح وشام ڪير سان کائو مقوي باه ومغلظ مني آهي.

(٣) ٻڙجي وڻ مان پن پٽي به ٽي ڦڙا پتاشه تي يا کنڊ تي وجهي سوير وصبح جو کائو ۽ روز هڪڙو هڪڙو ڦڙو وڌائي ويهن تائين پهچايو پوءِ هٽائي هٽائي چاليهن ڏينهن کان پوءِ ڇڏي ڏيو مقوي باه مغلظ مني دافع رقت وجريان آهي. جيڪڏهن هر روز تازو ڪير هٿ نٿو اچي ته هڪڙي ڏينهن گهڻ جيترو ڪڍي کنڊ ۾ ملائي رکو پوءِ اها کنڊ بقدر مناسب هر روز کائو.

(۴) ٻير جو ڪنؤنر، ٻير جا پن، ٻير جاگل، ٻير جا ڪچڙا پلڙا چارئي اجزا هم وزن وني ڪٽي کنڊ ۽ گيهه سان ملائي رکو تنهن مان ڦڪي ڪير سان کائو سلسل البول ۽ دستن بند ڪرڻ لاءِ مفيد آهي.

(۵) هي مرڪب نسخو مقوي باه مُغَلِظ مَني دافع رقت وجريان واحتلام مجّرب آهي ۽ گرم مزاج نوجوانن جي موافق آهي. موصلي

سفيد بهمن سفيد، ثعلب پنجہ دار، تودري سرخ، تالمکهانہ ٻير جو کونر، اسپنگر جي تهي، مصطکي رومي، دانہ الاچي، سڀ شيون هم وزن کٽي ڇاڻي انهن سڀ جي هم وزن کنڊ يا مصري ملائي صبح و شام کير سان هک ڦکي کائو، هک مهينو يا چاليهہ ڏينهن کائيندا تہ حيرت انگيز فائدا ڏسڻ ۾ ايندا کم خرچ بالا نشين نسخو آهي. کائڻ مهل خيال رکجو يڪدم وڏي ڦکي وات ۾ نہ وجهو نہ تہ ڳڙکائڻ ۾ ڏکيائي ٿيندو، ٿوري ٿوري وات ۾ وجهي کير جي سُرکي سان ڳڙ کائيندا وڃو.

(٦) کشتہ چاندي، کشتہ فولاد، کشتہ قلعي، کشتہ سرب (شيهي جو کشتو. هنن بيمارين ۾ مفيد ۽ بي ضرر دوائون آهن، باقي ٻيا کشتہ زهريات جا بغير مشوره حکيم حاذق جي هرگز استعمال نہ کريو، ضعف قلب جو هجي کشتہ نقره، ضعف جگر جو هجي، خون بدن ۾ گهٽ هجي تہ کشتہ فولاد. جي پيشاب ۾ ساڙو يا پرميل هجي تہ کشتہ قلعي، جي ذيابيطس هجي تہ شيهي جو کشتو ملائي ۾ يا مکڻ ۾ يا ماکي ۾ يا ڏونري ۾ (جيڪاشئي اوهانجي طبيعت موافق هجي) ملائي کائو.

(٧) ٻيو نہ تہ فقط هک لَپَ پکڙن جي (پکل ڇٽان) شام جي وقت کشمش سان يا ريوڙين سان کائو تہ ٻہ رات جو اوهانکي تڙ نہ پوندو.

ورزش :- تنهن کي عربي ۾ رياضت چوندا آهن، حکيمن چيو آهي تہ رياضت حفظ صحت جي واسطي سيني شين کان افضل آهي جيکي انسان حفظ صحت لاءِ کم آئيندو آهي ۽ سيني کان فائده ۾ زياده آهي جو تہ رياضت عضون کي قوت ڏئي ٿي ۽ جيکي

خراب فضلا بدن ۾ باقي رهن ٿا انهن کي تحليل ڪري ٿي، حرارت غريزي کي قوت ڏئي ٿي ۽ هضم کي سٺي ڪرڻ ۾ مدد ڏئي ٿي، معده ۾ يا آنڊن ۾ جيڪي غذا جا باقي جزا رهيل هوندا تن کي عضون ۾ پهچائي ٿي انهي سبب ڪري جيڪي محنت ۽ رياضت ڪرڻ وارا ماڻهو آهن تنکي هر قسم قوت ۽ طاقت زياده هوندي آهي ۽ تن کي بيمارين گهٽ چنبڙنديون آهن اگرچه هو خراب غذائن پارو ٿين ساريوٽن مانين ۽ طعامن کان پاڻ کي بچائي نٿا سگهن.

جالينوس پنهنجي ڪتاب ۾ لکيو آهي ته رياضت ۽ محنت تحليل فضول ۽ استفراغ خلطن جي واسطي زور افضل ۽ نفع واري آهي ڪنا ٻين استفراغن ۽ مسهل دوائن جي جو ته ٻيا استفراغ ۽ مسهل دوائون بدن کي ضعيف ڪن ٿيون ۽ گوشت کي گهٽ ڪن ٿيون مگر رياضت بغير ضرر رسائڻ ڪنهن عضوي جي فضولن کي تحليل ڪري ٿي، رياضت سيني عضون کي معدي کي، جگر کي قوتن کي طاقت بخشي ٿي ۽ هن کي پنهنجي ڪم تي آماده ڪري ٿي. ڏسو! ماڻهو محنت ڪري ٿو ساه وڏو تکو تکو کڻي ٿو ته ڦڦڙن، کي تازي هوا گهڻي مقدار ۾ پهچي ٿي دل جي حرڪت قوي ٿئي ٿي پگهر اچڻ سان بدن جا سڀ مسام کليو پون ۽ خراب فضلا عفونت وارا نڪريو وڃن رت صاف ٿيو وڃي ۽ خون جو دورو بدن ۾ چڱي طرح ٿئي.

مطلب ته حڪماء متقدمين ومتاء خرين، يوناني خواه يوربي جو هن ڳالهه تي اتفاق آهي ته رياضت ڪرڻ تندرستي لاءِ ضروري ۽ بدن ۾ طاقت پيدا ڪرڻ لاء دوائڻ کان يلي زور آهي، في الحقيقة زندگاني يا

حياتي نالوئي حرڪت جو يعني چُرپُر ۽ ڪم ڪارڪرڻ جو آهي، جيڪو ماڻهو غير متحرڪ آهي سو مثل آهي نہ دين جو آهي نہ دنيا جو، نہ پنهنجي ڪم جو نہ ٻي جي ڪم جو اهو ماڻهو زنده درگور آهي تنهن جو مڙهہ زمين اندر هوڻ بهتر آهي.

شرف مرد بجود است و کرامت بسجود
هر که این هر دو ندارد عدمش به زوجود (۱)

طبي قاعده موجب رياضت صحت لاءِ مفيد اُها آهي جنهن سان بدن گرم ٿئي وڌو ۽ تڪڙو تڪڙو ساهہ کڻي بدن مان پسينو نڪري تڏهن رياضت بند ڪري، زياده پاڻ کي تڪليف نہ ڏئي ۽ آرام ڪري، ڪي رياضتون عام آهن جن ۾ سڄو بدن سيئي عضوا متحرڪ ٿين ٿا جيئن ڊوڙڻ، پيدل پنڌڪرڻ، گهوڙي جي سواري، پاڻي ۾ ترڻ وغيره وغيره. ڪي رياضتون خاص خاص عضون جون آهن. مثلاً موٽر هلائڻ هٿن جي ورزش آهي، بائسڪل هلائڻ ٽنگن جي ورزش آهي چاڻڻ گهرجي تہ اوهانکي اصول صحت تي هلڻ لاءِ پائي پيسن خرچڻ جي ضرورت ئي ڪانہ آهي بلڪ اوهان جي پيسي جي بچت آهي ۽ بغير خرچ جي صحت جهڙي وڏي نعمت ۽ بي بها دولت حاصل ڪري سگهو ٿا برخلاف انهن جي بيمارين خريد ڪرڻ لاءِ اوهانکي وڏي خرچ جي ضرورت آهي ۽ وري علاج معالجہ لاءِ گهڻين دولت جي ضرورت.

اوهين سادو کائيندا پئيندا ورزش ۽ محنت ڪندا تہ اوهانجو بدن قوي ۽ تندرست رهندو. پيسو بہ اوهانجو خرچ ڪو نہ ٿيندو،

(۱) مرد جو شرف سخا سان آهي ۽ سندس عزت سجدن سان آهي جنهن ماڻهوءَ ۾ اهي ٻئي ڳالهيون ڪين آهن انهن جي هجڻ کان نہ هجڻ ڀلو آهي.

جيڪڏهن مڪلف طعام کائيندا مرغيون ۽ بيضا واپرائيندا. ڪوفتا ۽ ڪيرٽيون نوش جان فرمائيندا محنت ۽ ورزش ڪانہ ڪندا بنگلہ مان هڪڙو پيرڪٽي بيو موٽر ۾ رکندا، چاءِ جي ۽ سگريٽن جي رات ڏينهن ڌم لڳائيندا. ٻڌايو تہ اوهانجو روزانو خرچ ڪيترو ايندو؟ قرضن ۾ گرفتار ۽ مرضن جو شڪار ڪير ٿيندو؟

غريب ماڻهو محنت ۽ پورهيو ڪري ٿڪي ٿڪي گهر اچي ٻاجهري جي ماني ۽ لسي جو وٽو پِٽي ڪنهن وڻ جي ڇانو ۾ پٽ تي خواب خوش ۾ سمهي مزي سان آرام ڪندو، سو اوهانجي ٻوڙ پلاءُ کائڻ کان ۽ شربت روح افزا پيڻ کان، بنگلہ جي بنديل ڪثيف هوا ۾ سمهڻ کان بهتر آهي يا نہ؟ هي تہ اڃان آهن رواجي مهذب ڳالهيون پرناجائز ۽ ناروا بدعملن ۾ جيڪي گرفتار ٿين ٿا پنهنجي صحت ۽ دولت برباد ڪن ٿا تن جي حالت تہ اڃان زياده ابترُ ۽ افسوسناڪ منظر ٿئي ٿي تنهن جو بيان اسين ڪري نٿا سگهون.

هن ڪتاب ۾ اڳي ڪتي اسين لکي آيا آهيون تہ غمن ۽ ڳڻتين کي اڪثر ماڻهو زرخريد ڪري وٺندا آهن. اوهانکي اعتبار ٿيو هجي يا نہ؟ مگر هي حقيقت آهي تہ غمن خريد ڪرڻ کان علاوه بيمارين بہ ذوق شوق سان خريد ڪرڻ ۾ اچن ٿيون. آرام طلبي، عيش پرستي، اسراف ۽ فضول خرچن سان تہ بيمارين ۽ ڳڻتيون خانہ خرابيون لازم ملزوم آهن مگر انسان (پنهنجي حال ومال کان غافل انسان) کي وڏودشمن هڪڙو نفس ٻيو شيطان برغلائي سڀ ڪجهہ ڪرائي ٿو ۽ هن جي نظر ۾ سندس ڪم مستحسن ڏيکاري ٿو. مگر مستحسن ۽ غير مستحسن جو فيصلو اڳي شرع وارن عالمن ۽

عقل وارن حڪيمن ڪري ڇڏيو آهي انهن جو رايو صحيح ۽ فيصلو معتبر آهي اوهانجي نظر ۾ اوهانجو فيصلو هنن جي مقابلہ ۾ غير صحيح ۽ غير معتبر آهي.

ورزش ماڻهن جي مختلف حالتن ۽ طبيعتن ڪري مختلف قسم ۽ گهڻا نمونا آهي هڪڙي ماڻهن جي واسطي ڏهہ ڪوه پنڌ ڪرڻ معمولي ڳالهہ آهي هڪڙن جي واسطي ہہ ميل بہ وڏي مصيبت آهي، هڪڙا سڄو ڏينهن ڪم ڪندا تہ پرواهہ نہ آهي. هڪڙن ڪي ہہ ڪلاڪ بہ مشڪل آهي سڀ ڪنهن ماڻهو ڪي پنهنجي حال ۽ طبيعت جي موافق ڪم ڪرڻ گهرجي.

بيمارن ۽ پوڙهن ڪي يا اميرن ڪي غريبن جهڙي يا جوانن ۽ چڱن ڀلن جهڙي محنت رياضت ڪرڻ نہ گهرجي. بيمار ماڻهو پنهنجي بستري تي سمهي بہ ورزش ڪري سگهي ٿو، بستري تي اُٿل ٿُتل ڪرڻ، پنهنجا بازو زور سان هيٺ مٿي ڪرڻ، ٽنگون جلد جلد ڊگهيڙڻ ۽ سوڙهيون ڪرڻ، هنن لاءِ ورزش آهي، ٻيا نمونہ گهر ۾ ورزش ڪرڻ جا ۽ بيمارن لاءِ سوليون صورتون ورزش جون اردو زبان ۾ تصويرن سان ڇاپيل ڪتاب ۽ رسالا ملن ٿا مگر اوهين پنهنجي عقل سان پنهنجي حال موافق ترتيبون ايجاد ڪري سگهو ٿا خواه مخواه هنن جي تقليد ڪرڻ ضروري نہ آهي. زالن لاءِ سبڻ، پرڻ، رڌڻ پچائڻ جنڊ پيهڻ، ارٽ هلائڻ بهترين ورزشون گهرائڻن ۾ معمول هيون، مردن لاءِ هرڪاهڻ ڪاٺي ڪٽڻ، ڪوڏر هڻڻ، ڪُتِّرڪرڻ، رواجي ڪم هوا. ڀلن گهوڙن ۽ مهري اٺن تي سواري ڪرڻ تہ اميرن ماڻهن لاءِ صحت بخش طاقت افزا ورزشون هيون مگر هن دور ترقي ۾ مشينن ۽ ڪلن جي ايجادات، هي سڀ صحت افزا ۽ بي خرچ

ورزشون بند ڪري ڇڏيون آهن سپ ڪم ڪلن سان ۽ خرچن سان ڪجن ٿا، پيسو برباد ته صحت به برباد هٿ پير عضوا سپ بيڪار ٿي ويا آهن.

زالن کي گهر جو ڪم ڪرڻ عيب، هو ٿلن تان تيار بوڙ ماني اچي، مردن کي پنج ميل پنڌ ڪرڻ دشوار، ٻن ميلن جي مفاصلي لاءِ ٻي ڪلاڪ روڊ تي اُس ۾ بيٺا هوندا جڏهن لاري ايندي تڏهن پيسا ڏئي سوڙ سنگهوڙ ۾ مري جهري چڙهي ويندا. اميرانه طبقه لاءِ ته هاڻي اٺ گهوڙي تي چڙهڻ وڏو عيب آهي. ويهن هزارن واري موٽر ضرور هجي ته خانصاحب آفيس ۾ چڙهي وڃي ياسڏ پنڌ تائين اسٽيشن تي سوار ٿي وڃي.

روايت آهي ته حضرت امير عمررضي الله عنه پنهنجن فوجي آفيسرن کي گهوڙي تي هنو ربي چڙهڻ کان به منع ڪندو هو، پٺي اگهاڙي گهوڙي تي ٽپ ڏئي چڙهڻ جي هدايت ڪندو هو ته سفر حضر ۾ محنتن ۽ تڪليفن جا عادي ٿي رهن، ناگهاني مصيبتن جي وقت تڪليفن جي برداشت ۽ دشمن جو مقابلو يا جان جو بچاءُ ڪري سگهن.

نقل آهي ته "محمد شاه" بادشاه هندستان جو (جنهن جي عياشي ۽ عيش پرستي مشهور ۽ رنگيلا نالي سان معروف آهي) جڏهن انگريزن ملڪ ورتو ۽ سندس محلات ۾ سپاهي ڪاهي ويا ۽ کيس قيد ڪري بنگلي مان ٻاهر ڪڍيائون، تڏهن ڪنهن (جي حضور) پاڪستان زنده باد چوڻ وارن چيو سائين ڪم ازڪم اوهين انهي وقت ڀڄي لڪي وڃو ها ته دشمن جي هٿ قيد نه ٿيو ها، چيائين آئون ڇا ڪريان ان وقت اسان جو چپراسي حاضر ڪو نه هو

اسانکي پيرن ۾ بوٽ پائي ها پيرن اگهاڙن سان ته آئون پڇي نه سگهيس.

فائده:- هن زماني ۾ لقمون حلال ملڻ محال آهي وڏا ڌنڌا واپار ۽ زمينداري جا تمام خراب ٿي ويا آهن شرعي طريقه سان انهن تي هلڻ مشڪل ٿي پيو آهي باقي هنر، هٿ جو پورهيو مزوري وجه حلال جا ۽ بهترين اعمال آهن. حديث شريف ۾ آيو آهي ته ڪو انسان هٿ جي پورهي کان بهترين طعام کائي نٿو سگهي، ۽ پيغمبر خدا تعاليٰ جو (حضرت داؤد) پنهنجي هٿن جي ڪمائي کائيندو هو، هنر ۽ هٿن جي پورهي ۾ هڪ طرف ثواب ۽ عبادت آهي ته ٻي طرف ورزش آهي ۽ بدن جي صحت ۽ تقويت جا فائدا بيمارين جي دفع ڪرڻ جا وسيلا آهن.

اوهين پورهي ڪرڻ کان مزدوري ڪرڻ کان عار نه ڪريو ڪسب ڪرڻ کي عيب نه سمجهو، نبين ولين، امامن، عالمن ڪسب حلال جو ڪيو آهي، مگر ڀن سن سوال يا طمع ۽ حرص مال جو ڪو نه ڪيو آهي، فقيري جي معنيٰ ۽ تعريف هي ٻڌائي اٿن.

"عِبادَةُ الخَالِقِ وَالْيَأْسُ عَمَّا فِيْ اَيْدِي الخَلَائِقِ".

يعني الله تعاليٰ جي عبادت ڪرڻ ۽ خلق جي مال ملڪيت ۾ ڪا طمع نه رکڻ.

مسئله:- چڱي ڀلي ماڻهو کي سوال ڪرڻ حرام آهي اسلام ۾ سخت منع آهي، هاڻي اها مصيبت ۽ بلا به پنهنجي ملڪ ۾ عام آهي، چڱو ڀلو ماڻهو لٺ کڻي پنڻ لاءِ ملڪ ۾ ڪاهي پوندو خصوصاً شريف ماڻهن پنڻ پيشو ڪري ورتو آهي. ڪير آهين؟ چوندو

"سادات" سيد آهيان ڪير آهين؟ پير سرهندي آهيان، حافظ آهيان، حاجي آهيان، ڪربلا تي ويان، حج تي ويان گويا شريف ساداتن ۽ پيرن کي پنڻ درست آهي باقي نوڪري ڪرڻ يا مزدوري درست نه آهي حالانڪ پنهنجي اهل بيت جي مٿان پاڻ سڳورن عليہ الصلوٰة والسلام صدقو ۽ زڪواة وٺڻ به حرام ڪئي آهي، پنڻ ته بجاء خود، حضرت امام حسين عليہ السلام جي وات مان ننڍي پڻ ۾ ڪجور ڪائيندي ڪڍي ورتائون ته هي صدقہ جو مال آهي . اوهين منهنجا اهل بيت انهن مان نہ ڪائو، اوهانکي حلال نہ آهي، اڄ اهوذليل پيشو پيرن، مولوين ۽ ساداتن اختيار ڪيو آهي، جو خسيس ماڻهن کي به جائز نہ آهي. وري بيا عام پنڙيات سوالي فقير آهن نَعُوذُبِاللهِ مِنْ شَرِّ ذَالِڪَ ڏنڊا مُنا ڏنڊو، ڪلهي تي رکي، قلندر جو ملنگ آهيان، پير دستگير جو فقير آهيان امام حسن، حسين ڪندو خوش هوندين، قلندر پٽ ڪير ڏيندئي، چڙهي ڪمان، جيڏانهن پير تيڏانهن خير، اوهين پنهنجي ڪم ۾ رُذّل هوندا، هو اهڙو وني هل ڪندا اوهانجيون متيون منجهائي ڇڏيندا. لاچار هن کي پيسو ٽڪو ڏئي جند ڇڏائجي تي نہ هن کي پنڻ درست نہ هن کي ڏيڻ ثواب، پيسي ٽڪي سان به جند ڇٽي تہ ڇڱون مرڳو ماڻهو خيراتُ ڏئي هن سان جهيڙي ۾ ڦاسيو پوي. جيڪي ڏيندڙ انهن تي راضي ڪو نہ ٿيندا اهڙي وني مغز خوري ۽ زبان درازي ڪندا جو اوهين حيران ٿيندا تہ هن مصيبتن مان جند ڪيئن ڇٽي، خيرات اها آهي جو ماڻهو خير خوشي سان ڏئي. هي تہ زوري زبردستي آهي، ڏرمار آهي نہ خيرات. حالانڪ ڪيترا پيراڏٺو ويو آهي (رڳوبڌل ڳالهيون نہ آهن) تہ اهڙن گداگرن فقيرن وٽ ڪافي پيسا لڪايل موجود هوندا آهن بظاهر ڇنل

قاتل ڪپڙا پاتل هوندا اتن تنکي پنڻ کھڙو حق آهي.

هڪڙي دفعي ڪو سوالي حضرت امير عمررضي الله عنه کي نظر آيو پٺارڪ آنَّ جي ڪلهي تي هجيس ۽ ماڻهن کان پنندو وتي، چيائين هي ڇا آهي؟ چيائين جوَنَ جا داڻا پني گڏڪيا اٿم. پنهنجي نوڪر کي چيائين هي پٺارڪ کڻي بيت المال وارن اٺن کي ڪارائي ڇڏ، پوءِ گندي چنبي آٿي هن کي ڏنائون چيائين هاڻي وري سوال ڪرهاڻي پنڻ توکي جائز ٿيو. هيڏي پٺارڪ ان جي گڏ ڪڻي اٿئي پوءِ چو تو پني.

روايت آهي تہ حضور عليہ الصلوٰة والسلام جي وقت ۾ ڪو پينارو آيو پاڻ پڇيائونس ابا گهر ۾ ڇا ٿي؟ چيائين سائين هڪڙو وٽو پاڻي پيڻ جو اٿم، هڪڙي پُراڻي ڪتي اٿم، فرمايون، وڃ ٻئي تول کڻي اچ، آڻي خدمت ۾ حاضر ڪيائين. فرمايائون آهي ڪو جو هي شيون خريد ڪري، هڪڙي چيو آئون هڪڙو درهم ڏيندس، فرمايو آهي ڪو جو زياده واڪ ڏئي. ٻئي چيو آئون ٻہ درهم ڏيندس، ان کي ٻئي شيون ڏئي سوالي کي فرمايون هڪڙي درهم جو آنَّ کائڻ لاءِ، وني گهر ۾ رک ۽ هڪڙي درهم جي ڪهاڙي بازار مان وني اچ، هو وني آيو تنهن کي پاڻ پنهنجن هٿن مبارڪن سان ڳن وجهي ڏنائون فرمايائون جهنگ ۾ وڃي ڪاٺيون ڪري وڪڻ ۽ پندرهين ڏينهن وري مونکي ڏيکار، تنهن وڃي اهو ڪم ڪيو ۽ ڏهہ درهم ٻن هفتن ۾ ڪمائي آڻي حضور ۾ پيش ڪيائين، فرمايائون کڻي وڃ هاڻي وڃي آنَّ ۽ ڪپڙو لٽو وٺ ۽ اڳتي سوال ڪرڻ کان توکي اهيو ڪم ڀلو زور آهي.

پاڻ سڳورن فرمايو آهي (عليہ الصلوٰة والسلام) فقير اهو نہ آهي

جو در در پني ڪتان ڪارڪون هڪ ٻه ڪتان ماني ٽڪر ڇڏائي. فقير اهو آهي جو محتاج هجي، بکيو هجي مگر شرم کان ماڻهن کي سوال نه ڪري سگهي. بيشڪ اهڙن فقيرن محتاجن کي بيوه زالن کي جيڪي پرده نشين هجن ۽ بي شرمي ڪري گهر گهر پنڻ واريون نه هجن، انڌن کي منڊن کي پوڙهن کي. بيمارن کي جيڪي ڪمائي ڪري نه سگهن انهن کي پنڻ درست آهي ۽ هنن کي ڏيڻ ثواب آهي. اهڙا ماڻهو مستحق خيرات زڪواة جا، اوهانجي ڳوٺ ۾ اوهانجي پاڙي ۾ اوهانجن مائٽن ۾ گهڻا ليندا، انهن کي ڏيو انهن جي پرگهورڪريو، انهن جي دستگيري ڪريو انهن کي سوال جو محتاج نه ڪريو، يا ته اسلامي مدرسا، ديني طالب العلم صحيح طور مستحق زڪواة ۽ امداد جا آهن جيڪي قرآن، حديث، فقه، مذهبي علم پڙهڻ وارا رات ڏينهن طلب علم ۾ مشغول هجن ۽ ڪمائي ڪرڻ جي فرصت نه هجين بعضي انهن مان به جيڪي طالب العلمي جو بهانو ڪري پنڻ تا ڪن انهن کي ڏيڻ نه گهرجي.

مطلب ته پيشه گر گداگرن کي ۽ عادتي سوالي کي ڏيڻ نه گهرجي، بعضي عالمن ته هنن کي ڏيڻ به گناه لکيو آهي ڇو ته گناه تي مدد ڏيڻ يا همٿائڻ به گناه آهي. ٻيا سنڌ ۾ گهڻو ڪري سياري ۾ خراسان مان سوالي اچن ٿا ڪوهستاني سڏائين ٿا نه پشتو ڄاڻن ٿا نه فارسي، نه اردو خبر ناهي ڪهڙي ٻولي اٿن، پهلوان ڏٽا مٽا مڙس هوندا آهن پاڻ ته سوال ڪن پرپاڻ سان نوجوان پٽن کي وٺيو اچن، تنڊي هوندي هنن کي پنڻ جي تعليم ڏيندا آهن، نه مدرسه، نه اسڪول، نه ڪوئي هنر هنن کي سيکاريندا آهن پنهنجي اولاد جي عمر برباد ڪندا آهن.

حڪومت پاڪستان اگر چه انسداد گداگري لاءِ ڪجهه ناڪافي توجه ڏنو آهي. مگر ضرورت آهي ته ارباب حڪومت هن مسئلي ڏانهن ڪافي توجهه ڪن ۽ هن لعنت جي پاڙ سيني اسلامي مملڪتن مان پٽي ڇڏين.

جس قوم کے نادار گدائی پہ ہوں مجبور
معیوب ہے اس قوم کی اسکندر و دارا

اَلسُّوَالُ ذُلٌّ وَلَوْكَانَ مِنَ الْاَبَوَيْنِ. يعني سوال ذِلت آهي اگر چه ماءُ پيءُ کان هجي انسان ڪهڙو به مشفق مهربان هجي ماءُ بي هجن هڪڙو پيرو گهرندو، بيو پيرو گهرندو آخر ڪڪ تي بيزار تي ڪاوڙجي پوندو ۽ اوهان ڪان ناراض ٿيندو برخلاف انهن جي الله تعاليٰ ڪان جيترو گهرندؤ باربار ٻاڏائيندو هر هر سوال ڪندو هزار بار پيا ستائيندو اوترو الله تعاليٰ راضي ٿيندو.

اَللّٰهُ يَغْضِبُ اِنْ تَرَكْتَ سُوَالَهٗ وَبُنَيَّ اٰدَمَ اِنْ سَاَلْتَهٗ يَغْضِبُ (١)

هوا

هِي اَها مفت بي خرچ بي بها نعمت آهي. جنهن جي عام ماڻهن کي قدرو قيمت معلوم نه آهي جا في الحقيقة ڪاڏي پيتي ڪپڙي لٽي کان زياده انسان جي صحت ۽ زندگي لاءِ ضروري ۽ زياده قيمتي شيءِ آهي جا روح ۽ ساهه جي غذا آهي.

ڏسو انسان کائڻ پيڻ کان سواءِ زنده رهي سگهي ٿو هواکان سواءِ انسان خواهه ڪو به جاندار هڪ پلڪ به زنده رهي نٿو سگهي ڪاڌو پيتو فقط وات جي رستي انسان جي پيٽ ۾ وڃي ٿو هوا نه فقط وات مان بلڪ اوهانجي وار وار مان بدن ۾ وڃي ٿي ڪاڌي پيتي جو فائدو

(١) الله تعاليٰ کان جيڪڏهن سوال گهرڻ ڇڏيندين ته ناراض ٿيندو ۽ اولاد آدم کان جيڪڏهن سوال ڪندين ته ڪاوڙيو.

ديرسان ظاهرٿئي ٿو. هوا جو تاثير فوراً ظاهر ٿئي ٿو. هوا اهڙي لطيف شيءِ آهي جو جنهن فضا مان گذرندي آهي فقط لنگهڻ سان ئي انهن ماحول جي ڪيفيت سان متڪيف ٿيندي آهي ۽ انهن جا اثرات ۽ غير محسوس ذرات پاڻ سان ڪٺي ويندي آهي. دريا جي طرفان لنگهندي ته مرطوب ٿيندي جبلن مان ۽ برن پٽن مان لنگهندي ته خشڪ هوندي باغ ۽ بستان مان لنگهندي ته خوشبوءِ سان عالم کي معطر ڪندي، غلاظتن ۽ عفونتن مٿان لنگهندي ته دماغن کي خراب ڪندي. تنهن ڪري حڪيمن ۽ ڊاڪٽرن سٺي صاف هوا وٺڻ تي زورڏنو آهي ۽ حفظ صحت لاءِ لازمي جزوقرار ڏنو آهي ڏنو ويو آهي ته گهڻان بيمار ماڻهو جيڪي دوائن سان نه چڱا آهن فقط آب و هوا بدلائڻ سان چڱي ويا آهن.

يادش بخير، مسٽر نعيم الحق فاروقي، جو ڪوئٽه جي ٽي بي اسپتال مان چڱو ڀلو ٿي نڪتو هو هڪڙي ڏينهن شيخ ماندا ۾ مون هن کان پڇيو! ٻڌايو ته اسپتال ۾ سلهه وارن جو ڪهڙو علاج ٿا ڪن چيائين سائين دواسان ته علاج معالجو ڪجهه ڪونه آهي فقط بيمارن کي سنو ڪاڏو ٿا ڪارائين ۽ صفائي جو ايترو انتظام ٿا رکن جو ڪنهن ٽڪ يا ڪانگهارو اڇلايو ته يڪدم اها پاٽ پري ڪٺي وڃي ساڙيندا ۽ ٻي پاٽ آڻي رکندا.

هوا جي صفائي يا سج جي روشنائي سان ٿئي ٿي يا ڪليل ميدانن ۾ چوٽ اچڻ وڃڻ سان شهرن ۾ تنگ جاين ۽ چوماڙ عمارتن ۾ هوا پابند رهي ٿي. سج جو شعاع به پورو نٿو مليس ۽ شهري هوا اڪثري غلاظتن ۽ عفونتن سان ملوث ٿي رهي تنهن ڪري ٻهراڙي جي هوا صحت لاءِ خوشتر ۽ روح افزا ٿئي ٿي بهتر آهي ته صبح جو

۽ شام جو جاين ڪان نڪري ٻهراڙي ۾ ڪليل هوا وٺو ڇو ته اهي ٻئي وقت اعتدال جا آهن انهن وقتن ۾ هوا نه زياده گرم هوندي آهي نه زياده سرد.

ڊاڪٽرن جو چوڻ آهي ته رات جو تنگ جاءِ ۾ گهڻن ماڻهن جو گڏجي سمهڻ به هوا کي خراب ڪري ٿو، ڇو ته سندن پيٽ جي متعفن هوا ساڳي وري ٻين جي پيٽ ۾ وڃي ٿي بلڪ هنن جو خيال آهي ته هڪڙو ماڻهو به اندر جاءِ دريون دروازا بند ڪري نه سمهي ۽ پنهنجي منهن تي سوڙ وجهي نه سمهي ته اها سنديس مستعمل هوا وري استعمال ۾ نه اچي، سي هجي ته تيز ٿاڌي گهٽان پنهنجي مٿان وجهي مگر دريون دروازا بند نه ڪري.

سياري ۾ دريون دروازا بند ڪري رات جو انگيٺي ڪوئلا ٻاري سمهڻ ته وڏي غلطي بلڪ خودڪشي آهي انهن مان زهري اثر بنديل هوا ۾ پيدا ٿئي ٿو تنهنجي ڪري ماڻهون بي هوش ٿيو پون يا قيون ڪن، بعضي ته موت جا ڏکوئيندڙ مهلڪ حادثا واقع ٿين ٿا تنهجو بالڪل احتياط رکڻ گهرجي ۽ جاءِ ۾ سمهڻ مهل باهه نه ڇڏجي.

جيڪڏهن ٻهراڙي جي هوا وٺي نٿا سگهو ته هي سولي ترتيب هوا خوري جي ڪريو، صبح جو سوير پنهنجي جاءِ جي صحن ۾ هوا کي سامهون سنئون سوڌو بيهي ڪنڌ مٿي ڪري وات ٻڌي وڏو ساهه کڻو ۽ جيتري هوا اندر اچي سگهي ساهه کڻو ڏهه ٻارهن منٽ روزانه انهي طريقه سان عمل ڪريو ته ڦڦڙ اوهان جا طاقت وٺندا ۽ اعضاءِ تنفس جون بيماريون دفع ٿينديون، مگر افسوس جو اوهين بجاءِ صاف سٺي هوا وٺڻ جي رات ڏينهن حقه ڪشي يا بيڙي ۽ سگريٽ نوشي سان هوا کي زهر آلود ڪري پنهنجن ڦڦڙن ۾ پنهنجي پيٽ ۾ داخل ڪريو ٿا ۽ انيڪ بيمارين ۾ پاڻ کي گرفتار ڪريو ٿا.

غمن جو علاج دوائن سان

ياتدابير نفسانيءَ سان

غَمُّ ۽ هَمُّ اهي ٻئي لفظ اڪثر گڏوگڏ استعمال ٿيندا آهن اگر چه معنيٰ ۾ ٿورو فرق به آهي. غم انهي ڏک کي چوندا آهن جو مصيبت واقع ٿيڻ کان پوءِ پيدا ٿئي مثلاً تلف مال جو يا فوت عيال جو، همَّ انهي ڳڻتي کي چوندا آهن جو ڪنهن مطلب يا مشڪل ڪم جي حاصل ڪرڻ لاءِ درپيش اچي.

غَمَ، هَمَّ، وَهمَ، خوَف، فزَعَ يعني ڊپ ۽ ڇرڪ، سوَدا، خفقان، خيالات، خوشي ۽ فرحت، اهي سڀ باهم ترِيب قريب قسم آهن، انهن کي عربي ۾ عوارض نفسانيه چوندا آهن، ڪوشڪ ڪونهي ته انهن جو تاثير نفعاً وضرراً انسان جي طبيعت تي ۽ بدن تي تمام تکو ۽ زوردار ٿئي ٿو. انسان جي طبيعت تي ۽ بدن تي تمام تکو ۽ زور دار ٿئي ٿو، انسان جون بدني طاقتون، علمي ۽ عملي توتون سڀ بيڪار ٿيو وڃن وهم ۽ خوف جي اڳو عقل عاجز ۽ جسماني طاقت نابود ۽ بي سود آهي. بعضي ماڻهو اوچتي خوف کان اوچتومريو وڃن، بعضي جان بلب بيمار خوشي سان يڪدم چڱان ڀلا ٿيو وڃن اهڙا عجيب مثال ۽ واقعات اوهان گهڻان ٻڌا ۽ ڏٺا هوندا مگرهتي به تي حڪايتون مثال طور لکجن ٿيون.

مثنوي ۾ نقل آندو آهيس ته هڪڙي ڏينهن شرير ڇوڪرن پاڻ ۾ صلاح ڪئي ته هي ظالم استاد اسانجو نه ڪڏهن اسان کي موڪل ڏئي ٿو نه ڪڏهن بيمار ٿئي ٿو نه اسانجي جند هن کان ڇٽي ٿي. پاڻ ۾ منصوبو ڪاهي ٻئي ڏينهن هڪڙو ڇوڪرو سويرو خطاب

۾ آيو، استاد صاحب کي سلام ڪري هٿ وٺي چميائين، چيائين سائين خير آهي اڄ اوهانجا هٿ مبارڪ ڪجهه گرم ڏسڻ ۾ اچن ٿا. چيائين بس ڪر بيوقوف! وڃي سبق پڙهه. ٻيو جو آيو تنهن عرض ڪيو ته سائين جن جا چپ اڄ البته خشڪ ڏسڻ ۾ اچن ٿا. چيائين ڏاڍو بيحيا ڇوڪرو آهين. ماٺ ڪري وڃي ويهه. ٽيون آيو، سوادب سان ويهي استاد جي منهن ۾ پيو نهاري. استاد چيو ڇا ٿو نهارين ڪتاب ڪڍي پڙهه. چيائين سائين جن جو منهن مبارڪ ڇو اڄ زردو ڏسڻ ۾ اچي ٿو. چوٿون جو آيو سو چوي پيوسائين جو آواز مبارڪ خبرناهي ڇوضعيف ٿي ويو آهي؟ پنجون آيو، سو چوي نصيب دشمنان اڄ طبيعت مبارڪ تمام ملول ڏسجي ٿي سائين جن کي بخار ته ڪونه آيو آهي؟ هن کي به خيال ٿيو ته خبر ناهي مونکي ڇا ضرر ٿيو آهي. سو گهر وڃي زال کي چيائين نياڳي جلد سوڙ ڪڍي آڻي مون مٿان وجهه منهنجي طبيعت ٺيڪ نه آهي. زال عرض ڪيو ته ڪجهه به ڪونهي سائين منهنجا مڙئي خير آهي چيائين هان هيڙي تهڙي تون منهنجي دشمن آهين، سڀ ماڻهو چون ٿا تون بيمار آهين توکي بخار آهي. تون چوين ٿي نه تون چڱون ڀلو آهين. ڇوڪرا پنهنجي منصوبه سازي ۾ ڪامياب ٿيا ڊوڙندا ٻڪندا پنهنجي گهر هليا ويا. استاد صاحب وهم ڪان بيمار ٿي وڃي گهر پيو ۽ ڪيترا ڏينهن ڊاڪٽرن ۽ حڪيمن جي زير علاج رهيو.

(٢) مرحوم ڊاڪٽر رحيم بخش چشم ديد واقعو ٻڌائيندو هو ته پڙهڻ وقت اسانجي اسپتال ۾ اسانجي استاد وٽ هڪڙو بيمار وٺي آيا ڳري ڪنڌا ٿي ويو. احوال ڪيائين ته منهنجي پيٽ ۾ بلائون

پيدا ٿيون آهن مونکي ڇهنبون لڳن ٿيون، ڇون ڇون ڪنٽيون ٿهن ڪان رات ڏينهن بيقراري، بي آرامي آهي. چيائين ڇڱون اڄ هي دوا وٺي ڪاڏ سپائي توکي جلاب ڏينداسين. اسپتال جي ينگي کي چيائين ته جهرڪين جا ننڍا ٻچا وٺي هٿ ڪري ۽ هنکي مخفي طرح ڪم ڪرڻ لاءِ سمجهائي ڇڏيائين. پي ڏينهن هنکي سخت جلاب ڏنائين هنکي ڏاڍا دست آيا. هنکي گهرائي احوال پڇيائين ته مٿان ينگي جو آيو حيران ٿي ڊاڪٽر کي چيائين ته هن بيمار جي پيٽ مان هيتريون جيريون بلائون نڪتيون آهن ڏسو ته هي ڇا آهي پائخانه جي باڙدي ڪٽي ڪولي ته جهرڪين جا ٻچا ڇون ڇون ڪري باڙدي مان نڪتا. بيمار چيو. بس سائين اهي بلائون منهنجي پيٽ ۾ هيون جي ٻين ڊاڪٽرن قبول نٿي ڪيون ۽ منهنجي بيماري نٿي سڃاتون. بس بيمار جو وهم لهي ويو ۽ ڇڱون ڀلو ٿي ويو. اڄ ڪلهه جيڪي مقامن مان ڪامڻ ڪيندا آهن، سي به ازين قسم هتراڏو اٽڪليون ۽ شعبده بازيون ڪندا آهن. فقط بيمارجي وهم لاهڻ لاءِ اهي اٽڪلون ڪندا آهن ۽ وهم لهڻ سان هوڇڱان ڀلا ٿيو وڃن.

(٣) ٻيو نقل به ڊاڪٽر مذڪور ڪندو هو ته ولايت ۾ هڪڙو شخص ڪانچ جي ڪارخانه ۾ نوڪر هيو رات ڏينهن شيشن، گلاسن ۽ ٻين ڪانچه وارين شين جو پڃڻ ٽٽڻ ڏسندو هو، تنهنجي مغز ۾ هي خام خيال ويهي رهيو ته منهنجو بدن به ڪانچ جهڙو نازڪ آهي جيڪڏهن توري ڪا نوڪر لڳي ته پڃي ٽڪر ٽڪر ٿي پوندو سو هر ڪنهن ماڻهو ڪان پاسوڪري پري پري رهندو هو ۽ ڪنهن کي ويجهو اچڻ نه ڏيندو هو ته مٿان ڪنهن جو هٿ پير مونکي لڳي ۽